

A ÉTICA DO CUIDADO DE SI EM MICHEL FOUCAULT E OS PROJETOS-DE-VIDA: A LEITURA DE CLÁSSICOS GREGOS NA FUNDAMENTAÇÃO DE PROJETOS-DE-COMUNIDADE

THE SELF-CARE AS ETHICS IN MICHEL FOUCAULT AND THE LIFE-PROJECTS: READ GREEK CLASSICS FOUNDATIONS FOR COMMUNITY-PROJECTS

Gabriel Chaves Amorim¹

RESUMO

Este ensaio teórico tem por objetivo analisar criticamente os confrontos entre uma filosofia do uso ou da apropriação, das coisas e da vida, através da leitura da *História da sexualidade II: O uso dos prazeres* de Michel Foucault. Surgem possibilidades ético-políticas da potência do uso para constituir projetos-de-vida a partir da teorização do uso, que abarca a reflexão acerca do momento oportuno de uso, do comedimento ao uso e da sua relação com a liberdade e a verdade. Por necessidade, momento ou status inserido em regras formais de uso, a autogestão da vida, por vezes, gera uma luta consigo mesmo para resolução de problemas e alcançar objetivos. Portanto, o planejamento da vida é concedente de liberdade e emancipação.

Palavras-chave: Ética; Cuidado de si; Michel Foucault; Projetos de vida.

ABSTRACT

This theoretical essay aims to critically analyze the clashes between a philosophy of use or appropriation, of things and life, through the reading of Michel Foucault's History of Sexuality II (1984). The ethical-political possibilities of the potency of use to constitute life-projects emerge from the theorization about use, the opportune moment of use, restraint in use, and the relation to freedom and truth. By necessity, moment or status inserted in formal rules of use, the self-management of life sometimes generates a struggle with oneself to solve problems and reach goals. Therefore, the plan of life is a grantor of freedom and emancipation.

Keywords: Ethics; Self-care; Michel Foucault; Projects of life.

1 Graduado em História na Unisinos (2019). Gastrônomo graduado pela Feevale (2018). Mestrando no Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais na linha de pesquisa Sociedade, Economia e Emancipação. Mestrando em História pela UFPR. Tem interesse em temáticas como Antropologia, Projetos-de-comunidade, Projetos-de-vida, Economia Social Solidária, Soberania Alimentar, Educação Popular, Planos de Formação Pessoal, Juventudes, Patrimônios imateriais, Religiosidades, interculturalidades e modernidade/descolonialidade. E-mail: gchavesamorim@gmail.com

INTRODUÇÃO

(1) *Por qual mestre ainda esperas para que confies a ele a correção de ti mesmo? Não és mais um adolescente, já és um homem feito. Se agora fores descuidado e preguiçoso, e sempre fizeres adiamentos, após adiamentos, fixando um dia após o outro o dia depois do qual cuidarás de ti mesmo, não perceberás que não progrides. E permanecerás, tanto vivendo quanto morrendo, um homem comum.* (2) *Então, a partir de agora, como um homem feito e que progride, considera a tua vida merecedora de valor. E que seja lei inviolável para ti tudo o que se afigurar como o melhor. Então, se uma tarefa árdua, ou prazerosa, ou grandiosa, ou obscura te for apresentada, lembra que essa é a hora da luta, que essa é a hora* (EPICTETO, *Manual de Epicteto*: LI)

Os projetos-de-vida pensados em relação ao cuidado de si de Michel Foucault, possibilitam a utilização dos argumentos e dispositivos teóricos da leitura do pensamento de parte do mundo antigo, o grego, em relação à prática sexual e moral, que se constituíam através da relação com o uso (*por necessidade, momento ou status*), para entrever no tempo presente modos de vida outros, atrelados à prática da liberdade, indissociável de uma relação comunitária. A genealogia de Foucault reconhece que a prática do cuidado de si está presente em outras populações do mundo antigo, como no Egito e na Mesoamérica contudo a teorização do conceito *epiméleia heautou*/cuidado de si pra si tem origens na “[...] Grécia arcaica e, de resto, em uma série de civilizações, senão em todas” (FOUCAULT, 2004, p. 58).

Para Foucault, não tanto importa fixar o significado em seu contexto de criação das práticas de cuidado de si, *epiméleia heautou* no pensamento filosófico, mas em atestar o desenvolvimento e as estruturas dessas técnicas de cuidado. Portanto, a leitura das fontes gregas servem como uma chave para “descobrir a forma social” dessas práticas culturalmente presentes em outros povos da antiguidade e que são identificáveis e comparáveis com o cuidado de si, Foucault indica que nos debruçemos sobre esses textos gregos para buscar a origem do cuidado de si, pois, veremos que está intrinsecamente ligadas à ética de vida em coletividade.

É preciso haver um deslocamento no sentido das práticas de rigidez na Grécia antiga, da introspecção medieval e moderna e dos projetos-de-vida coetâneos, tendo em vista que a individualidade, a sensibilidade e o cuidado de si são diferentes destarte a estrutura política e econômica dos contextos em que são lidos². Portanto, fazer uma transposição geológica do conceito, é pegar as ações e contextos que significam e remetem à uma palavra de determinada cultura e proceder comparações em busca de semelhantes conteúdos em outras culturas e coletividades humanas. É anacrônica, pois viaja de forma síncrona por diferentes épocas, portanto, essas transposições são passíveis de críticas metodológicas e teóricas.

As pessoas possuem desejos diferentes, contudo, a sociação entre diferentes grupos exerce controles sobre os diferentes níveis de uso da satisfação, buscando no comum a justificativa para este

2 “[...] é preciso distinguir cuidadosamente esse emprego cristão, depois moderno, da palavra “ascese” do emprego da palavra *askesis* na filosofia antiga. Nos filósofos da Antiguidade, a palavra *askesis* designa unicamente os exercícios espirituais dos quais falamos, isto é, uma atividade interior do pensamento e da vontade. Que existam em certos filósofos antigos, por exemplo nos cínicos ou neoplatônicos, praticas alimentares ou sexuais análogas à ascese cristão é uma outra questão. Essas práticas são diferentes dos exercícios de pensamento filosóficos” (HADOT, 2014, p. 69)

controle. O uso desregrado dos recursos pode comprometer toda a cadeia de distribuição, fazendo com que a partilha seja desigual e os prazeres hierarquizados. Quando os recursos são escassos o ser humano tende a hierarquizar economicamente a obtenção destes criando inúmeras distinções, privilégios e poder.

Os projetos-de-vida confluem e formam um projeto-de-comunidade, pois, as pessoas compartilham características. É comum compartilhar o uso das coisas dentro da comunidade, dentro de regras formais de parentesco, relacionais e de dádivas. Os contextos de aparecimento do imperativo do cuidado de si dentro das coletividades humanas remetem ao treinamento da mocidade, ao controle da pessoa e treinamento para uma política ativa e com autoridade para angariar resultados positivos. Contudo, há de se refletir no limites destas analogias, uma vez que a sociedade Grega era aristocrática e o bem governar estava ligado à um contexto que tinha seus próprios *status*³ conjunturais estruturais.

As escolas comunitárias têm sido uma bom meio-comunitário para comunicação-da-vida, tornando as práticas emancipadoras e de cuidado de si comuns. Essa ação de tornar comum as referências-de-comunidade se dá através de exemplos, na vivência cotidiana das regras e nas organizações comunitárias. A preparação, exercício e projeto considera os problemas-de-vida que atingem à comunidade como assunto importante para que as juventudes tracem metas para enfrentar a luta contra o poder, que se impõe às gerações. O zelo pelos corpos, pela saúde mental e nutricional das crianças e juventudes constitui também importante base para esta preparação.

