

# A IMPORTÂNCIA DA ESCUTA PARA A CONSTITUIÇÃO DO SUJEITO NO ESTOICISMO

FABIANO INCERTI\*

**Resumo:** O presente artigo objetiva analisar a importância da escuta para a constituição do sujeito estóico, a partir da noção de cuidado de si, estudada por Michel Foucault em seus últimos escritos. Numa das mais importantes escolas filosóficas da antiguidade, a escuta será um dos sentidos primordiais, tanto para a aquisição dos *logos*, dos discursos verdadeiros, que possibilitarão ao sujeito suportar a própria existência, bem como na direção espiritual, prática essencial para a formação do discípulo estóico. Nesse sentido serão fundamentais exercícios, técnicas e habilidades para o desenvolvimento de uma escuta acurada. Para uma hermenêutica de si no estoicismo é fundamental a crença de que se pode, com a ajuda de um profissional, falar a verdade sobre si mesmo e de que igualmente alguém está apto a ouvir essa verdade. A escuta é condição ontológica de um cuidado de si. Não há subjetividade e verdade sem a possibilidade de escuta.

**Palavras-chaves:** Escuta, cuidado de si, estoicismo, Michel Foucault.

## (THE IMPORTANCE OF THE HEARING FOR THE CONSTITUTION OF THE SUBJECT IN THE STOICISM)

**Abstract:** The present article aims to analyze the importance of the hearing for the constitution of the subject in the stoicism, starting from the care notion of oneself, studied by Michel Foucault in his last writings. At one of the most philosophical schools of the antiquity, the hearing will be one of the primordial senses, so much for the acquisition of the *logos*, of the true speeches, which will make it possible for the subject to bear his/her own existence, as well as in relation to the spiritual direction, which is the essential practice for the formation of the stoic disciple. In that sense they will be fundamental exercises, techniques and abilities for the development of an accurate hearing. For one to have the hermeneutics of oneself in the stoicism it is fundamental to have the faith that one can, with the help of a professional, say the truth about oneself knowing that somebody else is capable of hearing this truth. The hearing is the ontological condition of the care of oneself. There is no subjectivity and truth without the possibility of the hearing.

**Key-words:** Hearing, care of oneself, stoicism, Michel Foucault.

## Introdução

O cuidado de si (*epiméleia heautoû*) é um dos temas principais que cercam os últimos trabalhos de Michel Foucault. Conseqüência de uma reorientação em seus escritos a partir de

---

\* Mestre em Filosofia pela PUCPR e doutorando em Filosofia pela PUCSP, sob orientação da Prof. Dra. Salma Tannus Muchail. E-mail: [fincerti@marista.org.br](mailto:fincerti@marista.org.br)

1976, com o lançamento do primeiro volume da História da Sexualidade, a Vontade de Saber, há um deslocamento da leitura política dos dispositivos de poder, para uma leitura ética em termos de práticas de si. O sujeito, que antes aparece como sujeito disciplinado, subjugado por meio de técnicas normativas e disciplinadoras, apresenta-se agora num sujeito capaz de autoconstituição, de um governo sobre si mesmo.<sup>1</sup>

Nesse contexto, que no curso de 1982, intitulado *A Hermenêutica do Sujeito*, Foucault recorda que na relação entre sujeito e verdade, o colocar-se mais explicitamente como fim de sua própria existência exigia um conjunto de exercícios austeros e regrados. A partir desses exercícios, a escuta adquire destaque. No interior de uma série de práticas, ela conquistará esse status de sentido capaz de captar o logos, e de guardá-lo na alma do sujeito. Não há transformação de si para o alcance da verdade que não passe pelo exercício de uma escuta acurada.

Em meio às várias escolas filosóficas da Antiguidade analisadas por Foucault em seu curso, ele parece deter-se de forma particularizada sobre o estoicismo, no que se refere à relação que se estabelece entre escuta, verdade e cuidado de si. No estoicismo o cuidado de si é atravessado pela presença do outro, ao mesmo tempo em que o outro se torna condição indispensável para uma escuta filosófica.

Assim, pretendemos com este artigo aprofundar tais elementos oferecidos por Foucault, analisando de que forma a escuta se torna um exercício essencial e determinante para a constituição do sujeito no estoicismo. Para atingir o objetivo proposto, além dos escritos de Foucault e de outros pesquisadores contemporâneos do estoicismo como Pierre Hadot, Paul Veyne e Jean-Joel Duhot, propomos com este trabalho um retorno detalhado às obras originais como as de Epicteto, Sêneca e Marco Aurélio.

