



Práticas de escrita acadêmica e escrita de si helenística

Academic Writing Tools and the Hellenistic Writing of the Self

Marcus Reis Pinheiro

Universidade Federal Fluminense (UFF) | Niterói | RJ | BR

neoplatonismo@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3502-5868>

Resumo: Neste texto, procuro descrever algumas técnicas de pesquisa por meio de *escritas prévias* (fichamentos, diários de pesquisa, escrita livre etc.) e correlacioná-las ao que Foucault (2012) chama de *escrita de si*. A ideia geral do texto é que certas práticas de escrita acadêmica, especialmente aquelas que visam tanto a preparação e a lapidação da pesquisa em andamento quanto o aprimoramento do próprio ato de pesquisar, podem ser pensadas à luz das práticas de escrita típicas dos exercícios espirituais da filosofia helenística como os *hypomnemata* e as cartas. Para tanto, em um primeiro momento, como uma introdução e justificativa, levanto certos argumentos defendendo o cultivo de uma vida interior nas práticas de pesquisa, apontando para a bibliografia relevante sobre o assunto; depois, analiso o que chamo de *escritas prévias* como formas deste cultivo interior nas diversas práticas de pesquisa contemporâneas. Por fim, descrevo algumas escritas de si helenísticas, como os *hypomnemata* e as cartas, como eram pensadas e executadas pelos estoicos, epicuristas e outras escolas filosóficas helenísticas.

Palavras-chave: escrita acadêmica; escrita de si; Foucault; estoicismo.

Abstract: In this paper, my aim is to explore research techniques by drawing on previous writing methods such as notetaking, research diaries, and free writing, and to connect them with Foucault's (2012) concept of *self-writing*. The central thesis of this paper is that certain academic writing practices, which are focused on both preparing and shaping ongoing research and on the act of researching, are analogous to spiritual exercises of Hellenistic philosophy, such as *hypomnemata* and letters. To begin, I will provide an introduction and justification for cultivating an inner life in research practices, citing relevant literature. Next, I will analyze how contemporary research practices can be seen as forms of inner cultivation, specifically through the lens of previous writings. Finally, I will describe some Hellenistic self-writings, including *hypomnemata* and letters, as conceived and performed by Stoics, Epicureans, and other philosophical schools of the time.

Keywords: academic writing; self-writing; Foucault; stoicism.

Introdução

Este artigo se propõe como um capítulo de uma ampla defesa da necessidade e legitimidade de práticas acadêmicas que permitam ao pesquisador cultivar um espaço de interioridade nas diversas etapas das práticas de pesquisa. Este artigo faz algumas relações entre práticas de escritas acadêmicas e o que Foucault chama de *escrita de si* na filosofia helenística. É bem sabido que a filosofia antiga e em especial a filosofia helenística – como o estoicismo e os epicurismo – era composta por um conjunto de exercícios que visavam o aprimoramento ético do sujeito que filosofava. Um destes exercícios era a escrita de si em que o filósofo utilizava técnicas específicas de escrita para realizar esse aprimoramento de si. Por outro lado, certas práticas acadêmicas que se preocupam com o próprio processo de pesquisar têm certas características que as aproximam desta escrita de si, pois elas também visam um aprimoramento do pesquisador e do que ele pesquisa. Certas práticas de pré-escritas, como as chama Robson Cruz (2020), realizam tanto uma clarificação dos processos pelos quais o pesquisador passa enquanto pesquisa quanto buscam fazer pensar sobre a própria pesquisa que se realiza. O que aqui chamo de escritas prévias podem ser pensadas como meta-escritas, isto é, escritas que visam pensar e esclarecer a própria escrita que se quer realizar.

Em uma primeira parte, depois de uma rápida justificativa, este artigo apresenta algumas técnicas de escritas prévias – como a escrita livre, os fichamentos e o diário de pesquisa – em que são ressaltados aspectos deste cultivo de um diálogo interior, o cultivo de uma interioridade no processo da escrita que é útil tanto para o bem-estar e a motivação do pesquisador quanto para o próprio avanço da pesquisa em si. Nessa primeira parte, busca-se chamar atenção para como certas práticas acadêmicas que cuidam do processo de pesquisar elaboram (meta-)escritas que visam não uma publicação, mas procuram clarificar o próprio processo de pesquisar levando em conta o pesquisador que a realiza, fazendo, então, que este seja um *pesquisador implicado*.

Na segunda parte do artigo, apresenta-se, então, a técnica da escrita de si no helenismo, especialmente baseada nos *hypomnemata* – espécie de anotações pessoais antigas – e as cartas típicas das filosofias helenísticas, como as de Sêneca. Essa segunda parte ressalta três aspectos centrais da

escrita que parecem mostrar certas ressonâncias com as escritas prévias acadêmicas: 1) a escrita de si é eminentemente uma escrita instrumental, isto é, ela não visa apenas relatar um estado de coisas para alguém que a lerá no futuro, mas ela é utilizada como um instrumento para transformar aquele que escreve, sendo que sua função não é efetivada *depois* do ato da escrita, mas de modo *sincrônico* a esta; 2) ela é *etopoiética*, isto é, ela visa a criação de um *ethos*, do caráter daquele que escreve, no sentido em que ela inscreve um *discurso*, um *logos*, na alma daquele que escreve, e 3) ela produz uma clarificação do próprio sujeito que escreve, deixando explícito suas dificuldades e desafios para realmente viver os dogmas da escola ao qual pertence. Neste aspecto, descreverei brevemente como Atanásio descreve a prática da escrita de si incentivada por Antão do deserto, como uma forma de vencer seus piores demônios.

Primeira parte: práticas de pesquisa e escritas prévias

Já se tornou uma obviedade para o mundo contemporâneo a relação estreita entre a vida universitária e certo sofrimento pessoal¹. A maioria dos que participam de alguma maneira da universidade e suas atividades percebem certo grau, maior ou menor, de infelicidade e sofrimento². Esta constatação, no entanto, não parece levar, na mesma

¹ Quero agradecer a oportunidade de apresentar as ideias contidas neste artigo em um evento no departamento de Letras na UFJF, a pedido do professor André Monteiro. Naquela oportunidade, fui questionado sobre a verdade do sofrimento acadêmico. Vale indicar, de qualquer modo, alguns dados de pesquisa nessa área. Sobre o tema no Brasil, ver: XAVIER, A.; NUNES, A. I. B. L.; SANTOS, M. S. Subjetividade e sofrimento psíquico na formação do sujeito na universidade. *Revista Mal-estar e Subjetividade*, Fortaleza, v. 8, n. 2, p. 427-451, jun. 2008. E sobre o impacto da época da pandemia de Covid 19, ver: LIRA, M. V. de A. *et al.* Sofrimento mental e desempenho acadêmico em estudantes de psicologia em Sergipe. *Research, Society and Development*, [s. l.], v. 10, n. 10, e483101019172, 2021. ISSN 2525-3409. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.19172>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/19172>. Acesso em: 30 maio 2023.

² Para uma boa revisão bibliográfica, ver Bastos, Maia, Oliveira, Ferreira (2018, p. 6). Neste, encontramos o seguinte: “Castro (2012) afirma que de acordo com o relatório FONAPRACE (2004), que indica o perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das universidades federais brasileiras, em sua amostra 79,8% relataram ter passado por dificuldades emocionais no decorrer do curso. A ansiedade foi a dificuldade

proporção, a procedimentos institucionais que minimizem esse sofrimento e até mesmo abram espaço para se buscar uma vida saudável e satisfatória no percurso da vida acadêmica. Não seria necessário congregare esforços consideráveis, implicando nosso tempo e disponibilidade intelectual, para buscar sanar a dor e, com isso, levar a sério também o vínculo entre vida acadêmica e felicidade pessoal? Dentre as diversas práticas institucionais possíveis, o objetivo deste artigo é mais teórico, e busca congregare o próprio ato de pesquisar a uma dimensão de realização pessoal. Poder-se-ia dizer que este artigo busca aprofundar a relação entre as diversas dimensões da vida pessoal e das práticas acadêmicas, fazendo referência ao modo como a filosofia era praticada na Antiguidade. Gostaria de nomear essa tentativa de realçar os vínculos entre vida pessoal e práticas acadêmicas de *criação e manutenção de uma interioridade na vida acadêmica*. Trata-se da liberdade para criar e manter um espaço subjetivo de autorreflexão, em que o acadêmico seja estimulado a exercer livremente certo diálogo consigo mesmo de modo claro e frutífero e, especialmente, respaldado pela sociedade acadêmica. Gostaria, assim, de apresentar uma defesa para a criação de práticas acadêmicas que visam estimular o cultivo de certa “interioridade” na vida acadêmica, ou “vida interior acadêmica”.

