



**EMPREENDE-SE A SI MESMO E CUIDADO DE SI:
como o coaching desvirtua a filosofia estoica ao bel prazer do neoliberalismo**
**UNDERTAKE YOURSELF AND SELF CARE: how coaching distorts the stoic
philosophy to the pleasure of neoliberalism**

Rodrigo Barbosa Nascimento¹

Nilton Milanez²

Resumo

As aulas ministradas por Foucault no ano de 1982 em A Hermenêutica do sujeito, tornaram possível compreender os desdobramentos possíveis da filosofia estoica no estabelecimento da noção de sujeito e seus modos de acesso à verdade. Considerando as premissas tomadas por Foucault acerca do Epicteto, esse artigo objetiva traçar como certos fundamentos justificados a partir da noção de cuidado de si (conhecer a si mesmo, o princípio délfico etc.) foram deslocados como premissas para empreender-se a si, produzindo efeitos outros ao som do neoliberalismo, servindo a uma postura selvagem de comportamento do corpo e da atitude na vida.

Palavras-chave: Cuidado de si. Epicteto. Estoicismo. Michel Foucault. Neoliberalismo.

Abstract

The classes taught by Foucault in 1982 in The Hermeneutics of the Subject, made it possible to understand the possible consequences of the stoic philosophy in the establishment of the notion of the subject and its ways of accessing the truth. Analyzing how premises erased by Foucault about Epictetus, this article aims to outline how certain foundations are justified from the notion of “self care” (knowing oneself, the Delphic principle) they were displaced as premises to undertake oneself, producing other effects to the sound of neoliberalism, serving a savage posture of body behavior and attitude in life.

Keywords: Epictet. Neoliberalism. Michel Foucault. Stoicism. Self care.

¹Acadêmico do curso de Psicologia da Escola de Ciências da Saúde e Bem-estar da Universidade Salvador - (UNIFACS), em Feira de Santana – BA; Graduando em Filosofia pela Universidade de Brasília; Pesquisador no Laboratório de Estudos do Discurso e do Corpo - LABEDISCO/CNPq (UEFS). E-mail: nascimentolag@gmail.com.

²Professor e coordenador do Laboratório de Estudos do Discurso e do Corpo - LABEDISCO/CNPq; Professor pleno na Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). E-mail: Niltonmilanez@gmail.com.

Introdução

A partir das aulas ministradas por Foucault no ano de 1982, em *A Hermenêutica do sujeito*, tornou-se possível compreender os desdobramentos possíveis da filosofia estoica no estabelecimento da noção de sujeito e seus modos de produção de verdade. Em suas aulas, Foucault retratou como os textos de alguns filósofos estoicos foram fundamentais para a constituição desta premissa, assim como da filosofia estoica propriamente dita.

Segundo Prata (2021, p. 55), a atemporalidade do estoicismo vai além da época imperial, bem como a necessidade e a importância de seus ensinamentos para se pensar o momento em que vivemos. Contudo, afinal de contas, o que é a filosofia estoica?

De acordo com Dinucci e Prata (2021)

a filosofia estoica implica práticas disciplinares que despertam o sujeito para a urgência que é tomar as rédeas da própria vida e não se apoiar em discursos falaciosos que alienam o indivíduo de si mesmo, transformando-o em uma criatura de fácil controle e manobra. Nota-se que o pensamento estoico é voltado a viabilizar as ferramentas teóricas para que o indivíduo se torne um sujeito de práticas que o direcionem à sua própria verdade, um sujeito de si, um sujeito que se constitui continuamente, deixando o lugar de simples criatura e assumindo sua real responsabilidade para com a própria vida, para com a vida do outro e, principalmente, para com todo universo, porque ele, enquanto sujeito individual, faz parte deste universo.

Assim, a importância do estoicismo se mostra de fato presente. Entretanto, seus ensinamentos tomaram vias obscuras quando falamos do momento em que vivemos. Nesse caso, dizemos que há uma vulgarização do saber estoico por parte dos coaches e do coaching. Parte dessa vulgarização se dá pelo imbricamento do coaching em um funcionamento neoliberal, melhor dizendo, o coaching faz parte de uma das práticas de exercício do poder neoliberal, tomando poder, aqui, enquanto algo que se exerce e não aquilo que se possui.

