

# Por uma dietética da solidão

*For a dietetics of solitude*

Carlos Roger Sales da Ponte<sup>1</sup>

## Resumo

Se aceitarmos que houve um certo caos pessoal em termos de relações humanas, doenças físicas e também solidão como fatos constantes na vida de Nietzsche, sem mencionar a contínua reflexão dispendida acerca dos valores morais, podemos afirmar o filósofo esmerou-se em “selecionar” bem tudo o que lhe acontecia em sua vida e como tais vivências poderiam ser “nutritivas”, ainda que lhe trouxessem dissabores iniciais ou contínuos. Tendo isso em vista, e partindo do segundo capítulo de *Ecce Homo, Por que sou tão inteligente*, detenho-me, a nível de esboço, nesta “dietética nietzschiana” e como a solidão teve papel preponderante na emergência de seu pensamento. Penso que, neste capítulo, a experiência da solidão foi um suporte necessário para Nietzsche se desenhar como filósofo errante que foi e também um espírito livre.

**Palavras-chave:** Solidão. Dietética nietzschiana. Valores morais. Espírito livre.

## Abstract

If we accept that there was a certain personal chaos in terms of human relations, physical diseases and also solitude as constant facts in Nietzsche's life, not to mention the continual reflection on moral values, we may affirm the philosopher was careful to "select" everything well what happened to him in his life, and how such experiences could be "nutritious," even if they brought him initial or ongoing displeasure. With this in mind, and starting from the second chapter of *Ecce Homo, Why am I so intelligent*, I stop at the sketch level in this "nietzschean dietetic" and how solitude played a leading role in the emergence of his thinking. I think that in this chapter the experience of loneliness was a necessary support for Nietzsche to design himself as a wandering philosopher who was and also a free spirit.

**Keywords:** Solitude. Nietzschean dietetic. Moral values. Free spirit.

---

*“Quando se vive só, não se fala muito alto,  
também não se escreve muito alto:  
pois teme-se a ressonância vazia – a crítica da ninfa Eco.  
– E todas as vozes soam diferentes na solidão”*  
Gaia Ciência, 182.

---

<sup>1</sup> Doutor em Filosofia pela Universidade Federal do Ceará. Professor Adjunto do Curso de Psicologia da Universidade Federal do Ceará (Campus Sobral), Sobral, CE, Brasil. E-mail: [roger.ponte@sobral.ufc.br](mailto:roger.ponte@sobral.ufc.br)

## I.

Este breve percurso no qual desejo me desdobrar em algumas considerações, não pretende, em absoluto, abarcar a experiência da *solidão* (*Einsamkeit*) em Nietzsche, condição que possui inúmeras facetas espalhadas por toda obra do pensador alemão. Portanto, este espaço é por demais exíguo para discorrê-las em amplitude.

Por isso, creio ter atendido, no ensaio que se segue, a uma conhecida notação nietzschiana: acerca de uma “vontade de sistema”, alvo de desconfiança pelo filósofo, ele taxa-a como uma “falta de retidão” (CI Máximas e flechas 26). Dessa falta não cometi, a saber: não me deixar ser conduzido por uma gana de recortar a solidão com tudo que ela se mostra dentro do pensamento de Nietzsche. Vontade de “totalidade”, de “fechamento”. De resto, é difícil sustentar uma filosofia que erga sobre si mesma a megalomaniaca necessidade de dizer a última palavra ou ventile sequer essa possibilidade.

Se tomarmos como verdadeira a colocação de Nietzsche de que toda filosofia é uma “confissão pessoal de seu autor, uma espécie de memórias involuntárias e inadvertidas” (BM, 6), tenderíamos a personalizar todos os ditos do pensador alemão como revelações ou devaneios mais ou menos bem estruturados, discursivamente falando, e que tiveram a felicidade de encontrar vida fértil nas reflexões de seus leitores e críticos para além da vida daquele que as escreveu: ponto de partida das inúmeras leituras e interpretações do Nietzsche, por exemplo, “nazista”, “pop”, desmesuradamente crítico, totalmente assistemático, irônico, ácido e, armado com seu martelo impiedoso, iconoclasta do cristianismo e da moral ocidental. Com efeito, não foi essa via que tomei nas considerações que se seguem.

Num trajeto que se desvia dessa euforia e certamente com os cuidados para não enveredar em interpretações selvagens tão comuns em redes sociais, quero, com Nietzsche, insistir num outro modo de desvelar a experiência da solidão tomando o próprio pensador em alguns pontos de sua autobiografia, *Ecce Homo*. Vale dizer que, mesmo me amparando nessa obra em específico, de certo modo ela delinea a solidão como uma ação e uma atitude necessárias para se tomar alguma distância do convívio coletivo, evitando-a, e como condição de possibilidade de um pensar mais próprio; singular. Mais ainda, em Nietzsche, esse estado de solidão traz pontos de observação para criticar os valores vigentes.

Como texto autopresentativo, o pensador se demora a descrever em *Ecce Homo*, antes de ofertar ao mundo *O Anticristo* (era sua pretensão naquele momento fazer vir a luz sua autobiografia antes da publicação daquela obra), como se tornou o que é para poder ascender a uma tarefa extremamente grandiosa que era presentear sua perspectiva transvalorativa que

desde o *Zarathustra* vinha se gestando. No *Ecce Homo*, a solidão dá o ar da graça não só como acontecimento que perpassou toda a vida pessoal de Nietzsche, mas como condição essencial para poder experienciar o que experienciou, sentir o que sentiu e, por fim, reunir tudo em pensamentos que nos foram legados em escrita na crítica dos subterrâneos da moral. Nietzsche e a solidão dizem um do outro como cultivo e formação de si; ou, numa palavra, *autogenealogia*, um das facetas mais interessantes de *Ecce Homo*. Paschoal (2015), esclarecendo melhor, nos diz que

*Ecce homo* poderia ser chamado de uma *autogenealogia*, conquanto seja possível associar a tal conceito dois procedimentos: uma demarcação da emergência de traços decisivos de uma subjetividade capaz de superar a modernidade entendida como *décadence*, e a narrativa de si para si, como parte integrante do exercício de tornar-se que se é. (p. 29)

Se, nos momentos derradeiros de sua filosofia amadurecida, Nietzsche conta-nos sua vida, não é, entretanto, mera descrição de fatos pessoais<sup>2</sup>. Contudo, uma descrição dos influxos (assim o compreende Nietzsche) de seus instintos em contato com o ambiente cultural-valorativo europeu e como aqueles impulsos foram se organizando e conformaram-no como um espírito livre<sup>2</sup> ao ponto de crítica e resposta a essa via valorativa que se expandia nos horizontes do ocidente. Em suma, Nietzsche mostra como as condições de *décadence* o

<sup>2</sup> Que *Ecce Homo* definitivamente não o faz. Afinal, por que seriam importantes as cotidianidades e trivialidades, ou as influências científicas e filosóficas que sofreu, se o que propunha tinha a ver com os valores gestados por todos nós, humanos modernos, os quais poderiam fazer crescer ou degenerar a vida?

