NIETZSCHE E ESPINOSA: FUNDAMENTOS PARA UMA TERAPÊUTICA DOS AFETOS

Adriana Belmonte Moreira*

Resumo: Neste artigo, partindo de uma análise dos conceitos de corpo e potência presentes nas filosofias de Nietzsche e Espinosa, objetivamos mostrar que ambos os filósofos, além de fazerem uma crítica aos valores transcendentais, afirmam a necessidade de criação de novos valores e mostram que para que uma ética afirmativa da vida seja possível há, antes de tudo, a necessidade do aumento de potência da totalidade corpo/mente, obtido através de uma terapêutica fundada na dinâmica afetiva. Considerando que tanto Nietzsche quanto Espinosa recorrem ao mesmo afeto, o da alegria, para a cura da impotência e apresentam uma terapêutica de caráter estritamente pessoal, recusando a criação de uma ética normativa, concluímos que uma terapêutica que objetiva realmente promover saúde deve ser um processo essencialmente afetivo, pautado em escolhas e ações salutares próprias, e não uma moralização dos atos da vida cotidiana, operada pelos manuais de psicologia do comportamento e de higiene coletiva.

Palavras-chave: corpo – saúde - potência - terapêutica – afetividade

Neste artigo realizaremos uma análise dos conceitos de corpo e potência presentes nas filosofias de Nietzsche e Espinosa, de modo a desenvolver a ideia de uma terapêutica fundada na dinâmica afetiva, porque acreditamos que ambos os filósofos, além de fazerem uma crítica aos valores transcendentais e afirmarem a necessidade de criação de novos valores¹, também mostram que para que outra ética seja possível há, antes de tudo, a necessidade do aumento de potência da totalidade corpo/mente, obtido

* Doutoranda em Filosofia pela Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo (FFLCH/USP).

através de uma terapêutica dos afetos. Em nosso percurso, apresentaremos alguns pontos de convergência e de divergência existentes entre os filósofos², sem deixar de supor a significativa influência do pensamento de Espinosa na filosofia nietzschiana. Recorreremos fundamentalmente à *Ética* de Espinosa e aos textos de Nietzsche do chamado último período de sua produção filosófica (1883-1888), incluídos os fragmentos póstumos³. Isto porque nesses escritos Nietzsche apresenta o corpo como uma estrutura social de impulsos e afetos que lutam incessantemente para aumentar sua potência, subjugando outros conjuntos afetivos. A seu ver, mesmo a alma deve ser remetida a este registro, já que não se distingue substancialmente do corpo. Já Espinosa, na *Ética*, apresenta o corpo como uma estrutura complexa composta de outros corpos, e a mente como “idéia do corpo” e “idéia da idéia do corpo”. Mente e corpo definidos como modos finitos dos atributos de uma única substância, Deus. Modos estes que, em sua essência, também podem alcançar diferentes graus de potência. Assim, embora um aposte num monismo da substância, em seus atributos e modos, e o outro recuse qualquer perspectiva substancialista (seja monista ou dualista), tanto Espinosa quanto Nietzsche apresentam o corpo e a alma ou mente como uma totalidade afetiva, entendida como uma multiplicidade compondo um todo, e nos fazem pensar a saúde como um processo contínuo de busca por aumento da potência de ação deste conjunto, que pode ser facilitado por uma terapêutica fundada na forma como se processa a dinâmica de nossos afetos.

Com efeito, segundo a metafísica espinosana, o corpo é uma modificação, um modo, do atributo divino extensão, que, com a mente, modo do atributo pensamento, compõe a natureza humana. Na *Ética*, Espinosa apresenta o corpo como uma coisa singular, um indivíduo complexo, porque composto de outros corpos, que juntos concorrem para uma mesma ação. Cito: “*se vários indivíduos contribuem para uma única ação, de maneira tal que sejam todos, em conjunto, a causa de*

um único efeito, considero-os todos, sob este aspecto, como uma única coisa singular” (Espinosa 15, EII Def.7). Ou seja, o que garante que este composto constitua uma singularidade é, primeiro, que o conjunto das partes seja a causa única de um efeito; e, segundo, que haja um equilíbrio interno na proporção de movimento e repouso das partes que o compõe, já que sua conservação depende desta proporcionalidade. Já a mente, Espinosa a define como “idéia do corpo” e “idéia da idéia do corpo”, isto é, ela é consciência das afecções do corpo, das alterações pelas quais ele passa para conservar seu equilíbrio, além de ser consciência de si mesma. E, embora não haja uma relação causal entre mente e corpo, já que nem o corpo pode determinar a mente a pensar, nem a mente determinar o corpo ao movimento ou ao repouso (Cf. Espinosa 15, EIII P2), há uma “simultaneidade” (ou paralelismo) do que ocorre em ambos, de modo que a ordem ou encadeamento do que ocorre no corpo é simultânea à ordem do que ocorre na mente, não significando com isto que haja uma relação causal aí posta (Cf. Espinosa 15, EIII SP2). Assim, na medida em que o corpo se esforça para conservar a proporção de movimento e repouso de seus constituintes, a mente também procura perseverar em seu ser, através das idéias que produz (Cf. Espinosa 15, EIII SP9). O *conatus*, presente tanto na mente quanto no corpo (seja como vontade, apetite ou desejo), seria justamente este esforço pelo qual cada coisa procura perseverar na existência. E esta potência de persistência no ser, como parte da potência infinita de Deus, não seria senão a essência atual da própria coisa (Cf. Espinosa 15, EIII DP7).

Com isso, através da noção de *conatus*, Espinosa identifica essência e potência de existir, agir e pensar; definindo também a potência do modo como um certo poder de afetar e ser afetado. Enquanto a essência permanece a mesma, a potência varia negativa ou positivamente, pois é modulada pelas afecções das quais sofre o corpo no encontro com outros

corpos e pela consciência destas afecções na mente, ou seja, pelas idéias que produz. O afeto seria então, simultaneamente, afecção e idéia desta afecção: *“Por afeto compreendo as afecções do corpo, pelas quais sua potência de agir é aumentada ou diminuída, estimulada ou refreada, e, ao mesmo tempo, as idéias dessas afecções”* (Espinosa 15, EIII Def.3). Se as afecções produzem alegria, nossa potência de agir é aumentada, caso contrário, se são causa de tristeza, ela diminui. Isto é, a alegria e a tristeza são afetos passivos ou paixões pelas quais a potência de cada indivíduo, ou o esforço de perseverar em seu ser, é aumentado ou diminuído. Portanto, *“a alegria e a tristeza são o próprio desejo ou apetite, enquanto ele é aumentado ou diminuído, favorecido ou reduzido por causas exteriores”* (Espinosa 15, EIII DP57). Então, podemos dizer que Espinosa apresenta a totalidade corpo/mente como esta potência imanente (ou *conatus*), capaz de variação positiva e negativa, aumento ou diminuição, traduzida pelos afetos alegres ou tristes. A alegria, então, seria o sentimento que experimentamos quando nossa potência de agir aumenta, e a tristeza o efeito de um encontro com outros corpos, indivíduos ou coisas, que diminui nossa potência de agir. Em resumo, para Espinosa, todos nós somos dotados de uma potência de agir, sendo que na interação que temos com o mundo encontramos coisas que favorecem ou criam obstáculos ao pleno exercício dela. Se o que nos afeta é causa de alegria, fazemos um bom encontro (*occursus*), e isto satisfaz nosso desejo (não como desejo *de* alguma coisa, como se esta ação tivesse uma finalidade determinada, mas como a afirmação da própria potência ou força de existir), caso contrário, fazemos um mau encontro, se o que nos afeta nos entristece e frustra o nosso desejo ou nossa potência de agir ou força de existir (Cf. Espinosa 15, EIII SP39).

