

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO MATO GROSSO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
MESTRADO PROFISSIONAL EM FILOSOFIA**

HENRIQUE SOUZA CAMARGOS

**CUIDADO DE SI NA EDUCAÇÃO:
OUTROS CAMINHOS PARA A PRÁTICA EDUCACIONAL**

**CUIABÁ-MT
2019**

HENRIQUE SOUZA CAMARGOS

**CUIDADO DE SI NA EDUCAÇÃO:
OUTROS CAMINHOS PARA A PRÁTICA EDUCACIONAL**

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Filosofia pelo Departamento de Pós-Graduação em Filosofia da Universidade Federal do Paraná em parceria com a Capes, para obtenção do título de Mestre em Filosofia.

Orientador: Prof. Dr. Roberto Freire de Barros

**Cuiabá-MT
2019**

AGRADECIMENTOS

Esse trabalho de dissertação de mestrado só foi possível graças a algumas pessoas. Primeiramente o apoio e incentivo da CAPES através da bolsa de mestrado; a orientação e paciência do professor Dr. Roberto de Barros Freire; a orientação na arguição dos professores Maria Cristina Theobaldo e José Carlos Leite; a possibilidade criada por minha mãe, Rosana Nunes de Souza, para que eu começasse o estudo em filosofia; a paciência de me aturar nas crises provocadas pela escrita deste trabalho da minha companheira Camila Marques Delgado.

A todos, meus agradecimentos.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO
PRÓ-REITORIA DE ENSINO DE PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM FILOSOFIA - PROFILO
Avenida Fernando Corrêa da Costa, 2367 - Boa Esperança - Cep: 78060900 - Cuiabá/MT
Tel : - Email : rdefeire@uol.com.br

FOLHA DE APROVAÇÃO

TÍTULO : "Cuidado de si na educação: outros caminhos para a prática educacional"

AUTOR : Henrique Souza Camargos

defendida e aprovada em 31/05/2019.

Composição da Banca Examinadora:

Presidente Banca / Orientador	Doutor(a)	Roberto de Barros Freire
Instituição :	UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO	
Examinador Interno	Doutor(a)	Maria Cristina Theobaldo
Instituição :	UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO	
Examinador Externo	Doutor(a)	Silas Borges Monteiro
Instituição :	UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO	
Examinador Suplente	Doutor(a)	Alécio Donizete da Silva
Instituição :	UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO	

CUIABÁ, 13/12/2019.

Roberto de Barros Freire

RESUMO

A dissertação tem como objetivo apresentar a noção de cuidado de si na filosofia de Michel Foucault e sua possibilidade de implementação na educação. Para isso, entendemos ser necessário pensar uma teoria pedagógica (Larrosa), uma prática pedagógica (Rancière) e uma ação política (Paulo Freire), com perspectiva para o cuidado de si. Apresentamos, também, uma prática pedagógica voltada ao cuidado de si: a escrita de um diário pessoal dos estudantes como atividade didática, cujo objetivo consiste em vivenciar a reflexão de si mesmo em sala de aula. Esta atividade nos permite vislumbrar a possibilidade de tal prática pedagógica e seus resultados.

Palavras-chave: Educação, Ensino, Cuidado de si.

ABSTRACT

The dissertation aims to present the notion of self care in philosophy in Michel Foucault and Its possibility of implementation in education, for this we understand that it is necessary to think of a pedagogical theory (Larrosa), a pedagogical practice (Rancière) and a political action (Paulo Freire) with perspective for the care of self. We also present a pedagogical practice focused on self care: the writing of a personal diary of students as didactic activity, whose aim is to experience reflection of oneself in the classroom. This activity allows us to glimpse the possibility of such pedagogical practice and its results.

Keywords: Education, Teaching, Care of the self.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	7
Capítulo 1: Cuidado de Si como escolha de vida	11
O Cuidado de Si e o Conhecimento de Si	20
O Cuidado de Si e a Vida Política	24
O Cuidado de Si e o Prazer.....	27
O Cuidado de Si e a sua relação com a Velhice e a Morte.....	30
O Cuidado de Si e a <i>Parrhesia</i>	34
Capítulo 2: Uma outra perspectiva sobre a educação a partir do conceito de cuidado de si	39
Cuidado de Si, Experiência e Educação	40
A questão da explicação versus a inteligência.....	49
Potência de Inteligência e Autonomia	54
O Sentimento do Professor e do Aluno	61
Capítulo 3: A escrita como possibilidade da reflexão em si mesmo	65
Diário da Aluna A	71
Diário do Aluno B	75
Diário da Aluna C.....	77
Diário do Aluno D	86
Diário do Aluno E	89
Diário da Aluna F	92
Diário do Aluno G	95
Considerações Finais	100
ANEXOS	102
REFERÊNCIAS	103

INTRODUÇÃO

O tema desta dissertação é o conceito de cuidado de si e como podemos relacioná-lo com as práticas pedagógicas no ensino médio do Brasil. Além disso, pretendemos mostrar que outra forma de ver e fazer educação podem ser possíveis. Mas por que estudar especificamente esse conceito?

O cuidado de si, historicamente, ocupa campos que estão às margens da filosofia, mas, segundo Foucault, esse conceito tem estrita relação com outro termo que vem guiando um modo de fazer filosofia, produzindo discursos, que é o “conhecer-te a ti mesmo” socrático. O cuidado de si possibilita o conhecimento de si e este é fundamental para a implementação daquele. A filosofia do cuidado de si está mais no campo da ética e da moral. Esses dois conceitos se aproximam (só posso conhecer a mim mesmo se cuido de mim) e se distanciam (o conhecer a si mesmo torna-se um conhecimento abstrato), concomitantemente.

Na educação, será necessária uma tradução (baseada no conceito, mas fazendo traduções) do cuidado de si. Vivemos em tempos bem diferentes dos antigos gregos, por isso buscar uma total implantação do conceito, tal como os gregos faziam em seu tempo, é totalmente anacrônico, desta maneira buscaremos transportar o conceito que trabalharemos no primeiro capítulo para pensar a educação no segundo e terceiro capítulos. Essa questão da tradução será importante na medida em que se torna a problemática da dissertação. Para fazer a tradução do conceito de cuidado de si será preciso pensar outra teoria sobre educação (principalmente em Larrosa, 2002), outras práticas pedagógicas (principalmente em Rancière 2002), e outras ações políticas (principalmente em Paulo Freire, 1996) para podermos visualizar esse cuidado de si na educação. A teoria sobre educação que iremos focar será aquela que privilegia a experiência não como um caminho para a verdade e para a constituição do sujeito, mas que tenha um fim nela mesma, cujo objetivo, ao final, é trazer aquilo que se estuda para as vivências do aluno.

Se no primeiro capítulo vamos buscar uma definição do cuidado de si em Foucault (*A hermenêutica do sujeito*, 2006; *A história da sexualidade: o cuidado de si*, 1985), criamos uma questão: como transportar esse conceito para a educação e para o ensino de filosofia? Esse se torna o norte do segundo capítulo. No capítulo seguinte vamos buscar alternativas para a prática do cuidado de si. Para aprofundar e desenvolver estas

práticas escolhemos somente uma delas, a escrita de si. Podemos, então, extrair como consequência que o primeiro capítulo será o guia para pensarmos os dois seguintes capítulos: como posso transportar para a educação e como posso praticar o cuidado de si; tornando-se significativa, deste modo, a abrangência da compreensão deste conceito.

A prática pedagógica que iremos focar nesta dissertação será a do mestre ignorante de Rancière (2002), autor escolhido justamente porque faz uma desconstrução do ato de explicação; desconstrução essa que, ao meu ver, possibilita, dentro da sala de aula, a construção de um caminho para um cuidado de si. Em Rancière podemos ver que a relação entre os sujeitos da educação (professor e aluno) tem como objetivo não somente o ensino e a aprendizagem, mas a independência intelectual dos alunos. Já nas ações políticas em Paulo Freire, veremos que será preciso outro entendimento sobre a escola e sobre o ensino-aprendizagem dentro da sala de aula para que essa tradução seja possível.

O primeiro capítulo trata da busca pela definição do conceito de cuidado de si e suas nuances. Dividido em seis partes, o capítulo abordará aspectos necessários para a sua compreensão de forma geral, tais como a individualidade (quais individualidades estamos falando?); a relação entre disciplina, trabalho e tempo; a relação que devemos ter com o conhecimento; a nossa relação com os prazeres; a relação entre corpo e alma; e as relações entre as ações boas e más que dependem de nós.

Na segunda parte, a análise será tanto histórica como conceitual, a relação do cuidado de si com o conhecimento de si para melhor entendermos as diferenças entre um e outro e como historicamente o “conhece-te a ti mesmo” tornou-se um conceito majoritário quando se fala da filosofia ocidental. Essa exposição se torna necessária na medida em que sujeita a forma como se dá o pensamento e, conseqüentemente, como se formula a educação, ou seja, quero mostrar que é possível outra forma de fazer educação, a partir do cuidado de si. Na terceira parte, iremos tratar de como o cuidado de si se relaciona com a vida pública, um problema poliético, pois apesar da diferença da concepção de cuidado de si para Platão em relação aos Helenísticos, a relação do cuidado de si com a vida pública serve para enfatizar que o cuidado de si é também um cuidado com o outro na medida que cuida de si mesmo.

Na quarta parte, a problemática vai ser responder de que maneira posso obter prazer como convém, um problema ético. Como posso moderar, limitar, regular esse prazer? Como posso justificar certos princípios que submeterão os prazeres? Como posso sujeitar esses prazeres de tal modo que eles sejam a minha própria semelhança enquanto aquele que cuida de si? Mas, afinal, o que essa discussão pode nos ajudar a pensar sobre

a educação, de uma forma geral, e o ensino de filosofia, especificamente? Vamos ver que o modo como lidamos com o prazer está estritamente ligado à forma como estudamos e se não sabemos lidar com esse prazer, se o transformamos em vício, podemos perder controle sobre nossos desejos, influenciando nossas ações. No contexto do ensino de filosofia, não há uma brecha para pensarmos sobre o prazer em sala de aula?

Na quinta parte, vamos analisar com Epicuro e Cícero, as relações da filosofia (cuidado de si) com a velhice e a morte para mostrar a parte prática deste conceito, como a filosofia ajuda a viver esse período natural em nossas vidas, assim também é a adolescência, e se a fase da adolescência, adulta e da velhice estão interligadas, desta maneira, podemos concluir que as nossas ações têm consequências. O que fazemos, por exemplo, na adolescência, pode influenciar na velhice. Por isso, ensinar não temer a velhice é também ensinar a viver bem a adolescência. Além disso, isso evidencia uma outra perspectiva de como encarar a velhice. Essa discussão tem como objetivo mostrar que, através do estudo do conceito de cuidado de si, um certo tipo de prática pode proporcionar uma outra experiência de nós com nós mesmos e com relação ao mundo.

Na sexta parte, discutiremos sobre a *parrhesia* que é a tradução do falar conforme age. É importante, para o cuidado de si, não somente falar sobre, mas agir em busca desse cuidado. De certo modo, a *parrhesia* é um ato de rebeldia que tem em vista a liberdade e o dever que cada um tem sobre si e sobre o mundo, por isso mesmo, sua prática é importante para a efetuação do cuidado de si, pois nela há uma coragem necessária para a busca da verdade e do conhecimento. A prática da *parrhesia* é a fala, mas também pode ser a escrita, a escrita de si, presente no terceiro capítulo.

No segundo capítulo, o objetivo é transpor o conceito filosófico de cuidado de si para a educação. Para este fim, tivemos que percorrer um caminho. Na primeira parte do capítulo falaremos sobre qual experiência buscamos dentro da sala de aula, uma experiência baseada no conceito de cuidado de si. A segunda parte do capítulo está destinada a explicar a diferença entre explicação e inteligência, já que o nosso senso comum determina uma ligação entre ambas. Ao distanciar a inteligência da explicação, principalmente na pedagogia, outras possibilidades de ensino desvelam-se, tal como a possibilidade da educação pelo viés do cuidado de si, na medida que a explicação afastar o professor do aluno e a explicação afastar o aluno de sua independência intelectual. Para tal, usaremos o conceito de mestre ignorante.

A terceira parte mostrará que certos entendimentos de inteligência, certos modos de usar a inteligência não serão somente um problema pedagógico, mas político, quando

incentivamos (professores, políticos, sociedade) uma curiosidade ingênua em vez da crítica. A quarta parte volta a questão da experiência ao perguntar por que, afinal, alguém se torna professor? Quais sentimentos temos enquanto professores? Se não são sentimentos de frustrações como muitos professores sentem quando entram em sala de aula, por existir a discrepância entre o intelectual e o emocional, o objetivo então será seguir um caminho onde o intelectual e o emocional possam se encontrar, e talvez esse caminho esteja na perspectiva da educação pelo viés do cuidado de si.

No terceiro capítulo, a intenção é fazer uma análise de alguns diários produzidos pelos alunos do primeiro ano do ensino médio na escola IFMT- São Vicente. Uma das avaliações do terceiro bimestre deste ano (2018) foi a produção de um diário, no qual os alunos deveriam falar de si durante uma semana e o objetivo desse diário era refletir, pensar, sentir a si mesmo, ou seja, os alunos deveriam falar de si; mais do que uma simples descrição de um dia comum, mas sim, para que refletissem em seus próprios atos, em seus próprios pensamentos. O objetivo da avaliação era fazer com que os alunos pudessem ter uma maior consciência de si por si mesmos, provando que através da escrita podemos cuidar de nós mesmos. Além disso, com o foco na educação, exercícios baseados no conceito do cuidado de si é possível em sala de aula. O auxílio teórico deste terceiro capítulo será o texto “escrita de si” de Michel Foucault presente na obra *Ditos e Escritos V – Ética, Sexualidade, Política*; em que discute a importância da escrita na busca pela consciência de si.

Capítulo 1: Cuidado de Si como escolha de vida

Neste capítulo, além de buscar a definição do conceito de cuidado de si e suas consequências práticas, também abrirá caminho para os dois capítulos seguintes. No segundo, com uma ideia já estabelecida do cuidado de si, podemos traduzir esse conceito para pensar uma outra forma de experimentar a escola e a sala de aula. No terceiro capítulo, ao colocar em prática uma das técnicas (a escrita de um diário) voltada ao cuidado de si, teremos um norte do que buscamos ao analisar esses diários. Assim sendo, esse capítulo se torna importante na medida em que é a base teórica dos outros dois capítulos.

No ponto de partida, convém demarcar que aquilo que se entende por cultura de si, que segundo Foucault, principalmente nas obras *A Hermenêutica do sujeito* e o volume terceiro da *História da sexualidade – o cuidado de si*, é o resultado de uma prática do cuidado de si e de técnicas inventadas com o objetivo de se chegar a esse cuidado. A cultura de si é, segundo Foucault

por essa expressão é preciso entender que o princípio do cuidado de si adquiriu um alcance bastante geral: o preceito segundo o qual convém ocupar-se consigo mesmo é em todo caso um imperativo que circula entre numerosas doutrinas diferentes; ele também tomou a forma de uma atitude, de uma maneira de se comportar, impregnou formas de viver; desenvolveu-se em procedimentos, em práticas e em receitas que eram refletidas, desenvolvidas, aperfeiçoadas e ensinadas; ele constitui assim uma prática social, dando lugar a relações interindividuais, a trocas e comunicações e até mesmo a instituições; ele proporcionou, enfim, um certo modo de conhecimento e a elaboração de um saber. (FOUCAULT, 1985, p. 47, 48).

Desta forma, indicará uma maior exigência e atenção da pessoa humana consigo mesma, numa quase fuga das interdições internas e externas, da mobilização ou criação de códigos para que esta cultura seja alcançada. As interdições, mobilizações e criação de códigos serão frutos destas técnicas. Quais técnicas são essas? A escrita de si (em forma de diário ou correspondência, que apresentaremos à frente) é um exemplo dessas técnicas de si, outros exemplos são a meditação e o exame de consciência. Deste modo, podemos pressupor que o cuidado de si vai além do campo filosófico e toma a forma de atividades (BARROS II, 2012, p. 04), com o pressuposto que visa uma melhor conduta consigo mesmo e com o mundo.

Logo, por não se tratar de um tipo de estatuto em vista de mecanismos de controle, o pensamento desta cultura pode ser tomado no conjunto dos conselhos sobre a vigilância para consigo mesmo, que se constitui em termos reflexivos em razão da necessidade de combate das inquietações do corpo e da alma, e, de modo que, sendo filosófico, tem que ser amplo, permanente, exaustivo. Mas se não são mecanismos de

controle, o cuidado de si seria, em vez disso, um autocontrole? Qual exatamente é a diferença entre controle e autocontrole? Em um primeiro momento, o cuidado de si pode parecer um controle efetuado pelo exterior – o professor, o sábio, o mestre – criando uma miragem, uma ilusão capaz de transformar as ações produzidas por esses mecanismos em ações conscientes. Mas o cuidado de si não pode efetuar-se neste aspecto, pois as ações provocadas são de fato conscientes em si mesmas na medida em que o conceito visa, de certa forma, criar outras experiências de uma existência focada no interior. Ou seja, as ações não partem de uma demanda do exterior, por isso mesmo são conscientes.

Na perspectiva educacional, o professor ou o mestre mostram o caminho, mas não caminham e também não devem ensinar como caminhar. Os exercícios, as meditações, as reflexões de como levamos a vida, tudo isso deve ser instigado, mas não obrigado. A consciência de sua importância (dos exercícios, da meditação) e a atenção para as práticas devem ser legitimadas por nós e mais ninguém. Mostrar que a vida pode ser vivida de uma maneira diferente do que é mais aceito socialmente, mostrar o caminho para tal não é nenhuma forma de obrigar ou construir uma cultura que se transforme, com o passar do tempo, em mecanismos de controle. Antes de tudo, a cultura de si exige plena consciência de si e de suas ações.

A cultura de si exige certo individualismo, mas não qualquer ação individualista, como veremos logo adiante, que irá traduzir-se na cultura de si na qual nos referimos. E para compreender isto, pode-se indicar três ações individualistas (FOUCAULT, 1985, p. 47, 48) produzidas por um sujeito da ação e, uma ação individualista não significa necessariamente uma ação egoísta, “mas a de uma intensificação da relação consigo pela qual o sujeito se constitui enquanto sujeito dos seus atos” (FOUCAULT, 1985, p. 47). Além disso, essas ações individualistas podem estar ou não relacionadas umas com as outras, sem que essas relações configurem uma necessidade.

As três ações individualistas são: (a) a que coloca valor absoluto na singularidade e no grau de independência do indivíduo em relação ao grupo; (b) a valorização da vida privada e sua relação com a família, com suas formas de atividades domésticas e com seus interesses patrimoniais; (c) e a intensa relação consigo mesmo, onde o indivíduo se torna objeto de conhecimento e ação, com o intuito de transformar-se, corrigir-se, purificar-se e promover a independência de sua própria ação. É somente neste terceiro tipo de individualismo que irá ocorrer o cultivo da chamada cultura de si (FOUCAULT, 1985, p. 48).

Foucault explica que a cultura de si pode ser caracterizada pelo princípio “ter cuidados consigo”, apresentado como aquilo que irá fundamentar a necessidade desta cultura de si, como o conjunto de escolhas e ações que possibilitem o comandar seu desenvolvimento e o organizar de modo autônomo a sua própria vida.

Pode-se considerar brevemente essa cultura de si pelo fato de que a arte da existência – a *techne tou biou* sob as suas diferentes formas – nela se encontra dominada pelo princípio segundo o qual é preciso ‘ter cuidados consigo’; é esse princípio do cuidado de si que fundamenta a sua necessidade, comanda o seu desenvolvimento e organiza a sua prática (FOUCAULT, 1985, p. 49).

O cuidado de si é explicado pela liberdade de usar a si próprio e não tem como significado, seja em homens ou em mulheres, a prática de um cuidado que se faz por meios externos, por causa de meios externos, como a exigência do cuidado do corpo em vista de uma beleza padronizada.

A razão, na cultura de si, se apresenta como um conhecimento, um conhecimento de si, “nessa prática (do cuidado de si), ao mesmo tempo pessoal e social, o conhecimento de si ocupa evidentemente um lugar considerável” (FOUCAULT, 1985, p. 63). O conhecimento de si será como um instrumento integrador e controlador que nos permite usar, quando e como queremos, o nosso corpo e a nossa alma, além dela própria. Em outras palavras, nós só podemos cuidar de nós mesmos, porque possuímos uma razão capaz de transformar como objeto de estudo, as coisas do mundo e a si própria.

Cuidar de si exige disciplina, pois é uma atividade que requer uma total constância em todo o tempo da vida, e enquanto houver vida. Mas é preciso dizer o que se entende, no presente trabalho, pelo significado de disciplina: não podemos entendê-la como um simples indutor de submissão, e sim, também como um aspecto fundamental para a liberdade. Então, é preciso dizer que “Disciplina é liberdade”¹, do modo como disse um compositor de música popular brasileira.

Por outro lado, a disciplina, solicitada dentro do contexto do cuidado de si, é também um exercício de atividade relativamente controladora, pois as técnicas usadas nesse cuidado requerem trabalho, foco e insistência para que se dê conta das necessárias ocupações referentes ao cuidado de si. Desta forma, o cuidado de si torna-se um labor, um ato trabalhoso.

¹ Música *Tempo Perdido* da banda Legião Urbana. Compositor: Renato Russo. Ano de gravação: 1986. Cd: Dois.

O termo *epimelia* [ocupar-se, preocupar-se] 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 *epimelia* implica um labor (FOUCAULT, 1985, p. 55, 56).

A cultura do cuidado de si e a prática que requer, além de disciplina e trabalho, tempo. E a devida reserva de tempo em que se esquece de outras coisas e se volta para si. Já não causa espanto o fato de que a nossa vida vulgar (cotidiana, mundana, consumidora) esteja provocando nas pessoas o esquecimento de si mesmo. Daí a importância do trabalho de si (tarefas, ocupações que pedem disciplina em benefício de um maior cuidado de si mesmo) em virtude desse cuidado, e com dedicação de tempo específico em meio às tarefas e obrigações do dia a dia, e inclusive em vista da superação do cansaço do final do dia.

Observa-se, por exemplo, o modo de comportamento de muitos diante da possibilidade de se dispor de um tempo livre, quando se decide pela busca de algum prazer (entendendo esse prazer, como conceitualiza Epicuro²: não é um prazer exagerado, intemperante, mas o prazer que vai servir ao corpo e a alma em busca de saúde e serenidade. É o prazer de quem pratica o cuidado de si, mas veremos a questão do prazer com o cuidado de si mais adiante), seja com a família, seja com amigos, na praia ou no bar. Mas, o que é esse tempo livre?

A atual proeminência do chamado tempo livre sobre o tempo do trabalho, enquanto um tempo social forte, somente ocorre porque ele se tornou um tempo de produção, viabilizado pelas novas tecnologias, pela indústria cultural e pelo consumo. Não visa à emancipação humana, mas à expansão do mercado (ESTRAMIANA; SEVERIANO, 2012, p. 69).

Indo além, José Estramiana e Maria Severiano, citando Adorno, afirmam que o tempo livre, assim como o tempo de trabalho, é abstrato e alheio ao ser humano, pois em ambos o poder do capital atua e domina. Não temos escolha, somos obrigados a ter um tempo do trabalho e a um tempo do lazer. Interpretando Adorno, José Estramiana e Maria Severiano dizem que podemos definir tempo livre de duas maneiras: tempo de lazer ou

² A importância de Epicuro e do porquê ele se encontra neste trabalho, segundo Foucault: “para os epicuristas, *A carta a Meneceu* dava acesso ao princípio de que a filosofia devia ser considerada como exercício permanente do cuidado de si”. Desta maneira, para lidarmos corretamente com os prazeres pela perspectiva do cuidado de si, que é um dos temas centrais da *Carta a Meneceu*, e para termos uma compreensão ampla do conceito de cuidado de si, Epicuro se torna fundamental na argumentação.

tempo de descanso e contemplação. Mas que na contemporaneidade não faz sentido, pois assim como tempo de trabalho (jornada de trabalho na qual o trabalhador cede seu tempo para uma empresa, seja pública ou privada), ambos seguiriam a lógica do mercado, do capital. Neste sentido, tudo o que esse tempo livre produz é automático, o prazer é automático, não refletido, não um fim em si mesmo; é somente mais um instrumento do capital.

Percebe-se que este prazer não é pensado, racionalizado em virtude de si mesmo, mas, quase ao contrário, se torna um prazer escapista³, automático e dependente. Ou seja, o tempo livre na atual sociedade é usado em vista de forças exteriores (poder do capital, indústria cultural, tecnologias digitais).

O foco do trabalho, mais especificamente, deste capítulo é o conceito de cuidado de si. Por isso, mesmo as chamadas forças exteriores estão aqui para exemplificar como, na verdade, o tempo livre, tal como o conhecemos na contemporaneidade, e as ações derivadas deste tempo livre, não são espontâneas, refletidas, conscientes. Desta maneira, aumentando mais a nossa distância do cuidado de si e de uma cultura de si, tais como a obrigação de divertir-se para que o tempo de trabalho tenha sentido, para que a justificativa do modo como o trabalho é instrumentalizado, possa, de fato, efetuar-se. Mas essa maneira descaracteriza o próprio tempo livre, pois hoje sua existência se deve ao objetivo de implementar sentido ao tempo trabalhado, em vez de ser um tempo dedicado ao ócio, entendendo o ócio como tempo de repouso e contemplação (ESTRAMIANA, J. L. A; SEVERIANO M. F. V, 2012, p. 69).

Diante disso, reitera-se que cuidar de si mesmo requer tempo, pois é uma atividade abrangente que vai desde o cuidado com o corpo – regimes de saúde, exercícios físicos, modos de satisfação das necessidades – até a alma – meditações, leituras, anotações, memorização para que elas possam ser aplicadas.

É por isso que Foucault diz, em relação a esse tempo do cuidado de si, que

esse tempo não é vazio: ele é povoado por exercício: ele é povoado por práticas, atividades diversas. Ocupar-se de si não é uma sinecura. Existem os cuidados com o corpo, os regimes de saúde, as anotações que se toma sobre livros ou conversações ouvidas, e que já se sabe mas

³ Através do artigo *A ilusão da felicidade: autofagia, angústia e barbárie na sociedade de hiperconsumo*, de Wellington Fontes Menezes, podemos entender o prazer escapista como “prazeres egocêntricos na multidão de gozos possíveis” (p. 272) e tendo como consequência, a ansiedade. E esse sentimento de ansiedade só pode ser abreviado quando consumimos esses possíveis gozos, em um ciclo sem fim. É bastante intensa essa discussão prazer versus consumo e todas as nuances e todas as questões que podem nascer deste alinhamento (prazer x consumo), mas não é o foco deste trabalho.

de que convém apropriar-se ainda melhor (FOUCAULT, 1985, p. 56/57).

Desta maneira, pressupomos que o princípio do cuidado de si é um princípio universal, porque é destinado a todos os seres humanos, porém ao requerer disciplina, trabalho e certa consciência de si, o cuidado de si exige uma certa mudança de comportamento, de modo de vida, de uma particularidade específica para que se instaure – a instauração talvez ocorra concomitantemente entre a consciência de si e a mudança no modo de vida.

De todo modo, é uma certa forma de vida particular e, na sua particularidade, distinta de todas as outras vidas, que será considerada como condição real do cuidado de si. [...] O cuidado de si implica sempre uma escolha de modo de vida, isto é, uma separação entre aqueles que escolheram este modo de vida e os outros” (FOUCAULT, 2006, p. 139).

O cuidado de si é uma ação individualizada, mas não individualizante. Não está voltado somente para si, como se o indivíduo fosse um mundo fechado, pois é uma prática em que o indivíduo, cuidando de si, torna-se uma espécie de ponte para o meio onde se vive, para a sociedade. Ou seja, só podemos dar o nosso melhor para o outro, só podemos cuidar do outro, só podemos amar o outro quando cuidamos de nós mesmos, quando amamos a nós mesmos. Segundo Foucault, “quem se ocupa consigo – é o que acabei de lhes mostrar – torna-se capaz de ocupar-se com o outro” (FOUCAULT, 2006, p. 139). E mais, sobre a atividade do cuidado de si: “ela não constitui um exercício da solidão, mas sim uma verdadeira prática social” (FOUCAULT, 1985, p. 57).

O objetivo fundamental do cuidado de si, principalmente no período helenístico nos séculos I e II⁴ será o eu e não a cidade ou o outro como é, por exemplo, em Platão, quando Foucault, de certa forma, traduz o cuidado de si platônico com a seguinte interrogação: “qual o eu de que devo ocupar-me a fim de poder, como convém, ocupar-me com os outros a quem devo governar?” (FOUCAULT, 2006, p. 51). Se por ventura, o outro é cuidado quando cuido de mim mesmo, é por consequência e não por finalidade. A recompensa é sempre encontrada quando o objeto de uma finalidade, e esse objeto é o próprio eu que devemos cuidar, olhar, praticar.

⁴ Foucault vai enumerar a diferença entre o cuidado de si platônico e o helenístico: “Primeiro, ocupar-se consigo tornou-se um princípio geral e incondicional, um imperativo que se impõe a todos, durante todo o tempo e sem condição de status. Segundo, a razão de ser de ocupar-se consigo não é mais uma atividade bem particular, a que consiste em governar os outros. Parece que ocupar-se consigo não tem por finalidade última este objeto particular e privilegiado que é a cidade, pois, se se ocupa consigo agora, é por isso mesmo e com finalidade em si mesmo”. (FOUCAULT, 2006, p. 103).

O eu é a meta definitiva e única do cuidado de si. Por conseguinte, esta atividade, esta prática do cuidado de si, em nenhum caso pode ser considerado como pura e simplesmente preliminar e introdutória aos cuidados dos outros (FOUCAULT, 2006, p. 216).

Para finalizar essa relação entre o eu e o outro – o mundo, as pessoas –, devemos deixar claro que não é porque o eu é a finalidade do cuidado de si, que devemos menosprezar a relação e o conhecimento que deriva dessa relação entre o eu e o mundo, entre o eu e as pessoas; não há uma dicotomia entre as coisas do mundo e a natureza humana. A questão de fundo é o modo como lidamos com os conhecimentos que derivam do mundo: ao adquirir esses conhecimentos, o que fazemos para melhorar a nós mesmos? É aqui que entra a questão do conhecimento útil ou inútil. O conhecimento útil é aquele que usamos para modificar a nós mesmos e o inútil é aquele que serve apenas como ornamento, retórica, sem causar qualquer tipo de reflexão.