Muito do treinamento acadêmico, nos diversos processos de letramento universitário, por vezes impensado e pouco pesquisado, passa por um distanciamento das inclinações pessoais e dos anseios existenciais de cada pesquisador para se conquistar certa objetividade científica e falsificável. No entanto, acredito que a radicalização desta separação entre vida pessoal e produção acadêmica, especialmente na área de Ciências Humanas, seja uma das causas para o sofrimento acadêmico. Os elementos que aumentam a motivação nas pesquisas estão vinculados a temas pessoais e à eliminação destes, por sua vez, pode

emocional mais indicada pelos estudantes (58,36%). Do total dos estudantes pesquisados, 30,45% já haviam procurado algum tipo de atendimento psicológico. Outro relatório utilizado o Levantamento Nacional sobre o uso de álcool, tabaco e outras drogas cita que entre universitários das 27 capitais brasileiras, os sintomas de ‘sofrimento psicológico’ mais citados nos últimos 30 dias foram o ‘nervosismo’ e ‘agitação’”.

até impedir o desenvolvimento das próprias pesquisas³. Neste sentido, gostaria de sublinhar a importância de um cultivo de certa interioridade, de certa vitalidade existencial nas diversas etapas da prática acadêmica, visando, em um primeiro momento, a saúde e a felicidade dos membros da comunidade acadêmica, mas também a tão almejada produtividade e a qualidade dos textos produzidos.

Este trabalho se insere em uma preocupação já com alguma história nas publicações sobre metodologia no Brasil. Manzi Filho (2016) faz uma boa recapitulação da discussão no início de seu artigo e aponta para novas possibilidades, assim como o artigo de Rezende (2019) indica ainda outras discussões. O artigo principal me parece ser o de Porchat (1999) célebre aluno de Goldschmidt que faz uma reavaliação da formação de filósofos no Brasil, da qual ele mesmo faz parte. Goldschmidt (1963) e Gueroult (2007), autores muito influentes na forma como a filosofia se instaurou no Brasil, apresentam uma metodologia que de acordo com Porchat é excelente para se formar historiadores da filosofia e não necessariamente filósofos. Trata-se de uma metodologia que desenvolve as habilidades de interpretar textos em que se busca extrair com o máximo de objetividade as características internas do próprio texto escrito. O objetivo principal é reconstruir de forma clara e sistemática os próprios passos argumentativos do texto analisado, buscando suspender de forma metódica os próprios (pré-)julgamentos sobre o texto e o assunto. A necessidade de se colocar de lado as próprias intensões, anseios e visão de mundo, próprios ao leitor, vale sublinhar, se faz importante, pois se trata essencialmente de buscar uma abertura ao outro, uma abertura para primeiro entender o próprio texto e assim poder entrar em diálogo com a tradição e, obviamente, aprender com ela.

Sem o cuidado com o texto original, sem o saudável “abrir mão de si” na leitura dos textos, o pesquisador periga ficar em um solipsismo

³ Moura (2012, p. 6) vai dizer: “Quanto à motivação para pesquisar, Meadows (1999) constata que a força propulsora deve ser interna. [...] A motivação é considerada de âmbito interno e individual, inerente a cada ser humano e tem relação com sua história de vida, sua vivência social, seus princípios e desejos, ao sentido que dá para a vida e o mundo. O ânimo de estudar determinado fato ou situação requer força motivadora inabalável, pois na pesquisa os erros podem incorrer diversas vezes até que se encontre o resultado possível, sendo que muitas vezes, não é o desejado ou esperado”.

narcisista em que não ocorre propriamente um diálogo, mas um discursar sozinho sobre suas próprias opiniões sobre o tema estudado. Há um estudo objetivo a ser feito e este necessita da suspensão do julgamento prévio do pesquisador. No entanto, e agora entro propriamente na relevância do texto do Porchat que se alinha com minha própria preocupação, a análise textual objetiva e precisa não necessita de ser feita à revelia ou em contraposição às preocupações pessoais ou hodiernas. A vida interior do pesquisador, seus anseios particulares, sua história pessoal inserida na sociedade em que vive e que o levou a se interessar pelo tema podem e devem estar em jogo ao se analisar um texto para a produção de pesquisas consistentes, inovadoras e importantes para o cenário nacional e contemporâneo.

A dimensão subjetiva do pesquisador, tanto a psicológica quanto a que tem repercussões social e material, é também elemento a ser levado em conta no processo de pesquisa, e não precisa ser alijado como inimigo daquele que busca objetividade com a leitura acadêmica. Este aspecto da interioridade, como gostaria de nomeá-lo, me parece essencial nas práticas filosóficas da Antiguidade que se congregavam em torno de exercícios espirituais. Ser filósofo na Antiguidade era acima de tudo cuidar de si mesmo, como nos apontam o trabalho final de Foucault e toda a obra de Hadot, como será visto.

Tipos de prática de pesquisa e tipos de escritas prévias

Os textos que aqui me interessam podem ser chamados de *textos prévios*, isto é, textos que auxiliam o pesquisador a produzir sua pesquisa e, eventualmente, seu texto final. Poderia chamá-los também de meta-textos, na medida em que são textos mais da ordem do privado, que buscam explicitar e encaminhar aquilo que virá a ser escrito eventualmente para um grande público. Esses textos ajudam a descobrir facetas do conteúdo da pesquisa a ser realizada, mas não visam, ainda, uma publicação propriamente dita. Os textos prévios, como proponho chamá-los, são textos instrumentais, são textos que servem como ferramentas para pesquisar e escrever. São textos que além de auxiliarem na preparação do produto final, eles mesmos são o meio pelo qual diversos elementos ou etapas das práticas acadêmicas são realizadas. Vale ressaltar, caso ainda não tenha ficado claro, que meus interesses aqui

não são tanto na efetiva produção do resultado final de um processo de pesquisa, mas pelo *processo* da escrita e da pesquisa. Assim, a etapa de revisão dos esboços e a formatação final não está de modo central dentro do meu escopo de trabalho no presente texto. Estou mais preocupado com as peculiaridades do *processo* da pesquisa, do caminho percorrido até alcançar alguma conclusão⁴.

De início, gostaria de elencar pelo menos quatro tipos de textos prévios, como veremos. Neste bloco de meu artigo, procuro indicar de modo sumário estes textos para então, ao tratar mais detidamente dos exercícios de si e de escrita na Antiguidade Tardia, fazer a correlação. Os quatro tipos de textos prévios podem ser nomeados como (1) *fichamentos*, (2) *escrita livre*, (3) *pré-escrita* e (4) *diário de pesquisa*. Os nomes de cada um deles são mais ou menos autoexplicativos, mas cada um ganha sutilezas e subgrupos em que suas funções e especificidades podem ser delineadas. Acredito que tanto o fichamento como o diário de pesquisa são minimamente claros em seu sentido geral, mas vale um esclarecimento para o que entendo por escrita livre e pré-escrita. Ambos os conceitos estão atrelados a Peter Elbow (1998), um dos maiores pesquisadores de técnicas de escrita. A escrita livre, como o próprio nome diz, não tem, a princípio, absolutamente nenhum direcionamento prévio que a guie ou que a ordene ou avalie, pelo menos em um primeiro momento. Trata-se da técnica de treinamento de uma escrita fluida. Ela é, a bem da verdade, a técnica básica para os outros tipos de escrita prévia e para a obra de Elbow. Nela, temos um elemento central das escritas prévias que é a diminuição de crítica e encorajamento da experimentação, de uma primeira liberdade de ideias para se permitir conexões ainda não pensadas. Pela escrita livre, o pesquisador se libera de toda prévia determinação do que seria o correto de escrever e se torna como que um espectador do que virá a sair do seu jorro de escrita. A técnica básica, de acordo com

⁴ Um autor importante que dialoga com meu trabalho é C. Wright Mills, que se preocupa com o modo de vida do pesquisador para obtenção de um bom trabalho acadêmico. Mills (2009) apresenta tanto a ideia de fichamentos (chamado de *arquivo*) quanto a de diário de pesquisa como os gêneros literários em que pesquisa e vida pessoal se interlaçam, fundamentais para a *imaginação sociológica* concordando, assim, com as linhas mestras desta pesquisa.

Elbow, é programar um determinado tempo, curto, de uns 10-15 minutos e sua única regra é não parar de escrever, registrar tudo aquilo que vier da própria cabeça. Toda ideia de Elbow para liberar a escrita é, como dissemos, diminuir a força do *escritor crítico* e aumentar a liberdade do *escritor criativo*, supondo que todos temos dentro de nós os dois tipos de escritores. O conceito que guia a escolha pela escrita livre como técnica fundamental das escritas prévias é que na redação primeiro se deve errar, experimentar, ensaiar, para então se voltar sobre o que se fez e passar a lapidar, rearrumar, conformar, enfim, revisar.

