



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
ACATLÁN

*LA RENUNCIA DEL SUJETO A SÍ MISMO*

*REPENSAR LA SUBJETIVIDAD: “CUIDADO DE SÍ” Y “CONOCIMIENTO DE SÍ”*

TESIS Y EXAMEN PROFESIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO EN FILOSOFÍA

PRESENTA

ARELI RAMIREZ BARCENAS

ASESOR: Dr. JOSÉ ALEJANDRO SALCEDO AQUINO

ACATLÁN MAYO 2009



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## AGRADECIMIENTOS

No he querido pasar desapercibida la gran ayuda que la Maestra Blanca Estela Aranda Juárez y el Doctor J. Alejandro Salcedo Aquino me han proporcionado. Les estoy infinitamente agradecida por la confianza, el respeto y el entusiasmo con el que han acogido este modesto trabajo de investigación.

Hago extenso el agradecimiento a mis padres y hermanos por lenificar mi vida; a mis amigos y compañeros por ayudarme a reconocer la fortaleza que tanto caracteriza a esta flor siempre en primavera.

*EN LA VIDA, EN EL AMOR Y EN EL TRABAJO LO MÁS IMPORTANTE  
ES SER LO QUE NO SE ERA ANTES.*

*MICHEL FOUCAULT*

# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>CAPÍTULO 1</b>	
Hermenéutica de sí	7
1.1 Cuidado de sí y conocimiento de sí en los textos socráticos	10
1.2 Cuidado de sí y conocimiento de sí en el periodo helénico y romano	23
<b>CAPÍTULO 2</b>	
La <i>Parresía</i> Griega	42
2.1 Los <i>logoi</i> y la relación alumno-parresíastés	46
2.2 El cuidado de sí mediante la <i>parresía</i>	60
<b>CAPÍTULO 3</b>	
Hermenéutica de sí cristiana	76
3.1 Conocimiento de sí en la prefiguración del cristianismo	80
3.2. Cristianismo y poder pastoral	94
3.3 La renuncia de sí, una moral de salvación	104
<b>CONCLUSIÓN</b>	115
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	

## INTRODUCCIÓN

El objeto de la presente investigación es mostrar, según el trabajo que Michel Foucault realizó en la última etapa de su vida, cómo se constituyen distintos tipos de subjetividad según experiencias dadas en el periodo helenístico y grecorromano, bajo los preceptos “cuidado de sí” y “conocimiento de sí”; preceptos que ineludiblemente recorren toda la tradición filosófica desde los últimos siglos antes de Cristo y a los cuales se les puede reconocer, bajo ciertas modificaciones, por lo menos en los cinco siglos posteriores a Cristo. También es cierto que aún podemos hallarlos en una época presente, pues no hablamos únicamente de una mirada retrospectiva más que de una técnica actual. Sin embargo, la tarea que aquí nos reúne está plenamente dirigida al estudio de aquellos preceptos, y según el trabajo que Michel Foucault ha realizado sobre ellos, en su inicial evolución en la Antigüedad.

El asiduo lector de Foucault reconocerá que en la última etapa de su vida, éste consagró su estudio al problema del cuidado de sí como un arte de vivir, como una técnica para la vida (*techné tou biou*), estudio particularmente precedido por sus últimos escritos publicados bajo tres volúmenes: *La voluntad del Saber*, *El Uso de los Placeres* y *La inquietud de sí*, e incluidos en un solo proyecto llamado: *Historia de la Sexualidad*. No está de más hacer notar que inicialmente este proyecto estaba orientado a la escritura de seis volúmenes, que hubieran sido, después de *La voluntad del saber*, los siguientes: *La carne y el cuerpo*; *La cruzada de los niños*; *La mujer, la madre y la histérica*; *Los perversos*; *Población y raza* y que finalmente fue reorganizado alrededor de la lenta formación, durante la Antigüedad, de una hermenéutica del sujeto, a la que bien podemos entender como una constante actitud por cuidarse a sí mismo. Esta evidencia resulta importante al margen de su desarrollo, pues a partir de este estudio podríamos aseverar que Foucault dio un viraje en el marco de sus investigaciones, pues por un lado la tarea inicial estaba dirigida al estudio sobre los placeres y la conducta sexual, o más exactamente, la inquietud ante los placeres sexuales, la relación que puede tenerse con ellos y el uso que de ellos debe hacerse. Estos temas son prácticamente las directrices de aquél proyecto, sin embargo, en el último volumen, *La inquietud de sí*, Foucault prepara ya el terreno de su nueva investigación, dirigido justamente al problema general griego de un técnica de vida, en donde la preocupación antigua se centraba en construir un tipo

de ética que constituyera una estética de la existencia; construir una ética de tipo estético bajo una elección personal, pues se tenía el deseo de vivir una vida bella y dejar a los demás los recuerdos de aquella bella existencia.

Pudiera ser que el tema del deseo, las prohibiciones sexuales -en tanto que están ligadas a la obligación de decir la verdad sobre sí mismo-, resulten ser aquí las diagonales móviles que Foucault empleó para ir de una investigación a otra; deducción que quizá podamos extraer cuando declara, ante un cuestionamiento que se le hace sobre si considera que entender la sexualidad es central para entender quiénes somos, que está mucho más interesado en los problemas sobre las técnicas del yo y otros temas semejantes que en el sexo... el sexo, dice el filósofo de Poitiers, es aburrido.<sup>1</sup>

De aquí que nuestro pensador haya conducido su reflexión, por un lado, a la hermenéutica de las técnicas de sí, centradas en el cuidado de sí como fundamento del arte de vivir, y por otro, a las tecnologías del alma que, escindidas de las primeras, tienen por objeto la renuncia del sujeto sobre sí mismo bajo conminaciones de orden cristianas. De este modo, Foucault hace notar que la filosofía antigua y el ascetismo cristiano se sitúan bajo el mismo signo: el cuidado de sí; “en los textos griegos y romanos, la conminación a conocerse a sí mismo está siempre asociada a este otro principio del cuidado de sí, y esa necesidad de cuidarse de sí hace posible la aplicación de la máxima délfica; por su parte, para el ascetismo cristiano la obligación de conocerse es uno de los elementos centrales”,<sup>2</sup> la preeminencia del conocimiento de sí sobre el cuidado de sí queda justificada por la supremacía de Dios sobre el hombre, pues mientras más renuncia uno a sí mismo más cerca se está de la voluntad de Dios.

Nuestro trabajo parte de esta reflexión foucaultiana sobre la hermenéutica de sí y las tecnologías del alma, que no siendo una y la misma cosa, sí podemos hallarlas a una en relación con la otra bajo al desarrollo y transformación de los preceptos antiguos cuidado de sí y conocimiento de sí. Hablamos pues de que los griegos y los romanos tenían una *techné*, un arte de vivir en donde el concepto del ejercicio del dominio perfecto sobre uno mismo, pronto se volvió un tema principal que, tras siglos de

---

<sup>1</sup> Gregorio Kaminsky, *El yo minimalista y otras conversaciones*, Edit. La Mirada, Argentina, 2003, p. 50.

<sup>2</sup> Cfr. Michel Foucault, *Estética Ética y Hermenéutica*, obras esenciales volumen 3, Editorial Paidós, Barcelona, 1990, pp. 446-447.

evolución, fue investido por un pensamiento cristiano, una hermenéutica cristiana del yo que instauró una nueva elaboración de esta *techné*. Foucault nos ofrece una herramienta, arguye que “el día en el que el *βίος* dejó de ser lo que había sido durante tanto tiempo para el pensamiento griego, a saber, el correlato de una *techné*; cuando el *βίος* (la vida) dejó de ser el correlato de una *techné*, para convertirse en la forma de una prueba de sí, el *βίος* dejó de ser un arte razonado y racional”.<sup>3</sup> Bajo este lineamiento, veremos que a consecuencia de su paralelo desarrollo, estas dos experiencias, la del cuidado de sí y el conocimiento de sí, no tuvieron la posibilidad de encontrarse más que dentro de un campo religioso. Tras su intersección hallamos a un sujeto que renuncia a sí mismo como resultado de dos acontecimientos históricamente contiguos: 1) en el momento mismo en el que al problema general griego, la *techné tou biou*, al problema de cómo vivir bellamente, se le sustituyó por la *techné del yo*, cuestión que ha representado una de las principales evoluciones de la cultura antigua, y 2) cuando el cristianismo de los primeros siglos instauró una técnica de sí; ello implica un doble rechazo, pues con esto no sólo el sujeto renuncia a sí mismo, sino que también renuncia a la realidad de la que él forma parte y a la que forzosamente debe renunciar para acceder a otro nivel de realidad. Es justamente este movimiento de renuncia (y de revelación, según lo veremos) el que distingue al ascetismo cristiano y el que marca la nueva evolución de la cultura antigua.

De este modo, pretendemos que nuestro lector considere que Foucault ha querido mostrar que el problema general griego no era la *techné del yo*, sino la *techné* de vivir – *techné tou biou*-, y que la evolución de la hermenéutica de sí se produjo en relación a ciertas modificaciones en prácticas antiguas conocidas como el conocimiento de sí y el cuidado de sí, halladas en la cultura helénica y grecorromana de los dos últimos siglos antes de Cristo y hasta el cuarto y quinto de nuestra era. Así, nuestro interés particular tiene por objeto la investigación del pensamiento foucaulteano con respecto a los estudios realizados en la última etapa de su vida, en una obra que la muerte cerró de una forma lamentablemente prematura: el problema de la evolución de la hermenéutica de sí tras el desarrollo de las prácticas del cuidado de sí y el conocimiento de sí señalados por Foucault, y las implicaciones filosóficas que resaltan problemas muy específicos, como

---

<sup>3</sup> Michel Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Editorial Fondo de Cultura Económica, primera reimpresión, México, 2004. p. 464.

la renuncia del sujeto sobre sí mismo, y singulares que tienen que ver con la definición constante de un nuevo sujeto.

La cuestión del sujeto resulta interesante, pues cuando hablamos del sujeto nos ubicamos en un contexto histórico actual, presente, más o menos contemporáneo. Foucault, igual que Nietzsche, considera que el sujeto es el producto de fuerzas históricas más allá de su control conciente, y diferentes condiciones, diferentes periodos producen diferentes tipos de sujeto. La idea de un yo verdadero para Foucault, constituye simplemente una quimera, por lo cual empezó a pensar la vida y el arte juntos, una suerte de correlato entre el yo y un arte de vivir.

Así, en los primeros siglos antes y después de Cristo, y según nuestra investigación, parecería impreciso reconstruir una experiencia del sujeto donde éste no había encontrado su formulación, mas si bien los griegos y romanos no buscaron nunca una definición propia del sujeto, lo que no quiere decir que no se hallan esforzado por definir las condiciones en las que se daría una experiencia que no es la del sujeto, sino la del individuo, en la medida en que éste busca constituirse como dueño de sí, hablamos entonces de las distintas experiencias que atravesó el individuo, de la moral griega a la moral cristiana, hasta convertirlo en sujeto. Ahora, no hablamos de una experiencia moral esencialmente centrada sobre el sujeto, sino de los estilos de existencia que nos permiten observar cómo nuestra moral contemporánea, que es esencialmente cristiana, estaba incrustada más desde la moral antigua que del comienzo del mundo cristiano.

Desde un punto de vista filosófico, la moral de la Antigüedad griega y la moral contemporánea no tienen nada en común. Por el contrario, si se toman estas morales en lo que prescriben, conminan y aconsejan, están extraordinariamente próximas. Así, de lo que se trata, es de hacer aparecer la proximidad y la diferencia y, a través de su juego, mostrar cómo el mismo consejo dado por la moral antigua puede aparecer de modo diferente en un estilo de moral contemporánea. Junto con Foucault, consideramos que la importancia de un estudio dirigido a los griegos radica en una experiencia moral que no consiste en hacer valer dicha moral griega como el ámbito moral por excelencia del que se tuviera necesidad para pensarse, sino en proceder de tal manera que el pensamiento actual pudiera arrancar de nuevo en el pensamiento griego como experiencia dada una vez, y ante la cual se puede llegar a ser totalmente libre. En este sentido, el estudio

foucaulteano sobre la elaboración de una estética de la existencia nos permitirá reconocer el modo de proceder de algunas prácticas antiguas que bien pudieran ligarnos a lo que somos en nuestra actualidad.

Finalmente, el marco hipotético que guiará esta investigación considera que, según Michel Foucault, los preceptos antiguos “cuidado de sí” y “conocimiento de sí” de los primeros IV siglos antes de cristo, constituían el fundamento a partir del cual se creaba una estética de la existencia, una *techné tou biou*, una técnica para hacer de la vida la más excelsa obra de arte. De este modo, nuestro interés particular radica en mostrar cómo de estos preceptos emergen cierto número de prácticas y ejercicios de uno sobre sí mismo que nos permiten reconocer una experiencia dada del sujeto como obrero de su propia existencia. En otro extremo, intentamos mostrar que en los primeros IV siglos después de cristo, la *techné tou biou* pierde su preeminencia y ahora la *techné* está dirigida únicamente al sujeto en tanto objeto descifrable de conocimiento. Ya no se hablará pues de una *techné tou biou* sino de una *techné* del yo, en donde encontramos que los mismos ejercicios de la cultura helénica y grecorromana fueron tomados por la moral cristiana justo para erigirse como una doctrina moral de renuncia.

Así mismo, esta investigación parte de dos aseveraciones de carácter foucaulteanas, en las que he puesto particular interés dado que es de nuestra actualidad de la que se habla más que de una experiencia sin vigencia: 1) mostrar que en la intersección de dichos preceptos (del cuidado de sí y del conocimiento de sí), para el periodo del cristianismo, se gesta la idea de una renuncia del sujeto sobre sí mismo; 2) captar el momento en que ese fenómeno puede construir, en la historia del pensamiento, un momento decisivo en el cual se compromete incluso nuestro modo de ser sujetos modernos.

Para atender al problema de esta investigación, en el primer capítulo rastrearemos los conceptos de cuidado de sí y conocimiento de sí que Foucault reconoce en los escritos helenísticos y grecorromanos. Pretendemos hallar su modo de proceder y la lenta transformación que fueron adoptando. Se pretende hacer notar su estrecha relación y la opacidad que uno tendrá con respecto del otro. De este modo se tiene por objeto responder tres preguntas capitales: ¿Qué importancia tienen las prácticas del cuidado de

sí y conocimiento de sí en este periodo preciso de la historia griega?, ¿por qué uno de estos conceptos ha ensombrecido al otro? y ¿qué consecuencias tendrá este oscurecimiento de uno y no de otro?

En el segundo capítulo nos situamos dentro de la filosofía grecorromana de los dos primeros siglos a. C. del bajo imperio romano, en donde el concepto de *parresía* aparece tácitamente en la práctica del cuidado de sí. Se pretende mostrar el modo en que la práctica de la *parresía* y el cuidado de sí constituían un vehículo para alcanzar la subjetivación de discursos verdaderos, particularmente en la filosofía estoica, a través del uso de los *logoi* y bajo la dirección constante, pero no permanente, de un maestro, un *parresiastés*.

*Parresía* es traducida normalmente al castellano por *franqueza*. *Parresiázomai* es hacer uso de la *parresía*, y el *parresiastés* es alguien que utiliza la *parresía*, es decir, alguien que utiliza la verdad. El problema de qué sea la verdad para los grecorromanos está referido exclusivamente al terreno moral y sólo de este modo será analizado.

Por último, en el tercer capítulo pretendemos notar que durante el desarrollo de los siglos II y IV d. C. la moral cristiana habrá encontrado su punto de anclaje con la primacía del precepto “conocimiento de sí” y habrá hecho de las prácticas del cuidado de sí tecnologías del yo muy precisas, mediante las cuales se ha de obtener un conocimiento articulado sobre el sujeto y que lo orilla a una renuncia de sí mismo, esto según códigos fundamentales de una cultura que fijará de antemano para cada hombre los órdenes empíricos con los cuales tendrá algo que ver y dentro de los que tendrá que reconocerse.

Una vez que hayamos podido distinguir la estrecha relación entre los preceptos “cuidado de sí” y “conocimiento de sí”, y que encontremos en ellos la contigua emergencia de una renuncia del sujeto sobre sí mismo, podremos quizá dar respuesta al modo de proceder ético que hoy nos caracteriza.

## CAPÍTULO 1

### Hermenéutica de sí

Para Foucault la filosofía, o mejor dicho, la actividad filosófica, es el trabajo crítico del pensamiento sobre sí mismo. Bajo su perspectiva, el discurso filosófico adquiere matices irrisorios cuando desde el exterior pretende ordenar a los demás para decirles dónde está su verdad y cómo encontrarla; sin embargo, tiene el derecho de explicar lo que, en su propio pensamiento, puede ser cambiado mediante el ejercicio que hace de un saber que le es extraño.<sup>4</sup> Podemos decir entonces, junto con Foucault, que el pensamiento que se piensa a sí mismo de una manera crítica rescata hoy lo que fue en otro tiempo la filosofía, es decir, una *askesis* o ascetismo, un ejercicio de sí en el pensamiento. Y hablo especialmente de esta suerte de “nostalgia” filosófica en Foucault, ya que su interpretación acerca de la filosofía remite a que, en la Antigüedad, ésta empezó no tanto como un esfuerzo para representar algunas doctrinas generales acerca del mundo o nuestro conocimiento de él: su propósito era, más bien, cambiar la vida de las personas en un nivel individual.

Según Alexander Nehamas, la opinión de que la filosofía fue en los tiempos antiguos primariamente un modo de vida y no una actividad teórica, ha sido convincentemente expresada por Pierre Hadot, quien tuvo una considerable influencia en la última etapa de la vida de Foucault. Por supuesto, aclara Nehamas, los filósofos griegos, desde Sócrates hasta los neoplatónicos (con la posible única excepción de los escépticos) estaban generalmente comprometidos con muchas opiniones doctrinales, pero éstas eran frecuentemente instrumentos de un esfuerzo para vivir una buena vida y no puramente objetos de investigación en sí mismos.<sup>5</sup> Es por esto que, según mi perspectiva, Foucault tuvo de alguna manera una visión retrospectiva con respecto al concepto de filosofía, pues según él, hacer filosofía implica hacer nuestra propia crítica para construirnos a nosotros mismos como una obra de arte, en donde en nuestra actualidad debemos de extraer de la contingencia que nos ha hecho ser lo que somos, la posibilidad de no ser, de no hacer o de no pensar, por más tiempo, lo que somos, sino lo que podemos llegar a

---

<sup>4</sup> Cfr. Michel Foucault, *Historia de la Sexualidad*, vol. 2: *El Uso de los Placeres*, Editorial Siglo XXI, decimoquinta edición, México, 2003. p. 12.

<sup>5</sup> Cfr. Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, Editorial Pretextos, España, 2005. p. 254.

ser, una práctica de autotransformación del sí mismo. Este quehacer filosófico foucaulteano implica una hermenéutica del yo, una hermenéutica de sí que nos permita saber quiénes somos y por qué somos de esta manera.

Este punto resulta importante ya que para Foucault, al igual que para el gran acontecimiento de su vida que representó la filosofía de Nietzsche, ciertos periodos de la historia construyen a los sujetos de maneras muy diferentes y variables, en donde el sujeto no es el fundamento final del pensamiento y la historia, sino su complejo producto. En este sentido debemos suponer que si el sujeto es un constructo de la historia, entonces no podemos pensar en la existencia de un yo verdadero, o de un sujeto a priori que permanece siempre él mismo por debajo de distintos cambios históricos. Así, siguiendo a Nietzsche, Foucault comenzó a pensar la vida y el arte juntos: “Sólo se puede derivar, en mi opinión, una consecuencia práctica de no concebir el yo como un elemento dado a priori: nos tenemos que crear a nosotros mismos como una obra de arte”.<sup>6</sup>

Este elemento del sujeto como una obra de arte es el resultado del trabajo que Foucault emprendió haciendo la hermenéutica del yo, proyecto que fue planteado, en primera instancia, bajo la idea de hacer una historia de la sexualidad como experiencia “si se entiende como experiencia la correlación, dentro de una cultura, entre campos de saber, tipos de normatividad y formas de subjetividad”;<sup>7</sup> mostrar la continuidad (o la ruptura) entre las morales filosóficas de la antigüedad y la moral cristiana preguntándose cómo, bajo la continuidad, la transferencia o la modificación de los códigos, las formas de la relación consigo mismo (y las prácticas de sí que se vinculan) han sido definidas, reelaboradas y diversificadas, tratando en lo posible de observar cómo, del pensamiento griego clásico a la constitución de la doctrina y la pastoral cristiana se definió y transformó cierto tipo de subjetivación, por una lado, bajo los criterios de una estética de la existencia y, por otro, bajo la idea de una renuncia del sujeto sobre sí mismo, respectivamente.

Cuando Foucault comenzó a estudiar las reglas, deberes y prohibiciones de la sexualidad, los impedimentos y las restricciones con que estaba relacionada, su objetivo

---

<sup>6</sup> Gregorio Kaminsky, *El yo minimalista y otras conversaciones*, op. cit. p 61.

<sup>7</sup> Michel Foucault, *El Uso de los Placeres*, op. cit. p. 8.

se volcó, particularmente, en los sentimientos representados, los pensamientos, los deseos que pudieran ser experimentados, los impulsos que llevaban a buscar dentro de sí cualquier sentimiento oculto, cualquier movimiento del alma. De este modo reflexionó sobre el hecho de que las prohibiciones sexuales se hallan continuamente relacionadas con la obligación de decir la verdad sobre sí mismo. Fue entonces que Foucault reorganizó todo su estudio alrededor de la lenta formación, en la Antigüedad, de una hermenéutica de sí, en donde –él mismo reconoce- “el estudio de la problematización del comportamiento sexual en la Antigüedad podía considerarse como un capítulo – uno de los primeros capítulos- de una historia general de las técnicas de sí”.<sup>8</sup>

Siguiendo a Nehamas, en la práctica ética antigua, Foucault encontró “un amplio rango de técnicas diferentes, que comprendían desde ejercicios prácticos de autoexamen hasta la extensiva escritura de diarios, todos con el objetivo de hacer del individuo un tipo de persona de la cual se pudiera estar orgulloso. Estas técnicas constituyen lo que él llamó, siguiendo la autoridad de los antiguos, el cuidado de sí”.<sup>9</sup> Y lo que es aún más interesante, es que para Foucault el cuidado de sí era un precepto que tenía mucha mayor relevancia con respecto a la máxima délfica, dado que lo importante no era descubrir quién es uno realmente, como más tarde será la consigna del cristianismo, sino que, a partir de este cuidado de sí, se puede inventar e improvisar quién puede ser uno teniendo como modelo la creación artística, uno puede ser pues el artífice de su propia existencia.

En este sentido podemos aseverar que no hay arte de la existencia sin el principio del cuidado de sí; es este principio – el del cuidado o la inquietud de sí- el que funda su necesidad, gobierna su desarrollo y organiza su práctica. De aquí que para nuestro análisis sea imprescindible hacer entendible al pensamiento qué es aquello que Foucault reconoce como las prácticas del cuidado de sí y del conocimiento de sí en el periodo griego, helenístico y grecorromano, y en la espiritualidad cristiana de los primeros siglos después de Cristo, dado que es justamente en estas épocas en donde podemos encontrar su surgimiento y desarrollo.

---

<sup>8</sup> Ibid. p. 14.

<sup>9</sup> Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, op. cit. p. 247.

Como vemos, en el último periodo de su existencia, Foucault cambió (aunque no tan tajantemente) el objeto de su estudio del poder ejercido sobre los individuos, y que los constituye como objetos de una sexualidad, por el poder que los individuos ejercen y a través del cual se forman a sí mismos. Esto último era parte de lo que él definía como ética. La cuestión de cómo se ejerce el poder y en qué sentido consideramos que una estética de la existencia se hace a partir de un poder ejercido sobre sí mismo, es un problema que abordaremos poco a poco, ya que en sí mismo constituye el suelo, el fundamento a partir del cual surge este provechoso trabajo.

### **1.1 Cuidado de sí y conocimiento de sí en los textos socráticos**

Cuando Foucault intenta trazar el desarrollo de la hermenéutica del yo, propone discutir este tema no sólo en la teoría, sino en relación con un grupo de prácticas del final de la Antigüedad conocidas como el cuidado de sí y el conocimiento de sí. Habrá que decir que sería un error creer que el precepto del cuidado de sí, del cual tenemos poco conocimiento en la medida en que se le ha prestado poca atención, ha sido una invención del pensamiento filosófico y que ha constituido un precepto propio de la vida filosófica antigua. Es importante señalar, y aquí radica justamente la columna vertebral de nuestro trabajo, pues nuestra problemática plantea que distintos modos de vida inspiran maneras de pensar y que distintos modos de pensar crean maneras de vivir, que bajo el precepto del cuidado de sí tenemos que pensar en la formación de un modo de vida que, en general, se valoraba mucho en Grecia. Es decir, lo que pretendemos hacer aquí más que encomiable diría que desentrañable, son los tipos de subjetividad - subjetividad entendida como la manera en que los individuos hacen la experiencia de sí mismos en un juego de verdad y en relación consigo mismos para constituirse como sujetos-, subyacentes por una lado, en un modo de vida que, en aras de una estética de la existencia, tenía como principio el cuidado de sí y; por otro lado, en la medida en que aquel modo de vida fue afectado en su interior bajo la conminación cristiana de la puesta en práctica del conocimiento de sí, se devela un tipo de subjetividad que deja de lado el cuidado de la vida para poner, en una visión antropocéntrica, el conocimiento propio del individuo no en lo que tiene de artístico, si no en lo que tiene de descifrible.