<sup>2</sup> “[...] e cada um deles bem gostaria de se apresentar como finalidade última da existência e legítimo *senhor* dos outros impulsos. Pois todo impulso ambiciona dominar: e *portanto* procura filosofar” (BM, 6). Quando há uma “desagregação” dos complexos dos instintos, impedindo a possibilidade de se impor uma *direção*, eis aí a *doença* se instaurando. Ter uma direção é também afirmar a existência com tudo nela implicado, ainda que o humano possa estar doente, pois aí a enfermidade funciona como “um energético *estimulante* ao viver, ao mais-viver (EH, *Por que sou tão sábio*, 2). Essa direção toca diretamente nas reflexões empreendidas por Nietzsche acerca dos afetos de *comando* e de *obediência* e como estes se escalonam (formam *hierarquias*) em complexas relações de luta, de confrontos móveis de força conformadores de possibilidades do viver. Wotling (2007), ao esboçar esse complicado tema nietzschiano, aponta estas combinações de impulsos que formam o corpo (que o autor, seguindo Nietzsche, chama-o de “comunidade cooperante” (p. 336), posto que o compreende como uma espécie de *síntese* de um enorme trabalho de diferentes funções emergentes do jogo pulsional em diversos graus de potência), sugere que a figura do espírito livre detém em si um *querer* que se posta diferente de um *crer* exatamente porque não procura qualquer “autoridade despótica” perante a qual pudesse se submeter. Para longe de qualquer familiaridade com modos de vida subservientes e fracos, próprios do “crente” cego e obediente ao/em seu instinto gregário, o espírito livre estabelece uma relação diferente entre comandar e obedecer: o sentimento de potência do espírito livre coloca-o como capaz de “saber aquilo que é dotado de valor” (WOTLING, 2017, p. 339), isto é, *determinando-se* (comandando a si) e, de certa forma, *submetendo-se* (obediência a si) a várias possibilidades de interpretação do real, apreciando perspectivas a fim de traçar linhas de ações, ainda que em nível de projetos existenciais. O espírito livre, enfim, para este autor, é aquele que percebe que é “ao nível elementar da análise das pulsões e dos afetos que se joga” (p. 338). Ora, é esse explorar imaginativo, sensibilizando aos movimentos de autossuperação da vida como vontade de potência, que se pode, assim, compreender o que *deslocar perspectivas* sem se rebaixar ao conforto do lugar-comum da lógica de rebanho que se espalha na repetição monótona de valores fixados, enquanto o livre de espírito se permite imaginar, considerar, ponderar, julgar, avaliar, permitir-se (campo da ação) outras vidas, por assim dizer. Esse permitir-se traz para junto de si a ambiência da solidão.

tornaram o oposto disso – “Da ótica do doente ver conceitos e valores mais são” (EH Por que sou tão sábio 1) –, fazendo emergir uma filosofia afirmativa da vida a partir da condição adoecida (assim ele compreendia) da cultura de seu tempo.

Para tanto, Nietzsche se impôs um rigor próprio como filósofo e como humano mesmo, sem perder de vista sua tarefa. Tal rigorosidade em se tornar sensível aos próprios instintos passa necessariamente em prestar atenção a tudo àquilo que poderia turvar ou barrar a autoconstituição de si como humano: corpo que sente e reverbera pelo que é atingido.

Um certo caos pessoal em termos de relações humanas, doenças e solidão foram uma constante na vida do filósofo, sem contar com a perenidade da reflexão despendida acerca dos valores morais. Em meio à solidão, esmerou-se em “peneirar” bem as acontecências de sua vida e como elas lhe poderiam ser “nutritivas”, ainda que lhe trouxessem dissabores iniciais e, por que não lembrar, contínuos.

Além de contar como emergiu seu pensamento (e sua própria e ímpar solidão), também descreveu sua *dietética*, na qual a solidão teve papel preponderante. Sem me lançar em debater a autogenealogia dessa obra, detenho-me, em nível de esboço, na dietética nietzschiana da solidão quando ela se dá mais à mão, a meu ver, no capítulo segundo de *Ecce Homo, Por que sou tão inteligente*.

Indo na contramão de exaltar possíveis dotes intelectuais bem ao gosto de um excessivo eruditismo acadêmico que, não raro, se perde em debates sobre conceitos empolados que se distanciam da terra, neste capítulo Nietzsche conta como sua inteligência se constitui e emerge em outras fontes mais viscerais, mais instintivas, mais humanas. Aqui, a experiência da solidão tem seu papel na qual se desenha o singular filósofo errante que Nietzsche foi e também um espírito livre. Tais experiências serviriam às nossas próprias? Essa é uma questão sem resposta pronta ou, no mínimo, aberta ao debate dos espíritos almejantes de liberdade. Ou ainda, uma aposta nietzschiana tanto para compreendê-lo como convite a nos lançar em nossas próprias experiências solitárias de sentir/pensar/viver.

Embora tentando evitar a “vontade de sistema” alertada por Nietzsche no tratamento da questão da solidão, há que se evidenciar com certa clareza, ao longo deste ensaio, que a concepção “dietética” dessa experiência (sua “fisiologia”, os cuidados com o corpo, nutrição, a “doença”, etc.) possui imensa diferença do simples e voluntário abandono (*Verlassenheit*) da multidão; apartar-se dela, que é a definição mais comum de solidão. Tal discriminação conceitual é fundamental para não enfraquecer a potencialidade experiencial que a solidão possui nos percursos nietzschianos.

## II.

Para Nietzsche, que sentidos teria o estar-só para caracterizá-lo como uma *dieta*? No horizonte da trajetória filosófica do pensador alemão, a ideia de abandonar o intercâmbio com a multidão é apenas uma parte do regime necessário para essa dieta. Todavia, ainda não significa *solidão* tal como Nietzsche a compreende. Ou seja, ela não se dá, somente, por uma definição negativa (afastamento, ausência de intercâmbios sociais). Vê-se, a título de exemplo, na seção 47 de *Além do Bem e do Mal*, que “a neurose religiosa” aparece relacionada com “três prescrições dietéticas perigosas: solidão, jejum e abstinência sexual”, ratificando que este tipo de solidão (no interior do comportamento religioso) ainda não se enquadra como uma “prescrição dietética” a que o filósofo almeja.

A solidão não é uma simples “abdicção” do convívio em sociedade. Tecendo o trânsito entre essa concepção rasa para outra com que se afina com seu pensar, eis o que Nietzsche esclarece na seção 440 de *Aurora*:

*Não abdicar!* – Renunciar ao mundo sem conhecê-lo, como uma *freira* – isso resulta numa estéril e talvez triste solidão. Isso nada tem em comum com a solidão da *vita contemplativa* do pensador: quando ele a escolhe, não está abdicando de nada; talvez significasse renúncia, tristeza, ruína de si mesmo, para ele, ter de perseverar na *vita practica*: a esta ele renuncia, por conhecê-la, por conhecer-se. Assim pula ele nas *suas* águas, assim adquire ele a *sua* serenidade.

