

# A ‘grande libertação’ e a doutrina nietzschiana da saúde: A ‘grande saúde’ nos prefácios a *Humano, Demasiado Humano*

*The ‘great liberation’ and Nietzsche’s doctrine of health:  
The ‘great health’ in the prefaces to Human, All Too Human*

Marta Faustino<sup>1</sup>

## Resumo

O ensaio apresenta uma leitura cuidada dos prefácios ao primeiro e segundo volumes de *Humano, Demasiado Humano*, com vista à produção de uma interpretação unificadora das noções de ‘grande saúde’, ‘grande libertação’ e ‘doutrina da saúde’. Procurar-se-á, por um lado, esclarecer a relação estabelecida no primeiro prefácio entre a ‘grande saúde’ e a possibilidade fundante no pensamento de Nietzsche de uma ‘grande libertação’, bem como o enquadramento desta no contexto global do seu projecto filosófico. Por outro lado, procurar-se-á clarificar a intenção expressa por Nietzsche no segundo prefácio de providenciar uma ‘doutrina da saúde’ às ‘naturezas mais espirituais da geração vindoura’, distinguindo-a das terapias filosóficas tradicionais e relacionando-a com o eventual papel de Nietzsche na promoção da ‘grande saúde’ junto dos seus leitores.

**Palavras-chave:** *Grande saúde. Grande libertação.* Espíritos livres. Nihilismo. Terapia da cultura

## Abstract

The essay presents a careful reading of the prefaces to the first and second volumes of *Human, All Too Human*, in order to provide an interpretation that unifies the notions of ‘great health’, ‘great liberation’ and ‘doctrine of health’. On the one hand it will try to bring light to the relationship that is established in the first preface between the ‘great health’ and the crucial possibility in Nietzsche’s thought of a ‘great liberation’, as well as its connection to the global context of his philosophical project. On the other hand, it will try to clarify Nietzsche’s expressed intention in the second preface to provide a ‘doctrine of health’ to the ‘most spiritual natures of the rising generation’, distinguishing it from traditional philosophical therapies and relating it to Nietzsche’s eventual role in promoting the ‘great health’ among his readers.

**Keywords:** *Great health. Great liberation.* Free spirits. Nihilism. Therapy of culture

---

<sup>1</sup> Investigadora do Instituto de Filosofia da Nova (IFILNOVA)/ Universidade Nova de Lisboa. E-mail: [msffaustino@gmail.com](mailto:msffaustino@gmail.com). Este artigo foi escrito com o apoio de uma bolsa de pós-doutoramento da Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT).

## 1. Introdução

Os cinco prefácios que Nietzsche escreve em 1886 e acrescenta às suas obras já publicadas, entre as quais se incluem os dois volumes de *Humano, Demasiado Humano*<sup>2</sup>, possuem um estatuto específico no interior da sua obra, constituindo até certo ponto uma unidade que, conforme já defendido por vários autores, pode ser, juntamente com *Ecce Homo*, lida como uma espécie de genealogia do seu próprio pensamento, quer dizer, do próprio Nietzsche enquanto autor.<sup>3</sup> Todos estes prefácios estão, com efeito, repletos de uma série de alusões autobiográficas e de um conjunto de reflexões auto-genealógicas, através das quais Nietzsche olha e reavalia retrospectivamente todas as suas obras passadas<sup>4</sup>, e o conjunto de experiências e vivências a partir das quais as mesmas puderam emergir. Uma vez que, neste contexto, as suas múltiplas e constantes experiências com a saúde, a doença e, principalmente, a convalescença, desempenham um papel fundamental, estes prefácios são também uma ferramenta indispensável para a compreensão do papel fundamental que Nietzsche conferiu à saúde, à doença ou, mais concretamente, àquilo a que chamou *grande saúde*, não só no contexto global do seu pensamento, como também no interior daquilo a que, genealogicamente, considerou ser a sua peculiaridade na história do pensamento ocidental.<sup>5</sup>

De facto, mais do que nos passos que Nietzsche efectivamente dedica à *grande saúde* – apenas quatro na sua obra publicada, a que se acrescenta uma ocorrência no espólio<sup>6</sup> – parece ser nos textos em que Nietzsche reflecte sobre si mesmo, sobre a sua actividade enquanto autor, e sobre a dependência desta do seu próprio envolvimento nas suas condições de saúde, de doença e de convalescença – que encontramos as pistas mais importantes para a compreensão do significado do conceito de *grande saúde* no seu pensamento, especialmente se encararmos a exposição das vivências pessoais de Nietzsche, não como uma mera idiosincrasia, ou uma auto-glorificação vazia de uma experiência demasiado sofrida de contínua doença e

---

<sup>2</sup> *Humano, Demasiado Humano* foi originalmente publicado em 1878. O livro foi então dedicado a Voltaire e, “no lugar de um prefácio”, continha apenas uma citação do *Discurso do Método*, de Descartes. Em 1879 surge uma segunda parte, intitulada “Miscelânea de Opiniões e Sentenças”, e em 1880 a terceira parte, “O Andarilho e Sua Sombra”. Em 1886 Nietzsche decide juntar as três partes numa nova edição em dois volumes, retirando tanto a dedicatória a Voltaire como a citação de Descartes, e acrescentando um prefácio a cada um dos volumes.

<sup>3</sup> Cf. em especial MÜLLER, 2009; VIESENTEINER, 2010; PASCHOAL, 2018 (no prelo). Ver também STEGMAIER, 1992, p. 163.

<sup>4</sup> Excepção para as *Considerações Extemporâneas*, única obra a não receber novo prefácio em 1886 (*O Nascimento da Tragédia* recebe, em lugar de um prefácio, o Ensaio de Autocrítica).

<sup>5</sup> Em *Ecce Homo*, por exemplo, Nietzsche afirma que a sua filosofia é, ela própria, um produto da sua “vontade de saúde, de vida” (EH Porque sou tão sábio 2), e no Epílogo a *Nietzsche contra Wagner* diz que deve a sua filosofia aos muitos anos de doença e à “saúde mais elevada” (“uma saúde que se torna mais forte por tudo aquilo que não a destrói”) que alcançou através dela (NW Epílogo 1). Cf. a este respeito MONTEBELLO, 2001, p. 126 ss.; SCHUBERT, 2004, p. 268 ss. Sobre a noção de *grande saúde*, cf. VIEIRA, 2000 e FAUSTINO 2014b, 2016a.

<sup>6</sup> Cf. HH I Prefácio 4; GC 382; GM II 24; EH ZA 2; FP 1885 2[97].

convalescença, mas como um exemplo de transfiguração que Nietzsche pretende deixar às gerações futuras e, em particular, a futuros filósofos que pretendam dar continuidade ao seu projecto e àquilo a que chamou a sua “tarefa”.

Os prefácios aos dois volumes de *Humano, Demasiado Humano* são, cada um à sua maneira, particularmente relevantes a este respeito. O prefácio ao primeiro volume é fundamental porque é nele que se encontra a primeira ocorrência da *grande saúde* na obra de Nietzsche, neste contexto muito sugestivamente associada aos espíritos livres e, em particular, à experiência que os caracteriza mais profundamente: a *grande libertação*. Uma primeira questão que se nos coloca é, portanto, perceber de que forma é que a posse de uma *grande saúde* se relaciona com a possibilidade fundante no pensamento de Nietzsche de uma *grande libertação*, e de que forma é que esta, por sua vez, se enquadra no contexto global do seu projecto filosófico. O prefácio ao segundo volume, por outro lado, permite esclarecer de que forma se poderá alcançar esta *grande saúde* e, muito em particular, qual o contributo específico que Nietzsche poderá ter dado para a sua promoção. Apesar de, na maior parte dos casos, Nietzsche ser pouco claro quanto à forma de alcançar a *grande saúde*, pelo menos neste prefácio articula claramente a sua intenção de fornecer uma “doutrina da saúde” que deverá ser recomendada às “naturezas mais espirituais da geração vindoura” (HH II Prefácio 2).