Existe pues una profunda negación de la vida frente a esta renuncia del sujeto con respecto a sí mismo y a todo aquello que lo constituye. De este modo podemos aseverar, como una primera y próxima premisa, que lo que en la Antigüedad era esencialmente importante era el cuidado de la vida: el individuo tenía que cuidar, con la ayuda de otro, de su propio yo para alcanzar así un subjetivación, entendida como cierto estado de perfección y belleza, un proceso mediante el cual se obtiene la constitución del sujeto; y que muy pronto el cristianismo primitivo modificó este cuidado de sí para poner énfasis en el cuidado del yo no como un medio para acceder a una vida mejor en este mundo, sino como fin último para acceder a otra vida o a otro nivel de realidad, y para conocer al individuo en lo que tiene de íntimo y de interior. Pero vamos a tratar esta problemática por partes.

Foucault reconoce que por lo menos al primer golpe de vista parece que las reflexiones morales en la Antigüedad helénica y grecorromana se orientaron mucho más hacia las prácticas de sí y a la cuestión de la *askesis* que hacia las codificaciones de conducta: “aun cuando la necesidad de respetar la ley y las costumbres –las *nomi*- se destacaba con frecuencia, lo importante está menos en el contenido de la ley y en sus condiciones de aplicación que en la actitud que obliga a respetarlas. El acento se coloca sobre la relación consigo mismo que permite no dejarse llevar por los apetitos y los placeres, conservar respecto de ellos dominio y seguridad, mantener los sentidos en un estado de tranquilidad, permanecer libre de toda esclavitud interior respecto de las pasiones y alcanzar un modo de ser que puede definirse por el pleno disfrute de sí mismo o la perfecta soberanía de sí sobre sí mismo”.<sup>10</sup> Hablamos pues, de la preeminencia que ostenta el cuidado que cada uno efectúa sobre sí mismo para llevar una vida por demás loable.

Según Foucault, el cuidado de sí, el cuidarse a sí mismo (*ἐπιμέλεια ἑαυτου*), la preocupación por sí, el sentirse preocupado o inquieto por sí es un tema muy antiguo en la cultura griega que muy pronto fue apareciendo como un imperativo ampliamente difundido. Este precepto era para los griegos uno de los principales principios de las ciudades, lejos de ser un recurso individualista, era una de las reglas más importantes para la conducta social y personal y para el arte de la vida. Sin embargo, Foucault

---

<sup>10</sup> Foucault, *El Uso de los Placeres*, op. cit. p. 31.

afirma que en nuestra contemporánea actualidad si se nos preguntase cuál es el principio moral más importante de la filosofía antigua, responderíamos de manera inmediata que no es “cuidarse de sí mismo, sino el principio délfico conócete a ti mismo (*γνωθι σαυτου*)”.<sup>11</sup> El desdibujamiento que nosotros tenemos sobre el primer precepto con respecto al segundo se debe, como ya veremos, principalmente a nuestro modo de pensar esencialmente cristiano.

Foucault menciona expresamente que fue Sócrates, o la figura que de él retrata Platón y Jenofonte, quien por vez primera introdujo el tema del cuidado de sí en la Antigüedad, y si bien es cierto que la máxima délfica era un consejo práctico, una regla que había de ser observada para visitar al oráculo, el conócete a ti mismo fue puesto en práctica bajo la necesidad de la preocupación de sí, es decir, uno tenía que ocuparse de sí mismo antes de que el principio délfico fuera puesto en práctica. Sin embargo, Foucault propone varios ejemplos que denotan una importante subordinación del cuidado de sí con respecto a la máxima délfica, cuestión que evidentemente anticipa el análisis de distintas formas de cuidado y por ende de distintas formas de sí que ya iremos desentrañando a lo largo de este capítulo.

De un extremo al otro de la cultura antigua es fácil encontrar testimonios de la importancia concedida al cuidado de sí y de su conexión con el tema del conocimiento de sí. En primer lugar ha de considerarse que en el periodo de la Grecia antigua los filósofos y moralistas recomiendan cuidar de sí (*ἐπιμέλεια ἑαυτου*), en donde no se aconseja simplemente prestar atención a uno mismo para evitar los errores, los peligros o de permanecer a buen recaudo. Puede decirse que, en toda la filosofía antigua, el cuidado de sí se ha considerado a la vez como un deber (consigo mismo y con la *polis*) y como una técnica, una obligación fundamental y un conjunto de procedimientos cuidadosamente elaborados.

Cualquiera que sea el sentido que se haya dado y atribuido en el culto de Apolo al precepto délfico “conócete a ti mismo”, cuando este *γνωθι σαυτου* aparece en el pensamiento filosófico lo hace alrededor del personaje de Sócrates; a la vez que aparece este precepto se observa que existe una relación estrecha entre él y el principio del

---

<sup>11</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, Editorial Paidós, Barcelona, 1990. p. 50.

“preocúpate por ti mismo”. En algunos textos, el más significativo parece ser la *Apología de Sócrates*, la regla “conócete a ti mismo” se formula mucho más en una especie de subordinación con respecto al precepto del cuidado de sí. Bajo esta subordinación, el conócete a ti mismo, en el marco más general del cuidado de sí, aparece como una de las formas, una de las consecuencias, una suerte de aplicación concreta, precisa y particular, de la regla general: debes ocuparte de ti mismo, no tienes que olvidarte de ti mismo, es preciso que te cuides.<sup>12</sup> Foucault analizará, entre otros textos, la *Apología* y el *Alcibiades*, textos que por demás es preciso seguir junto con él.

Foucault propone que el punto de partida para un estudio consagrado al cuidado de sí es naturalmente el *Alcibiades* de Platón, dado que este diálogo servirá de punto de apoyo y de programa para toda la filosofía platónica. En dicho diálogo Foucault pretende mostrar, por un lado, cómo el cuidado de sí es sin duda el suelo, el fundamento a partir del cual se justifica el imperativo del conócete a ti mismo y cómo es que para Platón este orden tendrá que invertirse; y por otro lado, pretende analizar el cuidado de sí en tres aspectos diferentes:<sup>13</sup>

- a) ¿Cómo se introduce la cuestión del cuidado de sí en el diálogo y qué razones llevan a Alcibiades y a Sócrates a esta noción?
- b) ¿Por qué debe Alcibiades preocuparse de sí y a su vez Sócrates interesarse por el cuidado de sí de Alcibiades?
- c) ¿Qué es este sí mismo del que hay que ocuparse y en qué consiste su cuidado?

Para Foucault, la importancia del precepto “cuidado de sí” aparece claramente con el personaje de Sócrates, pues fue siempre, esencial y fundamentalmente, quien interpelaba a los jóvenes en la calle y les decía: “Es preciso que se ocupen de sí mismos”. Si bien es cierto que este precepto fue desarrollado y extendido por Sócrates, es preciso que notemos que el precepto del cuidado de sí –como regla, como imperativo positivo del que se esperaba mucho- no fue, desde el origen y a lo largo de toda la cultura griega, una consigna para filósofos e intelectuales, pues su origen se remonta a una vieja consigna lacedemonia en donde se hace notar que los espartanos concedían el

<sup>12</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. pp. 19-20.

<sup>13</sup> Cfr. Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 56.

cuidado de sus tierras a los Ilotas simplemente para poder ocuparse de ellos mismos.<sup>14</sup> Es evidente que para los espartanos aristócratas, el privilegio político, social y económico se manifestaba en esta forma: tenemos que ocuparnos de nosotros mismos, y para poder hacerlo se tiene que delegar el trabajo de la tierra a otros. En este sentido, cuidar de sí mismo aparecerá a lo largo de casi toda la tradición filosófica como un privilegio, más que filosófico, económico, social y político, en donde la necesidad de ocuparse de sí mismo está ligada a un ejercicio de poder estatutario.

La primera interrogante que Foucault plantea, alude al momento en el que Alcibiades está a punto de empezar su vida pública y política: “Desea hablar ante la gente y ser todo poderoso en la ciudad. No se encuentra satisfecho con su estatuto tradicional, con los privilegios del nacimiento y de la herencia. Desea obtener un poder personal sobre otros, a la vez dentro y fuera de la ciudad”.<sup>15</sup> Sócrates recomienda a Alcibiades aprovechar su juventud para ocuparse de sí mismo; si Alcibiades quiere saber cómo cuidar de la *polis* tendrá primero que saber, según sugiere Sócrates, cómo cuidar de sí mismo. Es entonces que Alcibiades se da cuenta de que debía cuidar de sí, en la medida en que más tarde quería ocuparse de los otros. Se trata pues, de ocuparse de sí para poder posteriormente ocuparse de los otros. Se ha de ser para sí mismo, y a lo largo de toda la existencia, su propio objeto de consideración pero siempre en relación al otro. Esta noción aparece pues en un sentido político, o mejor dicho, referida a un contexto jurídico-político: ser soberano de sí mismo, ejercer sobre sí un dominio perfecto, ser plenamente independiente o ser completamente de sí. En otro sentido, Foucault hace notar que en el momento en el que Alcibiades razona sobre su propia condición, de pronto interviene Sócrates quien declara su amor por aquél. En este punto, Alcibiades tiene que dejar de ser el amado de Sócrates para convertirse en el amante, es decir, Alcibiades debe ser el sujeto actor del juego político y amoroso. Durante su vida de adolescencia Alcibiades fue deseable y tuvo muchos admiradores, rechazando a todos en la flor de su belleza, porque quería ser el dominante y no el dominado. Ahora que Alcibiades pretende gobernar y por ende dominar a los otros, Sócrates consigue someterlo en un sentido distinto al físico, esto es, en un sentido espiritual, conminándolo a cuidar de sí mismo, relación representada mediante el modelo del goce

---

<sup>14</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 45. Foucault hace referencia a un texto de Plutarco: *Obras Morales y de Costumbres*, en donde estas palabras fueron pronunciadas supuestamente por Alexandrides, un lacedemonio espartano.

<sup>15</sup> Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 450

posesivo: gozar de sí, complacerse consigo mismo, encontrar en sí toda su voluptuosidad. Así, dice Foucault, “en la intersección entre la ambición política y el amor filosófico se encuentra el cuidado de sí”.<sup>16</sup>

De este modo, la primera teoría que tenemos del cuidado de sí se haya cuando Sócrates introduce este precepto, presente ya en la tradición lacedemonia, en el *Alcibiades*, en donde el cuidado de sí está implicado y se deduce de la voluntad del individuo de ejercer poder político sobre los otros. Así, bien podemos decir que el precepto del cuidado de sí es siempre un movimiento interior, una cuestión de elección personal a la que, sin embargo, sólo puede acceder un tipo de élite determinada, en este caso los políticos, los aristócratas.

En la segunda interrogante de Foucault, se plantea la cuestión de la pedagogía. En este sentido, Sócrates cuestiona a Alcibiades sobre su capacidad personal y por la naturaleza de su ambición. Esto adquiere importancia dado que, según el razonamiento de Sócrates, Alcibiades desconoce el significado de la regla de la ley, de la justicia y de la concordia; esto se debe a que la educación de Alcibiades no puede ser equiparable con la de sus rivales, los reyes persas y espartanos, quienes tienen maestros en sabiduría, justicia, templanza y valor. Alcibiades no conoce ninguna de estas cosas, pues su educación, según las órdenes de su tutor Pericles, estuvo dirigida por un esclavo ignorante (Zopiro de Tracia), y no puede llegar por sí mismo a aquéllos conocimientos, es por esto que Sócrates, según una ley divina – que veremos al revisar la *Apología*-, ofrece ayudarlo a adquirir un saber, una *techné*, mediante un conocimiento y preocupación por sí que le permita gobernar bien la ciudad y estar al menos en pie de igualdad con sus rivales. Sócrates persuade a Alcibiades para que reflexione un poco sobre él mismo y se conozca. Sin embargo, la aparición de esta máxima délfica no tendrá la preeminencia que luego será notoria, pues en este sentido, lo que Sócrates pide a Alcibiades es tener un poco de prudencia; que se vuelva sobre sí mismo y se compare con sus rivales para descubrir claramente su inferioridad.

Foucault ofrece aquí una disertación demasiado interesante, dirá que, en el *Alcibiades*, “el cuidado de sí siempre se refiere a un estado político y erótico activo. Επιμελῆσθαι

---

<sup>16</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 57.

expresa más que simplemente prestar atención; incluye preocuparse de sus pasiones y de su salud. Siempre es una actividad real y no sólo una actitud”.<sup>17</sup> Por otro lado, el hecho de que el cuidado de sí esté relacionado con una pedagogía defectuosa implica que este precepto se imponía para completarla o sustituirla, hablamos efectivamente de la importancia que tenía para los griegos la *paideia* (παιδεία), pues “se trataba en todo caso de ofrecer una formación”.<sup>18</sup> Hay que poner atención a este aspecto, puesto que cuando hablemos de la relación que se estableció entre alumno y *parresiastés*, advertiremos que una vez que la práctica de sí se ha de ejercer durante toda la vida, el papel pedagógico tenderá a desaparecer y, a su vez, aparecerán otras funciones. Se ve pues, que en esta primera formación, el precepto del cuidado de sí es más bien una actividad, una necesidad de los jóvenes, una relación entre ellos y su maestro, o ellos y su amante, o ellos y su maestro y amante.

En su tercer cuestionamiento, Foucault hace explícito qué es aquello, aquel sí que hay que cuidar, y para esto recurre a un tema bien conocido de la filosofía platónica: el alma (*psykhne*). Foucault analiza que, en un primer momento, el sí es un pronombre reflexivo que implica a uno mismo y a la identidad de uno con ese sí. Según Foucault, Alcibiades intenta encontrar este sí en un movimiento dialéctico: “el sí no es el vestir, ni los instrumentos ni las posesiones. Ha de encontrarse en el principio que usa esos instrumentos, un principio que no es del cuerpo sino el del alma. Uno ha de preocuparse por el alma: ésta es la principal actividad del cuidado de sí. El cuidado de sí es el cuidado de la actividad del alma y no el cuidado del alma como sustancia”.<sup>19</sup> Cuando Foucault habla del alma no como sustancia sino como un principio de actividad, está pensando en algo que no se refiere a la naturaleza del hombre, qué clase de animal es o de qué está compuesto, sino a lo que en su actualidad llamó –dado que esta expresión es imposible en los textos griegos- la cuestión del sujeto. Por un lado pues, para saber cómo debe uno cuidar del alma, y en qué consiste el cuidado de este principio de actividad, uno debe saber en qué consiste el alma; y por otro, este cuidado del alma debe ser tal que implique o dé acceso al saber, a la *techné* indispensable para un buen gobierno.

---

<sup>17</sup> *Ibíd.* p. 58.

<sup>18</sup> Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 279.

<sup>19</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 59.

El alma, según la descripción que de los griegos hace Foucault, puede entenderse como algo móvil; “el alma, el aliento, son algo que puede agitarse, sobre lo cual el exterior puede tener influjo”,<sup>20</sup> a la cual es preciso mantener y resguardar para darle un modo de existencia bello que le permita permanecer a lo largo de toda la vida. El sujeto de todas las acciones corporales, instrumentales, lingüísticas, es el alma: el alma en cuanto utiliza el lenguaje, los instrumentos y el cuerpo.<sup>21</sup> Pareciera, por un lado, que el alma no está separada totalmente del cuerpo en la medida en que es a través de él como puede ser afectada. Empero, es bastante claro que Sócrates introduce la idea del alma como conciencia, lo cual constituye un gran acontecimiento para la filosofía de su tiempo, pues la novedad radica en la idea de una conciencia naturalmente racional que da cuenta de sí misma, una conciencia pues de ser sujeto de acciones. Esta aseveración, independientemente de la relación que sostenga el alma con el cuerpo (de dependencia, de utilidad, de susceptibilidad de ser afectada, etc.) marca la distinción que Sócrates hace entre alma y cuerpo, es decir; la conciencia, el alma debe ser fundamentalmente diferente del resto de nosotros, de todo lo que en realidad constituye al ser humano. Bajo este planteamiento bien pudiéramos pensar que Sócrates no sólo inaugura un pensamiento moderno, el de la conciencia de la conciencia del alma, sino que a la par inaugura un pensamiento cristiano que propiamente escinde al alma de lo corpóreo, y pone a aquélla por encima de éste. Será justo este pensamiento el que el cristianismo arrancará de la filosofía antigua como ya veremos.

Sin embargo, Foucault no está pensando, en un sentido platónico, en un alma propiamente prisionera del cuerpo y a la que haya que liberar; sino el alma únicamente en cuanto es sujeto de la acción, el alma en cuanto se vale del cuerpo, sus órganos e instrumentos, etcétera, para utilizarlos como herramientas. Foucault propone el establecimiento de una relación válida y correspondiente entre el alma con el resto del mundo o con su cuerpo más que una relación propiamente instrumental y egoísta de ella para consigo misma. Como ya se observa, es el alma sujeto el sí mismo del que hay que ocuparse; ocuparse de sí mismo será ocuparse de sí en cuanto uno es sujeto de cierta cantidad de cosas: sujeto de acción instrumental, sujeto de relaciones con el otro, sujeto de comportamientos y actitudes en general, sujeto también de la relación consigo

---

<sup>20</sup> Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 60.

<sup>21</sup> *Ibíd.* p. 69.

mismo. En la medida en que uno es este tipo de sujeto, que se vale de, que tiene actitudes, relaciones... debe velar por sí mismo.

Tenemos pues que el alma sujeto es aquel sí del que hay que cuidar, mas hay que reconocer en qué consiste este cuidado. En este texto, Sócrates dice a Alcibiades:

“Así pues, hay que mirar al Dios: él es el mejor espejo de las cosas humanas para quien quiera juzgar la calidad del alma, y en nadie mejor que en él podemos vernos y conocernos”.<sup>22</sup>

Para Sócrates, el alma no puede conocerse a sí misma más que contemplándose en un elemento similar, es decir; el alma debe mantener una relación especular con ella misma, para contemplar lo que hay de divino, y por ende, de verdadero en ella, pues pensemos que para Platón y sus contemporáneos el mundo divino tiene que ver con un mundo inmortal, más allá de la muerte y también de la verdad. El alma como elemento divino, en este sentido, debe pues ser inmortal y verdadera. “En esta contemplación divina, el alma será capaz de descubrir las reglas que le sirvan de base únicamente para la conducta y la acción política”.<sup>23</sup> Mirar lo divino será pues dar cuenta de la racionalidad del alma como conciencia de sí misma. Existe pues, un esfuerzo del alma por conocerse a sí misma, en donde Alcibiades tendrá que contemplar su alma en el elemento divino para adquirir la *techné* y así lograr ser un buen gobernante. De esto podemos deducir que, para Platón, el individuo debe descubrir la verdad que se esconde en él, en su alma, pidiendo a ésta que se vuelva sobre sí misma para encontrar su verdadera naturaleza.

Es de esta manera como Platón concede preeminencia al precepto delfico: el alma debe conocerse a sí misma para poder cuidar de sí. El cuidado de sí consiste en el conocimiento de sí; el conocerse a sí mismo se convierte en el objeto de la búsqueda del cuidado de sí. Así termina este primer análisis que Foucault ofrece sobre uno de los textos de Platón, en donde la ocupación consigo mismo y las actividades políticas están íntimamente relacionadas, así como la posición privilegiada de la máxima delfica, característica de todos los platónicos.

---

<sup>22</sup> Platón, *Alcibiades*, en *Diálogos*, Madrid, Gredos, 1981-1999, nueve volúmenes, p.92.

<sup>23</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 59.

Quisiera ahora recorrer un texto que, de igual manera, Foucault analizó bajo esta relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí en los textos socráticos: la *Apología de Sócrates*.

En la *Apología de Sócrates*, Platón hace notar cómo Sócrates se presenta a sí mismo ante el juez como maestro del cuidado de sí (*ἐπιμέλεια ἑαυτου*). Cuando Sócrates denuncia a sus conciudadanos por preocuparse más por la adquisición de sus bienes y por la reputación de su honor que por el cuidado de ellos mismos y de su virtud, esto es, por la sabiduría, la verdad y la perfección de su alma, se observan algunos rasgos fundamentales que distinguen a aquél como el guardián del cuidado de sí:<sup>24</sup>

- 1) Su misión le había sido impuesta por los dioses, y no la abandonará sino hasta el último aliento.
- 2) Su misión es útil y la más importante para la ciudad, pues al enseñar a la gente a ocuparse de sí misma, le enseña a ocuparse de su ciudad.
- 3) No pide remuneración por su obra, la lleva a cabo por una benevolencia desinteresada.

Sócrates ha tenido la misión de un padre, de un hermano mayor que cuida de cada uno de sus miembros en un esfuerzo por mejorarlos; su función, origen y cargo ha sido siempre el de incitar a los otros a ocuparse de sí mismos y no ignorarse.

En un momento del diálogo, se le reprocha a Sócrates lo indigno de su circunstancia, es decir, el encontrarse a riesgo de ser condenado a muerte implica que éste ha llevado una vida indigna o que por lo menos ha cometido un atropello tal que ahora lo pone en esa deshonrosa situación. A su vez, Sócrates responderá que, por el contrario, él se siente muy orgulloso de haber llevado aquella vida, ya que sólo intentó llevar a cabo el destino que dictaron para él los dioses, y que si sus conciudadanos le pidiese renunciar a tal labor, el cuidado de su ciudad, de ningún modo lo aceptaría, pues prefiere la muerte antes que contradecir la voluntad divina. Así lo enfatiza Sócrates:

“Atenienses, os estoy agradecido y os amo; pero obedeceré al dios antes que a vosotros; y, mientras tenga un soplo de vida, mientras sea capaz de ello, estad seguros que no dejaré de filosofar, de exhortaros, de aleccionar a cualquiera de vosotros con quien me encuentre... joven o viejo, extranjero o ciudadano, así actuaría con cualquiera que me encontrara; y sobre todo con vosotros, mis conciudadanos, porque me

---

<sup>24</sup> Cfr. *Ibíd.* p. 51.

tenéis muy cerca por la sangre. Pues eso es lo que me ordena el dios, escuchadlo bien; y creo que nunca fue nada más beneficioso para la ciudad que mi celo en ejecutar esa orden”.<sup>25</sup>

Así, la misión de Sócrates ha sido ordenada por los dioses para que éste ayude a los hombres, no importa su procedencia, a que cuiden de sí mismos y su ciudad. Su calidad de director, de maestro o, si se prefiere, de tutor, lo lleva a cumplir un destino fatal.

¿Pero cómo, es acaso que para Sócrates la muerte resulta ser una fatalidad? Diríamos que sí y no; lo es en el sentido de que, una vez suprimida la vida, no se puede más seguirse cultivando ni ayudar a otros a cultivarse para servir al bien de la *polis*; de cualquier modo, Sócrates no rebatirá la pena que le ha sido proferida dado que de hacerlo estaría no sólo en contra de los dioses, sino que negaría y desobedecería las leyes jurídicas de su ciudad. Aunque, por otro lado, Sócrates advierte que, si los atenienses lo condenan efectivamente a muerte, no será él quien pierda gran cosa, pues más bien serán los atenienses quienes experimentarán una muy pesada y severa pérdida a causa de su muerte, pues ya no tendrán a nadie que los incite a ocuparse de sí mismos y de su propia virtud: “...os pasarais durmiendo el resto de vuestra vida”. Este será el reproche que finalmente Sócrates dirigirá a sus ejecutores y que, por lo demás, tendrá una significación valiosa pues con respecto a sus conciudadanos, Sócrates desempeña, según Foucault, el papel de quien despierta. Por lo tanto, pudiéramos pensar que el cuidado de sí puede ser considerado como el momento del primer despertar; el acceso a la primer rendija abierta del conocimiento de sí.

Y, ¿quién sino Sócrates para llevar a cabo esta ardua misión que le otorgaron los dioses; o es que en su indulgencia éstos enviarán a un sustituto que cumpla la labor interrumpida del filósofo?