Dito isso, considerando as premissas tomadas por Foucault acerca de Epicteto, esse artigo objetiva traçar como certos fundamentos justificados a partir da noção de cuidado de si (conhecer a si mesmo, o princípio délfico, dirigir-se a si mesmo, ocupar-se consigo próprio etc.) foram deslocados como premissas para empreender-se a si, produzindo efeitos outros ao som do neoliberalismo, servindo a uma postura selvagem de comportamento do corpo e da atitude na vida.

Com vista a atender nosso objetivo, está presente reflexão irá se estruturar da seguinte forma: 1) apresentaremos a maneira como Foucault compreendeu o cuidado de si do Alcibíades ao estoicismo de Epicteto para constituir o sujeito. Em cima disso, demarcaremos os caminhos traçados para a formação dessa ideia. 2) exporemos como a compreensão do cuidado de si em Alcibíades e Epicteto se deslocou para a noção de empreender-se a si mesmo como parte de um funcionamento neoliberal; logo em seguida, demonstrando como o coach/coaching se faz presente nessa trama.

O cuidado de si

É certo que a noção de cuidado de si apresentada por Foucault multiplicou-se em diferentes significações, bem como também foram deslocadas. Contudo, há certas demarcações que posicionam o cuidado de si enquanto fulcral para o entendimento das práticas que dele se tornam possíveis.

Segundo Foucault (2006), o cuidado de si pode-se, *a priori*, dividir em três grandes demarcações: a primeira ressalta o cuidado de si enquanto uma atitude geral, um modo de encarar as coisas, de existir e de praticar determinadas ações, assim como de se relacionar com o outro. Nesse sentido, é uma atitude “para consigo, para com os outros, para com o mundo”, diz Foucault (2006, p. 14); a segunda ressalta que é também uma maneira de atenção e olhar. Ou seja, o cuidar de si mesmo se posiciona enquanto uma conversação do olhar, uma condução que parte do exterior, dos outros, para si mesmo; e por fim, a terceira, diz Foucault:

[..] a noção de [cuidado de si] não designa simplesmente esta atitude geral ou esta forma de atenção voltada para si. Também designa sempre algumas ações, ações que são exercidas de si para consigo, ações pelas quais nos assumimos, nos modificamos, nos purificamos, nos transformamos e nos transfiguramos (FOUCAULT, 2006, pp. 14-15)

Seguindo esses parâmetros, cabe-nos, ainda, retomar de maneira descontínua o marco histórico do Alcibíades. Conforme Foucault (2006), o cuidado de si em Alcibíades se constitui sob três condições. A primeira demarca quem deve ocupar-se consigo mesmo, neste caso, alguém que por *status* estaria designado a um dia reger a cidade. A segunda condição é que o cuidado de si possui um objetivo, portanto, trata-se de ocupar-se consigo no intuito de exercer o poder destinado. Por fim, o conhecimento de si tem, então, o ocupar-se consigo como modo de conhecer-se a si.

Produz-se, no entanto, uma virada com essa tríade. Essas demarcações fazem insurgir rupturas no sujeito, adotando novas formas de cuidado si até chegar à forma de cuidado de si estoica, sobretudo em Epicteto. Inúmeras manifestações languageiras configuram essas mudanças, tais como voltar o olhar para si, examinar a si mesmo, dirigir-se ou voltar-se para si, retirar-se em si, recolher-se em si, refluir sobre si mesmo, trair-se, amputar-se, reivindicar-se a si mesmo, envergonhar-se diante de si mesmo, ser mestre de si etc. Essa série de expressões, que são modos de o sujeito se posicionar na vida, apresentam o desenvolvimento, a manifestação e o impacto do cuidado de si ao longo da história.