Em Nietzsche, como em Espinosa, o corpo é definido como uma multiplicidade, mas, para o filósofo alemão, é uma multiplicidade disposta hierarquicamente, em constante luta por intensificação de

potência, e não por conservação como equilíbrio estático de suas partes constituintes. Em oposição à conservação, Nietzsche propõe a superação como o caráter próprio da vida, ela mesma identificada à vontade de potência⁴. Daí, sua crítica à idéia espinosana de esforço do vivente para autoconservação: “Antes de tudo, o vivente quer *dar vazão* a sua força - a própria vida é vontade de potência -: a autoconservação é somente uma das conseqüências indiretas e mais freqüentes disso. - Em suma: aqui, como por toda parte, cuidado com princípios teleológicos supérfluos! - tais como o impulso de autoconservação (que se deve à inconseqüência de Espinosa -). Assim, com efeito, o ordena o método, que tem de ser essencialmente parcimônia de princípios” (Nietzsche 8, JGB/BM, §13). Com efeito, por ser essencialmente caracterizado por relações de domínio, o corpo pode ser visto sob o prisma da vontade de potência, já que cada elemento que o constitui luta indefinidamente com os demais para ganhar força e subjugar os outros que, igualmente, querendo vir-a-ser mais fortes, lhe opõem resistência. Mas, além da noção de vontade de potência, Nietzsche também usa os termos impulso (*Trieb*), afeto (*Affekt*) e, por vezes, instinto (*Instinkt*), de modo intercambiável, quando quer tratar dos elementos que compõem a totalidade corpo/alma. Em *Para Além de Bem e Mal*, ele define a alma como uma “estrutura social de impulsos e afetos” (Cf. Nietzsche 10, JGB/BM §12), e o corpo como “uma estrutura social de muitas almas” (Nietzsche 10, JGB/BM §19). Com isso, ele evidencia que todo corpo quer, sente e pensa; e, a “pequena razão”, que chamamos alma ou espírito, teria apenas um caráter instrumental, seria apenas um “brinquedo” desta “grande razão” que é o corpo: “Todo eu sou corpo e nada mais; a alma não é mais que uma palavra que designa uma parte do corpo (...) Essa pequena razão que tu chamas de ‘espírito’, ó meu irmão, é um pequeno instrumento do teu corpo e um brinquedo da tua grande razão” (Nietzsche 7, Za/ZA, “Dos desprezadores do corpo”). Logo, o corpo, assim com a alma que não

seria mais do que uma parte dele, é considerado uma estrutura social de impulsos ou afetos que, longe de buscarem um equilíbrio interno, estão em luta constante por aumento de potência, em analogia a uma comunidade onde são estabelecidos processos de dominação, relações de mando e obediência (Cf. Nietzsche 10, JGB/BM §19).

Ademais, na filosofia nietzschiana as idéias de potência, superação, criação, saúde e alegria andam juntas. Se em Espinosa, a alegria depende dos bons encontros e está relacionada ao aumento da nossa potência de agir, em Nietzsche, a felicidade também está relacionada ao sentimento de uma potência que se eleva devido a uma resistência superada: “O que é a felicidade? O sentimento de que uma potência *cresce*, de que uma resistência foi vencida” (Cf. Nietzsche 6, AC/AC § 2). Relacionada à alegria, a elevação da potência do corpo encontra-se associada ao simbolismo da dança⁵, pois, metaforicamente, Nietzsche apresenta a luta entre os afetos como um ensaio de novas coreografias próprio da vida. Se a potência do corpo está elevada é porque a dança dos afetos está caracterizada pelo dinamismo e pela mudança de formas, se está diminuída, é porque os conjuntos afetivos encontram-se desorganizados, não conseguindo compor um bailado harmonioso. No primeiro caso, quando o corpo está mais ativo em sua dança, ele experimenta diferentes pensamentos, sentimentos e querer e se recria incessantemente; no segundo, quando a dança arrefece, ele tende à estagnação de suas formas de querer, sentir e pensar, o que diminui sua potência criativa. Como este conjunto afetivo está constantemente se alterando, a elevação de potência passa a ser uma condição que continuamente se procura, já que os processos de diminuição de potência ou descompasso são inevitáveis. Por este viés, a saúde seria a capacidade de manter a dança dos afetos sempre vivaz, através da criação de diferentes coreografias vitais. Mesmo que a dança arrefeça por um tempo, que o bailado não seja harmonioso, o que importa é que ela continue ativa e supere os períodos de descompasso.

É em vista disso que em *A Gaia Ciência* Nietzsche define a “grande saúde” como uma saúde “mais alegre” que supera a doença, em oposição à “pequena saúde”, que não a suporta. Entendida como uma saúde que incorpora períodos de declínio, de *décadence*, a “grande saúde” é definida como uma saúde que constantemente se *conquista* e não se *tem* permanentemente, por isso mesmo ela é uma “saúde mais forte, mais engenhosa, mais tenaz, mais temerária, mais alegre, do que todas as saúdes que houve até agora” (Nietzsche 8, FW/GC V § 382). Ou seja, a “grande saúde” não é uma saúde perfeita, ideal, entendida como ausência de doença, mas como a capacidade que temos de enfrentar a experiência do adoecimento, que a nós é inevitável, e superá-la, fazendo dela uma oportunidade de criação de diferentes modos de querer, sentir e pensar. A verdadeira doença, para ele, seria o paralisar-se no estado crítico, sem conseguir fazer do adoecimento uma experiência potencializadora. Deste modo, através da idéia de “grande saúde”, Nietzsche subverte a concepção corrente de saúde, podendo, numa autodiagnose tipológica, se considerar um tipo saudável, malgrado seus constantes episódios de enfermidade. Tal subversão é o que dá sentido ao relato que faz na autobiografia *Ecce Homo* de seus episódios de doença, de seus momentos de “declínio vital” (as dores de cabeça lancinantes, a doença dos olhos, a fraqueza do sistema gástrico...), mostrando que foi apenas por ser “*sadio no fundamento*” (Cf. Nietzsche 8, EH/EH “Porque sou tão sábio”, § 2) que pôde, através da experiência da *décadence*, olhar a vida através de diferentes ópticas, “*transtocar perspectivas*” que, como ele mesmo diz, é condição *sine qua non* para sua maior tarefa, a de transvaloração dos valores (Cf. Nietzsche 8, EH/EH “Porque sou tão sábio”, § 1).