Quando o saber, quando o conhecimento tem uma forma, quando funciona de tal maneira que é chamado a produzir o êthos, então ele é útil. E o conhecimento do mundo é perfeitamente útil: pode fabricar o êthos (assim também, o conhecimento dos outros, dos deuses) (FOUCAULT, 2006, p. 290).

Portanto, não é o ato de conhecer que é importante, mas a relação que temos enquanto sujeitos com esse conhecimento. Se esses conhecimentos, se a partir deles, nós construímos uma visão do mundo que nos rodeia, se construímos uma visão de nós mesmos, os conhecimentos deixam de ser algo frio, distante, “sem serventia” para a vida prática e pessoal. A criação de laços (subjetividade) com esses conhecimentos é importante, pois mesmo que esses conhecimentos tenham objetivos práticos, se tornem objetos, eles, ainda assim, não estarão distantes no quesito envolvimento, emoção, paixão.

Outro fator importante é entender o porquê do cuidado de si ser uma prática social: quando um homem ou uma mulher já possui todas as ferramentas e caminhos para as práticas do cuidar de si, pode-se aconselhar e dirigir alguém que quer seguir por este caminho através de ensinamentos, exercícios, atividades, para evitar que ignore a si mesmo, construindo uma espécie de entrelaçamento entre indivíduos. O que são esses entrelaçamentos? São fundadores das relações sociais visando uma atenção maior a si mesmo, em contrapartida da automatização entre indivíduos quando a sociedade ou um conjunto de pessoas ignora a si mesmo. “O cuidado de si – ou os cuidados que se tem com o cuidado que os outros devem ter consigo mesmos – aparece então como uma intensificação das relações sociais” (FOUCAULT, 1985, p. 58,59).

A filosofia, sob o aspecto do cuidado de si, está relacionada com a medicina, pois ambas tratam tanto da doença do corpo, como das perturbações da alma. Uma influencia a outra: quando nosso corpo está doente, pode influenciar o humor da alma, quando a alma está perturbada, pode causar consequências ao corpo. O médico, aqui, não se interessa somente pela saúde do corpo, mas também da alma, pois sabe que o corpo pode ser influenciável, por outro lado, o filósofo também se interessa pelo corpo para que este não influencie negativamente a alma.

À perturbação do corpo como ao movimento involuntário da alma; e num caso como no outro, refere-se a um estado de passividade que, para o corpo, toma a forma de uma afecção que perturba o equilíbrio de seus humores ou de suas qualidades e que, para a alma, toma a forma de um movimento capaz de arrebatá-la apesar dela própria (FOUCAULT, 1985, p. 59, 60).

Apesar de que aqui o corpo não é subjugado à alma, ao contrário, tem a mesma equivalência quando se trata de evitar os males, ainda assim, o corpo não é a alma, e se tiver que escolher, em uma situação hipotética, entre curar os males do corpo ou da alma, deverá sempre escolher os da alma, pois estes vão ser considerados os verdadeiros problemas. As perturbações da alma são as mais difíceis de se detectar do que as doenças do corpo, estas são geralmente perceptivas tanto ao doente como a um outro, e as piores doenças corporais são aquelas que o doente, sem o auxílio do outro, não pode se reconhecer doente, como a epilepsia. Já as doenças da alma, geralmente, passam despercebidas tanto do doente como daqueles que o rodeiam, podendo durar anos até que se perceba doente, nesse entreveio, vai ser comum a doença se mascarar, seja por uma virtude, como a da coragem – uma pessoa angustiada que não dá muito valor à vida, pode praticar ações perigosas dando a entender que não possui medo – ou mesmo disfarçar uma característica pessoal que acaba não sendo tão pessoal assim – a paranoia, por exemplo.

O cuidado de si é, antes de mais nada, um cuidado com o corpo para que não prejudique a alma; é um cuidado com a alma para evitar que o corpo prevaleça. Se para isso precisa ser corrigido, formado, instruído e, de certa forma, disciplinado, então assim seja, mas sempre lembrando que aqui o intuito não é a dominação. Para que esse controle ocorra, será preciso exercícios de abstinência e de pobreza (jejum, dieta, balanceamento do consumo), onde tanto o corpo como a alma estarão familiarizados com a situação.

Como já foi dito, o cuidado de si é um exercício permanente, sendo necessário, nesta constância, uma pausa para a reflexão, tais como ensina os estoícos – geralmente

no começo e no fim do dia: que atitudes o dia de hoje exigirá de mim? Em quais situações eu posso ser pego de surpresa? No dia transcorrido, minhas atitudes foram baseadas na virtude ou no vício? Em todas as situações, soube lidar com elas de tal maneira que não me prejudiquei ou prejudiquei ao outro? Se a resposta for positiva, conseqüentemente, haverá uma apreciação de si, uma espécie de paz – que não diminui ou anula a mesma vigilância para consigo mesmo no outro dia –, mas se for negativo, não haverá punição como a sentença de um juiz ao réu, e sim tomada de consciência de que os vícios estão sempre em volta e um caminho para afastá-los não foi bem sedimentado.

Parece que o exame da manhã servia sobretudo para considerar as tarefas e obrigações do dia a fim de se ficar suficientemente preparado para elas. O exame da noite era consagrado de maneira muito mais unívoca à memorização do dia Transcorrido (FOUCAULT, 1985, p. 65, 66).

A filosofia na perspectiva do cuidado de si vai muito além das leituras de textos, da explicação e entendimento de uma teoria abstrata, se transformando em uma arte de viver, em uma atitude concreta perante a vida, em um estilo de vida que abrange toda a nossa existência. Segundo Hadot, “a filosofia não consiste no ensino de uma teoria abstrata, ainda menos na exegese de textos, mas numa arte de viver, numa atitude concreta, num estilo de vida determinado, que engloba toda a existência” (HADOT, 2014, p. 22). Essa perspectiva da filosofia sob tutela do cuidado de si, no segundo capítulo, através das teorias de ensino baseadas em Rancière e Paulo Freire, transporta o cuidado de si da filosofia para o campo da educação, sempre com uma pergunta em mente: como é uma ação visando o cuidado de si dentro da educação?

Com o resultado disso, a filosofia busca a autenticidade da vida humana em vez de uma obscurecida inconsciência, de uma corrosão das preocupações mundanas, onde o homem possa atingir a consciência de si, a paz, a liberdade e a visão exata do mundo.

Neste sentido, o que será a principal causa do sofrimento e da inconstância do homem moderno? Para os helenísticos, é a paixão por isso mesmo, nesta perspectiva, a filosofia, antes de ensinar os silogismos, deve ajudar a combater as paixões que tiram os homens de seus eixos, que os impedem de atuar verdadeiramente em busca da completude, tanto do homem com a sociedade, como do homem consigo mesmo.

A filosofia do cuidado de si, em uma perspectiva estoica, é filosofia moral, pois trata das práticas e ações boas e más. Existem dois tipos de bem e dois tipos de mal. Há bens que se podem obter e há males que se podem evitar. A filosofia moral deve se concentrar aqui, pois é aqui que o homem pode fazer a diferença. Por outro lado, existem

bens que não podemos alcançar com nossas próprias pernas e existem males que não podemos evitar, não dependem de nós, pertencem ao curso da natureza, são obras do destino; a única coisa que podemos fazer é aceitar da melhor maneira possível, ou seja, aceitar com virtude, virtuosamente.

Saber lidar com o bem e com o mal, que é independente de nossas ações, requer uma espécie de amadurecimento da alma. Esse amadurecimento seria alcançado, segundo os filósofos helenísticos, com exercícios que controlam o que desejar, quando e como devemos agir e o que devemos pensar. Mas estes exercícios não são simples exercícios de gramática, por exemplo, pois ocorre uma transformação de personalidade de quem praticou. Dado que eles produzem certa atenção⁵, uma certa concentração de si ao momento, ao agora, e quanto mais atenção eu tenho, melhores serão os exercícios praticados para alcançar uma consciência de si, um cuidado de si. Pois bem, essa atenção nos faz esquecer o passado e o futuro, nos recoloca no presente e em seus acontecimentos, desta forma, nos preparamos para as diversas circunstâncias da vida, nos colocando de prontidão aos acontecimentos bruscos que hora e meia sempre aparecem em nossas vidas.

A partir deste momento, o texto será dividido em tópicos, tendo o enfoque na conexão entre o cuidado de si e a verdade, sendo algumas partes tratando diretamente essa conexão, outras indiretamente mostrando que essa conexão precisa de meios, sustentações para que possa ser efetivada. As partes são: o cuidado de si e o conhecimento de si; o cuidado de si e a vida política; o cuidado de si e o prazer; o cuidado de si e a velhice e morte; o cuidado de si e a *parrhesia*.

O Cuidado de Si e o Conhecimento de Si

O conhece-te a ti mesmo, como expressão, tem início como um preceito de Delfos e não possuía o significado que posteriormente irá assumir na filosofia. “O que estava prescrito nesta fórmula não era o conhecimento de si, nem como fundamento da moral, nem como princípio de uma relação com os deuses” (FOUCAULT, 2006, p. 05, 06). Na verdade, o conhece-te a ti mesmo não era o único preceito que existia na comunidade religiosa de Delfos, havia três, que formavam uma espécie de conselho. O primeiro é o *meden ágan* (nada em demasia), que significava basicamente: não consultar os deuses com muitas questões, só aquilo que é realmente útil e necessário. O segundo

⁵ Segundo Hadot: “a atenção é a atitude espiritual fundamental do estoico. É uma vigilância e uma presença de espírito contínua, uma consciência de si sempre desperta, uma tensão constante do espírito.” (2014 p. 25).

preceito é o *engýe* (cauções), que significava não fazer promessas, não se comprometer com os deuses se você não pode cumprir com suas promessas. O terceiro preceito é *gnôthi seautón* (conhece-te a ti mesmo), que significa:

no momento em que vens colocar questões ao oráculo, examina bem em ti mesmo as questões que tens a colocar, que queres colocar, e posto que deve reduzir ao máximo o número delas e não as colocar em demasia, cuida de ver em ti mesmo o que tens precisão saber (FOUCAULT, 2006, p. 06).

Outra interpretação possível para o preceito délfico do conhece-te a ti mesmo proposto por Foucault: “é preciso continuamente lembrar-se de que afinal, é-se somente um mortal, e não um deus, devendo-se, pois, não contar demais com sua própria força nem se afrontar com as potências que são as da divindade” (FOUCAULT, 2006, p. 06).

Como o conhece-te a ti mesmo transformou-se de um simples preceito que tinha como função aconselhar as pessoas que se dirigiam à comunidade de Delfos para pedir conselho aos deuses, em ponto crucial para o surgimento da filosofia ocidental? A tal ponto de jogar para a periferia o conceito de cuidado de si, que, segundo Foucault, é o primeiro despertar, a primeira possibilidade do homem e da mulher no campo da filosofia, pelo menos da filosofia ocidental. O cuidado de si não desaparece, mas fica na sombra de toda a história da filosofia ocidental, de modo que Foucault quando decide se debruçar sobre o cuidado de si e defender que é esse conceito onde verdadeiramente nasce a filosofia:

é um tanto paradoxal e sofisticado escolher essa noção, pois todos sabemos, todos dizemos, todos repetimos, e desde muito tempo, que a questão do sujeito (questão do conhecimento do sujeito, do conhecimento do sujeito por ele mesmo) foi originalmente colocada em uma fórmula totalmente diferente e em um preceito totalmente outro: a famosa prescrição délfica do *gnôthi seautón* (‘conhece-te a ti mesmo’) (FOUCAULT, 2006, p. 06).

Seguindo por esse raciocínio, de que o conceito de cuidado de si é o primeiro despertar filosófico entre os gregos, pressupomos que o preceito conhece-te a ti mesmo é subordinado ao preceito cuidar de si mesmo, pois é um preceito anterior e que, pelo menos no começo, serve como uma consequência, uma aplicação correta e precisa de uma regra geral. É preciso, antes de mais nada, que se ocupe de si mesmo, que não se esqueça de si mesmo, que tenha cuidados consigo mesmo para então poder conhecer quem é. É através da noção de cuidado de si que se funde a necessidade de elaborar a noção de conhece-te a ti mesmo. Parece estranho: para nós, ocidentais modernos, a normalidade é o caminho

oposto, conhecemos a nós mesmos primeiro para depois cuidarmos de nós mesmos. Invertemos os papéis, mudamos as regras do jogo.

Para entendermos melhor essa mudança no jogo que ocorreu ao longo de toda a história da filosofia, será preciso saber um pouco mais da noção de cuidar de si mesmo para saber o ponto de intersecção entre os dois conceitos. Será preciso saber três coisas: a) o cuidado de si é, antes de mais nada, uma atitude geral de como encarar as coisas, de estar no mundo, de praticar ações e de ter relações com o outro. “A *epiméleia heautoû* (cuidado de si) e uma atitude – para consigo, para com os outros, para com o mundo” (FOUCAULT, 2006, p. 14). (b) O cuidar de si exige uma mudança no olhar onde o foco não será o exterior (os outros, o mundo), mas o “si mesmo” – e essa mudança e esse desvio do olhar não surge do nada, mas através de exercícios e meditações. “O cuidado de si implica certa maneira de estar atento ao que se pensa, e ao que se passa no pensamento” (FOUCAULT, 2006, p. 14). (c) Além disso, o cuidar de si significa agir de si para consigo onde esse agir modifica, purifica, transforma, transfigura o agente da ação. Os cuidados de si exigem práticas, exercícios (meditações, memorização do passado, exame de consciência, verificações das representações, na medida em que elas se apresentam no espírito) (FOUCAULT, 2006, p. 06) capazes de nos fazer pensar em nós mesmos.

Há algumas intersecções entre o cuidar de si e o conhece-te a ti mesmo que possibilitou a conceitualização de um preceito que antes situava-se na área do conselho. Imaginemos em uma paisagem da Atenas antiga onde, por sorte, podemos ser público de uma discussão filosófica entre um jovem e um velho. O jovem diz: eu quero cuidar de mim mesmo, ocupar-me comigo mesmo, mas não sei como proceder de tal maneira; então o velho responde: antes que possa cuidar de si mesmo, você sabe o que significa esse “cuidar de si”, sabe o que significa esse “ocupar-se”, o que é o “si mesmo”? Antes de ocupar realmente consigo mesmo, é preciso saber o significado disso. E como poderá obter essas respostas a não ser olhando para si, olhando para tua alma, descobrindo que nela estão todas as ideias, todas as respostas. É somente através dela que você, meu jovem, terá as respostas, poderá chegar à verdade e ter um conhecimento pleno de ti, só desta maneira, então, tu poderás cuidar verdadeiramente de ti.

Foucault perguntará, um pouco, pareceu-me, desolado:

Por que, a despeito de tudo, a noção de *epiméleia heautoû* (cuidado de si) foi desconsiderada no modo como o pensamento, a filosofia ocidental, refez sua própria história? O que ocorreu para que se tenha privilégio tão fortemente, para que se tenha dado tanto valor e tanta

intensidade ao ‘conhece-te a ti mesmo’ e se tenha deixado de lado, na penumbra ao menos, esta noção de cuidado de si que, de fato, historicamente, quando averiguamos os documentos e os textos, parece ter antes enquadrado o princípio do ‘conhece-te a ti mesmo’ e constituído o suporte de todo um conjunto que é, afinal de contas, extremamente rico e denso de noções, práticas, maneiras de ser, formas de existência, etc...? (FOUCAULT, 2006, p. 06).

Essa virada de importância entre os conceitos começa em Platão, desenvolvendo-se durante toda a história da filosofia, excetuando o período helenístico, principalmente os séculos I e II⁶, tendo seu pico no que chamamos de “momento cartesiano”⁷ – deixando claro que o “momento cartesiano” é o produto histórico e não a invenção de um homem só.

Para finalizar, como Platão executa essa virada, segundo Foucault? Platão diz que cuidamos de nós, porque somos ignorantes, no sentido de ignorar o que somos de verdade e de ignorar que ignoramos. E esse cuidado de si ao ser implantado em busca da cura de nossa própria ignorância, ele se efetivará por completo, essencialmente como o preceito do conhece-te a ti mesmo, e só podemos conhecer-nos a partir da alma, é ela que contém a verdade capaz de nos tirar da ignorância. Por fim, o último movimento, a reminiscência, onde a alma, através da busca de conhecimento e de um cuidado que possibilita esse conhecimento, lembrará o que é, e lembrando-se, descobre-se. Aqui há três movimentos: (a) precisamos cuidar de nós mesmos, porque somos ignorantes; (b) a ignorância se cura a partir de um conhecimento, de um conhecimento de si, e só podemos conhecer verdadeiramente a partir da alma; (c) a alma só pode conhecer, alcançar a verdade quando ela se lembra de onde veio, a partir daqui ela sabe o que é.

⁶ Assunto tratado por Foucault, ainda que de modo apenas superficial, na aula de 6 de janeiro de 1982 contida no livro *Hermenêutica do Sujeito*.

⁷ Segundo Foucault: “o momento cartesiano requalificou filosoficamente o *gnôthi seautón* (conhece-te a ti mesmo). Com efeito, e nisso as coisas são muito simples, o procedimento cartesiano, que muito explicitamente se lê nas *Meditações*, instaurou a evidência da origem, no ponto de partida do procedimento filosófico – a evidência tal como aparece, isto é, tal como se dá, tal como efetivamente se dá a consciência, sem qualquer dúvida possível. [É, portanto, ao] conhecimento de si, ao menos como forma de consciência, que se refere o procedimento cartesiano. Além disso, colocando a evidência da existência própria do sujeito no princípio do acesso ao ser, era este conhecimento de si mesmo (não mais sob a forma da prova da evidência, mas sob a forma da indubitabilidade de minha existência como sujeito) que fazia do “conhece-te a ti mesmo” um acesso fundamental à verdade. Certamente, entre o *gnôthi seautón* socrático e o procedimento cartesiano, a distância é imensa. Compreende-se, porém, por que, a partir deste procedimento, o princípio do *gnôthi seautón* como fundador do procedimento filosófico pôde ser aceito, desde o século XVII portanto, em certas práticas ou procedimentos filosóficos. Mas, se, pois, o procedimento cartesiano, por razões bastante simples de compreender, requalificou o *gnôthi seautón*, ao mesmo tempo, muito contribuiu, e sobre isso gostaria de insistir, para desqualificar o princípio do cuidado de si, desqualificá-lo e excluí-lo do campo do pensamento filosófico moderno” (FOUCAULT, 2006, p. 18, 19).

O Cuidado de Si e a Vida Política

Para Platão, segundo Foucault, aquele que está predestinado a governar deve cuidar de si mesmo para que possa cuidar bem da cidade e dos conterrâneos⁸. Para os estoicos, epicuristas e cínicos, todos podem, todos têm a possibilidade de cuidar de si mesmo⁹, curiosamente, poucos fazem, pois, a exigência de disciplina é grande. O cuidado de si para os helenísticos está mais para um modo de vida, sendo a finalidade última a busca da virtude, da sabedoria, da felicidade; por isso mesmo, a filosofia, sob o aspecto do cuidado de si, é “uma maneira de existir no mundo, que deve ser praticada a cada instante, que deve transformar toda a vida” (HADOT, 2014, p. 262). Ao contrário, para Platão, o cuidado de si possui uma posição política mais notória, na qual a pergunta será: como devo cuidar de mim mesmo para que eu possa governar? “O que é bem governar a cidade? Em que consiste o bom governo da cidade? Em que se o reconhece?” (FOUCAULT, 2006, p. 47) Este será o foco desta terceira parte – o cuidado de si mais platônico.

Há três condições para que o cuidado de si, na perspectiva platônica, seja efetuado. (a) Quem deve exercitar o cuidado de si? Jovens aristocratas destinados a governar (percebe-se que a prática do cuidado de si, aqui, é uma ação que vai ao encontro, preferencialmente, aos jovens); (b) esses jovens praticam o cuidado de si para que, no futuro, exerçam esse poder com soberania, com virtude; (c) o cuidado de si tem como forma principal o conhecimento de si mesmo, cuidar de si é conhecer-se.

A questão do privilégio político e social daqueles que poderiam ocupar-se consigo mesmos pode ser demonstrado por Foucault: Alexândrides, um espartano, é perguntado por que ele e outros deixam que estrangeiros cuidem de suas próprias terras, ao que responde: para que nós possamos cuidar, ocupar com nós mesmos. De fato, essa vinculação entre o cuidado de si e o exercício de poder na cultura antiga, mesmo entre os helenísticos, é algo bem comum, pelo menos esse cuidado de si filosófico¹⁰ (FOUCAULT,

⁸ Na aula de 6 de janeiro de 1982 (*A Hermenêutica do Sujeito*) Foucault discute sobre os privilégios estatutários daqueles que estão predestinados a governar, e só para estes existem as relevâncias das práticas que levam ao cuidado de si.

⁹ Essa discussão está contida na aula 20 de Janeiro de 1982 (*A Hermenêutica do Sujeito*) e também pode ser encontrada no livro de Hadot *Exercícios Espirituais e a Filosofia Antiga*, especialmente a parte VI intitulada A Lição da Filosofia Antiga, no capítulo A filosofia como maneira de viver.

¹⁰ Todos aqueles que possuíam o privilégio e o poder de exercitar práticas nos quais possibilitariam um cuidado de si mesmos, precisariam transformar este privilégio em ação, neste caso, política. Ou seja, não era todos os privilegiados que governariam a cidade, mas somente aqueles que ao estudarem e praticarem o cuidado de si, souberam transformá-los em ação política. Foucault, interpretando Platão, diz que o cuidado de si se torna filosófico – relevante para a cidade – no momento em que ele é praticado em prol da

2006, p. 47) que exige certo tipo de ócio que as classes mais baixas (refiro-me à época na qual viveu Platão, mas a classe baixa de nossa sociedade também não possui tempo e disposição, por diversos motivos, de se entregar ao ócio) não podem desfrutar.

A prática de si é, principalmente na teoria platônica, “consequência de uma situação estatutária de poder” (FOUCAULT, 2006, p. 47). Em contrapartida, esse privilégio só pode tornar-se efetivamente uma ação política, um governo efetivo, quando aquele que a possui, cuida de si mesmo. O cuidado de si é responsável pela transformação de um privilégio social para uma ação efetiva dentro da política.

Não se pode governar os outros, não se pode bem governar os outros, não se pode transformar os próprios privilégios em ação política sobre os outros, em ação racional, se não se está ocupado consigo mesmo. Entre privilégio e ação política, este é, portanto, o ponto de emergência da noção de cuidado de si (FOUCAULT, 2006, p. 48).

É preciso cuidar de si mesmo, ocupar-se consigo mesmo, mas afinal, o que isso significa de fato? Na perspectiva daqueles jovens aristocratas que estão destinados a governar, de que forma esse cuidado de si, a sabedoria proveniente desses conjuntos de técnicas, fornece a arte de governar bem os outros e a cidade?

Governar bem, governar como convém, o caminho já está desenhado, só não sabemos ainda, especificamente, o objeto deste cuidado. O eu é o objeto do cuidado de si, mas qual parte do eu? O caminho já está desenhado: o eu como objeto de um saber proveniente de um cuidado de si, de um governo de si, transformar-se no eu detentor deste saber unicamente responsável por um governo bom e justo para si e para os outros. A questão ainda continua de pé: qual dos meus “eus” devo incentivar mais para buscar esse governo? “Qual o eu de que devo ocupar-me a fim de poder, como convém, ocupar-me com os outros a quem devo governar?” (FOUCAULT, 2006, p. 48).

O eu principal, o objeto, com o qual devo me ocupar é a alma. O jogo aqui é interessante, pois utiliza como acessório algo essencial e base para toda a filosofia moderna: conhece-te a ti mesmo (FOUCAULT, 2006, p. 48). Para eu cuidar da alma, objetivo principal, eu preciso me conhecer e conhecer a alma. O conhece-te a ti mesmo não é o objetivo final, mas um meio para que eu possa cuidar de mim mesmo.

O cuidado de si é, antes de mais nada, um cuidado com a alma. Mas por que o “si mesmo”, para Platão, do cuidado de si é a alma e não o corpo? Por que não poderia ser o corpo com a alma em um conjunto? Porque o corpo aqui seria um instrumento como

cidade. Ao contrário dos helenísticos, que dizem que o cuidado de si é bom em si mesmo, ele é seu próprio fim.

o violão é instrumento do músico, como as mãos são instrumentos do massagista ou do artesão. O corpo é instrumento da alma, utilizando-se do corpo para realizar ações. E o que seria a alma?

E essa relação corpo-alma não devemos designar como instrumental (o corpo apenas um instrumento da alma), mas evidenciar a posição que a alma possui em relação ao corpo, aos objetos que nos rodeiam, aos outros; posição esta que será transcendental (no sentido da alma ser predestinada a ser alma) e singular. A alma ser predestinada a ser modificada e transformada, cuidar dela para ir em busca da verdade e da virtude é o objetivo final do cuidado de si.

Quando Platão (ou Sócrates) se serve da noção de *khrêsthai/khrêsis* para chegar a demarcar o que é este *heautón* (o que é por ele referido) na expressão “ocupar-se consigo mesmo”, quer designar, na realidade, não certa relação instrumental da alma com todo o resto ou com o corpo, mas, principalmente, a posição, de certo modo singular, transcendente, do sujeito em relação ao que o rodeia, aos objetos que dispõe, como também aos outros com os quais se relaciona, ao seu próprio corpo e, enfim, a ele mesmo” (FOUCAULT, 2006, p. 71).

Conhecendo quem somos, podemos cuidar de nós mesmos e, como consequência, cuidamos de nossa alma e, ao cuidar de nossa alma, conseguimos conhecê-la e, ao conhecê-la, podemos saber o que é o bem e o mal, o justo e o injusto. Este jogo entre o cuidado de si e o conhece-te a ti mesmo possibilita governar a alma e ter em mãos a verdade que ela carrega. Desta forma, ao governar a alma com seus preceitos e regras, saberemos governar uma cidade.

Para finalizar essa parte, devemos deixar claro que, para Foucault, interpretando Platão, o objeto do cuidado de si é o eu, mas a finalidade será a cidade. É a necessidade de fornecer a este ‘si mesmo’ – na expressão, “cuidar de si mesmo – uma definição capaz de implicar, abrir ou dar acesso ao saber necessário para um bom governo” (FOUCAULT, 2006, p. 50). De quem estamos falando? Do aristocrata predestinado a governar. Essa é a peça fundamental à cidade, à engrenagem principal, de certo que o cuidar de si, enquanto governante, é um cuidado de si mesmo, mas também da cidade como um todo, revelando que o cuidado de si possui um forte aspecto político. O jovem aristocrata cuida de si mesmo para que no futuro cuide bem dos outros.

O Cuidado de Si e o Prazer

Como o ser humano, enquanto animal racional, age, pensa, lida com o prazer? Como afeta e deixa de afetar, como prejudica ou não prejudica a sua vida? Enfim, como eticamente lidar com atos prazerosos, a fim de encontrar certa justa medida?

Questão não do que é permitido ou proibido dentro os desejos que se experimenta ou os atos que se comete, mas a questão de prudência, de reflexão, de cálculo, na maneira pela qual se distribui e se controla seus atos (FOUCAULT, 1984, p. 67, 68).

Antes de continuarmos a análise em Foucault, será importante discorrer sobre o que se entende por desejo, por felicidade e por prazer em Epicuro, pois acredito que o que esse autor tem a dizer sobre lidar com o prazer e conquistar a felicidade nos dá um bom modelo do que seria uma ação voltada ao cuidado de si. Um modelo fácil de visualizar até para os adolescentes do Ensino Médio, principalmente quando se faz a distinção entre prazeres que levam para a felicidade e prazeres que levam para a infelicidade, neste segundo caso, tendo a preferência da dor em relação ao prazer. Um exemplo: a dor de sentar e estudar para o vestibular, no final, vai trazer uma felicidade maior do que o prazer de passar o ano todo se divertindo, mas, no final, esse prazer que sentiu o ano todo vai ser inferior ao prazer de passar no curso que deseja. Escolho Epicuro pela didática que ele proporciona em sala de aula, além de ensinar o que é desejo, prazer e felicidade. Sua sistematização e explicação de como devemos lidar com o prazer é de fácil compreensão dos alunos, além de proporcionar vários exemplos de como certas dores são preferíveis a certos prazeres.

No que diz respeito aos desejos, Epicuro afirma que há os naturais e os inúteis. Entre os naturais há os necessários e os somente naturais; entre os necessários há os que são fundamentais para a felicidade, outros para o bem-estar, outros ainda para a própria vida. Essa divisão dos desejos é fundamental para entendermos a relação entre prazer e felicidade, os movimentos que essa divisão causa e as possibilidades de sentir prazer de diversas formas.

A finalidade da vida é a felicidade ou, concomitantemente, só se alcança a felicidade quando o corpo possui saúde e quando a alma é serena, deste modo, afastamos toda dor e todo medo. Quando atingimos a felicidade (saúde do corpo, serenidade da alma) não buscamos mais nada de fora para nos contemplar, satisfazemos, sentimos prazer com nós mesmos. “De fato, só sentimos necessidade do prazer quando sofremos pela sua

ausência, ao contrário, quando não sofremos essa necessidade não se faz sentir” (EPICURO, 2002, p. 37).

O prazer é o início e o fim de uma vida feliz, pois é na sua ausência que deixamos de ser felizes e é na sua completude que somos felizes. Deste modo, toda ação humana, toda escolha, toda recusa visa escolher o prazer e se distanciar da dor. Mas nem sempre devemos escolher o prazer em detrimento da dor. Há prazeres que os efeitos são desagradáveis e que podemos, no futuro, sofrer com suas consequências, em contrapartida, há dores que devemos suportar, porque irá nos reservar um prazer maior que a própria dor.

Convém, portanto, avaliar todos os prazeres e sofrimentos de acordo com os critérios dos benefícios e dos danos. Há ocasião em que utilizamos um bem como se fosse um mal e, ao contrário, um mal como se fosse um bem (EPICURO, 2002, p.39).