Já a pré-escrita se direciona mais especificamente para a produção do próprio texto que se almeja escrever, mas sem ainda se preocupar com a correção do que se escreve, tanto no nível gramatical e sintático quanto no nível argumentativo. A ideia principal é deixar algum nível de fluidez do pensamento para que o nível discursivo dos argumentos não seja interrompido, para se seguir o que se almeja descrever em um primeiro rascunho, em uma primeira aproximação. O importante de destacar é que, ao escrever, o próprio autor de alguma maneira apenas observa e acompanha aquilo que está surgindo e vindo a ser escrito, como um espaço de permissão ao erro. A diferença da escrita livre e da pré-escrita é que a primeira é radicalmente livre até mesmo em seu tema e seu fluxo de ideias, já a pré-escrita tem a intensão de relatar algum fato, enfim, de produzir efetivamente um texto acadêmico, mas não ainda em seu formato final e técnico. Trata-se de um tipo de escrita livre, mas não tão livre assim, já minimamente direcionada a realização de uma tarefa específica. Assim, a pré-escrita é uma forma de escrita livre mais direcionada.

Um dos grandes perigos que tanto Peter Elbow quanto Robson Cruz (2020) salientam para quem sofre de bloqueios da escrita está em querer escrever um texto a ser publicado sem passar antes por escritas prévias, por escritas ensaísticas, por escritas que tenham o caráter de serem investigações livres sobre aquilo que se quer escrever. Elbow chega a nomear a escrita que procura escrever “certo” já na primeira tentativa de “dangerous method” (‘método perigoso’). Elbow afirma que deve ser incentivado ao escritor a possibilidade de errar primeiro antes de acertar. Neste sentido, em todas essas escritas prévias, há uma liberdade e uma intimidade fundamental entre o autor e o texto, para que o ato da escrita

não se torne um peso repleto de críticas antes mesmo de iniciar, para que o ato de escrever possa ser da ordem do experimental, que congregue criatividade e possa ser da ordem de algo agradável, como uma conversa entre amigos. Ao se separar, dentro do próprio escritor, seu lado crítico e seu lado criativo, proporciona-se uma experiência psicológica que permite ao escritor se lançar na aventura de descobrir o que irá escrever enquanto escreve e não antes. Há aqui um mote geral para as práticas de pesquisa possibilitadas por estas escritas prévias: permitir-se o erro antes de tentar acertar.

Assim, os quatro tipos de escritas prévias proporcionam claramente esta possibilidade para o escritor: experimentar-se, deixar-se vagar pelos pensamentos, permitir-se o erro sem querer de início acertar. Este aspecto experimental doa para a escrita um traço de descoberta daquilo que se deseja pesquisar e do próprio processo de pesquisa da pessoa que pesquisa. Assim, neles, há aspectos de trabalho sobre si, um si que representa tanto o pesquisador quanto a pesquisa realizada. Trata-se de uma escrita que é um método de pesquisa e não o resultado da pesquisa. Neste sentido, deve-se salientar o seu aspecto de performance, o seu aspecto de atividade, isto é, o fato de estar realizando alguma coisa ao escrever e não apenas relatando o que já foi encontrado.

Convoco meus leitores, de início, ao ato da leitura e aos fichamentos. Em primeiro lugar, deve ficar claro que o ato da leitura é levado a cabo, especialmente no âmbito acadêmico, sempre em concomitância a algum nível de escrita. Trata-se de uma “escrita-leitura”, uma escrita que serve como um aspecto, um âmbito próprio da leitura. Existe uma gama de “escritas” que são desta ordem, um tipo de escrita que é da ordem do esforço de compreensão do texto lido, um texto que é produzido visando a compreensão do que se lê. Assim, tanto anotar sobre o texto ao se ler, sublinhando, colocando pequenos títulos às margens, indicando referências e entrecruzamentos de ideias e textos quanto também fazer anotações em fichas, todos esses são atos fundamentais na prática da leitura acadêmica, que se quer profunda e reflexiva. Existem muitas formas de fichamento⁵ e se trata de um gênero textual particular

⁵ Para uma exposição mais detalhada dos tipos de fichamentos e suas funções, ver: SACRINI, M. *Leitura e escrita de textos argumentativos*. São Paulo: Edusp, 2022. v. 1.

por excelência, sem um padrão que lhe exija algum tipo de formalidade para além da sua função pessoal que é auxiliar na compreensão e na retenção do que é lido.

Ao tratar do *diário de pesquisa*, toca-se em um tema muito amplo que congrega diversos estudos sobre a relação do pesquisador com sua pesquisa, pesquisador este que sempre está inserido em sua sociedade e instituição, elementos que possibilitam e configuram essa pesquisa. Sobre a importância do diário de pesquisa e suas repercussões no processo de descoberta e desenvolvimento da própria pesquisa, aborda-se um campo de estudos amplo em que a análise institucional⁶ tem um papel importante. Junto a ela, há os temas da pesquisa implicada que remetem para a pesquisa narrativa, todos estes temas se relacionando com a vida do pesquisador enquanto pesquisa, possibilitando, assim, a *implicação do pesquisador naquilo que é pesquisado*, pelo menos no modo como é pesquisado.

De acordo com os autores que consultei, podemos afirmar em linhas gerais que a implicação do pesquisador no objeto pesquisado incide especialmente em dois âmbitos: libidinal, em que os aspectos psicológicos, isto é, pulsionais, motivacionais etc. estão em jogo; e institucional, em que aspectos socioeconômicos estão presentes, como a posição social do pesquisador, seu status e pertencimento social, sua ideologia, etc. Nestas pesquisas, os autores estão muito preocupados com a vida do sujeito que pesquisa e as várias formas em que ele tem de escrever e contar para si e para seus colegas o que lhe acontece enquanto pesquisa.

Um artigo particularmente importante para o presente texto é o de Faust (1998), inserido no contexto destas pesquisas mencionadas. Este artigo trabalha algo bem similar ao que pretendo trabalhar aqui, isto é, pensar as relações entre a escrita de si na Antiguidade e as práticas de pesquisa acadêmicas que se preocupam com as condições sociais e

⁶ O texto fundante da análise institucional é *A análise institucional*, de René Lourau, traduzido para o português por Mariano Ferreira e publicado pela Editora Vozes. Um texto muito instrutivo sobre as diversas funções do diário de pesquisa é o de Borges e Silva (2020), “O diário de pesquisa como instrumento de acompanhamento da aprendizagem e da análise de implicação do estudante e do pesquisador”. Sobre a relação da análise institucional e a questão da implicação do pesquisador, ver: MARTINS, J. Análise institucional e o processo de construção de conhecimento: a questão da implicação. *Psicologia em Revista*, Belo Horizonte, v. 23, n. 1, p. 488-499, jan. 2017.

psicológicas do pesquisador. Ele apresenta uma gama de autores que defendem a *Narrative Inquiry* e as *Teachers Stories* como processos importantes na construção da pesquisa e do pesquisador na vida acadêmica e propõe alguns correlatos com a escrita de si na Antiguidade⁷.

Ele está sublinhando, em seu artigo, a importância da tomada de consciência e do processo de explicitação do envolvimento pessoal do professor pesquisador nos passos de seu aprendizado. Muito preocupado em seu próprio campo de estudos, Faust está defendendo que a formação de professores (no caso, de inglês para o ensino médio) deva se beneficiar disto que aqui chamo de interioridade na prática de pesquisa. Sem nomear desta forma, Faust indica a importância da construção das narrativas de aprendizado para que o professor tome consciência de seu eterno estado de aprendizado, sendo o professor também um aprendiz de ser professor. Ao escrever suas experiências (*narrativas de experiências* é um dos temas analisados em estudos sobre diários de pesquisa) e fazer circular esses textos entre seus colegas de profissão, os professores ganham consciência de seus percursos e do seu estado de eterno aprendizado, podendo reavaliar constantemente suas práticas de ensino e pesquisa. Assim, eles podem construir a si mesmos como pesquisadores, descobrindo seus métodos pessoais de concluir uma pesquisa, consolidando uma forma pessoal de pesquisar. O traço de *tomada de consciência* fornecido pela escrita auxilia na compreensão e clarificação dos problemas e o surgimento de possíveis soluções para o modo como os professores enfrentam seus desafios. Novamente, níveis psicológicos e terapêuticos estão implicados nesse processo de amadurecimento da pesquisa, pois os desafios do processo de descoberta estão encharcados de “humanidade”, estão repletos de elementos eminentemente humanos que precisam ser esclarecidos e administrados.

Assim, apresento, primeiramente, o processo de tomada de consciência possibilitado pela escrita de si, pelo diário de pesquisa ou relatos de experiência vivenciada ao longo da pesquisa. Este é um

⁷ Vale ressaltar que Faust não vai tão a fundo nos detalhes da escrita de si nem em Foucault muito menos nos antigos, já que ele não é propriamente da área de estudos clássicos, nem da filosofia. Trata-se de um professor de literatura e de pedagogia da Georgia University.

elemento fundamental das escritas prévias em geral, a facilitação da tomada de consciência de diversos aspectos do seu processo de pesquisa, auxiliando obviamente na pesquisa em si. A partir desta tomada de consciência, a própria pesquisa vai tomando corpo. Neste sentido, o primeiro benefício que as escritas prévias fornecem é o processo de descoberta da própria pesquisa.