Assim, através de uma leitura cuidada dos prefácios ao primeiro e segundo volumes de *Humano, Demasiado Humano*, pretendo neste ensaio, numa primeira parte, explorar o papel e a importância da doença e da saúde – ou da *grande saúde* – no projecto filosófico de Nietzsche, focando-me em particular na relação entre as noções de *grande saúde* e de *grande libertação*; numa segunda parte, procurarei determinar de que forma podemos entender a sua “doutrina da saúde”, dada a ausência de prescrições concretas e também a sua forte oposição a qualquer “terapia da alma” que se pretenda geral e universal.

## **2. Prefácio I: A *grande saúde* e a *grande libertação***

*Humano, Demasiado Humano* é, de acordo com o seu subtítulo, “Um livro para espíritos livres”, e, de forma não surpreendente, é também no prefácio ao primeiro volume desta obra que encontramos a sua descrição mais detalhada – ou, pelo menos, da sua génese, que Nietzsche, numa primeira instância, reconduz a uma profunda necessidade sua. Segundo o prefácio, com efeito, Nietzsche terá *inventado* os espíritos livres como forma de companhia, pela sua necessidade de não se sentir sozinho, desterrado, isolado na sua forma de ver e sentir o mundo em seu redor, e pela ausência de companheiros reais que, efectivamente e na prática,

o pudessem livrar desta mesma solidão (cf. HH I Prefácio 1-2). Nietzsche escreve que esta companhia foi aquilo de que desde sempre mais precisou para a sua “cura e recuperação” (HH I Prefácio 1), especialmente no momento em que se sentia rodeado de todos os males possíveis, como sejam a doença, a solidão, a inactividade, o estranhamento, o carácter hostil de todos os locais em que se encontrava (cf. HH I Prefácio 2). Nietzsche precisou dos espíritos livres, pois, “como compensação para a falta de amigos” (cf. HH I Prefácio 2), ou, mais precisamente, como “companheiros e fantasmas corajosos, com quem se tagarela e ri quando se tem vontade de tagarelar e rir, e que se manda para o diabo quando se tornam aborrecidos” (cf. HH I Prefácio 2). Nietzsche repete várias vezes que tais espíritos não existem, nem nunca existiram, mas abre também a esperança para que estes possam, um dia, surgir, entre os “filhos de amanhã e de depois de amanhã” de uma Europa, hoje, ainda moribunda (cf. HH I Prefácio 2). Nietzsche considera que o seu contributo para que tal possa acontecer seja a descrição dos destinos de tais espíritos livres e dos caminhos que estes têm de percorrer para que se possam tornar nisso mesmo, pelo que começa a tentar contar detalhadamente a história – que é muito provavelmente também a sua – de como um espírito se torna (ou poderá tornar) livre.

O “tornar” parece, aqui, ser o verbo-chave, uma vez que a liberdade de que aqui se trata está longe de ser uma liberdade ontológica ou metafísica e, portanto, uma liberdade que seja ou não natural ou inerente ao indivíduo, algo que pertença ou não à sua “essência” enquanto ser humano.<sup>7</sup> A liberdade de que Nietzsche se ocupa, aquela que o preocupa, e também aquela que está associada aos seus espíritos livres é, acima de tudo, uma liberdade “política”, quer dizer, uma liberdade que se ganha ou se perde, que se alcança ou de que se prescinde, “que se tem e não se tem, que se *deseja*, que se *conquista*” (cf. CI Incursões de um extemporâneo 38) na esfera pública da sociedade ou da comunidade.<sup>8</sup> À partida, e porque se nasce, justamente, em comunidade, nenhum indivíduo é “livre”: o seu nascimento, crescimento e educação no seio de uma determinada comunidade implica, desde logo, a incorporação de um determinado património de leis, regras, valores, práticas e costumes, que são assimilados e como que tornados “próprios”, inquestionada e (aparentemente) inquestionavelmente, como uma segunda pele ou natureza, tornando os indivíduos em larga medida iguais, uniformes, previsíveis,

---

<sup>7</sup> Tal como acontece com todas as temáticas e problemáticas típicas da metafísica, Nietzsche evita o tema da liberdade da vontade nos seus moldes tradicionais, não se posicionando sobre a questão, ou, melhor, afirmando ambas as posições, o que significa, no fundo, negar ambas ou não afirmar nenhuma. Aquilo que tantas vezes foi apontado como uma contradição no seu pensamento poderá antes, como em muitos outros casos, ser encarado como uma estratégia de destruição da antiga linguagem da metafísica.

<sup>8</sup> Cf. OWEN, 1995; CONWAY, 1997; CONSTÂNCIO, 2012.

domesticados, programados e programáveis ou, na expressão preferida de Nietzsche, meros “animais de rebanho” e, em certo sentido, “escravos” da cultura que habitam. Naturalmente, esta “escravatura” não se expressa da mesma forma e ao mesmo nível em todos os indivíduos, o que significa que existem diferentes graus de assimilação, incorporação e aculturação e, portanto, também diferentes graus de autonomia ou de *liberdade*.<sup>9</sup> Neste sentido, ninguém é, em absoluto e definitivamente, “livre” ou “não livre”, mas sim mais ou menos livre, quer dizer, mais ou menos *liberto* ou *libertado* (isto é, mais ou menos “livre de”), razão pela qual o “espírito livre” de Nietzsche será sempre “um espírito *tornado livre*”, ou melhor, “um espírito que *se tornou livre* [*ein freigewordner Geist*]” (EH HH 1)<sup>10</sup>. Naturalmente, quanto maior for a quantidade de coisas de que o indivíduo se consiga libertar, maior será o seu grau de liberdade (sendo certo, porém, que uma absoluta libertação ou não-prendimento não seria possível, nem sequer desejável).<sup>11</sup>

É por este motivo que, segundo Nietzsche, o grande acontecimento que está na base da possibilidade do surgimento de um espírito livre é uma “*grande libertação* [*grosse Loslösung*]” (HH I Prefácio 3)<sup>12</sup>: uma libertação, mais concretamente, de tudo aquilo a que mais fortemente se encontrava preso, destacando-se todo e qualquer sentimento de obrigação, de dever, de reverência, de gratidão, de admiração e, principalmente, de amor, uma vez que, segundo este prefácio, é fundamentalmente o amor que nos mantém presos, ou melhor, “em casa” (HH I Prefácio 3). Note-se que esta libertação não se dá por uma qualquer vontade, decisão ou intenção conscientes de um suposto “sujeito”, mas é antes experienciada “de repente”, como “um raio” ou “o abalo de um terramoto” (HH I Prefácio 3), uma espécie de convulsão interior que agita, estremece, arrepia o indivíduo sem que ele faça a mais pequena ideia do que lhe está a acontecer, e que no entanto se apodera dele e o obriga, na forma de um poderoso instinto ou impulso, a partir, a ir embora, a abandonar o conforto da sua casa e tudo

<sup>9</sup> A ideia de “liberdade” em Nietzsche parece equivaler, justamente, à ideia de “autonomia”, enquanto “independência da alma” (GC 98), “poder sobre si mesmo e sobre o destino” (GM II 2) ou “a vontade de ser responsável por si mesmo” (CI Incursões de um extemporâneo 38). Cf. CONSTÂNCIO, 2012, 2013; GEMES, 2006; POELLNER, 2009.

<sup>10</sup> Cf. também GM II 2; CI Incursões de um extemporâneo 38, 49.