Outro fator importante para a conquista do prazer, do prazer como convém, é o conceito de autossuficiência que nada mais é do que a satisfação com pouco quando se tem pouco, e quando a abundância vier não dependeremos dela para nos satisfazer, não iremos inebriar por causa dela. Contentar-se com o pouco que se tem, também tem a consequência de enfrentar a pobreza da melhor maneira possível, assim como, aproveitar melhor a abundância. O prazer em Epicuro não é o prazer dos exageros, dos intemperantes, mas o prazer que serve ao corpo e à alma em busca de saúde e serenidade. É o prazer de quem pratica o cuidado de si.

Não são, pois, bebidas nem banquetes contínuos, nem a posse de mulheres e rapazes, nem o sabor dos peixes ou das outras iguarias de uma mesa farta que tornam doce uma vida, mas um exame cuidadoso que investigue as causas de toda escolha e de toda rejeição e que remova as opiniões falsas em virtude das quais uma imensa perturbação toma conta dos espíritos (EPICURO, 2002, p.43, 45).

Agora, a análise se concentra na relação entre prazer e desejo e como essa relação pode mudar, dependendo do contexto no qual se dá essa relação e como ela depende da virtude e do confronto com os vícios.

Na estratégia para pensar sobre o uso de prazeres, é preciso levar em consideração três fatores: a da necessidade, a do momento e a do status. Na ordem dos desejos, sentir fome e sede é natural e satisfazer essas necessidades naturais não é nenhuma vergonha (a não ser que coma e beba até passar mal). O desejo deve ser amparado pela necessidade do corpo, ou seja, por aquilo que é natural. Do contrário, o desejo que é amparado pelas conveniências deixa de ser natural e passa a ser intemperante

– como dormir quando estiver com sono e não por ócio, comer quando estiver com fome e não por gula, fazer sexo quando o corpo pede e não por luxúria –, por isso, uma certa vigilância em relação aos desejos é necessário.

O prazer será sempre maior quando seguimos os desejos naturais, ao invés daqueles formados pela intemperança, pois a intemperança pode assumir duas formas, na qual a segunda depende da primeira: (a) a intemperança como preenchimento, ou seja, ela, em sua necessidade construída, antecipa os prazeres que o próprio ato proporciona, e ao antecipar, diminui o prazer quando o ato for praticado; (b) a intemperança é artificial, já que o prazer da necessidade é abafado pelo “preenchimento”, desta maneira, buscamos novas formas de ter um prazer maior do mesmo ato que foi “viciado”.

Quando devo cuidar do meu tempo ao usufruir dos prazeres? Quando é o momento certo para que o prazer não se torne prejudicial para a formação ética do indivíduo e da sociedade? Tudo tem seu tempo e usar o prazer indiscretamente, indevidamente, inconsequentemente, pode atrapalhar nos afazeres que o dia-a-dia exige. A disciplina do tempo tem seu lado positivo, o de evitar a saturação dos prazeres causados pela intemperança, ou seja, busca-se também a plenitude da satisfação dos desejos.

O modo como encaramos os prazeres, o modo como exigimos que cada um deva lidar corretamente com os prazeres, irá depender de todo um contexto. Para os gregos antigos, segundo Foucault, as melhores pessoas, os aristocratas, os governantes sabiam lidar com os desejos não naturais a fim de manter uma virtude, ou seja, esperamos e exigimos mais dos melhores, ao contrário, não exigimos e não esperamos nada dos piores. Quando os “melhores” caem na tentação dos prazeres indevidos, logo nos decepcionamos com maior força do que quando os “piores” caem nestes mesmos prazeres, pois os primeiros já possuem uma reputação, geralmente de nascença, e manter e aumentar essa reputação exige uma maior vigilância. O contrário também é verdadeiro, quando esses “piores” começam a regular o uso indiscriminado dos prazeres em prol, além das realizações do dia a dia, de si mesmo, a surpresa será maior, pois não é o esperado.

Como podemos controlar os vícios? Onde os vícios nascem e como eles proliferam? Não é a partir de nossos próprios apetites? O controle dos vícios passa diretamente pelo controle dos apetites. É uma espécie de combate entre nós e nossos apetites, e o combate não deve ser efetuado por causa da inferioridade dos apetites (compartilhamos com os outros animais), mas porque se os deixamos livres eles podem nos dominar, nos transformam em escravos. “Em outras palavras, não é sua natureza

intrínseca (dos vícios), sua desqualificação de princípios que demanda a atitude ‘polêmica’ consigo mesmo, mas sim seu domínio eventual e império” (FOUCAULT, 2010, p. 83).

O ser humano só pode tornar-se bom consigo mesmo e para com o outro quando consegue controlar os apetites, as paixões. Controlar não no sentido de reprimir, controlar para justamente aumentar as sensações de prazer em detrimento da diminuição dos vícios. E, como consequência, há o aspecto político de não ser escravo de si mesmo, pois ao dominar-se estará pronto para viver plenamente, não somente no individual, mas em relação às tarefas do dia a dia que o social exige.

O homem virtuoso é o homem que pratica, que exerce as virtudes:

se não se exerce o corpo não pode cumprir as funções do corpo (ta tou somatos ergo); do mesmo modo, se não exerce a alma não se pode cumprir as funções da alma: fica-se, então, incapaz de ‘fazer o que convém e abster-se do que é preciso evitar’ (FOUCAULT, 1984, p. 90).

A relação do prazer com o cuidado de si tem alguns aspectos interessantes quando se pensa o cuidado de si na sala de aula: como os alunos devem lidar com o prazer, os desejos, a dor. Como Epicuro nos ensina, há momentos em que a dor é preferível ao prazer, quando este prazer não está vinculado a uma vida moderada, a prudência¹¹; ao contrário, há momentos em que a dor está justamente vinculada a uma vida moderada, a prudência. A partir desta relação – prazer, dor, desejos – podemos concluir que as ações voltadas ao cuidado de si têm como objetivo a felicidade, mas com a condição de que ela nasça da moderação e da prudência para que a alma e o corpo não caiam nos vícios.

O Cuidado de Si e a sua relação com a Velhice e a Morte

Epicuro, em sua mais famosa citação, diz que se pode filosofar enquanto é jovem e enquanto é velho, pois a felicidade pode ser encontrada tanto na juventude como na velhice. É importante ressaltar a ligação direta entre filosofia e felicidade: aquele que pratica a filosofia na visão de Epicuro, é aquele que cuida de si, pois só podemos cuidar de nós mesmos verdadeiramente quando filosofamos, e só filosofamos quando cuidamos de nós mesmos. É o único que pode ser feliz, pois tanto a filosofia como o cuidado de si têm como objetivo, a saúde do espírito (EPICURO, 2002, p. 21).

¹¹ Para Epicuro a prudência é até mais importante que a própria filosofia, pois “a prudência é o princípio e o supremo bem, razão pela qual ela é mais preciosa do que a própria filosofia; é dela que originam todas as demais virtudes; é ela que nos ensina que não existe vida feliz sem prudência, beleza e justiça, e que não existe prudência, beleza e justiça sem felicidade” (EPICURO, 2002, p. 45).

A filosofia é importante tanto na juventude como na velhice, pois o jovem, na filosofia, pode envelhecer sem medo das coisas, e o velho pode rejuvenescer com as boas lembranças da juventude. Aqui entra um ponto importante: essas boas lembranças ocorrem quando, na juventude, temos contatos diretos com a filosofia, possibilitando essa prática de cuidado de si para o percurso de toda vida. O velho só pode ter essas lembranças boas quando praticou a filosofia desde a juventude, concomitantemente, só pode ser feliz de uma maneira integral na juventude e no percurso da juventude para a velhice, quando se pratica a filosofia, ou melhor, quando adota a filosofia como prática de si, como cuidado de si, um modo de vida integral, dia e noite. Desta maneira, na velhice ocorre o ápice de uma vida toda.

Quando estamos com a filosofia e estamos cuidando de nós mesmos, aprendemos três coisas fundamentais para se evitar o abalamento da alma: (a) não devemos temer as divindades se suas características de benevolência e imortalidade estiverem corretas. Não devemos temer, pois tudo o que o senso comum diz sobre os deuses – pune os maus e beneficia os bons – e irá de desencontro do que o próprio senso comum diz dos deuses; (b) não devemos temer a morte, pois a morte é o fim de todas as sensações, sendo boas ou más, que temos durante a vida. É a vida que importa, com nossa consciência, com nossas escolhas, com nossas práticas. A morte não deve significar nada durante a vida, pois ela não está presente – afinal, estamos vivos – e quando morremos perdemos a consciência e sensações, impossibilitando a existência da experiência de estar morto; (c) o futuro não nos pertence, desesperasse pela certeza do que está por vir ou desesperasse pelo que nunca vem ou demora a vir, é uma tolice.

Agora, vamos analisar, através do livro *Saber Envelhecer*, como Cícero enxerga a velhice e a morte. É importante ressaltar que, assim como Epicuro, como se lida com a morte está vinculado com o processo do cuidado de si. Temer a morte não traz nenhum benefício em relação a ter uma boa vida, uma vida feliz, um espírito saudável. Do mesmo modo, com Cícero, que tem um livro próprio sobre viver bem na velhice, temer chegar na velhice é tolice, pois é um processo natural e inevitável para quem é vivo. Não temer a velhice também é um processo que aprendemos quando cuidamos de nós mesmos. Tanto o não temer a morte como o não temer a velhice são alguns resultados práticos do cuidado de si, que ao meu ver, são respeitáveis e fácil de exemplificar.

Para Cícero, a velhice não é a causa de nenhum padecimento, mas para a maioria é, por quê? Ele afirma que em todas as idades é preciso encontrar a felicidade dentro de si, na velhice não seria diferente. Quem não souber encontrar a felicidade dentro de si irá

padecer em todas as idades. “Mas todo aquele que sabe tirar de si próprio o essencial não poderia julgar ruins as necessidades da velhice” (CÍCERO, 2013, p. 11). Ou seja, aquele que encontra a felicidade dentro de si saberá viver a velhice.

A velhice é algo natural que se encontra tanto nos seres humanos como nos animais. Se é natural, não podemos fazer nada e o sábio reconhece que a luta contra a natureza é desperdício de energia, é tolice. E é natural que a velhice seja uma preparação para a morte, uma ponte entre a vida mais ativa e a morte. “Pretender resistir à natureza não teria mais sentido do que querer – como os gigantes – guerrear contra os deuses” (CÍCERO, 2013, p. 12).

Como suportar da melhor maneira a velhice? É perceber que os prazeres da carne não poderão ser satisfeitos como na juventude, e que, se antes as pessoas te tratavam bem, te honravam, e agora te esquecem, te negligenciam é, ou por não tê-los tratado bem outrora, ou é por ter escolhido mal aqueles que te rodeavam. Outro fator importante para suportar a velhice é o dinheiro, pois reconhece-se que na extrema pobreza até um sábio teria dificuldade de suportar a velhice, em contrapartida, um tolo velho e rico julgará a velhice pesada tal como se fosse pobre. “As melhores armas para a velhice são o conhecimento e a prática das virtudes” (CÍCERO, 2013, p. 14). Cultivar, em qualquer idade, durante toda a vida, o conhecimento e a prática das virtudes, possibilitará que elas nunca te abandonem na velhice, além de proporcionar ótimas lembranças.

Há quatro fatores principais que fazem a maioria reprovar a velhice: (a) afasta da vida ativa; (b) enfraquece o corpo; (c) priva dos melhores prazeres; (d) aproxima da morte. Em relação à (a), a velhice e a vida ativa na política estão mais relacionadas com a inteligência do que com a força física. A velhice pode dificultar os exercícios físicos ou as atividades corporais, mas é o contrário no que concerne à inteligência, onde uma maior experiência a aprimora, a desenvolve.

Em verdade, se a velhice não está incumbida das mesmas tarefas que a juventude, seguramente ela faz mais e melhor. Não são nem a força, nem a agilidade física, nem a rapidez que autorizam as grandes façanhas; são outras qualidades, como a sabedoria, a clarividência, o discernimento. Qualidade das quais a velhice não só não está privada, mas, ao contrário, pode muito especialmente se valer (CÍCERO, 2013, p. 12).

Mas se o intelecto falhar? Se a memória falhar? Se a memória falhar na velhice é pelo fato de não a cultivarmos ou a exercitarmos ao longo da vida e na velhice ela se

encontrará fraca, desestimulada¹²; se conserva melhor a memória na velhice quando é intelectualmente ativo, quando se passa a vida toda a trabalhar a memória e o intelecto, na velhice ambas não serão problemas.

Em relação a (b), é normal, na velhice, não ter a mesma disposição física da juventude. Saber levar a vida, desde seus princípios é fundamental para que na velhice o nosso corpo não esteja tão desgastado e, por consequência, nossa mente. Com o corpo desgastado fica mais difícil a aceitação da velhice, pois a dificuldade aumenta por não termos a mesma saúde da juventude e seu processo de regeneração. “O essencial é usar suas forças com parcimônia e adaptar seus esforços a seus próprios meios” (CÍCERO, 2013, p. 31).

A fragilidade do corpo não é um defeito da velhice, mas uma questão de saúde. Para melhor suportar a velhice é preciso ter cuidado com o corpo de tal forma que diminua seus inconvenientes. Porém, os inconvenientes de uma falta de cuidado com a alma têm as piores consequências. Se há velhos caquéticos, molengas e sem memória é um defeito que não possui, em sua maioria, relação com a velhice, mas é seqüela de toda uma vida desregrada, indolente, preguiçosa, libertinosa. Para que a velhice tenha a maior força possível, é preciso afastar dos vícios e caminhar para as práticas de um cuidado de si.

Em relação a (c), a velhice tem um pouco de vantagem: o instinto sexual é atenuado quando chegamos a essa fase, ao contrário dos adolescentes. Segundo Cícero, o instinto sexual causa todo tipo de torpeza, desde as violações e adultérios, até a queda de Estados e a traição com a pátria. Será preciso, então, controlar esse instinto, pois “quando ele é intenso e perdura, é capaz de obscurecer totalmente o espírito” (CÍCERO, 2013, p. 36, 37). Se não conseguimos, ao longo da vida, restringir, controlar as paixões, então devemos agradecer à velhice por nos dar instrumentos necessários para essa restrição.

Em relação a (d), a pergunta é: por que se pressupõe que os jovens estão mais seguros, em relação à morte, do que os velhos? Para Cícero, é na velhice que se encontra a inteligência, a sabedoria e a capacidade de julgamentos. E não são essas características que fazem praticar ações que nos levam mais distantes da morte? Os jovens são impetuosos e poucos possuem a consciência que a morte também pode chegar na juventude, a qualquer hora, e os jovens por não pensarem na morte com regularidade, por não possuírem uma sabedoria que a própria velhice dá de presente, e ela é potencializada

¹² Lógico que há casos de fatalidades onde doenças ocorrem e não podemos fazer nada.

quando se passou a vida toda praticando os exercícios de um cuidado de si, praticam muitas vezes ações que nos levam mais próximos da morte.

Os jovens possuem a esperança de ainda viver muito pela ilusão do corpo que não está desgastado pelo tempo. O jovem quer viver muito tempo, o velho já viveu esse tempo, já teve que lutar e viver seus sonhos, enquanto os jovens ainda são sonhos. Mas afinal, o que é esse muito tempo em comparação com a eternidade? Depois da morte, o que ficará de nós serão as nossas ações, se elas forem virtuosas serão bem lembradas, se forem viciosas, mal lembradas. E é isso que realmente importa, fazer julgamentos e decisões sobre nossas ações, e a velhice, mesmo entre aqueles que não praticaram o cuidado de si durante a vida toda, mas que agora preocupa com suas ações, saberá corrigir-se e redimir-se, coisa que os jovens geralmente não possuem, pois a morte na juventude é uma espécie de “antinatural”, porque nos pega desprevenidos, no meio das ações, não dá tempo de pensar sobre elas no futuro quando não praticamos o cuidado de si.

O Cuidado de Si e a *Parrhesia*

A *parrhesia* é uma ferramenta da vida baseada no conceito de cuidado de si, é como lidamos com a vida e com os outros em comunidade. É a comunicação da verdade, apesar de todos os perigos e inconveniências, com o intuito de melhorar a própria vida e a dos outros. Esse capítulo mostra uma praticidade deste conceito que para nós é tão peculiar e importante. Além de ensinar a lidar com os prazeres, a velhice e a morte, ensina como conviver e atuar com a verdade. A *parrhesia* não é dizer a verdade apesar dos pesares, com o intuito de machucar, como sinal de arrogância, ao contrário, é dizer a verdade, porque deseja para si e para outros o esplendor da vida. Sendo assim, suponho que a *parrhesia*, a sua definição, possa ajudar a esclarecer melhor o cuidado de si.

Parrhesia é quando dizemos tudo o que queremos dizer, somos francos, e aquele que ouve vai saber exatamente o que o falante quer dizer. Aqui, o importante é ser direto, sem qualquer instrumento de retórica: “A ‘atividade de fala’ específica da enunciação *parrhesia* torna, assim, a forma: ‘eu sou aquele que pensa isso ou aquilo’” (FOUCAULT, 1999, p. 04). A *parrhesia* pode, também, ter significado pejorativo: a tagarelice. No entanto, a *parrhesia*, na maioria das vezes, tem um sentido positivo: quem a pratica diz a verdade. Não a verdade de uma sinceridade, de uma opinião, mas que sabe que aquilo que ele ou ela diz é verdadeiro, porque é realmente verdadeiro. “Para mim, o *parrhesiaste*

diz o que é verdadeiro porque ele sabe que é verdadeiro, e ele sabe que isso é verdadeiro porque é realmente verdadeiro” (FOUCAULT, 1999, p. 05). A verdade obtida na *parrhesia* é garantida pela qualidade moral daquele que fala, se possui certas qualidades morais, então, está de posse da verdade.

A *parrhesia* é a coragem de dizer a verdade em vista de um perigo. O perigo não é somente a morte (como a situação de Platão com Dionísio de Siracusa (FOUCAULT, 1999, p. 06), mas há também o risco de dizer a verdade a um amigo que está prestes a cometer um engano, um erro, e, por consequência, a possibilidade de perder a amizade, ou o perigo de dizer a verdade e se tornar impopular por dizer algo que vai contra o que a maioria pensa.

Quando se aceita o jogo parrhesiástico no qual a própria vida está exposta, se está começando uma relação específica consigo mesmo: arrisca-se a morrer ao dizer a verdade ao invés de repousar na segurança de uma vida na qual a verdade permanece não dita. É claro, a ameaça de morte vem do Outro, e por isso se exige uma relação consigo mesmo: ele prefere a si mesmo enquanto alguém que diz a verdade ao invés de viver sendo alguém que é falso para consigo mesmo (FOUCAULT, 1999, p. 07).

A *parrhesia* tem como característica “ser de baixo”, ou seja, aquele que está em inferioridade com o interlocutor – posição social, financeira etc. Desta posição nasce o perigo e é esta característica que impossibilita reis e tiranos de praticar a *parrhesia*, pois não há perigo, não há nenhum tipo de risco quando um rei fala. Outra característica é a sua criticidade, seja em relação ao outro, seja em relação a si mesmo. Quem pratica a *parrhesia* tem o dever de dizer a verdade por livre e espontânea vontade, e não há prática de *parrhesia* quando se é obrigado a dizer a verdade. A *parrhesia* acontece sobre o terreno da liberdade e do dever.

O orador que fala a verdade para aqueles que não podem aceitar essa verdade, por exemplo, e que pode ser exilado, ou punido de alguma forma, é livre para manter o silêncio. Ninguém o força a falar; mas ele sente que é seu dever fazer tal. Quando, por outro lado, alguém é compelido a dizer a verdade (como, por exemplo, sob a coerção de tortura), então seu discurso não é um proferimento parrhesiástico. Um criminoso que é forçado por seus juízes a confessar seu crime não usa a *parrhesia*. Mas se voluntariamente confessa seu crime a alguém sem o sentido de obrigação moral, então ele realiza um ato parrhesiástico para criticar um amigo que não reconhece seu erro, ou na medida em que é um dever para com a cidade ajudar um rei a melhorar a si mesmo como um soberano. A *parrhesia* é assim relacionada à liberdade e ao dever (FOUCAULT, 1999, p. 09).

A *parrhesia* é a prática onde não existe diferença entre o que se pensa e o que se fala, onde reside a coragem de, além de dizer a verdade, agir verdadeiramente em relação a aquilo que se diz, ou seja, não há *parrhesia* se existe discrepância entre o que se fala e a ação, entre teoria e prática. A verdade proveniente pela *parrhesia* não deve estar em desacordo com as ações daquele que fala. Antes de um aprendizado para o outro, é um aprendizado para si, uma prática de si que envolve aquilo que se fala com aquilo que se faz. “A *parrhesia*, como aparece no campo da atividade filosófica na cultura greco-romana, não é primordialmente um conceito ou um tema, mas uma prática que tenta moldar as relações específicas que os indivíduos têm com eles próprios” (FOUCAULT, 1999, p. 67).

A *parrhesia* não exige somente uma mudança de opinião, de mentalidade de si ou de outro quando se possui um interlocutor, mas a mudança de uma prática, de um estilo de vida, da relação do eu com o outro. A prática da *parrhesia* leva ao autoconhecimento e esse autoconhecimento garantirá o acesso à verdade por ter mais instrumentos para adquirir conhecimentos.

Mas, na prática filosófica, a noção de mudança de mentalidade assume um significado mais geral e expandido, uma vez que não é mais somente uma questão de alterar uma crença ou uma opinião, mas de mudar o estilo de vida, a relação com os outros e a relação consigo mesmo (FOUCAULT, 1999, p. 67).

Há três tipos de relações humanas em que essas práticas de *parrhesia* ocorrem: no contexto das relações pessoais, em pequenos grupos comunitários, na vida política.

A *parrhesia* nas relações pessoais se deve por dois grandes acontecimentos: o autoengano e a fixação da mente. O autoengano é muito mais que a ignorância ou da falta de conhecimento. O autoengano é fruto de um “amor de si”, que nos torna incapazes de termos uma visão autocrítica, por conseguinte, cria uma visão demasiada benevolente que pode atrapalhar a vermos nós mesmos como somos. Desta maneira, procurar verdadeiramente aquele que pratica a *parrhesia*, aquele que diz a verdade, porque, de fato, é a verdade, é uma saída para o nosso autoengano, pois mostrará a máscara que construímos, nos recolocando sob o comando da liberdade e do autoconhecimento. Só a verdade pode nos libertar quando nos enganamos. E nessa busca de nós mesmos quando praticamos o autoengano demonstra que: 1) não podemos nos cuidar, nos conhecer, verdadeiramente, se continuamos neste autoengano; 2) para sairmos deste autoengano será preciso alguém que pratique a *parrhesia* e, principalmente, se aquele que ouve sabe de fato ouvir. Desta maneira, a reflexão de si e a autocrítica são essenciais na saída desse autoengano.

A fixação da mente é resultado do fim do autoengano, pois este impedia que a mente fosse livre para buscar o próprio autoconhecimento e o conhecimento do mundo e das coisas; com o autoengano somos movidos facilmente por sentimentos e paixões, ao contrário, com a fixação da mente podemos discernir o que queremos, nossas escolhas, nosso modo de vida, ter controle, fixar em nós mesmos.

Existe uma relação da prática da *parrhesia* com as comunidades que consiste no fato de que o homem, ao buscar a verdade e obtê-la, através do autoconhecimento e do conhecimento, ele, nesse caso, será um filósofo, se tornará uma espécie de “guia espiritual” para aqueles que pertencem a mesma comunidade. A *parrhesia* na vida política está relacionada mais com a prática do que com a teoria, a relação do filósofo com a verdade aqui será análoga ao homem olhando para o espelho. O homem é o filósofo e é a verdade a ser buscada e conquistada, o espelho será aquele que pratica a *parrhesia* em vista da busca de conhecimento, e faz de seu modo de vida um exemplo de seus ensinamentos. O homem público deve agir, antes de tudo, de maneira ética e se ele é um parrhesiaste, o mais importante será a sua ação em vez de seu discurso ou ensinamento, pois na ação está englobada tanto o ato de fala como o agir propriamente dito, sempre será em busca da verdade.

A coragem da prática da *parrhesia*, uma vertente poderosa do cuidado de si – sem a ação da verdade, todo cuidado de si poderia facilmente ser contaminado pelo autoengano –, não está relacionado somente com o outro, com aquele que fala e aquele que ouve, com o mestre e o discípulo, mas em assumir para si mesmo as verdades, em assumir quando estamos em contradição com elas, tendo em vista um melhoramento de si, seja do conhecimento, seja nas práticas das ações. Se é preciso, em um primeiro momento, de um mestre ou de um amigo para que nos mostre os erros por uma falta de conhecimento ou pelo excesso de amor a si, que exige, antes de mais nada, uma mudança no modo de vida, se é preciso aprender primeiro a andar para poder seguir um caminho, esse vai ser o papel do mestre ou do amigo, mas o modo de andar e o caminho escolhido é de responsabilidade total daquele que deseja andar.

No próximo capítulo vamos tentar traduzir o conceito de cuidado de si para a esfera da educação, principalmente em três momentos. O primeiro momento cabe ao campo da teoria da educação, onde pensaremos qual experiência buscamos a partir da concepção de educação pelo viés do cuidado de si. O segundo momento busca responder como seriam ações pedagógicas voltadas ao cuidado de si, com foco em Rancière. O terceiro momento, com Paulo Freire, em relação ao ensino-aprendizagem, vamos refletir

como o cuidado de si pode influenciar nossas relações políticas dentro da sala de aula. Além desses três momentos, há um quarto momento onde será discutido quais sentimentos esperamos existir nos professores e alunos em sala de aula quando a educação tiver uma perspectiva do cuidado de si.

Capítulo 2: Uma outra perspectiva sobre a educação a partir do conceito de cuidado de si

No capítulo anterior vimos teoricamente o que seria o cuidado de si e seus resultados práticos, neste capítulo, vamos pensar uma teoria do ensino, ação pedagógica e uma ação política com o aspecto do cuidado de si; com o objetivo de fechar a parte mais teórica da dissertação: o cuidado de si e o cuidado de si na educação. Com esse fechamento, visualizaremos melhor o terceiro capítulo, no sentido de poder considerar melhores ações que levam as práticas parecidas com as do terceiro capítulo (a criação de um diário para a possibilidade de pensar a si mesmo). Melhor dizendo, esse fechamento possibilitará que a ação prática do terceiro capítulo não seja a exceção em um mar de práticas já normalizadas e institucionalizadas.

Este capítulo tem como objetivo a busca ou a criação de um outro fazer do ensino de filosofia. Qual é de fato nossa relação com a filosofia e com o seu ensino? Essa pergunta é importante, pois, a depender da resposta, podemos dizer da influência ou da não influência do conhecimento filosófico em nossa vida e, principalmente, na vida dos estudantes do ensino médio brasileiro. Essa influência só pode ter significado quando transformamos o conhecimento filosófico, fazendo ser algo que vai além do simples currículo para que se transforme em algo pessoal, capaz, de alguma forma, de transformar quem possa ter contato com ele, capaz de uma autotransformação a partir deste conhecimento. Metaforicamente falando, essa relação com o conhecimento que estamos buscando, é justamente aquele que pula o muro da escola, “desinstitucionaliza-se”, torna-se moldável na medida em que a vida assim exige. A partir desta relação entre nós mesmos e o conhecimento, entre os próprios alunos e o conhecimento, há a possibilidade de que o conhecimento possa ir além das notas e provas, pode ser mais subjetivo, subjetivar-se, tornar-se pessoal¹³.

O cuidado de si na sua perspectiva filosófica é ético. Desta maneira, ao falarmos sobre o conhecimento, o conhecimento produzido na escola será sobre o viés da ética. A partir desta visão ética do conhecimento, o pontapé para que os alunos prestem atenção em si mesmos, cuidem de si, será cortar a distância entre o conhecimento produzido na

¹³ Podemos entender o ato de subjetivar-se pela internalização das regras naturalizadas pelas relações de poder (PERREIRA, 2016, p. 44). Além disso, como lidamos com essas relações de poder (cultura, campos do saber, normas), que experiências produzimos a partir dessas relações, faz parte também do ato de subjetivar-se. É uma ação conjunta do exterior com o interior. Deste modo, um ser subjetivo no qual estamos nos referindo, é aquele que joga com as relações de poder, modificando (e não apenas sendo modificado) o contexto social no qual está inserido.

escola e os alunos, modificando as subjetividades, ou melhor, o modo como relacionamos e entendemos o conhecimento, que regem essa distância. De certa maneira, também estamos tentando transformar o conhecimento e a sua busca em outra espécie de diversão.

Pela perspectiva do conhecimento, os alunos e nós, como professores, podemos alcançar com mais facilidade a autonomia. Em um primeiro momento, uma autonomia intelectual, que se faz presente em sala de aula e nas leituras, mas depois alcança uma autonomia total, uma autonomia da vida em todos os seus aspectos – as ações, as experiências, o modo como lidamos com as coisas. Neste capítulo, pensando-o e escrevendo-o, podemos perceber que a melhor maneira de colocar em prática o conceito de cuidado de si é através da nossa relação com o conhecimento. Ao buscarmos esse cuidado em sala de aula, nossa percepção e nosso modo de lidar com o conhecimento é fundamental. Este capítulo tenta mostrar um pouco essa importância.

Cuidado de Si, Experiência e Educação

A educação é pensada sob o ponto de vista da dicotomia entre teoria e prática ou sob o ponto de vista da dicotomia entre ciência e técnica e a relação e influência destas duas oposições com a sala de aula. Na primeira divisão, a perspectiva é política e crítica, já na segunda, é positivista (LARROSA, 2002, p. 20). Sob a perspectiva política e crítica, os sujeitos envolvidos na educação se tornariam críticos e possuidores de estratégias reflexivas com o intuito de desempenhar, bem ou mal, ações pedagógicas sob um viés político. Já na perspectiva positivista, os sujeitos que trabalham em educação seriam vistos como sujeitos técnicos que aplicam com mais ou menos eficácia as tecnologias pedagógicas criadas pelos cientistas, especialistas, técnicos (LARROSA, 2002, p. 20).

Não trabalharemos com nenhuma dessas duas perspectivas, mas com outra “mais existencial (sem ser existencialista) e mais estética (sem ser esteticista)” (LARROSA, 2002, p. 20), perspectiva que está sob a tutela do conceito de cuidado de si. Desta maneira, três pontos estarão em evidência, o primeiro será focado em como o cuidado de si pode ser pensado dentro da educação, no segundo ponto, o foco serão ações pedagógicas voltadas na busca de um ensino sobre a perspectiva do cuidado de si e no terceiro ponto, quais as ações políticas necessárias para a criação de possibilidade desta perspectiva.