## **A escuta e a constituição de si no estoicismo**

---

<sup>1</sup> Como afirma o próprio Foucault: “Eu gostaria de dizer, antes de mais nada, qual foi o objetivo do meu trabalho nos últimos anos. Não foi analisar o fenômeno do poder nem elaborar os fundamentos de tal análise. Meu objetivo, ao contrário, foi criar uma história dos diferentes modos pelos quais, em nossa cultura, os seres humanos se tornaram sujeitos. Meu trabalho lidou com três modos de subjetivação que transformaram os seres humanos em sujeitos – o saber, o poder e a ética – [...] Assim, não é o poder, mas o sujeito, que constitui o tema geral de minha pesquisa.” FOUCAULT, Michel. O Sujeito e o Poder. In: DREYFUS, H. RABINOW, P. *Michel Foucault: Uma trajetória filosófica para além do estruturalismo e da Hermenêutica*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995, p. 231-249.

No estoicismo, a escuta está relacionada diretamente com a constituição de si. Ela servirá como escuta do *logos*: como verdade que se manifesta pela linguagem proferida em sons e racionalmente articulada. O *logos* só tem acesso à alma pela audição. Desta forma, podemos destacar duas características da escuta no estoicismo. Primeiramente, se estabelece uma nova relação pedagógica entre mestre e discípulo; e segundo, a escuta assume caráter ativo (*lógikó*), isto é, um sentido capaz de recolher o *logos*.

No estoicismo se estabelece nova relação pedagógica entre mestre e discípulo. O discípulo deve calar-se e escutar a verdade transmitida pelo mestre. Não deve comentar, nem fazer perguntas. Há a obrigação de escutar a verdade e de escutar ao próprio eu, para encontrar a verdade que no sujeito se esconde. Há, dessa forma, uma nova concepção de verdade, de memória e também um novo método de exame de si mesmo.

Na carta 31, Sêneca relembra a Lucílio duas regras sobre a escuta no exercício sobre a própria alma, nessa nova relação pedagógica. Primeiramente a importância de escutar, interiorizar e recordar as verdades ensinadas pelo mestre, e, segundo, a de um controle, de uma vigilância sobre o que se deve escutar.

A tua preparação de base era bastante ambiciosa: procura, portanto, atingir somente o alvo que te havias proposto e põe em prática os princípios que já interiorizaste. Em suma, para ser sábio, basta-te-á maneres os ouvidos fechados; só que não será suficiente usar cera: necessitarás de uma matéria mais densa do que a usada por Ulisses nos seus companheiros.<sup>2</sup> [] a voz que deve precaver-nos não provém de um recife, mas ressoa sobre os quatro cantos do mundo.<sup>3</sup>

Saber escutar o *logos* trazido pelo mestre é condição para a formação do discípulo estóico. Paul Veyne<sup>4</sup> afirma que a cura da mente é a grande meta de vida do estóico. Para tanto, se necessário, ele abandona com alegria qualquer outro desígnio em nome da verdade pronunciada. Tanto o mestre quanto o discípulo devem consagrar-se inteiramente a tal verdade. Um dos melhores exemplos é o de Sêneca, que não descansa até persuadir o seu discípulo Lucílio a abandonar seu cargo de finanças e se dedicar inteiramente à filosofia.

Na carta 108, Sêneca escreve a Lucílio, mostrando a relação pedagógica que manteve com seu mestre

---

<sup>2</sup>Aqui Sêneca faz alusão à passagem na qual Ulisses encontra as Sereias e é obrigado a tapar os ouvidos dos marinheiros e a amarrá-los no mastro a fim de que não fossem enfeitiçados pelo canto das sereias. Sêneca fará alusão a esta passagem em diversas cartas dirigidas a Lucílio.

<sup>3</sup>SENECA, Lúcio Anneu. *Cartas a Lucílio*. 2ª. ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2004, p. 116.

<sup>4</sup>VEYNE, Paul. *Sêneca y el estoicismo*. México: Fondo de Cultura Económica, 1995, p. 86-87.

Ainda guardo na memória um preceito que ouvi de Átalo nos tempos em que freqüentava a sua escola (onde eu era o primeiro a chegar e o último a sair); até mesmo durante os passeios do mestre eu o aliciava à discussão de um ou outro problema, aproveitando-me do fato de ele estar sempre pronto a ir ao encontro dos interesses de seus discípulos. Dizia Átalo que o docente e o discente se devem unir num propósito comum: o primeiro, ser útil ao discípulo; o segundo, tirar benefício do convívio com o mestre.<sup>5</sup>

O discípulo deve ter um modelo de exercício sobre si mesmo muito organizado. A cada momento a existência oferece ao estóico uma série de provações, para as quais ele deverá estar preparado. A nova existência do estóico “convertido à filosofia” é feita de um controle incessante do corpo e das paixões da alma. Por isso a escuta será um dos sentidos mais vigiados, pois é a porta de entrada, tanto da verdade, como do erro para a alma.