O projeto-de-comunidade não é uma técnica de governo, mas a confluência dos projetos-de-vida sua construção se dá na dinâmica do comum. Essas técnicas de cuidado de si foram evidenciadas por Foucault nas fontes gregas como a sequência de “Governar”, “ser governado”, “ocupar-se consigo”. A pessoa que projeta-a-vida ao “ocupar-se de si mesma” toma consciência dos problemas que são inerentes e comuns à seu cotidiano. Portanto as referências presentes que influenciam o projeto-de-vida auxiliam na resolução da “Ignorância, ao mesmo tempo, das coisas que se deveria saber e ignorância de si mesmo enquanto sequer se sabe que se as ignora”, como pontua Foucault (2004, p. 57).

O autor demonstra que além de governar os outros, as práticas de transformação do *eu* na Grécia arcaica tinham o seguinte contexto: “[...] exercício do poder político, pedagogia, ignorância que se ignora” (FOUCAULT, 2004, p. 57). O projeto-de-vida pode ser pensado como um exercício de soberania, formação e preparação. A ignorância que se ignora é uma aporia que remete ao ato de ignorar os significados das coisas.

O tempo dos projetos-de-vida é aquele que resta, não se detém portanto a mocidade. Foucault (2004, p. 58) recupera o diálogo do filósofo com Alcebiades, um patrício mimado, que ouve conselhos: “Tu ignoras; mas és jovem; portanto, tens tempo, não para aprender, mas para ocupar-te contigo”. O tempo que resta⁴ nem sempre é suficiente para atingir determinado nível de erudição em um conhecimento. Reconhecer este local determinante é criar consciência do problema-de-vida. Outra implicação necessária na análise, do discurso citado anteriormente, está em reconhecer a separação entre projeto-de-vida e percurso de aprendizado.

Foucault (2004, p. 59) dá exemplos substanciais que provêm desde a forma metodológica de fazer emergir dessas análises, dos textos clássicos e da história grega, helênica, romana e tangencialmente

³ Os projetos de vida que se baseiam no *status* tem sua essência baseada no Social genérico.

⁴ Ninguém tem a morte diante dos olhos, todos estendem longe as esperanças, alguns até mesmo dispõem as coisas para depois de sua vida: sepulcros grandiosos, dedicatórias em obras públicas, oferecimentos [...] fúnebres [...] (SÊNECA, 2017, p. 36)

à cristã. O ritual de preparação para o sonho, uma das técnicas do pitagorismo, é utilizada para exemplificar os múltiplos atos da purificação, uma forma de cuidado de si: “prática da purificação, enquanto rito necessário e prévio ao contato não apenas com os deuses mas com o que os deuses vão dizer” (FOUCAULT, 2004, p. 59). As práticas de assepsia da alma e de si estão presentes em muitas religiosidades. O *Abdesto* do islã, *Temizuya* do Xintoísmo, *Descarrego* do candomblé e da umbanda, *Tendas* de fumaça e saunas indígenas são exemplos de práticas antigas de purificação. Que em uma análise semiótica se percebe que a forma de purificação é tanto para o corpo, quanto para as forças que controlam este corpo, a *psiché/alma*.

A genealogia do cuidado de si elenca exemplos de rituais, pré-filosóficos, religiosos e de assepsia do corpo e da alma. “Eis então algumas dentre as técnicas de purificação: escutar música, respirar perfumes e, certamente, também praticar o exame de consciência” (FOUCAULT, 2004, p. 61). O exame de consciência⁵, segundo Foucault, é uma prática atribuída à escola filosófica de Pitágoras; trata-se, pois, da técnica em que a pessoa através do pensamento reconstitui o dia vivido, lembrando-se das faltas cometidas para poder expurgá-las e delas se purificar. Segundo o filósofo Pierre Hadot, que teria exercido influência no trabalho de Foucault, em sua obra “Exercícios espirituais e filosofia antiga” (2014), contudo, em primeiro plano não remete à introspecção cristã, mas às práticas de cuidado de si:

[...] na qual não aparece nenhum traço propriamente cristão, situa-se completamente na tradição filosófica do exame de consciência, tal como havia sido recomendado pelos pitagóricos, epicuristas, estoicos, notadamente Sêneca e Epiteto, e outros filósofos mais, como Plutarco ou Galeno. Encontramos essa mesma prática recomendada por João Crisóstomo e, sobretudo, por Doroteu de Gaza (HADOT, 2014, p. 79)

Uma outra técnica pertinente às tecnologias de si é o retiro, evidenciada na espiritualidade ocidental⁶: *anakhóresis* (anacorese), mas também em outras culturas. O *khalwa*/isolamento supervisionado do Islã com objetivo de controlar o ego e avançar espiritualmente. Também o exemplo dos monges xintoístas e budistas do Japão que buscam no isolamento social nas florestas e montanhas o estabelecimento de seus templos. A iniciação do Candomblé e da Umbanda afro-brasileiras inclui um retiro espiritual em que a pessoa se dedica a suas obrigações/orôs.

No cristianismo, sobretudo no catolicismo monástico. Como exemplo vejamos a seguinte passagem bíblica que remete ao momento em que Jesus já sabia que iria morrer: “Sabendo, pois, Jesus que haviam de vir arrebatá-lo, para o fazerem rei, tornou a retirar-se, ele só, para o monte” (Jo 6:15). Se fosse possível uma transposição geológica e anacrônica de conceitos, passíveis de críticas contudo, poderia-

5 Primeira Anotação. Por este nome, exercícios espirituais, entende-se todo o modo de examinar a consciência, de meditar, de contemplar, de orar vocal e mentalmente, e de outras operações espirituais, conforme adiante se dirá. 3 Porque, assim como passear, caminhar e correr são exercícios corporais, da mesma maneira todo o modo de preparar e dispor a alma, para tirar de si todas as afeições desordenadas 4 e, depois de tiradas, buscar e achar a vontade divina na disposição da sua vida para a salvação da alma, se chamam exercícios espirituais (Anotação primeira, *Exercícios Espirituais de Santo Inácio de Loyola*:1.1).

6 [...] este conjunto de práticas, além de outras, existia pois, na civilização grega arcaica. Seus vestígios são ainda encontrados durante muito tempo. Ademais, a maior parte delas já havia sido integrada no interior de um movimento espiritual, religioso ou filosófico muito conhecido, que é o pitagorismo com seus componentes ascéticos (FOUCAULT, 2003, p. 60)

mos afirmar que os povos isolados, indígenas do mundo, vivem em total imersão da *anakhóresis*, isto é não querem se ligar à modernidade capitalista, passam por ausentes neste contexto e se retiram.

No retiro social grego, tomamos como exemplo o diálogo de Xenofonte, aconselham que Critobulo, que era muito bonito, fuja dos beijos de rapazes, como as pessoas fogem de picadas de escorpiões, para que não se veja preso em redes de sociabilidades das quais não queria participar, mas, já não pode desvencilhar: “[...] digo-te que fazias bem em afastar-te da cidade, nem que fosse só o tempo necessário para te recompores da picada⁷”.