Foucault sugiere una cita pertinente, bastante clara y explícita de la misión de Sócrates y de su enfrentamiento ante los jueces por querer cumplirla de manera cabal. Sócrates en su defensa dirá: “¿Por haber preferido hacer a cada uno de vosotros en particular el que considero el mayor de los servicios, tratar de persuadirlo de preocuparse (*ἐπιμελεσθαι*) menos por sus posesiones que por su propia persona, para llegar a ser lo más excelente y razonable posible y pensar menos en las cosas de la ciudad que en la ciudad misma; en suma, aplicar a todo esto esos mismos principios? ¿Qué merezco sino un buen

---

<sup>25</sup> Platón, *Apología de Sócrates*, Editorial Espasa Calpe, novena edición, Madrid, 1974. p. 55.

tratamiento, atenienses, si queremos ser justos?”.<sup>26</sup> Sócrates parece no desistir en su misión, hasta en estos momentos es preciso que la lleve a cabo, hace uso de la razón para intentar persuadir a los jueces sobre su postura.

Foucault hará notar que, en su misión, Sócrates no hace más que cumplir una orden, ejercer una función, ocupar un lugar que le fue fijado por los dioses. Ni a ellos ni a las leyes se les puede contradecir, menos un filósofo tan preocupado por sí mismo y por su ciudad. Pero, ¿cómo es que Sócrates se cuida a sí mismo si siempre está ocupado por los otros? Podemos decir que lo hace y no lo hace en dos sentidos: al ocuparse de los otros no se ocupa de sí mismo en la medida en que descuidó su fortuna, descuidó cierta cantidad de ventajas cívicas, renunció a toda carrera política; no pretendió cargo ni magistratura alguna. Pero esta serie de actividades no cultivan en sí mismas al alma, por lo tanto se las puede considerar como interesadas. Parece pues que Sócrates, al cuidar de los otros desinteresadamente cuidaba a la vez de sí mismo; la *askesis* del filósofo será una característica, un ejemplo que muchas escuelas posteriores a él retomarán, con una idea que desarrollaremos en el siguiente capítulo: el *parresíastés*.

Existe otro texto de Platón que nos conduce a un tema que nos permitirá acercarnos a esta práctica del conocimiento y al cuidado de sí, un tema al que Nietzsche opondrá la idea de los instintos, que se encuentra principalmente en el *Fedón*, hablamos de la razón.

El tema del uso de la razón será un tema muy característico de Platón y de hecho no sólo lo encontraremos en todos los platónicos, sino que se le reconocerá como la aportación más prolífica del pensamiento platónico hasta nuestros días. Inicialmente, este tema aparece cuando Platón hace una distinción entre el alma y el cuerpo. En el *Fedón*, Sócrates explica cómo el cuerpo priva al alma del verdadero conocimiento y la virtud.<sup>27</sup> En este sentido, la idea socrática versa sobre el verdadero pensamiento filosófico; para vivir filosóficamente, nos tenemos que distanciar del cuerpo tanto como sea posible y confiar solamente en las habilidades del alma. Toda virtud vulgar no tiene nada sano ni verdadero. El cuerpo, dirá Sócrates, es el principal obstáculo a la sabiduría, nada en él puede mostrarnos la verdad. Según la reflexión platónica de Nehamas, “sólo

---

<sup>26</sup> *Ibíd.* pp. 75-76.

<sup>27</sup> Cfr. Platón, *Fedón (o del alma)*, Editorial Aguilar, décima edición, Argentina, 1980. pp. 48-53.

cuando el alma piensa racionalmente, por ella misma, libre de las ataduras del cuerpo, podemos alcanzar la verdad dentro de nuestro precario entendimiento. El pensamiento racional, independientemente del cuerpo, es la esencia de la filosofía y la sustancia de la vida filosófica”.<sup>28</sup> En este sentido, Sócrates practica la filosofía para alcanzar un estado de sabiduría o dedicarse a superar la mayor cantidad posible de ideas falsas con el fin de acercarse más a la verdad; permitir que la vida sea gobernada por el alma. Será pues esta idea de *autarkeia* que propone Sócrates la que encontraremos en las posteriores escuelas, pero fundamentalmente en la filosofía cínica.

Pensemos pues, que en el *Fedón*, y que igualmente ya veíamos en el *Alcibiades*, Sócrates hizo patente que el principio de que hay que ocuparse de sí mismo llegará a ser a su vez el principio de toda conducta racional. El cuidado de sí, la *ἐπιμέλεια ἑαυτου* o la *cura sui*, como más tarde la reconocerán los romanos, es un proceso a través del cual Sócrates y sus conciudadanos hacen uso de la razón para alcanzar una vida filosófica admirable. De este modo, Sócrates proponía que sus conciudadanos cuidaran de sí mismos, y Foucault define tal cuidado como el uso de nuestra propia razón para descubrir quiénes somos y cómo podemos ser mejores.

En esta etapa de madurez, Platón habrá dejado bien claro que ocuparse de sí consiste en conocerse a sí mismo; la inquietud de sí debe consistir en el autoconocimiento. Para conocerse hay que replegarse en sí mismo; para conocerse hay que apartarse de las sensaciones que nos engañan, hay que apartarse de la corrupta naturaleza del cuerpo y acercarse al elemento divino del alma en el cual se encuentra el principio de sabiduría. La exaltación de la máxima delfica que pone en práctica Platón en los diálogos socráticos marcará un viraje decisivo y efectos considerables a lo largo de toda la civilización griega, helenística y romana. Por otro lado, Sócrates propone que: 1) el cuidar de sí mismo es un imperativo que se impone a quienes quieren gobernar a otros. De este modo, preocuparse por sí mismo es un privilegio de los gobernantes y, al mismo tiempo, un deber de estos, puesto que tienen que gobernar; 2) el cuidado de sí es un comportamiento de élite que la distingue de la masa o del resto de la población; para ocuparse de sí es preciso tener capacidad, tiempo, cultura, etcétera. 3) el cuidado de sí tiene una función pedagógica, se prepara al joven para los acontecimientos de la vida

---

<sup>28</sup> Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, op. cit. p. 250.

adulta; y 4) el conocimiento de sí o el autoconocimiento será la expresión soberana y fundamental del cuidado de sí que dé acceso a la verdad. Este último punto nos sugiere que en esta estrecha relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí, se divisa un profundo ensombrecimiento del primer precepto con respecto al segundo, lo cual implica que el cuidado de sí quedará a la sombra de la máxima délfica al grado de perder su primacía, pues será justo esta máxima la que el cristianismo recupere del pensamiento platónico.

De este modo, hemos tratado de observar en la tradición platónica, no un testimonio o una historia general del cuidado de sí, sino la forma estrictamente platónica que ésta asume. Foucault considera importante reconocer que lo que va a caracterizar al cuidado de sí en la tradición platónica y neoplatónica es el hecho de encontrar su forma y su realización en la máxima délfica.<sup>29</sup>

Así pues, Foucault considera que el tema del cuidado de sí fue consagrado por Sócrates, tema que, como veremos, la filosofía ulterior reanudó y terminó por colocar en el corazón de lo que más tarde reconoceremos como el “arte de la existencia”.

## **1.2 Cuidado de sí y conocimiento de sí en el periodo helénico y romano**

Sócrates, como lo vimos en la *Apología*, interpelaba siempre a los jóvenes a cuidar ellos de sí mismos; sin embargo, para los helenos y romanos el cuidado de sí se hará extensivo no sólo a la población de mediana edad, sino que se exhortará este principio a lo largo de la vida de todo hombre con la madurez como edad crucial, edad determinante. En este sentido, predominantemente, la edad privilegiada en la cual es necesario el cuidado de sí ya no es la salida de la adolescencia sino el desarrollo de la madurez. Recordemos que a la escuela de Epicteto no sólo asistían jóvenes, sino que

---

<sup>29</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 86.

había un número considerable de adultos,<sup>30</sup> pensemos también que los pitagóricos dividían la vida humana en cuatro periodos, cada uno de ellos de veinte años:

“durante los primeros veinte, en la tradición pitagórica, el hombre era un niño; de los veinte a los cuarenta, era un adolescente; de los cuarenta a los sesenta, joven; y a partir de los sesenta, anciano”.<sup>31</sup>

Esta división pitagórica, en la que se presta atención a la noción de una vida ordenada en común, no era coextensiva a toda la sociedad, pero sí tenemos en ella el ejemplo de un parámetro establecido que nos permite observar que lo que en un momento representó el cuidado de sí como complemento pedagógico a fin de preparar para la vida política, recae en otros momentos como preparación a lo largo de toda la vida. Puesto que debemos prestar atención a nosotros mismos a lo largo de toda la vida, el objetivo ya no es el prepararse para la vida adulta, o prepararse para otra vida, sino el prepararse para cierta realización completa de la vida. Así, dice Foucault, esta realización es completa justamente en el momento anterior a la muerte, una suerte de proximidad feliz a la muerte –de la senectud como realización-, que sin duda representa una inversión de los valores tradicionales griegos de la juventud.<sup>32</sup> Foucault presenta algunos ejemplos de esto en las prácticas de tipo individual que sostenían Séneca y Sereno, quien no era en absoluto un adolescente del tipo de Alcibiades, sino un político romano muy allegado a Nerón; del mismo modo Séneca sostenía una relación muy estrecha con Lucilio con quien comenzó a tener correspondencia a la edad de sesenta años, época en la cual éste último habrá tenido más o menos unos cuarenta.<sup>33</sup>

Me parece que el presente apartado nos va a permitir reconocer que el tema del cuidado de sí no era un consejo abstracto, sino una actividad extensa, una red de obligaciones y servicios para el alma. En esencia, lo que pretendemos observar son las distintas prácticas del cuidado de sí entre el periodo platónico y el grecorromano y de cómo es que la máxima délfica parece casi desaparecer por completo: si bien para Platón el cuidado de sí era un complemento de la formación pedagógica, hemos de notar que en el momento en el que la aplicación de sí llega a ser una práctica adulta que se ha de ejercer durante toda la vida, este precepto adopta distintas singularidades: 1) la práctica del cuidado de sí adopta una función crítica; 2) esta práctica de sí es concebida como un

<sup>30</sup> Cfr. Carlos García Gual, *Epicuro*, Editorial Alianza, Madrid, 1981. p. 51.

<sup>31</sup> Diógenes Laercio, *Vida, opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres*, Editorial Porrúa, primera edición, México D. F. 1984. p. 206-207.

<sup>32</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 67.

<sup>33</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 98-99.

combate permanente y; 3) principalmente el cultivo de sí tiene una función filosófica curativa y terapéutica que se encuentra más próximo al modelo médico que al pedagógico; de modo que uno debe convertirse en el médico de sí mismo para curar de su alma.

La influencia socrática, como veremos, tendrá nuevas direcciones, pues es evidente que la ética antigua implicaba una articulación estrecha del poder ejercido sobre uno mismo y del poder ejercido sobre los demás. Nos hallamos en definitiva en un juego político que hacía más difíciles las relaciones de uno consigo mismo, pues ante la influencia platónica, cuando los estoicos y los cínicos pongan en práctica el cuidado de sí y digan a la gente: “ocúpate de ti mismo”, en realidad esta exhortación será una práctica en y para la gente con la capacidad social, cultural y económica para ello. Sin embargo, para estas doctrinas filosóficas, el interés que se concedió en estas élites al cuidado de sí era una alternativa que se proponía a la actividad cívica y a las responsabilidades políticas. Esto aparece claro con Epicuro, pues hay que recordar que dadas las condiciones políticas y económicas por las que atravesaba Atenas, el ideal de una *polis* unificada propuesto por Sócrates fue abandonado y se hizo necesario el retiro de la actividad filosófica, entendida como el ejercicio mediante el cual uno se cuida a sí mismo, de la actividad política, pues el individuo se vio orillado a dejar de reconocerse como ciudadano de una misma *polis*. Dadas estas circunstancias históricas, Epicuro propone recuperar la “seguridad” que otorgaba la convivencia entre conciudadanos ya no en un nivel político sino individual, y acercarnos de vuelta a la *autarkeia* que proponía Sócrates.<sup>34</sup>

Así, mientras que en Platón encontramos que el cuidado de sí era imprescindible para el ejercicio de la política, cuestión clara en el *Alcibiades*, en la época helénica y grecorromana aquel precepto aparecerá a la vez como una actividad que se practica una vez que se ha abandonado todo tipo de actividad cívica; el cuidado de sí será en todo caso una práctica de retiro de la vida política, pues al parecer, el objeto particular del cuidado de sí deja de ser la ciudad; ocuparse de sí mismo se hace únicamente para sí como fin último. De modo que, en el extremo opuesto, encontramos una cierta escisión entre el pensamiento platónico y las futuras escuelas filosóficas que se desarrollaron a partir de su claro influjo; Foucault afirma que “la preocupación por sí mismo se

---

<sup>34</sup> Para el estudio sobre la problemática histórica de Atenas en el tiempo de Epicuro he revisado el punto 1 (*Epicuro y Atenas*) de Carlos García Gual, en op. cit. pp. 13-40.

convirtió en un principio general e incondicional, un imperativo impuesto a todos, todo el tiempo y sin condición de estatus”,<sup>35</sup> las cartas de Séneca serán un claro ejemplo de la ruptura en el juego meramente político y más aún lo serán las *Conversaciones* de Epicteto que ya analizaremos más tarde.

El tema de la distinción entre alma y cuerpo seguirá siendo desarrollado en la filosofía helénica y romana, mas esta distinción adoptará diferentes desplazamientos; por ende, el tema o la importancia de la razón o de lo que Foucault llama “racionalidad platónica”, seguirá teniendo un imprescindible papel para el cultivo de sí; más aún, hay que decir que lo propio del platonismo es mostrar que todo el trabajo que uno hace sobre sí mismo, todos los cuidados que deben darse si se pretende tener acceso a la verdad, consisten en conocerse, es decir, conocer la verdad sobre sí mismo. Así, en el periodo helenístico y grecorromano, la noción socrática del cuidado de sí se convirtió en un tema común y universal como principio de toda conducta racional; si bien Platón concede privilegio a la máxima delfica, más adelante, en el desarrollo de aquellos periodos, esta acentuación se invertirá, de modo que el cuidado de sí adquiere preeminencia ante el conócete a ti mismo, y de hecho, obtendrá cierta autonomía que lo hará aparecer como principal solución filosófica. Pasemos pues a la aparición e importancia de la *ἐπιμέλεια ἑαυτου*.

En el periodo helénico y grecorromano *ἐπιμελίσθαι* (cuidado) se relaciona mucho más que con una actitud del ánimo, con una forma de actividad en lo real, actividad vigilante, continuada, aplicada, regulada, etcétera. El término *ἐπιμέλεια* implica un trabajo y todo un conjunto de ocupaciones: “es de *ἐπιμέλεια* de lo que se habla para designar las actividades del amo de casa, las tareas del príncipe que vela por sus súbditos, los cuidados que deben dedicarse a un enfermo o a un herido, o también los deberes que se consagran a los dioses o a los muertos”.<sup>36</sup> Toda esta serie de actividades sólo es posible si uno dedica el tiempo pertinente para ellas, es por esto que las distintas escuelas filosóficas de la época a la que nos referimos recurrirán a fórmulas diversas que proponen, más que imponer, dice Foucault, “estilos de moderación o de rigor, cada una con su fisonomía particular. De modo que encontraremos que la austeridad pitagórica no era la misma para los estoicos y que a su vez era muy distinta a la

<sup>35</sup> Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 91.

<sup>36</sup> Foucault, *La inquietud de sí*. op. cit. p. 49.

recomendada por Epicuro”.<sup>37</sup> Foucault mismo piensa que el examen matinal y vespéral de los pitagóricos vuelve a encontrarse, con contenidos diferentes sin duda, entre los estoicos.

El cuidado de sí fue infundido en toda la tradición filosófica de los epicúreos, ya que en Epicuro encontramos una fórmula que se repetirá con mucha frecuencia: “todo hombre debe ocuparse día y noche y a lo largo de toda la vida de su propia alma”.<sup>38</sup> En esta *Carta a Meneceo*, texto que sirvió como manual de moral, Epicuro plasma parte de lo que será la máxima de la filosofía que él mismo funda, una filosofía que debía considerarse como un ejercicio permanente del cuidado de uno mismo: “Que nadie, siendo joven, tarde en filosofar, ni siendo viejo se canse de la filosofía. Pues no es para nadie ni demasiado pronto ni demasiado tarde para asegurar la salud del alma”.<sup>39</sup> Es claro que esta exhortación era una tarea que uno debía cumplir a lo largo de toda la vida en una práctica constante. Para Epicuro no parece haber una edad específica para la dedicación a uno mismo:

“aquel que dice que el tiempo de filosofar no ha llegado todavía o que ha pasado ya es semejante a aquel que dice que el tiempo de la felicidad no ha llegado todavía o que ya no existe. De tal suerte que deben filosofar el joven y el viejo, éste para que al envejecer sea joven en bienes por la gratitud de las cosas que fueron, aquél para, que siendo joven, sea al mismo tiempo un anciano por su ausencia de temor al porvenir”.<sup>40</sup>

Foucault señala que en otro texto (*Lettres et Maximes*), Epicuro emplea el verbo *θεραπευειν*, el cual tiene valores múltiples: se refiere a los cuidados médicos (una especie de terapia del alma cuya importancia entre los epicúreos es conocida); también significa el servicio que se presta al amo; y se relaciona igualmente con el servicio al culto que se rinde obligatoria y reguladamente a una divinidad.<sup>41</sup> En este sentido, *θεραπευειν εαυτον* significa a la vez: cuidarse, ser el servidor de sí mismo y rendirse un culto. Epicuro hará énfasis en el cuidado de sí concebido como una operación médica, las enseñanzas sobre la vida cotidiana se organizan alrededor del cuidado de sí con el fin de ayudar a cada miembro del grupo en la obra mutua de un arte de la vida. Un ejemplo de esto lo encontramos tres siglos más tarde en Epicteto.

<sup>37</sup> Foucault, *El Uso de los Placeres*. op. cit. p. 23.

<sup>38</sup> Epicuro, *Carta a Meneceo*, 122. Citado en: Foucault M, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 44.

<sup>39</sup> *Ibidem*.

<sup>40</sup> *Ibid.* p. 48.

<sup>41</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 25.

En otro momento, Foucault analiza el cuidado de sí estoico relacionado con las cartas a los amigos. Séneca es, al parecer, uno de los filósofos más consultados por Foucault, y de aquél éste hace múltiples referencias sobre el cuidado de sí. Las *Cartas* de Séneca y Marco Aurelio serán un claro ejemplo de ejercicios sobre el cuidado de sí, sobre las técnicas del examen de sí que proponen los filósofos helénicos y grecorromanos referidas a un estilo de vida como arte y que incluyen tanto estas cartas como el examen, la *askesis* y la interpretación de los sueños, temas que iremos desarrollando.

Según Foucault, los estoicos invitan a una inversión en sí mismo con el objeto de establecerse, de residir en sí mismo y permanecer ahí. Para esta corriente filosófica existe una concepción muy particular con respecto a la verdad y a la memoria, y el ejercicio del examen de conciencia definirá las bases de estas concepciones. De hecho, el examen de conciencia será un ejercicio que se encuentra ya desde los pitagóricos, quienes lo asocian con la purificación; dice Foucault: “en la medida en que el sueño estaba relacionado con la muerte como un tipo de encuentro con los dioses, uno debía purificarse a sí mismo antes de irse a dormir. El recuerdo de los muertos también implicaba un ejercicio para la memoria”.<sup>42</sup> Los pitagóricos se sometían a un examen de conciencia previo al sueño que les permitiera tener un contacto fructífero con los dioses. Por otro lado, para los estoicos, el examen de conciencia adquirirá nuevos valores y significaciones. Foucault identifica algunas huellas de la antigua tradición pitagórica tanto en los epicúreos como en los estoicos.

En el texto *De Ira* (libro III) de Séneca se describe justamente el examen de conciencia como una purificación de la conciencia usando un recurso mnemotécnico: “realizar acciones buenas y llevar a cabo un buen examen de sí mismo permite dormir bien y tener buenos sueños, que indican contacto con los dioses”. En este texto Foucault deduce que Séneca utiliza un lenguaje administrativo en donde el filósofo estoico actúa como un administrador de sus bienes, es un permanente administrador de sí mismo. El examen de sí significa la adquisición de un bien. Las faltas cometidas son simples buenas intenciones que se han quedado sin realizar. Séneca se preocupa de que todo haya sido hecho correctamente siguiendo la regla (entendida como método para hacer algo correctamente) pero no la ley. Lo que se reprocha a sí mismo no son faltas reales

---

<sup>42</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 70.

sino su falta de éxito. Bajo esta perspectiva, pareciera que, por otro lado, Epicteo sugiere un examen de conciencia con matices diferentes al de Séneca, pues aquél dice: “Ni el sueño en los lánguidos ojos admitir, antes de repasar cada una de las obras del día: ¿Qué transgredí? ¿Qué hice? ¿Qué obligación no cumplí? Partiendo de ahí prosigue, y después las malas acciones censura, mas las buenas te regocijan”.<sup>43</sup> De este modo bien pudiéramos entender por qué Foucault considera que el cristianismo se ocupará de hacer ver, en el examen de conciencia que retoma de la filosofía estoica, estas faltas como malas intenciones, pues es una cuestión que deja ya entreverse con Epicteto.

Sin embargo, tanto Séneca como Epicteto proponen un acuerdo entre lo que se quería hacer con lo que se ha hecho, y reactivar las reglas de conducta, no excavar en la propia culpa.

Foucault rescata algunos puntos relevantes en Séneca:<sup>44</sup>

1. Para el filósofo estoico no se trata de descubrir la verdad en el sujeto, sino de recordar la verdad, de recobrar una verdad aprendida y que ha sido olvidada.
2. Lo que olvida el sujeto no es a sí mismo o a su naturaleza, origen o finalidad sobrenatural; lo que olvida son las reglas de conducta, lo que tenía que haber hecho.
3. El recuerdo de los errores cometidos durante el día permiten medir la diferencia entre lo que se ha hecho y lo que tendría que haberse hecho.
4. El sujeto es la intersección, el punto no del desciframiento, sino aquél en donde las reglas de conducta se reagrupan en la memoria, entre los actos que han de ser regulados y las reglas sobre lo que ha de hacerse.

De este modo, Foucault muestra que para los estoicos, según lo vemos con Séneca y Epicteto, la nemotecnia tiene un papel fundamental en la medida en que reviste todo un retiro espiritual de sí mismo; existe una actitud general y un acto preciso de cada día de retirarse uno dentro de sí mismo para descubrir no las faltas, sino para recordar reglas de acción, las principales leyes de la conducta que, como ya veremos, se hallarán en el corazón de los *logoi*.

---

<sup>43</sup> Epicteto, *Pláticas*, Libro III, Ediciones Alma Mater, España, 1965, p. 69.

<sup>44</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. pp. 71-72.

Decíamos al principio que, a partir del momento en el que el cuidado de sí se convierte en una actividad adulta, podemos hablar de una inversión de los valores con respecto a la juventud griega. Foucault piensa que el cuidado de sí como actividad de la adultez remite a una función crítica que va a acentuarse, dado que la crítica estará enteramente dirigida con respecto a sí mismo, con respecto al mundo cultural propio y con respecto a la vida que llevan los demás. En la práctica de sí del periodo helenístico y grecorromano la función formativa no se sustituirá meramente por la crítica, sino que existe un aspecto formativo que está esencialmente ligado a la práctica de la crítica en la preparación del individuo. Cuando Foucault habla de una preparación, no está pensando en aquella imprescindible para Alcibiades ante su deseo de ser gobernante; sino en una preparación que, en este periodo de la historia, trata de formar al sujeto para que pueda soportar como corresponde cualquier tipo de eventualidad posible que pudiera afectarlo. Por supuesto, es difícil hablar propiamente de un saber técnico y profesional, ya que por ejemplo, para los estoicos esto no podría ser concebible al margen de su filosofía ética; mas sí hablamos de una suerte de “armazón”, como lo llama Foucault, y al que Séneca denomina como *instructio*,<sup>45</sup> una suerte de armadura protectora de la cual el individuo puede disponer frente a diversos acontecimientos de la vida.<sup>46</sup>

La función crítica aparecía ya en el vocabulario cínico: *virtutes discere es vitia dediscere* (aprender las virtudes es desaprender los vicios); y será esta fórmula la que los estoicos heredan y transmiten cuando hablen de la práctica del cuidado de sí como una suerte de desaprendizaje. De modo que la crítica implica un desprenderse, un desaprendizaje con respecto a la enseñanza recibida y con respecto a los hábitos establecidos desde la infancia; Foucault habla pues de una formación crítica que debe emerger desde la primera educación tanto en las escuelas, con los maestros, como en la familia. Foucault rastrea en la carta 32 de Séneca la propuesta que hace éste a Lucilo para desapegarse de las recomendaciones que desde un inicio le han dado sus padres, con el fin de que el cuidado de sí al que quiere acceder pueda invertir por completo el sistema de valores vehiculizados e impuestos por la familia. Por otro lado, el cuidado de sí al que se someten los filósofos de este periodo implica una crítica a la formación educativa; y esto adquiere sentido una vez que los profesores de retórica obtienen cierto privilegio en la enseñanza pueril, retóricos que, para un crítico como Epicteto, es claro

<sup>45</sup> Foucault recomienda que sobre este uso se confronten las cartas a Lucilo 24, 5; 61, 4; 109, 8 y 133, 28.