Mas o diário e as escritas prévias não auxiliam apenas a pesquisa em questão, elas também têm uma função no processo de criação do próprio pesquisador enquanto pesquisador. No diário de pesquisa ou nos relatos de experiência, há um processo de colagem, de remanejamento, de sobreposição de ideias, que culmina por fazer aparecer um tipo de pesquisador, um modo singular de proceder daquele que pesquisa. Essa escrita de si que relata uma história de si para si mesmo, faz parte de um processo de autoformação do pesquisador/professor que o insere em uma situação específica e o cria e recria nesse processo de autoconsciência. Assim, alcança-se, com o diário de pesquisa, também no aspecto de criação do próprio pesquisador, que pode ser comparado, como será feito, com o traço de *etopoiese* da escrita de si no mundo antigo.

Essa formação do pesquisador lida especificamente com as habilidades necessárias para ser um pesquisador eficiente, mas também com aspectos psicológicos enfrentados na vida acadêmica. Ainda sobre o diário de pesquisa, deve-se salientar o seu aspecto terapêutico. Essa escrita terapêutica é um núcleo da escrita de si da Antiguidade e dialoga e se ramifica para diversas práticas acadêmicas. O diário de pesquisa tem aspectos em comum com a escrita terapêutica⁸, apesar de não coincidirem. Como o próprio nome diz, o diário de pesquisa não é um diário de sua vida pessoal como um todo, mas do modo como a pesquisa se desenvolve⁹. No entanto, diversos elementos pessoais e até mesmo, em alguns casos, íntimos, podem tocar ou se inscrever no processo de

⁸ Sobre a terapia através da escrita, ver: PENNEBAKER, J. W.; EVANS, J. F. *Expressive Writing: Words that Heal*. Enumclaw: Idyll Arbor, 2014.

⁹ “O diário de pesquisa, segundo a análise institucional, consiste em uma narrativa do pesquisador, dentro de seu contexto histórico-social, que viabiliza restituir, de maneira escrita, o trabalho de campo, as aproximações e distanciamentos com o objeto de pesquisa e o ato de pesquisar em si. A escrita diarística possibilita um tipo de reflexão própria do ato de escrever, desnaturalizando a ideia da neutralidade ao pesquisar e

descoberta da pesquisa. Assim, há algum nível de sobreposição entre um diário pessoal e um diário de pesquisa, sublinhando a importância do que aqui chamo de interioridade para a vida acadêmica. Corroboram com esta abordagem toda a literatura sobre pesquisa implicada que defende, como já afirmamos, a não neutralidade do pesquisador no ato de pesquisar. Deve-se ressaltar que a configuração pessoal e existencial do pesquisador influi e direciona a pesquisa, e a melhor forma de lidar com essa influência de forma eficiente é ter consciência dela.

Até o presente momento deste artigo, descrevi algumas técnicas de escrita acadêmica que remetem para um cuidado não com a escrita propriamente, mas com o escritor que as escreve e com o percurso pelo qual ele deve passar para conseguir escrever. Com o auxílio da própria escrita, o pesquisador consegue compreender melhor tanto a si mesmo enquanto pesquisador quanto a sua própria pesquisa, que avança e evolui através dela. Todos estes elementos desta escrita criam o que gostaria de chamar de interioridade ou mesmo de espiritualidade do mundo acadêmico, conceito que se aproxima do que Eduardo Losso (2019) chama de poética do estudo, em sua pesquisa da origem do mundo acadêmico. De agora em diante, irei apresentar alguns aspectos do que Foucault chama de escrita de si e que Hadot chama de exercício da escrita na Antiguidade e fazer algumas correlações entre os dois.

A escrita de si na Antiguidade e suas relações com as escritas prévias

Como já eu já vinha sublinhando, a escrita de si é um dos exercícios que compõem a vida filosófica da Antiguidade, aquela que almeja a transformação de si através de práticas reflexivas que visam tanto o autoconhecimento como a lapidação de si. Em outros termos, eu poderia dizer que a escrita de si tem a função de operar a introjeção de um *lógos* (discurso) na alma daquele que filosofa, como será visto. Assim, a escrita de si é também um dos exercícios de si, um tipo de prática e experimento que busca exercitar o leitor na lapidação do eu, um texto que é *etopoiético*, isto é, que *cria o caráter (ethos)*, só que neste caso,

permitindo a exposição das experiências cotidianas, fragilidades e dificuldades concretas vivenciadas no percurso de pesquisador” (Borges; Silva, 2020, p. 2).

através da escrita. Quais seriam os aspectos específicos da escrita que auxiliariam no aprimoramento do eu? Pretendo aqui apresentar alguns aspectos desta escrita de si mostrando em que medida ela é uma forma de criar e cultivar uma interioridade específica da filosofia, em que o filósofo encontra a calma da alma, a *ataraxia*, que ele busca intensamente em suas práticas e elocubrações. Com essa apresentação, pretendo retomar a primeira parte do texto e desenvolver algumas relações entre esta escrita de si e práticas acadêmicas contemporâneas já delineadas.

Antes de adentrar os aspectos que concernem diretamente à escrita de si como prática de si no mundo antigo, vale uma ressalva sobre a *atenção, prosokhé*. Pode-se afirmar, como também o faz Hadot (1995, p. 130), que a atenção é um dos núcleos dos exercícios espirituais dos filósofos do helenismo, em especial do estoicismo. Uma vigilância sobre si mesmo e um interesse especial nos movimentos do próprio espírito é uma das atividades recomendadas para a realização da autoanálise proposta pelas escolas helenísticas. Apesar de o termo aparecer pouco na obra de Epicteto, por exemplo, há uma diatribe inteira dedicada a *prosokhé* (atenção) e, como afirma Patuti (2021), é na educação da atenção que o filósofo se torna capaz de exercer a liberdade que lhe é própria, aproximando-se de uma vida com *ataraxia* (tranquilidade da alma).

Trata-se, portanto, da defesa da vigilância sobre si nos menores e maiores momentos da vida. Com o imperativo de se prestar atenção naquilo que se realiza e no modo como que se realiza, os estoicos defendiam certa capacidade de modificação humana frente aos juízos, desejos e impulsos, sendo estes os três *topoi* típicos a serem trabalhados na sua filosofia (Hadot, 1992, cap. VI, VII, VIII). Pode-se dizer que os exercícios espirituais nos levam a aprender a *lidar com as representações* (Epicteto, I, 7-10), pois é na lida com elas que o filósofo ganha autonomia frente ao que lhe acontece e não se torna subordinado a emoções provenientes de juízos equivocados. Prestando atenção ao que ocorre em seu próprio espírito no exato momento em que ocorrem representações em seu espírito, o filósofo pode descobrir qual é o juízo equivocado que produz determinada emoção¹⁰ e, a partir deste diagnóstico, buscar

¹⁰ O artigo de Pinheiro (2018) detalha os problemas que concernem ao surgimento de uma emoção (*páthos*) a partir de um juízo.

modificar esse juízo para não mais ocorrer a emoção. Assim, deve-se ter em mente que uma das atividades centrais dos diversos exercícios espirituais é o *prestar atenção* (*prosokhé*) tanto ao que acontece no seu próprio espírito quanto ao que nos chega por via das representações. A escrita de si não foge à regra, e como será visto, a escrita é uma ótima forma de autoconhecimento, na medida em que ela nos obriga a ver por escrito tanto aquilo que acontece em nossa alma quanto o modo como reagimos ao mundo exterior. Escreve-se para prestar atenção a si mesmo.

Há, assim, alguns aspectos a serem trabalhados no que concerne a escrita de si para que se possa correlacioná-los com os textos prévios que já foram elencados. Primeiramente, (1) o seu aspecto instrumental, na medida em que se trata de um texto que é *usado* para alguma coisa, é um texto que *age*, que tem uma *função a cumprir* especialmente *enquanto é escrito*, do mesmo modo como os textos prévios descritos anteriormente. Depois, (2) irei discorrer sobre o aspecto reflexivo e *etopoiético* em que, durante a escrita (e também em uma possível leitura posterior), o autor se debruça sobre a escrita como um modo de debruçar sobre si mesmo. Nisso, a escrita se efetiva como uma forma de criar e cultivar um *ethos* através da inscrição em si de um *logos* específico, através da repetição e meditação sobre o que se escreve, realizando um poder terapêutico da escrita de si. O poder terapêutico de criar ou lapidar a própria alma através da escrita de si provém, principalmente, de uma (3) *capacidade de clarificação* proporcionada pelo ato da escrita. Nesta capacidade, percebe-se um espelhamento do eu, em que uma duplicação do eu permite perceber a si mesmo de modo mais amplo. A *parresia* consigo mesmo e também certa experimentação de si entram neste aspecto de clarificação.