Vemos também que na filosofia nietzschiana é estreita a relação entre vontade de potência, grande saúde e criação de valores, pois é a possibilidade de elevação de potência a condição ou pré-requisito para

a tarefa de transvaloração dos valores, sendo vista como o *pressuposto fisiológico* do tipo saudável: “Para compreender esse tipo, é preciso primeiramente ganhar clareza sobre o seu pressuposto fisiológico: o que denomino a *grande saúde*” (Cf. Nietzsche 11, EH/EH, “Assim falou Zaratustra”, § 2). Dado isto, podemos supor que quando Nietzsche, no relato autobiográfico, diz mostrar “como alguém se torna o que se é”, ele se refere exatamente ao processo de uma estrutura afetiva ou de uma configuração fisiopsicológica saudável aumentando o seu grau de potência, e em decorrência disto criando valores outros, que não os judaico-cristãos. Por este viés, até mesmo o tom demasiado autoafirmativo que Nietzsche imprime às seções do escrito se explicaria porque a vida nele, como um tipo dotado de grande saúde, pode transbordar. Destarte, podemos dizer que através do relato de suas experiências de vida, Nietzsche quer mostrar a trajetória de realização daquilo que é próprio ao corpo em seu grau máximo ou ótimo (*optimum*) de potência. Nas palavras de Espinosa, da realização total “daquilo que pode o corpo” (Cf. Espinosa 15, EIII SP2). Portanto, analogamente a Espinosa, que considera que corpo e mente não agem tendo em vista fins, mas operam segundo uma causa eficiente interna, isto é, por decorrência necessária de sua potência, o *conatus*; para Nietzsche, a possibilidade efetivada de criação de distintos valores também seria o resultado necessário do exercício de sua potência elevando-se, como “sintoma” de sua saúde corporal. E assim como Espinosa não propõe uma ética normativa⁶, transcendente, haja vista que para ele os valores são criados de modo imanente tendo por único critério o *conatus* singular, Nietzsche não pretende, na autobiografia, apresentar um “guia de conduta” ou uma nova “tábua de valores” a ser tomada por lei ou dogma, mas sim atestar a possibilidade de criação de outras tantas morais por tipos que, como ele, são dotados de grande saúde.

Com efeito, segundo o filósofo alemão, cada um compõe sua própria “tábua de bens”, de acordo com suas necessidades vitais: “As valorações de uma pessoa denunciam algo da *estrutura* de sua alma, e aquilo em que ela vê suas condições de vida, sua autêntica necessidade” (Nietzsche 10, JGB/BM § 268). Por isso, quando, no contexto genealógico, ele se põe a fazer a análise diagnóstica dos tipos saudáveis ou doentios, são as morais que passam a ser vistas como uma “*semiótica dos afetos* (*Zeichensprache der Affekte*)” (Nietzsche 10, JGB/BM, § 187), e o processo de criação de valores como os sintomas da saúde ou doença dos tipos. Na *Genealogia da Moral*, ao tratar da “*rebelião escrava na moral*” (Nietzsche 9, GM/GM, I, § 10), Nietzsche apresenta uma tipologia ou caracteriologia composta por tipos fortes e fracos, representados pelos nobres e pelos escravos, e uma sintomatologia pautada na atividade e na reatividade vitais. Nesse contexto, ele fala do caráter reativo e não ativo do processo de criação de valores do tipo fraco, e do caráter necessariamente ativo do tipo forte, que valora a partir de uma atitude afirmativa (nós nobres, nós bons, nós belos, nós felizes!) e não sabe separar a felicidade do agir: “*o estar em atividade é por eles incluído e computado, com necessidade, na felicidade*” (Nietzsche 8, GM/GM. I, § 10). O tipo fraco, reativo, ao invés de criar valores a partir de um olhar afirmativo para si próprio, precisa negar os valores já criados pelo tipo forte: “a moral dos escravos precisa sempre, para surgir, de um mundo oposto e exterior, precisa, dito fisiologicamente, de estímulos externos para em geral agir - sua ação é, desde o fundamento, por reação” (Nietzsche 8, GM/GM. I, § 10). É, portanto, por reação e oposição aos valores dos fortes que os fracos compõem a sua “tábua de valores”, seu bom e seu mau. Destarte, se as características do tipo forte são a atividade e a felicidade, as marcas do tipo fraco, dos “*impotentes, oprimidos, ulcerados de sentimentos venenosos e hostis*”, são a reatividade e uma sensação “artificial”, fictícia de felicidade, porque sempre atrelada à condição de infelicidade dos

inimigos. Para este tipo, avaliado fisiopsicologicamente, a felicidade não se vincula à ação, mas à passividade, já que ela aparece essencialmente como “narcose, ensurdecimento, tranqüilidade, paz, ‘sabbat’, distensão da mente e extensão dos membros, em suma, *passivamente*” (Nietzsche 8, GM/GM. I, § 10).

Ora, as noções de atividade e passividade nos remetem diretamente à filosofia de Espinosa. Isto é, se em Nietzsche podemos dizer que há uma tipologia ou caracteriologia, composta por tipos doentios ou saudáveis, passivos ou ativos; em Espinosa, a tipologia⁷ se refere a disposições atuais de corpo, estados de transição de momentos de maior passividade para uma maior atividade da totalidade corpo/mente. Lembremos que, segundo Espinosa, corpo e mente são potencializados e despotencializados conjunta e simultaneamente, ao contrário da tradição que mostra uma alma ativa num corpo passivo e uma alma passiva num corpo ativo. De outro modo, na filosofia espinosana, atividade e passividade estão relacionadas, respectivamente, com a adequação e inadequação das idéias. Com efeito, quando Espinosa trata especificamente da mente, esclarece que ela é tanto mais passiva quanto mais idéias confusas e inadequadas tem, e é ativa na medida em que tem maior número de idéias adequadas ou claras e distintas (Cf. Espinosa 15, EIII CP1). Além da relação com a adequação e a inadequação, para ele, a atividade da mente tem uma relação direta com o afeto da alegria, pois “*quando a mente concebe a si própria e à sua potência de agir; ela se alegra (...). E a mente necessariamente considera a si própria quando concebe uma idéia verdadeira, ou seja, uma idéia adequada*” (Espinosa 14, EIII DP58). Portanto, se a mente se alegra na medida em que concebe idéias adequadas, isto é, enquanto age (Cf. Espinosa 15, EIII DP58), nenhum dos afetos tristes podem ser referidos a ela enquanto é ativa. E enquanto uma mente alegre tem sua capacidade ou potência de agir aumentada, uma mente triste tem sua capacidade de

agir diminuída ou contrariada (Cf. Espinosa 15, EIII DP59). Ademais, para a mente, a transição da passividade para a atividade diz respeito à sua capacidade de conhecer adequadamente seus afetos, sendo esta capacidade mesma de conhecê-los a maior causa de alegria, pois “*quem compreende clara e distintamente a si próprio e os seus afetos, alegra-se*” (Espinosa 15, EV DP15). Podemos dizer então que para Espinosa a mutação (*mutatio*) dos afetos passivos em ativos se dá quando o conhecer passa a ser o mais potente, o mais poderoso dos afetos, pois o conhecer, ou a atividade intelectual, é sempre alegre, podendo mesmo nos conduzir a um estado de liberdade ou beatitude (Cf. Espinosa 15, EV Praef.).