<sup>46</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. pp. 103-104.

que fundan su enseñanza en el ornamento de la apariencia y la seducción, pues no enseñan a ocuparse del sí mismo, sino de agradar a los otros. Foucault asocia, a la par de esta función formativa, una función correctiva del cuidado de sí. A diferencia de aquél que ignora que no sabe (como en el caso de Alcibiades), la práctica de sí se impone contra un fondo de errores, de malos hábitos, de deformación y dependencia establecidas y arraigadas que es preciso sacudir. Así, según Foucault, “corrección/liberación, mucho más que formación/saber”,<sup>47</sup> será la distinción capital del cuidado de sí entre el mundo helénico y la filosofía platónica respectivamente.

Foucault nos permite recordar que tanto para los epicúreos como para los cínicos y los estoicos el papel de la filosofía consiste en curar las enfermedades del alma “*cura sui*”, mediante numerosos ejercicios de *meditatio*. Por ejemplo, Plinio, dice Foucault, aconsejaba a un amigo que se apartara unos minutos al día o varias semanas y meses para retirarse dentro de sí. El *otium* filosófico, en un sentido estricto, va a designar el tiempo que se pasa en ocuparse de sí mismo en una meditación y preparación continua, de modo que hablamos de un ocio activo referido siempre a la actividad de estudiar, leer, prepararse para los infortunios de la vida o para la muerte.<sup>48</sup> En Plinio y en Séneca, Foucault nota una gran preocupación constante y angustiosa por la salud. Ambos se retiran a una casa en el campo en donde desempeñan actividades intelectuales y rurales; comen y participan del quehacer de los campesinos, de tal manera que, según Foucault, la importancia del retiro espiritual se debe a que la naturaleza ayuda a ponerse en contacto consigo mismo, al parecer, en alma y cuerpo.

La noción de la práctica del cuidado de sí, la *cura sui*, como un práctica médica, correctiva, aparece también con Epicteto, quien no quería que su escuela fuera considerada como un simple lugar de formación, sino como una consulta médica; quería que fuese un dispensario del alma, que sus alumnos llegasen con la conciencia de estar enfermos:

“Uno, con un hombro dislocado, otro con un absceso, un tercero con una fístula, aquél con dolores de cabeza: Hospital es, oh hombres, la escuela del filósofo”.<sup>49</sup>

---

<sup>47</sup> Cfr. *Ibíd.* p. 104.

<sup>48</sup> Cfr. Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 61.

<sup>49</sup> Epicteto, *Pláticas*, Libro III, op. cit. 1965, p. 138.

Epicteto les reprocha que viniesen a él no para hacerse curar sino para hacer rectificar sus juicios y corregirlos: “¿Queréis aprender los silogismo? Curad primero nuestras heridas; detened el flujo de vuestros humores, calmad vuestro espíritu”.<sup>50</sup> El mismo discurso lo podemos encontrar ya en Séneca en aquellas prácticas de tipo individual de las que hablábamos al principio; Foucault menciona que es Sereno quien consulta a Séneca –en el principio de *De tranquillitate*-<sup>51</sup> en el que le escribe y le describe su estado de ánimo y pide a Séneca que le dé consejos, que pronuncie un diagnóstico y represente, en cierto modo, el papel de médico del alma para con él. En la carta 50, dice Foucault, Séneca explica a Lucilo que en la práctica del cuidado de nosotros mismos hay que trabajar para expulsar, expungar, dominar, deshacerse y liberarse del mal que se halla dentro de nosotros (*intra nos est*), la corrección de un mal que ya está presente:

“Por combadas que estén, podrás volver a poner derechas unas ramas de madera dura; el calor endereza las vigas que se curvan, y nosotros modificamos su estructura natural para modelarlas según nuestras necesidades. ¡Cuánto más fácilmente acepta el alma su forma, el alma, flexible esencia, más dúctil que todos los fluidos!”.<sup>52</sup>

La relación entre filosofía y medicina es un tema que se encuentra ya desde Platón,<sup>53</sup> lo importante aquí es señalar la asimilación entre la práctica del cuidado de sí como una surte de práctica médica en donde se pone un particular e intenso interés al cuerpo. El cuidado del cuerpo, en el periodo helénico y grecorromano, adquiere una dirección muy distinta con respecto a la platónica, donde veíamos que el arte del cuerpo se distinguía con mucha nitidez del arte del alma.

En esta relación entre alma y cuerpo, Foucault menciona que para los estoicos el cuerpo no era tan importante, pero Marco Aurelio, en una carta dirigida a su maestro Fronto, hace notar aspectos de su vida cotidiana en donde todos los detalles del cuidado de sí se hallan ahí sin importar la jerarquía de su relevancia; parece que todos los detalles son importantes porque se refieren exclusivamente al sí mismo, al yo. Marco Aurelio, dice Foucault, habla de sí mismo, de su salud, de lo que ha comido, de su garganta adolorida,<sup>54</sup> de modo que la relación que se estableció entre alma y cuerpo concede, sí

<sup>50</sup> Epicteto, *Conversaciones*, II, 21, 12-22. en Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 55.

<sup>51</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 98.

<sup>52</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo II, libro V, carta 50, p. 34. Citado en Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 105.

<sup>53</sup> Foucault reconoce esta relación en *Sobre la medicina antigua*, en *Tratados Hipocráticos*, tomo I, Madrid, Gredos, 1983.

<sup>54</sup> Foucault cita textualmente esta carta de Marco Aurelio en *Tecnologías del Yo*, op. cit. p. 64.

preeminencia al alma, pero todas las preocupaciones por el cuerpo adquieren una importancia inmensa. Escribir se vuelve una práctica importante en la cultura del cuidado de sí; de hecho, una de las características más importantes de este cuidado, remarca Foucault, implicaba tomar notas sobre sí mismo que debían ser releídas, escribir tratados o cartas a los amigos para ayudarles, y llevar cuadernos con el fin de reavivar para sí mismo las verdades que uno necesitaba.<sup>55</sup> Como vemos, ocuparse de uno mismo implica un trabajo en todo momento, no sólo en el ocio, sino que también existen los cuidados del cuerpo, los regímenes de salud, los ejercicios físicos sin exceso, la satisfacción tan medida como sea posible de las necesidades. Foucault piensa que los estoicos presentaron esquemas que señalan las diferentes formas posibles de una curación; Séneca, por ejemplo, distingue a los enfermos curados del todo o en parte de sus vicios, a los que están libres de enfermedades pero no todavía de sus afecciones; los que han recobrado la salud pero son todavía frágiles a causa de las disposiciones que no están corregidas.<sup>56</sup> Este tipo de nociones permitirá en lo sucesivo hacer un mismo tipo de análisis teórico referido a la medicina del cuerpo y a la terapéutica del alma, a las perturbaciones físicas y a los desórdenes morales, de modo que se puede usar el mismo camino para intervenir en el cuidado o la cura de unos y de otros.

Así, Foucault describe en *La inquietud de sí*, toda una serie de metáforas médicas que son utilizadas para designar las operaciones necesarias a los cuidados del alma: “aplicar el escarpelo a la herida, abrir un absceso, amputar, evacuar las superfluidades, dar medicamentos, prescribir pociones amargas, calmantes o tónicos.<sup>57</sup> Formarse y cuidarse son actividades que van de la mano. Ya veíamos que Epicteto insiste a sus alumnos a que tomen conciencia de su condición como un estado patológico; sus discípulos deben presentarse a título de enfermos, “la escuela de un filósofo es un gabinete médico; no debe uno, al salir, haber gozado, sino haber sufrido”.<sup>58</sup> Foucault da cuenta de la gran compatibilidad que hay entre los males del cuerpo y del alma al punto de que existe una comunicación entre ellos que les permite intercambiar sus males, esto es, que las prácticas de sí, el cuidado de sí en su función curativa, se halla en el momento mismo en el que los malos hábitos del alma pueden acarrear miserias físicas o

---

<sup>55</sup> Este tema lo veremos con mejor claridad en el siguiente capítulo.

<sup>56</sup> Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 54.

<sup>57</sup> Foucault encuentra ejemplos sobre la comparación entre terapéutica del cuerpo y medicina del alma en Séneca, *Cartas a Lucilo*, 64, 8.

<sup>58</sup> Epicteto, *Pláticas*, Libro III, op. cit. p. 138.

cuando los excesos del cuerpo manifiestan y alimentan los defectos del alma. De este modo, dice Foucault, el cuidado de sí se dirige sobre todo al punto de paso de las agitaciones y de las perturbaciones, teniendo en cuenta el hecho de que conviene corregir el alma si se quiere que el cuerpo no la domine y rectificar el cuerpo si se quiere que ella conserve el completo dominio de sí misma.<sup>59</sup> Se habla al parecer de cierto estado de debilidad del ser humano en donde el cuidado de sí viene a poner atención en los males, las enfermedades y los sufrimientos físicos; y esto es más entendible si pensamos que aquellos que, en esta época, practican un cuidado de sí no son, en su mayoría, jóvenes que practican un entrenamiento deportivo, militar o político, como había sido en otro tiempo, sino que hablamos de relaciones entre hombres adultos, en la madurez como etapa crucial ya decíamos. Estos hombres, como Foucault reconoce, denotan un cuerpo frágil, minado, un cuerpo que posiblemente amenace el alma y la debilite. Lo esencial aquí es señalar la importancia que sigue tomando la etapa adulta del hombre en el cuidado de sí; “liberado de todos los deseos físicos, libre de todas las ambiciones políticas a las cuales ha renunciado, y tras haber adquirido toda la experiencia posible, el anciano va a ser quien es soberano de sí mismo y puede satisfacerse completamente a sí mismo”.<sup>60</sup> Foucault evidencia que es en la senectud, una vez que se ha recorrido un camino consagrado al cuidado de sí, en donde se puede gozar plenamente de sí mismo, al punto de que la vejez, si ha sido bien preparada por una larga práctica de sí, es donde el yo se alcanza por fin a sí mismo, se reúne consigo mismo y mantiene consigo una relación consumada y completa de dominio y satisfacción a la vez.

Como explica Foucault, la correspondencia entre Fronto y Marco Aurelio, que ya señalábamos, muestran el lugar que ocupa la inquietud del cuerpo en el cuidado de sí, al tiempo que se destaca el estilo de esa preocupación: el temor al exceso, la economía de régimen, la escucha de las perturbaciones, la atención detallada al disfuncionamiento, la consideración de factores externos como el clima, la estación, el alimento... que pueden perturbar al cuerpo y a través de él al alma. Así, en la época en la que nos situamos, la práctica del cuidado de sí implica que uno se constituya para sí mismo como un individuo enfermo o amenazado por la enfermedad, reconocer que existe en

---

<sup>59</sup> Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 56.

<sup>60</sup> Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 115.

uno cierta debilidad y por ende una necesidad de ser curado por alguien que tenga competencia para ello. De este modo, dice Foucault, el enfermo que practica la *cura sui*, en el paralelismo práctico y teórico entre medicina y moral, puede reconocer aquellas enfermedades del alma que a los ojos de cualquiera parecen inapreciables, pues a diferencia de las del cuerpo, éstas no muestran síntomas e incluso ciegan a aquellos que las padecen. Plutarco recuerda, cita Foucault, que los desórdenes del cuerpo pueden detectarse en general por el pulso, la bilis, la temperatura, los dolores, y que además las peores enfermedades físicas son aquellas en las que el sujeto, como en la letargia o la apoplejía, no se da cuenta de su estado. Así, lo grave en las enfermedades del alma es que pasan inadvertidas o pueden llegarse a tomar por virtudes. Plutarco enfatiza la importancia no sólo de reconocerse enfermo, sino de no ignorarlo.<sup>61</sup>

Ahora bien, solamente un hombre razonable, que hace uso de su razón, puede cuidar de sí mismo. Esta afirmación nos traerá múltiples consecuencias, ya que, por un lado, parece que todos los hombres que son capaces de razonar pueden acceder a un cuidado de sí, es decir, no habría ya una distinción entre hombres libres y esclavos –como sí la hay en el periodo platónico-, pues bien podemos decir que tanto unos como otros hacen uso de su razón aunque quizá en distintos campos, en distintos ámbitos. Posiblemente esta idea se vislumbre mejor si ponemos atención a lo que Foucault llamó la “racionalidad platónica”, la cual me parece que está centrada en la supremacía que adquiere el uso de la razón para develar cualquier verdad posible. Esta influencia platónica, del uso de la razón como eje directriz de los quehaceres habituales intelectuales, será notoria en lo sucesivo –bien podemos decir que hasta nuestra actualidad-, pero su uso será un campo abierto para otras élites y la razón misma adquirirá nuevas dimensiones en relación con la verdad. Foucault menciona que Apuleyo, al final de *Del Dios de Sócrates*, se asombra ante la negligencia de sus contemporáneos con respecto a sí mismos: “Los hombres tienen todos los deseos de llevar la mejor vida, saben todos que no hay otro órgano de la vida sino el alma; sin embargo no la cultivan (*animum suum non colunt*)... Hay que cuidar los ojos para tener una buena vista, y los pies si se quiere ser hábil en la carrera. Lo mismo sucede con todas las partes del cuerpo de las que cada uno debe cuidar según sus preferencias. Esto todos los hombres lo ven claramente y sin dificultad; de modo que no me canso de

---

<sup>61</sup> Plutarco, *Animine an corporis affectiones sint peiores*, 501 a. En Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 57-58.

preguntar por qué no perfeccionan también su alma con la ayuda de la razón (*cur non etiam animum suum ratione excolant*)”.<sup>62</sup> Apuleyo sigue dando continuidad a la importancia del cuidado del cuerpo, y a la par resalta la preeminencia de la razón para un posible cuidado de sí. Su contemporáneo Epicteto había dejado ya claro en las *Conversaciones*, que sólo el hombre puede acceder a un cuidado de sí, ya que los dioses le han dotado de razón para que use libremente de sí mismo; la razón, cita Foucault a Epicuro, “no ha de comprenderse como sustituto de las facultades naturales ausentes; es por el contrario la facultad que permite velarse, cuando es preciso y como es preciso, de las otras facultades; es incluso esa facultad absolutamente singular que es capaz de valerse de sí misma: pues es capaz de tomarse a sí misma como a todo lo demás por objeto de estudio”.<sup>63</sup>

Foucault sigue rastreando en este texto de Epicteto la idea de que los dioses, Zeus según el asceta, nos dieron la posibilidad y el deber de ocuparnos de nosotros mismos, confiándonos y entregándonos a nosotros solos. Así, Foucault deduce que, para Epicteto, el cuidado de sí es un privilegio-deber y un don-obligación que nos asegura la libertad obligándonos a tomarnos como objeto de nuestra propia aplicación.<sup>64</sup> Pensemos pues, que para Epicteto el hombre libre y razonable y libre de ser razonable está encomendado al cuidado de sí mismo. Las exhortaciones que hacen tanto Epicteto como Apuleyo aluden notoriamente a un principio válido para todos los hombres, y es un principio que ha de practicarse de inmediato, obligatoria y necesariamente durante toda la vida.

Pareciera pues que la actividad fundamental de la vida en el periodo helénico y grecorromano es imprescindiblemente el cuidado de sí, en donde el ser del hacedor sólo puede llegar a ser lo que quiere ser, una vez que se ocupe de sí mismo, una vez que se ocupe de su alma. Esta idea no dista mucho del discurso socrático, sin embargo, como vemos, la relación entre alma y cuerpo toma otro rumbo; el cuerpo deja de ser la cárcel del alma y se vuelve más bien el vehículo de su ‘buen vivir’.

---

<sup>62</sup> Apuleyo, *Del Dios de Sócrates*, XXI, 167-168. En Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 44.

<sup>63</sup> Epicteto, *Conversaciones*, I, 16, 1-3. En Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 46.

<sup>64</sup> Cfr. Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. p. 46-47.

Esta noción también es evidente en un grupo asceta del cual Foucault tiene conocimiento gracias un texto de Filón de Alejandría, el famoso grupo de los “terapeutas”, un grupo que puede clasificarse de ascético, de los alrededores de Alejandría, uno de cuyos objetivos es, según lo dice el texto: la *epimeleia tes psykhes*.<sup>65</sup> Cuidar del alma es lo que quieren hacer; Filón habla de la práctica de *therapeutike* que distingue a esta comunidad, porque velan por el alma como los médicos velan por el cuerpo, y también porque ejercen el culto del ser. Cuidan del ser y cuidan de su alma. Este grupo también se distingue por seguir una serie de ejercicios dedicados al cuidado de sí; tenían prácticas culturales y religiosas muy marcadas que luego se retomarán de manera determinante en el cristianismo. Por ejemplo, describe Foucault, hacían plegaria dos veces al día, reunión hebdomadaria en la que la gente se ubicaba por rango de edad, mostrando actitudes muy particulares (Foucault refiere una serie de ademanes); también estaban dedicados al trabajo intelectual, teórico, a todo el trabajo del saber.<sup>66</sup> Según Filón, ante la preocupación de sí mismo, los terapeutas se retiraron fuera de la ciudad con el objetivo de curar “las enfermedades causadas por los placeres, los deseos, las aflicciones, los temores, las codicias, las necesidades, las injusticias y la multitud infinita de las pasiones”.<sup>67</sup> Así, lo que buscan los terapeutas es el dominio de sí sobre sí mismos; cuidan de su cuerpo tanto como de su alma, leen las Sagradas Escrituras y se entregan a la interpretación de los textos. De hecho, su relación con el saber es tan intensa que tienen la idea pitagórica de que aún mientras duermen, sus sueños proclaman las doctrinas de la filosofía sagrada.

Según Nehamas, Foucault observa que el mundo para los estoicos, los epicúreos, los terapeutas y para el propio Epicteto, estaba interesado en el control de los placeres por medio de un esfuerzo serio y concentrado al que se le puede reconocer como *askesis* o ascetismo. Foucault nos permite recordar que lo hermoso de este trabajo ascético es que el propósito de los complejos ejercicios en que consistía la *askesis* no era negar los placeres sino rehuir al exceso; el objetivo no era ser dominado por los placeres sino convertirse en alguien que domina sus placeres y por lo tanto ejerce dominio sobre su propio yo. De modo que el ascetismo no consiste en la represión sino en la regulación de los placeres. Su objeto no era la negación sino la satisfacción encontrada en la

---

<sup>65</sup> Filón de Alejandría, *De vita Contemplativa*, 473 M, traducción de P. Miquel, parágrafo 13, p. 87. En Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 101, 111.

<sup>66</sup> Cfr. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 123.

<sup>67</sup> Filón de Alejandría, *De vita Contemplativa*, op. cit.

medida. Por consiguiente, nos será fácil reconocer que el ideal ascético convencional de negar los placeres totalmente no es un hecho natural sino el producto de siglos de doctrina cristiana.<sup>68</sup>

Este tipo de práctica de la *askesis* será central para la mayoría de las corrientes filosóficas del periodo helénico y grecorromano, de hecho el ascetismo como tal será una de las grandes herencias que este periodo hará a las bases de la comunidad cristiana, de modo que bien podemos distinguir entre un ascetismo propiamente filosófico encaminado a un cuidado de sí, del ascetismo cristiano que tiene como fin un conocimiento y un desciframiento de sí. Pero este tema, confiado al tercer capítulo, parece dar un salto muy abrupto, sin embargo nos permitirá ir reconociendo las distintas transformaciones del yo, pues la relación estrecha que existe entre los preceptos del cuidado de sí y del conocimiento de sí, las hará visibles.

Finalmente, Foucault considera que la interpretación de los sueños constituye igualmente una técnica en el examen de sí que evocaban los ascetas; y, aunque reconoce que la mayoría de los estoicos son críticos y escépticos acerca de semejante interpretación, esta atención que se le prestaba a los sueños era importante porque en la Antigüedad el sentido de un sueño anunciaba un acontecimiento futuro. Por ejemplo, ya decíamos que el grupo de los terapeutas concedía cierto valor a los sueños, en donde el dormir y los sueños son criterios de la relación del individuo con la verdad, con la manifestación de la verdad. En otro momento, Foucault ve en la *Clave de los sueños de Artemidoro*, el desarrollo de una literatura onírica muy consultada durante el siglo II a.C. El desciframiento de la alegoría onírica se hacía vía analogía: el sueño dice el acontecimiento, la fortuna o el infortunio que va a caracterizar en lo real el modo de ser del sujeto; de modo que la interpretación será un trabajo útil para gobernar la propia existencia y prepararse para los acontecimientos que van a producirse. Lo interesante de este texto, para Foucault, es no tratar de tomar este texto de Artemidoro como un código de conducta que habría que seguir inevitablemente; sino como la revelación de una ética del sujeto que se daba en la antigüedad para ciertos hombres que querían dirigir su vida de esta manera.<sup>69</sup> Por otro lado, en los *Discursos sagrados* de Aelio Aristides,<sup>70</sup> se

---

<sup>68</sup> Cfr. Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, op. cit. p. 276.

<sup>69</sup> Cfr. Foucault, *La inquietud de sí*, op. cit. pp. 19-20 y 29.

<sup>70</sup> Cfr. Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 79-80.

considera que en los sueños recibimos consejos de los dioses sobre los remedios para las enfermedades. Así, ente estos dos discursos de la interpretación de los sueños, Foucault reconoce que existe un distanciamiento, en la medida en que los *Discursos sagrados* no son la transcripción de las actividades cotidianas del yo, como quizá sí se representa en Artemidoro, sino la inscripción ritual de las plegarias a los dioses que le han curado a uno, un elemento muy marcado ya en el cristianismo y que trataremos en otro momento.

Para concluir este capítulo, es importante hacer resaltar algunas cuestiones. Como hemos visto, el cuidado de sí y el conocimiento de sí aparecen, en primera instancia, con la figura de Sócrates. Nehamas considera que a través de Sócrates, Platón no sólo consagró la más duradera concepción de la filosofía de la que disponemos, la filosofía intelectual, sino que inauguró a la par una filosofía como modo de vida, como un arte de vivir.<sup>71</sup> En este sentido, para Foucault, Sócrates aparece como el primer ejemplo de un específico arte de vivir. También observamos en la figura de Platón el ensombrecimiento del cuidado de sí con respecto a la máxima delfica, cuya cuestión aparece con Alcibíades, según veíamos, una vez que éste descubre que el alma es aquel sí del que hay que cuidar. Se da pues, una relación especular entre el alma y la divinidad, en donde sólo se puede acceder a la verdad por medio del autoconocimiento. Es preciso que no dejemos de observar el problema de la relación de edades entre los interpelados por Sócrates y él mismo, pues este movimiento también determinará otro tipo de relación en las filosofías posteriores.

Así, algunos siglos más tarde, el cuidado de sí adquiere suma importancia en el periodo helénico y grecorromano; se convierte en una práctica constante que se realiza a lo largo de toda la existencia, y que pone de manifiesto técnicas que permiten acceder a una estética de la vida. El conocimiento de sí deja de ser una ocupación prioritaria, pues lo importante, desde Epicuro hasta Epicteto, e incluso en los pitagóricos, será reactivar ejercicios de conducta que permitan al individuo acercarse a sí mismo y construirse una vida llena de honores. Como decíamos, se establecerá una relación entre el cuidado de sí y la relación entre hombres adultos, en especial situados ya en la senectud.

---

<sup>71</sup> Cfr. Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir*, op. cit. p. 286.

Por otro lado, también advertimos que la preocupación por sí mismo deja de ser un precepto dirigido a una sola élite y que más bien se vuelve como una suerte de principio universal que se aplica y se impone a todo el mundo. Sin embargo, es evidente que Foucault toma cierta distancia respecto a este asunto ya que, en realidad, cuando hablamos de la puesta en práctica de un precepto de esta talla, siempre tenemos que aludir a un grupo específico (elitista) que lo practica y que de hecho encontrará grandes diferencias con respecto a los distintos grupos que buscan más o menos el mismo fin; y como el mismo Foucault ya mencionaba, todo individuo que desea cuidar de sí mismo debe tener tiempo, debe disponerse al *otium* filosófico. Por lo tanto, “en la cultura griega y romana, la inquietud de sí nunca fue postulada como una ley universal valedera para todos los individuos. La inquietud de sí implica siempre una elección de modo de vida”.<sup>72</sup> En este sentido, Foucault introduce la idea de que el cuidado de sí, en la cultura helénica y grecorromana cobró forma dentro de instituciones, de modo que uno bien podía elegir practicar una serie de ejercicios dirigidos al cuidado de sí en una u otra ‘secta’; grupos que eran absolutamente distintos unos de otros y que implicaban exclusión con respecto a todos los demás. La posible contradicción en la que parecíamos hallarnos, logra disolverse si tenemos en cuenta que, de lo que hablamos, es de esta generalización del cuidado de sí que no se centra solamente en los medios aristocráticos, sino que se arraiga primordialmente en comunidades que practican una austeridad, un ascetismo como tal.<sup>73</sup> De este modo, podemos decir que la práctica del cuidado de sí se halla integrada por relaciones de amistad y por una dimensión compleja y variada de instituciones; el juego político tiende a desaparecer; se presencia el resurgimiento del cuerpo como un objeto de preocupación, ocuparse de sí será a la vez ocuparse del cuerpo y del alma. El cuidado de sí tendrá una función más crítica que formativa: se trataba más de corregir que de instruir, de allí un parentesco más claro con la medicina.