<sup>11</sup> Neste sentido, mesmo o famoso “indivíduo soberano” do início do segundo ensaio da *Genealogia da Moral* não poderá expressar senão um *grau* máximo de liberdade ou autonomia, sem que, portanto, estas sejam absolutas ou radicais. Enquanto “fruto mais maduro” (GM II 2) de todo o desenvolvimento histórico que o precedeu e, na verdade, o possibilitou, o indivíduo soberano é necessariamente ainda heterónimo, condicionado e vulnerável, ainda que num grau muito inferior relativamente a qualquer outro indivíduo. Porque se conseguiu libertar num grau mais elevado e atingir um nível superior de poder sobre si mesmo, o indivíduo soberano é supramoral, mas não amoral: os seus valores são individuais, mas não surgem do nada, sendo antes formas de superação de toda a história da moral precedente. Cf. SOOVÄLI, 2009 e CONSTÂNCIO, 2012, 2013.

<sup>12</sup> Cf. também HH I Prefácio 6; FP 1885 34[33]. Cf. ainda, com um sentido semelhante, “*die grosse Befreiung*”, em CI Os quatro grandes erros 8.

aquilo que a ela estava associado, um poderosíssimo desejo de partir à procura do misterioso e desconhecido, sacrificando a este desejo tudo o que outrora fora fácil, conhecido, confortável, familiar, em suma, seu (cf. HH I Prefácio 3).

Uma súbita desconfiança, terror e mesmo desprezo por tudo aquilo que outrora fora amado, respeitado, admirado, venerado se apodera do indivíduo e, em seu lugar, instala-se uma profunda atracção por caminhadas sem rumo, por tudo aquilo que é diferente, estranho, desconhecido, frio, distante, glaciado (cf. HH I Prefácio 3). O seu olhar torna-se, pois, invertido, e a distância é pequena até que se comece a acostumar a inverter, também, os seus juízos e avaliações e a pôr em causa todo o património de regras, valores e costumes que havia herdado e incorporado. Diverte-se a olhar para as coisas sob a perspectiva contrária, com uma certa crueldade experimenta e vira ao contrário tudo aquilo que fora “mau”, censurado ou proibido, e, gradualmente, vai sentindo cada vez mais próximo e premente o ponto de interrogação sobre tudo o que lhe fora dado, especialmente sobre aquilo que lhe fora dado como mais certo, seguro, infalível, incriticável, inquestionável, eterno (cf. HH I Prefácio 3). Nas palavras de Nietzsche,

Por detrás da sua agitação e errância — pois ele vagueia inquieto e sem destino, como num deserto — encontra-se o ponto de interrogação de uma curiosidade cada vez mais perigosa. “Não será possível inverter *todos* os valores? e será o bem, talvez, mau? e Deus apenas uma invenção e subtileza do Diabo? Será tudo, no fundo, eventualmente falso? E se somos ludibriados, não somos por isso mesmo também ludibriadores? não *temos* de ser também ludibriadores?” — tais pensamentos guiam-no e seduzem-no, sempre mais além, sempre mais para baixo. (HH I Prefácio 3)

Não é difícil de perceber que, com tamanhos pontos de interrogação, não são só os valores correntes mas a própria moral e o próprio pensamento moral que são definitivamente postos em questão, pelo que facilmente se antevê a forte relação que Nietzsche viria a estabelecer entre esta *grande libertação* (e os espíritos livres) e o seu projecto de transvaloração de todos os valores. Não é, porém, por acaso, que nunca existiu um espírito livre, no sentido próprio do termo: como Nietzsche tantas vezes sublinha, o seu caminho é um caminho pejado de sofrimento, crueldade e ansiedade, um percurso sem rumo nem destino, “como num deserto” (HH I Prefácio 3), um destino de “isolamento doentio” (HH I Prefácio 4) e de uma solidão que “o rodeia e cerca, de forma cada vez mais ameaçadora e sufocante, apertando-lhe cada vez mais o coração” (HH I Prefácio 3); em suma e com particular relevância para o presente estudo, a “*grande libertação*” que lhe dá início e caracteriza todo o seu caminho é “*ao mesmo tempo uma doença, que pode destruir o indivíduo*” (HH I Prefácio 3; itálicos meus).

É neste contexto que a *grande saúde* assume uma preponderância fundamental, uma vez que, como veremos, ela se apresentará simultaneamente como a condição de possibilidade e o sinal distintivo de qualquer espírito livre. Nesta passagem em particular, Nietzsche descreve-a da seguinte forma:

(...) essa certeza e saúde monstruosa e transbordante, que não dispensa a própria doença como meio e anzol do conhecimento, (...) essa liberdade *madura* do espírito, que é igualmente auto-domínio e disciplina do coração e que abre o caminho para múltiplas e contraditórias formas de pensamento —, (...) essa extensão interior e má habituação da sobreabundância, que exclui o perigo de o espírito se poder eventualmente perder no seu próprio caminho e apaixonar-se por ele e ficar arrebatadamente sentado num canto qualquer, (...) esse excesso de forças plásticas, curativas, formativas e reabilitadoras, que é justamente o sinal da *grande saúde*, esse excesso que confere ao espírito livre o perigoso privilégio de poder viver à *experiência* e oferecer-se à aventura: o privilégio magistral do espírito livre! (HH I Prefácio 4)

De entre as várias características que Nietzsche aqui atribui à *grande saúde*, gostaria de destacar aquelas que se repetirão e tornarão recorrentes em quase todas as passagens que lhe são dedicadas, formando, assim, como que o seu núcleo definitivo: em primeiro lugar, a doença é apresentada, não como o contrário da saúde, mas como um instrumento indispensável para a própria promoção, crescimento e fortalecimento da *grande saúde*; em segundo lugar, é conferida à doença inerente à *grande saúde* uma extraordinária importância no que diz respeito, em particular, ao conhecimento (e ao autoconhecimento) e à abertura de novos, arrojados, inovadores e controversos caminhos de pensamento; em terceiro lugar, o sinal distintivo da *grande saúde* é apresentado como uma quantidade abundante de forças plásticas, curativas, formativas e regeneradoras, que permite ao indivíduo, por sua vez, recuperar continuamente de sempre novos episódios de doença, dor ou sofrimento; por último, e por todos estes motivos, a *grande saúde* surge como o grande privilégio e, sobretudo, a condição de possibilidade do sucesso no caminho de dor, solidão, perigos, experiências e aventuras do espírito livre. À semelhança do que acontece nas passagens subsequentes – em que a *grande saúde* é associada a Zarathustra (cf. GM II 24; EH ZA 2) ou indirectamente aos “filósofos do futuro” (GC 382) – a *grande saúde* surge também aqui claramente relacionada com a capacidade de distanciamento crítico da realidade quotidiana e consequentemente também com a possibilidade de superação do “ideal” e sistema de valores dominantes.

Nietzsche sublinha como o percurso até lá chegar é extraordinariamente longo, árduo e penoso, razão pela qual serão raros (ou mesmo nenhuns, pelo menos até hoje) aqueles que efectivamente a conseguem, mesmo que provisoriamente, alcançar. A *grande saúde* é, neste

contexto, precisamente aquela saúde peculiarmente forte, robusta e audaciosa, que se alcança depois de “longos anos de convalescença” (HH I Prefácio 4), de recuperação por tudo aquilo que o espírito teve de deixar para trás, por todo o seu isolamento, solidão e sofrimento, por toda a frieza, indiferença e “gelos glaciares” a que se teve de submeter, anos cheios de uma multiplicidade de “transformações mágicas e dolorosas de muitas cores” (HH I Prefácio 4), anos de altos e baixos, sucessos e retrocessos, de uma saúde instável, muitas vezes apresentada sob a forma do seu contrário, mas sobretudo anos guiados e comandados por uma imensa e tenaz “*vontade de saúde [Willen zur Gesundheit]*” (HH I Prefácio 4). Esta primeira fase de convalescença, anterior ainda à completa maturidade do espírito e da *grande saúde* é, portanto, um estágio intermédio, uma fase em que o indivíduo se sente, também, numa espécie de espaço intermédio, entre a vida e a sua liberdade, quase totalmente alcançada: como um pássaro, o indivíduo paira sobre a vida e admira as coisas que já não lhe dizem respeito, “sem amor nem ódio, sem sim nem não, voluntariamente perto, voluntariamente longe, de preferência escapando-se (...), como todo aquele que, um dia, viu uma enorme multiplicidade de coisas *abaixo* de si” (HH I Prefácio 4) – e é precisamente por isso, porque as coisas estiveram “*abaixo* de si”, distantes, porque não lhe tocavam, não o preocupavam, não lhe diziam respeito, unicamente por isso é que o espírito livre pôde, de todo, ocupar-se delas e colocá-las em questão (cf. HH I Prefácio 4).