Em Epicteto, pode-se dizer que o cuidado de si torna-se coextensivo à vida, isto é, “o cuidado de si é uma obrigação permanente que deve durar a vida toda” (FOUCAULT, 2006, p. 108). Aqui a proposta se faz sob a perspectiva de uma vida virtuosa em direção à felicidade, marcada pela moderação e pelo bom uso dos prazeres, com uma finalidade específica de uso coletivo. O ponto de torção aqui se faz a partir do fato de que em Alcibiades é, de certa forma, uma relação de si consigo que se firma, não obstante apontando para o regimento da cidade. Conheça-te a ti mesmo é muito uma relação de si para si, não como uma arte de viver coletiva. Em Epicteto, a relação de virtuosidade é sempre de si com o outro. Logo, dominar a si e/ou estar bem consigo implica em conhecer a sua condição de existência, que tem uma relação direta com o lugar do outro. Quando se pensa em si, pensa-se em outro. Portanto, o *sujeito* em Epicteto se constitui da relação consigo, com o outro e com a verdade.

Desse modo, o marco Alcibiades e o ponto de torção em Epicteto são dois pontos-chaves que se apresentam de modo sincrônico através de uma vulgarização realizada pela prática do coaching. Pode-se dizer que essa prática vulgarizou o saber construído desde Sócrates aos estoicos, em especial, Epicteto. Nessa vulgarização, dá-se a ver uma nova forma de cuidado de si ecoado pelo neoliberalismo, que aqui chamaremos de *empreender-se a si mesmo*.

Coaching: vulgarização do empreender-se a si mesmo

A noção de empreender-se a si mesmo constrói-se focalizada em duas instâncias, o cuidado de si em Alcibiades e o ponto de torção em Epicteto. Sendo assim, a exposição aqui apresentada por nós também seguirá em dois momentos, em paralelo a

esse duplo ponto. O primeiro mais breve, enquanto ponto de partida para a formação de uma segunda problematização.

O marco histórico do Alcibiades e a noção de empreender a si mesmo

Tomando aqui, mais uma vez, o marco histórico de Alcibiades (ainda presente de maneira latente nas demais formas do cuidado de si), há de se considerar seu deslocamento para a compreensão da noção de empreender-se a si mesmo. Neste caso, em nosso entendimento, afinal, “ [...] quem deve ocupar-se consigo mesmo?” (FOUCAULT, 2006, pp. 101-102). Uma resposta possível é aquele ao qual ou através do qual o neoliberalismo se dá a ver, o sujeito neoliberal. A segunda condição se desdobra sobre o cuidado de si que possui um objetivo, portanto, trate-se de empreender a si mesmo com o intuito de atender ao modelo neoliberal, de produzir, competir. Por fim, o empreendimento de si tem, então, o empreender-se consigo como meta para conhecer-se a si.

Na primeira proposição, o sujeito neoliberal, aquele deve ocupar-se consigo mesmo, age sobre si com vista a fortalecer-se na caminhada da competição. Para isso, toma para si os movimentos de produtividade, semelhantemente a uma empresa, com seus horários e marcações rigorosamente definidos, e portanto, toma a empresa como modelo de subjetivação ou tal qual um “empresário de si mesmo” (FOUCAULT, 2008, p. 317). Sendo assim, “o novo sujeito é o homem da competição e do desempenho”, diz Dardot e Laval (2016, p. 345). E, então, o empreender-se a si mesmo toma as rédeas de um efeito para vencer financeiramente, para ser bem-sucedido enquanto se configura uma prática de si.

A segunda determinação é o objetivo do cuidado de si, neste caso, o atender a arte de governar³ neoliberal, formalizada como “ética social da empresa”, modo como nos diz Foucault (2008, p. 201), amparada em suas maneiras concretas, não obstante finais e invisíveis, de governo dos indivíduos; é, em suma, também a correspondência ao modelo neoliberal de produção e competição. Cabe ainda acrescentar aqui, que no caso em questão, ao tomarmos a perspectiva de um modelo neoliberal presume-se, também, que o neoliberalismo não é apenas uma filosofia da liberdade e do mercado, é,

³ Considerar o neoliberalismo como uma arte de governo modificou decisivamente o quadro da teoria da ideologia para a orientação prática do neoliberalismo como forma de governamentalidade. Em outras palavras, o neoliberalismo se torna uma forma de estadismo (DEAN; ZAMORA, 2021, p. 27).

a saber, uma doutrina ou conjunto de doutrinas, preocupadas com uma “prática centrada no exercício da soberania política” (DEAN; ZAMORA, 2021, p. 27).