Este artigo se baseia especialmente em dois textos pioneiros sobre a escrita de si, um de Hadot (1992, p. 64-67) e outro de Foucault (2012)¹¹. Ambos descrevem pelo menos dois tipos de textos que poderiam

¹¹ Importante citar que Hadot (1995, p. 206-213) critica duramente o modo como Foucault trabalha o tema, mas não precisamos entrar nos detalhes da querela, pois o que é mais importante no presente artigo lida com o que eles concordam. Foucault e Hadot citam praticamente os mesmos textos primários, limitando-se a Epicteto, Marco Aurélio e Sêneca. Marco Aurélio não tem propriamente uma elucubração explícita sobre o poder da escrita além de obviamente estar escrevendo, mas Epicteto e Sêneca já o recomendam e enfatizam sua função e importância. Sobre Marco Aurélio e a escrita de si, há alguns

se enquadrar no que Foucault chama de escrita de si: as cartas e os *hypomnemata* (em uma tradução livre, seria algo como *anotações*). Como exemplo das primeiras, há as cartas de Sêneca e como exemplo das segundas, as *Meditações* de Marco Aurélio. As cartas de Sêneca a Lucílio tem claramente o objetivo de formar, lapidar a alma de ambos, Sêneca e Lucílio. Já os *hypomnemata* são as reuniões de frases, por vezes de citações de outros livros, mas na maioria das vezes frases que servem como exercícios da doutrina da escola em questão. Os *hypomnemata* são uma forma convincente de apresentar princípios dos dogmas que norteiam a escola filosófica em questão para moldar o caráter de quem os redige e lê. Vou descrever com mais vagar cada um destes tipos de textos ao tratarmos de seus aspectos listados, isto é, repito, de serem (1) instrumento, (2) *etpoiéticos* e (3) formas de clarificar assuntos importantes para o sujeito.

Em primeiro lugar, (1) a escrita de si é um texto-instrumento, um texto que é como um objeto que visa a realização de uma tarefa: se modificar. Como já sublinhei ao trabalhar as escritas prévias, o texto que se escreve na escrita de si não é um texto que visa necessariamente uma comunicação posterior com uma outra pessoa, não é um texto que se pretende apenas uma representação de um estado de coisas a informar um leitor futuro. Mesmo que ela se pretenda uma comunicação, a comunicação que se almeja não é tanto da ordem do informar um fato que ocorreu, ou de descrever um estado de coisas, mas a escrita de si busca a ocorrência de um *experimento de si* na leitura daquilo que se escreve. Sua função capital é *funcionar* de determinada maneira, isto é, de exercer uma atividade que lhe é própria, a saber, trabalhar sobre aquele que filosofa no próprio ato da escrita. Assim, sendo um texto instrumento, ele é um texto que não serve apenas para descrever algo, mas que busca

trabalhos importantes que vieram na esteira destes primeiros, como: FLEURY, P. Les discours pour soi et sur soi dans l'Antiquité: les pratiques de l'intime dans les *Pensées* et les lettres de Marc Aurèle et chez quelques prédécesseurs. *Études Littéraires*, [s. l.], v. 48, n. 1-2, p. 19-30, 2019. E também: NIELSEN, C. R. Unearthing Consonances in Foucault's Account of Greco-Roman Self-Writing and Christian Technologies of the Self. *The Heythrop Journal*, [s. l.], v. XLVIII, p. 1-15, 2011. O livro principal para o modo concreto como se escrevia na Antiguidade é de Tiziano Dorandi: DORANDI, T. *Le stylet et la tablette dans le secret des auteurs antiques*. Paris: Belles Lettres, 2000.

trabalhar algo, aprimorar algo, no próprio momento em que é escrito, já que seu sentido se efetiva de modo *sincrônico* ao ato de escrever. Por ser um texto que tem o objetivo de esclarecer e deixar ver aspectos de sua própria intimidade e, talvez, até mesmo descobrir aspectos ainda não conscientes para o filósofo, ele é um texto que *age* no momento que é escrito. Ele é um instrumento terapêutico, um instrumento de forja, como um formão na mão de um escultor, sendo que a estátua a ser esculpida é o próprio autor da escultura¹².

Assim, há um traço fundamental desta escrita que não é da ordem simplesmente representacional, mas é da ordem de uma utilidade prática de transformação de si. Um texto instrumento, um texto para se fazer algo com ele tanto no momento em que está sendo escrito quanto porventura o próprio autor ou outro venha a ler, sendo que o objetivo final não é haver um leitor, pois o leitor é o próprio escritor no mesmo ato em que escreve. Neste sentido, como será visto, a meditação e a prática do que o texto diz é fundamental para se completar o sentido funcional do texto.

Passo agora a fazer (2) a descrição do que seja o caráter *etopoiético* dos textos da escrita de si. Como Hadot (1992, p. 64-67) retrata muito bem em seu pequeno capítulo sobre o exercício da escrita no seu livro sobre Marco Aurélio, a função principal do texto não é retratar algo objetivamente, como se a função principal da escrita de si fosse apenas reportar uma mensagem. Marco Aurélio, como afirma Hadot, não está retratando objetivamente o que seja a doutrina estoica quando escreve *para si mesmo*¹³ em suas *Meditações*. O que ele faz é escrever como uma forma de introjetar em sua alma, nela consolidar, nela fazer nascer e crescer esses princípios da doutrina, que são princípios diretores que devem configurar suas escolhas e forma de viver. Em verdade, o fato de os textos antigos terem a função *etopoiética* foi a ideia principal que fez Hadot sublinhar de modo tão predominante em

¹² A expressão *escultura de si* é muito importante em Plotino (*Eneadas* I, 6, 9) e talvez tenha sido ela a ensejar a expressão *estética da existência* utilizada por Foucault. Novamente, essa expressão é central no modo como Hadot (1995, p. 206-213), no capítulo “Reflections on the Idea of the Cultivation of the Self”, critica Foucault em sua interpretação das técnicas de si.

¹³ Vale lembrar que o título que provavelmente o Marco Aurélio deu a seus escritos é *eis heauton*, ou *Para mim mesmo*.

sua obra o fato de a filosofia antiga ser uma forma de vida¹⁴. Percebendo a função *etopoiética* do texto, a função de criar um *ethos* naquele que escreve (e porventura também naquele que lê), Hadot¹⁵ sinaliza que não se pode esperar de um texto antigo de filosofia que ele tenha a mesma sistematicidade e organicidade de um texto moderno ou contemporâneo, que busca um ordenamento de um sistema total. O que Marco Aurélio está realizando ao escrever o seu texto é buscando em sua própria alma formas específicas de descrever a doutrina para que ela receba o que está sendo escrito de forma a se moldar pelo texto. Na medida em que cada alma tem uma singularidade toda própria, o modo como a doutrina será escrita vai promover um diálogo específico com sua alma. Assim, mais importante que uma sistematicidade orgânica do texto produzido, o que importa é a transformação de si no momento em que se escreve o texto, por isso ele parece desorganizado para um leitor que espera dele o que ele não pretende dar.

Hadot utiliza uma expressão muito forte, “dominar o discurso interior”, para designar o que proporciona a escrita de si, ressaltando seu aspecto terapêutico. A escrita, ou melhor, as reescritas são formas de compreender e de vivenciar os dogmas ao ponto de curar ou substituir outras visões de mundo que estejam vigorando dentro de si. Na medida em que nossas reações frente ao mundo dependem dos *lógoi* (discursos) que julgam o que de fato acontece no mundo exterior (Cf. Epicteto, *Encheiridion* 5), o objetivo de modificar esse *logos* interior, de substitui-

¹⁴ Hadot trabalha esse tema em diversos textos de sua obra, mas um momento exemplar é ao tratar do gênero literário das *Meditações* na introdução da edição feita por Hadot (1998).

¹⁵ Veja o que Hadot (1998, p. XXXI, tradução minha) diz: “Mas, é necessário compreender que não se trata de um diário no sentido romântico e moderno do termo, um diário como aquele de Amiel ou de Maurice de Guérin. Marco Aurélio não exprime ali seus estados de ânimo, mas ele tenta se tornar melhor ao se deixar penetrar, ao se impregnar de dogmas estoicos e ao praticar os exercícios espirituais recomendados por esta escola” (Mais il faut bien comprendre qu’il ne s’agit pas d’un journal au sens romantique et moderne du terme, un journal comme celui d’Amiel ou de Maurice de Guérin. Marc Aurèle n’y exprime pas ses états d’âme, mais il essaie de se rendre meilleur en se pénétrant, en s’imprégnant des dogmes stoïciens et en pratiquant les exercices spirituels recommandés par cette école). Ele cita uma lista de intérpretes de Marco Aurélio e até ele mesmo que vão na mesma linha (Hadot 1992, p. 50-67).

lo por outro é alcançar a *ataraxia*, a tranquilidade da alma. Assim, ao se repetir e escrever de diversas maneiras, cada uma adaptada a um aspecto da própria pessoa que filosofa, o próprio discurso interior vai ganhando novas formas, novos contornos. Como está expresso no prefácio que Arriano escreve para o *Manual* de Epicteto, as pessoas experimentam o que Epicteto dizia e o mesmo pode ser dito para o seu próprio texto, isto é, ele precisa ser um texto que promova uma experiência, isto é, uma readequação do discurso interior que configura o modo como nos relacionamos com o mundo.