À fase seguinte de convalescença ou recuperação corresponde, finalmente, um lento e gradual regresso à vida, mas um regresso que, naturalmente, não encontrará nada igual: as coisas aparecem agora ao espírito livre com outras cores, outro brilho, outra magia, e mesmo ele se torna uma surpresa para si próprio – só agora ele se *vê* realmente a si próprio (cf. HH I Prefácio 5). O espírito livre sente-se, então, grato pela sua longa viagem, incluindo o isolamento, a doença, a alienação e tudo aquilo a que esteve sujeito ao longo da sua “ausência” e, acima de tudo, valoriza a vida, o mundo e tudo o que o rodeia com toda uma outra intensidade, até ao mais pequeno detalhe, até ao mais ínfimo pormenor. Por este mesmo motivo, Nietzsche sublinha como a doença e a submissão à doença na forma de um espírito livre – quer dizer, a incorporação e superação da doença inerente à *grande saúde* – pode mesmo funcionar, quando ultrapassada, como cura para toda e qualquer forma de pessimismo:

[Os espíritos livres] são os animais mais gratos do mundo, também os mais modestos, estes lagartos e convalescentes meio voltados para a vida novamente: — há alguns entre eles que não deixam passar um dia sem pendurar um pequeno canto de louvor na cauda deslizante do seu vestido. E falando a sério: é uma *cura* profunda contra todo o pessimismo (...) adoecer-se da forma como estes espíritos livres adoecem, permanecer doente por um bom tempo e depois, lentamente, lentamente, tornar-se

saudável, quero dizer, ‘mais saudável’. Há sabedoria, sabedoria prática, em, durante bastante tempo, se prescrever para si mesmo saúde apenas em pequenas doses. (HH I Prefácio 5)

Esta vitória sobre o pessimismo, sobre o niilismo, sobre toda e qualquer forma de pensamento negador ou caluniador do mundo, da vida, de si próprio é, no fundo, o grande feito da *grande saúde* – um feito que será confirmado em todas as subseqüentes ocorrências do termo e que, em grande medida, justifica a tremenda importância que lhe é conferida no contexto da filosofia de Nietzsche. Se a doença – ou melhor, a convalescença, a sua superação – tem o poder de tornar o seu portador, por um lado, mais distanciado, crítico e exigente relativamente à realidade que o rodeia e, por outro lado, capaz de perspectivar as suas experiências ao ponto de se tornar grato e benevolente relativamente à vida, ao mundo, a si próprio, então, a posse de uma *grande saúde* permitirá ao espírito livre, não só uma simples inversão de perspectivas e criação de novos valores, mas uma inversão e criação de valores que, justamente, adequada a esta nova vivência, expresse tanto o carácter relativo e contingente (isto é, não absoluto, não universal) de qualquer valor, quanto a disposição benevolente, redentora, grata, aprovadora, afirmativa relativamente à vida, ao mundo e a si próprio que experienciou no momento da convalescença. Se tivermos em conta que o grande objectivo do projecto nietzschiano pode ser descrito como a superação do niilismo e de todos os valores e avaliações caluniadoras e negadoras da existência a ele associadas, torna-se clara a razão do tamanho destaque conferido por Nietzsche à *grande saúde*, ao ponto de a nomear como a pré-condição fisiológica fundamental ou o novo meio necessário para o alcance de um novo fim, o seu novo ideal (cf. GC 382; GM II 24; EH ZA 2).<sup>13</sup>

Assim, no final do seu percurso o espírito livre terá incorporado que não há mandamentos universais, que não há “tu deves” que não seja o seu, que não há imperativos que lhe possam ser impostos do exterior e, portanto, que é ele próprio quem deverá tomar comando dos seus “a favor” e dos seus “contra”, dos seus “sims” e dos seus “nãos”, das suas aprovações e condenações e, principalmente, das suas virtudes, que deverão doravante perder o estatuto de fins em si mesmos e transformar-se antes em meros instrumentos para o alcance do seu “mais elevado fim” (cf. HH I Prefácio 6). O espírito livre percebe, então, que o alcance deste privilégio e responsabilidade absolutos se apresenta como a verdadeira justificação, a verdadeira razão de ser de todo o seu percurso, o qual, por sua vez, só é dado àqueles que têm “uma tarefa” a cumprir, que se lhes impõe com a necessidade de um destino, a fertilidade de uma gravidez (cf.

---

<sup>13</sup> Para uma análise exaustiva da relação entre a *grande saúde* e o projecto filosófico de Nietzsche, cf. FAUSTINO, 2016a.

HH I Prefácio 6, 7). Perceberá portanto também, eventualmente, que dado o tamanho privilégio, raridade e importância daquilo que agora vê, daquilo que só agora *pode* ver, a infinita responsabilidade e tarefa que caem sobre si não o abrangem só a ele, mas a toda a humanidade: “de agora em diante o espírito livre *sabe* a que ‘tu deves’ obedeceu, e sabe também aquilo que agora *pode* [kann], aquilo que só agora *tem o direito* [de fazer] [darf]...” (HH I Prefácio 6).

E aquilo que segundo Nietzsche ele pode, aquilo que ele *só agora* pode e aquilo que *só ele* pode – porque só ele experimentou “os mais variados e contraditórios estados de felicidade e de necessidade, na alma e no corpo” (HH I Prefácio 7), só ele foi verdadeiramente “aventureiro[] e circum-navegador[] desse mundo interior que se chama ‘homem’ (...) – penetrando em todo o lado, quase sem medo, não repudiando nada, não perdendo nada, saboreando tudo, purificando e, por assim dizer, peneirando tudo daquilo que é acidental” (HH I Prefácio 7) –, é identificado por Nietzsche como “o problema da hierarquia [Rangordnung]” (cf. HH I Prefácio 6, 7), um problema que Nietzsche associa aqui aos espíritos livres, mas que mais tarde associará directamente aos seus “novos filósofos”<sup>14</sup>, também eles “espíritos livres, muito livres” (BM 44) e cuja grande tarefa consiste, como se sabe, na transmutação do sistema de valores da moral vigente com vista a uma elevação, cultivo ou terapia de toda a cultura ocidental. O “problema da hierarquia” de que Nietzsche fala neste prefácio é, com efeito, fundamentalmente, o problema da “hierarquia dos bens”, ou seja, da hierarquia de valores<sup>15</sup>, por sua vez correspondente e adequada a uma hierarquia também de tipos de homem, ou de “espíritos”, destruído que se encontra o preconceito da igualdade entre os homens e da validade universal de seja qual for o valor ou sistema de valores.<sup>16</sup> A criação de novos valores, que respeitem a fundamental diferença entre os homens e, mais concretamente, a “longa escada (...), uma monstruosamente longa ordenação, uma hierarquia” (HH I Prefácio 7) entre os homens e que sejam capazes de reverter o estado de profunda doença, decadência ou niilismo da cultura actual, é o problema próprio dos espíritos livres, e também a sua grande tarefa, no caso de se tornarem filósofos, os “novos filósofos” ou “filósofos do futuro”, pelos quais Nietzsche tanto anseia.