O retiro, compreendido nestas técnicas de si arcaicas, é uma certa maneira de desligar-se, de ausentar-se - ausentar-se mas sem sair do lugar - do mundo no qual se está situado: cortar, de certo modo, o contato com o mundo exterior, não mais sentir as sensações, não mais agitar-se com tudo o que se passa em torno de si, fazer como se não mais se visse e efetivamente não ver mais o que está presente, sob os olhos. Trata-se da técnica, se quisermos, de uma ausência visível. Permanece-se ali, é-se visível aos olhos dos outros. Mas se está ausente, alheado (FOUCAULT, 2004, p. 60)

Ainda segundo Michel Foucault “Encontramos este gênero de técnicas [...] nos neoplatônicos⁸ e nos neopitagóricos [...] também nos epicuristas [...] nos estóicos, transpostas, repensadas diferentemente” (FOUCAULT, 2004, p. 63). No Estoicismo a prática do retiro em si mesmo é uma técnica empreendida para assepsia das coisas, dos sentimentos, das pessoas, dos vícios, como pontua Marco Aurélio⁹, estoico:

“Os homens buscam retiros para si mesmos, casas no campo, a beira-mar e nas montanhas; e você também tem o hábito de desejar muito estas coisas. Mas esta é sem dúvida uma marca da espécie mais comum de homens, pois está em seu poder sempre que você escolher se retirar em si mesmo. Em nenhum outro lugar com mais sossego ou mais liberdade dos problemas um homem se retira do que em sua própria alma, particularmente quando ele tem dentro de si tais pensamentos que, olhando para eles, fica imediatamente em perfeita tranquilidade; e eu afirmo que a tranquilidade nada mais é do que a boa ordem da mente (AURÉLIO, *Meditações*, LIVRO IV:3)

Os projetos-de-comunidade por desenvolverem uma proposta de emancipação e autonomia frente à soberania dos Estados modernos, por consequência gera uma separação entre *Sociedade*, hegemônica e imperial, das Comunidades que se retiram. Como já pontuado, o projeto comum aqui é entendido como a reunião dos projetos individuais, que é a determinação da alma como sujeito de ação. O projeto-de-vida

7 O grego diz *apeniautisai*, que implica um (auto?) exílio por tempo determinado, à letra, por um ano. Cf. Platão, *Leis*, 866c (exemplo em que se propõem três anos), 868c, 868e. (XENOFONTE, 2009, p. 94)

8 “A tradição platônica foi fiel aos exercícios espirituais de Platão. Pode-se somente especificar que, no neoplatonismo, a noção de progresso espiritual desempenha um papel muito mais explícito do que no próprio Platão” (HADOT, 2014, p. 52)

9 Marco Aurélio Antonino Augusto, em latim Marcus Aurelius Antoninus Augustus, nasceu em 26 de abril de 121 e morreu em 17 de março de 180, tendo sido imperador de Roma de 161 a 180. Foi o último dos governantes de Roma conhecidos como os cinco bons imperadores e o último imperador da Pax Romana: Nota introdutória de Alexandre Pires Vieira tradutor de *Meditações* de Marco Aurélio.

tem no corpo suporte para sua aplicação, assim como a comunidade tem no território e na sociabilidade o supedâneo de sua existência. A conjunção dos projetos-de-vida é uma comunidade retirada socialmente.

Na conjuntura¹⁰ dos projetos-de-comunidade a necessidade é a grande geradora dos momentos de privação, provação, exercitação e de se colocar em prova. Para podermos comparar os projetos-de-vida filosóficos em relação à filosofia clássica, podemos fazer junto à noção de resistência: “[...] durante a guerra era capaz de permanecer só, imóvel, ereto, os pés na neve, insensível a tudo o que se passava ao seu redor” (FOUCAULT, 2004, p. 62). Os projetos-de-vida possuem como fim a resolução de um problema ou resistência, tomando o corpo como instrumento da alma que planeja.

Essa distinção é importante, pois, na modernidade a economia vai remeter o cuidado de si à medicina, ao pai, ao amante, à figura do mestre, tutor ou consultor:

Diferentemente do médico ou do pai de família, ele não cuida do corpo nem dos bens. Diferentemente do professor, ele não cuida de ensinar aptidões e capacidades a quem ele guia, não procura ensiná-lo a falar nem a prevalecer sobre os outros, etc. O mestre é aquele que cuida do cuidado que o sujeito tem de si mesmo (FOUCAULT, 2004, p. 73)

O cuidado de si ganha traços da econômica, da erótica, da medicina e da gestão familiar, uma série de práticas que surgem no medievo e na modernidade estão portanto calcadas nestas práticas de cuidado. Como veremos são os cuidados relativos a *chrêsis*/uso de si para si que se constitui como base das práticas de cuidado gregas filosóficas.

O segundo volume da *História da sexualidade* de Michel Foucault evidencia o uso do prazer, através da tradução, leitura e comentários das peças, diálogos e obras gregas clássicas, privilegiando a análise da psicologia social para fazer comparações éticas a fim de inquirir sobre a maneira que as pessoas podem obter o prazer “como convém”. O estudo de Foucault revela as relações de poder incutidas na moral cristã que vigoraria com a expansão do catolicismo.

Obter prazer como convém remete à um estado de moderação, limitação e regulação das atividades do cotidiano. Foucault analisa o *chrêsis aphrodision* (uso dos prazeres) expressão grega usada tanto para definir a ação da obtenção dos prazeres quanto para o regramento que se tem para tais atos. Portanto, poderíamos nos inquirir sobre o uso das coisas e pessoas, a fim de pensar nos indicadores que as pessoas e comunidades têm para sua satisfação e bem viver. Como pontua o filósofo Pierre Hadot:

[...] a filosofia antiga é sempre uma filosofia que se pratica em grupo, quer se trate das comunidades pitagóricas, do amor platônico, da amizade epicurista, da direção espiritual estoica. A filosofia antiga supõe um esforço em comum, uma comunidade de busca, de ajuda mútua,

10 Marshall Sahlins, antropólogo estadunidense, escreveu *Ilhas de História*, em que aplica uma leitura antropológica para entender o encontro entre um navegador inglês e um rei havaiano. Na introdução situa teoricamente sua prática, inserida no contexto das teorias estruturalistas, conceitua que “[...] o que os antropólogos chamam de “estrutura” [...]” são “[...] as relações simbólicas de ordem cultural [...] um objeto histórico” (SAHLIN, 1990:7-8). Portanto, os acontecimentos históricos, sociais, políticos, econômicos e de tantos outros cortes mais que a realidade possa produzir, são entendidos de maneiras distintas dada às referências-de-vida, isto é, o que o grupo social, a pessoa, traz consigo do seu *continuum* da vida. Os projetos-de-vida são práticas de cuidado de si, essas por sua vez podem ser encontradas, se fossem tipo social, em civilizações de todo mundo e história, em diferentes conjunturas estruturais.

de apoio espiritual [...] Especialmente no estoicismo (pode-se observar isso facilmente em vários textos de Marco Aurélio), entre as três tarefas às quais é preciso pensar a cada instante paralelamente à vigilância do pensamento e ao consentimento aos eventos impostos pelo destino, figura em bom lugar o dever de agir sempre a serviço da comunidade humana. (HADOT, 2017, p. 273)

O regramento da *chrêsis* não se refere à proibições, mas quanto às éticas e as estéticas de uso, em específico dos prazeres, *chrêsis aphrodision*. Isto implica no reconhecimento das condições em que a pessoa assume uma postura de “prudência, de reflexão, de cálculo na maneira pela qual se distribui e se controla seus atos” (FOUCAULT, 1984, 65-66). Necessidade, oportunidade e status conduzem o regramento enquanto obtenção de prazer e satisfação.

O *regime da Necessidade*¹¹ se relaciona à natureza humana, à vontade daquilo que é natural querer, como a fome é produto da necessidade de nutrição do corpo. O uso está relacionado à satisfação da necessidade. Contudo, há de ressaltar que também se trata de cultivar desejos para que possa haver uma multiplicação dos usos e sucessivamente da satisfação, isto é: “não se deve criar desejos que vão além das necessidades” (FOUCAULT, 1984, p. 69).

Pensar nos projetos-de-vida em relação ao *regime da Necessidade* (FOUCAULT, 1984, 67) revela a dimensão do querer ser ou ter o que se deve e nada mais. Destarte à afirmação de que o controle das necessidades é a potencialização da satisfação (FOUCAULT, 1984, p. 68), a projeção de si está direcionada para chegar na resolução de problemas da vida. Como exposto anteriormente não se trata de cultivar desejos ou problemas para serem resolvidos, isto causaria uma separação da vida de sua projeção, uma vez que os desejos não são espontâneos.