Ao mesmo tempo, num segundo ponto, a escuta torna-se um sentido ativo (*lógikós*) para o estóico. Se ela é a porta de entrada para a alma, é também aquela capaz de recolher o *logos*. Foucault recorda que, diferentemente dos outros sentidos, os quais são incapazes de recolher a verdade, e pelo contrario são portas para os vícios do corpo e da alma, a Antiguidade transforma a escuta em princípio ativo da verdade. Se ao discípulo cabe somente escutar a verdade revelada pelo mestre, a escuta precisa atingir alto grau de nobreza em relação aos outros sentidos. Ouvir é o único caminho pelo qual se aprende a virtude. A virtude não pode ser dissociada do *logos*, isto é, de uma linguagem articulada racionalmente que o revele. Este *logos* só pode penetrar pelo ouvido em direção à alma, graças ao sentido da audição. “O único acesso do *logos* a alma é, pois, pelo ouvido.”<sup>6</sup>

Sêneca, na carta 50, recorda a Lucílio que a virtude depende de árduo trabalho de aquisição

A virtude nunca se esquece. As plantas crescem com dificuldade num solo inadequado, e por isso será fácil arrancá-las, eliminá-las; mas colocá-las num terreno apropriado ganham raízes firmes. A virtude está de acordo com a natureza; os vícios, esses, são como plantas daninhas e nocivas. As virtudes adquiridas não podem ser extirpadas, é com facilidade que as podemos conservar; adquiri-las, contudo, é tarefa árdua; portanto é próprio de um espírito fraco e doente recear experiências desconhecidas. Obriguemos, pois, esse espírito a dar os primeiros passos.<sup>7</sup>

Uma condição do princípio ativo (*lógikós*) da escuta é o que poderíamos chamar de *habilidade em escutar*. Para se escutar a verdade é necessário habilidade e experiência. Esse é

---

<sup>5</sup>SÊNECA. Lúcio Anneu. *Cartas a Lucílio*, op. cit., p. 591.

<sup>6</sup>Idem, p.404.

<sup>7</sup>SÊNECA. Lúcio Anneu. *Cartas a Lucílio*, p. 172.

o tema principal do colóquio II, 24 de Epicteto. Há dificuldade em escutar como em falar. Da mesma forma que se pode falar de forma a prejudicar a si mesmo e a outros, para se escutar acontece a mesma coisa. Assim, aqueles que têm habilidade em escutar se beneficiam, enquanto aqueles que não têm se prejudicam.

Como afirma Epicteto:

Portanto, se falar como se deve é uma habilidade, vês que também o ouvir com proveito é uma habilidade? Eu hei de fazê-lo perfeitamente e com proveito; se queres vamos abandoná-lo por um momento, porque ambos estamos muito longe de tal coisa. Mas me parece que qualquer um estaria de acordo em que para escutar um filósofo se necessita certa prática de ouvir. Ou não? <sup>8</sup>

Foucault<sup>9</sup>, ao analisar esta passagem, relembra que o termo em grego é *empeiría*. A *empeiría* significa habilidade adquirida, competência, experiência. Competência em saber ouvir que se adquire através de um segundo elemento necessário para se escutar bem, designada de *tribé*, isto é, *prática assídua*. *Empeiría e tribé*, habilidade e prática são as duas características principais para se escutar bem. <sup>10</sup>

Podemos concluir, contudo, que a escuta constitui forma de ascese primitiva, isto é, possibilita que, pelas informações interiorizadas, se possa conhecer algo. Isso significa que ela é mesmo habilidade e prática, *empeiría e tribé* e não técnica (*tékhne*). Na escuta é que se começa a ter contato com a verdade. Assim, *tékhne* implica forma de conhecimento que na escuta ainda não está solidificada. Ela inicialmente é a porta de entrada, o princípio do conhecimento.

Outro aspecto da escuta em seu sentido ativo está no fato de que a verdade interiorizada pode e deve ser utilizada pelo sujeito, quando for surpreendido por algum acontecimento inesperado. A verdade é instrumento de defesa, proteção contra todos os males que possam assombrar o sujeito.

---

<sup>8</sup>EPICTETO. *Disertaciones: por Arriano*. Madrid: Editorial Gredos, 1993, p 253.

<sup>9</sup>FOUCAULT. Michel. *A Hermenêutica do Sujeito*. São Paulo: Martins Fontes, 2004, p. 408-409.

<sup>10</sup>Ao analisar esta passagem Foucault estabelece uma diferença fundamental, a saber: ele diferencia *empeiría e tribé*, de *tekhné*. Para ele a *tekhné* está mais ligada a uma forma de arte presente somente na fala, enquanto a escuta não alcança este nível. Ela trata-se de habilidade adquirida e prática. FOUCAULT, Michel. *A Hermenêutica do Sujeito*, op. cit., p. 408-409.