Esta *vita contemplativa* lhe é oportuna e, até mesmo, imprescindível, pois para aquele que se põe na via do pensamento, se configura uma verdadeira necessidade de “perspectivas distantes para pensar bem das coisas” (A 485). E por isso, “vou para solidão – a fim de não beber das cisternas de todos. Estando entre muitos, vivo como muitos, e não penso como eu [...]” (A 491).

A questão de uma *dietética da solidão* que Nietzsche ressalta é pertinente para uma certa compreensão da subjetividade contemporânea, avessa à ideia de um estar-só, de um cultivo de si que passe por um tipo de introspecção que não é sinônima de ensimesmamento subjetivo ou isolamento radical de tipo monástico. Ainda tentando estabelecer melhor essa diferença, me reporto à seção *O Regresso* que consta na 3ª parte de *Assim falou Zaratustra*.

Tomado por uma pré-visão perturbadora do eterno retorno, Zaratustra mais uma vez se despede de seus amigos, desejando voltar à sua solidão, porque necessita dela para se assenhorar de uma certa sapiência que seja ela mesma uma triunfante afirmação do real em eterno recomeço. Por conta do convívio com os outros, a fina escuta dos instintos e para onde

apontam não ficam claras. E é assim que Zaratustra retorna à sua caverna de origem e à sua solidão<sup>3</sup> para conseguir, enfim, se escutar.

Muito íntimo dela, Zaratustra a chama de “pátria minha”: e só quem chama um lugar de “pátria” é quem de lá proveio; seu local de nascença. Ali na solidão, reconhece-se do jeito que é (e vem a se tornar), inerente a este estar a sós. A pureza reencontrada com alívio para aquele que viveu muito tempo “em selvagens terras alheias” (ZA III O regresso).

A solidão com ele dialoga e lhe aponta a necessidade de silêncio. Essa solicitação ao silêncio é para que esta diga a Zaratustra que “sempre serás, entre os homens, selvagem e alheio”. Isto é, um estrangeiro, gerado que foi de outros modos sem o burburinho alienante da massa, falando outra língua. Nesse silenciar, gradualmente se nota que “uma coisa é o abandono, outra, a solidão. *Isso* – aprendeste, agora! E que sempre serás, entre os homens, selvagem e alheio: – selvagem e estranho ainda quando te amem: pois antes de tudo eles querem ser poupados!” (ZA III O regresso): se se vive solitariamente, valora, sente, pensa, fala diferente de todos do rebanho, o abandono pode vir a ser a consequência, que é algo bem diferente da solidão. Zaratustra, na marcha de um tornar-se si mesmo, é a exceção. O trânsito solidão/convívio é uma arte de ator difícil e sutil: não há aprendizado melhor, segundo Nietzsche, do que o recolhimento saudável, a respirar essa solidão. Abafado por outras vozes, quer o si mesmo, em devir, e reaprender a falar.

No reencontro consigo ao retornar à sua caverna, eis que brota, pelo contato sadio com a solidão, a serenidade (*Heiterkeit*) do pensar. Estas duas experiências andam juntas como bem Nietzsche caracteriza, pela boca de Zaratustra, quando nos diz: “Ó solidão! Ó solidão, pátria minha! [...] Agora apenas me ameaça com o dedo como fazem as mães, agora sorri para mim, como sorriem as mães [...]. Em meio ao reconfortante silêncio, “aqui estás contigo e em casa; aqui podes falar tudo e desabafar todas as razões; nada, aqui, se envergonha de sentimentos escondidos, empedernidos” (ZA III O regresso). E é aí justamente na experiência de solidão (compreendida como lar, como pátria ou como mãe) que ele, Zaratustra, se permite

---

<sup>3</sup> É oportuno lembrar aqui da seção 284 de BM, onde Nietzsche alça a solidão à condição de *virtude* porque a percebe como “sublime pendor e ímpeto para o asseio, que percebe que no contato entre as pessoas – “em sociedade” – as coisas se dão inevitavelmente sujas”. Contrário a uma lógica de fundo cristão a sustentar como “virtude” o *altruísmo*, o qual exige a gregriedade contínua e não o “egoísmo” do estar-só, Nietzsche opera uma leitura diferenciada da solidão, colocando-a como “asseio” necessário, de tempos em tempos, do convívio social. Cabe também lembrar o arguto comentário de Marton (2000) no qual, explorando as interconexões entre o *Zaratustra* e o *Ecce Homo* no tocante à necessidade de solidão, recorda que Nietzsche, pela boca de Zaratustra, convida seus leitores a questionarem-se a si mesmos pela via da solidão, ao fazerem-se seu próprio percurso para longe da confusão da multidão. Marton (2000) nos esclarece que a solidão ela não é só profilática, mas restauradora e condição de criação de si, posto que ela distingue o humano e não o uniformiza e dilui na coletividade. Numa imorredoura e radical solidão habita o silêncio para tornar-se o que se é sem, contudo, abandonar de vez a vida social, pois para lá retornamos inevitavelmente e neste mundo onde o filosofar encontra o estofado de suas reflexões.

por na balança aquilo que a humanidade considera como três grandes males, a saber “*volúpia, ânsia de domínio, egoísmo*”: essas três foram até agora as mais bem amaldiçoadas e mais terrivelmente caluniadas e aviltadas – essas três vou agora sopesar humanamente bem” (ZA III Dos três grandes males).

Ora, são experiências como essas que a solidão busca trazer à tona quando impera uma necessidade instintiva de um saudável autocuidado quase impossível na convivência comunal desmedida; intrometida. Na solidão vige a escuta em sintonia fina dos próprios instintos em que Zaratustra, diferente de outros homens, não busca poupar-se do que daí advier. A relação da solidão com essa dietética que pudesse revigorar, presentear com a saúde, recuperando as forças e as pulsões de vida, sem dúvida é muito pertinente e necessária para superar o *desprezo pelo corpo e pela terra*.

Todavia, Nietzsche explora, digamos, como um “médico”, a fim de poder acertar corretamente a administração desse *pharmakon*, haja visto que o segredo do medicamento não se encontra só na posologia (quantidade), mas na metamorfose, na transformação (a qualidade) que deve encontrar. Para assim, ao atingir a “criança” que joga o “jogo da criação” (ZA I Das três metamorfoses), o silêncio da casa materna, a pátria, o lar, surja a condição fundamental para poder tudo expressar sem reservas. A solidão, neste sentido seria interpretada como o “lar” onde a criança da terceira metamorfose pode, muito livre, jogar.