O cuidado de si pode ser pensado na educação pelo viés da experiência, a experiência dos alunos, dos professores, e de como lidamos com ela. O que é essa

experiência dentro do conceito de cuidado de si? Quais serão nossos esforços para que possamos adquiri-la? Por que é necessário adquiri-las?

A experiência é o acontecimento e não o acontecido. Durante todo dia muita coisa se passa, muitos acontecidos nos perpassam, mas nenhum deles gera um acontecimento. “A experiência é o que nos passa, o que nos acontece, ou o que nos toca. Não o que se passa, não o que acontece, ou o que toca. A cada dia se passam muitas coisas, porém, ao mesmo tempo, quase nada nos acontece” (LARROSA, 2002, p. 21). Por que dificilmente as coisas acontecem? Porque, talvez, damos pouca atenção ao que se passa, justamente porque o que se passa, hoje na contemporaneidade, passa-se em grande velocidade.

Existem alguns motivos que nos levam a não prestar atenção aos acontecimentos. O primeiro desses motivos é a informação. Em favor da defesa da experiência, devemos separá-la da informação justamente para poder produzir um saber empírico, verdadeiramente nosso, pavimentando um caminho para uma sabedoria pessoal, imanente. Mas a informação também produz saber, mas no sentido de estar informado. No saber da informação não é preciso reflexão, mas uma busca pela maior quantidade de informação. Quanto mais informação eu tenho, nesse sentido, mais “sábio” eu sou. O saber da informação não produz reflexão, o que passa na busca pela informação não produz acontecimentos. O saber empírico é produzido pelo impacto do acontecimento, é um saber que nos revigora e desvanece das ilusões dos “acontecidos”, no sentido que faz prestar atenção ao que nos acontece. Diferentemente do saber informativo, que não impacta, porque sempre tem uma nova informação impactante e a reflexão é efêmera, nunca é duradoura, a novidade de cada informação se extingue com outra informação.

A primeira coisa que gostaria de dizer sobre a experiência é que é necessário separá-la da informação. E o que gostaria de dizer sobre o saber de experiência é que é necessário separá-lo de saber de coisas, tal como se sabe quando se tem informação sobre as coisas, quando se está informado (LARROSA, 2002, p. 22).

O segundo motivo é a raridade da experiência provocada pelo excesso de opinião. A opinião seria a contraparte da informação. Depois de adquirirmos a informação das coisas, estamos autorizados a opinar sobre essas mesmas coisas. O esquema é o seguinte: a informação se torna uma questão objetiva e a opinião, uma questão subjetiva. A opinião seria uma espécie de reação, onde vamos concordar ou discordar, ser contra ou a favor, da informação. Esse esquema é aprendido desde que entramos na escola: informar-se para

opinar. Desta maneira, cria-se uma cultura, (LARROSA, 2002, p. 23), de que só podemos opinar quando aprendemos a partir da informação, de estar informado.

O terceiro motivo é a relação do tempo com a informação. Tudo passa rápido e tudo vai rápido, nada fica, tudo é substituído. Não criamos afetividade que possibilita reflexão com os acontecimentos, porque logo depois de acontecer o substituímos por outro acontecer, este é a novidade, logo impactará e estimulará com mais força o acontecer “antigo”.

O acontecimento nos é dado na forma de choque, do estímulo, da sensação pura, na forma da vivência instantânea, pontual e fragmentada. A velocidade com que nos são dados os acontecimentos e a obsessão pela novidade, pelo novo, que caracteriza o mundo moderno, impedem a conexão significativa entre acontecimentos (LARROSA, 2002, p. 23).

Nada fica na memória porque ela é sobrecarregada com acontecidos, sobrepondo uns aos outros. Não há memória afetiva (o que Larrosa chama de conexão significativa), não há conexões criadas com os acontecidos, tudo passa, tudo existe, mas é como se não existisse, como se estivéssemos embriagados. “Ao sujeito do estímulo, da vivência pontual, tudo o atravessa, tudo o excita, tudo o agita, tudo o choca, mas nada lhe acontece. Por isso, a velocidade e o que ela provoca, a falta de silêncio e de memória são também inimigas mortais da experiência” (LARROSA, 2002, p. 23). Para deixar as coisas mais claras: o que se entende por memória aqui são os dados, os acontecidos; a memória afetiva seria a conexão significativa, o aprendizado, o *insight* que possibilita uma maior vivência dos acontecidos. É a experiência possibilitando o acontecimento.

Larrosa, de forma competente, diz que essa relação do tempo com a informação, que nunca para e sempre acelera, também traz consequência para a escola, para a educação:

“Não somente, como já disse, pelo funcionamento perverso e generalizado do par informação/opinião, mas também pela velocidade. Cada vez estamos mais tempo na escola (e a universidade e os cursos de formação do professorado são partes da escola), mas cada vez temos menos tempo. Esse sujeito da formação permanente e acelerada, da constante atualização, da reciclagem sem fim, é um sujeito que usa o tempo como valor ou como uma mercadoria, um sujeito que não pode perder tempo, que tem sempre que aproveitar o tempo, que não pode protelar qualquer coisa, que tem que seguir o passo veloz do que se passa, que não pode ficar para trás, por isso mesmo, por essa obsessão por seguir o curso acelerado do tempo, esse sujeito já não tem tempo. E na escola o currículo se organiza em pacotes cada vez mais numerosos e cada vez mais curtos. Com isso, também em educação estamos sempre acelerados e nada acontece” (LARROSA, 2002, p. 23).

O quarto e último motivo pela falta de experiência é o excesso de trabalho. Segundo Larrosa, “existe um clichê segundo o qual nos livros e nos centros de ensino se aprende a teoria, o saber que vêm dos livros e das palavras, e no trabalho se adquire a experiência, o saber que vem do fazer ou da prática, como diz atualmente” (LARROSA, 2002, p. 23). Mas, para Larrosa, a experiência não possui relação com o trabalho, com sua definição nos dias de hoje. Podemos dizer que a definição de trabalho, como ele hoje é efetuado, é a constância da ação. Não podemos parar de agir, porque estaríamos perdendo tempo, e por uma melhor e mais rápida efetuação da ação dentro do tempo estabelecido, cria-se atividades recreativas, finais de semana onde a vida faz sentido através das festas, reuniões, do sono prolongado. Aqui a vida faz sentido, aqui o tempo é bem gasto, mas tudo isso tem uma função: recarregar a bateria para que quando estiver no trabalho aproveite o tempo da melhor forma possível. Eis porque o excesso de trabalho não produz experiência, seja quando estamos no trabalho, seja quando estamos dando sentido à vida e aproveitando melhor o tempo – em ambas as situações estamos vivendo em função do trabalho, não podemos parar enquanto trabalhamos, não podemos parar enquanto estamos longe dele.

Se o excesso de opinião, informação, ação e a rapidez do tempo não possibilita a produção da experiência, o que possibilita? Segundo Larrosa:

a experiência, a possibilidade de que algo nos aconteça ou nos toque, requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível nos tempos que correm: requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar; parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, fala sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar os outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço (LARROSA, 2002, p. 24).

A experiência só ocorre no sujeito quando nos expomos aos acontecimentos, quando buscamos, quando provocamos, quando queremos o perigo de sua característica de imponderável: “É incapaz de experiência aquele a quem nada lhe passa, a quem nada lhe sucede, a quem nada o toca, nada lhe chega, nada o afeta, a quem nada o ameaça, a quem nada ocorre” (LARROSA, 2002, p. 25). A experiência é sempre um risco, expondo-se ao que não podemos prever, a experiência nos exige passividade, uma passividade que está além da dicotomia passivo/ativo, porque ela se situa antes da razão e das definições, porque ela em si é um acontecimento.

Esse sujeito que se expõe ao desconhecido provocado por novas experiências, desbravando espaços indeterminados e perigosos, pondo-se à prova e buscando novas oportunidades, é um sujeito que podemos comparar com um pirata¹⁴. O pirata, quando se cansa de uma terra, busca outra onde pode encontrar novas oportunidades, mas também novos perigos. Já em relação ao sujeito da experiência, é a inconformidade das mesmas ações do dia a dia, da mesma rotina, das repetições de atos que não produzem memórias afetivas e reflexões. Como os piratas, devemos romper nossa conformidade com as coisas, com os pequenos estímulos produzidos pela informação, estourar a bolha que está em nossa volta, destruir nossos portos seguros onde estamos firmes e inabaláveis; é preciso ter essa coragem para que possamos sentir a nossa maneira, como sujeitos que experimentam, sentem, pensam. Ao modo como experimentamos nos dias de hoje, Larrosa afirma:

não é senão o resultado de um complexo processo histórico de fabricação no qual se entrecruzam os discursos que definem a verdade do sujeito, as práticas que regulam seu comportamento e as formas de subjetividade nas quais se constitui sua própria interioridade” (LARROSA, 1994, p. 43).

Como experimentamos, como sentimos, como pensamos, nos diz sobre o sujeito, mas também sobre o processo histórico de sua formação, da história dos discursos que nos perpassam e nos influenciam. Ser pirata é reconhecer que há outras possibilidades de ser, de criar possibilidades de sermos de outras maneiras, viver espontaneamente sem nenhuma mediação entre nós e nós mesmos, entre nós e as coisas.

A educação, nesta perspectiva, assume o papel, a tarefa de um guia, e não um caminho pronto e acabado, para que possamos experimentar por nós mesmos. A educação criará dispositivos para que possamos ultrapassar esse sujeito e esse modo de ser que foi construído historicamente. Logo mais, nesta dissertação, iremos ver um desses dispositivos que, julgamos, possibilita criar a transformação da educação e, por conseguinte, de um outro agir segundo a experiência que entendemos através de Larrosa.

14 Metáfora usada pelo próprio Larrosa. “A palavra experiência vem do latim *experiri*, provar (experimentar). A experiência é em primeiro lugar um encontro ou uma relação com algo que se experimenta, que se prova. O radical é *periri*, que se encontra também em *periculum*, perigo. A raiz indo-européia é *per*, com a qual se relaciona antes de tudo a idéia de travessia, e secundariamente a idéia de prova. Em grego há numerosos derivados dessa raiz que marcam a travessia, o percorrido, a passagem: *peirô*, atravessar; *pera*, mais além; *peraô*, passar através, *perainô*, ir até o fim; *peras*, limite. Em nossas línguas há uma bela palavra que tem esse per grego de travessia: a palavra *peiratês*, pirata. O sujeito da experiência tem algo desse ser fascinante que se expõe atravessando um espaço indeterminado e perigoso, pondo-se nele à prova e buscando nele sua oportunidade, sua ocasião” (LARROSA, 2002, p. 25).

A educação pelo viés do “mestre ignorante”¹⁵, com seus dispositivos pedagógicos, é uma busca pela experimentação que não se encontra nos cânones da história ocidental. É outra forma de ver a educação, visando à construção da autonomia e esclarecimento – fundamentais na construção de um novo modo de ser. Quando penso sobre a educação pelo viés do cuidado de si, não há outra maneira a não ser como “práticas pedagógicas, nas quais o importante não é que se aprenda algo “exterior”, um corpo de conhecimento, mas que se elabore, ou reelabore alguma forma de relação reflexiva do educando consigo mesmo” (LARROSA, 1994, p. 36).

Antes de continuarmos é preciso, ao mesmos um pouco, definir o que é o mestre ignorante, ou melhor, a pedagogia do mestre ignorante. O mestre ignorante vai ser aquele que ensina o que ignora através de perguntas, não no modo socrático para saber se realmente sabe aquilo que afirma, mas perguntas direcionadas para a curiosidade e a vontade dos alunos, são perguntas que tem como objetivo aumentar a curiosidade daquilo que se estuda e a vontade de estudar. Se importar com o que os alunos aprendem, mesmo eu ignorando tal conhecimento, através de perguntas que instigam expressar o que já aprendeu e aumentar a curiosidade e vontade para aquilo que ainda pode aprender, talvez esse seja o cerne da pedagogia do mestre ignorante¹⁶.

A conceitualização da experiência a partir de Larrosa evidencia um aspecto importante quando diferencia o acontecido do acontecimento. Esse último, fruto desta experiência, pode ser traduzido da seguinte forma: o que acontece conosco não passa despercebido, é único, singular, e capaz de modificar nossa subjetividade. Desta forma, creio que quando praticamos o cuidado de si, é a experiência do acontecimento que está em nosso alcance. Ou de outra forma: só podemos ter essa experiência em nossa sociedade contemporânea quando exercitamos o cuidado de si.

Diante disso, podemos colocar alguns problemas enfrentados na perspectiva do cuidado de si dentro da educação. Eis três problemas: o primeiro é pensar uma melhor compreensão da relação entre a vida dos alunos e a escola, como a vida dos alunos é abordada dentro da escola, de que maneira a instituição escolar pode, de fato, fazer parte da vida dos alunos? Para tal, será necessário repensar a ação do docente e os processos de subjetivação que propõe ou induz dentro da sala de aula. O segundo problema é adentrar

¹⁵ Conceito usado por Rancière no livro *O mestre ignorante – cinco lições sobre a emancipação intelectual*, 2002. É a partir da discussão deste conceito que abriremos a possibilidade de pensar o cuidado de si nas ações pedagógicas.

¹⁶ Usando mais uma vez a metáfora de Larrosa, o mestre ignorante seria um velho pirata guiando novos piratas para terras desconhecidas para que possam adquirir novas experiências.

a um campo ético, que é transversal, todo o conteúdo escolar, sendo que aquele está ligado mais com uma formação profunda e transformadora dos modos de existência (a capacidade da autorreflexão, a capacidade de transformar acontecidos em acontecimentos) do que com a tradição conteudista que privilegia o conhecimento pelo conhecimento.

O ensino de filosofia, com a perspectiva do cuidado de si, iria além da informação e da compreensão, por exemplo, do que Kant disse sobre o belo, mas pensar sobre esse significado do belo, como ele pode modificar minha visão da arte ou se esse significado faz sentido para as minhas vivências quando aprecio uma letra de rap, um grafite pintado na parede de minha escola. Deste modo, não basta que o ensino de filosofia seja somente uma análise dos discursos dos filósofos ou técnicas para aprender a analisar esses discursos. É preciso, na medida do possível, transformar esses discursos, atualizá-los, para que aproxime dos alunos e faça-os pensar sobre a realidade que vivem e sobre eles mesmos.

Isso significa que a sua prática [do professor] de pesquisa teria privilégio e análise do discurso sobre os discursos dos chamados filósofos e o ensino da filosofia seria concebido nessa tradição, com algumas variações, como a transformação desses mesmos discursos ou, por vezes, o aprendizado de técnicas de sua análise linguística ou, então, de seu papel histórico linear, de acordo com a ordem das verdades que sistematizam (PAGNI, 2016, p. 131, 132).

O terceiro problema é a discussão de como essa tradição conteudista pode auxiliar no trabalho ético, ao mesmo tempo, pode ser ampliada quando falamos, de uma forma geral, da filosofia.

Deste modo, através desses três desafios, a resposta para a pergunta de qual filosofia, no ensino médio estamos falando, pode ser respondida pelo Pedro Pagni: “a que concebe a experimentação filosófica como constitutiva da formação ética do sujeito e que a compreende como o centro de toda educação filosófica” (PAGNI, 2016, p. 135). O que é essa experimentação? Ela ocorre quando estamos em frente a problemas ou acontecimentos, podemos pensar sobre tal e procurar sentido ao incômodo que possam nos provocar. Além disso, a experimentação ocorre quando nos encontramos com textos literários, científicos e filosóficos, textos que se transformam em outros acontecimentos.

Essa experimentação dentro do conhecimento amplia o próprio conhecimento já que permite, além do próprio conhecimento externo, fazer de nós, um campo de conhecimento. Dentro da sala de aula, essa experimentação ganha uma problematização referente tanto ao do professor como ao aluno, com isso, é inerente o diálogo entre esses

dois sujeitos que se encontram dentro da sala de aula, sem que um possa sobressair sobre o outro, respeitando limites, individualidades e funções (GELAMO, 2009, p. 131,132).

No processo formativo que nós, seres humanos, passamos e fazemos com que nossos iguais também passem, tem que levar em conta que somos sujeitos muitas vezes influenciados pelo o que é externo e este possui uma carga de interesse que nos é, muitas vezes, estranha e que somos obrigados a carregar. Cria-se um interesse que não parte de nós, alienando-nos (GOERGEN, 2016, p. 151). Essa alienação ocorre porque todo processo de conhecimento que habilita à aproximação com a verdade é um procedimento que não exige uma transformação do sujeito enquanto sujeito. “O acesso à verdade se tornou um procedimento autônomo do conhecimento, sem a exigência espiritual da transformação do sujeito por ele mesmo” (GOERGEN, 2016, p. 155).

Esse modo alienante de lidar com o conhecimento influencia o ensino da filosofia, onde a partir de determinados cortes que o professor realiza, implica o que se deve ensinar ou não para que os alunos adentrem ao mundo discursivo da filosofia. A partir deste ponto, o aluno poderá criar, brincar com estes pensamentos, criação que se deve não ao fato de ser um agente, ao contrário, pois sofreu uma modulação, uma sujeição. “Esse procedimento visa ao enquadramento do discurso dos estudantes no regime discursivo da filosofia” (GELAMO, 2009, p. 130).

Pois bem, é preciso pensar uma outra perspectiva, não somente sobre a educação, mas sobre a relação entre sujeito e experimentação, pois esta relação possui forte influência na própria educação. Mas a relação entre sujeito e experimentação, que está carregada de significação histórica, onde o sujeito deverá ter condições de encontrar a verdade, o papel da experiência na filosofia e no ensino de filosofia fica subordinado à busca pela verdade, ao conhecimento pelo conhecimento, geralmente pela “valorização da explicação na transmissão de conhecimento” (GELAMO, 2009, p. 132). Para evitarmos essa subordinação, “e pensar outra possibilidade de compreender o lugar da experiência sem a mediação da noção de sujeito” (GELAMO, 2009, p. 132), será preciso refletir e criar um outro sujeito.

Essa experiência não mais como ferramenta para a busca da verdade ou da constituição do sujeito, ao contrário, a transformação do sujeito pela experiência a tal ponto que o sujeito se torna sempre se constituindo a partir da experimentação. Mas para colocar em prática essa experiência será preciso outro olhar sobre o campo teórico, outro modo de enxergar a filosofia, e esse outro modo está relacionado com o conceito de cuidado de si.

O cuidado de si está entrelaçado com a experiência, pois é uma via para a recuperação da possibilidade de fazer uma experiência do pensamento. Através do conceito de cuidado de si podemos ver a filosofia não somente como transmissão de conhecimento, e sim enxergá-la como aquela, em seu modo, com sua singularidade, que problematiza a realidade, o presente. Conseqüentemente, um outro fazer do próprio ensino de filosofia.

Com o cuidado de si, na educação, se espera que a relação entre professores e alunos mude a tal ponto de permitir uma ação e uma atitude que leva a um maior cuidado do professor para consigo mesmo e para com o aluno, por conseguinte, do aluno para com o professor. Essa ação, na qual me refiro, está baseada em uma pedagogia que acredito ser uma espécie de tradução do que seria o cuidado de si na educação.

Se esta parte do capítulo foi para discutirmos teoricamente o que seria o ensino de filosofia, na perspectiva do cuidado de si, no Ensino Médio, a segunda parte vai tratar a respeito das ações pedagógicas influenciadas pelo cuidado de si, na medida em que são ações que vão permitir que os alunos, dentro da sala de aula, pensem a respeito do conhecimento adquirido dentro da escola, da própria vida, dos atos realizados, mas, principalmente, pensem a inteligência como instrumento para conhecerem a si mesmos e os mecanismos que regem a sociedade. Para tal, usarei como referência Rancière e o significado do que é o mestre ignorante.

O cuidado de si provoca na atitude do professor uma experimentação do pensamento. A filosofia deixará de ser um conhecimento exterior, sem muita relação conosco e com o mundo que nos rodeia, para que se torne “nosso conhecimento”, a ponto de que a partir dele possamos criar ou inventar soluções para os problemas que nos atormentam. A filosofia deixa de ser uma simples transmissão de conhecimento para se tornar modificação de nós e do mundo.

Assim, podemos pensar o cuidado que o professor precisa ter consigo mesmo no ato de ter contato com os autores para que seu pensamento se constitua como uma experimentação dos filósofos, de tal modo a resistir à maneira que se tornou mais conveniente e convencional que se configura como a aquisição de um conhecimento exterior a si mesmo (GELAMO, 2009, p. 158).

Pensar a filosofia e o ensino de filosofia em termos do cuidado de si é pensar esse fazer filosófico do professor em termos que não são tradicionais, não baseados em explicação e interpretação, não configurados estritamente no campo discursivo, é “pensar

a própria vida como um problema filosófico” (GELAMO, 2009, p. 160). O cuidado de si se torna uma resistência a toda uma tradição filosófica e educacional.

Além disso, essa dimensão do cuidado de si, por não se constituir como uma forma de reconciliação do sujeito consigo mesmo em busca de uma identidade e de um sujeito a se ensinar, possibilita-nos pensar o ensino como uma experiência com o pensamento filosófico que produza um plano de imanência em que o processo de subjetivação, do professor e do aluno, possa ocorrer (GELAMO, 2009, p. 159).

A questão da explicação versus a inteligência

Nesta parte do capítulo, busco esclarecer, principalmente, que há um certo tipo de explicação, aquela que causa dependência, inimiga da inteligência, no sentido de que não a incentiva. De um modo geral, a afirmação de uma contraposição entre explicação e inteligência é problemática, pois a explicação pode ser um instrumento para uma maior autonomia intelectual dos estudantes. Isso ocorre quando o ato de educar não parte da explicação do professor, mas daqueles que precisam aprender. Ou seja, que na sala de aula, primeiro haja o incentivo do estudo, a busca por si mesmo da compreensão daquilo que é estudado, para depois, se houver necessidade, buscar auxílio da explicação. O título desta parte serve como ênfase para mostrar um outro lado da explicação: aquela que causa dependência.

Pressupondo que a maioria de nós é inteligente, já que, por exemplo, aprendemos a falar, escutar, entender a língua materna sem qualquer explicação, pois a explicação só vem depois. O que irá impedir um aluno, uma criança, um adolescente de aprender um livro somente lendo, sem qualquer explicação do mestre, do professor? Se o aluno não compreendeu por si só este livro, o que há de diferente na explicação do mestre ou professor, em relação ao livro, para que aquele finalmente entenda? A questão vai além de simples artimanhas ou simplificações usadas, mas ao encontro a uma proposição: a dependência, a criação de dependência, que o aluno sente pelo professor.

A explicação não é necessária para socorrer uma incapacidade de compreender. É, ao contrário, essa incapacidade, a ficção estruturante da concepção explicadora de mundo. É o explicador que tem necessidade do incapaz como tal. Explicar alguma coisa a alguém é, antes de mais nada, demonstrar-lhe que não pode compreendê-la por si só (RANCIÈRE, 2002, p. 19, 20).

O ato de explicar consiste em um duplo gesto inaugural: ele dita o próprio começo da explicação e cobre todas as coisas que devem ser compreendidas para que o véu da ignorância seja dissipado. Além disso, a explicação divide as pessoas e a

inteligência em duas partes. Há as pessoas sábias e ignorantes, as capazes e as incapazes, as maduras e as imaturas, as inteligentes e as bobas; é claro que as primeiras são aquelas que detêm o poder de explicar. Já em relação à inteligência, ela pode ser dividida em duas: inferior e superior. A inferior será aquela que está ligada ao empírico, é determinada pelo acaso, hábito e necessidade; é geralmente atribuída como inteligência de criança, de homem simples do povo. Já a inteligência superior é aquela que, através do método que vai do simples ao complexo, conhece a razão da existência das coisas. É essa inteligência que permitiria transferir o conhecimento e verificar se o transmitido foi ensinado. Essa dependência, essa exigência de dependência, e essa divisão entre pessoas e inteligência, é o que Rancière, a partir de Jacotot, chamará de embrutecimento (RANCIÈRE, 2002, p. 20).

O que é esse embrutecimento? Por que a explicação seria um mito da pedagogia? As duas questões estão interligadas, porque nas duas a razão de existir é clara: a dependência da explicação. O ato de explicar causa vício e dependência. O aluno sabe, ou melhor, terá a inteligência de perceber que se não entendeu de primeira, pode solicitar a assistência do professor explicador, sem nenhum esforço de aprender por si mesmo, enrijecendo sua própria capacidade, limitando sua própria liberdade. A pedagogia deixa de ser uma ponte para o desenvolvimento de uma inteligência independente e emancipadora.

A pedagogia baseada na explicação tem seu próprio *modus operandi*, onde a dependência e a punição são a base dessa operação. Rancière ironiza:

A criança que balbucia sob a ameaça das pancadas obedece à férula, eis tudo: ela aplicará sua inteligência em outra coisa. Aquele, contudo, que foi explicado investigará sua inteligência em um trabalho de luto: compreender, significa, para ele, compreender que nada compreenderá, a menos que lhe expliquem. Não é mais à férula que ele se submete, mas a hierarquia do mundo das inteligências. Quanto ao resto, ele permanece tão tranquilo quanto o outro: se a solução do problema é muito difícil de buscar, ele terá a inteligência de arregalar os olhos. O mestre é vigilante e paciente. Ele notará quando a criança não estiver entendendo, e a recolocará no bom caminho, por meio de uma reexplicação. Assim a criança adquire uma nova inteligência – a das explicações do mestre. Mais tarde, ela poderá, por sua vez, converter-se em um explicador. Ela possui os meios. Ela, no entanto, os aperfeiçoará: ela será um homem do progresso (RANCIÈRE, p. 21, 2002).

Sem a dependência, não existirá o aluno que necessita do professor, como também não existirá o professor explicador, pois agora não haverá a quem explicar. A punição (o ato de castigar fisicamente) serve justamente para assegurar a existência da

explicação e da dependência, limitar os corpos e as inteligências, forçar os alunos a sentarem-se nas cadeiras para ouvir o que o professor está dizendo. A punição cria a subjetividade da dependência, da compreensão que só pode ser alcançada pelo viés da explicação do professor. Essa dependência se torna cultural em dois sentidos: ela pode atravessar toda a vida do aluno se ele não mudar a perspectiva e o sentido da educação para si. E como ela não é um processo que se inaugurou hoje, mas é e foi trabalhado durante muito tempo, provavelmente nossos professores e mestres tiveram suas subjetividades influenciadas pelo exterior que lhes dizia que a explicação é o único caminho para a compreensão.

Há dois tipos de professores: o explicador e o emancipador (RANCIÈRE, 2002, p. 25). O professor emancipador é aquele que retira a sua inteligência do campo para deixar as inteligências dos alunos desenvolverem por si só. E quando essa inteligência não tiver a vontade suficiente para aprender por si só, então, o professor deve agir, incrementando, reforçando essa vontade para que o aluno possa desenvolvê-la por si só. Desta maneira, o mestre ignorante é aquele que vai buscar a emancipação. Antes de continuarmos, vale ressaltar o que entendemos pela prática do mestre ignorante: é aquele que educa partindo do aluno e não de uma explicação. Por ventura, ao longo do processo educacional, irá usar do ato de explicar, com o intuito mais de auxiliar, como um instrumento, do que de criar dependência como se esse processo só pudesse ocorrer a partir da explicação.

Há duas coisas que devem ser ditas sobre o ato emancipatório do professor que não é explicador: aprender por si só não está relacionado, o tempo todo, com o certo ou o errado, mas fundamentalmente com o conhecer e reconhecer as estruturas daquilo que quer aprender, a subordinação é da vontade, não da inteligência como ocorre com o professor explicador. “Chamar-se-á emancipação a diferença conhecida e mantida entre as duas relações, o ato de inteligência que não obedece senão a ela mesma, ainda que a vontade obedeça a uma outra vontade” (RANCIÈRE, 2002, p. 26).

Devemos deixar claro que o professor emancipador não nasce, mas torna-se, seja pela experiência e autoanálise, seja pelo caminho da leitura. E antes de ser um professor emancipador é preciso que seja um indivíduo emancipado, pois

para emancipar um ignorante, é preciso e suficiente que sejamos, nós mesmos, emancipados, isto é, conscientes do verdadeiro poder do espírito humano. O ignorante aprenderá sozinho o que o mestre ignora, se o mestre acredita que ele o pode, e o obriga a atualizar sua capacidade: círculo de potência homólogo a este círculo da impotência que ligava o

aluno ao explicador do velho método (que denominaremos, a partir daqui, simplesmente de o Velho) (RANCIÈRE, 2002, p. 27).

Em relação ao professor explicador, sua forma de agir e de funcionar, e seus métodos de aprendizagem:

a cada etapa, cava-se o abismo da ignorância que o próprio professor tampa, antes de cavar um outro buraco. Fragmentos se acrescentam, peças isoladas de um saber do explicador que levam o aluno a reboque de um mestre que ele jamais atingirá. O livro nunca está inteiro, a lição jamais acabada. O mestre sempre guarda na manga um saber, isto é, uma ignorância do aluno (RANCIÈRE, 2002, p. 33).

Voltando à questão da potência da inteligência que todos os humanos possuem, de certa forma, entendem determinados sinais e linguagem, seja por semelhança, seja por causa e efeito. Por exemplo, podemos começar a entender a matemática pela semelhança entre as suas imagens, como a de um quadrado e desse ponto inferir sobre o quadrado possuir quatro lados iguais, todos os ângulos possuírem noventa graus, a divisão igualitária entre quatro retângulos e assim por diante. Outro exemplo, podemos entender uma determinada linguagem pelas ações que dela derivam, podemos aprender a diferenciar tons de um grito por suas consequências – logo após o grito causado pelo medo, a pessoa pode procurar esconderijo; um grito causado pela cólera pode ter como efeito uma ação violenta. Essa inteligência todos nós possuímos, por isso, segundo Rancière, não há tipos diferentes de espíritos e sim, desigualdade nas manifestações da inteligência, onde aplicamos uma maior ou menor vontade para que ela aja e crie (RANCIÈRE, 2002, p. 38).