Em Epicteto, no colóquio III, 10, há uma alusão à necessidade de se preparar para suportar as enfermidades e os desalentos. “Quando se apresenta a necessidade, cada opinião tem que tê-la sempre à mão (*Kanón*).”<sup>11</sup>

Como afirma Epicteto:

Que de dizer alguém em toda a dificuldade? Para isto me preparava para isto me exercitava. A divindade te disse: Mostra-me se lutaste segundo as regras, se comeste o que devias, se te preparavas e se escutaste o mestre. E se quando estiveres em plena ação te vem abaixo? Agora é o momento de passar a febre; seja com nobreza, de passar a sede, seja com nobreza, o que não está em sua mão?<sup>12</sup>

Tema essencial do estoicismo, a preparação para os acontecimentos da vida exige superação do simples discurso teórico. É prática de vida, forma de atitude. Duhot afirma que para o estoicismo o treinamento da alma consiste num trabalho mental de repasse das virtudes adquiridas a partir do discurso do mestre. Cada situação é, de certa maneira, uma questão à qual trazemos uma resposta. Nossos atos e nossas emoções são reações. Em todas as circunstâncias, é preciso treinar-se mentalmente para ter uma boa reação.<sup>13</sup>

Epicteto, no colóquio III, 3 evidencia um exercício de preparação para as provações

Eis aqui o tipo de treinamento que necessariamente é preciso praticar. Desde o amanhecer, quando vês alguém, quando ouves alguém, procede a um exame, responde como se te interrogassem. O que viste? Um belo jovem ou uma bela mulher? Aplica a regra. Isto depende ou não de minha faculdade de escolher? Não. Expulsa esse pensamento. O que viste? Alguém que chora a morte de uma criança? Aplica a regra. A morte não depende de nossa faculdade de escolher. Expulsa essa idéia. (...) Se fizéssemos isso e se nos exercitássemos assim cada dia, da aurora ao anoitecer, aconteceria alguma coisa pelos deuses. E, na realidade, estupefatos, nós nos deixamos tomar pela representação, senão é somente na escola que despertamos um pouco.<sup>14</sup>

Sêneca, em *De Ira*, fala de um exercício de fortalecimento dos sentidos. Esse exercício deve cobrar da alma, de noite, uma prestação de contas daquilo que se apreendeu no decorrer do dia. Provavelmente de inspiração pitagórica, tal prática se caracteriza como exame de consciência. Não se refere a uma questão de culpabilidade, mas de um balanço diário,

---

<sup>11</sup>EPICTETO. *Disertaciones*. op. cit., p. 293.

<sup>12</sup>Idem, p. 294

<sup>13</sup>DUHOT, Jean- Joel. *Epicteto e a Sabedoria Estóica*. São Paulo: Edições Loyola, 2006, p. 154-155.

<sup>14</sup>EPICTETO. *Disertaciones*. op. cit., p. 274-275.

realizado de noite, a fim de perceber quando se está caindo em armadilhas dos falsos valores, perdendo a tranqüilidade da alma e a felicidade.

Sêneca confirma:

Todos os sentidos devem ser levados a se robustecer; eles são resistentes por natureza (...). A alma que deve ser chamada a cada dia a prestar contas. É o que fazia Sextio que, uma vez terminado o dia, tendo-se retirado para o repouso da noite, interrogava sua alma: “De que mal te curaste hoje? A que vício resististe? Em que melhoraste?” (...) O que há de mais belo do que esse hábito de perscrutar inteiramente o dia? Que sono se seguirá a esse exame de si mesmo: tranqüilo, profundo e livre, quando a alma recebeu louvor e advertência e, observador e censor secreto dela mesma, ela tomou conhecimento de seus próprios costumes. Eu faço uso desta faculdade e a cada dia defendo minha causa diante de mim mesmo. (...) Tu te deixaste ir mais longe do que deverias ao repreender aquele lá, razão pela qual não corrigiste, mas o feriste; olha, em seguida, não apenas se o que dizes é verdadeiro, mas se aquele a quem diz pode suportar a verdade. O homem de bem ama as advertências, porém, quanto pior se é, com maior dificuldade se suporta um diretor.<sup>15</sup>

Portanto podemos perceber que no estoicismo se acentua uma série de técnicas, exercícios que possibilitavam ao sujeito a apropriação do *logos*, para que mais tarde se torne uma parte de si mesma, permanente e sempre ativo na ação. Aqui podemos novamente estabelecer diferença do modelo socrático-platônico, em que a verdade era encontrada em si mesmo a partir de um exercício de reminiscência. No estoicismo as verdades que são adquiridas exteriormente, num movimento de incorporação, devem ser cada vez mais interiorizadas.