É provável que, por tais exigências e diferenças tão fortes em relação ao que habitualmente compreendemos por solidão, nos flagremos sendo confrontados e talvez até confusos com as palavras de Nietzsche a explicitar, no *Ecce Homo*, o porquê dele se considerar tão inteligente. Por que falar assim tão frontalmente de si de maneira tão imodesta? Que tipo de inteligência nos brindaria a solidão?

Neste capítulo, o pensador alemão nos mostra, para além de considerarmos a solidão como algo pernicioso para a vida ou como uma coisa a ser evitada a todo custo, o “regime” que ele se submeteu aos próprios instintos e como estes o compuseram e o executaram (penso aqui em Nietzsche como uma “*música*” em que ele se compunha à medida que se compreendia e interpretava) em suas escolhas tanto pessoais quanto filosóficas, orquestrando e ampliando diversas perspectivas com a finalidade de esboçar sua filosofia crítica dos valores, da cultura e da modernidade. Enfim, uma resposta a modos de viver que não tomavam a vida como critério valorativo maior.

Certamente, apartar-se de questões *religiosas*, sejam ao nível das inquirições filosófico-teológicas ou de foro íntimo, foi uma delas. Liberaram-no de recair no terreno movediço onde as perspectivas se perdem flertando perigosamente com “certezas”,

“convicções” e “dogmas”, sem falar no conteúdo moral a vigorar nas posturas de “aceitação” da “presença de Deus” ou da vivência do “remorso”<sup>4</sup>. Afastar-se destas amarras de ser/sentir/pensar rendeu-lhe como resultado uma existência a se construir e espriar-se acerca do valor da vida sem aquelas muletas metafísicas. Cancelando os *ideais*, cancelam-se as certezas e a segurança de um mundo sólido e bem recortado. E aí não há mais volta: coloca-se no lugar o mundo em perspectivas móveis, ilusórias, cheias de facetas; além de um ateísmo libertador, por assim dizer.

Em Nietzsche, o julgamento de valor acerca da vida<sup>5</sup> mostra-se em direções inusitadas, que o filósofo acalentava e considerava mais importantes que questões “espirituais”. A atenção dada por Nietzsche a coisas aparentemente superficiais ou “prosaicas” mostram como a cultura comum, o modo de vida coletivo e seus modos de avaliação da vida podem contaminar aquele quem destas modalidades de existir deseja manter-se à distância. Nesse caso, o próprio Nietzsche. O contato com os hábitos da “maioria”, do “rebanho humano”, sua moral, da cultura em que vivia (sobretudo, a alemã), as vibrações, as repercussões que isso lhe causava, eram um contínuo exercício de desenhar mui claros os limites entre convívio comunal e a via contemplativa da solidão, conforme dito mais acima.

Como a cultura era o objeto de sua crítica, vasto era o terreno onde forças reverberavam nele mesmo. Aqui, Nietzsche funcionava como um barômetro (ou termômetro?) da cultura quando esta o atingia; como lhe chegava, lhe atravessava e, ao mesmo tempo, como ele mantinha, neste tenso diálogo, sua necessidade de solidão e cultivo próprios.

### III.

Se a questão é como se suprir/nutrir em meio ao trato e ordenamento social nivelador e uniformizador, é justo que Nietzsche pergunte “como você deve alimentar-se para alcançar seu máximo de força, de *virtú* no estilo da Renascença de virtude livre de moralina?” (EH Por que sou tão inteligente 1). Há que se precaver de não perder as “realidades” em prol das “idealidades”, pois “esta ‘cultura’ já de início ensina a perder as realidades de vista, para correr atrás de objetivos inteiramente problemáticos: ‘ideais’” (EH Por que sou tão inteligente

<sup>4</sup> Cf. EH Por que sou tão inteligente 1.

<sup>5</sup> No capítulo *O problema de Sócrates*, em *Crepúsculo dos Ídolos*, Nietzsche escreve que quaisquer juízos acerca da vida “têm valor apenas como sintoma, são considerados apenas enquanto sintomas” (seção 2). Assim posto, não se trata de “descobrir” qual é o valor atribuído à vida pela filosofia nietzschiana, se não desvelar como o filósofo alemão descreveu os valores morais desfavorecedores em relação à vida ao longo da história desde o platonismo e do cristianismo. Importa incorrer em vias eticamente diferentes procurando fazer ascender a vida, desviando-se do cansaço da *décadence* em direções criativas em novas formas de viver. Numa palavra, ultrapassar a cultura do “último homem” para uma outra propícia ao surgimento do *Além-do-Homem*.



1). É preciso ruminar bem a fim de não se encher em demasia com qualquer coisa a turvar a capacidade reflexiva que exige a paciência e não a pressa do humano comum, haja vista que “uma refeição forte é mais fácil de digerir do que uma demasiado ligeira. Que o estomago inteiro entre em atividade primeira condição para uma boa digestão. Deve-se *conhecer* o tamanho do próprio estômago” (EH Por que sou tão inteligente 1).

Essa ruminação não é sinônima do imobilismo a que as convicções de qualquer ordem estão sujeitas, e nem à ligeireza vertiginosa da modernidade. O *movimento* que Nietzsche exige do pensar é emblemático do devir da vida: a visão do solitário permite, na amplidão de quem se movimenta, o caráter saudável de impermanência das perspectivas, de pontos de vista. E ele o faz com vagar e não num apressar. Certamente tais “refeições” e cuidados consigo são, de algum modo, difíceis para os não acostumados a se deterem, se demorarem, e, paradoxalmente, a se deslocarem e cair nas andanças que dão em outros caminhos e lugares antes não sabidos; porém, necessários a um espírito que se permita ser livre.

Caminhando para longe de coisas *espirituais*, o cerne do discurso nietzschiano aqui é o *corpo* que se movimenta; o corpo que *sente*. Mosé (2018), em seu estudo sobre as repercussões concretas da filosofia nietzschiana na atualidade e de como ainda vivemos sob a égide de valores decadentes apontados a mais de um século pelo pensador alemão, nos lembra que

mais do que um ser que pensa, somos um ser que sente e precisa expressar o que sente. O humano é um ser com uma imensa capacidade de sentir e uma limitada capacidade de elaborar o que sente. Se perceber sentindo é algo que comove o humano: a sensação de que pode ser grande, porque pode sentir coisas grandes, mesmo que seja uma dor. A intensificação do corpo, o refinamento das emoções, a elaboração dos afetos, são domínios extremamente prazerosos e sofisticados do humano. O corpo é uma fonte inesgotável de experiências sensoriais e estéticas que desconhecemos, tendo em vista o valor dado à razão, ao pensamento e à verdade, que sempre conclui que a vida não vale a pena. Sentir não importa. Importa pensar. Mais do que isso, sentir tornou-se sintoma, as sensações, as variações afetivas do corpo tornaram-se doença. Cada vez mais nos tememos, nos desconhecemos. (p. 34)

Embarcando na corrente das intensidades, dos impulsos que formam essa conjunção *sui generis* somático-simbólica que é o corpo, Nietzsche quer evitar o decaimento na valorização exclusivista do “racional” que se ampara num puro esquecimento de que o pensar está arraigado no corpo e se nutre dos afetos para ser, por fim, *um pensar*. E se fosse para imputar um mínimo de alguma concepção “dualista” em Nietzsche (porém, numa tendência a

juntar tudo numa só instância visível de certa “unidade”) seria a categoria de *movimento* a deslocar o “espírito” mesmo numa sinonímia espírito (corpo) e mobilidade (corpo também)<sup>9</sup>.