Se não há desigualdade entre os espíritos humanos, mas sim uma aplicação da vontade na inteligência, se não há determinismo entre homens e mulheres superiores ou inferiores; então, todos têm a chance de se emancipar da situação de ignorância que porventura estejam. A tomada de consciência de que a inteligência é igual para todos, o que um faz, todos podem fazer, se houver uma aplicação da vontade. Não negligenciando, é claro, que essa vontade pode ser influenciada por mil fatores, seja exteriormente, seja interiormente. “Podia-se aprender sozinho, e sem mestre explicador, quando se queira, pela tensão do seu próprio desejo ou pelas contingências da situação” (RANCIÈRE, 2002, p. 25). Indo além sobre a inteligência, Rancière afirma: “todas as ciências, todas as artes, a anatomia e a dinâmica, etc. etc.. são frutos da mesma inteligência que fez a palavra *Calipso*” (RANCIÈRE, 2002, p. 38). É isso que entendemos por potência de inteligência: uma mesma inteligência tendo inúmeras possibilidades de ser incentivada.

Para Rancière, a gênese do professor explicador estará no método socrático, pois é esse método, em seu fundamento, que inaugura o império da explicação. É o método que visa pegar na mão do aluno (ou do discípulo) para, com total dependência e através de explicação, levar rumo à verdade. Deixa a entender que o aluno, por si só, nunca poderá chegar onde chegou se não tivesse a muleta da explicação. O professor explicador será, então, aquele que utiliza do método socrático para ensinar e desenvolver a inteligência do aluno até certo ponto, mas nunca chegando de fato à independência intelectual. Desta maneira, dentro desse vínculo, a demonstração de saber do aluno é também o próprio atestado de impotência diante da figura do professor. “A demonstração de seu saber é, ao mesmo tempo, a da sua impotência. Jamais caminhará sozinho e aliás, ninguém lhe pede que caminhe, senão para ilustrar a lição do mestre” (RANCIÈRE, 2002, p. 40, 41).

Ao contrário do professor explicador, o mestre ignorante não é aquele que verifica se o aluno compreendeu ou descobriu tal coisa, mas se o aluno buscou estudar com atenção. “O que o mestre ignorante deve exigir de seus alunos é que ele prove que estudou com atenção” (RANCIÈRE, 2002, p. 42). Como se provar que estudou com atenção? Quando se percebe que a inteligência foi desenvolvida com independência. O meio se torna mais importante que o fim, o processo é mais importante que o resultado final. Ao contrário, na hierarquia que há dentro da sala de aula com suas agregações, a inteligência não encontra espaço para agir e narrar suas ações, não fornecendo um próprio meio de verificações para essas ações. A partir deste espaço de hierarquia, as duas perguntas que devemos fazer são: como podemos igualar de um modo mais justo a relação professor e aluno? Como podemos verificar se o aluno estudou com atenção ou não?

Segundo Rancière, é a materialidade, seja de um livro, de um quadro, ou de qualquer coisa que possa trazer conhecimento, que mantém dois espíritos a uma mesma distância, mesmo se esses dois espíritos forem de um mestre e de um ignorante. Mantém a mesma distância, pois a partir dessa materialidade vai ser possível a verificação se o aluno estudou com atenção ou não, se com atenção sabe realmente o que aprendeu. Para esse saber, para essa verificação da atenção não será preciso ciência, mas experiência, hábito que o dia a dia nos proporciona.

É assim que o mestre ignorante pode instruir tanto aquele que sabe quanto o ignorante: verificando se ele está pesquisando continuamente. Quem busca, sempre encontra. Não encontra necessariamente aquilo que buscava, menos ainda aquilo que é preciso encontrar. Mas encontra alguma coisa nova, a relacionar à coisa que já conhece. O essencial é essa contínua vigilância, essa atenção que jamais se relaxa sem que venha a se instalar a desrazão – em que excelem tanto aquele que sabe

quanto o ignorante. O mestre é aquele que mantém o que busca em seu caminho, onde está sozinho a procurar e o faz incessantemente (RANCIÈRE, 2002, p. 44).

O modo como Rancière pensa sobre a dinâmica entre professor e aluno dentro de uma sala de aula, visando uma independência intelectual do aluno, uma maior autoestima, possibilitando não somente o conhecimento pelo conhecimento, mas uma autorreflexão de si mesmo, de suas possibilidades, de sua vontade; é o modo como o cuidado de si poderia ser traduzido ao campo da pedagogia, ao terreno da escola. O cuidado de si é a busca da independência de si para si (seus desejos, prazeres, medos), e o que Rancière busca com essa pedagogia, certamente não ortodoxa, é acima de tudo, uma maior independência e autonomia em relação a aquilo que se estuda.

Potência de Inteligência e Autonomia

Nesta parte do capítulo, se evidencia que tanto a inteligência como a autonomia, para serem desenvolvidas dentro da sala de aula, é preciso que as mudanças vão além do campo pedagógico, indo também para o campo político, ou seja, como entendemos a instituição escolar. Em Rancière está pressuposto essa questão, está nas nuances, mas ao utilizarmos Paulo Freire e os seus conceitos de curiosidade ingênua e curiosidade crítica, mostraremos com mais destaque que determinadas curiosidades construídas em sala de aula, assim ocorre porque por de trás há uma concepção de educação que a valida, que nos diz: essa é a educação que idealizo; essa é a educação que proponho; estes são meus interesses e objetivos para tal educação.

É a potência de inteligência do ser (como entendemos em Rancière) a responsável pela possível criação de uma consciência de si (efeito das práticas voltadas ao cuidado de si), que mostrará onde estamos dentro do mundo, dentro de uma determinada organização social, além de trazer nossas próprias ações e inteligências para o nível de consciência. É ela que poderá dizer que somos mais do que o meio social determina ou condena, proporcionando uma emancipação de tudo o que nos determina, seja a família, seja o bairro onde mora, seja pelo professor que nos diz que sem a sua explicação não somos capazes de entender determinados assuntos, livros, fórmulas, etc.

E nós, como professores, acima de tudo, devemos incentivar a potência, o devir, que cada aluno carrega em si (neste caso, especificamente, a potência de inteligência, as possibilidades da inteligência). A vida deve transpirar na sala de aula. A partir do estudo incentivar que o aluno tenha consciência de si mesmo, consciência de sua própria

inteligência, e tendo essa consciência, se veja como um agente de sua própria vida, além, é claro, do incentivo para que os alunos tenham, primeiramente, a força de vontade para tentar aprender sozinhos aquilo que o professor ensina. Que aquilo que é ensinado não está tão distante a ponto de que, sem o professor, ele nunca poderá entender. Mas o que é esse ser? Segundo Juan Mosqueira,

o ser é a consciência que o homem adquire acerca de quem seja, a definição que faz de si mesmo. Em última instância, o que faz de si mesmo. Por isso o indivíduo sadio está aberto a realidade e elabora um significado da sua própria existência (MOSQUERA, 1976, p. 47).

O contrário do ser é o não-ser, que é, no sentido mais evidente, a morte, mas no nível psicológico é a morte enquanto estamos vivos, morte causada quando somos absorvidos diante da sociedade, causando nossa perda de sentido, singularidade e identidade pessoal (MOSQUERA, 1976, p. 47, 48).

Outra maneira de não-ser pressupõe a nossa existência como algo automático e vazio. O sentimento trágico da vida pode ser absorvido pela mediocridade e pelo conformismo. Muitas pessoas são absorvidas por atitudes e respostas coletivas fazendo desaparecer a sua consciência e negando a si mesmo a sua auto-realização e crescimento (MOSQUERA, 1976, p. 48).

O professor, assim como todo ser humano, também busca um significado de vida perante o mundo social e cultural, busca afirmar esse ser, essa construção de si mesmo. Ele também se encontra neste turbilhão que é a vida individual e social, sua junção, sua superação, para não ser esmagado, para não transformar em não-ser. Ele é o profissional onde a vida privada e a vida pública quase não se separam, onde a ética que é exigida em sala de aula é a mesma, em vista dos olhos dos alunos, dos pais, dos outros profissionais da educação, enfim, da sociedade em geral, que deve ser praticada em sua privacidade. Assim sendo, a relação afetiva entre professor e aluno se torna importante em vista que a sua demonstração, pelos alunos, é uma prova de sua aceitação tanto na via profissional, como do pessoal.

A consciência do que somos, do que podemos ser, nossas competências e limites, é o resultado da constituição do próprio ser. Todos nós conhecemos a nossa língua materna – um conhecimento adquirido empiricamente –, sabemos usá-la e nos comunicamos com ela. Basta um incentivo para aprimorá-la, para conhecer suas regras mais obscuras, com o intuito de abrir atalhos e chegar mais rápido ao objetivo de qualquer língua: comunicação. Com essa comunicação, aprimorada ou não, podemos expressar o

amor, a revolta, a felicidade, o ódio, a angústia, etc. Todos nós temos consciência e linguagem ou poder de comunicação, mas alguns a desenvolvem mais, outros menos. A princípio, a nossa inteligência é a mesma (RANCIÈRE, 2002, p. 47).

A inteligência é a mesma, pois temos o mesmo princípio que rege a nossa razão. A inteligência que foi utilizada para criar um sapato é a mesma para a construção de uma teoria da matemática, ou para criação de um poema. O sapateiro poderia criar uma fórmula matemática ou um poema, bastasse que ele desse condição para si mesmo, se interessasse, trabalhasse sua inteligência neste sentido.

Trata-se, ao contrário, de reconhecer que não há duas inteligências, que toda obra da arte humana é a realização das mesmas virtualidades intelectuais. Em toda parte, trata-se de observar, de comparar, de combinar, de fazer e de assinalar como se fez. Em toda parte, é possível essa reflexão, essa volta em si mesmo, que não é a pura contemplação de uma substância pensante, mas a atenção incondicionada a seus atos intelectuais, ao caminho que descrevem e a possibilidade de avançar sempre, investindo a mesma inteligência na conquista de novos territórios (RANCIÈRE, 2002, p. 47, 48).

A vontade cria e delimita a nossa inteligência: eu sou enquanto potência de vida. Estou vivo e realizo ou não as ações, busco suprir ou não as minhas necessidades, tudo isso graças a uma vontade que não se separa do meu ser enquanto um ser completo. Se tenho vontade de mexer o braço, mexo; se tenho vontade de usar minha inteligência para resolver um problema matemático, assim eu faço. Ambos, braços e a inteligência são instrumentos da vontade. Assim como a inteligência, todos nós possuímos uma vontade.

Por esse ato comunicativo ser comum a todos nós, por esse princípio de inteligência, por essa constituição de nosso próprio ser, por essa vontade ser comum a todos nós, é que é preciso criar ações pedagógicas e políticas que incentivem o desenvolvimento destes aspectos do ser humano em sala de aula. Se em Rancière vimos práticas pedagógicas (como deve ser o ensino) voltadas ao cuidado de si, em Paulo Freire iremos ver as ações políticas (como entendo o ensino ou as práticas de ensino) voltadas para o cuidado de si através do conceito de prática educativa crítica.¹⁷

Na prática educacional podem existir saberes específicos de uma educação progressista ou de uma educação conservadora¹⁸? “A reflexão crítica sobre a prática se

¹⁷ Deixando claro que tanto em Rancière como em Paulo Freire, pedagogia e política não se separam, mas que em Rancière o meu foco foi o pedagógico, enquanto em Paulo Freire, com sua prática educativa crítica, dei um enfoque político.

¹⁸ A educação conservadora seria aquela que utilizaria de métodos para a dominação, a manutenção de um status quo que privilegia a desigualdade social e intelectual. Para utilizar os termos deste trabalho, seria aquela que criaria e perpetuaria a dependência intelectual. Já a educação progressista utilizaria métodos que

torna uma exigência da relação Teoria/Prática sem a qual a teoria pode ir virando blábláblá e a prática, ativismo” (FREIRE, 1996, p. 22). Deste modo, a busca de saberes fundamentais para a prática educativa crítica do docente se torna fundamental para a leitura que se faz da educação, enquanto uma instituição presente no mundo e enquanto prática, por isso mesmo, política. Assim sendo, pela visão de Paulo Freire, o primeiro saber indispensável para o docente é: ensinar não é transferência de conhecimento, mas a criação de possibilidades para a produção e a construção deste conhecimento.

É preciso, sobretudo, e aí já vai um desses saberes indispensáveis, que o formando, desde o princípio mesmo de sua experiência formadora, assumindo-se como sujeito também da produção do saber, se convença definitivamente de que ensinar não é *transferir conhecimento*, mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção (FREIRE, 1996, p. 22).

Ora, se desde o princípio de minha formação, enquanto aluno de licenciatura, eu me considerar objeto, no qual estou sendo formado por outro, e no qual o papel ativo não exerço, tenho já uma concepção de educação como sinônimo de transferência de conhecimento. Essa ideia e esse método de ser professor irá perpetuar, pois quando estiver no papel de agente ativo irei reproduzir aquilo que me foi ensinado ou aquilo que entendo por educação. “É preciso, pelo contrário, desde o começo do processo, vá ficando cada vez mais claro que, embora diferentes entre si, quem forma se forma e re-forma ao formar e quem é formado forma-se e forma ao ser formado” (FREIRE, 1996, p. 23).

Ensino e aprendizagem andam juntos com a mesma importância. Só há ensino de verdade quando há aprendizagem e é só aprendendo que se pode descobrir que é possível ensinar. O processo ensino-aprendizagem, quanto mais se busca efetuar-lo da melhor maneira possível, criticamente, maior será a curiosidade que o aluno sentirá sobre aquilo que é ensinado e maior será a possibilidade de criação daquilo que é ensinado. “Aprender precedeu ensinar ou, em outras palavras, ensinar se diluía na experiência realmente fundante de aprender” (FREIRE, 1996, p. 24). Desta maneira, podemos pensar: a transmissão do conhecimento através da explicação, a dependência intelectual do aluno perante o professor, proporcionaria, de fato, uma aprendizagem independente e crítica ao modo do pensamento de Rancière no que diz respeito ao processo pedagógico?

serviria para a libertação, para a independência intelectual, independência essa, creio, fundamental para a possibilidade do cuidado de si. Independência esta que, no processo da educação, aproxima o professor do aluno. Segundo Paulo Freire, “O antagonismo entre as duas concepções, uma, a bancária, que serve à dominação; outra, a problematizadora, que serve à libertação, toma corpo exatamente aí. Enquanto a primeira, necessariamente, mantém a contradição educador-educandos, a segunda realiza a superação” (FREIRE, 2011, p. 95).

Na educação progressista, o espaço para a transferência e explicação da matéria ou conteúdo deve, no primeiro, ser esquecido, e no segundo, não ser o foco principal, pois o mais importante, pela parte dos educadores, é a criação de uma possibilidade de experiência real com aquilo que é aprendido, o aprendiz, de tal maneira que a dependência, em relação ao professor/mestre, possa ser diminuída. “Nas condições de verdadeira aprendizagem os educandos vão se transformando em reais sujeitos da construção e da reconstrução do saber ensinado, ao lado do educando, igualmente sujeito do processo” (FREIRE, 1996, p. 26).

O papel do docente não é apenas ensinar os conteúdos, mas mostrar, insistir, abrir caminhos para que o discente possa, ele mesmo, pensar nos termos daquilo que é ensinado. E esse caminho só pode ser aberto quando o docente se compromete, em vez de explicar, a trazer para os discentes uma possibilidade da “verdadeira” leitura. O que seria essa “verdadeira” leitura? É quando o discente se empenha na compreensão fundamental da leitura, de tal maneira que se torna também um sujeito responsável por essa compreensão.

Ler verdadeiramente também pede um processo de autoconsciência onde o discente perceberá que a sua inteligência, através de certos esforços, de uma maior atenção, poderá ler e entender à sua maneira aquilo que se encontra nos livros, por mais difíceis que eles sejam. Entender à sua maneira é importante, pois independente em qual lugar se encontra a sua interpretação, ou se ela pode ser considerada errada ou certa, entender à sua maneira, através desse processo, é descobrir as nuances da leitura. É uma leitura livre que encaminha para a criticidade e para o pensar certo independente, sem precisar de explicação do professor explicador (FREIRE, 1996, p.27). Eis o pensar certo do discente.

Já o pensar certo do professor ocorre quando ele transparece aos alunos que somos seres históricos capazes, concomitantemente, de conhecer e interagir no mundo. “O professor que pensa certo deixa transparecer aos educandos que uma das bonitezas de nossa maneira de estar no mundo e com o mundo, como seres históricos, é a capacidade de, intervindo no mundo, conhecer o mundo” (FREIRE, 1996, p.28).

Ensinar, aprender e pesquisar lidam com dois ciclos que Paulo Freire chama de gnosiológico: ensinar um conhecimento já existente, que é cultural; trabalhar em um conhecimento que ainda está por vir, um conhecimento do devir. Desta maneira, não existe professor sem que seja pesquisador e pesquisador sem ser professor. Ambos fazem parte da natureza de um e de outro, é intrínseco.

Não há ensino sem pesquisa e pesquisa sem ensino. Esses que-fazer-se encontram um no corpo do outro. Enquanto ensino continuo buscando, reprocurando. Ensino porque busco, porque indaguei, porque indago e me indago. Pesquiso para constatar, constatando, intervenho, intervindo educo e me educo. Pesquiso para conhecer o que ainda não conheço e comunicar ou anunciar a novidade. (FREIRE, 1996, p.29).

O pensar certo, o pensar crítico, é uma exigência para aprender o conhecimento já existente, aprender de forma pessoal e íntima, como para enveredar por novos caminhos, novos conhecimentos.

Para Paulo Freire, o pensar certo rompe com a curiosidade ingênua para ir em direção da curiosidade crítica (ou epistemológica). Qual a diferença entre essas duas curiosidades? Essa diferença é de superação e não de ruptura, porque, em ambas, continua sendo curiosidade, a essência não mudou. O que mudou é a qualidade. Passamos de uma curiosidade ingênua, que muitas vezes é baseada no senso comum, em preconceitos, para uma curiosidade científica, filosófica. O método que guia cada uma dessas curiosidades muda, e essa mudança não ocorre drasticamente, de uma hora para outra, por isso existe o professor, para mostrar e insistir nos ganhos dessa mudança.

Na verdade, a curiosidade ingênua que, desarmada, está associada ao saber do senso comum, é a mesma curiosidade que, criticizando-se, aproximando-se de forma cada vez mais metodicamente rigorosa do objeto cognoscível, se torna curiosidade epistemológica (FREIRE, 1996, p. 31).

O que nos leva a uma curiosidade ingênua e a uma curiosidade crítica? O que nos leva a primeira curiosidade é a escolha de um ensino mais voltado para o tecnicismo em detrimento de um ensino mais humanizado. O ensino técnico é aquele que se preocupa mais com o fim do que com o processo. O ensino médio é somente um estágio para o real objetivo do estudo: o vestibular ou o mercado de trabalho. Toda a capacidade formadora do ensino médio e da escola é negligenciada em função de um treinamento técnico, robotizado, desumanizado, que visa um ensino que não dialoga com a ética, pois sua preocupação real são os resultados e os números, em vez do caráter fundamental da educação: o aspecto formador (FREIRE, 1996, p. 32). Já a curiosidade crítica é criada a partir do pensar certo e da valorização do aspecto formador da educação, que dialoga com a ética e com o mundo que nos rodeia. É a curiosidade que possibilita um relacionamento estreito entre a teoria e a prática. Podemos dizer que essa transformação da curiosidade ingênua para a crítica passa por um processo de alteração, não somente da parte

pedagógica, do nosso entendimento sobre a educação, o ato de educar. E essa alteração tem razão de existir na medida em que, concomitantemente, mudada a nossa visão, a significação da escola é como uma instituição atuante na sociedade. Ou seja, com Paulo Freire e sua dicotomia entre curiosidade ingênua e crítica, evidencia com mais clareza aquilo que já estava nas nuances da teoria do mestre ignorante: não basta somente uma mudança nos atos pedagógicos quando essa mudança não vem acompanhada de outra visão política do que significa a instituição escolar.

A curiosidade crítica produz um ser condicionado¹⁹ e a curiosidade ingênua produz um ser determinado²⁰ e a diferença entre um e outro é que o primeiro sabe que é inacabado, que é fruto de condições, que em um primeiro momento sabe que existem as restrições naturais e sociais do seu local de nascimento; e o segundo nega essas restrições em função de valores e atitudes definidas, desta maneira, não dialogando com o mundo que os rodeia. Ora, pois, se tenho a consciência de que existo, deveria ser impossível a minha existência sem a minha presença. Ou seja, sem que eu construa a mim mesmo como ser humano que atua no mundo. E isso só é possível, muitas vezes, porque fomos formados pelos aspectos sociais, históricos e éticos.

Seria irônico se a consciência de minha presença no mundo não implicasse já o reconhecimento da impossibilidade de minha ausência na construção da própria presença. Não posso me perceber como uma presença no mundo mas, ao mesmo tempo, explicá-la como resultado de operações absolutamente alheias a mim (FREIRE, 1996, p. 53, 54).

Não ter a responsabilidade de colocar-se no mundo, de suas ações, de seus silêncios, de sua raiva, de seu amor; é renunciar toda construção histórica, ética, política e social que nós, como espécie, conquistamos com tanto sangue e suor. Assumir-se perante o mundo é, concomitantemente, saber que minhas ações podem melhorar ou piorar a situação onde me encontro; buscar a justiça e as injustiças sabendo das possíveis consequências; a alegria e o sofrimento de estar no mundo sabendo como lidar com ele

¹⁹ O ser condicionado para Paulo Freire é aquele que se “percebe no mundo, com o mundo e com os outros” (FREIRE, 1996, p. 54) e não está “numa posição em face do mundo que não é de quem nada tem a ver com ele” (FREIRE, 1996, p. 54), pois nele “minha presença no mundo não é a de quem se adapta, mas a de quem nele se insere. É a posição de quem luta para não ser apenas objeto, mas sujeito também da História” (FREIRE, 1996, p. 54).

²⁰ O ser determinado seria aquele que está “no mundo sem fazer história, sem por ela ser feito, sem fazer cultura, sem tratar sua própria presença no mundo, sem sonhar, sem cantar, sem musicar, sem pintar, sem cuidar da terra, das águas, sem usar as mãos, sem esculpir, sem filosofar, sem pontos de vista sobre o mundo, sem fazer ciência, ou teologia, sem assombro em face do mistério, sem aprender, sem ensinar, sem ideias de formação, sem politizar” (FREIRE, 1996, p. 58).

ou não. Por outro lado, também é saber que, por ser inacabado, sou influenciável pelo mundo, e que, apesar disso, posso escolher, no fundo, como lidar com essa influência.

O objetivo do capítulo é buscar como o conceito de cuidado de si possibilita uma outra forma de ensino. E vimos até agora qual experiência buscamos neste ensino, quais métodos de ensino melhor encaixa e qual tipo de sujeito (o sujeito condicionado) que ela produz. Agora, nesta última parte do capítulo, iremos ver a relação entre os sentimentos daqueles que estão dentro da sala de aula com o ensino-aprendizagem. Esse ensino-aprendizagem contempla esses sentimentos? Sentimentos estes que podem ser reflexo de determinadas características de uma sociedade. Nesta perspectiva do ensino, da educação, levar em conta esses sentimentos é importante para criarmos a capacidade de traduzi-los e de entendê-los. Deste modo, podemos compreender melhor nossa relação com o mundo, nosso papel nele e, desta maneira, um melhor entendimento de nós mesmos.

O Sentimento do Professor e do Aluno

Qual é o motivo que leva alguém a ser um professor? Que sentimentos há em sala de aula tanto para o professor como para o aluno? A compreensão dessa pergunta irá possibilitar um treinamento e um aperfeiçoamento dessas pessoas que vivem a educação, evitando possíveis descontentamentos com essa relação e procurando causar um melhor bem-estar e um sentimento de satisfação.

Do sentimento, podemos dizer que ele pode ser empregado em dois sentidos: sentimento pode ser entendido como uma reação a uma determinada situação de sua vivência, como, por exemplo, sentir ternura, tristeza, entusiasmo em um momento específico; outro entendimento é a estabilidade psíquica da pessoa que se forma a partir de certos círculos de fenômenos da realidade, como a rejeição, atração, orientação, etc. Por isso, podemos dizer que a nossa vida emocional, nossos sentimentos, produzem o reflexo da realidade que nos circunscreve e a partir daí podemos conhecer o caráter e a natureza dessa realidade. “Daí a vida emocional, os sentimentos humanos estarem organicamente vinculados com os processos cognitivos: sensações, percepções, representações, ideias” (MOSQUERA, 1976, p. 29).

Deste modo, a vida humana completa se encontra na união da vida emocional com a vida intelectual. Dos primeiros passos de uma pessoa até os últimos, a nossa atitude emocional frente a realidade muda, conforme andamos pela linha do tempo, a nossa percepção de criança não é a mesma do adulto, deixa-se a “incoerência” e a “poesia” de

lado e se torna mais objetiva, científica. Isso é colaborado com o desenvolvimento dos processos cognitivos, que contribuí para compreender os fenômenos da vida, assim como a complexidade da existência social com suas normas morais e culturais, além disso, nos ajuda a compreender o impacto dessa existência social na existencial. Ajuda, mas é preciso que a imagem seja criada a partir de nossas experiências, pelo modo como a gente sente perante o mundo; de como somos afetados e impulsionados ao entendimento da vida social, por esses dois motivos, não podemos desvincular o intelectual do existencial. “A conexão entre os sentimentos e o processo cognitivo propicia à pessoa uma vida de grande sensibilidade que pode ser cada vez mais apurada na medida em que desenvolve a sua capacidade afetiva e suas potencialidades diferenciais” (MOSQUERA, 1976, p. 30). Ainda mais: “Os sentimentos refletem as relações do indivíduo, essenciais para sua atividade vital com o mundo circundante. Pelas mutações dos sentimentos podemos julgar a mudança da atitude do ser humano frente a esta mesma realidade” (MOSQUERA, 1976, p. 33).

O ser humano é aquele que tem constantes necessidades, sejam materiais ou espirituais. A satisfação dessas necessidades, onde nasce o desejo, depende de como agimos para tal, e é essa criação constante de necessidades e de suas realizações, e como se dá, o fator de criação de nossos sentimentos e como eles podem ser diferentes na medida em que nossas ações para a concretização desses desejos são frutíferas ou cheio de obstáculos. E mais, como a busca dessas relações se dá: ela foi feita com consciência e cuidado ou foi mais afobada em vista da falta de um autocontrole, deste modo, automática, porque não se realizou com o conhecimento de si?

O diferente carácter dos sentimentos depende de como transcorre essa atividade na medida em que ela é frutífera ou dependente dos obstáculos que encontrar. Como consequência temos o conteúdo dos sentimentos e as vivências emocionais propriamente ditas (MOSQUERA, 1976, p. 31).

O sentimento, segundo Juan Mosquera,

não se reduz a um estado passivo ou uma simples afecção de ordem orgânica. Possui um certo sentido, o que quer dizer, um significado e uma intenção. Os termos sentido e sentir exprimem, simultaneamente, que aprendemos qualquer coisa e nos orientamos em alguma direção (MOSQUERA, 1976, p. 32).

As influências que o aluno recebe, seja da família, seja dos amigos, seja das redes sociais, são maiores e mais influenciáveis para os alunos do que o alcance do professor e do que é ensinado em sala de aula. “Ainda, a falta de incentivo, o desinteresse, a alienação

é tão grande que somos levados a concluir que a escola como hoje existe já está obsoleta” (MOSQUERA, 1976, p. 122). Destarte, essa relação já não é contínua no sentido que de nós, como professores, não podemos e, até certo ponto, não devemos proporcionar um bem-estar em detrimento de uma transformação pessoal ocasionada pelos estudos, pois a educação deve servir para formar o ser humano, entendendo essa formação como desenvolvimento e configuração de potencialidades, seja para conviver em sociedade, seja para conviver consigo mesmo.

Enfim, a educação é, para nós, seres humanos, uma necessidade tanto social como biológica. É uma necessidade biológica, pois, diferentes dos animais, não temos um corpo forte ou um instintivo de sobrevivência aguçado. É o intelecto, a racionalidade, que nos diferencia dos outros animais, é o que faz equilibrar a balança entre nós e eles, e, se quiser, faz com que a balança tenda para nós. Consequentemente, a nossa seleção natural se dá pela nossa inteligência racional. Foi a partir dela que fabricamos os principais instrumentos e as primeiras armas, conquistamos o fogo, desenvolvemos a linguagem, tomamos a consciência de, além de ser um ser vivo, somos pessoas inseridas na sociedade. A educação partiu de uma necessidade biológica para depois virar uma necessidade social. “Sabemos que a educação é uma necessidade biológica, que parte da debilidade instintiva do ser humano que paga um alto preço por possuir uma capacidade intelectual amplamente desenvolvida” (MOSQUERA, 1974, p. 9, 10).

Com esse papel da educação que, muitas vezes, não sempre, é contrária do que o restante da sociedade oferece em quesito de possibilitar uma maior visão sobre nós mesmos, que exige trabalho e esforço, perante as facilidades que hoje podemos ter, seja para obter, ostentar e mesmo pesquisar, a ideia de professor parece quase antiquada. Trabalhar em cima desse sentimento de obsolescência e criar caminhos para que essa relação seja sempre reforçada como importante é o grande papel do professor.

A escolha de autores diversos como Rancière, Freire, Mosquera, tem como justificativa, demonstrar as ramificações do conceito de cuidado de si que Foucault busca dos antigos. Como é a prática deste cuidado de si dentro da sala de aula? A atualização deste conceito a partir de outros conceitos que pensam a educação e seu papel político dentro de uma sociedade é o que justifica esse trabalho.

A independência intelectual dos alunos, ou a sua busca, a partir da ideia de um mestre ignorante é importante para que os alunos se sintam, mais efetivamente, dentro do processo educacional. A partir dessa nova maneira de se envolver com o conhecimento, pavimenta uma independência intelectual que, se for trabalhada, principalmente pelos

alunos, pode ser transformada em uma autonomia para a vida social. Então, a escola terá cumprido o seu papel: a criação de uma identidade, de uma consciência de ser um ser, o mais independente possível, seja da sociedade que engloba a escola, seja da família dos alunos. Desta maneira, a autonomia do pensamento, a autonomia do agir será o mais autêntico possível. E essa autonomia só pode ser alcançada por um conhecimento de si que é conquistado quando cuidamos de nós mesmos.

No próximo capítulo, o foco será uma prática (a escrita de si) desse cuidado de si, ou pelo menos uma das possíveis práticas.