Para Paul Veyne, a filosofia antiga não existe para ser considerada verdadeira ou falsa, mas, para ser posta em prática, mudar a existência e principalmente ser profundamente assimilada por meio de exercícios de pensamento. É preciso meditar sobre os dogmas fundamentais, rememorar-los e aplicá-los no cotidiano. É necessário encontrar objetos que favoreçam o reforço das verdades adquiridas, repeti-las em silêncio, ouvi-las e pronunciá-las constantemente.<sup>16</sup>

Hadot fala ainda de um pré-exercício conhecido como *praemeditatio* que consistia num “pré-exercício” de premeditação do males, uma preparação para as experiências da vida. Nessa prática estoica, o filósofo não buscava apenas abrandar o choque da realidade, mas

---

<sup>15</sup>*De Ira*. In: SENECA. Lucius Annaeus. *Tratados filosóficos*. Buenos Aires: El Ateneo, 1952, p. 474-475. (tradução livre)

<sup>16</sup>VEYNE, Paul; DUBY, Georges. *História da vida privada: Do Império Romano ao ano mil*. São Paulo: Companhia das Letras, 1989p. 214-215.

penetrar nos princípios fundamentais do estoicismo, restaurando a paz e a tranqüilidade da alma.

Para esclarecer ele cita Filon de Alexandria:

Não se curvem sob os golpes da sorte, mas calculem o avanço dos ataques, pois, entre as coisas que acontecem sem que se queira, mesmo as mais penosas são atenuadas pela previsão, quando o pensamento nada mais encontra de inesperado nos acontecimentos, mas embota a percepção, como se se tratasse das coisas mais antigas e usadas.<sup>17</sup>

Assim, esse exercício da *praemeditatio*, faz com que o filósofo busque mais do que simplesmente apaziguar o embate com a experiência da realidade; a partir dos princípios do estoicismo, ele quer restaurar a paz interior. É necessário que o estóico tenha a consciência de que os males futuros ainda não são males, pois não estão no presente. O pensamento da morte tem por objetivo transformar radicalmente a maneira de agir do estóico, pois o fará perceber a importância do valor infinito de cada instante.

Podemos concluir, dessa forma, que há na Antiguidade, especialmente no estoicismo, um conjunto de práticas que buscam vincular a verdade ao sujeito. Trata-se de armar o sujeito de uma verdade que não conhecia e que não residia nele; são exercícios que buscam fazer a verdade apreendida, memorizada, progressivamente aplicada, num sujeito que reina soberano sobre si mesmo.<sup>18</sup> E nesse sentido, sem dúvida, a escuta é ferramenta fundamental.

### **A *Prosoché* como forma de escuta interior**

Outra prática comum ao estoicismo, especialmente nas filosofias de Marco Aurélio e Epicteto, é um *exercício de atenção* (vigilância) conhecido por *prosoché*. Hadot relembra que a *prosoché* está no cerne da filosofia estóica e diz respeito a uma forma de previsão dos males e da morte. Essa prática mantinha o filósofo constantemente consciente de si mesmo e do momento presente, tornando-se garantia de uma durável purificação e correção da intenção, não se deixando levar por uma vontade alheia à razão. O filósofo sabe escutar seu interior; está integrado diretamente com a Razão Universal e pronto para fazer a vontade dela.<sup>19</sup>

---

<sup>17</sup>FILON. *Das leis Especiais*, II, 46. In: HADOT, Pierre. *O que é filosofia antiga?* São Paulo: Edições Loyola, 1999, p. 201.

<sup>18</sup>FOUCAULT, Michel. *Resumos dos cursos do Collège de France (1970-1982)*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1997, p. 130.

<sup>19</sup>HADOT, Pierre. *O que filosofia antiga?* op. cit., p. 201.

A *prosoché* consistia numa regra de vida (*kanon*), pela qual se pretende uma atenção constante no tempo presente e uma renovação também da escolha de vida do filósofo. Lembra-nos Hadot que nessa, perspectiva, quem dedica toda sua atenção e consciência ao presente considerará que tem tudo no momento presente, no sentido de que tem, neste momento e ao mesmo tempo, o valor absoluto da existência e o valor absoluto da intenção moral.<sup>20</sup>

Em Marco Aurélio os modelos de *prosoché* são abundantes e ganham algumas variações. A primeira delas, e que mantém profunda relação com a escuta, está na preparação para suportar a própria vida. O sujeito precisa estar em constante atenção, para que quando for surpreendido, tenha sempre à mão uma resposta. Tais princípios adquiridos pela *prosoché*, o *kanon* das coisas divinas e humanas, ajudam o filósofo a realizar as atividades mais simples e cotidianas.