No projeto-de-vida não se cria desejos que vão além das necessidades comuns, comunitárias, como pontua Foucault (1984, p. 69), mas atende à rede de projetos que a pessoa se insere, a comunidade. Esse limite evita com que a pessoa caia na intemperança de uma projeção extra vida, isto é, de sonhar fora dos meios-de-vida. Ao fixar o limite da projeção na satisfação da necessidade, dos problemas-de-vida: “evita que essa força natural entre em sedição e usurpe um lugar que não é o seu: porque ela só aceita o que, necessário ao corpo, é querido pela natureza, sem nada a mais” (FOUCAULT, 1984, p. 69). Importante pontuar que os projetos-de-vida aqui descritos são intuídos como uma forma, contudo as substâncias que inspiram esse formalismo são as vidas periféricas do mundo, que sofrem as atrocidades e mazelas do capitalismo e da sociedade voltada para o mercado.

Ser vida-periférica é ter o *status* de vida matável e contrariar esta *política de morte*, como pontua Joseph-Achille Mbembe, filósofo, teórico político, historiador, intelectual e professor universitário camaronês. No ensaio *Necropolítica*, Mbembe (2016), pressupõe que a soberania é o poder de ditar quem pode viver e quem deve morrer¹². Exercitar a soberania é exercer controle sobre a mortalidade e definir a vida como a implantação e manifestação de poder. Argumenta que a *necropolítica* reconfigura as relações entre resistência, sacrifício e terror:

11 A exemplo do cínico que Foucault utiliza (FOUCAULT, 1984, 67) para comparar o ato sexual à alimentação, ambos seriam praticados devido à natureza humana do querer, da necessidade. Controlar a necessidade não é anular o prazer (FOUCAULT, 1984, p. 68), mas potencializar o gozo à satisfação.

12 A vida de um escravo, em muitos aspectos, é uma forma de morte em vida (MBEMBE, 2016, p. 132)

Demonstrei que a noção de biopoder é insuficiente para explicar as formas contemporâneas de subjugação da vida ao poder da morte. Além disso, propus a noção de necropolítica e necropoder para explicar as várias maneiras pelas quais, em nosso mundo contemporâneo, armas de fogo são implantadas no interesse da destruição máxima de pessoas e da criação de “mundos de morte”, formas novas e únicas da existência social, nas quais vastas populações são submetidas a condições de vida que lhes conferem o status de “mortos-vivos”. (MBEMBE, 2016, p. 146)

Achille Mbembe mostra como a violência com a vida ultrapassa a biopolítica, como em Foucault. O autor utiliza o conceito de política da morte ou (necropolítica). A noção de biopoder, como a gente conhece desde Foucault, como comumente apresenta-se, fica diminuto, ante o poder de subjugação da vida e da maquinaria da morte colonial, brutal. A noção de necropolítica e necropoder pretende explicar o governo pelo medo, pela morte, pelas armas de fogo e violência. Os coitados que sobrevivem ao extremo da manifestação da necropolítica, são chamados pelo filósofo de “mortos-vivos”.

É importante que o leitor se inteire de tal perspectiva de morte, pois será relevante para definir o lugar conceitual de *necessidade*, isto é sua qualificação daquilo que o Estado, as populações e os povos consideram como importante e imprescindível em suas vidas. O Estado e a modernidade postularam como *mal necessário* a imposição soberana do poder para regular o estado de guerra, essa é uma leitura de necessidade, como algo que não se pode evitar, que é inevitável, imprescindível. Ainda dentro das técnicas de governo utilizadas pelo Estado *moderno* está a noção de utilidade, do que é útil¹³, que por conveniência existe ou é tolerado. Por vezes o necessário se confunde com *desēdium*, que remete à estar sentado em estado de ócio, prazer e ambição, isto é, a pessoa colonialista cria necessidades para que os colonizados as satisfaçam.

Esse significados anteriormente pontuados se diferem do sentido de necessidade como carência, precisão momentânea, apuro, penúria, pobreza, miséria ou mesmo com as funções fisiológicas que o corpo têm para se manter. Tendo em vista, que a necessidade dos projetos-de-vida, é em realidade um problema-de-vida que, é engendrado pela *necropolítica* e pelo *biopoder*, nesse sentido é que a leitura do cuidado se insere. O cultivo da vida em contextos de morte é para Achille Mbembe um ato de resistência e emancipação. Portanto o projeto é a junção entre os planos para escapar da morte violenta e construir contextos de vida. O projeto se estende sobre a vida e vice-versa pois, o símbolo gráfico *hifen* simboliza a inserção do projeto num *continuum* comum comunitário¹⁴.

Há de se perceber dois tipos de categorizações usadas pelos gregos para qualificar o temperamento intemperante: i) De preenchimento e ii) De artifício. A intemperança de preenchimento “[...] concede ao corpo todos os prazeres possíveis antes mesmo que ele tenha experimentado a necessidade [...]” é “[...] a consequência da primeira: ela consiste em ir buscar as volúpias na satisfação de desejos extranatureza [...]” (FOUCAULT, 1984, p. 69).

¹³ Como pontua Ailton Krenak em *A vida não é útil* (2020)

¹⁴ Muitos se detiveram na busca da sorte alheia ou na lamentação da sua; a grande maioria, que nada persegue ao certo, foi lançada a novos projetos por sua frivolidade volúvel, inconstante e descontente consigo mesma; a alguns não agrada nenhuma meta para a qual possam direcionar seu percurso, mas o destino os surpreende entorpecidos e bocejantes, de tal modo que eu não duvidaria ser verdadeiro o que no maior dos poetas vem afirmado à maneira de um oráculo: “É diminuta a parte da vida que vivemos” (SENECA, *Sobre a brevidade da vida*, 2017, p. 10)

O projeto-de-vida é regrado pela temperança, pois tem em vista os problema-de-vida, não se deixa seduzir por objetivos extra natureza. Já o projeto de vida terceirizado se deixa tomar pela intemperança de preenchimento, planejando planos para resolver problemas que não tem. O projeto-de-vida tem como núcleo necessidades-comunitárias, isto é, problemas comuns aos projetos do espaço/local em que a pessoa se insere. Por vezes os sujeitos se veem em trajetórias múltiplas de formação ou experiência que não correspondem às necessidades, tornam-se passatempos técnicos. Outra intemperança é a do artifício, consequência do preenchimento desregado, em que a pessoa busca projetar a vida artificialmente. A projeção artificial recalca a vida, esconde as relações de raça, gênero e classe. A autoconstrução egocentrada sem vínculos sociais e comunitários acaba se reduzindo à múltipla criação de desejos, objetivos, problemas e *desēdium* artificias para serem resolvidos.

Sobre as referências que apoiam a tese do projeto-de-vida, fundamenta-se na leitura de Kwame Anthony Appiah (2007) que analisa os projetos-de-vida e seu desenvolvimento no binômio individualidade/identidade-social como dinâmicos e que se adaptam à sofisticação dos instrumentos de controle, da modernidade/colonialidade e da economia. Martha Nussbaum (2012), incide sobre a idéia de que as capacidades produtoras de uma boa vida para o desejante e sua coletividade se inserem como maneiras de entender a produção do ser e da vida. A noção de “eu desejante” em Jean-Paul Sartre (2013), útil para perceber e definir o projeto-de-vida sob o prisma da satisfação dos desejos. O projeto-de-vida realiza-se junto do ser, em si mesmo, a partir da tomada de consciência do problema-da-comunidade e dos atravessamentos deterministas que aflige a existência.

O projeto-de-vida, uma estrutura teórica filosófica constituída por ações sociais comunitárias: Problema-de-vida; Objetivo-de-vida; Meios-de-vida; Justificações-de-vida; Referências-de-vida. Tal estrutura compara-se com as teorizações de Max Weber (2000) para às ações sociais como o agir significativo. Também, em analogia à noção de projeto pensada por Gilberto Velho (1987), que teoriza a autonomia frente a determinação. Jean-Paul Sartre (2013) igualmente teoriza sobre a prática de desejar e planejar a vida.