---

<sup>14</sup> Cf. em especial GM I 17: “Daqui em diante, *todas* as ciências têm que preparar o caminho para a tarefa futura do filósofo, tarefa que consiste no seguinte: o filósofo tem que resolver o *problema do valor*, tem que definir a *hierarquia dos valores*...”

<sup>15</sup> Cf. por exemplo HH I 42, 107, 132; BM 194, 221, 224, 257; FP 1880 1[73].

<sup>16</sup> Cf. por exemplo BM 221, 228: “Nenhum destes animais de rebanho, pesados e de consciência pouco tranquila (...), quer perceber ou pressentir que o “bem-estar comum” não é um ideal, um objectivo, um conceito de alguma forma compreensível, mas sim um purgante; que aquilo que é bom para uma pessoa, não pode de forma nenhuma ser bom para outra; que a exigência de uma moral para todos tende a prejudicar precisamente os homens superiores; em suma, que existe uma hierarquia entre os homens e, conseqüentemente, também entre as morais.”

### 3. Prefácio II: A doutrina nietzschiana da saúde

Quando chegamos ao fim da leitura do primeiro prefácio a *Humano, Demasiado Humano*, percebemos que o que Nietzsche aqui procura descrever, por meio das suas próprias vivências e experiências pessoais e utilizando-se do conceito de *grande saúde*, é, no fundo, de que forma é que um indivíduo se poderá tornar um filósofo, na forma como Nietzsche o concebe, idealiza e espera poder ajudar a nascer. De facto, a viagem que Nietzsche aqui descreve como sendo a viagem característica do espírito livre, não é senão o processo de transfiguração espiritual que Nietzsche considera necessário para o exercício de uma actividade filosófica que se pretende crítica, por um lado, e por outro lado regeneradora ou reabilitadora de uma cultura diagnosticada como profundamente doente, niilista e decadente: este mesmo percurso ou processo de libertação, diz-nos Nietzsche, “deve acontecer a todo aquele no qual uma *tarefa* quer tomar corpo e ‘vir ao mundo’” (HH I Prefácio 7).

Neste contexto, talvez seja útil lembrar a inclusão que Foucault faz de Nietzsche nessa longa tradição de pensamento que viu a filosofia, tal como o conhecimento e a verdade, como indissociavelmente ligadas a uma determinada transformação ou transfiguração espiritual do sujeito. Apesar de a modernidade ter rompido com esta tradição, Foucault mostra como, no século XIX, um grupo de filósofos – incluindo Hegel, Schelling, Schopenhauer, Heidegger e Nietzsche – recuperaram esta ligação antiga entre espiritualidade e verdade ou filosofia, ao voltarem a ligar, de uma multiplicidade de formas, o acto de conhecimento a uma fundamental transformação do sujeito (cf. FOUCAULT, 2006, p. 38). Segundo esta tradição de pensamento, o conhecimento e a filosofia não são acessíveis a qualquer sujeito enquanto tal; pelo contrário, o sujeito terá antes, ele próprio, de se tornar merecedor desse conhecimento, coisa que só poderá ocorrer se ele passar por uma série de modificações e transformações no seu próprio ser e modo de vida. No mesmo sentido, o conhecimento não é algo que simplesmente se acumula, mas um processo que modifica profundamente o próprio ser, mundividência e experiência de vida de quem o adquire e incorpora – algo que, de resto, o prefácio analisado demonstra magistralmente.

É também neste contexto que, pelo menos em parte, podemos compreender melhor as considerações de Nietzsche sobre a relação entre a filosofia e a *grande saúde*. Entre as condições de transfiguração espiritual para o alcance do conhecimento que Nietzsche partilha com os filósofos antigos encontramos, como vimos na secção anterior, uma certa liberdade ou libertação da tradição, da cultura e da educação, uma conversão ou viragem para si mesmo,

independência e distanciamento do mundo exterior, uma atitude crítica perante o património de crenças, hábitos e valores adquiridos, e uma certa forma de se tornar si próprio. Ora, como o prefácio deixa claro, a doença e a vivência de estados doentios como o isolamento, a dor, o sofrimento, são experiências que facilitam estas transformações do sujeito, no sentido em que o tornam mais agudo, mais perspicaz, mais atento, necessariamente mais frio e distante da sua realidade quotidiana e, conseqüentemente, mais apto para experimentar formas alternativas de percepção e avaliação – precisamente aquilo a que Nietzsche chama “*grande libertação*”. Note-se que a posse de uma *grande saúde* é, neste contexto, determinante, na medida em que é ela, por sua vez, que permite que o olhar do indivíduo não se encerre no vazio resultante da destruição das antigas tábuas de valores, mas antes seja capaz de superar todos os estádios doentios do processo, revertendo-os ainda num estado de saúde superior e criador de valores mais saudáveis e afirmativos. Como vimos, a “*grande libertação*” é um processo pejado de dor e sofrimento, uma viagem de extrema solidão e de “mórbido isolamento” (HH I Prefácio 4) – ou, numa outra formulação de Nietzsche, “uma doença que pode destruir quem a possui” (HH I Prefácio 3) –, o que significa que nem todos serão capazes de a realizar por si mesmos, mas apenas aqueles que possuam essa superioridade, robustez e plasticidade de espírito que Nietzsche subsume na noção de *grande saúde*.

É por este motivo que a “transvaloração de todos os valores”, que se encontra na base do projecto nietzschiano de elevação, cultivo ou terapia da cultura não é um projecto que se possa levar a cabo sozinho ou que cada um possa executar individualmente. Para além de se tratar de um processo extremamente longo e complexo, exigindo uma mudança lenta e gradual por vários séculos e gerações, a transvaloração exige, em particular, a colaboração e mediação de futuros filósofos que lhe possam dar continuidade. Tal como Nietzsche descreve numa outra passagem em que a noção de *grande saúde* aparece, uma transformação cultural desta dimensão requer, em particular, a mediação de “um outro género de espíritos, diferentes dos que são possíveis neste nosso tempo: espíritos fortalecidos pela guerra e pela vitória, para quem a conquista, a aventura, o perigo e a dor se tivessem tornado mesmo uma necessidade” (GM II 24), “espíritos suficientemente fortes e originais para darem o impulso a avaliações opostas, para subverterem e inverterem os ‘valores eternos’” (BM 203), ou seja, justamente os espíritos livres ou os novos filósofos.

Podemos assim dizer que, no pensamento de Nietzsche, os espíritos livres e os novos filósofos assumem o papel de exemplos de transfiguração individual que servem, ao mesmo tempo, de guias espirituais na transformação cultural, social e normativa que está em causa na

transvaloração. Para que o possam fazer, estes novos filósofos terão que possuir a complexidade que é característica da *grande saúde* e que lhes permitirá, num primeiro momento, incorporar e experienciar os valores e a mundividência do seu tempo, incluindo tudo o que eles têm de nocivo, doentio e prejudicial, mas, num segundo momento, também a força, saúde e plasticidade que dará origem a interpretações e valores novos, mais saudáveis e afirmativos. É neste sentido que, em todas as suas ocorrências, a *grande saúde* aparece como pré-condição fundamental da execução daquilo a que Nietzsche chamou a sua tarefa.