A força *etopoiética* da escrita de si tem, obviamente, um aspecto terapêutico. Ela busca copiar a força psicagógica¹⁶ típica do discurso filosófico em uma prática de si. Há uma preocupação de que o texto seja comovente, o texto seja sedutor e forte como na oralidade. As cartas de Sêneca e o texto de Marco Aurélio são textos que são treinamentos do eu, são uma escrita que é da ordem do exercitar-se, do ensaiar, no sentido de uma repetição que busca introjetar uma sabedoria. Assim, sendo da ordem de uma escrita-experiência, que ensaia viver o que escreve, ela busca também o erro, ela busca conviver com o erro psíquico como uma forma de investigar a origem desse erro. Neste sentido, ela tem uma postura curiosa com o erro, quer encontrar a fonte do erro. Trata-se de uma escrita experiência na medida que se busca uma transformação de si no momento em que se escreve, e neste sentido se porta como um detetive frente aos impulsos equivocados da alma.

O traço de se conviver com o erro tem algum paralelo com o traço de se permitir o erro, que já descrevi nas escritas prévias. Na escrita livre, por exemplo, há uma permissão para ser ensaístico, como se estivesse experimentando o que se vem a descobrir. Assim, existe uma permissão ao erro na escrita livre, isto é, a escrita se torna um local de aventura, de se lançar a se experimentar e se descobrir, se autoexaminar em situações inusitadas para se conhecer melhor. Desta maneira, a escrita de si, pelo menos as *hypomnemata* de Marco Aurélio, não são textos que visam diretamente a perfeição técnica da publicação final, mas ela deve ser “bem escrita” na medida em que realiza o seu potencial principal que é

¹⁶ Psicagogia quer dizer *condução da alma*, ver o diálogo de Platão, *Fedro* 271d, onde a retórica é definida como força psicagógica.

o de transformar aquele que escreve no momento em que escreve. Pois é neste se lançar na escrita como forma de se revelar e se descobrir que a pessoa pode vir a conhecer seus próprios erros e quiçá descobrir sua origem e poder modificá-los. Por serem textos que são experimentos, isto é, que ganham o seu sentido fundamental no ato de serem escritos, eles não podem ter anteriormente determinado o que vai ser escrito, qual será exatamente o conteúdo que vai ser escrito, pois é no ato de escrever que será esclarecido aquilo que será escrito.

O texto *etopoiético* tem um caráter experimental. Nele, o escritor não sabe exatamente de modo prévio para onde vai ou o que vai encontrar, pois no processo de escrita ele também está em busca de algo que não tem tanta certeza. O aspecto experimental nos textos antigos não se encontra, obviamente, na descoberta de uma nova filosofia, pois as escolas helenísticas, e aqui penso mais especificamente no estoicismo e no epicurismo, já têm previamente determinado seus princípios básicos, e o aprendiz de sua escola não a habita como alguém que busca recriar ou fazer evoluir ou progredir sua doutrina. Mas o traço experimental e de descoberta encontra-se tanto na possibilidade de descobrir na própria alma aspectos pouco percebidos (que descreverei aqui, logo adiante, como o aspecto de *clarificação*), como na forma em que os princípios da doutrina vão conseguir persuadir a alma. Como disse, o objetivo da escrita de si é substituir o *lógos* equivocado presente na alma pelo *lógos* correto da doutrina. Por causa disto, a escrita serve como uma forma retórica de convencimento da alma a abandonar o *lógos* equivocado e a absorver, passar a viver de acordo com o *lógos* apropriado. Desta maneira, há algo inusitado, algo que vai aparecer ao longo do processo da escrita, que é o modo singular em que a doutrina vai ser absorvida na alma que tem aquele equívoco particular. Tanto Sêneca quanto Marco Aurélio se lançam em seus textos buscando forjar frases que entrarão em diálogo com os discursos internos que devem ser refutados. Hadot¹⁷ exemplificando esse

¹⁷ Hadot (1998, p. XXXVIII, tradução minha) escreve: “Ao ler Marco Aurélio, é de alguma maneira o próprio Marco Aurélio que nós ouvimos falar à alta voz, se exortar efetivamente, que nos surpreende assim em um esforço concreto de escrita, destinada a influenciar a si mesmo; ao ler Agostinho, ao contrário, nós nos encontramos em presença do ato de se colocar em forma literária uma meditação que já foi realizada,

aspecto de sincronicidade e inesperado da escrita de Marco Aurélio, a diferencia da escrita de Agostinho, por exemplo, que mesmo escrevendo para si mesmo, forja retoricamente de modo bem trabalhado uma ideia que ele já teve antes. Marco Aurélio não parece fazer isso, o que ocorre é que no calor do momento em que o pensamento aparece, ele se vê tomado por uma ideia e a redige como uma forma de trabalhá-la.

Neste sentido, as meditações de Marco Aurélio são o seu caderno de exercícios, são os exercícios que ele praticou sobre si mesmo e seu valor e função não está na exatidão universal de seu discurso, mas na repercussão no autor do texto, isto é, na real modificação daquele que escreve e, porventura, naquele que eventualmente lê. Aqui vemos também o aspecto sincrônico do valor e função do texto, pois sua potência e sentido de ser se encontram no próprio ato da escrita e não antes ou depois, apesar de também antes e depois algo poder acontecer no próprio Marco Aurélio ao ler o que ele mesmo escreveu, e também em um eventual leitor. Pode-se dizer que a escrita de si é uma forma de reviver um estado interior por meio do ato de escrever, pois esse estado corre sempre o risco de se perder. Colocar em ordem um discurso interior é uma tarefa para a vida toda, pois se trata de um cultivo diário e interminável, isto é, o cuidado com o modo como vemos o mundo e, assim, como ele nos afeta.

Um outro traço característico da escrita de si é seu aspecto de convencimento a partir da repetição dos dogmas da escola em versões diferentes, lapidadas de formas refinadas para que sejam introjetadas na alma. Vale sublinhar que esse processo de introjeção de um *logos* não é algo que ocorre uma única vez e o aprendiz está a salvo de sua própria ignorância. O que precisa ocorrer é uma repetição dos dogmas de formas sempre atualizadas de acordo com o problema específico que aparece no presente. Assim, se trata de uma repetição que reatualiza aquela ideia na alma do estudante por uma reformulação escrita, que

mas que ele a redige para fazer seus discípulos aproveitarem” (En lisant Marc Aurèle, c’est donc en quelque sorte Marc Aurèle que nous entendons se parler à haute voix, s’exhorter effectivement, que nous surprenons ainsi dans un effort concret d’écriture, destiné à s’influencer lui même; en lisant Augustin, au contraire, nous nous trouvons en présence de la mise en forme littéraire d’une méditation qui a déjà été menée, mais qu’il rédige pour en faire profiter ses disciples).

faça viger a ideia de forma viva na alma. Nesse sentido, a citação exemplar de Epicteto (I, 1, 25) em que ele afirma “meditar, escrever e praticar”¹⁸ nos remete para um processo de interiorização de um *logos* em que a escrita funciona junto com um debruçar-se sobre o problema, demorar-se nele como uma meditação e um exercitar-se. Em verdade, as três passagens em que Epicteto¹⁹ cita a prática de escrever trata-se de um momento de meta-texto, no sentido em que ele não apenas descreve como deve pensar e se portar o filósofo frente às supostas agruras do mundo, mas Epicteto nos indica o modo como deve-se exercitar para que esses pensamentos sejam introjetados e reativados no momento em que nos exercitamos. Epicteto diz, ao realizar um exercício da morte no III, 5, que ele gostaria de que a morte o encontrasse escrevendo e lendo e pensando sobre essas coisas, no sentido que a morte o encontre com os pensamentos apropriados, que a morte o encontre com a *proairesis* apropriada para uma vida tranquila até neste momento.