Capítulo 3: A escrita como possibilidade da reflexão em si mesmo

Esse capítulo está dividido em duas partes: uma tentativa de conceitualizar o que entendemos por escrita e a prática da escrita, através dos diários, pelos alunos. Além da escrita dos alunos, vamos fazer pequenas análises dos diários para mostrar que aspectos dos fundamentos do cuidado de si se encontram, na maioria dos casos, de forma espontânea.

Foucault, ao analisar o livro *Vita Antonii*, de Atanásio, diz que a escrita é um ato indispensável para o conhecimento de nós mesmos por dois aspectos. O primeiro aspecto tem relação com a solidão, ou melhor, com o combate à solidão. É escrevendo, por exemplo, um diário, que podemos pensar sobre nossas ações do dia transcorrido (caso se escreva no final do dia). Nesse caso, o caderno ou o notebook, analogicamente, seria uma espécie de companheiro e estaríamos em diálogo com ele. Nossos possíveis erros, nossa impetuosidade, ao pensarmos sobre eles, tendem a serem melhores vistos ao escrevermos, igualmente se estivéssemos em um diálogo com um amigo.

O segundo aspecto é, se a escrita de si pode ser comparada a um diálogo com um amigo, então a escrita também faz o papel de uma presença, neste caso, alheia, pois pela escrita todos os nossos movimentos serão regulados. É por esse papel da escrita que podemos ser mais duros conosco, ela também se tornará um constrangimento, forçando-nos a pensar por uma direção que busca negar e combater esses erros, essas impetuosidades. Segundo Foucault, “o constrangimento que a presença de outro exerce sobre a ordem da conduta a escrita o exercerá na ordem dos movimentos internos da alma” (FOUCAULT, 2017, p. 142).

Se entendemos a escrita como um exercício, poderemos ver a sua importância para o que chamamos de “a arte de viver”, justamente porque ela nos proporciona, além de um conhecimento de si, um condicionamento de nossa forma de agir e pensar. A escrita disciplinada se torna necessária para podermos compreender a nós mesmos e para que possamos viver melhor no mundo que nos é dado. “Como elemento do treino de si, a escrita tem, para utilizar uma expressão que se encontra em Plutarco, uma função etopoiética: é um operador da transformação da verdade em ethos” (FOUCAULT, 2017, p. 144).

O que seria essa função etopoiética da escrita? Essa pergunta pode ser respondida através da explicação do conceito do que Foucault irá chamar de hypomnemata. As hypomnematas seriam uma espécie de agenda, cadernos pessoais, onde

se registrava todas as coisas, desde pensamentos, fragmentos de obras, exemplos de ações que vivenciou ou que foi lido. Constitui uma memória de todas as coisas vividas. E vai servir, para os helenísticos, como fonte de material para a redação de tratados, além de servir como fonte de argumentos para a luta contra os defeitos (cólera, inveja, bajulação, etc.) e para a luta contra as situações difíceis da vida (luto, exílio, desgraça). (FOUCAULT, 2017, p. 144).

As hypomnematas não podem ser vistas como simples diários íntimos, quando o que mais se tem são descrições de como ocorreu o dia, de como tal pessoa é linda, como estar apaixonado, etc.; descrições essas que não passam de exposições, ou seja, não fomentam uma reflexão de si, não proporcionam uma análise de suas ações do dia transcorrido, não mergulha naquilo que foi dito. Segundo Foucault, as hypomnematas têm como objetivo “captar o já dito, reunir aquilo que se pôde ouvir ou ler, e isto com uma finalidade que não é nada menos que a constituição de si” (FOUCAULT, 2017, p. 145).

Além disso, as hypomnematas têm como objetivo “fazer do recolhimento do *Logos* fragmentário e transmitido pelo ensino, a audição ou a leitura, um meio para o estabelecimento de uma relação de si consigo próprio tão adequada e completa quanto possível” (FOUCAULT, 2017, p. 144). Para essa recolocação dos logos, para fazer do estudo algo que ajuda a constituição de si, será preciso três movimentos: o emparelhamento da leitura e da escrita, a prática refletida diante das escolhas, o nível de apropriação.

O emparelhamento da leitura e da escrita é algo necessário por alguns motivos. Primeiramente, é preciso da leitura para que possamos adquirir mais conhecimentos, pois não é possível tirar tudo do fundo do baú. Mas existe a possibilidade de exagerarmos nesta leitura, de passar de livro para livro, sem tomar nota de nenhum, se dispersando, com isso, trabalhamos mais a memória do que a inteligência. A escrita serve justamente para temperar a leitura – o inverso também é verdadeiro, pois quanto mais lermos mais capacidade de escrever temos – ao recolhermos o máximo possível desta. “A escrita dos hypomnêmata se opõe a essa dispersão fixando os elementos adquiridos e constituindo de qualquer forma com eles ‘o passado’, em direção ao qual é sempre possível retornar e afastar” (FOUCAULT, 2017, p. 147).

A prática refletida diante das escolhas, possibilitada pela escrita das hypomnematas, reúne, em um conjunto, autoridades tradicionais em determinados assuntos, justamente com as singularidades das verdades ali reunidas com as circunstâncias ou particularidades daquele que lê e escreve tal assunto. Neste sentido,

A escrita como exercício pessoal feito por si e para si é uma arte da verdade díspar; ou, mais precisamente, uma maneira racional de combinar a autoridade tradicional da coisa já dita com a singularidade da verdade que nela se afirma e a particularidade das circunstâncias que determinam o seu uso (FOUCAULT, 2017, p. 144).

O nível de apropriação daquilo que foi lido se deve a unificação produzida pelo contraste: o uso de uma autoridade para se pensar as circunstâncias pessoais daquele que lê e escreve, pois pela leitura e pela escrita constrói-se um corpo, ou seja, apossa-se de um conhecimento que é clássico, cultural, para pensar certas particularidades e, com isso, transformar esse conhecimento em seu próprio conhecimento. Desta maneira, a leitura e a escrita são necessárias para pegarmos um conhecimento cultural e transformá-lo em nosso, assim constituindo nosso próprio corpo intelectual que poderá ter, por consequência, um aumento deste conhecimento.

O entendimento da *hypomnematas* se torna importante para nós na medida que enxergamos na escrita não somente uma ferramenta para exposições, mas também um instrumento para “vermos”, de novo, como foi o dia: as ações praticadas, os pensamentos, as reflexões, os impulsos, as necessidades e como lidamos com o exterior. E é como lidamos com o mundo (ações praticadas, pensamentos e reflexões, impulsos e necessidades, a partir do mundo), o que possibilita a criação da interpretação daquilo que nos rodeia. Por exemplo, é a nossa necessidade e nosso impulso, os responsáveis pela tentativa de capturar o mundo. E cada um tem suas próprias necessidades, cada um cria suas próprias interpretações do mundo. Buscar nas vivências (necessidades, impulsos, etc.), neste caso, dos alunos, problemas filosóficos que, mesmo eles não sendo filósofos, o incomodam, e, por ventura, mesmo eles não tendo a consciência deste incômodo, pela escrita, desnuda-se. É esse objetivo do diário que buscamos: o de tornar as vivências mais palpáveis, mais conscientes.

A escrita como um meio para se levar a sério as vivências, neste caso, possibilitam aos alunos que eles possam prestar atenção ao que se passa no dia a dia, seja em seus sentimentos e pensamentos, seja nas ações do teatro do mundo. Desta maneira, prestamos atenção em nossas vivências e também estamos prestando atenção às ações que escolhemos e realizamos. Consequentemente, essas escolhas, a consciência dessas escolhas, são refletidas no sentido de: por que escolhemos agir tal como agimos em determinadas situações? A resposta pode levar a um conhecimento de nós mesmos. Além

disso, potencializa, dá força para nossas ações no sentido de transformar o passado em algo vivo (MONTEIRO, 2015, posição 849²¹).

Os alunos, os seus diários, não serão tratados como simples dados que devem ser analisados, concomitantemente, não serão tratados como produtores de conhecimento qualificado, no sentido de ser acadêmico. Mas serão tratados como produtores de um conhecimento informal, da “vida”, da “rua”. Com isso, tenho como objetivo tratá-los de forma igual, como seres que usam ou tenham a capacidade de usar a razão, tal como eu. E que, por terem uma vivência diferente da minha, pensa e sente o mundo de formas diferentes.

Os diários têm conteúdo e propostas diferentes entre si, pois devemos levar em consideração o meio em que cada aluno vive e vivencia, mas também como lidamos, como sentimos cada um desses meios. Desta maneira, as análises dos diários vão muito além da análise simples da escrita, pretende ir além, a escrita como instrumento para conhecermos aquele que escreve. Conhecer sua personalidade e o meio social no qual está inserido. Desta maneira, não é a pessoa do aluno (características pessoais e corporais, a personalidade evidente) que vai ser pensada, analisada, mas a sua escrita e o que ela diz da junção entre a personalidade do aluno e o meio social em que estará inserido (BEZERRA, 2013, p. 186).

Essa junção e a própria escrita exige um certo tipo de deslocamento. O ato de escrever, quando o usamos para pensar nosso lugar no mundo, proporciona um deslocamento, um afastamento, para que o campo de visão aumente em relação ao objeto que é a si mesmo (nosso objeto é nós mesmos, mas não no isolamento e sim inserido no mundo). O deslocamento só é possível pela reflexão. Concomitantemente, é uma ação – o ato de deslocar. Mas não é só, também é reflexão proporcionada por esse deslocamento²². Uma reflexão de si, das suas ações do dia a dia, de sua relação com o mundo e as pessoas a sua volta.

Só a partir das consequências deste deslocamento, ação e reflexão, a verdade pode ser alcançada, pois

²¹ Livros no Kindle não possuem páginas, mas posições. Essas posições são definidas a partir do tamanho da tela no qual se está lendo o texto.

²² Podemos entender esse deslocamento em dois sentidos e dois objetivos: um simples deslocamento de si e um deslocamento de si em vista do mundo, na qual estamos inseridos. O deslocamento de si em vista do mundo é o deslocamento do cuidado de si, pois como já vimos, o cuidado de si, apesar de ter como objeto aquele que cuida de si mesmo, tem profunda relação com o outro e com o contexto social no qual está inserido.

postula a necessidade de que o sujeito se modifique, se transforme, se desloque, torne-se, em certa medida e até certo ponto, outro que não ele mesmo, para ter direito a[*o*] acesso à verdade. A verdade só é dada ao sujeito a um preço que põe em jogo o ser mesmo do sujeito. Pois, tal como ele é, não é capaz de verdade (FOUCAULT, 2006, p. 19, 20).

Antes de começar os diários propriamente dito, temos algumas considerações e informações. A primeira consideração consiste em não tratar os diários dos alunos como dados, mas como produtores de diálogos, de pensamentos e de vivências. Os diários são autobiográficos e pessoais, tratá-los somente como dados de uma pesquisa não me parece justo. Dito isso, as análises dos diários têm o intuito de entender, comunicar, dialogar com os alunos, a partir da escrita.

Outra consideração que devemos fazer é que os diários estão quase na íntegra, corriji apenas erros ortográficos, mudei poucas palavras para um melhor entendimento de concordância, acrescentei ou tirei algumas vírgulas. No restante, deixei como está, não modifiquei frases mal construídas ou muito longas, com o objetivo de deixar os diários mais reais possíveis, ou seja, diários produzidos por adolescentes que se encontraram, no ano passado (2018), no primeiro ano do Instituto Federal de Mato Grosso – *campus* São Vicente. Devemos ter consciência de quem escreve para podermos contextualizar a própria escrita.

Outra informação importante: de todos os alunos do primeiro ano, somente sete diários²³ foram escolhidos para participar da dissertação, principalmente por um motivo básico: a maioria somente descreveu um dia comum de quem frequenta uma escola. Por exemplo: “hoje acordei às sete horas, fui para sala de aula, conversei com os amigos. Meio dia fui almoçar para depois voltar à sala de aula. No fim da tarde fui almoçar para depois jogar futebol com os amigos”. Esse é um exemplo ficcional, um espelho do que a maioria dos alunos fizeram. Os diários escolhidos, assim o foram, porque tiveram uma particularidade que os aproxima de uma escrita de si: ou os diários foram uma reflexão de si, ou fizeram papel de amigos para desabafos necessários, ou podem ser o início de um aprendizado baseado na escrita de si.

Por fim, vale ressaltar que a ideia do diário teve inspiração em práticas de outros professores e, principalmente, em um exercício que Silvio Gallo propõe no capítulo três (A vida em construção: uma obra de arte), da unidade três, onde se estuda os epicuristas,

²³ Ressaltando que os sete diários, por serem escritos por menores de idade, possuem autorização dos pais ou dos responsáveis.

os estoicos e os cínicos. Vou transpor o exercício para a dissertação, fazer algumas observações e, em seguida, começar com os diários.

Vamos praticar um “exercício espiritual”. Experimente a escrita em forma de diário. Você pode usar um caderno ou fazer um blog – nesse caso, decida se será um blog público ou com acesso restrito. Preste muita atenção naquilo que você vai escrever e em como vai escrever, pensando nas pessoas que lerão seus textos. Durante um mês, anote todos os dias aquilo que você pensa e sente. Compartilhe seu caderno ou blog com outros colegas. Após esse período, releia tudo o que você escreveu e reflita sobre isso. Compartilhe suas conclusões com os colegas de sua sala e conversem sobre a experiência. Será possível conhecer mais sobre eles a partir desse exercício?²⁴ (GALLO, 2016, p. 179).

Tenho algumas observações sobre o exercício do diário que pedi para os alunos. Primeiramente, quero mostrar as minhas diferenças em relação ao que propôs Silvio Gallo. Primeiramente, pedi que o diário fosse escrito exclusivamente no caderno por alguns motivos: a internet da escola não é boa e alguns alunos moram em zona rural, onde não há internet. A segunda mudança se trata do tempo da escrita do diário, Gallo propõe um mês, mas no contexto do IFMT São Vicente, período integral, com média de 16 aulas por semana no ensino médio, considerei enfadonho se fosse um diário de um mês, desta maneira, os diários têm a média de sete dias. A última mudança é em relação a visualidade do diário, em vez de expor para todo mundo, decidi que só eu leria, deste modo, impedindo que alunos mais comedidos e que tivessem algo mais pessoal para escrever, não fizessem o diário. Dito isso, vamos explicar a metodologia dos diários para depois começarmos as exposições e análises.

A segunda observação é para dizer que a experiência do diário não muito bem desenvolvida devido a dois fatores: não tinha entendido o conceito suficiente para colocá-lo em prática (a experiência ocorreu no ano de 2018); e não soube traduzi-lo didaticamente para que o conceito fizesse sentido aos alunos. Desta maneira, hoje, venho propor, com a base teórica incorporada ao corpo, uma nova didática para que essa experiência possa ocorrer de fato. Primeiramente pedir para que os alunos façam uma carta, um texto, refletindo sobre suas vivências na escola, sendo permitido falar sobre tudo do modo que quiserem. Logicamente essa carta não vai representar nenhum exercício espiritual (via de regra), porém serve um pouco como incentivo e em vista de

²⁴ Fiz algumas modificações para a concepção dos diários pelos alunos. Primeiramente, não um mês, mas sete dias. Segundamente, não houve compartilhamento entre os diários para que a escrita, a sua importância, tenha uma ênfase.

uma maior autonomia, pensando em Rancière, já que tirando o tema (reflexão sobre a vida na escola), o modo de pensar e escrever serão os alunos que irão decidir.

Em um segundo momento, apresentar de forma geral o conceito do cuidado de si e seus objetivos para depois trabalhar as nuances deste conceito, principalmente aqueles que fazem parte da vida do aluno: as relações do cuidado de si com o prazer, morte, velhice e o ato da fala com a ação (Parrhesia). Por fim a última explicação (ainda não conseguir achar outro modo de atuar em sala de aula, mas a não explicação continua sendo um ideal a ser seguido) é relacionar como o ato de escrever pode ser algo prazeroso porque esse ato não deve ser visto como uma obrigação dentro da escola, mas como um instrumento do autoconhecimento, logo, um instrumento do cuidado de si. Por fim, a última parte da didática voltada é refazer a carta ou o texto com a objetivo de perceber se houve ou não uma compreensão daquilo que foi ensinado, ou seja, se esse texto se aproxima do que chamamos de exercício espiritual.

Enfim, para a construção da prática da primeira experiência, escolhi primeiro transcrever os diários para depois fazer algumas análises, com o intuito de mostrar que os alunos, através da escrita, puderam fazer algumas reflexões que podemos encaixar na forma de pensamento baseado no cuidado de si. Logicamente, não podemos comparar a escrita dos alunos com os exercícios praticados pelos estoicos ou epicuristas. Não é o mesmo tipo de escrita, não é o mesmo tipo de diário. O objetivo aqui é então a tentativa, por mínima que seja, de uma aproximação do significado da escrita: como podemos pensar sobre nós mesmos a partir do ato de escrever, como podemos, apesar de todas as distrações, colocar a nós mesmos como objeto de nosso pensamento. E esse pensar como um pontapé para possibilidades futuras de um cuidado de si. E por não podermos comparar as escritas, devemos ter consciência que a maioria das partes dos diários vão ser relatos pessoais, mas esses diários escolhidos possuem sementes que demonstram a possibilidade de elevar a escrita de si para uma reflexão de si, indo além de somente um simples relato. Por fim, vale ressaltar que os alunos irão receber essa dissertação quando ela estiver pronta, como uma extensão do exercício dos diários, possibilitando futuros diálogos.

Diário da Aluna A

11 de setembro

Hoje eu acordei me sentindo bem. Acordei sentindo uma coisa maravilhosa que não sei explicar. É como se eu tivesse sonhado algo que eu queria muito, ou como ganhar na loteria. Não sei.

Fui na aula, tirei uma nota razoável de agroindústria. Ok.

Depois de um tempo senti estranha, como se algo tivesse batido na minha cabeça, era como uma dor aguda. O café daqui não me faz bem. Eu não sei como começar esse diário.

12 de setembro

Acordei com a cabeça doendo de novo. No começo eu achei que seria uma enxaqueca “normal”, que nem antes da tpm. Hoje não queria sair da cama.

Fui para a aula e recebi minha prova de solos. Tirei 5,9 e fiquei muito triste, tentei arranjar uma desculpa de que eu não tinha tempo para ter estudado, que os problemas sempre vêm quando a gente está desprevenido, certo? Errado.

Pois na minha concepção, fui eu quem perdi o controle da situação, eu que perdi a capacidade de controlar o meu tempo. Você se acha sempre incapaz de resolver ou melhorar. Eu resolvi estudar mais então. Existe uma frase que diz “o hoje é real, é a realidade que você pode interferir. Mas a oportunidade de mudança está no presente. O futuro será consequência do presente”.

É a frase de uma música dos Racionais Mc's. Aliás, recomento te faz pensar muito. O nome da música é “A vida é desafio”.

Deu o horário da chamada. Irei dormir.

13 de setembro

Acordei indiferente. Para ser sincera, acordar feliz como no primeiro dia desse capítulo do meu diário é algo muito raro.

Ter ansiedade é acordar todos os dias como se já soubesse que seu dia será um desastre, e mesmo se não for, chorará no final do dia como se tivesse sido.

Eu me questiono sobre isso, se eu tenho ansiedade por que tomo muito café? O café é um gatilho para ter crise de ansiedade, mas ao mesmo tempo é o que me acalma. Fiquei sabendo de uma história em que o pintor Vicent Van Gogh tomava tinta amarela

porque ele achava aquela cor brilhante e feliz, mesmo sabendo que aquilo fazia mal para ele. Acontece o mesmo comigo.

14 de setembro

Hoje é dia de ir embora, finalmente. Eu amo a vila da escola, mas é algo que depois de um tempo se torna chato. Eu quero minha casa. Na minha casa posso fazer o que eu realmente amo: dormir o dia inteiro. As minhas malas já estão prontas, adeus escola.

15 de setembro

Sábado, o dia em que posso acordar meio dia. Acho que não contei, mas moro com minha mãe, minha irmã, cunhado e irmão. Eu amo final de semana.

16 de setembro

Hoje fui convidada para sair e ir à casa do primo do meu namorado (aliás, ele estuda aqui também e é do 1ª F). Foi um dia maravilhoso

17 de setembro

Hoje é dia de voltar para a escola. Acordei atrasada e quase perdi o ônibus, mas minha mãe é ninja em se arrumar rápido e eu herdei os dons dela. Hoje foi legal, foi bom reencontrar os amigos e conversar sobre o final de semana.

Acho que mudei de uns tempos para cá. Eu era tímida, hoje converso até com os professores. Ah, e eu sou a menina que vende trufas.

Não faço ideia de como terminar esse diário. Acho que devo contar como foi a experiência de ter um diário por sete dias. Eu adorei e não sabia como falar, mas é algo bom, porque faz o aluno se expressar e faz o professor entender o aluno. Adorei o incentivo.

Esse é meu diário de uma semana, obrigada.

Análise do Diário

Esse diário, apesar de ter algumas exposições, traz reflexões importantes de quem escreveu, reflexões essas que se forem adiante vão possibilitar um

autoconhecimento. A aluna A reconheceu a importância do diário ao dizer que ele a ajudou a se expressar, indo além, a escrita possibilita que o outro, no caso eu, a conheça caso lesse seu diário. Prosseguindo a reflexão da aluna, o diário, além de ajudá-la a expressar e de ajudar o outro a conhecê-la, tem uma importância no autoconhecimento, quando a escrita possibilitou que ela pensasse o porquê certas ações foram realizadas por ela. Há dois momentos que identifiquei importantes no diário.

O primeiro momento é quando ela pensa na sua capacidade de controlar o tempo. Ela não tirou uma nota boa na prova de solos, mas em vez de inventar desculpas para o professor ou para si mesma, ela vai pensar em como lidar com o tempo que tem à disposição. Como usufruo do meu tempo? Podemos responder essa pergunta quando pensamos no prazer: minhas ações que percorrem o tempo produzem prazeres? Se sim, são realmente prazeres que valham a pena? Ou melhor, esses prazeres vão produzir uma felicidade mais permanente ou somente fugaz? Se produzir uma felicidade mais permanente, neste caso, ter ido bem na prova, então o tempo é bem gasto. Se o contrário ocorre, felicidades momentâneas, que são pequenas perto das felicidades permanentes, - como as que derivam da promiscuidade -, então o tempo será mal gasto, segundo ensina Epicuro.

No fundo, ela também questiona e responde a esse questionamento: sei controlar o tempo para dividi-lo em divertimento pessoal com as obrigações da escola? Ou melhor, no uso do meu tempo, quais são realmente as minhas prioridades? Ela vai responder: não sei dividir meu tempo para que possa me divertir e não sair prejudicada na escola. Outra possível resposta é: eu sei que ao usar o meu tempo antes da prova, eu sei que a balança pesou mais para a diversão do que para o estudo.

A partir deste questionamento e da resposta, ela decide mudar as suas ações a fim de equilibrar a balança do tempo. E ela faz isso por uma simples reflexão: se eu não souber controlar o tempo, se eu não souber distinguir os prazeres, ele só produzirá, de fato, arrependimentos. E arrependimentos podem ser traduzidos como a não-conquista do melhor futuro possível. Qual outra interpretação do que significa os arrependimentos na vida humana? Podemos interpretar como o fundamento da criação do temor da velhice e da morte. Por que tememos esses dois aspectos da vida humana? Chegar na velhice significa que percorremos a maior parte do tempo destinado a nós, e se nessa maior parte não vivemos uma vida plena, sem arrependimentos, com ações voltadas para a transformação, correção, purificação, independência de nossas próprias ações, com o intuito de melhorar nossa convivência conosco mesmos e com o mundo; então tudo

poderá parecer em vão. A mesma coisa com a morte, só a tememos, porque queremos outra oportunidade de viver uma vida plena.

O segundo momento está relacionado com a questão do café. A aluna gosta de tomar café, porque ele a acalma, concomitantemente, ela diz, é um gatilho para a sua ansiedade. Essa relação problemática com o café, ela exemplifica citando o pintor Van Gogh que, segundo ela, comia tinta amarela, porque era uma tinta brilhante e feliz, ao mesmo tempo, ele sabia que fazia mal. Aqui não importa se Van Gogh comeu mesmo tinta amarela, mas a exemplificação desta relação problemática dela com o café que me interessa: só com o café posso agir e absolver o dia que se passa, com seus afazeres, com suas dificuldades; assim como Van Gogh que só poderia se exprimir pelas tintas e telas em uma radicalidade que exigia que ele mesmo se transformasse em tinta. Não importa se essa história é verdadeira ou não, mas o significado que a aluna A colocou nela com o intuito de exemplificar sua própria relação com o café: para suportar o dia e, talvez, a mim mesmo, só posso ter condição para tal com a ajuda do café. O café é a tinta amarela dela. Essa relação da aluna com o café, ou melhor, a consciência desta relação se torna importante na medida que explora a si mesmo, conhecendo suas próprias nuances.

Assim com a relação do tempo e do arrependimento, a relação da aluna com o café só pode ser desenvolvida, porque tinha alguém para escutá-la (o próprio diário). Pela escrita, em diálogo conosco, podemos ter consciência de que algumas ações nossas podem nos fazer mal, mas estamos tão ligados a elas que se desvincular se torna algo difícil, trabalhoso, exigindo disciplina, exigindo a criação de novos escapes.

Diário do Aluno B

9 de setembro

Boas companhias, seja de familiares ou amigos, realmente pode nos fazer bem, ajuda a exercitar a paciência e a flexibilidade, principalmente com as crianças.

10 de setembro

Nossas vontades realmente nos consomem, nossos gostos nos definem. Gosto tanto de livros, acho isso virtuoso e conceitual.

11 de setembro

Você tem que ser razoável quando pessoas e amigos próximos partilham de pontos de vista diferentes, um do outro, pode ser algo “testador”.

12 de setembro

O prazer de ganhar conhecimento pode ser muito animador e o de perceber que há pessoas achando normal o que não é, me entristece, penso se estão enganando a si mesmos por algum motivo ou sabe-se lá o que.

13 de setembro

O sentimento de raiva e/ou de frustração nos mata e queima-nos por dentro. Como algo tão poderoso e devastador pode residir e caber no peito? É profundo e difícil de desarraigar.

14 de setembro

Você precisa de tranquilidade e boas pessoas para desabafar e transcender os sentimentos de frustração.

15 de setembro

Calma e um pouco de descanso pode ser de grande ajuda, mas também pode ser a espada de atraso.

Observação: Vários sentimentos me ajudam a compreender outros, às vezes ruins, mas genuínos.

Análise do Diário

Esse diário foi escolhido porque, apesar de ser curto, não tem nenhuma exposição do dia a dia e mesmo assim, está localizado em um contexto: relação com a família e com os amigos. Esse diário parece um diálogo com o outro, parece uma conversa informal de um amigo para outro. O aluno B soube usar a escrita como um interlocutor, e por isso, há reflexão e sinceridade. Mas não é somente por isso que escolhemos este diário, têm dois pontos importantes que podemos discutir, dois pontos que são frutos de determinadas escolhas.

O primeiro ponto é a relação do Aluno B com suas vontades e sentimentos. Ele diz que a vontade pode consumi-lo e defini-lo, sabendo que nossas vontades podem ser tempestuosas, consumindo-o e tirando-o do caminho do cuidado de si, da vida plena, há de controlá-la e escolher aquela que não faz mal a si próprio. A vontade dele, a princípio, está direcionada para o conhecimento, sente prazer em conhecer, por isso se direciona para os livros. A princípio, porque a vontade não é estática, ela pode se transformar se não prestamos atenção. Podemos pensar dois motivos para essa transformação. O primeiro seria a relação com o prazer: conforme vamos conhecendo novos prazeres estes podem influenciar em nossas vontades, ações e planejamento; tirando do caminho a busca de uma vida plena. O segundo motivo seria a relação com a velhice e a morte, ou melhor, o nosso medo da velhice e da morte. Se possuímos estes medos, podemos tender para a busca de prazeres fáceis em vista de “aproveitar melhor a vida”, mas são prazeres pequenos, frágeis, fugais; exigindo, desta forma, constantemente, novos prazeres. Mais uma vez tirando do nosso caminho.

O segundo ponto está relacionado aos sentimentos e como lidar com eles. Quando a raiva e o desprezo são grandes, como podemos lidar com eles? Como podemos diminuir a potência deles? Se crescemos não sabendo lidar com eles, se nos acostumamos a facilmente a ser influenciados por seus impulsos, como podemos criar outra cultura para nós mesmos? Através da escrita, o Aluno B pode tomar uma consciência mais palpável desses impulsos, tornando-os mais facilmente (ainda que difícil) de controlá-los. Neste sentido, essa era a função da escrita, era o objetivo deste diário.

Por fim, vamos atentar para o último dia do diário quando B diz: “calma e um pouco de descanso pode ser de grande ajuda, mas também pode ser a espada de atraso”. Aqui é o resumo de como a questão da escolha perpassa todo o diário. O descanso é bom e pode ajudar quando, por exemplo, o tomamos com ócio criativo (leitura de livros, busca de conhecimento). Mas isso é uma escolha, pois podemos facilmente caminhar por outras veredas, como a dos prazeres que mais fazem mal do que bem, prazeres estes que Epicuro vai dizer que até determinadas dores são preferíveis.

Diário da Aluna C

Domingo, 2 de setembro de 2018

“De todos os ingredientes da vida, a gratidão é a mais doce”

Domingo de praxe, né! Eu costumo chamar o domingo de dia para descansar a mente. Domingo traz uma paz de espírito que não há nada igual. Domingo em casa é tudo o que precisamos, tranquilidade, risos sem motivos, talvez não exista um motivo para a felicidade, ser feliz é uma busca constante.

Almoço de domingo na casa da avó, é de lei. Comida de casa, carinho, afeto e amor. Excesso de ternura, se existe algo melhor, eu nunca encontrei. Às vezes paro no tempo e fico pensando que avós são anjos e quando não tenho tempo para parar e pensar, eu tenho certeza disso. Mas se pudesse voltar no tempo, recuperaria todos os domingos que perdi. O tempo anda passando depressa, mas às vezes é preciso fazê-lo parar e aproveitar cada segundo.

Para finalizar o domingo, uma boa lavada de alma e colocar alguns trabalhos em dia, descarregar um pouco o peso da vida e tirar as más energias do corpo. Deus, proteção, sabedoria e tranquilidade, afinal, o que vem dele me traz paz e não guerra.