No capítulo III, das *Meditações*, Marco Aurélio sintetiza essa prática seguindo a metáfora médica:

Os médicos têm sempre à mão os instrumentos e ferros para os casos imprevistos; assim tenhas tu preceitos com que possas conhecer as coisas divinas e as humanas e proceder em tudo, mesmo nos mínimos atos, como quem não esquece os liames mútuos destas e daquelas; nada realizarias bem na área humana sem uma relação simultânea com a área divina e vice-versa.<sup>21</sup>

Reale relembra que a escuta interior, como o retorno para dentro de si, é característica da filosofia de Marco Aurélio, como defesa para qualquer perigo e como reabastecimento das energias para que se possa viver uma vida digna.<sup>22</sup>

Como afirma o próprio Marco Aurélio, referindo-se à necessidade dessa escuta interior:

Quando o que acontece ao redor de ti quase te obriga a turbar-se, volta logo para dentro de ti, e não percas o ritmo mais do que é necessário, porque tanto mais te tornarás senhor da harmonia quanto mais frequentemente para lá retornares.<sup>23</sup>

---

<sup>20</sup>Idem op. cit., p 278.

<sup>21</sup>AURÉLIO. Marco. *Meditações*. Coleção os Pensadores. São Paulo: Cultrix, 1973, III, 13, p. 282.

<sup>22</sup>REALE, Giovanni. *História da Filosofia Antiga IV: As Escolas da era imperial*. São Paulo: Loyola, 1994. p. 120-121.

<sup>23</sup>AURÉLIO. Marco. *Meditações*. op. cit. VI, 11, p. 284

Escutar as verdades interiorizadas, retornar constantemente a si, meditar a verdades adquiridas e refugiar-se na própria alma são os exercícios para o cuidado sobre si mesmo e defesa segura contra a própria vida.

Alguns buscam retirar-se nos campos, no mar, sobre os montes, e tu também desejas ardentemente esses lugares, habitualmente: mas tudo isso é digno de um homem vulgar e ignorante, quando queiras, podes retirar-te em ti mesmo. De fato, o homem não pode retirar-se a um lugar no qual haja tranqüilidade maior ou calma mais absoluta do que no íntimo da sua alma, especialmente aquele que tem em si idéias que, apenas com contemplá-las, logo adquire toda a paz de espírito. E por paz não entendo outra coisa senão boa ordem. Recolhe-te a ti mesmo, pois, amiúde nessa solidão e renova-te com aquelas meditações a que recorres.<sup>24</sup>

Outro exemplo da *prosoché* como preparação para adquirir um *Kanon* se encontra nos Diálogos de Epicteto.<sup>25</sup> A atenção constante e a escuta interior permanente levam o filósofo a ter sempre consigo os universais e sem eles não dormir, não levantar-se, não beber, não comer, não tratar e nem falar com os homens. Nada é dono do livre arbítrio alheio, e somente nele reside o bem e o mal.

Epicteto recomenda, por meio da *prosoché*, um controle absoluto das representações que passam por nossas mentes, especialmente aquelas que não podem ser controladas e estão ligadas às emoções, sentimentos ou a algum tipo de conduta fora da razão. Duas metáforas são utilizadas por ele para mostrar o grau de vigilância que devemos adotar: a primeira é a do guarda noturno, que não admite que algo entre no palácio sem que antes comprove sua identidade; e a segunda é a metáfora do cambista que, quando percebe que uma moeda apresenta dificuldades para ser lida, se utiliza de outros modos para saber se a moeda é verdadeira.

Foucault destaca em Epicteto alguns exercícios relacionados à importância da vigilância. Talvez o mais conhecido deles seja o designado de *caminho-memória*. O exercício consiste numa caminhada, em que o sujeito se põe a observar todas as representações que o mundo oferece. Cabe-lhe perceber o que cada uma significa, que valor tem, em que medida influenciam sua vida, ou mesmo se depende de alguma forma dela ou não. Em seguida, o sujeito deve lembrar-se de algum acontecimento recente de sua vida e depois se perguntar de que forma aquilo agiu na sua vida, se está livre dele ou não, ou mesmo que atitude tem em relação a ele no presente.

---

<sup>24</sup>Idem, IV, 3, p. 283.

<sup>25</sup>EPICTETO. *Dissertaciones*. op. cit., p. 447.

Outra variação, também importante na *prosoché*, refere-se à atenção constante ao momento presente. Marco Aurélio invariavelmente lembra a necessidade de concentrar a atenção no que se pensa nesse momento, no que é realizado nesse momento, no que acontece nesse momento, de modo que as coisas sejam vistas como elas se apresentam nesse instante, fazendo com que a ação seja direcionada para aquilo que está prestes a ser realizado, tendo a total clareza de que essa ação serve à comunidade humana, como determinado pelo destino e que o que acontece não depende de mim.