Assim, pode-se traçar alguns paralelos do traço *autopoiético* da escrita de si com as práticas de escritas prévias. O momento de valor destas escritas não está em seu estado pronto, em seu estado de publicação e de divulgação dos resultados da pesquisa, mas em seu estado de construção, no ato sincrônico ao de escrever, pois é nele que ocorre a inscrição do *logos* na alma que escreve. Assim também, as escritas prévias que descrevi valem no próprio momento em que elas estão sendo escritas, pois é neste momento que elas exercem sua função, que é aquela *meta*-função, que se desdobra sobre o próprio pesquisador que repensa os caminhos que a pesquisa ganha, aspectos inusitados da pesquisa e de seu próprio jeito de pesquisar. São assim, textos mais da

¹⁸ Foucault sublinha o fato de que a ordem não é o mais importante, mas a conjugação das 3 características, meditar, escrever e praticar.

¹⁹ Até onde sei, essas são as três passagens em que aparece o verbo *graphein* em Epicteto: I, 1, 25; III, 5, 11 e III, 24, 103. As três passagens são em realidade lapidares para perceber o quanto o escrever atua no cerne da filosofia estoica como um exercício apropriado para cuidar do si mais autêntico, isto é, da sua própria decisão e julgamento (*proairesis* e *dogmata*) frente ao mundo externo. Se o centro da filosofia estoica é saber utilizar as representações (*chresis ton phatasion*, III, 24, 69), a escrita é o exercício que deve ser feito regularmente (*kath'hemeran*) para que alcancemos uma *apatheia* (III, 5, 8) apropriada.

ordem do privado ou de círculos de amigos ou entre pesquisadores. São meta-textos pois são textos que visam melhorar o próprio modo de pesquisar e escrever, o seu modo de proceder, e não são o objeto final a ser entregue ao fim do trabalho. Obviamente, não estou defendendo que as *Meditações* são fruto de uma escrita livre, nem que são recolhimento de fichamentos para um projeto em construção. Não pretendo retirar a singularidade do gênero literário das *Meditações* ou dos *Discursos* de Epicteto, pois esses textos seguem uma regra relativamente clara, a de exercitar-se sobre os princípios da doutrina e buscar adequar-se a eles. Gostaria, isso sim, de ressaltar alguns aspectos paralelos, semelhantes e a função final de criar e fortalecer uma interioridade na busca por conhecimento. Neste sentido, acredito que tanto os textos prévios quanto a escrita de si antiga busca *aprender e se exercitar no próprio ato da escrita*, pois ela não é mera depositária daquilo que se alcançou, mas ela serve como um exercício para se alcançar a filosofia. Assim, reunindo o fato de a escrita em Epicteto ser uma forma de treinamento e repetição visando uma reativação na alma dos *dogmata* da escola e o fato de que o tipo de escrita de Marco Aurélio ser da ordem de uma escrita-prévia, pode-se entrever traços que se assemelham entre a escrita de si antiga e os processos de escrita prévia contemporânea.

Por fim, ainda é necessário descrever o terceiro (3) aspecto que nos interessa da escrita de si, aquele de ser ela uma *clarificação* do que ocorre na alma do filósofo. Na prática de descrever o seu cotidiano, Sêneca, por exemplo²⁰, destaca suas emoções e o modo como se vive tem uma função de autoconsciência da vida que se leva. Trata-se de uma técnica de se distanciar de si mesmo no intuito de se ter uma visão mais ampla de si. Com a duplicação do *eu* na narrativa de si, o filósofo consegue olhar para si mesmo e apreciar o modo como se vive como se fosse de fora. Trata-se de um espelhamento do *eu*, em que a escrita para si mesmo toma o olhar do outro para auxiliar na autocompreensão.

Nas cartas de Sêneca, percebe-se que ambos, escritor e leitor, têm um trabalho a ser feito com aquele texto. Trata-se de um texto a ser transformado em ação sobre si mesmo. Ali, não se trata de uma relação

²⁰ Há vários registros disto, mas pode-se ver a carta 78 como um exemplo, quando ele descreve as dores físicas para procurar aceitá-las.

emissor-recipiente, mas se trata de uma escrita em que o escritor também é um leitor, também se trabalha ao escrever o conselho para o leitor. Ao mesmo tempo, o leitor da carta também irá escrevê-la de alguma maneira em sua própria vida, pois ele reatualiza e reencaminha os movimentos transcorridos pelo texto em si mesmo. O leitor escreve o que lê em sua própria vida. Assim, pode-se dizer que a *consolatio* que deve ajudar Marulo é a *premeditatio* útil para Lucilius e Sêneca, na medida em que se aquele que realmente deve ser consolado é Marulo, pois ele viveu concretamente a perda do ente querido, em Sêneca e Lucílio, trata-se de uma prática que se prepara caso uma perda tal venha a se realizar.

Mas essa duplicação do eu no espelhamento da escrita tem também o poder de ser uma *parresia* de si para si mesmo, na medida em que ela pode ser um espaço para descrever traços de si mesmo nem tão agradáveis assim de se ouvir. Para exemplificar isto, vale citar o trecho do *Vita Antonii* 55 que Foucault também cita, logo no início, de seu “A escrita de si”:

Que cada um pense em suas ações do dia e da noite: se pecou, cesse de pecar; se não pecou, não se glorie, mas persevere no bem; não descuide de si e não condene o próximo, nem se justifique até que, como diz o bem-aventurado apóstolo Paulo, ‘Venha o Senhor, o qual julga as coisas ocultas’ (1 Cor 4, 5; Rm 2, 16). Com efeito, muitas vezes o que fazemos permanece oculto a nós mesmos. Não o sabemos, mas o Senhor observa tudo. Deixemos-lhe, pois, o julgamento, compadeçamo-nos uns dos outros e carreguemos os fardos uns dos outros. Julguemos a nós mesmos e tentemos preencher nossas lacunas. Eis uma coisa a observar para evitar o pecado. Anotemos e escrevamos, cada um, as ações e os movimentos de nossa alma como que para nos comunicar mutuamente, e estejamos certos de que, pela vergonha de vê-los conhecidos, cessaremos de pecar e de ter no coração algo de perverso. Por que quem é que, quando peca, consente em ser visto, ou quem é que, quando peca, não prefere mentir, para ocultar sua falta? Ninguém fornicaria diante de testemunhas. Igualmente, escrevendo nossos pensamentos como se devêssemos nos comunicar mutuamente, guardar-nos-emos melhor dos pensamentos

impuros, pela vergonha de vê-los conhecidos. Que a Escritura substitua os olhares dos companheiros de ascese: corando tanto por escrevermos como por sermos vistos, guardemo-nos de todo pensamento mau. Disciplinando-nos desse modo, poderemos reduzir o corpo à servidão e frustrar os ardis do inimigo (tradução minha)²¹.

Há aqui claramente a escrita como um substituto do olhar do outro. A ideia é que o olhar do outro pode me ajudar a ser mais forte do que a tendência depreciativa do inimigo, do demônio. Na medida em que eu escrevo, é como se eu estivesse no campo de visibilidade do outro, como se o outro estivesse presente e me interpelasse, tomasse consciência de eu estar sendo como estou sendo, e surge a vergonha desse olhar. O tema da *parresia*, da franqueza da palavra é bem clara nessa descrição da escrita de si. Precisa-se ter a coragem da *fala franca* (*parresia*) para se comunicar aquilo de que mais se tem vergonha e ao se deixar isto vir a se manifestar, algo de nós mesmo se espelha no que se escreve.

²¹ “7. Chaque jour donc chacun doit tenir le compte de ses actions du jour et de la nuit. S’il a peche, qu’il cesse; s’il n’a pas peche, qu’il ne se glorifie pas, mais persevere dans le bien et ne soit pas negligent ; qu’il ne condamne pas le prochain ni ne se justifie lui-meme, jusqu’a ce que, comme l’a dit le bienheureux apotre Paul, vienne le Seigneur, qui examine les choses cachées. 8. Souvent en effet nous ne sommes pas conscients de nos actions. Nous-memes, nous ne le savons pas, mais le Seigneur remarque tout. Laissons lui donc le jugement ; compatissons les uns aux autres et portons les fardeaux les uns des autres. Examinons-nous nous-memes et tachons de combler nos lacunes. 9. Voici encore une chose a observer pour s’assurer de ne pas pecher : remarquons et ecrivons, chacun, les actions et les mouvements de notre ame, comme si nous devions nous les communiquer les uns aux autres. 10. Soyez surs que, par simple honte que cela soit connu, nous cesserons de pecher et meme d’avoir au coeur rien de mauvais. 11. Qui donc, lorsqu’il péché, veut etre vu ? Ou qui, lorsqu’il a péché, ne prefere mentir, pour rester inaperçu? De meme que si nous nous voyions les uns les autres, nous ne commettrions pas le péché de fornication, de meme, si nous ecrivons nos pensees comme pour nous les communiquer les uns aux autres, nous nous garderons grandement des pensees impures, par honte qu’elles ne soient connues. 12. Que l’écriture remplace donc l’oeil des compagnons d’ascese, afin que, rougissant d’écriture autant que d’être vus, nous n’ ayons au coeur aucune pensee mauvaise. 13. En nous formant de la sorte, nous pourrons reduire le corps en servitude, plaire au Seigneur et fouler aux pieds les machinations de l’Ennemi”.