Segunda-feira, 3 de setembro de 2018

“Seja sua própria estrela-guia”

É dia de voltar, voltar para aquele lugar que eu escolhi como morada, talvez exista algo prescrito, um roteiro de nossas vidas antes mesmo de existirmos, ou talvez, somos donos das nossas ações. Eu costumo chamar de destino, não que eu acredite que há uma força maior que controla e decide tudo por mim, mas eu acredito que há um ser que eu costumo chamar de Deus. Não, ele não é o responsável por tudo o que acontece em minha vida, quem decide o rumo sou eu, ele só indica o melhor caminho, ele é meu orientador. Eu não sou perfeita, eu erro também, às vezes tomo decisões precipitadas, ou às vezes elas são pensadas, mas acabam não dando certo, fazer o quê, o ser-humano é falho. Mas no fim acabo deixando tudo nas mãos dele, não que eu acredite que vai sair do jeito que eu quero, mas que seja feita a sua vontade, porque no fim que dará certo. Eu confio, eu tenho fé. Às vezes me pergunto porque estou aqui, procuro explicações para as minhas decisões. Mas no fundo eu saberia que cada ato tem suas consequências. Talvez, se o novo modo de viver seja mais uma consequência das minhas tentativas ou do meu impulso. Ou talvez, seja um ato e a sua consequência virá com o tempo.

Terça-feira, 4 de setembro de 2018

“Coragem! Quem não arrisca não caminha”

Mais um dia de desespero, eu não sei, mas há dias em que não consigo me controlar, às vezes sinto que não posso comigo mesmo. Parece que um outro eu desperta em mim e não há espaço para duas personalidades completamente diferentes em uma só pessoa. Como se eu fosse alma e corpo. Uma briga sem cessar. Não encontro palavras para descrever. Todas as pessoas têm seus dias ruins, até os mais bondosos seres tem o seu pior lado. É uma sensação horrível, parece que todos querem te atacar, que a sua volta só permanecem pessoas que desejam te derrubar. Talvez seja meu espírito de guerra em modo de combate, como um instrutor de combate certa vez disse. Desconfie de todos, as vezes aquele que anda do seu lado só espera a oportunidade para enfiar a faca em suas costas.

Pode ser que seja só um sentimento mesmo, já que nesse ano eu considero a terça como o pior dia da semana, o motivo eu não sei. Então pode ser que eu tenha me acostumado a sofrer toda terça. Eu travei uma luta dentro de mim mesmo, é preciso força para vencer. Para continuar “sonhando”, mesmo que sonho não seja a palavra certa, eu não costumo sonhar. Eu tenho objetivos.

Quarta-feira, 5 de setembro de 2018

“Os resultados da guerra são duvidosos”

Um dia normal, amanhã é dia de voltar para casa, deve ser isso que faz de hoje um dia um pouco mais especial.

Às vezes eu tenho medo de não conseguir ser aquilo que eu projetei para mim mesmo, sim até as pessoas com coração de ferro sentem medo. Eu sempre fiz questão de ser dura, eu nunca me permitir fraquejar, alguns dizem que eu estou apta para o caminho que eu desejo trilhar, mas poucos sabem que foi o caminho que eu escolhi para mim que me exigiu essa característica.

Às vezes eu não sei de onde tiro forças, mas eu sei que sempre terei que ser forte. Lágrimas também rolam dos meus olhos de maneira espontânea, eu não sou de aço. Às

vezes elas insistem em querer sair em público, mas eu tenho que ter autocontrole, eu sou dona dos meus sentimentos. Não que chorar mostre que as pessoas fraquejaram, pelo contrário. Eu admiro quem chora por causas nobres na frente de outras pessoas, mas eu não sou assim. Poucas pessoas me viram chorar e me orgulho disso. Às vezes eu choro só, outras vezes eu nem choro. Meus olhos não são cachoeiras.

Hoje refletir sobre uma pergunta que sempre me fazem: “Você é tão dura assim, não tem medo da morte?”. Não, eu não tenho medo da morte, a morte é uma causa natural, que ocorrerá com todo ser vivo. Quando eu decidir ir atrás da minha meta e a tornar prioridade em minha vida, eu sabia das consequências, eu sei que a minha vocação é morrer, quando a minha família se pôs contra a minha vocação, mesmo sendo boa parte dela apoiadora da profissão. Eu sempre deixei bem claro “todo mundo morre um dia”. Não que isso conforte meus pais, nem os deixe mais tranquilos, muito pelo contrário, nem todo mundo sabe lidar. Mas soldado que vai a guerra e tem medo de morrer, é um covarde.

Quinta-feira, 6 de setembro de 2018

“Virar as costas para o problema não será a solução”

Véspera de feriado, finalmente em casa. Coração a mil, mente tranquila. Paz não é uma sensação, é um estado de espírito. Eu quero ser como essas pessoas que acham que tudo pode se resolver da melhor maneira possível. Eu acredito que o universo não conspira a favor de nada, nem de ninguém. Se você quer que dê certo, então você tem que fazer dar certo. As pessoas que são acomodadas demais, e esperam tudo da sorte, como se do céu fosse cair uma chuva de coisas boas. Às vezes eu me acho um monstro por pensar assim, e talvez eu seja mesmo. Espero porém, que seja um monstro realizado, eu não coloco meus desejos nas mãos de outras pessoas, pois eu acredito que ninguém fará por mim, senão eu, é aquela velha história, se quer uma coisa bem feita, faça você mesmo. Não viva buscando palmas da plateia, porque se assim fizer, viverá colocando sua felicidade em mãos alheias. Nunca esperei nada de ninguém, sendo assim o que vier é lucro. Não ando por aí contando meus planos para qualquer um, isso se chama sabedoria, é um dos segredos do sucesso. Eu também vejo o lado bom das coisas, procuro ver o copo metade cheio, e ir atrás de encher outra metade. Sigo tentando não encontrar explicações para tudo, com o tempo eu aprendi a não perder tempo, não tento ser a dona da verdade, e fujo de discussões, já que são meramente ilustrativas, são apenas pessoas tentando

mostrar-se inteligentes e sábias. Essas discussões intelectuais falsas não chegam a lugar nenhum, nunca vejo resultados e nem mudam ações. Apenas palavras ao vento. Ultimamente ando preferindo ter paz do que razão, mesmo vivenciando uma eterna guerra comigo mesmo. Talvez seja uma guerra que faz crescer, me tornando um ser humano cada vez melhor. Não existe guerra boa e nem paz ruim.

Sexta-feira, 7 de setembro de 2018

“Ela tem uma queda por coisas verdadeiras”

Feriado para mim é um dia como qualquer outro, já que não faço nada de extraordinário, a diferença é que vejo como uma oportunidade de dormir até mais tarde.

Nunca fiz questão de ser prioridade na vida de ninguém, mas isso não funciona comigo, eu sempre priorizo pessoas. Mesmo sabendo que elas sempre vão me decepcionar. Até os melhores laços se acabam, nada é para sempre. Talvez isso tenha me tornando cada vez mais fria e mais distante. John Kenedy dizia: “perdoe meus inimigos, mas não esqueça seus nomes”. Eu não sou do tipo de pessoa que gosta de perdoar, acho isso clichê, ninguém perdoa por completo, nunca mais voltará a ser a mesma coisa de antes. Não suporto meios termos. Por isso não me dou pela metade, nunca terão meu meio amor, não serei meio amiga, nem a quase pessoa certa. Ou sou tudo, ou sou nada. Eu sou bastante fria que chega a ser ridícula a minha desconfiança. Não deixo as pessoas entrarem em minha vida, cheguei ao ponto que eu não confio nem mesmo na minha própria sombra. As pessoas acham que isso é paranoia, que eu me fecho demais, mas foi elas que me fizeram assim. Eu não quero que entrem na minha vida para sair, mas se quiserem sair, tudo bem. Mesmo sentindo falta eu deixo ir, porque entendo que nada dura para sempre. Eu gosto de permanecer. Mas eu me excludo quando percebo que não faz diferença eu estar ali ou não. Mesmo assim, eu nunca me arrependi das coisas erradas que fiz. Me arrependo das coisas certas que fiz para as pessoas erradas.

Sábado, 8 de setembro de 2018

“As decepções fazem você abrir os olhos e fechar o seu coração”

Eu nunca quis que um sábado passasse tão rápido como este. Aos poucos até me desconheço, realmente você mudou muito. Ah, talvez eu tenha mesmo virado essa pessoa

fria e sem coração que muitos falaram, mas vocês ficaram fora muito tempo, as coisas mudaram e não perceberam, talvez porque não quisessem, porque não se importavam, ninguém estava aqui quando eu precisei. Ninguém estava aqui quando precisei. Ninguém conhece as minhas lutas. Não esperavam que eu fosse recebe-los de braços abertos, esperavam? Mas eu os recebi. As pessoas mudam, eu mudei. Mas mantive a minha essência, vocês se distanciaram, eu fiquei distante não de corpo, não de casa, mas de coração, de alma. Nada é como antes, tudo está no seu lugar, portanto o nosso mundo já não é o mesmo, mas é igual, mesmo sendo diferente.

A culpa não é minha de ter mudado, a minha mudança é consequência de suas atitudes. Eu não sou contra o universo, mas se querem jogar, eu também sei jogar sujo.

Não se trata de estar certo ou errado, eu já perdi as contas de quantas vezes eu estava certa e mesmo assim tive que pedir desculpas. Eu não esperava que pagassem na mesma moeda, eu plantei, mas não esperava colher. Responder a ofensa com ofensa é lavar a alma com lama. Não! As minhas feridas não fecham, as cicatrizes ficam. Mas mesmo assim, eu posso está derretendo por dentro, mas por fora continuar sendo rocha.

Domingo, 9 de setembro de 2018

“Machucaram minhas pétalas e cortaram minhas flores, mas se esqueceram que eu tenho raízes”.

Domingo, 8 dias para o meu aniversário. Confesso que houve uma época que eu esperava mais por essa data, era um dos melhores dias do ano. Hoje, tanto faz, eu não espero mais nada. Só é um aniversário, não tem nada de especial nisso, lá no fundo confesso que eu ainda espero um pouco das pessoas, das poucas pessoas que restam, que se lembram. No fundo me doe, me doe porque cresci e vi que o mundo não é primavera. Não porque eu tenha nascido nesta estação, mas eu esperava um mundo de rosas, talvez porque eu ame essas flores. Houve uma época em que queria crescer, eu esperei tanto por essa data, eu via que toda menina queria ser princesa, fazer os 15. Mas eu não, comigo foi diferente, eu sempre esperei os 16. Talvez eu entendesse isso como liberdade, achava aquela fase a melhor de todas. Agora próximo dos 16, eu quero que passe o mais depressa possível, deve ser a fase mais atribulada da minha vida. Quem nunca sentiu vontade de fugir, fugir de si mesmo, dos seus pensamentos... Da sua consciência. Quem não tem teto de vidro que atire a primeira pedra!

É uma fase estranha, onde, talvez, eu não consiga lidar muito bem com essas novas descobertas, novos sentimentos, esse novo mundo, as novas pessoas com as idas e vindas. Tudo é passageiro, até os piores dias só tem 24 horas. Eu ainda temo a mudança, mesmo sabendo que coisas boas se vão para que melhores possam vim.

Análise do Diário

Neste diário há muitos temas para serem discutidos sob a perspectiva do cuidado de si. A própria aluna C, deixou uma epígrafe em cada dia, deixando pistas do que se travava suas reflexões, a partir das vivências daquele dia. A epígrafe do primeiro dia é: *De todos os ingredientes da vida, a gratidão é a mais doce*. Neste dia, a partir das vivências na casa da avó, ela pensa sobre a felicidade e sobre o tempo. Existe algum motivo para eu ser feliz? Ou a felicidade é boa em si mesma? A felicidade se conquista? Ou ela é como a sabedoria, nunca alcançamos plenamente, é sempre um buscar constante? A aluna, nessa simples frase (talvez não exista um motivo para a felicidade, ser feliz é uma busca constante) traz a reflexão sobre a felicidade, como um exemplo do poder da escrita.

Sobre o tempo, a aluna quer parar o tempo, não no sentido de viver aquele momento eternamente, mas no sentido de vivenciá-lo por completo, com ações boas, sem arrependimentos. Indo além, quer parar o tempo, ou no caso, diminuir sua velocidade, não somente em determinados momentos, mas constantemente, a fim de extrair dele aquilo que se precisa para cortejar (neste contexto, uma palavra melhor que conquistar) a felicidade. A felicidade não está dissociada do nosso saber e de nossa forma de agir perante o nosso tempo.

No segundo dia do diário, intitulado *Seja sua própria estrela-guia*, a grande questão é saber escolher o melhor caminho possível para caminhar. Mesmo que todos os caminhos já sejam preexistentes, nesse caso, não construímos nenhum, ainda assim, somos os responsáveis por escolher qual iremos caminhar. Qual é o melhor caminho possível para nós? Se somos imperfeitos, se erramos e mesmo quando planejamos, pensamos com cuidado, as coisas podem não dar certo, o que garante que somos capazes de escolher esse “melhor caminho”? É aqui que a aluna deixa sua religiosidade entrar. Se não me sinto capaz de escolher o melhor caminho para mim, deixo nas mãos de Deus. Ela se aproxima de uma vida baseada no cuidado de si (ser sua própria estrela-guia, ou seja, a construção de seu próprio eu por si mesmo), concomitantemente, se afasta dessa

vida quando não trata, como ela mesma disse, como um professor ou um mestre, mas como aquele que anda por ela. Talvez esse seja o limite de uma ótima reflexão sem leitura.

No terceiro dia do diário, *Coragem! Quem não arrisca não caminha*, a coragem do título se refere, principalmente, a coragem de lidar consigo mesmo. Sou razão e sou paixão. Como ela mesma disse, uma disputa entre corpo e alma. Qual cavalo irá vencer a disputa? Aquele que carrega a razão ou aquele que carrega a paixão? Esse embate pode ser doloroso, nesta disputa podemos nos perder de nós mesmos se não soubermos equilibrar a balança entre a razão e a paixão. E, creio, é isso que ela deseja: coragem para acabar com a guerra, se definir, se equilibrar na medida do possível. Pois somente desta maneira, sabendo quem eu sou, posso lidar com o outro, com o tempo que tenho à disposição, a fim de construir um melhor cotidiano para a nossa vida.

No diário do quarto dia, *Os resultados da guerra são duvidosos*, continua a reflexão da guerra travada entre corpo e alma e do desejo de se equilibrar para pôr um fim nesta guerra. O temor dela de não conseguir ser aquilo que deseja, o temor dela de não conseguir realizar a constituição de si que deseja, de percorrer o caminho que ambiciona, é fruto desta guerra. E por ela estar vivenciando essa guerra, ela precisa ser forte para afirmar-se perante si mesma.

A aluna aprofunda a reflexão quando diz que, concomitantemente, o caminho escolhido por ela é devido a sua singularidade, e que essa mesma singularidade é influenciada pela alameda escolhida. No fundo, ela diz que construiu esse caminho para si. A guerra que ocorre dentro de si é uma disputa para se manter ou não no caminho escolhido.

No diário do quinto dia, *Virar as costas para o problema não será a solução*, o tema principal é a ação. A ação necessária para buscar o que deseja sem a dependência do outro. A ação necessária para a construção de sua própria felicidade. Além disso, o tema também vai ser o fundamento das ações. As minhas ações são verdadeiramente transformadas, não pelas discussões com outros ou explicações dos outros, mas a partir de um diálogo (discussão) consigo mesmo. Apesar da importância do exterior, quando as discussões não são “intelectualmente falsas”, só absorvemos e agimos influenciados por essas discussões quando, na conversa que temos conosco mesmo, a aceitamos. O imperativo não é o exterior, mas nossa própria subjetividade na construção do eu.

No sexto dia do diário, *Ela tem uma queda por coisas verdadeiras*, o tema é como agir no meio social em que me encontro, ou melhor, como eu lido com as pessoas neste meio social. Ela diz que não gosta de se sentir favorita, indispensável, na vida de ninguém,

mas age de forma contrária a esse princípio: tem pessoas, para ela, que são mais importantes que a outra.

O problema, segundo a aluna, de dar mais importância para algumas pessoas é que se pode decepcionar com elas, a amizade pode acabar. Mas o essencial é aceitar, mesmo que sinta saudade, pois “nada dura para sempre”. O valor dessa reflexão se encontra justamente no reconhecimento da existência das ações que não depende de nós. Se outras pessoas nos decepcionam por ações que não vão nos fazer bem, ou se a amizade acaba por diversos motivos (distância, falta de tempo), não temos, necessariamente, culpa. A aceitação daquilo que não depende de nós é um processo no caminho do cuidado de si.

No sétimo dia do diário, *As decepções fazem você abrir os olhos e fechar o seu coração*, trata de uma questão mais pessoal: como me afirmo no mundo? A vida na perspectiva do cuidado de si não é solitária, não ocorre sem a presença do outro (mesmo o outro não sendo o objetivo principal), mas em conjunto: quem cuida de si mesmo também deseja modificar o cotidiano onde se encontra com o desígnio de que ele mesmo e todos os outros possam ter uma melhor experiência de si. E quando não sei lidar com as pessoas em meu contexto social, quando não sei impor a independência da minha subjetividade²⁵ neste contexto social, o cuidado de si não se torna uma prática possível. Podemos pressupor condições para o início da prática do cuidado de si: uma independência em relação ao exterior. Mas aqui podemos fazer uma pergunta: essa independência não é construída concomitantemente com as práticas do cuidado de si?

No oitavo dia do diário, *Machucaram minhas pétalas e cortaram minhas flores, mas se esqueceram que eu tenho raízes*, trata de se adaptar no mundo. A ruptura da visão que uma criança tem do mundo, como a de enxergá-lo como uma primavera, pode ser dolorosa. Entender essa mudança de significação do mundo é um processo pelo qual os adolescentes passam. Esse processo, creio, pode ser mais tranquilo na medida em que nos conhecemos, quando quem se conhece? Dificilmente um adolescente vai se conhecer, desta maneira, a escrita de si pode ser um atalho para esse autoconhecimento. Neste diário, temas importantes foram discutidos: o que é felicidade; como lidar com o tempo; escolha ou construção de meu próprio caminho; força para não me desvirtuar deste caminho; como lidar com as pessoas; como impor minha subjetividade em uma realidade que pode sufocá-la. Temas esses que são abordados em uma vida sob a perspectiva do cuidado de

²⁵ Ver na nota 14, página 39, o que eu entendo por subjetividade.

si, ao mesmo tempo, a vida sob a perspectiva do cuidado de si só pode começar quando refletimos esses temas com o intuito de transformar a nós mesmos.

Diário do Aluno D

Caro Diário, meu início de Agosto não tem sido um dos melhores e prometo te contar o motivo, que tem uma simples palavra: família.

Durante um bom tempo, ou melhor, longos anos, eu e minha família viemos enfrentando um problema com o álcool, e neste ano tudo piorou. Você, diário, deve estar sem entender o que quero dizer, mas estou me referindo a minha mãe, que é uma pessoa alcoólatra (vou pular a parte da depressão porque vai delongar muito o que tenho para dizer). Ela ficou seis meses sem beber, começando no final de outubro de 2017 e voltou a beber pior que antes, se não me engano, em junho de 2018, e a partir daí as coisas só começaram a complicar, mas antes quero fazer uma ênfase de um dos motivos para ela recomençar a beber. Na minha casa era apenas eu e ela durante o dia, e depois que eu mudei para São Vicente para poder estudar, ela ficou muito sozinha, e juntando uma série de problemas, ela descontou sua dor no álcool, chegando a beber um litro de pinga por dia e chegando a beber em botecos, e eu não podia fazer nada porque estava longe. Eu cheguei a evita-la durante uma semana não atendendo suas ligações, pensando que se fizesse isso me pouparia de conversar com uma pessoa bêbada, e isso foi muito errado, porque acima de tudo ela nunca me deixou faltar nada.

Em resumo, bem resumo mesmo, é isso o que aconteceu esses meses.

Na primeira semana de agosto, no início das aulas após as férias, minha irmã mais velha, que mora em Cuiabá, me disse que passaria aqui na escola em um domingo, dia 04, para podermos ir em Torixoréu, cidade de onde eu vim a 500 km daqui, para buscar nossa mãe, pois o caso dela era de grande proporção, que ela morreria se ficasse lá.

Chegou o Domingo e nós pegamos estrada, eu sair da escola deixando somente duas pessoas sabendo onde eu ia e o que iria fazer. Na estrada as horas passaram voando, ouvi músicas que me fizeram chorar, e teve momentos bons em meio a tempestade, é claro. Chegamos em Torixoréu depois das 17:00 hrs da tarde e fomos direto para a casa de minha avó onde estava um bocado de pessoas da minha família e entre eles o motivo de termos ido até lá: nossa mãe. E confesso a você, diário, que ao ver minha mãe não me surpreendi, pois não era a primeira vez que eu a via daquele jeito, mas o que não tinha entrado na minha cabeça ainda é que eu tenho uma mãe doente e com depressão e que se

não tomássemos uma atitude, o pior aconteceria. Eu e minha mãe nos abraçamos e ela já estava chorando quando chegamos, na verdade vomitando uma comida que ela havia comido de estômago vazio.

No outro dia de manhã fomos para Cuiabá, com nossa mãe junto no carro, fraca, frágil, debilitada, com a fala mole e muito pouco falante. Chegamos em Cuiabá quase de noite e fomos para a casa de minha tia, irmã da minha mãe, jantamos e minha mãe só consegui comer pouquinho, depois disso fomos para a casa de minha irmã, chegando lá fui tomar banho e me deitei no sofá com meu sobrinho, daí nesse período de tempo minha mãe já havia tomado banho e ido escovar os dentes e foi quando eu ouvi um grito, era a minha irmã pedindo ajuda, nisso meu cunhado já havia ido ao banheiro e quando eu cheguei lá vi uma cena que não gostaria, vi minha mãe com convulsão no chão e inconsciente, e minha irmã tentando manter a calma e tentando animá-la para recobrar a consciência. Minha mãe se contorcendo no chão, foi neste momento que passou um vídeo na minha cabeça, de todas as coisas que eu havia feito para a minha mãe, ai eu entrei em desespero total, chorei horrores com medo de perder minha mãe ali naquele momento, e o pior, perder ela para o álcool, até que com muito esforço e luta ela ficou consciente. Mas me esqueci de um detalhe, meu cunhado já havia ligado para o Samu, e ele chegou depois de 15 minutos, confesso que foi um alívio, mas o pior de tudo foi eu ter que ir para a casa de minha tia e deixar minha mãe ali, apesar de que ela estava em ótimas mãos, mas o meu medo mesmo era sair de lá e minha mãe partir e eu não poder fazer nada, mas felizmente ela se recuperou (muito pouco, graças ao soro) e mais tarde da noite já estava na casa de minha irmã. No dia seguinte foram me buscar na casa de minha tia e depois fomos fazer um exame de sangue, tanto eu como minha irmã, mas principalmente minha mãe, para ver se ela tinha algum problema como anemia. Passaram-se os dias e chegou a sexta-feira, o dia que minha mãe já começou a arrumar seus pertences para no dia seguinte ir para a clínica.

Chegou o sábado, dia 11 de agosto de 2018, o dia que eu e minha irmã fomos levar nossa mãe para se tratar, e é claro, diário, que não foi fácil para nenhuma de nós três, principalmente minha mãe que com certeza deveria pensar que iria ficar um ou dois meses internada, mas o que ela de fato não sabe é que isso não é possível, mas para tudo tem jeito, menos a morte. 16:00 hrs foi o horário que saímos de casa, fomos na casa da minha tia, irmã da minha mãe, e lá estava com ela a minha avó, mãe da minha mãe, e ela tadinha não conseguiu ir na clínica com a minha mãe e começou a chorar, e a partir disso todas começaram a chorar, exceto eu que vinha tentando segurar o choro a dias para demonstrar

força para a pessoa que mais precisava naquele momento. Minha mãe chorou muito por minha vó não ir, e não só isso, por ir para a clínica. O caminho para a clínica não foi longo, mas ao chegarmos lá eu percebi o quão errado meu pensamento era, só do fato de pensar que lá estaria cheio de segurança e camas com amarras, mas eu me equivoquei, e não foi por pouco, pois aquele lugar poderia ser qualquer coisa, menos um lugar para loucos (na visão que eu tive rs), a clínica é tão linda e nós fomos tão bem recebidos e acolhidos que eu fiquei até sem jeito, depois disso conhecemos o local e as pessoas de lá, e eu, particularmente, fiquei encantada com as árvores, pés de caju que tinham lá, e fiquei mais feliz ainda porque minha mãe gostou desse tipo de ambiente.

Sem mais delongas diário, chegou a hora da despedida, aqui por incrível que pareça, eu achei bem tranquila, pelo menos para mim. Abracei minha mãe e ela me beijou sem brigar comigo, o que ela sempre fazia, mas reclamando, o que comentei na mesma hora e ela chorou e ficou nervosa, mas nada sério.

Avançando um pouco, chegou o dia em que tive que voltar para a escola, e admito que para mim não foi fácil, eu não parava de pensar nas imagens que eu havia presenciado e me sufoca o fato de não ter para quem contar, daí fui para o ginásio onde sempre vou quando quero chorar e ficar sozinho para colocar minhas ideias na cabeça.

Querido diário, após 34 dias de internação da minha mãe, eu e minha família fomos visita-la, e isso foi no dia 11 de setembro, e ao chegarmos lá foi só felicidade, só pelo fato de ver minha mãe ali, bem, forte e sorrindo, não havia nada mais gratificante do que aquilo. Só deus sabe o que se passava no meu interior, e espero poder sentir isso por longos anos.

Chegou a hora da despedida e nem foi tão doloroso assim, não houve choro da partida de ninguém (não que eu tenha visto) e daqui um mês, eu e minha mãe iremos lá novamente.

Em resumo é isso que se passou em minha vida nesse pequeno período de tempo, mas que por fim aconteceram grandes coisas, mas que graças a paz superior tudo deu certo.

Análise do Diário

Podemos perceber que este diário é diferente dos outros por dois motivos: ele é corrido e não é dividido por partes; e não traz necessariamente uma reflexão, mas um desabafo de quem não tem a quem contar uma situação tão delicada. E é isso que me

chamou a atenção. Aqui, mais do que em qualquer outro, a escrita foi uma metáfora designando um amigo. E como em uma conversa com um amigo, o que ficou mais evidente foi a experiência do vivido do que sua reflexão, ou melhor, a experiência do vivido como o motor para desencadear sentimentos e reflexões. Sabemos perfeitamente como ela se sentiu nas piores situações descritas no diário. Também sabemos, a partir desta experiência, a reflexão dela sobre o ocorrido e uma mudança de suas ações perante a mãe que está doente. A experiência é o começo de uma nova compreensão da realidade que a aluna se encontra. Esse diálogo com o diário, além de servir como desabafo, serviu para a criação ou o fortalecimento desta compreensão.

Diário do Aluno E

O que venho a relatar no dia de hoje! Dia 08-08-2018, pensei então a meditar e refletir sobre mim mesmo, relacionar as coisas, pensar antes de agir, pode ser o nosso forte se pensarmos direito, a reflexão pode ser uma das melhores coisas que se faz com sua mente, pode ser um pouco confuso, mas com o tempo você perceberá o verdadeiro sentido disso, que na alma está o seu profundo descanso, sua paz interior e por fim você saberá o verdadeiro sentido de tudo, vai ,conseguir se relacionar melhor com as pessoa, tratá-las de um modo melhor, se você fizer isso tenho certeza que você irá se reconciliar melhor com as pessoas.

08-08-2018, no dia de hoje minha alma se alegra totalmente, pois consegui tirar a minha maior média de física isso realmente não é tão fácil. Meu sentimento neste grande dia foi um dos melhores desde quando vim para o IFMT, pois a vida aqui é totalmente diferente do que eu estou acostumado. Além de ter conhecido uma nova pessoa que estou interessado, não gosto de citar nomes, mas é uma pessoa especial que alegrou meu espírito, sinto uma energia positiva quando estou perto dela, mas tudo está em andamento, só esperar e ter paciência que um dia vai dar certo. E por fim meu dia terminou cheio de paz e harmonia comigo mesmo.

11-08-2018, no final do meu dia venho a relatar sobre ele for incrível, cheio de brincadeiras e lazer. Joguei voleibol com os meus amigos, minha alma estava cheia de muita alegria, pude sentir isso no dia de hoje, pois o lazer também faz parte de nossa vida e serve para nos fazer felizes e até esquecer por alguns instantes os nossos problemas, enfim meu dia foi muito alegre e o meu espírito está cheio de pura alegria.

Dia 22-08-2018, hoje venho a relatar, mais um dia de minha vida que foi cheio de controversas e perguntas e mais perguntas, pois não conseguia entender nada do conteúdo de hoje, meu pensamento estava conturbado, pode ser por isso que não conseguia compreender o que o professor queria me passar pode ser isso, mas cada dia tem novas vitórias e desafios por isso eu não desisto tão cedo, pois sei que não é tão fácil, mas não é impossível vencer essa barreira do estudo não é coisa fácil mais com fé e pensamento positivo conseguimos vencer os desafios do nosso dia-a-dia. Então sempre temos que lutar pelo que queremos e nunca desistir

Dia 11-09-2018, venho então novamente a falar sobre mim. no dia de hoje aconteceram coisas que nunca tinha acontecido antes, pois participei do fórum estudantil do IFNIT SÃO VICENTE e fui o relator onde tive que relatar tudo que as pessoas do meu grupo disseram a respeito do assunto para melhorar mais a nossa instituição de ensino, neste dia a minha vida está um pouco agitada com várias conturbações com notas, preocupações com trabalhos, mas é assim mesmo, a vida não é tão fácil como a gente imagina, mas se lutarmos conseguiremos vencer, tenho fé que vou conseguir vencer essa batalha e aqui como gesto de coragem para enfrentar as dificuldades termino de relatar sobre o dia de hoje.

Dia 12-09-2018, meu dia foi de extrema preocupação, saíram os resultados das provas, uma delas não foi agradável pois tirei 2,0 na prova de física fiquei muito chateado com isso e preocupado, tenho que recuperar essa nota, então vou estudar mais e ler bastante para compreender melhor o conteúdo e assim tirar uma nota acima da média. Analisando a minha alma foi mesmo isso, ela está cansada, preocupada e muitas outras coisas, mas estou feliz que sei que o senhor Deus está comigo nessa caminhada me dando força e coragem para continuar a vida, todos os dias surge a pergunta será que eu vou conseguir? Mais só penso em DEUS, JESUS CRISTO e MARIA e peço que me proteja de todo o mal que me persegue, assim termino de relatar mais um belo e cansativo dia.