Quando a projeção da vida tem como núcleo problemas comunitários as justificativas para elaboração de objetivos e angariar meios para resolução destes são potencializados - É juntar a fome com a vontade de comer¹⁵. Segundo Michel Foucault, em sua leitura de *XÉNOPHON*, discute que o uso temperado das coisas está relacionado à necessidade uma vez que ela seja orgânica e espontânea, não provocada. A temperança não se trata de um regramento, não anula o prazer, mas, o próprio uso está relacionado à satisfação de uma necessidade. A temperança também está ligada à capacidade de suportar as necessidades, como ressaltado anteriormente em relação aos projetos-de-comunidade, a necessidade se traduz como fome, escassez, penúria e *tempo de vacas magras*. O projeto-de-vida tem como principal objetivo a superação dos problemas e satisfação das necessidades orgânicas e espontâneas da vida social comunitária. Essa temperança não se trata de um regramento, que impõe para a pessoa como ela deve ser. A temperança no caso do projeto-de-vida está ligada à capacidade de suportar as necessidades, os problemas-de-vida, uma vez que a estrutura conjuntural econômica por vezes é mais forte que a capacidade de formular meios para satisfação e para viver bem.

15 “Ele só se alimentava na medida com que tinha prazer em comer, e chegava às refeições com uma disposição tal que o apetite lhe servia de tempero. Toda bebida lhe era agradável já que ele nunca bebia sem ter sede” (FOUCAULT, 1984, p. 70)

KAIROS CHRĒSIS: MOMENTO DE USO

O conceito de *Kairos* remete ao momento certo de agir e a intensidade da ação. Na leitura de Foucault, percebemos que na medicina, governança e pilotagem grega, *Kairos* é o momento decisivo em que se deve intervir em virtude dos fatos que se apresentam para conservar a condução em seu trajeto, seja no corpo, nas águas ou na política. A arte de saber qual o momento certo e como agir pode ser determinado segundo escalas, série de graus ou níveis, dispostos segundo a importância de cada um, em ordem ascendente ou descendente; hierarquia ou *kairos episteme*, momento pensado:

Platão o lembra nas Leis: feliz daquele que, nessa ordem de coisas (quer se trate de um particular ou de um Estado), sabe o que convém fazer, “quando e o tanto que convém”; aquele, ao contrário, que age “sem saber como (*anepis-tēmonōs*)” e “fora dos momentos oportunos” (*ektos ton kairon*), este, tem “uma vida completamente diferente” (FOUCAULT, 1984, p. 70)

O conceito de *Kairos* em relação aos projetos-de-vida remete ao momento certo de agir e a intensidade da ação em relação as oportunidades do dia a dia. Isto significa saber reconhecer, em geral através das referências-de-vida, as relações estruturais em que a pessoa está inserida, pois é essa estrutura conjuntural que permite a interpretação das ações por si e pela coletividade. Nesse sentido, aguentar as necessidades e saber agir na hora certa em busca dessa satisfação é a sina de muitos periféricos, do sistema-mundo, que esperam pacientemente a oportunidade de se alimentar, de conseguir renda ou meios de viver. Se na medicina, governança e pilotagem grega *Kairos* é aquele momento decisivo em que se deve intervir em virtude dos fatos que se apresentam, se pode intuir para uma ética do projeto-de-vida emancipador, que saber reconhecer os meios para resolver os problemas de vida é uma arte. Portanto, quando a projeção da vida se insere em um referencial que tem problemas, meios e objetivos em comum a pessoa sabe o que convém fazer também “[...] quando e o tanto que convém”, como pontua Foucault (1984, p. 70).

Dentro dos exemplos levantados na abordagem transhistórica de Foucault, a satisfação dos desejos é variável conforme a idade, sexo, condição dos indivíduos. Na moral cristã a satisfação dos desejos está ligada a sua legitimidade, portanto, trata-se de uma “universalidade modulada” como pontua Foucault (1984, p. 73). Ainda segundo o autor na moral dos gregos antigos há múltiplas manifestações de sexualidades, de satisfação do prazer, que estavam ligados ao *status* das pessoas, portanto o autocontrole, ou a temperança, é caracterizado pela resistência aos desejos. Uma luta que modula as lideranças que são referências-de-comunidade, pessoas e ideias que exemplificam como deve ser a vida comunitária, assim, quanto mais “[...] for visado, mais se tiver ou se quiser ter autoridade sobre os outros, mais se buscar fazer de sua vida uma obra resplandecente”, conforme Foucault (1984, p. 73).

A projeção-da-vida inscrita no *continuum comum*, pode e deve compartilhar dos recursos de forma coletiva para a satisfação individual, neste sentido a organização e distribuição dos meios-de-vida é fundamental. Dentro do exemplo de Foucault, em que a satisfação dos desejos é variável conforme a idade, sexo, condição dos indivíduos, podemos pensar em uma ética da satisfação comunitária, em que há uma hierarquização de prioridades. Se na moral cristã a satisfação dos desejos está ligada a sua

legitimidade, como pontua Foucault (1984, p. 73), nos projetos-de-vida, contudo, ela se liga aos diferentes *status* comunitários que operam a divisão dos recursos de forma ética, seguindo os padrões pré-estabelecidos. Ser referência-de-vida não é abusar do acesso aos recursos, mas, ao contrário quanto mais a pessoa “buscar fazer de sua vida uma obra resplandecente” mais é compelida a se doar¹⁶ (FOUCAULT, 1984, p. 73). Quanto mais o projeto assume a condução da formulação dos objetivos mais a pessoa se torna referência-de-vida, por compartilhar os meios com outras pessoas que tem problemas em comum. Ser referência é compartilhar meios para resolução dos objetivos e satisfação da vida.

A representação que os antigos gregos faziam do que era a qualidade e como deveriam portar os que tinham responsabilidade para com a cidade remete-nos a gênese dos contratos sociais. Nesse sentido ainda na leitura de *Xenofonte*, Foucault analisa que é virtude das lideranças políticas a temperança e o autocontrole. Que o social projeta nas lideranças as virtudes desejáveis ao individual. Em relação ao projeto-de-vida as referências-de-comunidade, isto é, lideranças, exercem a organização da distribuição de dádivas através do contrato social vigente. Nesse sentido os problemas-de-comunidade são compreendidos também a partir de suas unidades, os projetos-de-vida, importando ao coletivo os problemas individuais. Através da comunicação-da-vida essas necessidades de ordem privada se tornam públicas e comuns, cabendo as referências-de-vida operarem uma justificação, isto é, um acerto disciplinar para resolver os problemas.

Por fim na temática do uso, *kresis*, se conclui que é dificultosa a tarefa de sujeitar todas as pessoas à uma lei universal, com severidade, de forma sóbria, imutável, inflexível e árdua. As leis comuns são óbvias, estão diante dos olhos, na prática e não necessitam de ser escritas:

“Portanto, não é universalizando a regra de sua ação que, nessa forma de moral, o indivíduo se constitui como sujeito ético; é, ao contrário, por meio de uma atitude e de uma procura que individualizam sua ação, que modulam e que até podem dar um brilho singular pela estrutura racional e refletida que lhe confere.” (FOUCAULT, 1984, p. 76-77)

Os projetos-de-vida não são regidos por leis universais, com severidade, de forma sóbria, imutável, inflexível e árdua. Mas é na prática da projeção em comum, que se vão fazendo acertos pragmáticos e construindo as relações de poder junto das leis comuns, que por serem consenso acabam por se tornar óbvias, estão diante dos olhos, na prática e não necessitam de ser escritas. Portanto não há como escrever um manual ou mesmo indicar o caminho certo a se tomar na projeção da vida em conexão com o comum continuum familiar e comunitário. Como pontua, Foucault o “[...] indivíduo se constitui como sujeito ético [...] por meio de uma atitude [...] que individualiza sua ação, que modula e que até pode dar um brilho singular pela estrutura racional e refletida que lhe confere” (FOUCAULT, 1984, p. 76-77).