Descrevendo tal entrançado de pensamentos, diz Nietzsche que o “*tempo* do metabolismo mantém relação precisa com a mobilidade ou a paralisia dos *pés* do espírito; o próprio ‘espírito’ não passa de uma forma desse metabolismo” (EH Por que sou tão inteligente 2), presenteando o vigor para suas próprias tarefas. Ou seja, “o *vigor animal* jamais se tornou nele [no metabolismo] grande o suficiente para atingir aquela liberdade que transborda para o domínio do mais espiritual, quando se percebe: *isto* posso eu somente” (EH Por que sou tão inteligente 2). Para o pensar que se atira à cultura a fim de perceber o que ela, com suas valorações, tanto diz quanto esconde com seus ditos, é preciso estar na abertura proporcionada pelo corpo. Não um corpo inerte, mas um corpo que *sente*, que é atingido e sofre com uma miríade de formas de viver, percebendo que só pode contar consigo, deitando fora quaisquer amparos em valores “instituídos” que lhe sirvam para interpretar o mundo: esta interpretação, precisa partir dele, o corpo. Um corpo, inclusive, *movente* que pode, por isso, adotar, em deslocamento, uma ruminação que lhe advém (se retirando, também, perante as situações as quais em dado momento não daria conta), devolvendo em forma de filosofia as formas como humano tem avaliado e vivido a vida.

É aqui que Nietzsche aponta para a *doença*<sup>12</sup> que o “forçou” à reflexão sobre a razão no real, retirando-se de propensões “idealistas” que teriam lhe imprimido direções outras em sua vida, embora o filósofo sinta que algumas marcas tenham sido deixadas por esses “desacertos”. Escreve Nietzsche: “A ignorância *in physiologicis* [em questões de fisiologia] – o maldito ‘idealismo’ – é a verdadeira fatalidade em minha vida, o estúpido e supérfluo nela, algo de que nada bom resultou, para o qual não há compensação ou contrapartida” (EH Por que sou tão inteligente 2). Contudo, se a doença, mesmo tendo sido algo que trouxe enormes dissabores de ordem física por toda a sua vida, Nietzsche pôde nela perceber o quanto a cultura também ela estava doente.

O que Nietzsche não concorda é com a tese de senso comum, de que a dor, por ela mesma “ensina” algo ao humano. Mais condizente com seu modo de pensar, resgato aqui uma breve passagem no *Prólogo* da *Gaia* Ciência, e com ela concordo, de que “duvido que tal dor ‘aperfeiçoe’ –, mas sei que nos aprofunda” (GC Prólogo 3).

<sup>9</sup> Adentrar nas nuances conceituais nietzschianas acerca do corpo desviaria muito do escopo deste escrito. Para tanto, remeto o leitor para o artigo de Marton (2009) e para as seções *Dos trasmundanos* e *Dos desprezadores do corpo* na 1ª parte do *Zaratustra*.

<sup>12</sup> Aspecto que o filósofo já se detera em detalhes um pouco antes no capítulo *Por que sou tão sábio*.

Essa “profundidade” não é dada de antemão. Contudo, quando encaramos a vida, em suas contingências, como problema. Um olhar atento entre doença/saúde revezando-se, tendo em vista a última: Como ilustra o filósofo, “da ótica do doente ver conceitos e valores mais sãos” (EH Por que sou tão sábio 1), que Nietzsche chama de “deslocar perspectivas”.

De todo modo, Nietzsche concebe sua frágil saúde como um divisor de águas: a atenção aos instintos para poder se proporcionar uma vida e experiência próprias *àquelas* tarefas, para *aquela obra* que o filósofo, afinal, nos legou, incitando ela mesma nossas experiências e experimentos com o sentir/pensar. A “cura”, para Nietzsche, como a doença, eram faces de uma mesma moeda, ainda que esta fosse anterior *àquela*: numa convalescência interminável, o adoecer da civilização afetava-lhe o corpo, a vida mesma enferma descrevia a si mesma e o filósofo apontava de volta as possíveis saídas para restituir algo de “saudável”.

Se o pensador alemão considera que, nos seus tempos como professor na Basileia, reinava uma falta de solidão proporcionada pelas escolhas feitas por ele, onde “faltava um sutil ‘cuidado de si’, a *tutela* de um instinto imperioso, era um nivelamento a qualquer um, uma ‘ausência de si’, um esquecimento da distância própria[...]” (EH Por que sou tão inteligente 2), ele crê que a ignorância acerca das múltiplas questões trazidas pelo mundo concreto (em que o corpo, com seu complexo de pulsões atritando-se, se mostra como ponto de inserção neste mundo) e que o “idealismo” de seu ofício lhe bloqueava, a doença (esse eventualidade mundana, somática; que de certo modo também ela possui uma história e nos recorda a finitude) rendeu-lhe a exigência de um voltar atenção consigo num “cuidado de si”, forçando-o à solidão: imerso nela, não tinha como não prestar atenção nele mesmo.

Aí está uma “racionalidade” alicerçada em certa liberdade de movimento e vida, proporcionado pelo sentir mesmo dos impulsos<sup>16</sup>. Não à toa, escreve Nietzsche, “quando estava quase no fim, *por* estar quase no fim, pus-me a refletir sobre essa radical insensatez de minha vida – o ‘idealismo’. Foi a *doença* que me trouxe à razão” (EH Por que sou tão inteligente 2). Não a uma modalidade de “pequena razão”; mas o corpo que lhe chamou de volta à vida. A solidão se tornou cada vez mais íntima fazendo-se ambiência ímpar para um estar consigo ao ponto de perceber que a enfermidade não é era algo ocasional, mas um sinal de uma impermanência continuada consigo estava a lhe cobrar um alto preço, a saber: a inautenticidade parente das maneiras de viver que atendem aos valores da “comunidade”; da vida social em “rebanho”.

---

<sup>16</sup> Lembremos de Zaratustra ao declarar que o “corpo é uma grande razão, uma multiplicidade com um só sentido” (ZA I Dos desprezadores do corpo).