Isso é o que ele nos confirma

Em toda a parte e continuamente de ti depende dar bom acolhimento, em respeito aos deuses, às conjunturas presentes, tratar com justiça os homens presentes e esmerar-te no pensamento presente para que nada se insinue que não compreendas.<sup>26</sup>

De nada mais necessitarás: se tua opinião presente for verdadeira, se tua ação presente for útil à sociedade, se tua disposição presente for acolher de bom grado tudo o que te vem de causa exterior.<sup>27</sup>

Na consciência do eu no presente está toda possibilidade da felicidade, pois o presente permite satisfazer os desejos mais simples e mais estáveis e que proporcionam os prazeres mais duráveis. É o que nos dizem as *Meditações* III, 10

Preocupa-te apenas com estas poucas coisas e dispensa o resto. Não te esqueças de que cada um só vive o momento presente, um momento infinitamente pequeno. Fora disso, já foi vivido ou é duvidoso. Assim, de pouca coisa vive o homem. Apenas desse canto da terra onde mora. Pouca coisa, a glória póstuma, mesmo que duradoura, já que depende de criaturas miseráveis, que breve morrerão, e nem a si mesmas conhecem bem, quanto mais ao que já se foi.<sup>28</sup>

Para que o filósofo possa estar atento ao momento presente é necessário que tenha controle de seus pensamentos. Esse controle garante a aceitação com muito mais facilidade da vontade divina. A vontade divina está manifesta quando toda e qualquer ação tem como princípio fundamental o bem. O filósofo recusa-se agir se não for por este princípio. O cuidado e atenção com os pensamentos têm esse caráter moral de preparação da consciência para uma vigilância absoluta a cada instante. É o que nos lembra Marco Aurélio: “deves aceitar piedosamente o que acontece sempre e em toda parte, tratar com justiça aqueles com

---

<sup>26</sup>AURÉLIO, Marco. *Meditações*. op. cit., VII, 54, p. 303.

<sup>27</sup>AURÉLIO, Marco. *Meditações*. São Paulo: Martin Clare, 2003. IX, 6, p. 89.

<sup>28</sup>Idem, III, 10, p. 31.

quem vives e vigiar com o maior cuidado os teus pensamentos, para que nenhuma idéia má se instale em ti”.<sup>29</sup>

Uma terceira variação ainda acerca da *prosoché* encontramos a partir de Foucault, numa breve referência situada no final da aula dedicada ao tema da escuta. Trata-se da relação que se estabelece entre a “atenção” e a memorização.

Foucault começa por esclarecer o que significa na Antiguidade a *prosoché*: “O discurso filosófico deve ser escutado com toda *atenção ativa* de alguém que procura a verdade.”<sup>30</sup> Nesse ponto podemos afirmar que Foucault corrobora a idéia de Hadot. A *prosoché* seria um exercício de atenção, direcionado ao que poderíamos designar de *tò prâgma* (a coisa). Esta expressão, diz respeito a um termo filosófico muito preciso que designa a “referência da palavra”, (*Bedeutung*) isto é, o sujeito deve dirigir-se ao referente da expressão. Na prática isso significa que tal atitude exigirá que aquele que presta atenção elimine todos os pontos de vista que não são pertinentes, purificando do que é dito e do que se ouve somente o *logos*, a verdade. O *tò prâgma* refere-se à proposição verdadeira; o *logos* que deve ser apreendido como o único aspecto interessante para a escuta filosófica.

Será a partir desse ponto que Foucault retomará a importância da memorização. Cabe ao sujeito “(...) logo após ter ouvido a coisa (*tò prâgma*), sob seu aspecto, ao mesmo tempo de verdade dita e de prescrição dada, começar uma memorização.”<sup>31</sup> O exercício consiste em que logo depois da coisa ser dita, ela precisa ser recolhida e guardada, de forma que se torne algo constitutivo daquele que ouve, e principalmente que dele não escape.

É interessante notar aqui uma série de conselhos levantados por Foucault, que eram relacionados a essa prática. Alguns diziam respeito à necessidade de não se discutir aquilo que se acabou de ouvir; guardar silêncio para melhor conservar o que se ouviu e realizar um exame de consciência logo após ter ouvido “a coisa”, verificando se aquilo que se ouviu constitui como algo que possa aperfeiçoar o equipamento (*paraskeuê*) de que já se dispunha.