ENKRATEIA E SÔPHROSUNĒ

A moral cristã engendra na psicologia e na mente da pessoa uma constante luta contra os prazeres, em estado de vigília¹⁷. Diferentemente deste estado de vigília permanente, mais análogo à retração e à

16 O prestígio de um chefe pode ser medido pela distribuição que ele faz de benefícios.

17 “Vigiem e orem para que não caiam em tentação. O espírito está pronto, mas a carne é fraca.” Mateus 26:41

contração, os gregos tinham a palavra *enkrateia*¹⁸ para designar o bom uso dos prazeres. Ainda há a palavra *sôphrosunê* que também designa o mesmo sentido de gerenciamento da vida:

“[...] se comandar a si mesmo [...] consiste em ser sábio e se dominar, [...] em comandar os prazeres e os desejos em si próprio [...] A temperança [...] é uma espécie de ordem e de império [...] sobre certos prazeres e desejos” (FOUCAULT, 1984, p. 79).

A *sôphrosunê*, vem da *Ética a Nicômaco* de Aristóteles e é caracterizada na leitura de Foucault como os princípios que a pessoa segue e que sustenta sua aplicação através da conduta, logo, seu oposto é a escolha do mau caminho. A *enkrateia* está mais para “comedimento, tensão, continência” (FOUCAULT, 1984, p. 81). O termo *enkrateia*, na interpretação de Foucault, remete à mentalidade agnóstica grega de trânsito entre dois polos de relação com a vida, ao mesmo tempo em que a pessoa tem consciência das formas de obtenção do prazer, produz uma disputa para não ser dominado por elas:

Ora (1), tanto a continência como a fortaleza são incluídas entre as coisas boas e dignas de louvor, e tanto a incontinência como a moleza entre as coisas más e censuráveis; e o mesmo homem é julgado continente e disposto a sustentar o resultado de seus cálculos, ou incontinente e pronto a abandoná-los. E (2) o homem incontinente, sabendo que o que faz é mau, o faz levado pela paixão, enquanto o homem continente, conhecendo como maus os seus apetites, recusa-se a segui-los em virtude do princípio racional. (ARISTÓTELES, *Ética a Nicômaco*, 1991, VII:1)

O projeto-de-vida pode aprender com este autocontrole, no sentido de que as externalidades da projeção não sucumbam as tentações do mundo mantendo o foco no núcleo comunitário e na resolução dos problemas comuns, ao mesmo tempo em que garante meios-de-vida individuais e se constrói como pessoa coletiva. A projeção-da-vida leva em consideração o bom uso dos prazeres tendo em vista o controle, o gerenciamento da vida é semelhante ao ato de comandar a si mesmo, “ser sábio e se dominar¹⁹”. Neste sentido, a formulação de objetivos tem em conta que ao comandar os prazeres e os desejos de si próprio, o núcleo comunitário e os outros projetos-de-vida que circundam a pessoa projetante agem como fornecedor de temperança “[...] é uma espécie de ordem e de império [...] sobre certos prazeres e desejos” (FOUCAULT, 1984, p. 78).

LUTAR CONSIGO MESMO

Foucault faz essa leitura sobre o cuidado de si, visando a luta interior contra a dominação do ser pelas coisas e pessoas, na leitura percebe como para os gregos o autocontrole é uma virtude que forma o homem, de nada adiantando a força e o conhecimento se não há experiência de luta e resistência. Os apetites interiores, aqueles que compartilhamos com os animais, são controlados não por serem hierarquizados como inferiores. O controle exercido se dá para que os apetites não façam do sujeito

18 “Em todo caso, o termo *enkrateia* no vocabulário clássico parece referir-se em geral à dinâmica de uma dominação de si por si e ao esforço que ela exige” (FOUCAULT, 1984, p. 82).

19 (FOUCAULT, 1984, p. 79).

escravo dos desejos. São várias as analogias antigas que comparam a situação de resistência ou sedição aos desejos, sempre em situação de batalha.

Na leitura de *Enkrateia*, Foucault pontua que a posição de luta é para consigo mesmo, os adversários fazem parte do ser. Se na ética cristã “[...] a carne cobiça contra o Espírito, e o Espírito contra a carne; e estes opõem-se um ao outro, para que não façais o que quereis²⁰” na ética grega “lutar contra “os desejos e os prazeres” é se medir consigo” (FOUCAULT, 1984, p. 85). Nesse sentido a parte mais fraca da pessoa é dominada pela parte mais forte, fraco e forte convivem em um só corpo, ser mais forte e temperante ou escravo de si mesmo intemperante, como aponta a leitura Foucaultiana (1984:85).

Se na Sociedade há Estado e leis para regular a relação entre as pessoas: Quais as leis regulam a relação da pessoa com ela mesma? No sentido de um estado de natureza em que os homens se encontram em guerra e foi necessário um Estado para regular e mediar a paz, a luta de *Enkrateia* é para pessoa esteja em paz com si mesma, ao contrário é vencido por si mesmo.

A luta dos projetos-de-vida é para tornar a forma de vida metonímica (europeia) a parte mais fraca da pessoa, dominada pela parte mais forte que é a cultura comunitária. Portanto parece haver um conflito entre a forma de vida societária e a forma-de-vida em comunidade, a luta eficaz compele o projeto-de-vida a prevalecer como ser atuante. Como prescreve esse ensinamento cínico:

É triste realmente a condição de todas as pessoas ocupadas. No entanto, a mais triste é a daqueles que sofrem não pelas próprias ocupações, que dormem conforme o sono alheio, andam pelo passo alheio, amam e odeiam mediante ordens, sentimentos os mais livres de todos. Estes, se quiserem saber quanto é breve a própria vida, pensem que pequena parte é de fato sua. (SÊNECA, *Sobre a brevidade da vida*, 2017, p. 34)

O Projeto-de-vida para comunidades tradicionais adota perspectiva de conservação cultural, das tradições, essa luta se dá na Sociedade mas também é consigo mesmo, os adversários são as referências, objetivos, justificativas estranhas ao núcleo comunitário que tentam fazer parte do ser. O núcleo comunitário junto do projeto individualizado opera em conjunto contra as referências externas que separam a vida de sua forma originária, contudo, também há luta dentro das unidades individuais, os projetos-de-vida. Essa guerra ontológica é travada entre as epistemologias dominantes de origem europeia e as matrizes originárias e comunitárias.

LUTAR CONSIGO MESMO PARA CONTROLAR OS PRAZERES E NÃO ABOLI-LOS

Segundo Foucault, os gregos cultivavam o controle de si, todavia não como forma de se punir, ou “extirpar totalmente os desejos” (FOUCAULT, 1984, p. 86), a medida temperante entre desejar e ser levado pelo desejo estava na violência²¹. Diferente da moral cristã a resistência em *Enkrateia* admite a presença de uma força a ser resistida, que anseia dominação: “o temperante não é aquele que não tem mais

20 (GALATAS, 5:17)

21 Foucault dá o exemplo de Alcebiades, rapaz que vivia tentando seduzir Sócrates. Na moral cristã não se pode admitir a presença do desejo. Já num outro extremo, diriam que Sócrates é bobo de resistir.

desejos, mas aquele que deseja ‘com moderação, não mais do que convém, nem quando não convém’ (FOUCAULT, 1984, p. 86). Na moral cristã parece haver uma força para se livrar da existência dos desejos dentro do corpo. Cultivar o controle dos desejos, portanto, não implica em acabar com a fonte de desejos, que é si mesmo, é desejar sem ser levado com violência pelos excessos e intemperanças.

A moral cristã tende a esconder os desejos, negar que eles existem e por vezes designar como desígnios divinos. Em outro extremo da projeção da vida, o destemperado cede a todos os desejos e especulações externas. A resistência admite a presença de uma força a ser resistida, que anseia dominação do projeto-de-vida, esse passa a ser reconhecido como problema-de-vida. Quando o problema-de-vida opera em sua potência total separa a vida de sua forma, projeto ou comunidade. Os desejos têm essa força de problema, tanto quanto ao ter quanto ao ser. A virtuosidade e temperança na resistência de desejos externos aos projetos-de-vida pode ser pensada como “dominação-obediência”, “comando-submissão”, “domínio-docilidade”. Não obstante, a moral cristã “elucidação-renúncia” e “decifração-purificação” são mais comuns, conforme Foucault (1984, p. 87).