Me parece que no hemos desarrollado del todo estos ejercicios, estas prácticas o técnicas de sí que fueron muy importantes para las distintas escuelas filosóficas de este tiempo; pues en buena medida las hallaremos con más claridad en el siguiente capítulo, en la relación que se establece entre aquél que desea cuidar de sí y el que sirve de guía para

---

<sup>72</sup> Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 119.

<sup>73</sup> Puede tomarse como ejemplo a los epicúreos que, sobre todo, estaban formados por grupos populares que se dedicaban a diversas actividades “vulgares”; o se puede pensar también en el caso de Epicteto que, como sabemos, fue en un momento de su vida esclavo.

tal actividad. Lo que sí debemos dejar bastante claro, en este periodo de la historia, es justamente el papel de estas escuelas, es decir, el cuidado de sí, la consagración a ocuparse de sí permanentemente sólo puede practicarse dentro de un grupo, adoptando las características distintivas del mismo. Por supuesto, esto no quiere decir que el cuidado de sí no sea un proyecto singular, por el contrario, la filosofía como arte, como un modo de vida, como forma de autocreación, del cuidado de sí, no nos permite seguir ejemplos o tener un modelo de referencia para llegar a ser lo que se quiere ser. Es un tema muy complejo de abordar en el presente capítulo, pero ya lo iremos desarrollando a lo largo de este escrito.

## CAPÍTULO 2

### 2. La Parresía Griega

Hay momentos en la vida en los que la cuestión de saber si se puede pensar distinto de como se piensa y percibir distinto de como se ve es indispensable para seguir contemplando o reflexionando.

Foucault, *El uso de los placeres*

Habíamos visto que en los escritos de Platón se hacía notar una indiscutible preeminencia al diálogo, es decir, Sócrates apelaba a sus conciudadanos al cuidado de sí mediante el diálogo personal, directo. Sin embargo, Foucault considera que posteriormente para el periodo helenístico prevalece la escritura y el verdadero diálogo encuentra su campo de expresión en la correspondencia.<sup>74</sup> De este modo, ya decíamos, el cuidado de sí irá acompañado de una constante actividad de escritura y de lectura, pues, por un lado, la tarea del sujeto de cuidarse a sí mismo, tiene como referencia tomar notas sobre sí mismo, notas que deben ser releídas; escribir tratados o cartas a los amigos, para ayudarles, y conservar los cuadernos a fin de reactivar para sí mismo las verdades de que se tiene necesidad. En otro sentido, Foucault reconoce que, por ejemplo, para Séneca, la relación individual no dejará de ser el principal vehículo en el cuidado de uno mismo, pues no hay nada como ese contacto directo que permite poner en práctica, mediante la nemotécnica, los ejercicios realizados en la escritura. Así, en esta relación individual encontramos la actividad de la *parresia* como su elemento fundamental.

Michel Foucault echó mano de múltiples acepciones para definir qué es la *parresía* (*Παρρησία*); de hecho, lo polisémico de la palabra permite a Foucault elaborar todo un estudio dedicado al origen, desarrollo y transformación de ésta, a lo largo de un curso dictado en Estados Unidos a mediados de 1983. Resulta importante señalar, anticipadamente, que Foucault no pretendía exponer una cronología precisa, puesto que no la hay, de una progresión estricta entre las distintas formas de *parresía* que se pueden encontrar tanto con Eurípides, en donde sugiere que la primera significación que encontramos de la palabra *parresía* aparece por vez primera en la literatura griega con el

---

<sup>74</sup> Cfr. Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 453.

mencionado trágico (484-407 a.C.), y que recorre todo el mundo literario griego en la Antigüedad desde finales del siglo V a.C., con Platón, y las escuelas filosóficas que se desarrollaron en los posteriores periodos. Comenta que a medida que las monarquías helenísticas crecían y se desarrollaban, la *parresía* en su sentido político, asumió más la forma de una relación personal entre el monarca y sus consejeros, lo que abrió paso a la *parresía* socrática (lejos de la política) y a su larga tradición profesada por los cínicos y otras escuelas de influencia socrática. Así, para nuestro estudio, retomaremos el análisis de la *parresía* socrática, dado que está vinculada directamente al cuidado de sí, e inicialmente la veremos en un contexto en el que su alcance se hizo más evidente.

*Parresía* es traducida normalmente al castellano por franqueza. *Parresiázomai* es hacer uso de la *parresía*, y el *parresiastés* es alguien que utiliza la *parresía*, es decir, alguien que utiliza la verdad.<sup>75</sup> Según Foucault, la *parresía* tiene que ver con “el todo decir” más en el sentido de ponerlo todo en el decir que en el de pretender decirlo todo. Verdad, decir, franqueza... serán términos centrales encontrados en esta práctica y se hallarán diseminados en múltiples ejercicios consagrados al cuidado de sí fundamentalmente de la cultura helénica y romana.

Etimológicamente *parresiazesthai* significa *decir todo* –de *pan* (todo) y de *rema* (lo que se dice)-. Aquél que usa la *parresía*, el *parresiastés*, es alguien que dice todo cuanto tiene en mente: no oculta nada, sino que abre su corazón y su alma por completo a otras personas a través de su discurso, de modo que aquí podemos encontrar la figura del maestro. Así, “etimológicamente *parresía* es el hecho de decir todo (franqueza, apertura de corazón, apertura de palabra, apertura de lenguaje, libertad de palabra). Los latinos la traducen en general como *libertas*. Es la apertura de hacer que uno diga lo que tenga que decir, lo que tiene ganas de decir, lo que considera uno deber decir porque es necesario, porque es útil, porque es verdad”.<sup>76</sup> La palabra *parresía* hace referencia, por tanto, a una forma de relación entre el hablante y lo que se dice, es decir, su propia opinión; el *parresiastés* actúa sobre la opinión de los demás mostrándoles, tan directamente como sea posible, lo que él cree realmente. De modo tal que, en palabras de Foucault; “el término *parresía* se refiere a la vez a la calidad moral, a la actitud

---

<sup>75</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, Ediciones Paidós, I.C.E. de la Universidad Autónoma de Barcelona, 2004, p. 36.

<sup>76</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 349.

moral, al *ethos*, y por otra parte al procedimiento técnico, a la *techné*, que son necesarios, indispensables para transmitir el discurso de verdad a quien lo necesita para su autoconstitución como sujeto de soberanía sobre sí mismo y sujeto de veridicción de sí para sí”.<sup>77</sup> La relación propia de maestro-discípulo nos acercará de modo inmediato al juego *parresiástico*. En este sentido, vemos cómo la *parresía* comporta la necesidad de hablar de tal modo que el tipo de discurso se dirige al otro de manera que éste va a poder constituir una relación consigo mismo; relación autónoma, independiente, plena y satisfactoria. Así, el sentido capital que adopta el estudio de Foucault, nos permite observar cómo el discurso *parresiástico* es de tal forma verdadero que permite una forma de subjetivación y garantiza la autonomía del otro, de quien recibe la palabra. Más tarde veremos cómo en los *logoi* está la verdad, o el concepto de verdad que Foucault hará valedero en este discurso. La actividad de hablar específica de la enunciación *parresiástica* adopta así la forma: “Yo soy quien piensa esto y aquello”.<sup>78</sup>

En los textos clásicos *parresiazesthai* significa decir la verdad, el *parresiastés* dice lo que es verdadero porque él sabe que es verdadero; y sabe que es verdadero porque es realmente verdadero.<sup>79</sup> A propósito de las revisiones hechas a la carta 75 de Séneca a Lucilo, en el fondo, dirá Foucault, la *parresía* es esa adecuación entre el sujeto que habla y dice la verdad y el sujeto que se comporta como lo quiere esa verdad. Lo que caracteriza la *parresía*, la *libertas*, es esa adecuación del sujeto que habla y el sujeto de la conducta. La *parresía* es una palabra que, por el lado de quien la pronuncia, equivale a un compromiso, a un lazo, constituye un pacto determinado entre el sujeto de la enunciación y el sujeto de la conducta.

De este modo, parece que no puede haber enseñanza de la verdad sin que quien la dice dé el ejemplo de esta verdad, y por eso, también es necesaria la relación individual. Foucault trata esta cuestión en las revisiones hechas a la carta 40 de Séneca. “Lo que autentifica el hecho de que se diga la verdad es que, como sujeto de una conducta, se es, en efecto, absoluta, íntegra y totalmente idéntico al sujeto de enunciación que se es, cuando se dice lo que se dice”.<sup>80</sup> Con ello estamos en el corazón de la *parresía*. “La segunda característica de la *parresía* es, entonces, que hay siempre una coincidencia

---

<sup>77</sup> *Ibid.* p. 354.

<sup>78</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 38

<sup>79</sup> *Ibid.* p. 39.

<sup>80</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 386.

exacta entre creencia y verdad”:<sup>81</sup> para los griegos y romanos, esta coincidencia tiene lugar en una actividad verbal, a saber, la *parresía*. Es así como Foucault señala la carta 75 de Séneca como una verdadera teoría del hablar claro:

“Lo que caracteriza sobre todo a la *parresía* es en esencia que no se la define tanto por el contenido mismo –el contenido, como es evidente, está dado: es la verdad-; lo que define a la *parresía* como una práctica específica, una práctica particular del discurso de verdad son las reglas de prudencia, las reglas de habilidad, las condiciones que hacen que deba decirse la verdad en tal momento, con tal forma, en tales circunstancias, a tal individuo, en la medida y sólo en la medida en que éste es capaz de recibirla, y de recibirla de la mejor manera posible en el momento en que se encuentra. Es decir que lo que define esencialmente las reglas de la *parresía* es la ocasión, que es exactamente la situación recíproca de los individuos y el momento que se escoge para decir esa verdad. En función, justamente, de aquel a quien nos dirigimos y del momento en que nos dirigimos a él. La *parresía* debe modificar no el contenido del discurso veraz sino la forma en que lo emitimos”.<sup>82</sup>

Así, lo que está en juego aquí no es propiamente la revelación de qué sea la verdad en un sentido teórico y dogmático, pues como veremos, también los retóricos hacen uso de este hablar claro; sino la relación del sujeto con la verdad que éste enuncia, es decir, el trabajo que el sujeto efectúa sobre sí mismo, la modificación que debe realizar en su ser para poder tener acceso a la verdad. Sin embargo, Foucault propone que el sujeto por sí mismo, tal como se da a sí mismo, no es capaz de verdad, “y no es capaz de verdad salvo si opera, si efectúa en sí mismo una cantidad de operaciones, transformaciones y modificaciones que lo harán capaz de verdad”.<sup>83</sup> Así, no podemos hablar de un sujeto de verdad a priori, de un sujeto en el que la verdad se halle escondida en un rincón de su ser, y al que tiene que acceder para poder develarla, sino de un sujeto que tiene que adquirir esa verdad –mediante ejercicios, prácticas, técnicas, etc.- y, en un ejercicio nemotécnico, acudir a aquélla en el momento mismo en el que para él sea necesario e imprescindible acudir. Y para ello será útil la enseñanza del *parresiastés*.

“El juego *parresiástico* presupone que el *parresiastés* es alguien que tiene las cualidades morales que se requieren, primero para conocer la verdad y, segundo, para comunicar tal verdad a los otros”.<sup>84</sup> Foucault señalará aquí que, para Séneca (ya en las cartas 38 y 29), *la verdad sólo debe decirse a quien quiera escucharla*. Así mismo, señala que en la carta 40 Séneca opone lo que debe ser la verdadera relación individual de hombre a hombre y de hombre cultivado a hombre cultivado, contra la dirección colectiva, muy pronunciada por los cínicos, contra el discurso que se emite en la forma de la elocuencia popular, cuando alguien, al hablar a toda una multitud, pronuncia un

<sup>81</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 39.

<sup>82</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 366.

<sup>83</sup> *Ibíd.* p. 189.

<sup>84</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 40.

discurso violento y enfático; de modo tal que: “la función de la elocuencia popular trata de sorprender a los oyentes con emociones fuertes, sin apelar a su juicio. Y para generar esas emociones fuertes, esta elocuencia popular no sigue el orden lógico de las cosas y la verdad. Se conecta con elementos dramáticos y configura una especie de teatro”.<sup>85</sup> En consecuencia, Foucault acepta junto con Séneca que la elocuencia popular no pasa por la relación de verdad. Al contrario, Séneca le opone lo que debe ser la relación discursiva, controlada y eficaz que existe entre los individuos que conversan a solas. Ese discurso, es un discurso que da lugar a la verdad. Y para que ese discurso haga lugar a la verdad, es preciso, dice, que sea simple, es decir, transparente: que diga lo que tiene que decir, que no trate de vestirlo, ornarlo, y por consiguiente disfrazarlo, ya sea por adornos o por una dramaticidad cualquiera. “De tal modo, gracias a la utilización de ese discurso que es a la vez transparente a la verdad y bien ordenado en función de ésta, pues bien, ese discurso dirigido al otro podrá descender al fondo de aquel a quien se dirige. Debe descender hasta el fondo de nosotros, gracias a la simplicidad y la composición meditada”.<sup>86</sup> Foucault encuentra numerosas referencias en Séneca para el estudio de la *parresía*, de igual modo, la figura de Sócrates tendrá aquí un papel fundamental.

Lo importante en este capítulo, será notar cómo la *parresía* es una técnica del cuidado de uno mismo opuesto siempre a la retórica; aparece como un gesto verbal y valiente que procura decir la verdad a través de hombres notables, es decir, que denotan cierta superioridad tanto en una dimensión ética como política. La *parresía* es una técnica que tiende a la independencia del sujeto, ligándolo de manera inmediata con la verdad y que por ende crea un modo de subjetividad específico referido a la creación del yo como una obra de arte.

## 2.1 Los *logoi* y la relación alumno-parresíastés

Vemos pues, cómo el nuevo cuidado de sí implica una nueva experiencia de sí; la introspección, observar de manera íntima los propios actos, llega a ser cada vez más personalizada y se intensifica mediante la escritura y la vigilancia que uno hace sobre sí

---

<sup>85</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 380.

<sup>86</sup> *Ibíd.* p. 381.

mismo. Ya decíamos que las cartas a los amigos harán ostensible el análisis de sí, cada detalle ínfimo de lo que ha hecho o debe de hacer el sujeto. Decíamos también que estas cartas eran simplemente la transcripción de un examen de conciencia muy practicado por los pitagóricos, los estoicos, epicúreos y otros grupos; cartas que denotaban sólo el modo de ser del individuo, sus actos y no su pensamiento, entiéndase pues que tenemos más el ejercicio de un recuerdo que el de una revelación. Así, al paso del periodo platónico vemos desvanecerse la existencia del diálogo e instaurarse una nueva relación pedagógica, es decir, la relación entre alumno y maestro que va a estar acompañada de nuevas técnicas indispensables para adquirir la verdad que reside en el individuo, no en un sentido platónico, sino en el modo de hacer que el sujeto recuerde esa verdad que ha adquirido en relación a lo proferido por su maestro. En este sentido, Foucault habla de que para Platón, el individuo debe descubrir la verdad que se esconde en él; y para los estoicos, por ejemplo, la verdad no es algo que hay que descubrir en el sujeto, sino en los *logoi*, los preceptos de los maestros, de modo que en un ejercicio de memorización, el alumno debe recordar las reglas de conducta aprendidas mediante ejercicios o técnicas que lo harán susceptible de una subjetivación de la verdad.<sup>87</sup>

¿Pero qué es esta subjetivación de verdad, y cómo acceder a ella? Cuando Foucault estudia la noción de *ἐπιμέλεια ἑαυτου*, habla siempre de una actitud, de formas de reflexión, prácticas que hacen de ella un fenómeno bastante complejo e importante en lo que él mismo denomina como la historia de las prácticas de la subjetividad. A lo largo de su carrera intelectual, Foucault se centró en el estudio de la cuestión del sujeto, señala: “mi objetivo, desde hace más de veinticinco años, ha sido el de trazar un historia de las diferentes maneras en que, en nuestra cultura, los hombres han desarrollado un saber acerca de sí mismos bajo las distintas llamadas ciencias humanas, lo importante es no considerar este saber como un valor dado, sino en reconocer los ‘juegos de verdad’ de estas ciencias en su relación con técnicas específicas que los hombres utilizan para entenderse a sí mismos”.<sup>88</sup> Foucault considera que el estudio de las prácticas o técnicas del sujeto que se desarrollaron en el periodo griego y romano nos van a permitir comprender lo que sucede en el fondo de las ciencias humanas, “creo que si retomamos la historia de las relaciones entre sujeto y verdad desde el punto de vista de lo que llamo, en términos generales, las técnicas de sí y las tecnologías del alma, que las

<sup>87</sup> Cfr. Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 460.

<sup>88</sup> Cfr. Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 48.

anudaron y las normaron, comprenderemos mejor nuestra actualidad".<sup>89</sup> Nótese que para la última etapa de su vida, ésta sobre la cual nos hallamos, Foucault no ha dejado de lado el estudio del sujeto, sin embargo el punto de partida es ya genealógico, pues pretende plantear una cuestión histórica y filosófica de nuestra relación con la verdad, o en otro sentido, estudiar la relación de la verdad y el sujeto como tema primordial de toda la filosofía antigua. Así, para Foucault, la problemática versa sobre develar la elaboración que uno debe hacer consigo mismo para poder tener acceso a la verdad. Necesitamos pues, reconocer estas prácticas del cuidado de sí que permiten al sujeto acceder a la verdad.

En el primer capítulo mencionamos que para los siglos I y II de nuestra era, el cuidado de sí se efectúa únicamente entre grupos, elites o escuelas dedicadas a esta tarea, en donde la práctica de sí deja de ser una condición preliminar y se vuelve más una exigencia; decíamos que sólo algunos pueden tener acceso a esta práctica que no tiene otra meta más que el yo, la relación consigo mismo. Así, sólo los que son capaces de ejercer el *otium* y la *skhole*, un ocio cultivado, pueden ser capaces de esta práctica. En este sentido, la presencia de un Otro se hará indispensable para la constitución del sujeto; es decir, todo hombre que quiera dedicarse al cuidado de sí tendrá que proveerse de un maestro, no a la manera socrática, en donde lo que está en juego es la ignorancia del aprendiz; se ha de precisar de un maestro, de un operador en la reforma del individuo y su formación como sujeto. De modo tal que, para este periodo al que nos referimos, el maestro será más un mediador en la relación del individuo con su constitución de sujeto que un maestro de la memoria. Foucault refiere aquí lo señalado por Musonio, quien considera que si bien es cierto que pasar de la ignorancia al saber implica al maestro, por otro lado, cuando se trate de transformar los malos hábitos, cuando se trate de transformar la manera de ser del individuo, cuando haya que corregirse, habrá *a fortiori* necesidad de un maestro. Así, dice Foucault, la ignorancia no podía ser operadora del saber y, en lo sucesivo, el sujeto ya no puede ser operador de su propia transformación, allí se inscribe ahora la necesidad de un maestro.<sup>90</sup> Debemos pues considerar que la relación consigo mismo ha de apoyarse en la relación con un maestro, con un director, con un otro.

---

<sup>89</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 188.

<sup>90</sup> *Ibíd.* p. 133.

Como vemos, ocuparse de sí con la ayuda de otro se acentúa como un principio que será generalmente muy admitido por las distintas escuelas filosóficas que se desarrollaron en esta época. Foucault menciona que, por ejemplo, para Galeno, esta relación se hace indispensable, dice éste que todo hombre que se quiera demasiado a sí mismo no puede curarse sólo de sus propias pasiones: “había visto a menudo ‘tropezar’ a hombres que no habían consentido someterse a la autoridad de otro. Este principio es cierto para los que empiezan; pero lo es también posteriormente y hasta el fin de la vida”.<sup>91</sup> La relación con el otro será una práctica constante y regulada, sin embargo la mediación de dicha relación se fundará siempre en la autonomía del alumno/sujeto, como ya decíamos.

En Séneca, para quien el filósofo, el maestro, es siempre un amigo, Foucault identificó un término bastante singular que denota esta relación y necesidad de un maestro, la *stultitia*. Séneca, en la carta 52 a Lucilo, decía que nadie es lo suficientemente fuerte para liberarse de sí mismo del estado de *stultitia* en el que se encuentra; este estado representa una agitación del pensamiento, un estado patológico y mórbido del que es preciso salir, por lo cual es necesaria la ayuda de otro que nos tienda la mano y nos saque de ahí. Ese otro será para Séneca un maestro. En el texto *De tranquillitate*, Foucault rastrea, en la relación entre Séneca y Sereno, que la *stultitia* es un estado en el cual nos encontramos cuando no hemos comenzado aún el camino de la filosofía ni el trabajo de la práctica de sí, cuando no hemos cuidado de nosotros mismos. De modo que la *stultitia* es el polo opuesto a la práctica de sí.

Así, el *stultus* es alguien que se halla expuesto a las condiciones exteriores de la vida sin que su voluntad tenga efecto sobre ellas; sus pasiones, deseos, ambiciones, sus hábitos de pensamiento y sus ilusiones se mezclan con su incapacidad de una subjetividad a la que es imposible acceder. Es, en esencia, quien no quiere, quien no se quiere a sí mismo, quien no quiere el yo, cuya voluntad no está encauzada hacia el único objetivo de sí, que es el yo mismo. La voluntad y el yo se hallan disociados para el *stultus*; por ello, salir de la *stultitia* será actuar de modo tal que se pueda querer el yo, tender hacia sí mismo como único objetivo que es posible querer libremente. Para Séneca, salir de la *stultitia* no puede ser obra del mismo individuo; “entre el individuo *stultus* y el

---

<sup>91</sup> Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 280.

individuo *sapiens*, es necesario el otro”.<sup>92</sup> Sin embargo, Séneca habla de un maestro no en el sentido de un educador que enseña verdades, principios, datos teóricos o técnicos, tampoco es un maestro de la memoria. En la edificación de la relación del sujeto consigo mismo, se proclama el filósofo como aquél capaz de lograr que el individuo se quiera a sí mismo para alcanzarse, ejercer su soberanía sobre sí y encontrar en esa relación la plenitud de su felicidad. Así, el filósofo actúa, opera no en un saber teórico, sino en una acción determinada que va a efectuarse en el individuo, al que se le tenderá la mano para ayudarlo a salir del modo de ser en el que se encuentra; operación pues, que afecta el modo de ser, el modo de vida del propio sujeto.<sup>93</sup>

La misma necesidad de acudir con un maestro era proferida por Epicuro, quien hacía menester la dirección de un guía espiritual en sus escuelas; recuérdese también que los pitagóricos le conceden un papel fundamental a estos guías, como lo veremos en la muy mencionada dirección de conciencias de ambas escuelas. Foucault recurre a un texto de Filodemo, el *Peri Parrhesias*, para hacer notar que, al igual que Séneca, Epicuro consideraba que el operador que se encarga de la dirección del individuo se organizaba en torno a dos principios fundamentales. En primer lugar, debía existir un relación afectiva intensa entre el director y el dirigido, esto es una relación de amistad; y en segundo, la dirección implicaba cierta calidad, cierta manera de decir, cierta “ética de la palabra”, es decir, la *parresía*. Así, dice Foucault, para los epicúreos existían estos dos principios éticos fundamentales de la dirección, a saber; que el director de conciencia, el filósofo, fuese un amigo y que éste haga uso de la *parresía*.<sup>94</sup> Del mismo modo, para Epicteto, la práctica estoica de la dirección de conciencia tenía como exigencia la relación amistosa; su escuela, más que un internamiento –si es que podemos usar el término- era un lugar de reuniones, reuniones bastante fuertes y exigentes,<sup>95</sup> a donde asistían alumnos regulares que querían dedicarse a ejercer cargos públicos o bien a ser filósofos. Epicteto, según Foucault, se describe a sí mismo como capaz de encauzar la inteligencia en la dirección adecuada; es bueno en el arte de la discusión, del debate intelectual que permite liberar la verdad del error. Así, Epicteto enseña en su escuela la capacidad de ser realmente un filósofo: refutar y encauzar la inteligencia del otro para

<sup>92</sup> Séneca, *Lettres à Lucilius*, tomo II, libro V, carta 52, 2, p. 42. En Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit. p. 138.

<sup>93</sup> Sobre el tema de la Stultitia, véase: Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. pp. 134-139.

<sup>94</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 142.