Dessa forma, a escuta passa a ser um elemento privilegiado. Será por ela que o sujeito poderá efetuar esse rápido olhar sobre si mesmo, a fim de perceber com se encontra sua relação com a verdade e saber se o discurso ouvido lhe permitiu aproximar-se do discurso verdadeiro e, dessa forma, fazê-lo seu, *facere suum*.

Como afirma Foucault:

---

<sup>29</sup>Ibid, p. 32

<sup>30</sup>FOUCAULT, Michel. *A Hermenêutica do Sujeito*. op. cit., p. 419.

<sup>31</sup>FOUCAULT, Michel. *A Hermenêutica do Sujeito*. op. cit., p. 421.

Em suma, trata-se de todo um trabalho de atenção, de atenção dupla e bifurcada, necessária na correta escuta filosófica. Por um lado, olhar o *prâgma* para uma significação propriamente filosófica em que a asserção vale como prescrição. Por outro lado, um olhar sobre si mesmo, olhar sobre si mesmo, em que memorizando o que se acabou de ouvir, vê-se-o incrustar-se e aos poucos fazer-se tema no interior da alma que acabou de escutar.<sup>32</sup>

Podemos concluir assim que *prosoché* e escuta mantém uma íntima relação no exercício sobre si mesmo, principalmente como forma de autovigilância, vigilância que possibilita prestar atenção à significação, ao *prâgma*, para dessa forma, guardar, por meio da memorização, a verdade adquirida e torná-la, de fato, parte do próprio sujeito.

## **Conclusão**

Em termos foucaultianos diríamos que o sujeito do cuidado de si é atravessado pela presença do outro, ao mesmo tempo em que o outro se torna condição indispensável para se pensar na possibilidade de uma escuta filosófica. O outro se apresenta como diretor de existência, como corresponde a quem se escreve e diante de quem é possível medir-se, como amigo, parente, ou mestre. O cuidado sobre si mesmo, longe de representar prática solitária ou de afastamento, corresponde anteriormente a uma prática social. Ele permite ao sujeito situar-se, a colocar-se no mundo, como cidadão desse mundo. No dossiê “Governo de si e dos outros”, Foucault esclarece: “a relação privilegiada, fundamental consigo mesmo deve permitir ao sujeito descobrir-se como membro da comunidade humana que, dos laços mais estreitos de sangue, estende-se a toda a espécie.”<sup>33</sup>

Para uma hermenêutica de si no estoicismo é fundamental a crença de que se pode, com a ajuda de um profissional, falar a verdade sobre si mesmo e de que igualmente alguém está apto a ouvir essa verdade. Cabe a esse “mestre”, geralmente alguém com maior idade e preparo, a tarefa de escutar a verdade revelada pelo discípulo. O que Foucault nos aponta é que, na Antiguidade, há certa inferioridade daquele que fala em relação àquele que escuta. Nesse sentido, podemos afirmar que a escuta é condição ontológica de um cuidado de si. Não há subjetividade e verdade sem a possibilidade de escuta.

---

<sup>32</sup>Idem. p. 422.

<sup>33</sup>Dossiê citado por Frédéric Gros, na Situação do Curso de 1982. In: FOUCAULT, Michel. *A Hermenêutica do Sujeito*. op. cit., p. 652.

**Referências bibliográficas:**

AURÉLIO, Marco. *Meditações*. Coleção os Pensadores. São Paulo: Cultrix, 1973.

AURÉLIO, Marco. *Meditações: Texto Integral*. São Paulo: Martin Clare, 2003.

DREYFUS, H. RABINOW, P. *Michel Foucault: Uma trajetória filosófica para além do estruturalismo e da Hermenêutica*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995.

DUHOT, Jean- Joel. *Epicteto e a Sabedoria Estóica*. São Paulo: Edições Loyola, 2006.

EPICTETO. *Disertaciones: por Arriano*. Madrid: Editorial Gredos, 1993.

FOUCAULT, Michel. *Resumo dos cursos do Collège de France (1970-1982)*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 1997.

FOUCAULT, Michel. *A Hermenêutica do Sujeito*. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

HADOT, Pierre. *O que é filosofia antiga?* São Paulo: Edições Loyola, 1999.

REALE, Giovanni. *História da Filosofia Antiga IV: As Escolas da era imperial*. São Paulo: Loyola, 1994.

SENECA, Lúcio Aneu. *Cartas a Lucílio*. 2ª. ed. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2004.

SENECA, Lucius Annaeus. *Tratados filosóficos*. Buenos Aires: El Ateneo, 1952.

VEYNE, Paul; DUBY, Georges. *História da vida privada: Do Império Romano ao ano mil*. São Paulo: Companhia das Letras, 1989.

VEYNE, Paul. *Sêneca y el estoicismo*. México: Fondo de Cultura Económica, 1995.

*Artigo recebido em 30/07/2009  
Aceito em 19/10/2009*