Retomando, de acordo com Dardot e Laval (2016, p. 198)

Cada sujeito foi levado a conceber-se e comportar-se, em todas as dimensões de sua vida, como um capital que devia valorizar-se: estudos universitários pagos, constituição de uma poupança individual para a aposentadoria, compra da casa própria e investimentos de longo prazo em títulos da bolsa são aspectos dessa ‘capitalização da vida individual

Trata-se, portanto, de ocupar consigo mesmo (empreender-se a si mesmo) para cumprir os requisitos necessários do perfeccionismo maquinário – e imaginário – do sujeito neoliberal, a fim de encontrar as melhoras do sujeito se gerenciar dentro do mercado. Há, na relação desses dois casos, um movimento que se dá do “eu” enquanto objeto de cuidado, ou melhor, de empreendimento, e o modelo neoliberal enquanto finalidade. Logo, o eu está apenas em sentido figurado. E assim, o modelo neoliberal mediatiza a relação de si para consigo, na lógica do empreender-se, deslocando as proposições do estoicismo a fim de atender especificamente a lógica neoliberal, atribuindo sentidos econômicos, como lugar de força, habilidade, competitividade e atuação profissional em fricção com a noção de vencer na vida sendo o chefe de seu próprio negócio em um sistema do mercado.

O empreender-se a si mesmo em sua máxima

O empreende-se a si mesmo em sua máxima traça pontos de torsão significativos. Aqui, tomamos também, para além dos primeiros dois pontos do Alcibíades, a sua terceira demarcação e a virada de raciocínio ocasionada a partir do Século I e II, em Epicteto, o cuidado de si enquanto prática coextensiva da vida. Nesse caso, o empreender-se a si mesmo enquanto prática coextensiva da vida, no que ao sujeito e sua prática de si.

Conforme nos diz Lagasnerie (2013), a conjuntura neoliberal objetiva inserir o máximo de realidades na esfera de um contexto de mercado. Assim sendo, os mecanismos concorrenciais e de produção não devem circunscrever apenas a determinados setores; devem, então, ser dispersados globalmente, estendidos a toda a sociedade, para desenhar a sua função de regular da maneira mais ampla possível nos diversos setores da sociedade.

Ainda nessa explicação, o que há de se compreender nessa sociedade? Se a inserção do máximo de realidades se dá em um contexto de mercado, existe também, a máxima de uma sociedade, em seu todo, “submetida à dinâmica concorrencial” (FOUCAULT, 2008, p. 201). Assim, esta seria totalmente organizada pelo livre jogo das forças econômicas (LAVAL, 2020), em que a norma sobre os indivíduos não se impõe de maneira necessariamente verticalizada ou externa ao funcionamento, mas sempre de dentro, através da produção de ações sobre o meio que demarquem e proporcionem uma forma de movimento de evolução do indivíduo sempre em consonância com as regras que regem esse meio.

Desta forma, têm-se, em suma, que a arte neoliberal de governar tem como característica essencial a extensão da concorrência como norma de conduta e da empresa como modelo de subjetivação (DARDOT; LAVAL, 2016). É nesses pontos que se dá a ver o *empreender-se a si mesmo*, roubado da filosofia estoica, extorquindo sentidos e apropriações forçadas a serem reconhecidas hoje como força de trabalho, sucesso econômico por meio de uma batalha romana no mercado. O que observamos a partir da prática do coaching é uma consolidação do modelo neoliberal em toda sua extensão em coexistência com a noção de *empreender-se a si mesmo*, violentada em seu bojo não mais como modo de vida, mas como forma de conquista social. O coaching na exarcebação do padrão neoliberal desvirtua a virtude, encalacrando-a no lugar que o neoliberalismo quer: a consonância com as regras que regem o meio sócio-econômico, tirando o sujeito de seu centro e reduzindo ao valor de mercado, exortando-o também do discurso verdadeiro sobre uma prática de si para formatar um sistema de mercado feroz e voraz. Nessa trama, ao mesmo tempo em que se constitui um movimento de extensão própria do neoliberalismo, constrói-se sobre ele (ou até mesmo antes dele) um cuidado de si eminentemente desfigurado.