<sup>95</sup> Epicteto, *Entretiens*, II, 8, 15. En Foucault M. *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 143.

transformar la actitud de quien se equivoca de tal modo, conseguir dirigir al otro como corresponde.

Tenemos pues que la necesidad de recurrir al otro, en este caso a un maestro, un filósofo que es a la vez un amigo, se acentúa claramente en las relaciones de tipo institucional, y digo esto porque, como ya veíamos en el primer capítulo, es en las escuelas helénicas y grecorromanas en donde se despliega con mayor fluidez la práctica del cuidado de sí. No se olvide que, en otro sentido, la relación amistosa que se establece con un filósofo era característica del periodo romano, en la forma de consulta a consejeros de prudencia, consejeros de existencia privados que sirven principalmente a familias aristócratas: “había ricos romanos que encontraban útil mantener a un filósofo; éste debía dar consejos morales y ánimo a sus patrones y a sus familias, mientras que éstos sacaban fuerzas de su aprobación”.<sup>96</sup> Foucault propone que la relación amistosa, en este caso, ha de diferenciarse en el hecho de que aquél a quien se guía o se aconseja, debe ser un amigo superior, y claro ejemplo de ello lo encuentra en la historia de la Roma republicana e imperial.<sup>97</sup> Esta cuestión, por demás política, tendrá efectos significativos en el tema del gobierno de los otros, en la medida en que el filósofo será particularmente quien gobierna a aquellos que quieren gobernarse a sí mismos, y quien gobierna a los que quieren gobernar a los otros. Es un tema político que va a acarrear múltiples dificultades e, incluso, generará la persecución de los filósofos que se proclaman en pro de la justicia y en descontento ante el nuevo régimen. Pero me parece que el tema de las relaciones sociales que se acentúan mediante la actividad de los consejeros, va más allá, está un paso más a delante de lo que ahora quisiera señalar, por lo cual, quizá podamos tratarlo en una ulterior investigación.

Decíamos que la relación de afecto con un maestro será un tema proclamado, como ya lo veíamos también en la carta de Marco Aurelio a Fronto, y no tiene otra finalidad más que el yo se experimente, se ejercite, desarrolle la práctica de sí mismo que es su regla de existencia y su objetivo. Sólo ante un amigo, uno puede hacer su examen de conciencia que le permita, como decía Séneca, hacer el balance de las cosas que tenía

---

<sup>96</sup> Foucault, *La inquietud de sí*. op. cit. p. 51.

<sup>97</sup> De esto, Foucault destaca una serie de casos, como el de Atenodoro de Tarso, un filósofo peripatético que fue preceptor de Octavio, antes de que éste se convirtiera en Augusto; Trásea Peto, quien para la época del 56 al 63, goza de gran influencia en el senado romano; así como Demetrio, un cínico bien educado, aclimatado a Roma y también al medio aristocrático.

que hacer, de las que hizo y de la manera como las hizo en comparación con la manera como debería haberlas hecho; sólo el maestro, el amigo, nos permite reconocer la verdad de estas acciones.

Ahora debemos preguntar cuáles son estos procesos que permiten a los individuos transformarse en sujetos de discursos verdaderos, es decir: ¿cuáles son estos ejercicios y prácticas por los cuales se accede a la verdad y al establecimiento de una relación con ella? En este sentido debemos pensar que para el periodo helenístico no existe un yo por sí mismo que acceda de manera individual a la verdad, sino que es el cuidado de sí el que pone en práctica y acentúa e intensifica las relaciones sociales, no hay un yo pues escindido de la idea o la presencia de un otro que le hace entrar justo en estos juegos de verdad. Foucault considera que el yo, como ya explicábamos, se presenta como un valor universal en el campo de los valores tradicionales del mundo helénico clásico, pero también decíamos que el yo sólo es accesible a algunos, para aquellos que se someten a cierta cantidad de conductas reguladas, a una serie de técnicas, de prácticas relativamente bien constituidas y meditadas, asociadas a un conjunto de conceptos y nociones que lo integran a un modo de saber. En este sentido, Foucault habla del desarrollo de una cultura de sí, en el periodo helenístico, que hace posible un estudio de la subjetivación del individuo, es decir, el proceso mediante el cual se obtiene la constitución de un sujeto y de la relación que se establece entre sujeto y verdad.<sup>98</sup>

Hablamos pues de una serie de técnicas que hacen posible esta subjetividad, transformaciones que nos permiten tener acceso a la verdad. Es importante que, para nuestro lector, quede claro que cuando Foucault habla del término verdad, está pensando en que el acceso a la verdad es el acceso a sí mismo mediante una transformación espiritual del sujeto.<sup>99</sup> Tomemos pues la forma en que la noción de *askesis* se organizó en el pensamiento helénico y romano.

El cultivo de sí comportaba un conjunto de prácticas designado generalmente con el término *askesis*. Esta práctica tenía objetivos muy precisos, es un ejercicio, un entrenamiento necesario en el proceso de lo que Séneca denominaba *convertere ad se* -

---

<sup>98</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 179.

<sup>99</sup> *Ibíd.* p. 191.

convertirse a sí-,<sup>100</sup> de modo que la práctica operatoria, al margen del saber que involucra el conocimiento del mundo y del ser humano, que implica la conversión de sí es la *askesis*.

La *askesis*, entendida como ejercicio de sí sobre sí mismo, tiene por objeto final la constitución de una relación de sí consigo plena e independiente. Ésta es más una práctica de la verdad que el establecimiento de una ley o la exigencia de una renuncia, lo cual quiere decir que su práctica es una manera de ligar al sujeto con la verdad, a una práctica y ejercicio de la verdad. Constitución pues de sí mismo mediante la *askesis*, en donde lejos de haber una ley que seguir o un caso extremo de austeridad, se trata de proveer al sujeto, de equiparlo de una *paraskeue* –como la llamaban los griegos, según Foucault-<sup>101</sup> o de una *instructio* –según los latinos- que aún no posee, pero que es necesaria si desea protegerse, procurarse y alcanzarse a sí mismo. Foucault hace un análisis de las diversas significaciones de esta *paraskeue*, en la medida en que la *askesis* necesita construir una táctica, justamente esta *paraskeue* que permitirá al sujeto prepararse para cualquier eventualidad de la vida. En este sentido, conviene analizar primeramente este término a fin de comprender mejor la función de la *askesis*.

Foucault traduce literalmente a la *paraskeue* como una preparación abierta y finalizada del individuo para los acontecimientos de la vida. Por ejemplo, en Demetrio,<sup>102</sup> Foucault expone la comparación que el cínico hace de la existencia, y de quien quiere llegar en ella a la sabiduría, y el atleta. Esta comparación del sabio y el atleta propone que hemos de ejercitarnos como lo hace un atleta; “este no aprende todos los movimientos posibles, no intenta hacer proezas inútiles; sino que prepara los movimientos que precisa en la lucha para vencer a sus adversarios. De igual modo, no tenemos que hacer hazañas con nosotros mismos –como los casos extremos de austeridad que serán característicos del cristianismo-; como un buen luchador debemos aprender exclusivamente lo que nos permitirá resistir los acontecimientos que se pueden producir; hemos de aprender a no dejarnos desconcertar por ellos, a no dejarnos llevar por las emociones que podrían suscitar en nosotros”.<sup>103</sup> Demetrio se refiere específicamente a un buen atleta que se ejercita en lo que debe y como debe, cuyo entrenamiento consiste en algunos

---

<sup>100</sup> Foucault considera que este *convertere ad se* es bastante polisémico y complejo; y para estudiar esta exhortación a la conversión se confronten las cartas a Lucilo 11, 8; 53, 11; 94, 67.

<sup>101</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 306.

<sup>102</sup> Séneca, *De beneficis*, libro VII. *Ibíd.* p. 307.

<sup>103</sup> Cfr. Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 282.

movimientos elementales pero suficientemente generales y eficaces que le permitan disponer de ellos en el acto con una eficacia óptima. Salir pues invicto –o por lo menos no ser derribado- ante cualquier circunstancia posible, constituye un buen entrenamiento, y en otro sentido, una buena *askesis*. Y, dirá Foucault:

La *paraskeue* es en esencia el conjunto de movimientos  
necesarios y suficientes que nos dotarán de fortaleza  
ante todo lo que pueda sucedernos en el transcurso  
de nuestra existencia.<sup>104</sup>

Aquí radica pues, la formación atlética del sabio.

Pero en el fondo, ¿qué es aquello que funda a la *paraskeue*, es decir, cuáles son estos movimientos elementales y necesarios de los que hay que proveerse y por qué son necesarios en el ejercicio de la *askesis*? Pues bien, dirá Foucault, “el equipamiento del que hay que dotarse, y que permite responder tan pronto como es preciso y con los medios a la vez más simples y más eficaces, está constituido por *logoi*”,<sup>105</sup> entendidos como discursos verdaderos y como la propia palabra *logos* lo indica, discursos razonables. Tenemos necesidad de estos discursos, tenemos necesidad de pertrecharnos de discursos verdaderos para hacer frente al porvenir. La nemotecnia tendrá aquí un papel muy importante, ya que la práctica de la *askesis* alude al recuerdo de estos *logoi* aprendidos.

Foucault nos aclaraba en otro momento, que para Platón, uno debe descubrir la verdad dentro de sí, ya que el sujeto por sí mismo, en su autoconocimiento, alberga la verdad “divina”; sin embargo, para los estoicos, por ejemplo, la verdad no reside en uno mismo, dado que el sujeto por sí mismo no es capaz de verdad, sino en los *logoi*, en los discursos verdaderos que provienen de la enseñanza de los maestros.<sup>106</sup> Es por esto que la memoria, jugará aquí un papel fundamental, ya que uno memoriza lo que ha escuchado, convirtiendo las afirmaciones que ha escuchado en reglas de conducta.

Así, dice Foucault, “no hay que entender a los *logoi* como una serie de proposiciones, principios o axiomas verdaderos; sino como discursos en cuanto son enunciados materialmente existentes... frases efectivamente pronunciadas, que efectivamente han

<sup>104</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 308.

<sup>105</sup> *Ibidem*.

<sup>106</sup> Cfr. Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 73.

sido escuchadas y leídas, frases que se incrustan en la mente al ser repetidas en la memoria mediante ejercicios cotidianos”,<sup>107</sup> como el de la escritura de sí que ya veíamos. Estos ejercicios de cada día, en donde se relee, se rememora, se escribe y se reescribe, tienen como directriz las lecciones de los maestros.

Pero estos discursos, como ha de suponerse, no son unos cualesquiera, son proposiciones que se fundan en la razón. Todas las técnicas y prácticas que conciernen a la escucha, la lectura, la escritura y el hecho de hablar, van a ser a la vez el primer momento y el soporte permanente de la *askesis* como subjetivación del discurso de verdad. Foucault ofrece una serie de ejemplos sobre estas prácticas. Se encarga primero de la escucha;<sup>108</sup> escuchar gira en torno a tres movimientos: 1) escuchar será el primer paso que permite recoger el logos; 2) si la escucha es adecuada, va a permitir al individuo persuadirse de la verdad que se le dice; y 3) la escucha introduce al procedimiento mediante el cual la verdad percibida va a hundirse, a incrustarse en el sujeto de modo tal que éste va a convertirla en suya para construir así la matriz del *ethos*. La importancia del ejercicio de la escucha recaerá fundamentalmente en este hecho, es decir, que a partir de la apropiación del discurso verdadero el sujeto pueda crearse una regla general de conducta, un *ethos* que, por supuesto, tiene como meta construir la vida como una obra de arte.

Por ejemplo, en Séneca, Foucault muestra que el oído tiene la facultad de recoger todo el logos que esté a su alcance; “el logos penetra en el oído y con ello el sujeto efectúa cierto trabajo sobre el alma”.<sup>109</sup> El mismo tema va ser orquestado por Epicteto, quien decía: “debemos avanzar hacia la perfección por medio de la palabra y de la enseñanza”.<sup>110</sup> En consecuencia, es necesario escuchar el logos y recibir la enseñanza, una enseñanza que trasmite verdades y la que, por ende, es preciso enunciar con cierta variedad y fineza de los términos.

Epicteto propone una *techné*, un arte para poder saber hablar como corresponde, útilmente, para evitar hablar de manera vana o perjudicial. Así mismo, propone que para una buena escucha necesitamos de una *empeira*, una habilidad adquirida, y una *tribe*,

<sup>107</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 309.

<sup>108</sup> *Ibid.* 318.

<sup>109</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo IV, libros XVII-XVIII, carta 108. p. 178.

<sup>110</sup> Epicteto, *Entretiens*, II, 23, 40. p. 108.

que es la aplicación y la práctica asidua. Todo un arte indispensable para recoger el logos y para expresarlo serán las condiciones necesarias para el primer momento de la *askesis* propuesto por Epicteto. En este sentido, es en la escucha donde comenzamos a tomar contacto con la verdad para construir una verdadera *techné* de la palabra, pero, pasar de un lado a otro implica que esta práctica meditativa, esta práctica aplicada de la escucha, trate de purificar la escucha lógica y, según Foucault, existen varios medios para lograr esta ascensión. El primero, dirá, es el silencio.<sup>111</sup>

El silencio es una de las prácticas del cuidado de sí más ancestrales, y de hecho, Foucault la encuentra en su forma más simple en las principales reglas pitagóricas. Nos dice, según su estudio, que en las comunidades pitagóricas se imponían cinco años de silencio a aquellos que querían iniciarse. Este silencio representaba la fortaleza del novicio que se conformaba, en los primeros cinco años de su formación, en escuchar los ejercicios, las prácticas de enseñanza, las discusiones y todo aquello que tenía que ver con el logos como discurso de verdad, en donde no tenía derecho a hablar; tenía que aguardar con respeto, en calidad de aprendiz y no de maestro. “Pitágoras observaba a quienes acudían a él, notaba si podían tener la boca cerrada y se cercioraba de si eran capaces de callarse y guardar para sí lo que habían escuchado durante la enseñanza impartida”,<sup>112</sup> había que ocuparse pues, más del silencio que de la palabra. Así, la vida de los pitagóricos fue siempre señalada como excepcional; Foucault rememora que se dice de ellos que “son más admirados en su silencio que los individuos que por medio de la palabra ganaron la mayor reputación”.

En otro aspecto, Foucault señala que además de tener disposición para la escucha, es necesario aclimatar el cuerpo para que éste obtenga mayor beneficio de aquella práctica. Por ejemplo, en otro pasaje donde nos citaba la vida de los terapeutas estudiada por Filón de Alejandría, agrega que esta corriente filosófica proponía a la vez una regla fundamental de inmovilidad del cuerpo que permitiera la escucha máxima, sin ninguna agitación que la interfiera, para garantizar la calidad de la atención y sellar la tranquilidad del alma. Así, los terapeutas recomiendan la obligación de una atención fija, garantizada y expresada por la inmovilidad, en donde es necesario que el cuerpo

<sup>111</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 325.

<sup>112</sup> Jámblico, *La vida de Pitágoras*, párrafo 72, p. 41. En *Ibíd.*

permanezca recto, como si fuera una estatua;<sup>113</sup> la movilidad del cuerpo representa pues un estado de *stultitia*, mientras que la inmovilidad del alma en conjunto con el cuerpo indica la penetración óptima del logos. Y en última instancia, Foucault da cuenta que la buena escucha del discurso de verdad no implica sólo esta actitud física precisa, sino que debe de haber una suerte de compromiso, de manifestación de voluntad del oyente, manifestación que suscita y sostiene el discurso del maestro. Para este caso Foucault trae al presente las enseñanzas de Epicteto, quien recomendaba a sus oyentes acudir a él expresándole a dónde puede llegar al discurso con ellos; pues bien decía Epicteto, “cuando quieras escuchar a un filósofo, no vayas a preguntarle: ¿qué tienes para decirme? Conténtate con mostrar tu propia competencia para escuchar, muéstrate hábil, experto en escuchar”.<sup>114</sup> En Epicteto, Foucault deduce que el maestro sólo debe interesarse en la enseñanza de la verdad, pues ante alumnos interesados más en el discurso verdadero que en la retórica, la atención a la verdad debe permitir al maestro sentirse estimulado, incitado a ocuparse de aquel alumno. Por último, y siguiendo a Epicteto, Foucault ya nos decía que el discurso filosófico está destinado a decir la verdad y en este sentido, el logos debe estar fundado exclusivamente en la razón. Así, hay que comprender lo que dice el logos de verdad, la proposición verdadera en cuanto puede transformarse en precepto de acción para subjetivar el discurso de verdad. ¿Pero cuál es este discurso?

La naturaleza de los discursos de verdad es una discusión que prevaleció entre las distintas escuelas filosóficas. Por ejemplo, dice Foucault, el punto principal del debate se refería a la necesidad de los conocimientos teóricos; los epicúreos estaban de acuerdo sobre conocer los principios que rigen el mundo, la naturaleza de los dioses, las leyes de la vida y de la muerte, esto era, desde su punto de vista, indispensable para prepararse para los posibles acontecimientos de la existencia. Los estoicos se dividían según su proximidad con las doctrinas cínicas: unos concedían la mayor importancia a los *dogmata*, a los principios teóricos que completan las prescripciones prácticas; otros, por el contrario, otorgaban el lugar principal a estas reglas concretas de conducta, como lo muestran las cartas 90 y 91 de Séneca, en donde expone esta problemática. Es entonces que Foucault cree pertinente considerar que los discursos verdaderos, de los que tenemos necesidad, “sólo conciernen a lo que somos en el ámbito de nuestra relación

<sup>113</sup> Filón, *De vita contemplativa*, parágrafo 77, p. 139. Cfr. *Ibíd.* p. 328.

<sup>114</sup> Epicteto, *Entretiens*, II, 24, 29, p. 115. En *Ibíd.* p. 331.

con el mundo, en nuestro lugar en el orden de la naturaleza, en nuestra dependencia o independencia con respecto a los acontecimientos que se producen”.<sup>115</sup> La importancia de esto radica en que debemos considerar que este problema general griego, helénico y romano, versaba sobre una *techné tou biou*, una técnica para la vida, como un saber dirigido al ejercicio de un dominio perfecto sobre sí mismo bajo este arte de vivir; un saber del mundo y de nosotros mismos como parte de él, en donde nosotros no somos el objeto del saber, sino el sujeto que mediante un cuidado de sí accede a sí mismo hacia un grado mayor de subjetividad. No se trata pues de una tecnología del yo, una técnica del yo que tenga por objeto el conocimiento del sujeto, tampoco, en modo alguno, es un desciframiento de nuestros deseos o pensamientos. Los discursos verdaderos nos permiten afrontar lo real, tienen su meta final no en la preparación para otra realidad, como más tarde lo enunciará el cristianismo, sino en el acceso a la realidad de este mundo. Así, dirá Foucault, la *paraskeue*, el estar preparado, es un conjunto de prácticas mediante las cuales uno puede adquirir, asimilar y transformar la verdad en un principio permanente de acción.<sup>116</sup>

La subjetivación de la verdad es la meta de esas técnicas; no se trata de revelar o descifrar los secretos del yo, sino de la memoria de lo que uno ha hecho y lo que debería haber hecho. En la tradición filosófica dominada por el estoicismo, *askesis* significa siempre una consideración progresiva del yo, o dominio sobre sí mismo, obtenido a través de la adquisición y de la asimilación de la verdad. Como vemos, la ética de la escucha nos permite acceder a una relación con la verdad; los discursos, los *logoi*, cuando constituyen una buena *paraskeue*, deben ser persuasivos en el sentido que entrañan no sólo la convicción sino los actos mismos. Los discursos tienen que ser apropiados y meditados por el sujeto de tal suerte que ellos hablen por él mismo. Así, los elementos materiales, los *logoi* racionales, deben inscribirse efectivamente en el sujeto como matrices de acción. Aquí radica justamente la definición propia de la *paraskeue*. Debemos considerar que los discursos han de ser apropiados en el interior del sujeto, es decir, el logos que constituye la *paraskeue* debe ser al mismo tiempo un auxilio; estos discursos deben tener una presencia permanente que permita recurrir a ellos tan pronto como se los necesite. Los *logoi* constituyen pues un auxilio permanente; a medida que se producen los acontecimientos de la vida y cuando el individuo se siente

<sup>115</sup> Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 282.

<sup>116</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo y otros textos afines*, op. cit. p. 74.

amenazado en su cotidianeidad, tiene que recurrir a los discursos. Debemos, dice Foucault, replegarnos sobre nosotros mismos, sobre nosotros mismos en cuanto somos logos.<sup>117</sup> Existe pues una identificación entre el logos que debe estar siempre a la mano y el sujeto que comporta esta conducta de los *logoi*, lo cual quiere decir que no sólo debemos escuchar este logos para aprenderlo y hacer alarde de esta virtud, sino que hemos de comportarnos justo como lo dicta la reflexión particular de la memoria, de lo aprendido.

El tema de la memoria, de una memoria activa, debe estar en el fondo de la *askesis*. Foucault muestra que la memoria (en su forma arcaica) tenía esencialmente no sólo la función de conservar en su ser, su valor y su brillo, el pensamiento, sino que también conservaba el brillo de la verdad en el brillo de la acción que se manifiesta mediante el discurso que se repite; y no se trata simplemente de un recuerdo, sino de una voz interior que es inmanente al sujeto, una voz que se deja oír cuando las pasiones se comienzan a agitar. Foucault cita en este momento a Séneca, quien aludiendo a los consejos de Demetrio, dice que a los discursos hay que fijarlos, vincularlos al propio espíritu hasta que formen parte de uno mismo, y finalmente lograr que mediante una meditación cotidiana los pensamientos saludables se presenten por sí mismos.<sup>118</sup> Así, en la apropiación de los discursos, Foucault propone que lo que está en juego es la actividad de la memoria, no como la actividad platónica del alma que descubre su naturaleza originaria, sino en la forma de ejercicios progresivos de memorización para perfeccionar la acción humana y gobernarse a sí mismo.

La *askesis* de la verdad, nos ha llevado por tres momentos sustanciales: a) existe una importancia, en las escuelas filosóficas estoicas, epicúreas e incluso pitagóricas, de la escucha, pues como el logos verdadero no está en el individuo, éste debe permanecer en silencio si desea apropiarse del discurso de verdad; b) importancia de la escritura, que como ya veíamos en el capítulo anterior, las cartas a los amigos y las que se hacen para sí mismo, las notas que se toman y las reflexiones a las que se ha sido conducido, permiten reactualizar sus contenidos y reconsiderar lo que se ha hecho y lo que debía haberse hecho según la enseñanza de los maestros; y c) el autoexamen, que de igual

---

<sup>117</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 311.

<sup>118</sup> Séneca, *De los beneficios*, en *Obras completas*, Madrid Aguilar, 1949, libro VII, 2, pp. 416-417. En Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 283.

modo ya veíamos en otro momento, servirá siempre como ejercicio de memorización de lo aprendido, de ponerse a prueba ya sea en el pensamiento o en una situación real.

De este modo, vemos cómo la *askesis* tiene por función, como objeto primero, la constitución de una *paraskeue* –una preparación, un equipamiento–, así, la *paraskeue* es la forma que deben asumir los discursos de verdad para poder constituir la matriz de los comportamientos racionales. La *paraskeue* es además el elemento de transformación del logos en *ethos*, en cuanto que la *askesis* es lo que permite que el decir veraz se constituya como manera de ser del sujeto. Es por esto que resulta importante el ejercicio de la *askesis*, porque es mediante este cuidado de sí que la *askesis* hace del decir veraz un modo de ser del sujeto. No se trata pues, en este periodo al que nos hemos referido, de una renuncia progresiva del sujeto; la *askesis* por supuesto requiere de ejercicios de austeridad, pero dichos ejercicios tienen por objeto la constitución de un sujeto pertrechado de discursos verdaderos, aprendidos, memorizados y puestos en práctica progresivamente con el objeto de que el sujeto se alcance a sí mismo, que llegue a ser quien es, es decir, que se constituya a sí mismo como una creación artística.

Séneca decía ya que “la habilidad del luchador se mantiene mediante el ejercicio de la lucha; un acompañante estimula la ejecución de los músicos. El sabio necesita del mismo modo sostener el aliento de sus virtudes: así, estimulando él mismo, recibe también de otro sabio un estimulante”.<sup>119</sup> Como vemos, los discursos verdaderos, los *logoi*, y la dirección de un maestro es fundamentalmente lo que caracteriza, para este periodo, a la cultura del cuidado de sí.

## 2.2 El cuidado de sí mediante la *parresía*

“Se dice que alguien utiliza la *parresía* y merece consideración como *parresíastés* sólo si hay un riesgo o un peligro para él en decir la verdad.”<sup>120</sup> La *parresía* está vinculada al valor frente al peligro: requiere el valor de decir la verdad a pesar de cierto peligro. Y en su forma extrema, decir la verdad tiene lugar en el “juego” de la vida o la muerte. Este tema aparece claro en el ámbito político del mundo griego y romano.