Além disso, quando ele trata do aumento ou diminuição da potência de agir do corpo humano, diz que essa variação depende das maneiras como o corpo afeta e é afetado por outros corpos externos, pois é desse modo que ele encontra elementos que podem lhe ser úteis à sua conservação, preservando as relações de movimento e repouso que suas partes têm entre si, evitando através disso que ele seja destruído (Cf. Espinosa 15, EIV P39). Vale dizer que, para Espinosa, nenhuma coisa pode ser destruída, dada sua positividade e indestrutibilidade intrínsecas, a não ser por uma causa exterior (Cf. Espinosa 15, EIII P4). Isso porque cada coisa, enquanto está em suas forças, esforça-se para perseverar na existência opondo-se a tudo que possa vir a suprimi-la (Cf. Espinosa 15, EIII P6). Esforço que, como vimos, é traduzido pela noção de *conatus*. Mas, apesar de cada coisa perseverar na existência, sua força é limitada e infinitamente superada pela potência de causas externas (Cf. Espinosa 15, EIV P3). Em resumo, não encontramos, internamente ou essencialmente nas coisas, nada que as possa destruir. Ora, quando Espinosa se refere aos afetos da tristeza e da alegria é também desta possibilidade de destruição ou conservação que ele trata. Ao falar da aptidão do corpo para afetar e ser afetado, ele apresenta o contentamento (*hilaritatem*) como uma alegria que concerne à totalidade

corpo/mente, em que a potência de agir é aumentada ou favorecida de tal maneira que todas as suas partes conservam entre si a mesma relação de movimento e repouso, e a melancolia (*melancholiam*) como uma tristeza que, ao afetar a coisa em sua totalidade, diminui ou entrava sua potência de agir e, na mesma lógica, afeta o equilíbrio interno na proporção de movimento e repouso das partes que a compõem (Cf. Espinosa 15, EIII P11; EIV P42). A melancolia ocorreria, então, quando uma afecção é sentida, experimentada como tristeza, e que toma conta da totalidade corpo/mente, travando seu esforço de preservação na existência, o *conatus*, podendo até mesmo conduzir o indivíduo à morte.

Ao ver de Espinosa, enquanto a melancolia é sempre má, o contentamento é sempre bom e nunca excessivo, considerando que quanto maior a alegria com que somos afetados, maior é a perfeição para a qual passamos. Vale dizer que o amor, embora seja uma alegria (*laetitia*), é uma alegria acompanhada de uma excitação, que pode essa sim ser má, pois ocorre quando uma parte do corpo é afetada mais do que as outras e a potência desse afeto supera as outras ações do corpo, impedindo que ele seja afetado de outros modos (Cf. Espinosa 15, EIV DP43). Isso porque o corpo humano, por ser composto de muitas partes de natureza diversa, carece continuamente de alimento novo e variado, para que esteja apto para ser afetado de muitos modos e a mente também apta para entender simultaneamente várias coisas. Caso contrário, se o corpo for afetado por uma causa externa de potência maior do que a dele, ele fica impedido de ser afetado de outros modos, o que retém a mente na contemplação de um único objeto, tornando-se obsessiva. Tanto a força de um afeto quanto do desejo que dele deriva podem, portanto, ser excessivos, fazendo com que os homens, afetados de tal maneira por um único objeto (por exemplo, dinheiro, glória ou a pessoa amada), enlouqueçam ou delirem, passando a vê-lo diante de si, embora este nem mesmo esteja presente (Cf. Espinosa

15, EIV SP44). Portanto, tanto a preponderância dos afetos tristes na totalidade corpo/mente, quanto a fixação em um único e mesmo afeto, e no desejo excessivo que dele surge, podem ser contados entre as doenças, pois ambos levam igualmente ao enfraquecimento do *conatus*, na medida em que diminuem a capacidade do corpo de ser afetado de diferentes modos. Além da melancolia e da obsessão delirante, outro alvo de Espinosa é a flutuação da alma (*fluctuatio animi*), acontecimento que se dá quando um único objeto é causa de afetos contrários, como o amor e o ódio (por exemplo, no ciúme, há o ódio pela pessoa amada e a inveja do novo amante) (Cf. Espinosa 15, EIII P35). Tomado pelo ciúme, o indivíduo está refém da exterioridade, pois aquilo que constitui a forma do amor ou do ódio é a alegria ou tristeza acompanhada da idéia de uma causa externa (Cf. Espinosa 15, EIII SP13). Tanto o ódio pela amada, quanto a inveja do amante, que é também ódio pela felicidade de outrem, são afetos passivos e tristes.

Assim, como que compondo uma sintomatologia e uma terapêutica, Espinosa considera as lágrimas, os soluços, os medos como sinais de um ânimo impotente, que podem e devem ser combatidos o quanto antes, como forma de expulsar a melancolia (*melancholiam expellere*) (Cf. Espinosa 15, EIV SP45). Como princípio de conduta ou “norma de vida”, ele sugere a “moderação” (*moderatio*), isto é, usar das coisas e deleitar-se delas, mas não até a exaustão, pois: “*é próprio do homem sábio recompor-se e reanimar-se moderadamente com bebidas e refeições agradáveis, assim como todos podem se servir, sem nenhum prejuízo alheio, dos perfumes, do atrativo das plantas verdejantes, das roupas, da música, dos jogos esportivos, do teatro, e coisas do gênero*” (Espinosa 15, EIV SP45). E embora diga que na *Ética* não teve a intenção de apresentar uma “*medicina mentis*” (Cf. Espinosa 15, EV Praef.), de algum modo ele nos oferece uma “terapêutica” para a flutuação da alma, ao dizer que o melhor “remédio” contra os afetos passivos é o verdadeiro conhecimento deles: “*um afeto,*