Mas como se alcança esta *grande saúde*? Encontraremos nos textos de Nietzsche algumas pistas a este respeito? Apesar da ausência generalizada de uma descrição clara e detalhada da *grande saúde* na obra de Nietzsche, bem como dos meios para a alcançar, no prefácio ao segundo volume de *Humano Demasiado Humano*, Nietzsche sugere que os seus textos podem servir como uma “doutrina de saúde” para “as naturezas mais espirituais da geração vindoura” (HH II Prefácio 2). Chegamos assim ao segundo problema delineado no início deste ensaio, nomeadamente, a intenção de Nietzsche de providenciar uma doutrina da saúde, ao mesmo tempo que rejeita qualquer tipo de terapia universal da alma.<sup>17</sup>

Uma primeira coisa a notar a este respeito, que em parte deriva daquilo que acabou de ser referido, é que esta “doutrina da saúde” se destina exclusivamente, tal como o próprio Nietzsche indica, às “naturezas mais espirituais da geração vindoura” – isto é, os espíritos livres e os novos filósofos –, estando, por isso, muito longe de ser universal. No mesmo sentido, a *grande saúde* é apenas o meio ou condição de possibilidade do projecto de Nietzsche, não o seu resultado ou objectivo final. Por outras palavras, a *grande saúde* não corresponde ao “novo ideal” de Nietzsche, revelando-se antes como o meio ou instrumento para o seu alcance, tendo, por isso, uma natureza meramente instrumental. De facto, este “novo ideal” constituiria uma utopia se o seu objectivo fosse cultivar uma grande saúde na humanidade como um todo. Num certo sentido, tal não seria, sequer, desejável: as diferenças entre os homens têm de ser respeitadas e devem ser mantidas, pelo que continuará sempre a haver homens mais fracos, mais dependentes, mais necessitados de apoio, mais doentes, mais gregários, mais vulgares, mais submissos a regras e a valores comuns. A *grande saúde* – tal como a *grande libertação* que lhe está associada – não é, pois, em nenhum momento aspirada para a generalidade dos homens, mas apenas para aqueles que, por terem uma natureza especialmente robusta, selecta ou “superior” – os espíritos livres, os novos filósofos –, a poderão encarnar e, assim, ser os

---

<sup>17</sup> Sobre o projecto terapêutico de Nietzsche, na sua relação antagónica com as terapias filosóficas tradicionais, cf. URE, 2008; BÉLAND, 2012; HUTTER & FRIEDLAND, 2013; FAUSTINO, 2016b, 2017.

veículos dessa transmutação cultural, social, ética e normativa que, indirectamente, poderá vir a beneficiar e a ter um efeito terapêutico sobre a cultura no seu todo.<sup>18</sup>

Neste contexto, se ainda assim podemos considerar que os textos de Nietzsche podem ter um efeito terapêutico ou funcionar como uma “doutrina da saúde”, é sobre esses intermediários da transvaloração, essas “naturezas mais espirituais da geração vindoura”, para as quais, na verdade, Nietzsche se dirige nos seus escritos.<sup>19</sup> Quer dizer, no sentido em que os novos filósofos poderão querer tomá-lo como exemplo e levar a cabo uma prática filosófica semelhante àquela que Nietzsche apresenta nos seus textos, o seu eventual alcance de uma *grande saúde*, a sua libertação de todo o tipo de mundividências pessimistas e de ideais doentios, a sua capacidade para dar origem a valores alternativos mais saudáveis e afirmativos, podem, de facto, pelo menos até um certo ponto, ser considerados como o resultado de um certo efeito “terapêutico” dos textos nietzschianos que, de facto, parecem ser concebidos para cultivar em eventuais espíritos livres ou filósofos do futuro essa mesma capacidade – a *grande saúde* – que tendia a ver como exclusivamente sua.<sup>20</sup>

É importante notar, porém, que este processo de cultivo ou terapia é levado a cabo por Nietzsche não através de aconselhamento teórico ou de uma série de prescrições práticas, como era o caso nas antigas terapias filosóficas da alma, mas antes através da exposição da sua própria história de doença e recuperação, das suas oscilações entre saúde e doença, da sua mestria na arte de inverter as perspectivas de cada um dos estados e, especialmente, da sua capacidade de reverter a perspectiva da doença numa perspectiva de saúde. O prefácio ao primeiro volume de *Humano, Demasiado Humano*, analisado na secção anterior, é um excelente exemplo disto

---

<sup>18</sup> É importante sublinhar que o objectivo final do projecto de Nietzsche é efectivamente a reabilitação da cultura ocidental como um todo: enquanto “médico da cultura”, a preocupação de Nietzsche não são tanto terapias individuais, mas sim uma transformação civilizacional a uma escala global. Assim, ainda que escreva para poucos e pareça concentrar os seus esforços no cultivo ou promoção de uma minoria de indivíduos especialmente dotados, fortes ou “superiores”, o seu valor é meramente instrumental: o seu grande valor e responsabilidade consiste no facto de serem eles os veículos e os mediadores de uma elevação ou reabilitação da cultura ou da humanidade no seu todo. Sobre Nietzsche como médico da cultura, cf. AHERN, 1995; WOTLING, 1995, p. 111-135; FAUSTINO, 2014a, 2017.

<sup>19</sup> Sobre a selecção de Nietzsche dos seus leitores, cf. por exemplo GC 371, 381; EH Porque escrevo livros tão bons 1-4. Cf. também WOTLING, 2010 e STEGMAIER 2011, p. 197-198.

<sup>20</sup> Cf. EH Porque sou tão sábio 1: “Partir do ponto de vista do doente para procurar conceitos e valores *mais saudáveis*, e, inversamente, a partir da plenitude e da certeza que tem de si própria a vida *pujante*, baixar de novo o olhar para o trabalho secreto do instinto da decadência – foi esse o meu mais prolongado exercício, a minha autêntica experiência, e se nalguma coisa me tornei mestre, foi nisso. Agora, tenho na minha mão, porque tenho a mão afeita a tanto, a possibilidade de *transmutar perspectivas*: primeira razão pela qual só para mim, talvez, é que chega a ser possível uma «inversão dos valores».” Neste sentido, podemos admitir a existência de duas dimensões no projecto terapêutico de Nietzsche, sendo que, porém, a primeira dimensão, mais directa e imediata, se encontra totalmente subordinada à segunda, mais lata e fundamental: a terapia directa, individual é, por assim dizer, uma mera condição de possibilidade da terapia indirecta, global, razão pela qual a excepcionalidade da *grande saúde* é também, da mesma forma, apenas o meio necessário para o alcance de um estado de saúde global e generalizado.

mesmo: para explicar como um espírito se torna livre ou adquire a *grande saúde*, Nietzsche não apresenta uma série de medidas ou de passos teóricos que se deverão seguir, mas antes expõe a sua própria história, a sua própria vivência, a sua própria superação dos múltiplos estádios de doença e convalescença necessários até conseguir alcançar a maturidade da sua própria saúde e liberdade. Assim, podemos dizer que aquilo que Nietzsche procura promover com os seus textos é um processo de identificação, empatia e coalescência com as suas próprias experiências e vivências – especialmente as de convalescença, recuperação e superação. Conforme Nietzsche explicita no prefácio ao segundo volume de *Humano, Demasiado Humano*, quase todas as suas obras são, de uma forma ou de outra, frutos de uma convalescença, de algo ultrapassado, razão pela qual deveriam ser “datadas para trás”:

Os meus escritos falam *apenas* das minhas superações: “eu” encontro-me neles, com tudo o que me foi adverso, *ego ipsissimus*, e até mesmo, se me for permitida uma expressão mais orgulhosa, *ego ipsissimum*. Adivinha-se: eu já tenho muito – *abaixo* de mim... Mas foi sempre preciso o tempo, a convalescença, a lonjura, a distância, até que se agitasse em mim a vontade de pelar, explorar, expor, “apresentar” (ou como se lhe quiser chamar) posteriormente alguma coisa vivida e sobrevivida, um qualquer facto ou fatalidade, para o conhecimento. Neste sentido, todos os meus escritos – com apenas uma, ainda que significativa excepção – devem ser *datados para trás*: falam sempre de um “atrás de mim” – (...). (HH II Prefácio 1)