Comentando a íntima vinculação de vida-obra em Nietzsche, Oliveira & Falabretti (2018), ao apontarem sobre o papel da doença no feitio da obra nietzschiana, relembra, tomando as indicações nietzschianas como balizadoras, também a subsequente *cura*. Em Nietzsche, escrevem os autores,

[...] curar-se é adoecer, reconhecer a doença, convalescer e sarar. A cura é o processo pelo qual a vida se apresenta como exigência da obra: foi preciso estar doente para que a cura pudesse ser pensada, descrita, filosofada. A doença, como parte da vida, é uma exigência da obra. Sem ela, não haveria obra, necessariamente. A vida é o sacrifício; a obra é a oferta. (p. 184-185)

Por um certo sentido, a solidão foi, também, uma *doença* para Nietzsche: certo sentimento de extemporaneidade, de sentir-se estrangeiro, deslocado, sem-lugar: face mais singularmente inclemente do estar e sentir só. Também ela, entretanto, e em maior medida, lhe foi uma cura: nela o filósofo se curou dos preconceitos morais que lhe foram impingidos, sejam pelo meio social gregário, pelo ideário romântico que dele compartilhou um dia, ou mesmo dos idealismos enfraquecedores do cristianismo.

A solidão como presença de si; auto exploração; singularização; essa foi a cura que lhe adveio. Ciente de tantas concepções decadentes prévias que em si trazia, podia manter uma distância saudável ampliando campos de visão em sua investigação e diagnóstico dos sintomas da vida cultural. Oliveira & Falabretti (2018) são taxativos: “Saudável, assim, não é quem não está doente, mas justamente quem adoce e supera a doença e, por fazê-lo, o faz como exigência de aplicação do pensamento sobre a vida, como uma espécie de autoexperiência [...]” (p. 187). A solidão foi sua “autoexperiência” de cura. E de liberdade. Teria sido algo somente particular a Nietzsche apenas? Creio que não. Entretanto, como vivência de todo aquele que adoce e se torna gradativamente saudável para além do já-instituído, pensando esta vida e como sente que seja um “engano” estar no gregarismo uniformizante, solidão e liberdade são um *curar-se* enquanto frutos de um pensar advindos dos afetos em movimento que a experiência agridoce da solidão faz emergir.

#### IV.

Entrementes, também as *distrações* trazem certo relaxamento a Nietzsche da seriedade da solidão; do que a solidão lhe impõe ou pode impor e manter a singular seriedade de um espírito livre. Entretanto, distrações não despotencializam a solidão, mas a torna serena; um pouco diluída para se movimentar como água em curso para longe da ocasional “prehenz

espiritual” que, no caso de Nietzsche, lhe assaltava constantemente, convocando-o a um empenho maior de forças. Diz ele:

Já se observou realmente que naquela profunda tensão a que a prenhez conduz o espírito, e no fundo todo organismo, o acaso, toda espécie de estímulo de fora tem efeito demasiado violento, “golpeia” fundo demais. É preciso esquivar-se tanto quanto possível ao acaso; ao estímulo de fora; como um emparedar-se está entre as sabedorias instintivas da prenhez espiritual (EH Por que sou tão inteligente 3).<sup>18</sup>

A literatura, no que concerne ao pensador alemão, era outra via para voltar-se à realidade humana através de olhos e palavras de escritores e poetas. Nietzsche procurava, nos *acazos* desses livros que lhe chegavam às mãos, pontos de descrição “psicológica” da alma moderna. Logo, nada melhor do que as deambulações nietzschianas pela arte literária e, mesmo, musical<sup>21</sup>. Estes tais passeios pela arte apontam para a “curiosidade de psicólogo” que o filósofo se orgulhava de ter, e sua solidão sensibilizando-o para tais incursões curiosas nos meandros idealistas e morais, tornava-o “forte o bastante para converter mesmo o mais discutível e perigoso em vantagem, tornando-me assim mais forte” (EH Por que sou tão inteligente 6), permitindo-se a esperar da música que ela fosse “alegre e profunda como uma tarde de outubro. Que seja singular, travessa, terna, uma doce mulherzinha de baixeza e encanto” (EH Por que sou tão inteligente 6).

E isso tudo ainda é descanso e distração de um artista; seu ócio<sup>24</sup> desarmado a simplesmente ver, perceber as sutilezas ao redor, aspirar ao aroma<sup>25</sup> da mundanidade e suas dimensões a multiplicar a vida ou aquelas que lhe “roubavam” as forças. A solidão é recolhimento? Certamente. Entretanto, é também concentração do corpo dispondo-se como um *diapasão* a sentir, vibrar, reverberar as nuances e os percursos vitais do mundo.

<sup>18</sup> Nietzsche também nos diz, mais à frente ao comentar o *Zaratustra*, como a escrita dessa obra, após seu término, lhe exauriu as forças. Cf., EH *Assim falou Zaratustra* 5.

<sup>21</sup> As relações de Nietzsche com o contexto musical de seu tempo e como esta lhe impactava era, no mínimo, algo de muito delicado. Ainda pairava a sombra de Wagner, para o qual o filósofo havia tecido palavras de muita gratidão ao compositor nas seções 5 e 6 do capítulo aqui em tela, assim como na conhecida seção 279 da *Gaia Ciência*. Ainda assim, para se ter uma compreensão de como Nietzsche julgava a música, tendo-a como um forte conjunto de sintomas da modernidade – e ainda tendo Wagner como “problema” exemplar – veja-se *O Caso Wagner*. Neste escrito (também publicado em 1888), Nietzsche elenca vários motivos para reprochar Wagner declarando que este era muito mais um *ator* do que um músico – e Nietzsche mostra-se pouco afeito à arte teatral – preocupado em causar efeitos impactantes no público do que mostrar a arte musical mesma na ópera. Para uma compreensão aprofundada da música na extensão da filosofia nietzschiana, remeto ao excelente livro de Barros (2007).

<sup>24</sup> A referência aqui ao título original de *Crepúsculo dos Ídolos*, também escrito e publicado em 1888, é impossível de não se fazer lembrar de que *Ócio de um psicólogo* era o título primeiramente pensado por Nietzsche.

<sup>25</sup> Lembremos da assertiva de Nietzsche acerca da necessidade de aguçar e “pensar” os sentidos até o fim. Lamenta-o que “nenhum filósofo falou ainda com respeito e gratidão” do *nariz!* Cf. CI A “razão” na filosofia 3.

Esse *doar-se* de Nietzsche, *expor-se* como corpo, tendo como pano de fundo sua tarefa de propostas transvalorativas, até mesmo as reflexões desprovidas da carne do mundo, lhe requeriam o mergulho mesmo em cuidados próprios a fim de que pudesse melhor escutar os dizeres, enxergar as trajetórias valorativas que da cultura emergiam. Em tudo isso, ainda assim Nietzsche nos diz que esse é o seu modo de “autoconservação” instintivo; de “autodefesa” em que “Sims” e “Nãos” se convertem em medidas autoprotetivas para quem cultiva a liberdade do espírito. Sobretudo, para quem se impõe grandes tarefas.