que é paixão, deixa de ser paixão no momento em que dele formamos uma idéia clara e distinta” (Espinosa 15, EV P3); e já que conhecer é ter clareza das causas, “na medida em que conhecemos as causas da tristeza, nesta mesma medida ela deixa de ser paixão, isto é, nessa mesma medida ela deixa de ser tristeza” (Espinosa 15, EV SP18). Para Espinosa, uma mente internamente disposta (*interne disponitur*), como aquela que não se encontra refém da exterioridade, é causa adequada de suas idéias, potente o suficiente para moderar seus afetos, já que os conhece clara e distintamente. Por isso, a mente tem potência para suprimir afeto passivo ou paixão, através de três grandes poderes: poder formar um conceito claro e distinto de todas as afecções do corpo; poder na mente formar uma idéia clara e distinta dos afetos; poder desligar o afeto da causa externa e ligá-lo a outros pensamentos, evitando a flutuação do ânimo (*fluctuatio animi*). Dado isso, primeiramente, ele conclui que o melhor remédio para os afetos é o conhecimento deles, visto que a mente não tem outro poder que não seja o de pensar e o de formar idéias adequadas (Cf. Espinosa 15, EV SP4), e, em segundo lugar, que o agente da mudança (*mutatio*) de qualidade dos afetos, de passivos para ativos, trata-se da potência da mente em considerar as coisas clara e distintamente, porque é causa adequada de suas idéias, as quais seguem apenas de sua natureza. Entendendo clara e distintamente todas as afecções do corpo e seus afetos, a mente evita a flutuação do ânimo e o excesso dos desejos, provenientes de idéias inadequadas.

E se uma terapêutica, elaborada a partir do pensamento de Espinosa, nos dá elementos para fazer frente à melancolia, à obsessão delirante e à flutuação do ânimo, a terapêutica nietzschiana nos mostra como podemos combater o “pior dos males”, o ressentimento, visto que “nenhuma chama nos devora tão rapidamente quanto os afetos do ressentimento” (Nietzsche 8, EH/EH, “Porque sou tão esperto”, § 6). Embora Nietzsche, como vimos, não queira nos escritos autobiográficos

oferecer um “guia de conduta”, ele pretende sim mostrar como é possível, através dos remédios adequados a cada constituição fisiopsicológica, curar-se do ressentimento. Assim como o melancólico espinosano é reativo, já que todas as suas forças estão voltadas para a supressão da causa geradora da tristeza⁸, para Nietzsche as principais características do tipo ressentido são, também, a reatividade e o superdesenvolvimento mnésico. Por isso, em *Ecce Homo*, ele diz que sempre procurou ter cautela para não reagir imediatamente a um estímulo nocivo (técnica que ele chama de “fatalismo russo”) e esquecer rapidamente o que lhe afetou, de modo que uma má lembrança não se tornasse para ele uma “ferida supurante”. Com efeito, a seu ver, numa situação adversa é melhor não reagir, quando uma reação produziria um rápido consumo de energia nervosa e o aumento de secreções prejudiciais, por exemplo, de bÍlis no estômago (Cf. Nietzsche 11, EH/EH, Porque sou tão esperto, § 6). Nesses casos, a solução é *reagir com a menor frequência possível*, em situações e relações em que teríamos que suspender nossa iniciativa e nos tornarmos apenas reagentes (Cf. Nietzsche 11, EH/EH, “Porque sou tão esperto”, § 8). Também, na *Genealogia da Moral*, quando Nietzsche analisa os modos de valoração dos tipos, ele defende a inevitabilidade do ressentimento no tipo fraco, enquanto “o ressentimento do homem nobre, quando nele aparece, se consome e se exaure numa reação imediata, por isso não *envenena*: por outro lado, nem sequer aparece, em inúmeros casos em que é inevitável nos impotentes e fracos” (GM/GM 8, I, § 10). Em sua diagnose tipológica, ele reconhece um tipo saudável, uma *índole bem lograda*, como aquele que sabe *esquecer* (Cf. Nietzsche 8, EH/EH, “Porque sou tão sábio”, § 2). Por esse critério, o ressentido seria um “dispéptico”, pois tendo a capacidade de esquecimento comprometida, não conseguiria digerir suas vivências, não sendo capaz de “dar conta” de nada (Cf. Nietzsche 9, GM/GM, II, § 1). Segundo Nietzsche, a solução encontrada para isso é não

levar a sério por muito tempo os inimigos, as desventuras, recorrendo para isso à “força plástica, modeladora, regeneradora, propiciadora do esquecimento” (Nietzsche 8, GM/GM, I, § 10). O que ele chamará mais adiante de “força inibidora, ativa, positiva” do esquecimento que, sem a qual “não poderia haver felicidade, jovialidade, esperança, orgulho, *presente*” (Nietzsche 9, GM/GM, II, § 1).

Esquecimento e fatalismo russo foram, então, os medicamentos que Nietzsche encontrou para evitar o ressentimento, que, infelizmente, é a mais natural inclinação do enfermo. No prefácio a *Humano demasiado humano*, ele conta que ao se colocar como “*médico e doente em uma pessoa*”, elaborou uma “dietética e disciplina” para, em momentos de sofrimento, vencer a luta contra o ressentimento, o pessimismo do cansaço de viver (Cf. Nietzsche 8, VM/OS, prefácio, § 5). Assim, se a psicologia de Nietzsche visa identificar os afetos do ressentimento, e combatê-los, sua medicina consiste em saber escolher os remédios mais apropriados contra eles, o que exige uma postura ativa daquele que está disposto a tomar-se nas mãos e curar-se a si próprio (Cf. Nietzsche 8, EH/EH, “Porque sou tão sábio”, § 2). “*Médico, ajuda a ti próprio*”, diz ele em *Assim falava Zaratustra*, “*assim ajudas também a teu doente. Seja esta tua melhor ajuda, que ele veja com seus olhos aquele que cura a si próprio*” (Nietzsche 8, Za/ZA. “Da virtude que dá”, § 2). Em *Ecce Homo*, Nietzsche explica que enquanto os tipos doentios escolhem sempre os remédios errados, o tipo sadio, *instintivamente*, sempre escolhe os remédios certos, pois age segundo um “princípio seletivo”, que lhe permite escolher o que lhe é mais apropriado e deixar de lado o que lhe é pernicioso, em questões de alimentação, moradia, clima, amigos, recreações etc. Ou seja, ele nunca foi um tipo doentio, *décadent*, pois em momentos de enfermidade e baixa vitalidade, *instintivamente*, sempre escolheu os remédios certos à sua cura, evitando sucumbir ao pessimismo e aos afetos do ressentimento. Na autodiagnose

tipológica, ele se reconhece como um tipo saudável, caracterizando uma *indole bem lograda* como aquela que “só encontra sabor naquilo que lhe é compatível; seu agrado, seu prazer cessa, onde a medida do compatível é ultrapassada. Adivinha meios de cura contra danos, utiliza acasos ruins em sua vantagem: o que não o derruba, torna-o mais forte” (Nietzsche 8, EH/EH, “Porque sou tão sábio”, § 2). Isso porque ele acredita que cada um tem a sua medida⁹; tanto de assimilação fisiológica (alimentar) quanto de assimilação psicológica (vivencial), que não devem ser excedidas. Em resumo, para o filósofo, caberia então a cada um diagnosticar em si mesmo os sintomas da *decadence* e procurar encontrar os “remédios certos” para combatê-la, selecionando aquilo que mais está de acordo com sua configuração fisiopsicológica singular, de modo a potencializá-la e não esgotá-la, respeitando a sua medida própria.