Nietzsche nunca escreve, portanto, em estado de doença (isto é, da perspectiva da doença), nem os seus escritos falam das suas doenças, mas sim e apenas das suas convalescenças, das suas (auto)superações, das suas vitórias sobre as mais variadas formas de doença (como sejam o Germanismo, a “doença histórica”, a filosofia de Schopenhauer e o próprio pessimismo, a música de Wagner, o romantismo e o cristianismo, para referir apenas aquelas que Nietzsche menciona neste prefácio: todas elas “coisas dolorosas” que pertenceram ao seu passado mas que estão agora “*abaixo de si, por trás de si*” (HH II Prefácio 1). Como o próprio Nietzsche refere, ele escreve sobre estas experiências pessoais de convalescença e superação *tendo em vista o conhecimento*, para que alguém possa efectivamente aprender com elas e eventualmente aplicar o que aprendeu às suas próprias necessidades particulares de recuperação e (auto)superação. Ora, sendo as suas obras, elas próprias, um produto ou fruto desse mesmo processo de convalescença, elas podem, conforme Nietzsche explicita, ser não apenas pedagógicas, mas também, de forma mais importante ainda, terapêuticas, se bem assimiladas e incorporadas, isto é, efectivamente experienciadas pelo leitor.

A maior preocupação de Nietzsche é, evidentemente, a superação de todas as interpretações ou perspectivas negadoras da vida, seja sob a forma de niilismo, de pessimismo

ou de romantismo, pretendendo com as suas obras, nas suas palavras, “dar uma lição aos pessimistas dos nossos dias”, ou “pelo menos mostrar-lhes como – *se faz*” (HH II Prefácio 2). E Nietzsche mostra-o através da partilha dos frutos das suas próprias curas e convalescenças, isto é, das suas obras. Exemplos concretos, apontados pelo próprio Nietzsche, seriam *O Nascimento da Tragédia*, que terminou “lentamente convalescendo de uma doença trazida do campo [de guerra]” (NT Ensaio de Autocrítica 1); as *Considerações Extemporâneas*, correspondentes às suas convalescenças da cultura alemã, da “doença histórica”, de Schopenhauer e de Wagner, respectivamente (HH II Prefácio 1); *Humano, Demasiado Humano*, resultado de seis anos de convalescença, como “continuação e duplicação de uma cura espiritual, nomeadamente, do auto-tratamento *anti-romântico* que o meu próprio instinto ainda saudável inventara e me prescrevera contra um adoecimento temporário na forma mais perigosa de romantismo” (HH II Prefácio 2); *A Gaia Ciência* (GC Prefácio 1) e *Assim falava Zaratustra*, que surgiu num Inverno repleto de condições desfavoráveis e em que a sua saúde “não era a melhor”, comprovando a sua máxima segundo a qual “tudo o que é decisivo surge ‘apesar de’” (EH ZA 1). No caso específico de *Humano, Demasiado Humano*, que Nietzsche espera poder melhor transmitir o seu “ensinamento”, a sua “doutrina da saúde”, Nietzsche confessa-se um pessimista, e um pessimista que “frequentemente ficou exasperado, fora de si, mas sempre voltou a si, um pessimista, portanto, com boa vontade em relação ao pessimismo” e, sobretudo, que aprendeu a ser bem “versado na arte de mudar de pele” (HH II Prefácio 2), sendo precisamente esta arte que Nietzsche parece querer partilhar com os seus leitores ou, pelo menos, com as “naturezas mais espirituais da geração vindoura”.

No mesmo texto, Nietzsche fornece ainda algumas pistas relativamente aos seus métodos ou técnicas para voltar sempre de novo à saúde e que se relacionam directamente com esta “arte de mudar de pele” ou a sua prática de inverter perspectivas e de jogar com diferentes disposições espirituais: à semelhança do que um médico pode fazer relativamente aos seus pacientes, um filósofo deve auto-prescrever-se ambientes e climas mais apropriados à superação do seu estado actual, neste caso “climas de alma [*Klima der Seele*]” (HH II Prefácio 5) diferentes e inexplorados, mas que, em todo o caso, contrariem as tendências e os pensamentos presentes ou, por outras palavras, permitam uma inversão de perspectiva. Particularmente relevante é a atitude perante o sofrimento e a capacidade para rejeitar uma mundividência pessimista derivada da experiência individual, humana-demasiado-humana dele. Nietzsche recomenda, por isso, a auto-prescrição temporária de um “clima” de optimismo

quando o pessimismo ameaça, apenas com o “propósito da recuperação” (HH II Prefácio 5)<sup>21</sup> e para que mais tarde se possa “voltar a ter o *direito* a ser pessimista” (HH II Prefácio 5) – ainda que, naturalmente, depois de uma tal experiência se passe a ser um pessimista diferente, nomeadamente, um pessimista que, ainda que reconhecendo a ubiquidade da dor, do temível, do problemático na existência, já não os teme e, muito menos, os utiliza para condenar a existência – aquilo a que Nietzsche chamou um “pessimista trágico” ou “pessimista da força” (HH II Prefácio 7).<sup>22</sup>

O resultado de uma tal cura é, assim, nos termos do prefácio, “um fortalecimento espiritual, um aumento da alegria e uma abundância de saúde” (HH II Prefácio 5), reflectida numa aprovação grata e incondicional da vida. É esta, segundo Nietzsche, a grande recompensa que a própria vida nos dá pela persistência na vontade e no amor pela vida e na luta contra qualquer interpretação niilista ou pessimista da existência. Importa referir, uma vez mais, que tal só é possível para quem possua em si, justamente, essa ambiguidade ou complexidade que é característica da *grande saúde* e que permite conciliar num mesmo corpo tanto as forças mais negadoras quanto os poderes mais afirmadores da existência, sendo ainda capaz de fazer estes últimos triunfar e prevalecer.

O eventual efeito terapêutico da partilha de Nietzsche da sua própria experiência e vivência da *grande saúde* constitui um argumento fortíssimo para a relevância filosófica dos seus escritos sobre a sua saúde, as suas doenças e as suas convalescenças. É por isso mesmo que, no final deste prólogo, Nietzsche rejeita directamente a tese segundo a qual a sua experiência de doença e de convalescença tenham um interesse meramente pessoal<sup>23</sup>: através da sua experiência, Nietzsche pretende, muito mais do que simplesmente explicar ou elucidar de um ponto de vista meramente teórico ou abstracto, *mostrar*, no seu próprio corpo, o que é e como se alcança uma *grande saúde* – e fá-lo, precisamente, sobretudo para quem mais dela virá a precisar um dia e a quem, por sua vez, dedica grande parte dos seus escritos, nomeadamente os espíritos livres, os novos filósofos, ou, conforme a expressão deste prefácio, os “bons europeus”:

---

<sup>21</sup> Cf. também EH Porque sou tão sábio 2: “Pois atente-se nisto: foi nos anos da minha mais baixa vitalidade que eu *deixei* de ser pessimista, porque o instinto de auto-restabelecimento me *interditou* uma filosofia da indigência e do desalento...”; EH Porque sou tão sábio 6.

<sup>22</sup> Este é, naturalmente, o pessimismo que Nietzsche identificara nos Gregos da era trágica, e ao qual chamara “pessimismo dionisíaco” ou “pessimismo da força” (cf. NT Ensaio de Autocrítica 1; GC 370).

<sup>23</sup> Cf. HH II Prefácio 6: “Deverá a minha vivência – a história de uma doença e convalescença, pois resultou numa convalescença – ser apenas a minha vivência pessoal? E, precisamente, apenas o *meu* «humano, demasiado humano»? Gostaria hoje de acreditar no contrário; avulta em mim a confiança de que, afinal, os meus livros peregrinos não foram redigidos apenas para mim, como por vezes parecia –.”