<sup>119</sup> Séneca, *Cartas a Lucilo*, 109, 2. En Foucault, *La inquietud de sí*. op. cit. p. 53.

<sup>120</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 41.

Por ejemplo, Nehamas, al igual que Foucault, sugiere que se retome el caso de Sócrates, para quien pareciera que el riesgo de la muerte lo mantuvo alejado de la política. Sin embargo, Sócrates, dice Nehamas, tomó una posición pública contra el prevaeciente sistema político porque pensó “que debía afrontar el riesgo con la ley y la justicia antes de, por temor a la cárcel o la muerte, unirme a vosotros, que estabais diciendo cosas injustas” (*Apología*). Este ejemplo muestra que Sócrates sabía que involucrarse en la política resultaba peligroso, pero también que el miedo a la muerte no lo detuvo para hacer lo que pensaba como algo correcto.<sup>121</sup> Así, por un lado, no fue precisamente el miedo a la muerte lo que mantuvo a Sócrates apartado de la vida pública: sus ejemplos muestran que no tenía miedo de arriesgar su vida por la búsqueda de la conducta correcta. Aunque, por otro lado, podemos decir, junto con Foucault, que rehusaba a su muerte dado que, una vez consumada, no podría ser ya más útil a los atenienses ni a él mismo. En este sentido, dice Nehamas, Sócrates se mantuvo fiel más a su misión personal, su ‘divina misión’, que a la política, cuya irrelevancia aparece claramente en sus diálogos.

Foucault hace un breve análisis sobre el *Laques*,<sup>122</sup> texto platónico que versa sobre la concepción del valor y que introduce el tema de la educación, en el cual aquél encuentra la problemática de cómo distinguir a los maestros buenos, que dicen la verdad, de los malos o los inútiles. Cómo reconocer a un verdadero *parresiastés*, a un maestro competente, será básicamente el discurso entre Nicias y Laques, quienes ayudan a Lisímaco y Melesias a encontrar una definición satisfactoria del valor mediante el ejemplo expuesto por un maestro, un especie de sofista de las artes marciales que trata de persuadirlos con una serie de demostraciones. Por supuesto, desde un inicio Foucault está pensando ya en proponer a Sócrates como ejemplo de un verdadero *parresiastés* y esta será fundamentalmente la importancia del mencionado análisis.

Como hemos venido señalando, Sócrates pone de manifiesto que la mejor educación se encuentra en el cuidado de sí mismo, en el cuidado del alma; en el *Laques*, Foucault señala que los interlocutores se introducen inmediatamente al juego *parresiástico* una

---

<sup>121</sup> Cfr. Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, op. cit. p. 253.

<sup>122</sup> Sobre el análisis del *Laques* realizado por Foucault, confróntese Foucault M. *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. pp. 125-137.

vez que Sócrates los enfrenta cara a cara y los pone a prueba. Aquí, dice Foucault, “el oyente es conducido por el logos socrático a dar explicación de sí mismo, no para hacer un examen de conciencia o una confesión de los pecados, sino para probar que en el transcurso de la propia vida se es capaz de mostrar que existe un relación entre el discurso racional que se usa y el modo en que se vive”.<sup>123</sup> En esto radicará el discurso veraz de quien utiliza la *parresía*, la verdad como modo de existencia para vivir de la mejor manera posible. En este sentido es que Foucault considera que Sócrates es un verdadero *parresiastés*, pues éste armoniza en la vida real su propio vivir con sus palabras y hechos; Sócrates no sólo es capaz de dar él mismo cuenta de su propia vida, sino que tal cuenta es visible en su conducta, ya que no hay la mínima discrepancia entre lo que dice y lo que hace.

Así, podemos afirmar que la misión de Sócrates es característica de una actividad *parresiástica* en el cuidado de sí, pues dicha misión requería que uno asumiera la tarea de decir la verdad, incluso cuando no es del agrado o es considerada de mal gusto por la audiencia. Este peligro que ostenta la *parresía*, el peligro de decir la verdad, o en otro sentido, la relación entre *parresía* y peligro, es un tema que Foucault analiza con mayor profundidad en los textos helenísticos y sobre todo romanos (de la época helenística e imperial) en donde la adulación está referida primordialmente a las relaciones sociopolíticas. De este modo, la *parresía* era usada tradicionalmente para describir la actividad de ciertos individuos quienes se dirigían a la ciudad y al monarca y los confrontaban con verdades difíciles de afrontar; en este sentido, era generalmente una categoría política. Sin embargo, la importancia de la actitud socrática retomada por Foucault, reside en que es con Sócrates con quien se despliega la actividad verbal de la *parresía*; “la confrontación entre individuos constituye un nuevo modo de decir la verdad, es el modo de decir la verdad asociado no con la política sino con lo que hemos llegado a conocer como filosofía”.<sup>124</sup> Así, la filosofía con Sócrates se presenta, como ya señalábamos en otro lugar, como una actividad encaminada más al discurso veraz que intenta cambiar la vida de las personas en un nivel individual que con el esfuerzo de erigir opiniones doctrinales.

---

<sup>123</sup> Cfr. Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 132.

<sup>124</sup> Cfr. Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, op. cit. p. 254.

Nótese también que podemos distinguir en la armonía entre palabra y acto de Sócrates, la actitud del sofista, al cual se alude en el *Laques*; aquél hombre que exponía su gran competitividad en las artes marciales, disponía de un discurso bello y sutil sobre el valor, pero él mismo no era valiente. En cambio Sócrates, haciendo uso de un discurso racional, éticamente valioso, sutil y bello, a diferencia del sofista, utiliza la *parresía*; revela la verdad al hablar, pues no sólo es valiente en su discurso, ya que se enfrenta a la opinión de su oyente de forma crítica, y en esa medida muestra que es valiente en su vida. Así, Foucault encuentra que en el *Laques*, la relación entre *logos* y *bios* es el fundamento de la *parresía* socrática cuyo objetivo es “guiar al interlocutor a la elección del tipo de vida que estará en acuerdo armónico con el logos, la virtud, el valor y la verdad”,<sup>125</sup> en donde la verdad que revela el discurso *parresiástico* es la verdad de la vida de alguien, o mejor, la relación que existe entre el sujeto y la verdad; el sujeto capaz de verdad, la verdad que enuncia y la verdad con la que vive.

Siguiendo en análisis de Nehamas, la *parresía* filosófica de Sócrates exhibe algunos rasgos cruciales: por ejemplo, en la relación que existe entre Sócrates y el oráculo délfico, donde se dice que Sócrates es el más sabio de los hombres, la actitud del filósofo muestra cierta desobediencia dado que su evidente reacción será un esfuerzo para poder determinar si aquello es verdad. Sócrates realiza un examen a sus conciudadanos para determinar, de algún modo, si estos lo sobrepasan en sabiduría, lo cual implicaría de manera inmediata que el oráculo está en un error; busca mediante sus interpelados a la vez que intenta probar al oráculo, mediante su práctica dialéctica de la refutación (*elenchos*), permanecer fiel a la tarea que le ha sido asignada por los dioses: “arriesgarse sin tener en cuenta ni la muerte, ni cosa alguna más que la deshonra” (*Apología*).<sup>126</sup> Al respecto, comenta Foucault, el discurso de Sócrates requiere que uno supere su ignorancia sobre su propia situación; mientras que el oráculo predecía lo que iba a suceder a uno, la *parresía* socrática perseguía revelar lo que uno es, no su relación con los acontecimientos futuros, sino su actual relación con la verdad.<sup>127</sup> En Sócrates pues, tenemos la figura de la *parresía* como coraje de la verdad, el coraje de decir la verdad que le permite al filósofo cuidar de sus conciudadanos y exhortarlos a que

---

<sup>125</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 137.

<sup>126</sup> Cfr. Alexander Nehamas, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, op. cit. pp. 255-256.

<sup>127</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 139.

cuiden de sí mismos, de la sabiduría, la verdad y de su propia alma mediante esta técnica.

Este nuevo tipo de *parresía* filosófica que adoptó Sócrates va a desarrollarse con distintas características en el periodo grecorromano. La *parresía* filosófica de este periodo es una práctica que se fundará específicamente en la relación armónica existente entre *βίος* y *logos*; esto significa que uno debe cambiar su vida, cambiar el estilo de vida propio, la propia relación con los otros y la propia relación con uno mismo. Por ejemplo, Foucault propone observar la evolución de la *parresía* como característica de la vida en común que practicaban los epicúreos; la *parresía* como actividad pública del cinismo; y la *parresía* como aspecto de las relaciones personales problematizada por el estoicismo.

En el epicureísmo, Foucault propone el análisis de la *parresía*, como ya lo había hecho antes, en un texto de Filodemo (el *Peri parresías*), quien considera a la *parresía* no sólo como una virtud o una actitud personal, sino como una *techné* comparable tanto al arte de la medicina como al arte de pilotar una nave. Foucault pone de manifiesto que el tema de la medicina y el pilotaje era característico del pensamiento metafórico griego, pues en ambas técnicas se requería de un necesario conocimiento teórico aunado a un entrenamiento práctico que hacía útil dicho conocimiento. Estas técnicas, además de tener en cuenta las reglas y principios generales del arte, debían atender a las circunstancias particulares en las que se las solicitaba. Así, Filodemo extrapola estas premisas y propone que la *parresía* debe considerarse como una técnica que se ocupa de casos individuales, de situaciones específicas y de la elección de un momento decisivo. Del mismo modo, dice Foucault, siglos más tarde Gregorio de Niza definiría la guía espiritual como la técnica de las técnicas “*ars artium –techné technon*”, que caracteriza a la *parresía* como una *techné*, como un arte de gobernarse a sí mismo y de actuar como una especie de guía espiritual para otras personas. Ésta será pues la función del filósofo o de la práctica filosófica que ya desde Filodemo podemos encontrar entre los epicúreos, en donde el guía espiritual adquiere suma importancia.

En el modo de proceder de los cínicos, Foucault destaca la práctica de la *parresía* como un cierto modo de vida y, muy por encima de la idea de que el cinismo es una forma negativa de individualismo que surgió con el colapso de las estructuras políticas del

mundo antiguo, reflejaban su perspectiva de que la forma en que una persona vivía era una piedra de toque de su relación con la verdad. En este sentido, evidentemente socrático, proclamaban las verdades que aceptaban, de forma que pudieran ser accesibles a todos; “pensaron que sus enseñanzas debían consistir en un modo de vida totalmente público, visible, espectacular, provocativo y, a veces, escandaloso”.<sup>128</sup> Su modo de vida pues, era el reflejo de sus enseñanzas, de modo que la idea cínica es que una persona no es más que su relación con la verdad, las referencias principales de la filosofía no se basan en los textos o en las doctrinas, como sí lo harán los epicúreos o los estoicos, sino en las vidas ejemplares. Foucault encuentra para este caso la vida de Diógenes, justamente como un individuo ejemplar y heroico en la tradición del cinismo. Con Diógenes, la práctica de la *parresía* cínica adopta tres caracteres:<sup>129</sup>

- 1) una prédica crítica; 2) una conducta escandalosa; y 3) un diálogo provocativo.

En el primer tipo encontramos que los cínicos usaban la *parresía* a la manera de un discurso continuo que se dirigía a una multitud, optaban por ser el centro de una audiencia prominente que incluía ya no sólo a la elite filosófica, sino que se dirigían a todo el mundo, a todo aquél que estuviese dispuesto a escucharlos sin importar su papel jerárquico en la sociedad -habremos de recordar esta prédica cínica una vez que analicemos el modo de proceder del cristianismo, en donde nulamente encontraremos a la *parresía* como esa emisión de la verdad y, si bien el discurso enfático prevalece, lo que se hallará será una conminación de renuncia a los pecados, los malos pensamientos, etc-. Este era el uso de la *parresía* que los cínicos profesaban; se referían a la libertad y a la autosuficiencia como los criterios básicos mediante los que se puede valorar un modo de vida. Para los cínicos, dice Foucault, la condición principal para la felicidad era la *autarkeia*, autosuficiencia o independencia, en la que aquello que se necesita tener o lo que se dice hacer depende únicamente de sí mismo.<sup>130</sup> De aquí que la conducta escandalosa, el segundo punto, esté dirigida a comportarse de manera tal que se pusieran en juicio los hábitos colectivos, opiniones, modelos de decencia y, principalmente, las reglas institucionales. Foucault hace múltiples referencias provenientes de Dión Crisóstomo, las cuales por supuesto tenemos por bien conocidas, sobre la vida escandalosa de Diógenes, en la que, sin embargo, se reconoce la *parresía*

---

<sup>128</sup> *Ibid.* p. 155.

<sup>129</sup> *Cfr. Ibid.* p. 157.

<sup>130</sup> *Ibid.* p. 158.

cínica como un modelo de vida a seguir, aunque por lo demás implique un tremendo descaro. En el tercer punto, en el de la *parresía* como un diálogo provocativo, Foucault señala la similitud que existe entre esta práctica cínica y la *parresía* socrática, pues por ejemplo, Diógenes aparece para los cínicos, o por lo menos para Dión Crisóstomo, como un maestro de la verdad que se dirige a Alejandro Magno con valentía y franqueza (*parresía*), no a la manera de Sócrates para ayudarlo a salir de su ignorancia, sino para herirle en el orgullo y forzarle a reconocer que no es lo que dice ser, por medio de la verdad.

Vemos pues, que Diógenes se enfrenta al peligro que representa la *parresía* cuando se dice a alguien la verdad, y en este caso el juego *parresiástico* así presentado, según Foucault, se halla en los límites últimos de un verdadero contrato *parresiástico*, pues pensemos que al transgredir al interlocutor con una intransigente franqueza, este podría acabar con la vida del que así le habla. Sin embargo, la sutilidad de Diógenes le permite mantener el juego *parresiástico* con Alejandro Magno, quien, más que enfurecido, debe reconocer en el diálogo cínico una verdad que no le será proferida por nadie más. En este sentido, con Diógenes se puede observar una práctica de la *parresía* que tiene por objeto una permanente lucha espiritual, es decir; una práctica *parresiástica* que permite a alguien mantener una guerra espiritual contra sí mismo, que permite al interlocutor, como en el caso de Alejandro, interiorizar esa lucha *parresiástica* dirigida contra los propios errores para alcanzar una vida altamente admirable, que en aquél caso sería la vida ejemplar de Diógenes.

Con todo, para el periodo helénico y romano, Foucault propone esquemáticamente que la *parresía* (el hablar claro) tiene dos adversarios. El primero es un adversario moral, contra el cual debe luchar, ese adversario es la adulación.<sup>131</sup> En segundo lugar, ese hablar claro tiene un adversario técnico, este es la retórica. Estos dos adversarios, dice Foucault, (la adulación y la retórica) están profundamente ligados entre sí, porque el fondo moral de la retórica siempre es la adulación, y el instrumento privilegiado de la adulación es, desde luego, la técnica y eventualmente las artimañas de la retórica.<sup>132</sup>

---

<sup>131</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 355.

<sup>132</sup> *Ibidem*.

Respecto a la adulación, Foucault distingue en los textos de Séneca y Plutarco la característica esencial de ésta y dirá lo siguiente: la adulación va a ser, por el lado del inferior, una manera de conciliar con ese plus de poder que encuentra en el superior, de ganar sus favores, su benevolencia, etcétera. ¿Cómo puede desviar, utilizar en su propio beneficio ese poder del superior? Mediante el único elemento, el único instrumento, la única técnica de que puede disponer: el *logos*.<sup>133</sup> Habla, y al hablar, el inferior puede, remontando en cierto modo el plus de poder del superior, llegar a obtener de éste lo que quiere; pero al valerse así de la superioridad del superior, la refuerza. La refuerza ya que el adulador es quien obtiene lo que quiere del superior haciéndole creer que es el más bello, el más rico, el más poderoso, etcétera. Más rico, más bello, más poderoso, en todo caso, que él. Y por consiguiente, el adulador puede llegar a desviar el poder del superior al dirigirse a él, al dirigirle un discurso mentiroso, en el cual el superior se verá dotado de más cualidades, fuerza y poder de los que tiene. El adulador, entonces, es quien impide que uno se conozca a sí mismo tal como es.

En consecuencia, tenemos que la *parresía* (el hablar claro, la *libertas*) es exactamente la antiadulación. Lo es en el sentido de que, en la *parresía*, en efecto, tenemos a alguien que habla y que habla al otro, pero lo hace de tal manera que ese otro, a diferencia de lo que pasa con la adulación, va a poder establecer consigo mismo una relación autónoma, independiente, plena y satisfactoria. La meta final de la *parresía*, como hemos venido señalando, no es hacer que el interpelado siga dependiendo de quien le habla, cosa que así sucede con la adulación. El objetivo de la *parresía* es actuar de modo tal que el interpelado esté, en un momento dado, en una situación en la que ya no necesite del discurso del otro; precisamente porque el discurso del otro fue verdadero. En la medida en que el otro haya dado, transmitido a aquel a quien se dirige un discurso verdadero, su interlocutor podrá, al interiorizar ese discurso verdadero, al subjetivarlo, prescindir de la relación con el otro. La verdad que pasa de uno al otro en la *parresía*, sella, asegura, garantiza la autonomía del otro, del receptor de la palabra con respecto a su emisor.

Vemos así que el *parresiastés* prefiere ser alguien que dice la verdad antes que un ser humano que es falso consigo mismo.<sup>134</sup> En este sentido, si intentáramos saber si un individuo particular dice la verdad, o bien, saber cómo reconocer a alguien como

---

<sup>133</sup> Ibid. p. 357.

<sup>134</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 43.

*parresiastés*; atenderemos pronto a la contraparte, es decir, al discurso del adulator, un discurso que prominentemente es ajeno, un discurso que precisamente depende del otro, de él, del adulator. La subjetividad, la relación de sí consigo característica del adulado, es entonces una relación de insuficiencia que pasa por el otro, y una relación de falsedad que pasa por la mentira del otro. De este modo, podemos fácilmente sacar una conclusión eventual; y es que cuando un filósofo se dirige a un soberano, a un tirano, y le dice que su tiranía es molesta y desagradable porque la tiranía es incompatible con la justicia, entonces el filósofo dice la verdad, cree que está diciendo la verdad y, más aun, asume un riesgo (ya que el tirano puede enfadarse, castigarlo, exiliarlo o matarlo), riesgo, empero, que poco importa puesto que la *parresía* quedará enunciada. Pero ¿por qué se hace necesaria la presencia de un *parresiastés* en nuestras vidas y quién ejerce verdaderamente ese papel?

Foucault recurre a un texto de Plutarco<sup>135</sup> en el que éste ofrece una explicación que tiene que ver con el amor que uno se profesa a sí mismo. Plutarco propone que a menudo tenemos con nosotros mismos una relación de ‘amor propio’, de suerte que este afecto que viene de uno mismo nos puede llevar a una persistente ilusión acerca de lo que en realidad somos. Así, la idea de Plutarco, es que uno puede ser para sí mismo su más grande adulator, creando para sí mismo un autoengaño. Es por ello que necesitamos de un *parresiastés*, para desactivar esta relación espontánea que tenemos con nosotros mismos y, de aquí, la gran dificultad de reconocer a un verdadero *parresiastés*, pues pocas personas aceptarían la sinceridad, la ‘gravedad del trágico’ papel del amigo. A la pregunta de cómo reconocer a un *parresiastés*, Plutarco recurre a la actitud socrática, que Foucault ya refería en el *Laques*, es decir, notar la real y existente conformidad entre *logos* y *βίος* en aquél sujeto y, por otro lado, notar la estabilidad y la firmeza de ánimo del verdadero *parresiastés*, del verdadero amigo, en relación con sus elecciones, sus opiniones y sus pensamientos.<sup>136</sup> Esta disertación que hace Foucault propone aspectos muy interesantes que luego encontraremos en la tradición cristiana, es decir, el tema del autoengaño y de la firmeza del ánimo será retomado ulteriormente pero con nuevas conminaciones y prescripciones. En este momento, diremos que, para Plutarco, reconocer a un verdadero *parresiastés* supone que éste, aparte de ser siempre un amigo, ha de ser capaz de discernir qué es o, quién es él, y, una vez que lo sepa, permanecerá

<sup>135</sup> Plutarco, *Cómo distinguir a un adulator de un amigo*, en *Moralia*, I. Cfr. *Ibid.* pp. 174-175.

<sup>136</sup> Cfr. Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 178.

en el mismo punto, sin ser movido por alguna clase de estímulo, sentimiento, pasión, etc., debe permanecer fiel a sí mismo, debe poseerse de manera firme destruyendo así cualquier tipo de autoengaño. Es así como Plutarco, y en general los estoicos, reconocerán a un verdadero *parresíastés*.

Decíamos pues, que el otro adversario de la *parresía* es la retórica: la retórica se define en principio como una técnica<sup>137</sup> cuyos procedimientos no tienen por fin, desde luego, establecer una verdad; la retórica se define como un arte de persuadir a aquellos a quienes nos dirigimos, ya queramos convencerlos de una verdad o de una mentira, una no verdad. La definición de Aristóteles en la *Retórica* es clara: es el poder de hallar lo que es capaz de persuadir.<sup>138</sup> La cuestión del contenido y de la verdad del discurso emitido no se plantea. Así, tenemos la primera definición de la retórica: “es el arte conjetural de persuadir a los oyentes”.<sup>139</sup>

En esta línea, podemos encontrar en las obras de los retóricos de comienzos del Imperio, algunos signos de la incorporación de la *parresía* al campo de la retórica, por ejemplo en Quintiliano, quien hizo un gran esfuerzo por acercar al máximo los problemas de la retórica, o, en todo caso, del arte de la oratoria, a los grandes temas de la filosofía de la época. Se plantea la cuestión de la verdad y la retórica, y dice esto: la retórica por supuesto, no constituye una técnica, un arte que transmita y sólo debe transmitir, sólo debe persuadir de cosas verdaderas. Es un arte y una técnica que pueden persuadir al oyente tanto de algo que es verdad como de algo que no lo es. Pero, se pregunta, ¿podemos hablar en este momento verdaderamente de *techné* (de técnica)?<sup>140</sup> Puesto que Quintiliano, como orador con una buena formación filosófica, sabe bien que no puede haber *techné* eficaz si no está ajustada a la verdad. Una *techné* que se apoyara en la mentira no sería una verdadera técnica y resultaría ineficaz. Por lo tanto, Quintiliano hace la siguiente distinción, y dice: la retórica es sin duda una *techné*, y por

---

<sup>137</sup> Este conflicto, aclara Foucault, fue orquestado una primera vez por Platón en el *Gorgias* (Platón rechazaba el nombre de *tekhne* para la retórica, en la que no veía más que un saber práctico vulgar) y el *Fedro* (en el cual la retórica, para conquistar su autenticidad, debía convertirse en filosofía), y que cobró nuevo vigor en la segunda sofística, en la que asumió orgullosamente su identidad y reivindicó su divorcio de una filosofía reducida a una diversión formal.

<sup>138</sup> “La retórica es la facultad (*dynamis*) de descubrir especulativamente aquello que, en cada caso, puede ser idóneo para persuadir.” Aristóteles, *Retórica*, tomo I, libro I, Madrid, Gredos, 2000, p. 76.

<sup>139</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit. p. 363.

<sup>140</sup> Foucault se refiere aquí a Quintiliano, *Institution oratoire*, tomo II, capítulo XII (“Si la retórica es un arte”), pp. 89-100.

consiguiente se refiere a la verdad, pero a la verdad tal como es conocida por quien habla, y no a la verdad contenida en el discurso de quien habla.<sup>141</sup> Así, dice, un buen general debe ser capaz de persuadir a sus tropas de que el adversario que van a enfrentar no es serio ni temible, cuando en realidad lo es y mucho. El buen general, por ende, debe poder convencerlas de una mentira. ¿Cómo lo hará? Pues bien, lo hará si, por un lado, conoce la verdad de la situación y, por el otro, conoce realmente los medios a través de los cuales se puede persuadir a alguien tanto de una mentira como de una verdad. Y, por consiguiente, Quintiliano muestra que la retórica, como *techné*, está ajustada a una verdad –la verdad conocida, poseída, controlada por quien habla–, pero no a la verdad correspondiente a lo que se dice y, en consecuencia, situada del lado del individuo a quien se dirige. De modo que es, en efecto, un arte capaz de mentir. Esto es lo fundamental para la retórica, opuesta precisamente al discurso filosófico y a la técnica propia de éste, a saber, la *parresía*.

En la *parresía* no puede haber nada más que verdad. Donde no la hay, no hay hablar claro. La *parresía* es, en cierto modo, la transmisión desnuda de la verdad misma, y asegura de la manera más directa la *paradosis*, el tránsito del discurso veraz de quien ya lo posee a quien debe recibirlo, quien debe impregnarse de él y poder utilizarlo y subjetivarlo. La *parresía* es el instrumento de esa transmisión, que no hace otra cosa que poner en juego en toda su fuerza despojada, sin ornamento, la verdad del discurso veraz.