Já no contexto da crítica genealógica, Nietzsche associa os afetos do ressentimento às “idéias fixas”, que sendo inextinguíveis, onipresentes e inesquecíveis não concorreriam com outras idéias e hipnotizariam o sistema nervoso (Cf. Nietzsche 8, GM/GM, II, § 3). Aqui, a idéia de que a vida não vale a pena ser vivida, associada aos sentimentos de vingança e rancor, é tomada como o sintoma mais evidente do tipo fraco, *décadent*. Com efeito, tal tipo, ante a experiência do sofrimento, recai no ódio ao corpo, desejante, impuro e perecível, e na revolta contra a vida, considerada, pela dor que lhe é inerente, cruel e injusta. Destarte, os tipos fracos, *décadents*, apregoando uma má-vontade contra a vida, expressando “um ódio contra o humano, mais ainda contra o animal, mais ainda contra a matéria, essa repulsa aos sentidos, à razão mesma, o medo da felicidade e da beleza, esse anseio por afastar-se de toda aparência, mudança, vir-a-ser, morte, desejo, anseio mesmo” (Nietzsche 8, GM/GM, III, § 28), promovem uma “rebelião contra os mais fundamentais pressupostos da vida” e vêem-se assim às voltas com um “niilismo suicida”. Em sua crítica à psicologia

do cristianismo, Nietzsche fala que o cristão é um ressentido, que odeia o corpo, a vida e não vê sentido algum em viver, e só não se suicida por conta da morte auto-infligida ser um tabu religioso. Encontrando alento apenas na idéia de imortalidade da alma e em sua ida para um além-mundo, o cristão precisa necessariamente opor corpo e alma, separar *este* mundo do *outro* mundo, ideal, para o qual a alma se encaminharia após a morte do corpo. Por outra perspectiva, Nietzsche acredita que uma cultura não deve começar pelo cuidado com a “alma”, mas pelo “lugar correto”, e: “o lugar correto é o corpo, os gestos, a dieta, a fisiologia, o resto segue daí...” (Nietzsche 8, GD/CI. “Incursões de um extemporâneo”, § 47).

Por isso, em oposição à “rebelião contra os mais fundamentais pressupostos da vida”, em sua terapêutica, Nietzsche se interessa pelas “disposições fundamentais da própria vida”, pelas pequenas coisas do cotidiano, consideradas insignificantes: “*alimentação, lugar, clima, a inteira casuística do amor-próprio*” (Nietzsche, EH/EH, “Porque sou tão esperto”, § 10). Quanto a elas, ele acredita ser necessário *reaprender* a não mais desprezá-las, mas tomá-las por fundamentos de um “cuidado de si”¹⁰, entendido não só como um processo de escolha de modos de vida mais saudáveis, mas também de revisão de valores e de adoção de uma ética afirmativa da vida. Em vista disso, ele enceta uma empreitada mais ampla, a de elaboração de uma “medicina para a civilização”, já que vê o ressentimento, ou seja, a condenação da vida, a revolta contra ela, não só como o mal do seu século, mas como um mal que já domina os pensadores há séculos, pois nasce com o platonismo e atravessa toda a história do pensamento ocidental, com a idéia de um mundo verdadeiro, em oposição a *este* mundo, o efetivo (Nietzsche 8, GD/CI. “História de um erro. Como o “verdadeiro mundo” acabou por se tornar uma fábula”). Assim, em contraposição a estes pensadores doentios, que até então defenderam valores que alimentam o ódio à efetividade, Nietzsche aspira

a um “espírito criador” que seja capaz de, em um tempo vindouro, fazer diferentes ensaios, experimentar outras formas de valorar e criar novas “tábuas de valores”, que não mais expressem um profundo mal-estar com os processos efetivos¹¹. Espera a vinda de homens dotados de grande saúde que possam livrar a efetividade da “maldição” deposta sobre ela (Cf. Nietzsche 8, GM/GM, II, § 24). Até chegar esse momento, ele mesmo, como um tipo da grande saúde, quer a partir da exposição de sua trajetória de vida abrir caminhos para outras e inúmeras possibilidades de criação de valores que sejam afirmativos em relação aos processos dinâmicos da efetividade.

Assim, se na terapêutica nietzschiana há a necessidade de realizar o diagnóstico de como se processa a nossa dinâmica afetiva, como forma de fazer o combate aos afetos do ressentimento, sendo central a idéia de seleção daquilo que nos potencializa, igualmente, para Espinosa, é necessário conhecer adequadamente como se dá nosso funcionamento afetivo e realizar encontros que aumentem nossa potência de agir, selecionando aqueles que são úteis ao fortalecimento do *conatus*, como uma forma de expulsar a melancolia, evitar a flutuação do ânimo e as obsessões de toda ordem. E se considerarmos que para ambos os filósofos o aumento da potência de agir está diretamente relacionado à criação de novos valores; na medida em que eles procuram fazer frente à tristeza e à impotência, ou seja, aos afetos que limitam nosso agir no mundo, abrem caminho para uma ética de afirmação da vida, para a qual até mesmo a doença, como momento crítico, não resvala necessariamente no ressentimento e na melancolia, mas pode ser vivida como oportunidade de descoberta de potencialidades, pelo ensaio e experimentação de outras maneiras de querer, sentir e pensar e pela revisão de valores que ela comumente impõe. Com isso, Espinosa¹² e Nietzsche¹³ nos levam a pensar que uma terapêutica que objetiva de fato promover saúde deve ser entendida como uma arte de despertar potencialidades e de criação

de novas formas ou modos de agir no mundo, um processo essencialmente afetivo, que visa a tomada de consciência de quais afetos estão em jogo na realização de toda e qualquer atividade cotidiana, o que também implica escolhas e ações salutares próprias, e não uma “moralização” dos atos da vida diária, encontrada nos manuais de psicologia do comportamento e de higiene coletiva. Afinal, considerando que cada indivíduo é singular, a terapêutica será estritamente pessoal, pois não há nenhuma fórmula ou receita que seja universal, prescritivo-normativa para a conquista da saúde, pois o que está em jogo, no caso de Nietzsche, é a elevação da potência que é própria a cada corpo, ou, de acordo com Espinosa, o que se almeja é o fortalecimento do *conatus* de cada indivíduo, como coisa singular.