Pensando essa desconfiguração, bem como as ‘as regras que regem o meio’ podemos pensar, em deslocamento, como a proposta de Gary Becker acerca da “abordagem econômica do comportamento humano”, apresentada por Lagasnerie (2013, p. 154), fixa esse outro lugar para o *empreender-se a si mesmo*. Nesta, uma abordagem central é permeada pelo antipsicologismo⁴, isto é, o rompimento com a explicação do

⁴ O funcionamento da lógica de poder na sociedade estava intrínseca ao surgimento e propagação da função psicológica acompanhada de seus campos, como a psiquiatria, psicologia e a psicanálise (LAGASNERIE, 2013). Assim, nesse caso, demarcaria uma suposta mudança no raciocínio.

comportamento humano que via de regra invocavam gostos, inclinações morais, psicologia, cultura etc. Posto isso, emerge o pressuposto que os indivíduos são iguais e possuem gostos e aversões comparáveis e, portanto, abandonará tais explicações do comportamento.

Assim, produz-se não apenas a possibilidade de um comparativo eficaz, mas também uma racionalidade soberana; logo, qualquer ato é uma escolha sob medida da balança de *Themis*, a deusa da justiça. Aqui, instaura-se, portanto, a possibilidade de se pensar corpos redigidos em um segmento único coextensivos à vida. O empreender-se a si mesmo se estabelece sob um tipo de governamentalidade que controla biopoliticamente a produtividade dos corpos, por ora sinônimo de sucesso (positividade), já para aqueles que ‘escolhem não realizar’, sinônimo de fracasso (negatividade). Temos aqui a meritocracia clássica.

Ao ponto que o empreender-se a si mesmo tornar-se uma forma disciplinar e de controle do sujeito econômico, há de prestar atenção na emergência de certas práticas que propagam, regulam, se fundamentam e agem na manutenção de todo o funcionamento do coaching. O coaching enquanto violência ao princípio délfico emboca em direção ao vencer na vida a qualquer custo, vendendo (e nesse caso vender expressa bem o raciocínio) a sua tese, como quem diz “Você já investiu em ações hoje?” ou “Não fique triste, busque o sucesso”. O coach se vincula, é claro, às redes sociais, propagando-se e fazendo circular tais premissas tal como um vírus. A efeito de analogia, como o vírus da Covid-19, altamente transmissível, perigoso, causando efeitos gravíssimos,

[...] tão destrutiva quanto a violência da negatividade é a violência da positividade. A psicopolítica neoliberal com a indústria da consciência, destrói a alma humana, que é tudo menos uma máquina positiva. O sujeito do regime neoliberal perece com o imperativo da otimização de si, ou seja, ele morre de obrigação de produzir cada vez mais desempenho. A cura se torna assassinato (HAN, 2018, p. 48).

O coach e o coaching proporcionam, de alguma maneira, a coextensão atual do empreender-se a si mesmo. A proposta de Becker demonstrada por Lagasnerie anteriormente tece a respeito de uma uniformização do corpo⁵ e do indivíduo, no entanto, há algo pertinente a se considerar quando o caso é o coach/coaching. Essa uniformização costumeiramente também pode ser entendida como uma espécie de

⁵ Permito-me ressaltar e acrescentar que a noção de corpo por ora aqui empregada ao longo o texto faz jus aos estudos e aprofundamentos realizados por Milanez (2007, 2015).

homogeneidade psicológica universal que aparece apenas estrategicamente. Isto, é claro, porque podemos afirmar com toda ou quase total certeza que o “regime neoliberal [...] explora a *psique* (HAN, p. 35, grifo do autor).