Dia 14-09-18, começo já revoltado com essa escola vou ter três provas em um dia, nem sei para qual eu devo estudar, pois aqui são muitas matérias no ifmt são Vicente, perco sono as vezes para fazer tarefa, nem durmo direito, mas é a vida que eu escolhi segui, então cabeça levantada e vamos em frente, notas estão um pouco boas menos de sociologia que é um pouco difícil e história que estou com um pouco de dificuldade, mas me esforço bastante, para conseguir nota e dá orgulho a minha família posso. Dizer hoje que minha alma está preocupada não só com o estudo mais sim com a vida também, termino aqui meu dia.

Dia 15-09-18, hoje meu dia foi especial fui passear em campo verde com meus amigos, foi muito bom comemos carne assada, fizemos compras, fui muito lindo esse dia. A melhor coisa de ter amigos de verdade em sua vida é realçar o seu pensamento positivo. Também estou meio que apaixonado por uma menina, pois gosto muito dela, mas ela não me dá muita bola, fico um pouco chateado, mas é a vida, única coisa que consegui até agora foi um selinho na boca, mais já estou feliz, pois ela me completa, nunca senti algo desse jeito que eu estou sentindo por nenhuma pessoa antes, é diferente com ela, meu dia foi de muita paixão e passeio com os amigos, assim termino de relatar esse meu dia incrível apesar das coisas que não estão dando muito certo.

Dia 16-09-18, venho relatar sobre o dia de hoje, foi incrível cheio de várias diversões e estudos, minha alma, o meu espirito, tudo está alegre em mim. Copiei muitos slides de física por isso estou um pouco cansado, penso todos os dias será que consigo me formar nesta instituição? Mas tenho fé que vou conseguir, agradeço a Deus por tudo que faz e está fazendo em minha vida, que sem o senhor não sou nada. Meu dia foi isso, só tenho a relatar que meu espirito está em paz e muito alegre, e é isso que venho relatar do meu dia de hoje.

Dia: 19-09-18, hoje venho relatar meu dia foi cheio de dúvidas e perguntas, mas foi legal aprendi várias coisas incríveis com meus professores, tive aula pratica de agroindústria onde mexemos com embalagens de produtos, foi muito incrível, além de ter conhecido um laboratório novo aprendi a manusear melhor os instrumentos, foi também divertido, brinquei com meus colegas, foi pensativo também pois tive uma conversa com um amigo meu onde eu me abri com ele pois eu estou um pouco pensativo demais e pensando em coisas erradas, mas ele me deu altos conselhos de como agir, assim termino meu dia o de relatar meu diário onde com isso aprendi a pensar mais em mim e ver o que eu faço no meu dia a dia, se faço coisas boas para meu colegas. Agradeço a você por estar lendo este diário, com muita atenção, lamento não relatar muitas coisas mais isso foi muito bom para meu conhecimento

OBRIGADO!

Análise do Diário

Neste diário, duas coisas me chamaram a atenção: 1) a visualização da possibilidade de pensar, refletir sobre si, seus pensamentos, suas ações, através do exercício da escrita; 2) como a reflexão, a partir da escrita pode ser confusa no começo,

mas com o tempo podemos aperfeiçoá-la. Nesse sentido, eu falando sobre o cuidado de si durante todo o bimestre teve menos efeito do que a experiência de refletir a si mesmo através da escrita de um diário, onde foi deixado claro que somente as descrições do dia não seriam suficientes, mas que produzissem reflexões das ações e pensamentos transcorridos no dia. Esse diário foi escolhido, porque mostra, justamente, a passagem entre o desconhecimento do poder da escrita, para o conhecimento, a empolgação e o aperfeiçoamento da escrita.

A partir deste conhecimento do poder da escrita, da escrita de si, da verdade que podemos buscar em nós mesmos pela escrita, nos aproxima, de certa forma, apesar de a *Parrhesia* ser uma arte da fala, da concepção de *Parrhesia* em dois sentidos: pela escrita buscamos a verdade com o intuito de se aproximar de uma vida plena, tal qual entendemos através do cuidado de si; a dolorosa, possivelmente, mas necessária, consequência desta busca pela verdade que pode nos afetar, exigindo reflexão e transformação de nós mesmos. Esse reconhecimento do poder da escrita, e neste contexto somente pela escrita, é o primeiro passo para que tenhamos uma relação de nós mesmos com a verdade.

Diário da Aluna F

Hoje, dia 12 de setembro (07:23h) ...estou preocupada, pois terei que apresentar uma “pré-apresentação” da feira das nações, isso será algo decisivo em minha nota em inglês do 3º Bimestre; bom antes de eu te entupir dos meus problemas e esperança de resolvê-los ao decorrer desse jornada de 7 dias, irei me apresentar, sou..., da turma 1ªC, nesse dia eu espero me dar bem na apresentação, todo o meu foco está nisso, mas espiritualmente espero que seja um dia feliz e bem produtivo.

(21,01h) conclusão: não consegui apresentar, pois tive que mudar de grupo já que eu estava praticamente "sozinha" no meu (sabe como é, parceiros de grupo que simplesmente não ajudam) ..., mas tudo bem entendo que o professor não queria me sobrecarregar, agora terei que dividir as informações que encontrei e aprender mais...o dia foi até bom (a comida estava muito boa a propósito). Porém não foi um dia muito produtivo, infelizmente. Boa noite.

Olá, cá estou eu para o segundo dia do exercício espiritual, 13 de setembro (07 35h), bom hoje terei 4 provas ao decorrer do dia, um dia muito feliz não é mesmo? Nem um pouco estressante (sim é claro que é Ironia), espero me dar bem em todas, (Língua Portuguesa, Biologia, Nutrição animal e sociologia). Me deseje boa sorte.

(22:17h) conclusão: estou contente, creio que fui muito bem nas avaliações de hoje, irei dormir como uma pena, sinto que foi uma missão impossível, e o meu dia até que não foi tão estressante como eu esperava, impressionante...

Bom dia, 14 de Setembro (07 2714, hoje parece que será um dia bem tranquilo, estou animada pois o final de semana está chegando, isso significa que irei para casa (que saudades de casa), hoje minha lista de tarefas não está tão longa quanto ontem, o que é muito bom, terei mais tempo de arrumar as malas e descansar .

(17:32h) estou no Ônibus a caminho de casa, acabei tendo uma prova "surpresa" de historia, mas eu fui bem, arrumei minha mala após o almoço, o que me deu tempo suficiente para organizar tudo.

(23:04h) já estou indo dormir, então irei fazer a conclusão do dia, foi um dia bem calmo (como eu amo as sextas feiras), chegar em casa e ter aquela comida de mãe a sua espera, aquele quarto confortável com as suas coisas do jeito que tinha deixado quando saiu, o melhor: um quarto só seu, amo meu lar.

Como é bom acordar tarde em um sábado, 15 de setembro (11:211,), sábado sem dúvidas é o dia que eu mais quero ficar em casa fazendo absolutamente NADA, isso é tão bom, mas fico refletindo: até quando ainda terei essa paz de sábado? Será que o meu trabalho no futuro irá me tirar esse privilégio? Provavelmente

(21:56h) é, o dia não foi como eu planejava, tive que ir atrás de muitas coisas para a feira das nações, e hoje descobrir algo: não existe roupa de dança do ventre barata, triste notícia.

16 de Setembro (10201), o domingo costuma ser muito amado pela família brasileira, por que eu não o amo tanto assim, eis a questão.... simplesmente porque eu tenho que copiar MUITOS slides de física, é a minha disciplina favorita, mas sem duvidas desanimou meu dia.

(23:54h) o dia está quase acabando e ainda não terminei de copiar os slides, certa culpa foi minha, porque decidi que ir a lan house joga LOL, pois seria mais adequado ao meu domingo, pelo menos isso animou o meu dia, como eu amo jogos eletrônicos, animam qualquer um. Mas agora estou pagando pelo meu erro (tal do brasileiro que deixa tudo pra última hora)

Vamos viajar novamente, 17 de Setembro (08:00h), estou escrevendo isso antes de o ônibus chegar, então meu tempo fica um tanto quanto limitado, estou voltando a escola, esperando que a viagem seja segura e que nada de mal aconteça. Segunda-feira

costuma ser um ótimo dia para mim, vai entender todos que conheço odeiam segunda-feira.

(20:30h) não tive aula de física, lembra dos slides que passei a noite copiando, foram meio que atoa, eu não precisava ter quase virado a noite, mas como adivinhar não é? Pelo menos está feito, menos uma tarefa a ser feita na semana Boa noite, até o 7º e último dia de exercício.

Hoje nos despedirmos, 18 de Setembro (07-25h), na minha vida acadêmica hoje tenho nada de trabalho, apenas duas avaliações, mas estou confiante, preciso tomar café, da manhã, sinto que isso me ajudará no decorrer do dia, a nutricionista disse que é fundamental, talvez seja a falta de café da manhã que me faz acordar tão tarde no sábado (já estou com saudades do sábado), lá vou eu para mais um dia em São Vicente.

(23,08h) acabam de fazer a chamada no quarto, estava ansiosa para escrever a conclusão do dia de hoje, não pelo fato de o dia ter tido algo de interessante, na verdade foi apenas mais um dia com carga de 8h de estudo e algumas horas extras... estou ansiosa porque será estranho não pegar o caderninho para fazer essas anotações, foi um ótimo exercício, espero ter sido o mais natural possível, acho que irei continuar o exercício nas horas vagas, nunca tinha imaginado que escrever sobre meu dia seria tão fascinante. São os dias da minha vida, e eu já com 17 anos, tenho tantos dias que foram simplesmente apagados, que nunca serão lembrados. Escrivê-los faz com que estejam sempre salvos. Bom, hora da despedida, Boa Noite...

Análise do Diário

O que me chamou atenção neste diário não foram as reflexões produzidas pela aluna F, mas o final do diário e a sensação de estar ouvindo o que ela escreveu. Mais uma vez, o diário teve papel de amigo, de ouvinte, de um meio para o desabafo. E mais uma vez no final, pelo conhecimento do poder que a escrita pode exercer sobre nós, quando fala de si, quando fala do dia transcorrido, ao iluminar as ações e pensamentos do dia possibilitando uma autoanálise, uma visão mais clara de nós mesmos e a própria liberdade de podermos nos conhecer. Mas como, para a aluna, essa foi a primeira vez que ela escreveu quando o tema era ela mesma, não houve muitas reflexões nem das suas ações e nem dos seus pensamentos. Porém, se ela continuar a fazer o exercício da escrita (que

ela descobriu ser fascinante) nas horas vagas, não tenho dúvidas que haverá evolução neste sentido.

Diário do Aluno G

Este é o exercício espiritual de um homem cuja aparência é um tanto enganadora, pois quem vê não sabe o que se passa em seu interior, seus sentimentos e pensamentos. Por se encontrar na flor da juventude, se perde em perguntas e conclusões sobre o que se passa ao seu redor, mas tem algo em seu íntegro que se mantém firme, sua fé no que ele acredita ser o correto, suas decisões e seus passos são feitos cuidadosamente de acordo com sua capacidade de análise e de crítica.

1º dia – 02-09-2019

Eu começo esse diário relatando meu dia em que passei na minha igreja, congrego na igreja Tabernáculo do Deus Vivo.

Acordei com frio, noite passada havia dormido suando e com a janela aberta, acordei, congelando...

Um frio repentino e que me pegou de surpresa, não sou fã do frio extrema, mas gosto de um dia frio, meu dia começa bem com uma enorme quantidade de preguiça para levantar da cama, juntei finalmente coragem para ficar de pé, me arrumei, tomei café da manhã, assisti a escola dominical e voltei para o quarto. Nessa manhã o principal sentimento que se passava era urna certa ansiedade, pois tem uma moça que congrega na minha igreja e é dona de grande parte dessa ansiedade eu queria vê-la, mas ela não foi a igreja naquela manhã, então a esperava para o culto à noite.

Quando fui tomar banho, depois de muita luta para entrar na água, ela acaba e eu não consigo tomar banho...

Fui obrigado a ir sem tomar banho ao culto, e finalmente lá estava ela, seus cabelos pretos cacheados brilhavam, e estava realmente espetacular, me senti feliz, e estava muito contente.

Naquela noite, fui chamado a frente para explicar que curso estava fazendo na IF de São Vicente, não me acostumo com essa sensação, estar à frente de tanta gente e tendo que falar, fiz o melhor que eu pude, e recebi palavras de muita importância de meu pastor, me senti extremamente confiante, a minha motivação foi a milhão.

Enquanto se realizava a santa ceia, o piano, o saxofone, o violão e o violino tocavam um hino que me agradava, me deixava em paz. Avistei a moça que gosto e a sensação daquele momento foi inesquecível, senti meu coração batendo, lento, porém saltava no peito a cada batida, eu estava contente.

Meu dia termina e eu estava com uma grande paz em meu coração, cantarolava um corinho e não queria que aquela paz me deixasse tão cedo.... Porém, a vida segue e termino esse dia aqui, a frente registro como me senti no próximo dia um que me lembrei de anotar.

Dia 09-09-2018

Fui dar uma passeada no Festival de Pastel que se realizava em minha cidade, Jangada.

Essa noite foi divertida, sorri com meus amigos, revi velhos colegas, comi pastel, pudim e me divertir à beça.

Estava feliz, e acabei tendo que levar um pastel para minha mãe para amenizar a bronca por chegar tarde

10-09-2018

Meu tempo se esvai pouco a pouco, e estou querendo fazer esse diário um tanto quanto grande, preciso agilizar.

Opa. lembrei de escrever hoje, vejamos...

Vejamos, meu dia começa às 1 da manhã, fiquei até esse Horário conversando pelo celular com a pessoa especial para mim, não queria parar de conversar, sabia que deveria dormir para acordar cedo, mas valia a pena o sacrifício. Acordei 3:35 e entrei numa confusão de decisões, por fim, decidi dormir até às horas, e pegar o ônibus.

Cheguei a escola bem e o dia se passou depressa, a noite caiu e fui assistir ao filme "A vida é bela", que foi passado pelo professor de Filosofia. Esse filme foi legal, interessante e engraçado, e devo fazer uma redação sobre ele. Ai estão os acontecimentos e meus pensamento sobre meu dia, até a próxima.

11-09-2018

Este foi um dia interessante, foi realizado aqui no IF do São Vicente o PD, Plano de Desenvolvimento Institucional, onde foi realizado um fórum onde a voz dos alunos

seriam ouvidas e suas propostas para o desenvolvimento da escola, na parte da manhã, foi realizado uma palestra e alguns alunos questionaram a palestrante e o diretor, foi onde cheguei a uma certa conclusão: O intelecto dos alunos do ensino superior é muito mais desenvolvido que o meu, eram capazes de elaborar perguntas visando exatamente o que desejavam, deixando o diretor e a palestrante pensativas, porém respondiam com clareza. Eu tive a sensação de ser menos desenvolvido, mas senti vontade de chegar a esse nível de pensamento.

À tarde, nos Grupos de Trabalho eu tive mais um encontro com um zootecnista, que em meio a reunião, disse que aquilo era uma grande perda de tempo e que não fazia sentido estar ali e saiu deixando o grupo.

Mas realmente me senti feliz em ver o quanto essa escola pode melhorar, mesmo tendo vindo de uma escola pública e vendo essa escola como uma grande porta de oportunidades, aprendi muito hoje.

12-09-2018

Este dia se passou rápido, vi as notas de física e matemática e fiz duas provas, me senti triste pelo 4,5 de nota em física, senti como se uma nota maior estava fora de meu alcance, observando o professor resolvendo as questões me senti um desinformado, não sabia realmente nada, algumas eu deveria ter ido melhor, porém ao todo, acho que fui bem, terminei esse dia com uma pequena rivalidade na aula do preparatório para a olimpíada de química, alguns problemas que eu via uma certa facilidade, percebia que tinha gente ainda mais veloz na resolução dos exercícios. Voltei ao treino depois de alguns meses, e me senti muito bem, fazia tempo que não jogava, minha vontade insaciável de melhorar está sempre acesa, não importa o quanto fique sem praticar.

13-09-2018

Dia tranquilo, tudo em ordem, pensamentos e emoções todos em seu devidos lugares, é claro que meu interior não fica em silêncio total, sempre pensando em como a vida muda, como cada pessoa tem sua própria visão do que acontece a sua volta, um acontecimento curioso me chamou atenção na noite deste dia, um colega se abriu e disse chorando, como se sentia estando longe da família e a saudade que sentia de seus pais, e sua constante dúvida se deveria continuar nesta escola, me senti diferente, pois pensei em como estou determinado e fascinado cada vez mais em fazer minha história nesta

instituição, sou o único de minha família aqui, meus pais confiam em mim e não terei a falta de conduta e palavra para jogar isso fora.

Ao final deste dia, me sinto feliz ao conversar por telefone com a minha carometade, e determinado pelos acontecimentos do dia.

14-09-2018

Este dia foi um pouco estressante, estava ansioso e indeciso, tinha três provas e não sabia para qual estudar primeiro, não sei se minha decisão o de começar por solos foi a melhor, porém eu tinha somente 1 nora pra estudar, cada segundo era importante, no fim, fiz todas as provas com uma certa dificuldade, mas quando finalizou as aulas, ao sair da sala, havia chovido na tarde de hoje, e aquele cheiro de terra molhada me agrada muito, me senti totalmente calmo e feliz, pois a chuva é uma das maravilhas das estações que eu mais gosto.

15-09-2018

Dia lindo, após uma chuva, estava fresco, bonito, cheiroso, uma das melhores manhãs, fui em Campo Verde comprar um EVA para a Feira das Nações, evento que não dará tempo para descrever, mas será incrível, tenho certeza.

Pegamos carona com um caminhoneiro muito simpático e amigável que nos ofereceu carona de volta, então minha manhã foi serena e sem correria, observando os campos que ficavam para traz, me perguntava como o ser humano consegue se aproveitar da natureza e seu ciclo, fazem correções no solo e o tornam novamente fértil a cada colheita, o ser humano é um indivíduo muito inteligente que consegue colocar tudo a seu favor.

Nesta tarde, fui oferecer minha ajuda as pessoas que estão transformando um antigo galpão em um confinamento de bovinos, fizemos valetas e buracos a tarde toda, que me deixou feliz pois a muito tempo não trabalho, gosto de trabalhar e quando posso ajudar, por que não.

Bom, estou cansado e careço de um descanso, mas pretendo conversar com minha querida princesa, que sempre me deixa melhor.

Dia 19-09-2018

Neste dia fiz algo que nunca havia feito antes, foi tenso e divertido ao mesmo tempo, porém quando eu cheguei na sala e vi a largura da porta de aço que isolava a sala onde se faz o exame chamado Ressonância Magnética, o barulho que ecoava naquele corredor me deixou em um certo pânico, minha curiosidade aumentou, mas com um certo receio, quando deitei na cama da máquina e entrei lá dentro, um barulho bem alto começou e o meu nervosismo aumentou, não tinha medo da máquina, mas por alguma razão eu não conseguia me manter parado, minhas pernas começaram a se mexer sozinhas parece que meus nervos começaram a se contrair e quanto mais eu tentava ficar parado, mais meu corpo se mexia, foram 3 baterias de exame até finalmente, o 3º deu certo, mas ainda me sentia mal, pois a tia que manuseava o aparelho parecia nervosa.

Dia legal, e tenso.

Este foi um pouco dos meus dias, o pouco que eu pude relatar eu escrevi neste pequeno diário, minhas conclusões foram: de acordo com o conteúdo deste bimestre, o cuidado que devo ter sobre mim é essencial, com meus dias vou percebendo o quanto o meu corpo é complexo e meus pensamentos confusos, cada dia que passa me deparo com coisas novas e sempre me surpreendendo com o quanto o ser humano é capaz de evoluir, a ressonância me provou grande parte disso, eu me perguntava como um ser poderia ter criado e pensado em usar a natureza e tudo o que há no mundo a seu favor, mas, de nada adianta tudo isso se ele se esquece de seu corpo e não cuida de si mesmo, muitos perdem suas vidas por serem ignorantes a esse fato, todos deveriam zelar pela sua pessoa e sua vida.

Termino aqui a história deste homem que se chama Edgar e tem como princesa de sua vida mulher chamada Valdirene.

Se mantenham cuidando de sua história, cada um realiza a sua.

Análise do diário

Neste diário, o aluno G relata os seus dias em função dos ocorridos e dos seus sentimentos. Mas o que me chamou atenção foi a pequena introdução e a conclusão do diário. Na pequena introdução, a consciência de si (quando ele faz a diferença entre aparência e o que é real em si) e do seu lugar no tempo da vida (adolescência e suas consequências) mostra que o aluno, antes do exercício do diário, já se empenhava ou estava no começo do processo deste empenho, em pensamentos e ações que visam

práticas do cuidado de si, o que entendemos sobre o conceito de cuidado de si, mesmo não sabendo sobre esse conceito, agindo por uma espécie de “intuição”.

Já na conclusão, a relação feita entre o exercício do diário com o conteúdo do bimestre (que teve como problemática a pergunta *o que é esse cuidado de si?*) evidencia que o entendimento daquilo que foi passado no bimestre foi amplo e satisfatório. Um exemplo desse entendimento pode ser a ligação (que não fiz em sala de aula) entre as evoluções tecnológicas e a falta de olhar para nós mesmos no sentido de nos entendermos. No fundo, o aluno pergunta: por que temos tantos avanços tecnológicos, mas, ao mesmo tempo, não conseguimos nos conhecer? Por que esses avanços tecnológicos não avançam em conjunto com um conhecimento de nós mesmos? Essas são problemáticas filosóficas que são percebidas, principalmente, por aqueles que sabem e lutam por seu lugar no mundo.

Neste capítulo busquei, primeiramente, compreender o que é a escrita em Foucault com o objetivo de justificar o porquê da escolha do diário como prática da escrita. No segundo momento, é a transcrição dos diários e as análises. Algumas análises são menores que outras e isso tem motivos: alguns se distanciaram mais de um simples relato pessoal e se aprofundaram um pouco mais em uma reflexão de si, se aproximando (nem tanto) do que podemos imaginar o que era a prática da escrita para os estoicos e epicuristas. Outros apenas pincelaram essa reflexão de si pela escrita, tornando-se mais um relato pessoal do que um exercício pela escrita. Mas esse pincelamento plantou sementes de possibilidades para o exercício da escrita, principalmente quando os diários retornarem para eles (meu planejamento sempre foi retornar estes diários depois da conclusão do trabalho com o intuito de expandir o exercício com possíveis futuras conversas, caso seja do interesse do aluno e como incentivo é mostrar o carinho que tive com esses diários e orgulho de ser professor de alunos com grande potencial, apesar das dificuldades que todos temos).

Considerações Finais

Esta pesquisa possui um objetivo: pensar como seria a educação sobre a perspectiva do cuidado de si. Podemos dizer que esse é o objetivo aparente, mas se olharmos com mais atenção, podemos visualizar no caminho percorrido um outro objetivo mais sensível: qual outra experiência podemos ter na educação através do conceito de cuidado de si? Esse caminho começa no primeiro capítulo, quando buscamos entender o que é esse cuidado de si, não somente em uma explicação mais ampla e geral,

mas buscando algumas nuances que vão nos ajudar a pensar a problemática da educação nos dias de hoje. Ao estudarmos os prazeres, as nossas relações com a velhice, com a morte, com a verdade e com a vida pública, estamos dizendo que essas questões fazem parte de nossa cultura e por isso mesmo interfere no modo como concebemos a educação. O modo como pensamos e lidamos com prazer, por exemplo, pode modificar a experiência de aprender e ensinar. Qual prazer estamos mais interessados? Aqueles mais fáceis de conquistar, por isso vulgar, ou aqueles mais difíceis que necessitam de disciplina e, algumas vezes, de dor? Esses últimos prazeres, por serem difíceis de conquistar, podem não ser considerados prazeres pela maioria das pessoas? Essas são questões que nos fazem pensar também sobre a educação e a concepção pessoal dela.

Já no segundo trecho do caminho, o segundo capítulo, estamos buscando uma tradução deste conceito dentro da educação, ou melhor, como pensar a educação sob a perspectiva do cuidado de si? Para tal, devemos pensar em uma teoria, uma prática e uma política educacional que dialogam com o conceito de cuidado de si. Nada aqui foi criado e essa relação entre o cuidado de si com o campo da educação já existia, ou melhor, já existiram pensadores que pensaram a educação, a partir de uma experiência que se aproxima do que entendemos de uma experiência do cuidado de si. O que eu fiz aqui, no máximo, foi uma aproximação direta e formal.

No terceiro capítulo, último trecho deste caminho, pensamos sobre a prática escolhida e praticá-la. Essa prática é a escrita de um diário. Aqui provamos que algumas questões caras ao cuidado de si foram pensadas pelos alunos através da escrita, ou melhor, através de um modo de escrever que necessariamente exige que se faça por vontade própria. Além disso, quando se entrega na escrita, podemos pensar sobre nós mesmos, tendo consciência de nós mesmos, a consciência de si, percebendo as próprias ações e podemos, se quisermos, melhorar a nós mesmos.

Por fim, o que quero do trabalho, e tenho uma maior consciência agora, ao final, é mostrar que é possível uma outra experiência na educação para que esta possa transformar nossa própria experiência e do mundo.

ANEXOS

Autorização para a participação de menores na dissertação *Cuidado de si na educação: outros caminhos para a prática educacional*

Através _____ da _____ presente, autorizo _____ (nome do menor) nascido em ____/____/____, atualmente com _____ anos de idade, portador da carteira de identidade nº _____ expedida pela _____ (órgão expedidor) a participar da pesquisa de campo da dissertação do professor Henrique Souza Camargos a realizar-se na escola _____, na Cidade de _____, no bimestre _____, no ano _____.

Assinatura: _____

Nome do Pai ou da Mãe _____

Número do documento de Identidade: _____

REFERÊNCIAS

- BARROS II, J. R. *Técnicas de si nos textos de Michel Foucault: a influência do poder pastoral*. Cadernos IHUideias, ano 10, nº 173, 2012.
- BEZERRA, N. M. G. *Escrita, performance e representação de si*. Anu. Lit., Florianópolis, v.18, n. 2, p. 184-200, 2013.
- CÍCERO. *Saber envelhecer e A amizade*. Porto Alegre: L&PM, 2013.
- DELEUZE, Gilles. *Lógica do sentido*. 4ed. São Paulo: Perspectiva, 2000. pp. 259-271.
- EPICURO. *Carta sobre a Felicidade (A Meneceu)*. São Paulo: Editora UNESP, 2002.
- ESTRAMIANA J. L. A, SEVERIANO M. F. V. “Tempo livre” e “tempo do trabalho”: a dissolução das fronteiras temporais. Quaderns de Psicologia, Vol. 14, Nº. 2, 2012, pag. 67 – 76.
- FOUCAULT, Michel. *As técnicas de si*. In: FOUCAULT, M. *Ditos e Escritos – IX*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2017. p. 129-160.
- FOUCAULT, Michel. *A hermenêutica do sujeito*. – 2ª ed. – São Paulo: Martins Fontes, 2006.
- FOUCAULT, Michel. *História da Sexualidade: O Cuidado de Si*. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1985.
- FOUCAULT, Michel. *História da Sexualidade: O uso dos prazeres*. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1984.
- FOUCAULT, Michel. *Discurso e verdade: seis conferências dadas por Michel Foucault, em Berkeley, entre outubro e novembro de 1983, sobre a Parrhesia*. PROMETHEUS – ano 6 – número 13 – Edição Especial.
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. – São Paulo: Paz e Terra, 1996 (Coleção Leitura).
- FREIRE, Paulo. *Pedagogia do oprimido*. 53. Ed. São Paulo: Paz e Terra, 2013.
- GELAMO, R. P. *O ensino da filosofia no limiar da contemporaneidade: o que faz o filósofo quando seu ofício é ser professor de filosofia?* São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2009.
- GOERGEN, Pedro. *O cuidado de si como papel formativo da Filosofia*. Antônio Joaquim Severino; Marcos A. Lorieri; Silvio Gallo (orgs.) *O Papel Formativo da Filosofia*. Jundiaí, Paco Editorial: 2016.
- HADOT, Pierre. *Exercícios Espirituais e Filosofia Antiga*. São Paulo: Ed. É Realizações, 2014.
- LARROSA, Jorge. *Notas sobre a experiência e o saber de experiência*. Rev. Bras. Educ. [online]. 2002, n.19, pp.20-28.
- LARROSA, Jorge *Tecnologias do eu e Educação*. Tomaz Tadeu da Silva (org.) *O Sujeito da educação: estudos foucaultianos*. - Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.
- MONTEIRO, Silas Borges. *Quando a Pedagogia forma professores. Uma investigação otobiográfica*. EdUFMT. Edição do Kindle, 2015.

MOSQUERA, Juan José Mouriño. *O professor como pessoa*. Porto Alegre, Sulina, 1976

MOSQUERA, Juan José Mouriño; Stobäus, Claus Dieter; Timm, Edgar Zanini. *O professor e o cuidado de si: perspectivando a própria vida como uma obra de arte. Por que não?* Ciência em Movimento | Ano XI | Nº 22 | 2009/2.

PAGNI, P. A. *Considerações sobre a educação filosófica no ensino médio e o seu sentido ético-formativo*. Antônio Joaquim Severino; Marcos A. Lorieri; Silvio Gallo (orgs.) *O Papel Formativo da Filosofia*. Jundiaí, Paco Editorial: 2016.

PERREIRA, B. P. *Subjetividade, poder e estruturação: Elias, Foucault e Bourdieu*. Revista sem aspas. Vol. 5, Nº. 1, 2016, p. 38 – 57.

RANCIÈRE, Jacques. *O mestre ignorante – cinco lições sobre a emancipação intelectual*. Belo Horizonte: Autêntica, 2002.

VOIGT, A. F. *História e representação: a abordagem de Jacques Rancière*. Revista de Teoria da História Ano 6, Número 12, Dez/2014 Universidade Federal de Goiás.

WELLINGTON F. M. *A ilusão da felicidade: autofagia, angústia e barbárie na sociedade de hiperconsumo*. Mundos sociais: saberes e práticas, Lisboa, 2008, p. 268.