O ponto fundamental parece ser que ao tornar claro o que é escrito e lido e ao imaginarmos outros lendo e sabendo, o próprio impulso que leva ao erro, uma vontade que age quando não se percebe, é destruída e desconectada com sua potência de dano e se desiste de realizar aquele ato autodestrutivo pois a/ força de clarificação gera vergonha, que é uma forma de negação ou de contra ação sobre o ato que quer fazer mal. Assim, o poder de espelhamento do texto escrito consegue nos incentivar a frear um impulso que seria nocivo.

Bom, de modo conclusivo pode-se retomar os pontos centrais trabalhados neste artigo. Meu objetivo principal foi apresentar alguns paralelos entre a escrita de si da Antiguidade e certas práticas de escrita acadêmicas. Estas foram apresentadas como aspectos de uma *escrita prévia* que se pode fazer como método para a descoberta e organização de textos e ideias. Especialmente a técnica da escrita livre, como a trabalha Peter Elbow, foi desenvolvida como um modo de acessar e desenvolver ideias ainda pouco amadurecidas e trabalhá-las ainda sem o peso de ser uma versão final. Este tipo de escrita se mostrou um tipo de meta-escrita na medida em que ela visa menos um resultado final publicável, mas visa mais a elaboração de elementos prévios para versão final. Trata-se, portanto, de um tipo de texto instrumento, um texto que visa tomar consciência e melhorar tanto o ato de escrever quanto o ato de pesquisar, feitos concomitantemente. Também, nas escritas em que o pesquisador está implicado, como os diários de pesquisa, foi possível ver como há escritas acadêmicas que visam um aprimoramento daquele que escreve no próprio ato em que ele escreve, pensando assim um texto de alguma maneira *etopoiético*, como o queriam os filósofos antigos. Assim, na segunda parte do trabalho, descrevi o exercício típico das escolas helenísticas chamado por Foucault de escrita de si, especialmente nas modalidades da carta e dos *hypomnemata*, pequenos textos que servem de lembrança e de trabalho sobre os dogmas da escola. Nestes textos, também encontrei o fato de o texto ser considerado um instrumento para ser usado por aquele que escreve. Na medida em que o texto serve para clarificar e espelhar os movimentos próprios do sujeito que pensa, ele serve também para produzir um determinado tipo de caráter em harmonia

com os dogmas da escola, caráter este que deve ser virtuoso para se alcançar uma vida feliz, imperturbável.

Agradecimentos

Agradeço a leitura atenta de Eduardo Guerreiro Losso que pontuou alguns traços e fez melhorar o texto. O seu texto “Poética do estudo na história da universidade: para um exame da correlação formativa entre religião, poesia e ciência” (2019), é uma inspiração para o presente trabalho. Também queria agradecer a Fabiana Neves pela leitura e comentários.

Referências

ATHANASE D’ALEXANDRIE. *Vie d’Antoine*. Introduction, texte critique, traduction et notes par G. J. M. Bartelink. Paris: Les Éditions du Cerf, 1994.

BASTOS, E. M.; MAIA, A. M.; OLIVEIRA, C. de L. F.; FERREIRA, S. do N. Sofrimento psíquico de universitários: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Development*, v. 5, n. 10, p. 17681-17694, 2019. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv5n10-040>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/3609>. Acesso em: 23 abr. 2024.

BORGES, F. A.; SILVA, A. R. N da. O diário de pesquisa como instrumento de acompanhamento da aprendizagem e da análise de implicação do estudante e do pesquisador. *Interface*, Botucatu, v. 24, e190869, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/Interface.190869>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/HyBHvWzGcgsFTfFrSLwLw8S/?lang=pt>. Acesso em: 30 maio 2023.

CRUZ, R. *Bloqueio da escrita acadêmica: caminhos para escrever com conforto e sentido*. Belo Horizonte: Artesã, 2020.

DORANDI, T. *Le stylet et la tablette dans le secret des auteurs antiques*. Paris: Belles Lettres, 2000.

ELBOW, P. *Writing with Power: Techniques for the Writing Process*. Oxford: Oxford University Press, 1998.

EPICTETO. *As Diatribes de Epicteto, livro I*. Tradução de Aldo Dinucci. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2020. (Série Autores Gregos e Latinos).

FAUST, M. A. Foucault on Care of the Self: Connecting Writing with Life-Long Learning. *International Journal of Leadership in Education*, [s. l.], v. 1, n. 2, p. 181-193, 1998.

FLEURY, P. Les discours pour soi et sur soi dans l'Antiquité: les pratiques de l'intime dans les *Pensées* et les lettres de Marc Aurèle et chez quelques prédécesseurs. *Études Littéraires*, [s. l.], v. 48, n. 1-2, p. 19-30, 2019.

FONAPRACE. *Perfil socioeconômico e cultural dos estudantes de graduação das instituições federais de ensino superior: relatório final da pesquisa*. Brasília, DF: FONAPRACE, 2004.

FOUCAULT, M. A escrita de si. In: _____. *Ética, sexualidade, política*. Tradução de Elisa Monteiro, Ines Autran Dourado Barbosa. Rio de Janeiro: Forense Universidade, 2012. p. 144-162. (Ditos e escritos, V).

GOLDSCHMIDT, V. Tempo histórico e tempo lógico na interpretação dos sistemas filosóficos. In: GOLDSCHMIDT, V. *A religião de Platão*. Tradução de Ieda e Oswaldo Porchat Pereira. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1963. p. 139-147.

GUEROULT, M. Lógica, arquetônica e estruturas constitutivas dos sistemas filosóficos. Tradução de Pedro Jonas de Almeida. *Trans/Form/Ação*, [s. l.], v. 30, n. 1, p. 235-246, 2007.

HADOT, P. Introduction Générale. In: MARC AURÈLE. *Écrit pour lui même*. Texte établi et traduit par Pierre Hadot. Paris: Les Belles Lettres, 1998. p. IX-XL. t. I.

HADOT, P. *La citadele interieur: introduction aux Pensées de Marc Aurèle*. Paris: Fayard, 1992.

HADOT, P. *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*. Translated by Michael Chase. Oxford: Blackwell, 1995.

LOSSO, E. G. Poética do estudo na história da universidade: para um exame da correlação formativa entre religião, poesia e ciência. *Teoliterária*, [s. l.], v. 9, n. 17, p. 144-164, 2019.

MANZI FILHO, Ronaldo. A ordem das razões e a desconstrução – duas formas de lerosa história da filosofia (um olhar sobre o caso brasileiro). *Investigação Filosófica*, v. 7, n. 1, p. 29-46, 2016.

MARCO AURÉLIO. *Écrit pour lui même*. Paris: Les Belles Lettres, 1998. t. I.

MEADOWS, A. J. *A comunicação científica*. Tradução de Antônio Agenor Briquet de Lemos. Brasília, DF: Briquet de Lemos, 1999.

MILLS, C. W. *Sobre o artesanato intelectual e outros ensaios*. Tradução de Maria Luiza X. de A. Borges. Rio de Janeiro: Zahar, 2009.

MOURA, A. M. Motivação para a pesquisa, determinação de parcerias e divisão de coautoria e invenção: principais critérios utilizados pelos pesquisadores da área de Biotecnologia *Em questão*, Porto Alegre, v. 18, p. 29-45, dez. 2012. Edição especial.

NIELSEN, C. R. Unearthing Consonances in Foucault's Account of Greco-Roman Self-Writing and Christian Technologies of the Self. *The Heythrop Journal*, [s. l.], v. XLVIII, p. 1-15, 2011.

PINHEIRO, M. R. A ascese das emoções em Epicteto e em Evágrio Pôntico. *Prometheus – Journal of Philosophy*, São Cristóvão, v. 11, n. 27, p. 113-136, maio/ago. 2018. DOI: <https://doi.org/10.52052/issn.2176-5960.pro.v11i27.9257>. Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/prometeus/article/view/9257>. Acesso em: 30 maio 2023.

PLOTINO. *Enneads*. Translated by A. H. Armstrong. Harvard: Harvard University Press, 1966.

PORCHAT, O. Discurso aos estudantes de filosofia da USP sobre a pesquisa em filosofia. *Dissenso*, São Paulo, n. 2, p. 131-140, 1999.

REZENDE, C. N. História e estrutura: considerações sobre o fazer filosófico a partir de alguns modernos. *Revista de Filosofia Moderna e Contemporânea*, Brasília, DF, v. 7, n. 3, p. 21-45, dez. 2019.

SACRINI, M. *Leitura e escrita de textos argumentativos*. São Paulo: Edusp, 2022. v. 1.

SÊNECA, L. A. *Cartas a Lucílio*. Tradução de J. A. Segurado e Campos. Lisboa: Calouste Gulbenkian, 2014.