MODELOS DE LUTA: “ESSA FORMA HEAUTOCRÁTICA É DESENVOLVIDA SEGUINDO VÁRIOS MODELOS”

Heautocrática é a arte de desejar conforme a razão, mas também é relacionada com outros âmbitos como o econômico. A *oikonomia*, ou vida doméstica, só é bem comandada pela pessoa que comanda bem a si mesmo. Segundo a leitura foucaultiana de Xenofonte, governar a si mesmo é o passo para o governo e soberania própria. Como exemplo de alma desordenada cita àquele que cede às escolhas que “[...] reduzem à escravidão aquele que deveria comandar e, após tê-lo explorado na sua juventude, preparam-lhe uma velhice miserável”, como recupera Foucault (1984, p. 89). O exemplo faz uma analogia comparando o controle dos desejos ao controle imperial de um povo inferior, que tenta se revoltar. O controle pessoal dos desejos seria, portanto, como a estrutura política que regula as relações entre as pessoas: A virtude individual tem que se estruturar como uma cidade²².

O projeto é construído conforme a razão e as referências culturais que se tem, mas também econômicas da vida doméstica cotidiana, *oikos/casa*. O objetivo-de-vida vem a partir dos projetos-de-comunidade, portanto é importante que ao governar a si mesmo, isto é estabelecer uma soberania própria, para assumir projetos coletivos. Um projeto de vida que não pertence à pessoa acaba por “[...] reduzir à escravidão aquele que deveria comandar e, após tê-lo explorado na sua juventude, preparam-lhe uma velhice miserável” conforme a leitura de Foucault (1984, p. 89). Portanto as comunidade tradicionais que têm o desafio de reverter o cenário de “conquista” através do controle da pessoa sobre os desejos se assemelha ao controle imperial de um povo, que tenta se revoltar. Portanto, o viver a cultura do núcleo comunitário é dar preferência à continuidade da luta. O projeto-de-vida é a estrutura que dá discernimento quanto ao desejável.

TREINANDO PARA A LUTA

Da mesma forma como atletas treinam para o esporte e os cavaleiros para a justa, Foucault (1984, p. 89) pontua que a preparação é que permite enfrentar o embate, pois o exercício é que confere a técnica.

22 (FOUCAULT, 1984, p. 89)

Portanto o exercício de “fazer o que convém e abster-se do que é preciso evitar” como pontua Michel Foucault (1984, p. 91). Um bom líder governa bem os outros, contudo controla bem a si:

“[...] Sócrates, mostrando a Alcebiades ou a Cálicles que eles não poderiam [...] ocupar-se da cidade e governar [...] se não aprendessem primeiro o que é [...] ocupar de si [...] a aplicação consigo [...] condição prévia para [...] ocupar com os outros e dirigi-los” (FOUCAULT, 1984, p. 91).

Por exemplo a vida dos cínicos e estoicos é um exercício constante e permanente de controle sobre as intempéries, desejos, dores e afetos. O termo “exercício de corpo e alma” é um ensinamento cínico, “[...] auxilia a enfrentar as privações quando ela se apresenta. O exercício é ao mesmo tempo redução à natureza, vitória sobre si e economia natural de uma vida de verdadeiras satisfações”, conforme Foucault (1984, p. 91). Para o ensinamento do cínico, viver os prazeres tem o perigo de que um dia eles faltem e causem dor à pessoa. O exercício de suportar auxilia no sentido de aguentar as privações, mas confere outra relação ao uso das coisas.

O exercício é a exposição à prática daquilo que se deseja estar preparado e é “[...] através da preparação que cria-se o hábito da conduta que será preciso manter daí em diante” (FOUCAULT, 1984, p. 93). A exemplo teoriza que expor os jovens aos perigos para prepará-los, assim como fazem os espartanos com suas crianças, as deixa mais duras e prontas para a vida. Também admoesta que para beber em público é necessário dominar a bebida, neste sentido os banquetes são exercícios de temperança.

Governar a si e aos outros possui a mesma forma de realização: “[...] que permite sobressair-se sobre os outros cidadãos e dirigi-los” (FOUCAULT, 1984, p. 94). Na leitura de Xenofonte, Foucault recupera que para os gregos o dever cívico que firma a autoridade está relacionada ao cultivo de si, nos exercícios, no cuidado e na apresentação:

Mas, para o pensamento grego da época clássica, a “ascética” que permite constituir-se como sujeito moral faz parte integralmente, até em sua própria forma, do exercício de uma vida virtuosa que é também a vida do homem “livre” no sentido pleno, positivo e político do termo (FOUCAULT, 1984, p. 97)

O projeto-de-vida é portanto uma preparação para esse embate, a juventude exposta à vida se prepara para a prática desse devir exercitando o ser-como. Como o projeto tem como principal objetivo a manutenção da vida comum o exercício de se construir junto do coletivo é constante. Esse exercício constante e permanente de controle sobre as intempéries, desejos, dores e afetos que “exercita o corpo e alma”, auxilia a enfrentar os problemas-de-vida. Portanto o primeiro objetivo do projeto é a vitória sobre si, isso implica em reconhecer a futilidade do capital e se recolher à uma economia natural “de uma vida de verdadeiras satisfações”, como pontua Foucault (1984, p. 91). A luta por meios-de-vida invade o cotidiano da pessoa, o exercício de suportar auxilia no sentido de aguentar as privações, mas, também confere outra relação ao uso das coisas, as pequenas passam a dar maior prazer.

O projeto-de-vida é como um tipo de auto cultivo, atualmente podemos perceber inúmeras atividades neste sentido: Educação tradicional indígena e quilombola, Projetos de vida (da escola regular); Exercícios espirituais inicianos dos jesuítas. Como o projeto vai se construindo enquanto a vida se

desenvolve no coletivo, há exposição da juventude em práticas que a comunidade espera que se deva estar preparado. Os problemas devem ser centrais na concepção da projeção da vida e do cuidado de si, pois os projetos-de-vida aqui teorizados pressupõem uma situação de exploração, subalternização e periferização inerente, por isso se insere no agonismo do cuidado. Portanto, os exercícios dos projetos-de-vida devem ser pensados coletivamente, projetando-se a si mesmo para o nós, a comunidade.

As comunidades tradicionais são organizadas pelos comunitários, unidades dessa forma de socialização, a coletividade por sua vez imprime nas unidades, os projetos-de-vida o Isomorfismo, a continuidade e a sucessão cronológica, auxiliando a não se sujeitar aos desejos e prazeres da Sociedade, evitando assim sucumbir aos problemas-de-vida. Esse dever comunitário é um cuidado coletivo, uma vez que o cuidado de si mesmo reflete nas referências-de-comunidade. Essas referências são pessoas que possuem a autoridade, que está relacionada ao cultivo de si como componente comunitário característico, mostrando isso na prática diária e cotidiana, em seus projetos, no cuidado e na apresentação coletiva que faz.

LIBERDADE E VERDADE

O polo contrário do projeto-de-vida é o projeto de vida, a terceirização da vida opera a escravidão de si para consigo, uma vez que a pessoa vive um plano externo e sua planificação fica relegado à ausência. Controlar os prazeres é gerenciar os inconvenientes gerados pela suspensão das responsabilidades. A liberdade comunitária deve ser controlada por forças para que as pessoas possuam equidade quanto aos meios-de-vida, para que não haja ação esporádica de uma liderança conservadora, autoritária e oportunista que centraliza os recursos em si. A adoção de um projeto-de-comunidade gera autonomia e soberania desconstruindo o pretexto de que as populações tradicionais não se controlam nem se governam. Não há espaço para outra tirania que não seja a do comum, o chefe positivo deve exercer o poder em si, deve ser uma referência-de-comunidade para outros, controlando a si mesmos para evidenciar o projeto dando certo.