Esse “gosto” por si (seu “instinto de autodefesa”), porque afinal se trata de uma questão de estilo, é uma ordem para acalmar-se, para o saborear a si mesmo com certo recato e resguardo: o degustar é ato possível somente onde o que está em volta está em suspenso, reduzindo-se a si mesmo, humano e corpo, e ao *como responder* a este mundo do qual nunca saímos e que a nós sempre nos chega com um sem-número de solicitações e/ou injunções. Concordando com Nietzsche, “possuir espinhos é um esbanjamento, uma dupla luxúria inclusive, quando somos livres para ter não espinhos, mas mãos abertas” (EH Por que sou tão inteligente 8). Essa autoconservação é recolhimento para futura abertura e expansão. Com mãos livres para, quem sabe, presentear<sup>27</sup>.

Mais uma vez: a solidão não é isolamento ou encapsulamento ou ainda evasão do mundo. A solidão de que Nietzsche não se cansou de expor em sua obra e que ele mesmo a vivenciou, diz que esta é imprescindível para se responder à questão de como alguém se torna o que é, a qual, segundo o filósofo, não é possível se desviar quando o que está em jogo é um olhar crítico em direção ao mundo, porém não compactuando com seu ritmo de criar e gerir o humano e suas produções discursivas que são formas de valorações da vida.

O *tornar-se o que se é* como uma pretensão vital parece vir à tona como um tipo de, digamos, *certeza íntima* trazida pela solidão: um *amor de si* que não passa por um “conhece-te a ti mesmo” (desdobramento meramente racional), que “seria a fórmula para a destruição, esquecer-se, *mal entender-se*, empequenecer, estreitar, mediocrizar-se, tornar-se a própria sensatez” (EH Por que sou tão inteligente 9). Contudo, perceber-se senciante, saboreando os impulsos, predispondo-se às suas inclinações ou evitações. E assim, “que alguém se torne o que é pressupõe que não suspeite sequer remotamente *o que é*” (EH Por que sou tão inteligente 6); sendo que esse “é” indica o cultivo de si em profundo diálogo com a multiplicidade das pulsões, o qual a solidão possibilita.

---

<sup>27</sup> Tal qual Zaratustra, depois de deixar sua caverna, que está a levar um presente aos humanos. Cf. ZA Prólogo 2.

Nietzsche parece colocar que para que seja possível uma tarefa transvalorativa (tanto dele como no percurso de outros – por que não aventar essa hipótese?), há que se dar atenção à hierarquia dos instintos; a ela dar ouvidos segundo a lida com o mundo em suas questões mais importantes: aquelas “coisas pequenas e, seguindo o juízo tradicional, indiferentes” (EH Por que sou tão inteligente 10). Para Nietzsche, por outro lado, tais assuntos são de primeira ordem, onde outros conceitos “incorpóreos”, idealistas, metafísicos e moralmente decadentes não significam nada; ou quando muito, apontam para o histórico descrédito da mundanidade simbolizada pelo corpo, essa coisa carregada de “imperfeições”, “falhas” e “pecados”. Escreve o filósofo, declarando haver uma necessidade de *reaprendizado* (o qual inevitavelmente leva à questão dos valores necessários a uma reeducação desse porte. Questão cultural maior, portanto), que

[...] o que a humanidade até agora considerou seriamente não são sequer realidades, apenas construções; expresso com mais rigor, *mentiras* oriundas dos instintos ruins de naturezas doentes, nocivas no sentido mais profundo – todos os conceitos: “Deus”, “alma”, “virtude”, “além”, “vida eterna”... Mas procurou-se neles a grandeza da natureza humana, sua “divindade”...Todas as questões da política, da ordenação social, da educação foram por eles falseados até a medula, por haver-se tomado os homens mais nocivos por grandes – por ter-se ensinado a desprezar as coisas “pequenas”, ou seja, os assuntos fundamentais à vida mesma (EH Por que sou tão inteligente 10).

Ainda que, no caso de Nietzsche, ele considere uma objeção alguém dizer que sofre de solidão (ele que sofria muito mais de “multidão”), o encontro humano, quando o que mais importa, são aqueles outros tantos “assuntos fundamentais da vida mesma”, é um fruto agridoce da solidão para além de isolamentos monásticos ou deprimidos, ou tendências a ser ensimesmado por aversão ou nojo pura e simples do contato (já comentado mais atrás), sem que sejam possíveis “mãos abertas” quando os instintos *ordenam* uma interlocução necessária, que é polêmica/luta a incubar o fortalecimento e transformações da vida, enriquecendo-a.

Isso é o que nos esclarece Fornazari (2003), compilando numa pertinente reflexão sobre o que faz Nietzsche dizer-se “sábio” e “inteligente”, ele explica que

[...] se a sabedoria e a esperteza [inteligência] de Nietzsche estariam na astúcia do compromisso assumido pelos instintos para serem capazes de exercer uma determinada relação de poder sobre o mundo, é preciso entender tal astúcia como assumindo a forma de sua filosofia, de sua obra escrita, pois escrever seria exprimir tais “estados internos”, dar à expressão a multiplicidade de instintos que atravessa o corpo, ou melhor, que é o corpo. O corpo que se faz palavra. (p. 115)

A solidão não chega a ser um impulso entre outros: ela é o espaço preenchido ou de preenchimento que é o corpo como caixa de ressonância, como arena de debate, como campo de disputa destes impulsos na sua gana de ter voz que se eleve acima de outros, se fazendo criação, sentido, palavra, ação. A solidão solicita, intima a manter certa distância “saudável” das sedutoras vozes do gregarismo, de onde quer que venham: arte, relações humanas, religião, política, ciência, filosofia... Arrebanhamento que se achega “cantando” qual sereia, para o humano render-se à subserviência e anonimato dos cansados da vida.

## V.

A “inteligência” nietzschiana (pois considero que aquilo que Nietzsche profere acerca de si poderia muito bem servir-nos de medida para nossa própria dietética numa *finesse* do egoísmo como cuidado de si) está numa autorregulação saudável a impor fronteiras que tanto afastam como mantém à vista aqueles artigos que “a humanidade até agora considerou seriamente não são sequer realidades, apenas construções” (EH Por que sou tão inteligente 10). A solidão não despreza ter ali diante dos olhos essas falsidades idealistas: com elas nas cercanias do existir, lembra-se do que não mais traz os pesos do julgamento desfavorável à vida (estar de algum modo em prontidão para um olhar crítico exige que não sejamos cegos: nunca nos desvencilhamos de certos valores os quais tendem a nos furta de nós em prol da coletividade) e, ao mesmo tempo, faz-se perceber a emergência dos “sinais de instinto são”, ainda que as formações culturais amortizantes do viver insistam no adoecimento da comunalidade de rebanho. O perigo de decaimento não desaparece com o advento da solidão com a expecionalidade que ela nos brinda. Os cuidados são constantes nesse dietética, pois basta poucos descuidos na administração dessa dieta para que nossas cisternas, como nos diz Nietzsche, fiquem novamente sujas.