Acima de tudo, porém, a vós, que carregais o fardo mais pesado, a vós raros, mais ameaçados, mais espirituais, mais corajosos, que tendes de ser a *consciência* da alma moderna e, enquanto tal, de possuir o seu *conhecimento*, no qual se reúne tudo aquilo que hoje possa haver de doença, veneno ou perigo — [a vós,] cujo destino determina que tenhais de ser mais doentes do que qualquer indivíduo, pois não sois “apenas indivíduos”... cujo consolo é o de conhecerdes, ah! e de trilhardes o caminho para uma *nova* saúde, uma saúde de amanhã e de depois de amanhã, vós, predestinados e vitoriosos, vós, superadores do vosso tempo, vós homens mais saudáveis e mais fortes, vós, *bons europeus!* — — (HH Prefácio 6)

Talvez tenha sido este, da perspectiva de Nietzsche, um dos seus maiores legados para a história da filosofia: por ser “médico e paciente numa pessoa” (HH II Prefácio 5), por ser incorporação viva da *grande saúde*, Nietzsche deixou-se a si próprio e a sua própria experiência como exemplo. E porque a sua “maior vivência foi uma *convalescença*” (CW Prefácio), aquilo de que acima de tudo deixou exemplo foi da forma como o filósofo, filho e fruto mais subtil e sofrido do seu próprio tempo, pode, ainda assim, fazer do seu próprio corpo um campo de batalha e superar em si mesmo o que de mais patológico há na sua cultura, condição de possibilidade de se tornar, por sua vez, um verdadeiro médico e “benfeitor para toda a sociedade” ou um autêntico “salvador”, sem que, parafraseando Nietzsche, “para isso precise de fazer milagres ou deixar-se crucificar” (cf. HH I 243)<sup>24</sup>.

### Referências bibliográficas

AHERN, Daniel R. *Nietzsche as Cultural Physician*. University Park Pennsylvania: The Pennsylvania University Press, 1995.

BÉLAND, Martine. *Kulturkritik et philosophie thérapeutique chez le jeune Nietzsche*. Montréal: Les Presses de l’Université de Montréal, 2012.

CONSTÂNCIO, João. ‘A Sort of Schema of Ourselves’: On Nietzsche’s ‘Ideal’ and ‘Concept’ of Freedom. In: *Nietzsche-Studien*, 41, 2012, pp. 127-162.

CONSTÂNCIO, João. Nietzsche on Will, Consciousness, and Choice: Another Look at the Sovereign Individual’s Freedom and Autonomy. In: M. DRIES (ed.), *Nietzsche on Consciousness and the Embodied Mind*. Berlin / Boston: Walter de Gruyter, 2013.

---

<sup>24</sup> Cf. o contexto original das expressões citadas: “(...) – em suma, um bom médico necessita, actualmente, dos artificios e das prerrogativas da arte de todas as outras categorias profissionais: assim equipado, ele está, então, em condições de se tornar um benfeitor para toda a sociedade, incrementando as boas obras, a alegria e a fecundidade espirituais, evitando maus pensamentos e intenções, velhacarias (cuja repugnante origem é, tantas vezes, o baixo-ventre), preparando uma aristocracia espiritual e física (ao instituir e impedir casamentos), suprimindo benevolmente todos os chamados tormentos da alma e os remorsos: só assim é que, de um «curandeiro», ele se transformará num salvador, sem que para isso precise de fazer milagres ou deixar-se crucificar.”

CONWAY, Daniel W. *Nietzsche and the Political*. London: Routledge, 1997.

FAUSTINO, Marta. Nietzsche e a Terapia da Cultura: A Cultura como Paciente. In: *Sofia*, vol. III, n. 2, Dossiê Nietzsche, 2014a, pp. 142-162.

FAUSTINO, Marta. Da Grande Saúde. A Transvaloração Nietzscheana do Conceito de Saúde. In: *Estudos Nietzsche*, v. 5, n. 2, 2014b, pp. 257-286.

FAUSTINO, Marta. Grande Saúde e Filosofia do Futuro. Algumas notas sobre o aforismo 382 da Gaia Ciência. In: *Estudos Nietzsche*, v. 7, n. 1, 2016a, pp. 8-30.

FAUSTINO, Marta. Nietzsche e as Terapias Helenistas: Estóicos e Epicuristas como Precusores do Cristianismo. In: *Philosophos*, v. 21, n. 2, Dossiê Nietzsche, 2016b, pp. 161-196.

FAUSTINO, Marta. Nietzsche's Therapy of Therapy. In: *Nietzsche-Studien*, 46, 2017, pp. 82-104.

FOUCAULT, Michel. *A Hermenêutica do Sujeito. Curso dado no Collège de France (1981-1982)*. Ed. Frédéric Gros. Trad. Márcio Alves da Fonseca e Salma Tannus Muchail. São Paulo: Martins Fontes, 2006.

GEMES, Ken. Nietzsche on Free Will, Autonomy and the Sovereign Individual. In: *Aristotelian Society Supplementary Volume*, 80, 2006, p. 321-338.

HUTTER, Horst; FRIEDLAND, Eli (ed.), *Nietzsche's Therapeutic Teaching*. London / New Delhi / New York / Sydney: Bloomsbury, 2013.

MONTEBELLO, Pierre. *Vie et Maladie chez Nietzsche*. Paris: Ellipses, 2001.

MÜLLER, Enrico. Von der 'Umwertung' zur Autogenealogie. Die Götzen-Dämmerung im Kontext des Spätwerks. *Nietzscheforschung*, 16, 2009, pp. 141-151.

OWEN, David. *Nietzsche, Politics and Modernity*. London: Sage, 1995.

PASCHOAL, António E. Acerca da autoencenação filosófica do 'Senhor Nietzsche'. In: B. RYAN, M. FAUSTINO, G. FERRARO (ed.), *Rostos do Si: Autobiografia, Confissão, Terapia*. Lisboa: Vendaval, 2018 (no prelo).

POELLNER, Peter. Nietzschean Freedom. In: K. GEMES, S. MAY (ed.), *Nietzsche on Freedom and Autonomy*. Oxford / New York: Oxford University Press, 2009, pp. 151-179.

SCHUBERT, Axel. Die Genesung des Zarathustra – eine Epikrise. *Nietzscheforschung*, 11, 2004, pp. 255-277.

SOOVÄLI, Jaanus. Was ist das souveräne Individuum? *Nietzsche-Studien*, 38, 2009, pp. 477-485.

STEGMAIER, Werner. Nietzsches Kritik der Vernunft seines Lebens: zur Deutung von *Der Antichrist* und *Ecce homo*. *Nietzsche-Studien*, 21, 1992, pp. 163-183.

STEGMAIER, Werner. *Nietzsche zur Einführung*. Hamburg: Junius, 2011.

URE, Michael. *Nietzsche's Therapy – Self-Cultivation in the Middle Works*. New York: Lexington Books, 2008.

VIEIRA, Maria C. A. *O Desafio da Grande Saúde em Nietzsche*. Rio de Janeiro: 7 Letras, 2000.

VIESENTEINER, Jorge. Erlebnis (vivência): autobiografia ou autogenealogia? Sobre a «crítica da 'razão da minha vida'» em Nietzsche. *Estudos Nietzsche*, v. 1, n. 2, Jul./Dez., 2010, pp. 327-353.

WOTLING, Patrick. *Nietzsche et le Problème de la Civilisation*. Paris: PUF, 1995.

WOTLING, Patrick. La tragédie et «nous». L'inflexion du livre V du Gai savoir. In: C. PIAZZESI, G. CAMPIONI, P. WOTLING (ed.), *Lecture della Gaia scienza - Lectures du Gai savoir*. Atti del convegno GIRN (Reims, 12-13 marzo 2009). Pisa: ETS, 2010, pp. 99-114.