NIETZSCHE AND SPINOZA: FUNDAMENTS FOR A THERAPEUTICS OF AFFECTIONS

Abstract: In this article, from the analysis of the concepts of body and power present in Spinoza's and Nietzsche's philosophies, we aim to show that both philosophers criticize transcendent values, affirming the necessity of creating new values. They show that, in order to make possible an affirmative ethical life, one has, above all, to increase the potency of the whole body/mind, obtained through a therapeutics based on the affective dynamics. Considering that both, Nietzsche and Spinoza, had used the same affection, the joy, to cure powerlessness and that both offer a strictly personal therapy, refusing the creation of a normative ethics, we conclude that a therapy which truly proposes to bring health should be an essentially affective process, based on healthy choices and acts that people should take of their own, instead of a moralization of everyday acts, operated by behavioral psychology manuals and collective hygiene.

Keywords: body – health – power – therapeutics – affectivity

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. DELEUZE, G. *Espinosa: filosofia prática* (trad: Daniel Lins e Fabien Pascal Lins). São Paulo, Escuta, 2002.
2. FOUCAULT, M. Les techniques de soi. In: *Dits et Écrits*. Paris, Gallimard, 1994, Vol. IV, pp. 783-813.
3. GADAMER, H-G. *O mistério da saúde: o cuidado da saúde e a arte da medicina*. Lisboa, Edições 70, 1997.
4. MARTINS, A. Nietzsche, Espinosa, o acaso e os afetos: encontros entre o trágico e o conhecimento intuitivo. *O Que nos Faz Pensar*, Rio de Janeiro, v. 14, p. 183-198, 2000.
5. MARTON, S. Extravagâncias: ensaios sobre a filosofia de Nietzsche (*Coleção Sendas e Veredas*). Discurso Editorial / Editora UNIJUÍ, 2ª edição. 2001.
6. NIETZSCHE, F. *El Anticristo* (trad: Andrés Sánchez Pascual). Madrid, Alianza Editorial, 1974.
7. _____. *Assim falava Zaratustra* (trad. Mário da Silva). Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1998.
8. _____. *Obras Incompletas* (trad: Rubens Rodrigues Torres Filho). OS PENSADORES. São Paulo, Ed. Nova Cultural, 1999.
9. _____. *Genealogia da Moral* (trad. Paulo César de Souza). São Paulo, Companhia das Letras, 1999.
10. _____. *Além do Bem e do Mal* (trad. Paulo César de Souza). São Paulo, Companhia das Letras, 2000.
11. _____. *Ecce Homo* (trad. Paulo César de Souza). São Paulo, Companhia das Letras, 2000.
12. _____. *A Gaia Ciência* (trad. Paulo César de Souza). São Paulo, Companhia das Letras, 2001.
13. SANTIAGO, H. O filósofo espinosista precisa criar valores? *Trans/Form/Ação*, São Paulo, 30(1): 127-149, 2007.
14. SANTIAGO GUERVÓS, L.E. Nos limites da linguagem: Nietzsche e a expressão vital da dança (trad: Alexandre Filordi de Carvalho). *Cadernos Nietzsche* 14, São Paulo, 2003. pp.83-30.
15. SPINOZA, B. *Ética* (Tradução e notas de Tomaz Tadeu). Belo Horizonte, Autêntica Editora, 2007 [edição bilingüe latim/português].

16. ZATERKA, L. *Conatus* e vontade de potência: semelhanças e dessemelhanças. *Cadernos Espinosanos* II (I), São Paulo, 1997, pp.07-31.

NOTAS

1. Concordamos integralmente com Santiago quando defende que Nietzsche e Espinosa não compartilham somente a crítica aos valores transcendentais, através do questionamento da moral vigente, mas também a ideia de que os filósofos têm a tarefa de criar novos valores. Ou seja, ele acredita que após a análise crítica dos preconceitos e da moral, Espinosa chega a dar um passo semelhante ao de Nietzsche, que é advogar a necessidade de criação de novos valores que favoreçam a vida, isto é, favoreçam os encontros alegres e firmem-nos na busca da felicidade, que proporcionem o aumento de nossa potência de agir (Cf. Santiago 13, p.133).
2. Estamos também de acordo com Martins quando afirma que, num primeiro momento, podemos pensar que não há proximidade entre as filosofias espinosana e nietzschiana, por Espinosa ser um racionalista que propõe a moderação dos afetos e das paixões e a minimização do acaso, e Nietzsche um crítico da razão, que os aceita integralmente. Ao contrário, o comentador acredita que o maior incômodo de Nietzsche é em relação ao racionalismo de Espinosa, mais a seu método do que a suas ideias. Ademais, através de uma análise mais detida, é possível ver que nem Espinosa pretende estabelecer um domínio total sobre os afetos, nem Nietzsche advogar o poder absoluto dos afetos e do acaso sobre nós (Cf. Martins 4). Portanto, como também julgamos, quando estudamos as filosofias de Espinosa e Nietzsche, encontramos mais pontos em comum do que divergências.
3. Para as citações das obras de Nietzsche, adotamos a convenção proposta pela edição Colli/Montinari das Obras completas do filósofo. Para facilitar a leitura das referências, as siglas em alemão são acompanhadas das siglas em português: FW/GC - *Die fröhliche Wissenschaft* (A Gaia Ciência); Za/ZA - *Also sprach Zarathustra* (Assim falava Zaratustra); JGB/BM - *Jenseits Von Gut und Böse* (Para Além de Bem e Mal); GM/GM - *Zur Genealogie der Moral* (Genealogia da Moral); GD/CI - *Götzen-Dämmerung* (Crepúsculo dos Ídolos); AC/AC - *Der Antichrist* (O Anticristo); EH/EH - *Ecce Homo*. Na citação, o algarismo arábico indicará o parágrafo (ex: AC/AC, § 12). Na citação de GM/GM e de FW/GC, o algarismo romano anterior ao arábico remeterá à parte do livro (ex: GM/GM, II, §16). Em Za/ZA, o algarismo romano remeterá à

parte do livro e a ele seguirá o título do discurso (ex: Za/ZA, I, “Dos desprezadores do corpo”). No caso de GD/CI e EH/EH, o algarismo arábico que se seguirá ao título do capítulo indicará o parágrafo (ex: EH/EH, “Porque sou tão esperto”, § 10).

4. O conceito vontade de potência (*Wille zur Macht*) aparece na obra publicada e, em grande parte, em fragmentos póstumos. Neste contexto, Nietzsche também usa o termo força (*Kraft*), sendo a vontade de potência o caráter intrínseco dela. Característica do mundo efetivo, a vontade de potência é também o que constitui o homem: “- *Esse mundo é a vontade de potência - e nada além disso!* E também vós próprios sois essa vontade de potência e nada além disso!” (Nietzsche 8, NF/FP, § 1067).