Portanto, podemos dizer que no agir do coach e no movimento de cuidado de si o foco é dado apenas ao sofrimento que possa ser explorado em favor da otimização. Dito isso, o empreender-se a si mesmo também constitui um movimento de si em favor do regime neoliberal. No Alcibiades o terceiro ponto confere um estatuto de individualidade possível: o cuidado de si é conhecer-se. Em nosso caso, o empreender-se a si mesmo também enquanto possibilidade de conhecimento de si demarca a constituição totalizada do modelo neoliberal sobre o indivíduo, em que ele apenas se conhece na medida que empreende, isto é, constitui-se uma desfiguração do eu e do corpo no movimento de si. Sendo assim, a hipótese de uma impossibilidade de conhecimento de si desvinculada de um modelo neoliberal pode ser pensada.

Considerações finais

Pensar a atualidade como um diagnóstico do presente é a prática e exercício de compreender os movimentos da filosofia e suas apropriações ao avesso, constituindo a filigrana da nossa história de hoje. O coaching em sua prática se apropria de maneira eminentemente vulgarizada das formas de cuidado de si desde Alcibiades a Epicteto. Os desdobramentos e retornos que aparecem em meio a isso registram não apenas os caminhos obscuros da apropriação desfalcada de certas filosofias de vida. Sabemos bem que essa prática de deslocamento de se viver os modos de vida propostos no estoicismo não é exclusividade de hoje para o funcionamento do coaching. O próprio cristianismo tomou o estoicismo como base no centro de técnicas de controle dos sujeitos, por meio da confissão, instaurando a soberania e a disciplina sobre o sujeito do desejo e seus prazeres. Em afinidade, essa desconfiguração da proposta de um modo de vida estoico se torna imprescindível para observarmos, atestarmos e produzirmos intervenções sobre práticas que enquadram, assujeitam e constroem os sujeitos, fugindo ao exercício de uma prática do sujeito sobre si mesmo, o si político que o gere e que lhe abre vias para práticas libertárias. Teremos, de todo modo, que estarmos atentos às maneiras que os modos de produção e suas exigências funcionam, podendo, então, identificar os focos que atravessam e atravancam a libertação do sujeito em direção a si, quando encontre a barreira do governo aterrador do outro.

Referências

DARDOT, Pierre; LAVAL, Christian. **A nova razão do mundo**: ensaio sobre a sociedade neoliberal. São Paulo: Boitempo, 2016.

DEAN, Mitchell; ZAMORA, Daniel. **The Last Man Takes LSD**: Foucault and the End of Revolution. London: Verso, 2021.

DINUCCI, Aldo; PRATA, Vilmar. **Estoicismo não é Autoajuda**. Coluna ANPOF, 2021.

FOUCAULT, Michel. **Nascimento da biopolítica**: curso dado no Collège de France (1978-1979). Trad. Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

FOUCAULT, Michel. **A Hermenêutica do sujeito**. Tradução Márcio Aves da Fonseca. Salma Tannus Muchail. 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica** – O neoliberalismo e as novas técnicas de poder. Tradução de Maurício Liesen. Belo Horizonte: Editora Âyiné, 2018.

LAGASNERIE, Geoffroy de. **A última lição de Michel Foucault**. Trad. André Telles. São Paulo: Três Estrelas, 2013.

LAVAL, Christian. **Foucault, Bourdieu e a questão neoliberal**. Trad. Marcia Pereira Cunha. São Paulo: Elefante, 2020.

MILANEZ, Nilton. Os sintomas do discurso: sujeito, corpo e clínica na mídia. **Revista da ESPM**, v.4, p. 49-64, 2007.

MILANEZ, Nilton. Materialidades da ansiedade corpo e retorno a si em filmes de fadas (2010-2015). In: Giovanna G. Benedetto Flores; Nádia Régia Maffi Neckel; Solange Maria Leda Gallo. (Org.). **Análise de Discurso em Rede**: Cultura e Mídia. 1ed. Campinas, SP: Pontes Editores, 2015, v. 1, p. 233-257.

PRATA, Vilmar. Apêndice 5: Fortaleza e Resistência no Estoicismo. In: DINUCCI, Aldo (org). **Coragem sob fogo**: Testando as doutrinas de Epicteto em um Laboratório Comportamental Humano. Aracaju: infographics, 2021.