VIRIL?

O domínio como liberdade na Grécia pertencia aos homens livres, ser homem já era um sinal de dominação de imposição de racionalidade sobre o outro. O domínio de si era uma maneira de ser homem, ativo enquanto partícipe da estrutura. A moderação era uma virtude masculina, mesmo quando exercida por uma mulher. A mulher moderada é reconhecida por ter completa consciência em relação ao seu lugar de submissão aos homens. As virtudes que se reconhecem na mulher são reproduções das versões plenas que se manifestam no homem, elas “[...] encontram no homem, ao mesmo tempo, seu modelo perfeito e acabado e o seu princípio de funcionamento”, como diagnostica Foucault (1984, p. 106).

Um projeto-de-vida para uma comunidade em que há liberdades, deve reconhecer o papel da mulher, não como coadjuvante ou casal, mas como capaz e potente em relação à resistência da dominação de imposição de racionalidade sobre o outro. As mulheres devem exercer o domínio de si e também governar os homens da comunidade, isto é, regular as maneiras de ser homem. A mulher ativa construtora das regras estruturais da comunidade passa moderar os padrões de virtuosidade dos gêneros.

O projeto-de-vida da mulher tem como diferencial o problema-de-vida-feminino que é de se desvencilhar do lugar de submissão ao homem. O homem ao projetar a vida em comunidade deve ter ciência que de que será virtude reconhecer o problema-de-vida-feminino. A diversidade de manifestações de gênero dentro de uma comunidade é sinal de que há respeito e aceitação quanto às formas que os diversos projetos-de-vida vivenciam a produção do prazer e como as leis comunitárias asseguram essa felicidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A liberdade é poder, logo conjuntamente tem relação com a veridificação do que é considerado correto, melhor, desejável, optável e preferível. O poder exercido sobre o que é considerado verdadeiro ou justa razão prescreve o correto, portanto, na leitura de Foucault ciência e temperança estão em conjunto, no outro polo os intemperantes representam a ignorância. A temperança é portanto uma forma de conhecimento²³.

A razão estruturando o agir define o *sōphrōn*, como aquele capaz de estar em harmonia, de superar os desejos através da racionalização. Dominar os prazeres garante que o uso se adapte ao contexto e às necessidades, dentro do tempo e junto às regramentos. A dominação dos prazeres é portanto um tipo de classificação prática e teoricamente por gênero, de escolher as boas e de abster-se das más. Por fim exercer a razão, segundo Foucault (1984, p. 110) é se reconhecer enquanto ser que existe para si e para os outros.

Esses conhecimentos caminharam na história da espiritualidade, culminaram no que os modernos conhecem como luta espiritual. Como o divino e o humano se mistura, há portanto um cuidado de si que tem nuances espirituais.²⁴ A relação com o verdadeiro é essencial para o uso comedido dos prazeres e da dominação da violência, constituindo parte fundamental o sujeito temperante. A relação com a verdade é condição para que a pessoa deseje de forma controlada.

Essa relação com a verdade não é a mesma que se tem com um dogma religioso. Não se entende que o cuidado de si como um conjunto de regras ou rituais para se purificar. Até aqui Foucault (1984) fez uma leitura do pensamento grego em relação à prática sexual e a moral, que se constituíam através da relação com o uso (*por necessidade, momento ou status*). Esse controle de si é uma liberdade que se caracteriza como ativa, segundo Michel Foucault: indissociável de uma relação estrutural, instrumental e ontológica com a verdade. As formas de controle que se seguem, sobrepondo a moral cristã, baseiam-se na obediência e reconhecimento da autoridade eclesial, portanto não opera internamente na pessoa.

O projeto-de-vida não se trata de uma religião, seita, mas antes, uma forma-de-vida que presa pelo cuidado de si utilizando meios racionais para resolver problemas-cotidianos, para tanto é preciso de “princípios formais gerais no uso dos prazeres, na distribuição que deles se faz, nos limites que se observa, na hierarquia que se respeita”²⁵. Portanto, mesmo o mais belo dos corpos e possuidor de belo caráter planejador, se

23 A relação ao logos na prática dos prazeres foi descrita pela filosofia grega do Século IV sob três formas principais. Uma forma estrutural: a temperança implica que o logos seja colocado em posição de soberania no ser humano, que ele possa submeter os desejos, e que seja capaz de regular o comportamento (FOUCAULT, 1984, p. 109)

24 Porque não temos que lutar contra a carne e o sangue, mas, sim, contra os principados, contra as potestades, contra os príncipes das trevas deste século, contra as hostes espirituais da maldade, nos lugares celestiais.(Efésios 6:12)

25 (FOUCAULT, 1984, p. 113).

entregue a intemperança da violência e a incontinência perde sua ternura, quiçá sua vida. As formas de controle que se seguem na história da humanidade, sobrepondo a moral cristã, baseia-se na obediência e reconhecimento da autoridade eclesial, portanto não opera internamente na pessoa gerando emancipação.

REFERÊNCIAS

APPIAH, Kwame Anthony. **La ética de la identidad**. Buenos Aires: Katz, 2007

ARISTÓTELES, **Ética a Nicômaco**. Tradução de Leonel Vallandro e Gerd Bornheim da versão inglesa de W.D.Ross. Poética. Nova Cultural. 1991

AURÉLIO, Marco. **Meditações**. Introdução, tradução e notas de Alexandre Pires Vieira - Montecristo Editora, 2019.

EPICTETO, **O Manual de Epicteto**. Tradução do texto grego: Aldo Dinucci; Alfredo Julien. Introdução e notas: Aldo Dinucci. São Cristóvão. Universidade Federal de Sergipe, 2012.

FOUCAULT, Michel, 1926-1984. **História da sexualidade 2**; o uso dos prazeres/Michel Foucault; tradução de Maria Thereza da Costa Albuquerque; revisão técnica de José Augusto Guilhon Albuquerque Rio de Janeiro: Edições Graal, 1984

FOUCAULT, Michel. **A Hermenêutica do sujeito**. São Paulo: Martin Fontes, 2004

FOUCAULT, Michel. **O governo de si e dos outros**, curso no College de France (1982-1983) / Michel Foucault; tradução Eduardo Brandão. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2010

HADOT, Pierre, 1922-2010 Exercícios espirituais e filosofia antiga I Pierre Hadot; tradução Flavio Fontenelle Loque e Loraine Oliveira. - 1. ed. - São Paulo: B Reaff1Zaçlies, 2014. 368 p. ; 24 cm. (Filosofia atual)

LOYOLA, Ignácio de. **Exercícios Espirituais**. Tradução: José Carlos Belchior, S.J. Provincial Lisboa, 1. 1. 1999 Imprimatur: † Eurico Dias Nogueira Arcebispo Primaz 25 .1.1999. <https://bit.ly/3F6LsJY>

NUSSBAUM, Martha C. **Crear capacidades. Propuesta para el desarrollo humano**. [Creating Capabilities]. Tradução de :Albino Santos Mosquera. Espanha: Paidós de Espasa Libros, S. L. U. 2012

MBEMBE, Achille Mbembe. Necropolítica. **Arte & Ensaios** | revista do PPGAV/EBA/UFRJ, n. 32, Dezembro. 2016

SAHLINS, Marshall. **Ilhas de História**. Rio de Janeiro, Jorge Zahar, 1990

SARTRE, Jean-Paul, 1905-1980. **A transcendência do Ego** : esboço de uma descrição fenomenológica / JeanPaul Sartre ; introdução e notas, Sylvie Le Bon ; tradução de João Batista Kreuch. - Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

SÊNECA, ca. 4a.C.-65. **Sobre a brevidade da vida. Sobre a firmeza do sábio**: Diálogos / Sêneca; tradução José Eduardo S. Lohner. - 1. ed. - São Paulo: Penguin Classics Companhia das Letras, 2017