Enfim, por que negar nossas proveniências? Por que negar o que ficou pra trás? O desprezo que o cuidado profilático solitário (como Nietzsche não cansa de recomendar e que Marton (2000) tão bem ressaltou) traz certa leveza e certa gravidade a orbitarem-se num *jogo de oposições*, sintoma privilegiado do devir da existência denunciando-lhe sua variabilidade. Nietzsche percebeu em si essa ressonância ao dizer que “a vida tornou-se-me leve, a mais leve, quando exigiu de mim o mais pesado” (EH Por que sou tão inteligente 10).

Estando nas fronteiras desta seletividade entre aquilo que engrandece e “apequenece”, assimilando o necessário à compreensão valorativa da vida, e aí não fugir, mas postar-se firme à movimentação devídica do existir (que não pode desfazer-se da multiplicidade, inclusive, do que empobrece a vida), eis aí a “formula para a grandeza do humano” que Nietzsche traz



como resultado de uma dietética solitária: o *amor fati*. Pinto (2017) nos informa que esta tese nietzschiana é uma fórmula que

[...] vinculada aos conceitos de vontade de potência e eterno retorno do mesmo, exprime a necessidade de amor à multiplicidade, pois somente assim é possível que o homem enfrente o seu maior desafio, qual seja: não querer que qualquer acontecimento seja diferente do que é, “seja para trás, seja para frente” ou “em toda a eternidade”. (p. 110)

Amar o *necessário* como aquilo que nos vêm, toca, esbarra, pede, solicita, impõe movimento do sentir e dos sentidos (significados) ou mesmo tudo aquilo que pode bloquear a vida. Liberdade da solidão em estado bruto passa por um refinamento do sentir/pensar/agir em que eu e o outro nos encontramos, nos estranhamos, nos reconhecemos, nos intercambiamos e nos despedimos, se for o caso. Não antes de algo ter sido criado nesse encontro.

A solidão do espírito livre nessa “dieta” prescrita por Nietzsche começa por se *sentir/reconhecer como corpo e existência*. E o mundo concreto, contingente nunca nos abandona: está sempre ali como berço, planície, montanha, cidade, sombras, sol e canteiro de obras cultural com suas conformações e apropriações da vida. Contudo, as recomendações nietzschianas implicam um certo reconhecimento de que uma distância é necessária (um *pathos da distância*), pois não é segredo que nem todos possuem a habilidade de reconhecer os sinais da transformação de um novo ser (quando tal transformação experiencial, digamos, está em curso) e não atingem geralmente a liberdade (e a solidão) para ser si mesmos. De maneira que não só basta indicar a *posologia da solidão*, mas acompanhar seus efeitos colaterais e até os males que podem advir desta dieta.

Vida nômade é quase sempre sinônima de solidão: ali com ela e por ela, o espírito livre pôde *experienciar o sentir/pensar* a partir de outros corpos, vidas, valores a presentear, ora com prazer, ora com desprazer, a matéria-prima (viva) para um posicionamento a respeito *de onde e para onde* a vida tem se encaminhado. Os instintos ao se fazerem ouvir indicam, pelo menos, que existiriam outras formas de subjetivação (de viver) modelos moventes e sencientes de que a vida pode ainda valer à pena.

À Nietzsche, esse pensador espírito livre e solitário, advieram arte e filosofia conjugando uma prenhez de forças criativas em gestação extemporânea. Sua inteligente dieta solitária foi-lhe propícia para abrir-lhe um mundo que, quando ele é despido de pontos de vista fixados os quais conformariam interpretações padronizadas e consagradas por um determinado regime moral, mostra-se infindável em perspectivas e outras formas de viver.

Dessa abertura a uma rica multiplicidade de interpretações que a vida pode se mostrar, dada pela solidão, não há volta.

### Referências bibliográficas

BARROS, Fernando R. M. *O pensamento musical de Nietzsche*. São Paulo: Perspectiva/Fapesp, 2007.

FORNAZARI, Sandro K. “Algumas reflexões sobre o *Ecce Homo*”. In: AZEREDO, Vânia D. (org.). *Encontros Nietzsche*. Ijuí: Ed. Unijuí, 2003. p. 109-133.

MARTON, Scarlett. “Silêncio, solidão”. *Cadernos Nietzsche*, São Paulo, n.9, p. 79-81-105. 2000. Disponível em: [https://gen-grupodeestudosnietzsche.net/wp-content/uploads/2018/05/cn\\_09\\_04-Marton.pdf](https://gen-grupodeestudosnietzsche.net/wp-content/uploads/2018/05/cn_09_04-Marton.pdf)  
Acesso em: 10 junho. 2020.

\_\_\_\_\_. “Do dilaceramento do sujeito à plenitude dionisíaca”. *Cadernos Nietzsche*, São Paulo, n. 25, p. 53-81, 2009. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/cniet/article/view/7792/5333>  
Acesso em: 10 junho. 2020.

MOSÉ, Viviane. *Nietzsche hoje: sobre os desafios da vida contemporânea*. Petrópolis: Vozes, 2018.

NIETZSCHE, Friedrich. *Assim falou Zarathustra: um livro para todos e para ninguém*. São Paulo: Companhia da Letras, 2011.

\_\_\_\_\_. *Crepúsculo dos ídolos, ou como se filosofa com o martelo*. São Paulo: Companhia da Letras, 2006.

\_\_\_\_\_. *Além do Bem e do Mal: prelúdio a uma filosofia do futuro*. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

\_\_\_\_\_. *Aurora: reflexões sobre os preconceitos morais*. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

\_\_\_\_\_. *A Gaia Ciência*. São Paulo: Companhia das Letras, 2001.

\_\_\_\_\_. *O Caso Wagner: um problema para músicos/Nietzsche contra Wagner: dossiê de um psicólogo*. São Paulo: Companhia das Letras, 1999.

\_\_\_\_\_. *Ecce Homo, como alguém se torna o que é*. 2ª ed. São Paulo: Companhia da Letras, 1995.

OLIVEIRA, Jelson R. & FALABRETTI, Ericson S. “Nietzsche, a vida como exigência da obra”. *Cadernos Nietzsche*, Guarulhos/Porto Seguro, v. 39, n. 3, p. 175-198, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/cniet/v39n3/2316-8242-cniet-39-03-175.pdf>

Acesso em: 10 junho. 2020.

PASCHOAL, Antônio E. “Autogenealogia: acerca do ‘tornar-se que se é’”. *Dissertatio*, Pelotas, n. 42, p. 27-44. 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/dissertatio/article/view/8463/5417>

Acesso em: 10 junho. 2020.

PINTO, Fabiano. “Psicologia trágica em Nietzsche: elementos para o ‘dizer sim à vida’”. *Revista Trágica: estudos de filosofia da imanência*, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 103-117. 2017.

WOTLING, Patrick. “Befehlen und Gehorchen. A realidade como jogo de comando e de obediência segundo Nietzsche”. In: NASSER, Eduardo & RUBIRA, Luís (orgs.). *Nietzsche no século XXI*. Porto Alegre: Zouk, 2017. pp. 323-343.