5. As leituras de Santiago Guervós, em seu artigo *Nos limites da linguagem: Nietzsche e a expressão vital da dança*, e de Scarlett Marton em *A dança desenfreada da vida* caminham nesta direção, mostrando as relações entre vida, dança, alegria e grande saúde. Guervós defende que a insistência do filósofo em utilizar o simbolismo da dança em seus escritos é outra maneira de exaltar e reivindicar o valor do corpo, e a alegria seria a expressão da liberdade bailarina do pensamento, própria do tipo saudável. Por isso, Zaratustra é sempre apresentado como um dançarino: “*Afinal, quem é aquele que expressa melhor a alegria e a ‘grande saúde’, quem é aquele que melhor sabe rir e o que melhor festeja a vida, a não ser o dançarino?*” (Santiago Guervós 14, p.97). Já Marton mostra como Nietzsche associa o movimento da dança ao movimento mesmo da vida, não sendo por acaso que Zaratustra, seu *alter ego*, faça dela sua principal aliada. Personagem que possui o pressuposto fisiológico da “grande saúde”, Zaratustra entoa seus cantos de dança para expressar não só a mutabilidade da vida, mas também a alegria que a caracteriza: “*Igual à vida, dança é movimento (...) Movimento, cadência e leveza, a dança é ainda alegria*” (Marton 5, p. 57-65).

6. Sobre a impossibilidade de uma ética normativa em Espinosa e em Nietzsche, são relevantes os comentários de Zaterka. Para a autora, ambos os filósofos operam uma “naturalização dos valores”, mostrando sua origem humana, demasiado humana, e rompendo com a ideia de qualquer transcendência moral: “*Espinosa mostra que os homens são essencialmente apetites e desejos. Portanto, o filósofo da Ética rompe com qualquer ‘transcendência moral’ ou se preferirmos, os valores estão ‘para além de bem e mal’. (...) A filosofia nietzschiana, sabemos, tem como fio condutor esta mesma impossibilidade. Nietzsche, através do ‘procedimento genealógico’, mostra a origem ‘humana, demasiado humana’ de todos os nossos valores*” (Zaterka 16, p.44-45).

7. Deleuze considera Espinosa um “imoralista”, assim como Nietzsche se considerava

um. Isso porque, assim como Nietzsche se coloca “para além do Bem e do Mal”, Espinosa considera que não existe o Bem e o Mal, mas o bom e o mau, como aquilo que convém ou não convém a nossa natureza. A oposição de valores (Bem e Mal) é substituída pela diferença qualitativa dos modos de existência (bom e mau). Assim, segundo o comentador, a Ética é uma tipologia dos modos de existência imanente, que substitui a Moral, porque esta se relaciona sempre com a existência de valores transcendentais. O bom ou livre, razoável ou forte, é aquele que se esforça tanto quanto pode para organizar os encontros, para se unir a o que convém a sua natureza, e desta forma aumentar a sua potência. O mau, escravo ou insensato é aquele que vive ao acaso dos encontros, que se contenta em sofrer as conseqüências dos eventos fortuitos, em gemer e acusar toda vez que o efeito sofrido se mostra contrário ao que desejava, o que lhe revela sua própria impotência (Cf. Deleuze, 1).

8. Enquanto na alegria a potência de agir está em expansão, na melancolia nossa potência de agir está como que imobilizada e direcionada apenas para o afastamento ou supressão da causa geradora de tristeza, e pode esgotar-se no reagir (Cf. Deleuze 1).

9. Podemos dizer que Nietzsche retoma a diferença existente entre os gregos entre dois tipos de medida: a que se aplica a um objeto a partir de fora (*métron*), através de um aparelho de medição, e aquela que reside na própria coisa (*metrion*), como o apropriado a ela. Com efeito, para Gadamer, é parte essencial da saúde manter-se a si mesma em sua medida própria, não permitindo que lhe sejam impostos valores padronizados, pois tal imposição seria inadequada para o caso individual: “Ali se afirma que há uma medida que não se aplica a partir de fora, mas que algo em si mesmo tem. Se quiséssemos expressá-lo em vernáculo, poderíamos dizer: não há apenas o medido (*Gemessene*) por meio de um instrumento de medição, mas também o conveniente ou apropriado (*Angemessene*)” (Gadamer 3, p.126).

10. Nietzsche fala em “cuidado de si”, “amor de si”, “cultivo de si”, “defesa de si” em oposição à idéia cristã de “renúncia de si”. Foucault (1994) considera que para os gregos o preceito do “cuidado de si” é uma das grandes regras de conduta da vida social e pessoal, um dos fundamentos da arte de viver. Não obstante, ele foi eclipsado pelo “Conhece-te a ti mesmo”, porque nossa moral, uma moral do ascetismo, não parou de dizer que o si é a instância que se deve rejeitar. Foucault, ainda, ao analisar a idéia de cuidado de si no mundo grego, afirma ser o cuidado médico permanente um de seus traços essenciais, devendo cada um tornar-se “médico de si mesmo” (Foucault 2). Em vista disso, podemos dizer que Nietzsche retoma as ideias de “cuidado de si” e “medicina de si”, para fazer frente ao ascetismo cristão, tal como foi se configurando

historicamente, como renúncia ou abdicação de si: “A moral da renúncia de si é a moral de declínio *par excellence* (...) Essa única moral que até aqui foi ensinada, a moral da renúncia de si, traz uma vontade de fim, *nega* em seus fundamentos a vida” (EH/EH, “Por que sou um destino”, § 7).

11. Por este critério, Espinosa não contaria entre tais pensadores doentes, afinal, como explica Deleuze, em Espinosa há uma “filosofia da vida”, que consiste precisamente em denunciar tudo o que nos separa da vida, todos esses valores transcendentais que se orientam contra ela: “*Antes de Nietzsche, ele denuncia todas as falsificações da vida, todos os valores em nome dos quais nós depreciamos a vida: nós não vivemos, mantemos apenas uma aparência de vida, pensamos apenas em evitar a morte e toda a nossa vida é um culto à morte*” (Deleuze 1, p.32).

12. De acordo com Deleuze, a Ética de Espinosa traça o retrato do homem do ressentimento para quem qualquer tipo de felicidade é uma ofensa, e que faz da miséria ou da impotência sua única paixão. Por isso, ela é necessariamente uma ética da alegria: “*somente a alegria é válida, só a alegria permanece e nos aproxima da ação e da beatitude da ação*” (Deleuze 1, p.34).

13. A esta outra ética que dá “Sim à vida”, Nietzsche dá o nome de *amor fati*: “Minha fórmula para a grandeza no homem é *amor fati*: não querer nada de outro modo, nem para diante, nem para trás, nem em toda eternidade” (EH/EH, “Por que sou tão esperto”, § 10).