Foucault recuerda que, según Quintiliano y Cicerón, el elemento definitorio de la retórica, es en esencia el tópico que se aborda, es decir; que lo pertinente para indicar cómo hay que hablar es aquello de que se habla. Ese juego, el del tópico que se aborda, definirá para la retórica cómo debe organizarse el discurso, cómo debe hacerse el preámbulo, cómo debe desarrollarse la *narratio* (el relato de los acontecimientos), cómo deben discutirse los argumentos a favor y en contra. Ese tópico, ese referente del discurso en su totalidad, debe constituir, y de él debe derivar, las reglas retóricas de ese discurso. En la *parresía* se trata de otra cosa. Ante todo, ya lo hemos visto más claramente en Séneca, la *parresía* no es un arte persuasivo.

---

<sup>141</sup> “Hay una gran diferencia entre tener una opinión e intentar inspirarla en otros” (ibíd, capítulo XII, 9, 19, p. 93).

En el *Instituto oratorio* de Quintiliano, por ejemplo (libro IX, capítulo II), Quintiliano explica que algunas figuras retóricas están específicamente adaptadas para intensificar las emociones del auditorio; y tales figuras técnicas las designa con el término “*exclamatio*”. En relación con esas exclamaciones hay un tipo de exclamación natural que, señala Quintiliano, no es “simulada o diseñada artificialmente”. A este tipo de exclamación natural la llama “libertad de palabra” (*libera oratione*), la cual, nos dice, fue llamada “licencia” (*licentia*) por Cornificius, y “*parresía*” por los griegos. La *parresía* es, de este modo, un tipo de “figura” entre las figuras retóricas, pero con esta característica: que es una figura privada de toda figura, pues es completamente natural. La *parresía* es el grado cero de esas figuras retóricas que intensifican las emociones del auditorio.<sup>142</sup>

En este punto llegamos a una tercera diferencia entre la retórica y la *parresía*. “La función esencial de la retórica es actuar sobre los otros, en el sentido de que permite dirigir o modificar las deliberaciones de las asambleas, conducir al pueblo, comandar un ejército, etcétera. Actúa sobre los otros, pero siempre para el mayor beneficio de quien habla”.<sup>143</sup> En la *parresía* también se trata, por supuesto, de actuar sobre los otros, no tanto, por otra parte, para ordenarles algo, para dirigirlos o inclinarlos a hacer tal o cual cosa. El parresiastés, al actuar sobre otros, tiene un propósito, y es, en lo fundamental, que lleguen a constituir por sí mismos, con respecto a sí mismos, una relación de soberanía que será característica del sujeto sabio, el sujeto virtuoso, el sujeto que ha alcanzado toda la dicha que es posible alcanzar en este mundo,<sup>144</sup> mediante prácticas de sí mismo, como las reconoce Foucault.

Finalmente, el discurso largo y continuo es un recurso retórico o sofístico, mientras que el diálogo mediante preguntas y respuestas es típico de la *parresía*; es decir, dialogar es una técnica importante para llevar a cabo el juego *parresiástico*. Esta oposición entre *parresía* y retórica, que está tan claramente establecida en el siglo IV a.C. a lo largo de los escritos de Platón, permanecerá durante siglos en la tradición filosófica. En Séneca, por ejemplo, se encuentra la idea de que las conversaciones privadas son el mejor vehículo para el hablar franco y el decir la verdad en tanto que uno puede, en tales

<sup>142</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 48.

<sup>143</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 367.

<sup>144</sup> *Ibid.*, p. 368.

conversaciones, prescindir de la necesidad de utilizar recursos retóricos y ornamentación.

La utilidad del hablar claro que compete a una práctica del alma, debe tener el siguiente objetivo final: que no nos conformemos con guardar en algún lugar de la memoria lo que hemos escuchado y recordar su belleza. Ya decíamos en la adquisición de los *logoi*, hay que grabárselo, y hacerlo de tal modo que, cuando nos encontremos en una situación que lo reclame, podamos actuar como corresponde. La prueba será la medida de la eficacia, la utilidad de la palabra escuchada, esa palabra transmitida por la *parresía*.<sup>145</sup> Séneca en su carta 75 declara que: lo esencial en la *parresía* es su papel, su función. “Se trata de mostrar (*ostendere*) lo que siento (*quid sentiam*), en vez de hablar (*loqui*)”.<sup>146</sup> Y Foucault se pregunta, ¿qué quiere decir mostrar el pensamiento en vez de hablar? En esta ostensión del pensamiento, que debe ser lo menos dramática posible, aunque de vez en cuando utilice adornos, señala dos elementos importantes. En primer lugar, el elemento de transmisión lisa y llana del pensamiento; se trata de transmitir lisa y llanamente el pensamiento, con el mínimo ornamento compatible con la transparencia.

Transmisión pura y simple del pensamiento, en donde queda de manifiesto que esos pensamientos que se transmiten son precisamente los pensamientos de quien los transmite. Son los pensamientos de quien los expresa, y lo que hay que mostrar no es sólo qué es esa verdad sino que yo, que hablo, soy quien considera que esos pensamientos son efectivamente verdaderos: soy aquel para quien también son verdaderos. Según Séneca, para garantizar claramente la *parresía* (la franqueza) del discurso que se emite, es necesario que la presencia de quien habla sea efectivamente sensible en lo que dice. Y además: es preciso que la *parresía*, la verdad de lo que se dice, sea confirmada por la conducta que observa y la manera como vive concretamente; hacer que el lenguaje sea acorde con nuestra conducta. La *parresía* (la *libertas*, el hablar claro) es entonces esa forma esencial para la palabra del director: palabra libre, desembarazada de las reglas, liberada de los procedimientos retóricos, en el sentido de que debe adaptarse a la situación, a las particularidades del oyente; pero sobre todo y fundamentalmente, es una palabra en donde el sujeto que habla se compromete. En el momento en que dice “digo la verdad”, se compromete a hacer lo que dice y a ser sujeto

<sup>145</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 384.

<sup>146</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo III, libro IX, carta 75, 2, ob. cit. p. 50.

de una conducta obediente punto por punto a la verdad que formula; en esta dimensión ética, la *parresía* es una prueba para el alma, para la firmeza del alma de quien habla con franqueza, con libertad.

Me parece pertinente concluir lo dicho hasta el momento, y es que la *parresía* es una forma de actividad verbal en la que el hablante tiene una relación específica con la verdad a través de la franqueza, una cierta relación con su propia vida a través del peligro, un cierto tipo de relación consigo mismo o con otros a través de la crítica (autocrítica o crítica a otras personas), y una relación específica con la ley moral a través de la libertad y el deber. Más concretamente, la *parresía* es una actividad verbal en la que un hablante expresa su relación personal con la verdad, y arriesga su propia vida porque reconoce el decir la verdad como un deber para mejorar o ayudar a otras personas (y también a sí mismo). En la *parresía* el hablante hace uso de su libertad y escoge la franqueza en lugar de la persuasión, la verdad en lugar de la falsedad o el silencio, el riesgo de muerte en lugar de la vida y la seguridad, la crítica en lugar de la adulación, el deber moral en lugar del propio interés y la apatía moral.<sup>147</sup>

El cuidado de sí, como se ha expuesto, constituye el cuidado del otro. La *parresía*, su forma directa y literal de decir la verdad, es un modo de descubrir quien es uno o, mejor dicho, lo que uno puede llegar a ser, meta fundamental del cuidado de sí. Ahora podemos decir que, mediante la *parresía* socrática, se expresa un relato racional de la vida de una persona, es decir, Sócrates interpela a sus conciudadanos y les pide que den explicación sobre sí mismos en relación con un tema en discusión; pero es siempre esta exposición del yo, no a la manera de una autobiografía confesional, sino el relato de un modo de vida actual, la que le permite reunir elementos indispensables que ligan al sujeto con el *βίος*, el *logos* y el *ethos*. En este sentido, al hacer el relato de la propia vida uno puede mostrar su decir veraz, usar el *logos* ligándolo al modo en el que vive, pues en esta correspondencia se halla el ser ético del sujeto capaz de discursos verdaderos. Este mismo tema, aunque con distintas modificaciones (como la creación de los institutos filosóficos, la relación directa entre maestro y alumno, la puesta en práctica de numerosos ejercicios –las cartas, el examen de conciencia y la *askesis*–) va a estar en el corazón de la filosofía helénica y romana. De cualquier modo, tanto para Sócrates como

---

<sup>147</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 46.

para los helénicos y romanos, el objetivo de la actividad *parresiástica* es guiar, al interlocutor, alumno o amigo, a la elección del tipo de vida (*βίος*) que estará en acuerdo armónico con los discursos verdaderos (*logoi*): ser de modo tal que se actúe como se piensa y de que uno piense en relación a la verdad.

Cuidarse a sí mismo aparece, en la antigüedad, como un problema ético fundamental. Por un lado el cuidado de sí en la forma socrática, aparece como el conocimiento de sí, pero para el siglo I y II d.C, las filosofías de la época se inclinarán más a pensar que cuidar de sí implica también el conocimiento de ciertas reglas de conducta o de principios que son, a la par, verdades y prescripciones. Cuidarse de sí pues, es pertrecharse de esas verdades, estar preparado y tener a la mano los *logoi*. Estos *logoi* los encontramos como principios fundamentales y como reglas de conducta, en la medida en que son frases reales y existentes que nos dice cómo comportarnos ante una situación dada; y nos lo dicen porque el individuo llega a un punto de aprensión en el que éste ha llegado a ser el *logos* o el *logos* se habría convertido en él mismo.

La filosofía antigua aparece aquí como “arte vivir”, como estilo de vida, como manera de vivir; veremos en seguida cómo el cristianismo tomó ciertas técnicas de ejercicios espirituales practicados en la antigüedad, hallándose sin más una multiplicidad de procesos (distingase de invenciones) con frecuencia menores, que coinciden, se repiten o se imitan, se apoyan unos sobre otros, se distinguen según su dominio de aplicación, entran en convergencia y dibujan poco a poco el diseño de un método general. Pensemos pues que donde hay amor a sí mismo, en otro momento habrá un falta moral; donde había un cuidado de sí dirigido a la afirmación y el estado pleno del sujeto, habrá más tarde una conminación a la renuncia de sí mismo. Me gustaría también señalar que, con el estudio de la *parresía* encontramos un movimiento, un nuevo juego que implica la relación del sujeto con la verdad que enuncia, la verdad que ha sido aprendida y de la que se ha apropiado. En un segundo momento, y será justamente el punto de partida de nuestro siguiente capítulo, será importante señalar el nuevo juego de verdad que aparece ya no en un sujeto que es valiente para decir la verdad a otras personas, como en el caso de Sócrates, sino en aquél que será valiente para afrontar la verdad que dice para sí mismo, en revelar la verdad sobre sí mismo.

Así, en el siguiente capítulo pretendemos observar algunos ejercicios de abstinencia, de meditación, de entrenamientos del pensamiento mediante el pensamiento mismo que nos permitirán colocarnos más de cerca con la tradición cristiana. De lo que se trata es de señalar en una serie de ejemplos, algunas de las técnicas esenciales que el cristianismo retomó, a partir de la subjetivación en la ética de existencia griega, para edificar una tecnología de poder, es decir, un poder pastoral que crea un nuevo tipo de subjetividad.

## CAPÍTULO 3

### Hermenéutica de sí cristiana

Una cosa que queda explicada deja de interesarnos.  
 ¿Qué quería decir aquel dios que aconsejaba:  
 “¡Conócete a ti mismo!”? ¿Acaso esto significaba:  
 “¡Deja de interesarte a ti mismo! ¡Vuélvete objetivo!”?

F. Nietzsche, *Más allá del bien y del mal*

El tema de la verdad, de la relación entre sujeto y verdad, ha sido prácticamente la directriz de nuestro estudio; las prácticas del cuidado de sí y del conocimiento de sí han delineado esta relación y poco a poco han constituido la escenografía general de los distintos tipos de subjetividad en los que se inscribe al sujeto; más exactamente, hablamos de una práctica de autotransformación del sujeto que, tal como aparece en la filosofía helénica, se inscribía en una práctica ascética, en un ejercicio de uno sobre sí mismo mediante el cual uno intenta elaborarse, transformarse y acceder a cierto modo de ser. Sin embargo, el polo opuesto de esta ascesis, digamos, el lado negativo de la ascesis que ahora pretendemos estudiar, está íntimamente ligado al sentido de una moral de renuncia. El concepto de renuncia será prácticamente, para el periodo inicial del cristianismo, una sintomatología latente que no dejará de estar al margen de su desarrollo.

Hasta el momento, hemos planteado que las prácticas (del cuidado de sí y el conocimiento de sí) de la filosofía característica de la Antigüedad están delineadas por dos grandes formas de reflexividad, formas de ejercicio del pensamiento, de la reflexión del pensamiento sobre sí mismo. En primer lugar, dice Foucault, hallamos la reflexividad que tiene la forma de *memoria*,<sup>148</sup> esta forma la podemos identificar en la filosofía platónica a través de los diálogos socráticos; en esta reflexividad se da un acceso a la verdad, verdad que se conoce en la forma del reconocimiento. Hablamos de una forma nemotécnica que da acceso a una verdad que se recuerda, el sujeto se modifica porque en ese acto de memoria concreta el retorno a su propio ser, es un descubrimiento reflexivo de la realidad del alma. En segundo lugar, hallamos a la gran forma de la *meditación*, cuyo despliegue, dice Foucault, encontramos principalmente en la filosofía estoica; en esta forma de reflexividad “se opera la prueba de lo que se piensa, la prueba de uno mismo como sujeto que piensa efectivamente lo que piensa y

<sup>148</sup> Cfr. Foucault, *Herменéutica del Sujeto*, op. cit. p. 437.

que actúa como piensa, con el objetivo de cierta transformación en sí mismo que debe constituirlo como un sujeto ético de la verdad”.<sup>149</sup> Esta forma de la meditación distingue a la filosofía de los dos primeros siglos de nuestra era porque, a diferencia de un ejercicio nemotécnico, se trata de poner énfasis en la verdad de lo que se piensa, de saber si vamos a ser efectivamente capaces de actuar en función de esa verdad probada de las opiniones, y si podemos ser, en cierto modo, el sujeto ético de la verdad que pensamos.

De este modo, en el platonismo, el autoconocimiento funda el acceso a la verdad, una verdad olvidada pero que subyace, que deviene del fondo del sujeto mediante la identificación del alma en su elemento divino. Este es el ejercicio sustancial de la memoria del sujeto platónico y en donde la razón adquiere su valor más significativo. Por otro lado, en la filosofía estoica el cuidado de sí debe ser la prueba constitutiva de sí mismo como sujeto de verdad, y ello mediante un ejercicio de meditación.

Tenemos pues, a un sujeto que se recuerda, que se reconoce y accede a la verdad mediante este reconocimiento; hablamos también de un sujeto que pone en práctica una serie de operaciones para transformarse a sí mismo como sujeto ético de la verdad que adquiere una vez que se ha pertrechado de discursos verdaderos. Ahora bien, en el cristianismo observaremos la proyección de una historia de las relaciones entre la obligación de decir la verdad y las prohibiciones sobre la conducta moral; la constitución del sujeto, de un sujeto que debe renunciar a sí mismo para acceder a un nivel de realidad distinto al suyo, se funda en la relación entre el ascetismo y la verdad. Según Foucault, existen dificultades para hallar prácticas cristianas que evoquen una reflexión dirigida justamente a la renuncia del sujeto, dado que el cristianismo “siempre se ha interesado más por la historia de sus creencias que por la historia de sus prácticas”;<sup>150</sup> lo que sí aparece evidente son las tecnologías del alma, las operaciones que se hacen en el pensamiento para ligar al sujeto a la verdad, pero, en este caso, a una verdad que no conoce, que no puede conocer, a la que no puede acceder porque es una verdad de orden divino; además, la verdad que debe develar tiene más que ver con su verdad, con la verdad de lo que es él, una verdad que está dirigida a él, que lo implica y que lo expone como objeto de conocimiento de esa verdad. Lo que hay que conocer

---

<sup>149</sup> *Ibid.* p. 438.

<sup>150</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*, op. cit. p. 47.

pues, lo que hay que saber en el cristianismo, es la verdad del propio sujeto en lo que tiene de interior, hacer que el sujeto revele la verdad sobre sí mismo y que se enfrente a sí mismo y que haga para sí mismo necesaria una renuncia que le hará merecedor de su salvación.

Así, uno de los temas centrales del paso del estoicismo al cristianismo lo podemos hallar en la *askesis*. La práctica filosófica de la *askesis*, como la estudiábamos anteriormente, implicaba una constitución del sujeto en la medida en que éste se ejercitaba en la adquisición y asimilación de los *logoi*. En el cristianismo, el ascetismo siempre se refiere a cierta renuncia a sí mismo y su realidad para acceder a otro nivel, existe un deseo de alcanzar la renuncia del propio yo para así lograr la redención en otro mundo. En este sentido, el ascetismo cristiano tiene como principio fundamental que la renuncia a sí constituye el momento esencial de lo que va a permitirnos acceder a otra vida, a la verdad y a la salvación. El tema de la salvación, que luego veremos, será de suma importancia para el cristianismo y de hecho vemos surgir su formulación en el periodo helénico y grecorromano, pero, para el periodo del cristianismo lo importante será observar que uno no puede salvarse si no renuncia a sí mismo.

El estudio foucaulteano nos ha llevado a esta estrecha relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí, y la relación resulta importante porque una vez que el tema del cuidado de sí, de la conversión a sí mismo, de la constante procuración y preocupación por encontrarse a sí mismo, tome una amplitud y un carácter general en el cristianismo, el *convertere ad se* adquirirá la forma que implica en lo fundamental la constitución del sujeto como objeto y dominio de conocimiento. De este modo, dirá Foucault, en el precepto helenístico y grecorromano de la conversión a sí encontramos el punto de origen, “la raíz primordial de todas esas prácticas y conocimientos que se desarrollaron a continuación en el mundo cristiano y posteriormente (tema que por supuesto nos es imposible abordar en este estudio) en el mundo moderno”.<sup>151</sup> Y si bien es cierto que en los epicúreos, en los cínicos, los estoicos, en Epicteto, encontramos ejercicios, prácticas de sí que estaban destinadas al cuidado del sujeto para su constitución ética, debemos reconocer que el autoconocimiento, que era manejado primordialmente por la filosofía platónica, en el sentido en el que hoy lo entendemos, y el desciframiento de sí, en el

---

<sup>151</sup> Cfr. Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 248. Foucault habla de un tercer momento al cual denomina como cartesiano.

sentido en el que lo entendió la espiritualidad cristiana, proviene justamente de la idea de ligar al sujeto con la verdad, pero ligarlo dentro del juego de verdad que pone de relieve la verdad del sujeto con la intención de emitir un discurso de verdad sobre el sujeto. Así, entre platonismo, helenismo y cristianismo tenemos todo un cuerpo que hace más o menos posible la puesta en marcha de los distintos juegos de verdad en los que se inscribe al sujeto, y a propósito, Foucault considera que particularmente el modelo helenístico fue recubierto históricamente y para la cultura ulterior, por los dos grandes modelos del platonismo y el cristianismo. De modo que por un lado, podemos hallar cierta afinidad o ciertas características que ligan a estos dos últimos modelos y que los hacen coparticipar en algunas prácticas del yo.

Sin embargo, recordemos que el modelo platónico partía de la ignorancia y el descubrimiento de la ignorancia de la ignorancia que suscitan el imperativo de la inquietud o el cuidado de sí, y a su vez, esta inquietud de sí va a consistir esencialmente en conocerse a sí mismo; así, en la relación del cuidado de sí y el conocimiento de sí, en el punto de unión entre uno y otro encontramos la reminiscencia. Como sabemos ya, en Platón, el autoconocimiento y conocimiento de la verdad serán movimientos indispensables para la práctica política. Tardíamente, a lado de esta reflexión platónica, se formó, a partir de los siglos III y VI, el modelo cristiano: en él, “el autoconocimiento está ligado de una manera compleja al conocimiento de la verdad tal como se da en el Texto y por la Revelación”.<sup>152</sup> Ese autoconocimiento que proclama el cristianismo, como veremos, requiere y exige que el sujeto se purifique para acceder a la Palabra, mientras más purificación, mayor grado de autoconocimiento y mejor comprensión de la Palabra con la cual se alcanza la salvación. Así, lo que va a caracterizar al cristianismo, es que el sujeto debe estar íntimamente ligado con la verdad de los Textos; debe desarrollarse también una exégesis de sí, que implica un método de desciframiento de los procesos y movimientos secretos que se desarrollan en el alma, de los que es preciso captar el origen, la meta y la forma; y por último, el autoconocimiento, muy lejos del modelo platónico, tiene la función de que el yo retorne a sí mismo para renunciar a ese sí mismo mundano y lleno de faltas. Notemos que estos modelos, el platonismo y el cristianismo, tienen como figura central la máxima delfica *γνωθι σαυτου*; pero este autoconocimiento adquiere distintas formas según su modelo de

---

<sup>152</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 250.

aplicación, pues no representará la misma cosa para uno y otro, sino que, por el contrario, la afinidad que podemos encontrar en ellos es la intrincada lucha que ambos sostuvieron para hacer prevalecer su dominio. Foucault retoma este caso y dirá que en el fondo, “el modelo platónico –organizado en torno al tema de la memoria de la identificación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí- fue retomado, en las fronteras del cristianismo, dentro y fuera de éste, por esos movimientos que llamamos gnósticos”.<sup>153</sup> Foucault propone que fue este grupo gnóstico quien intentó desplazar al cristianismo o, más precisamente, fue el cristianismo quien con gran impulso rechazó los esquemas platónicos que profesaban los gnósticos, quienes incitaban a volver a sí mismo para recobrar la memoria de la verdad. El modelo exegético del cristianismo primitivo tenía la explícita función de censurar al gnosticismo y de separarse definitivamente de él, concediendo privilegio al autoconocimiento cuya función exegética consistía en detectar la naturaleza y origen de los movimientos internos que se producen en el alma, muy por encima de la nemotecnia que intenta recuperar el ser del sujeto.

Tomemos pues, como punto de partida, algunos ejercicios helénicos y romanos que dieron paso al modelo ascético monástico, o mejor dicho, a lo que Foucault reconoce propiamente como cristianismo; las diferentes tecnologías del alma tienen la función primordial de disipar las ilusiones internas, reconocer las tentaciones que se formaron en el alma y desbaratar las seducciones de las que se puede ser víctima. Es por medio de estas técnicas que podemos distinguir el autoconocimiento cristiano y la nueva figura que del yo subyace.

### **3.1 Conocimiento de sí en la prefiguración del cristianismo.**

Inicialmente, debemos echar un vistazo a este traslado de la filosofía helénica y romana, así como de la filosofía platónica, o de a filosofía gnóstica que profesaba una tendencia platónica, a los comienzos del cristianismo con el fin de captar justamente estas prácticas de sí que gestaron su prefiguración.

---

<sup>153</sup> *Ibíd.* p. 251.

Foucault realiza un esquema muy general sobre este paso de una filosofía a otra, lo que intenta mostrar, me parece, no es precisamente una continuidad definida por medio de la cual esta serie de ejercicios de sí sobre sí mismo tendrían su desarrollo y su lugar. Lo que aparece a la vista es la ruptura entre una moral y otra, la transferencia o la modificación de los códigos de conducta que dan lugar a cierta transformación del sujeto, a cierto modo de subjetividad. Según esto, habríamos de recordar que por ejemplo, para Platón, el autoconocimiento, el “conócete a ti mismo” recubre por entero al cuidado de sí e imprime la idea de que el alma se reconozca en el elemento divino; por su parte, la ascética estoico cínica que se organiza en torno al principio del autoconocimiento, tendrá una desfase con respecto a esta actividad platónica. Desfasaje es el término que utiliza Foucault, y lo hace en dos sentidos: 1) si bien los estoicos no excluían el autoconocimiento, por lo menos no lo consideraban como fundamento esencial del cuidado de sí y de la ascesis filosófica, y 2) de modo que el autoconocimiento, con nula preeminencia, no va a implicar el reconocimiento de sí, del alma, como elemento divino.<sup>154</sup> Sabemos que los estoicos estaban también comprometidos con la idea de un orden racional divino, quiere decir que la asimilación a Dios y con el orden del universo era un elemento sustancial de su práctica filosófica; sin embargo la constitución de sí mismo como sujeto ético no lo inducía a un autoconocimiento a nivel platónico, sino simplemente a sentirse parte, a participar en la razón divina que organiza al mundo entero. Foucault considera que es justamente este desfase, en los dos sentidos que vemos en el estoicismo cínico, el que aparece paradójicamente en el propio cristianismo.

Los ejercicios practicados por los estoicos, de abstinencia, de prueba, etc. adquieren suma importancia para el cristianismo, se incorporaron a él y se mantuvieron por muchos siglos a razón de que dichos ejercicios eran no platónicos, en la medida misma en que existía ese desfase de la ascética con respecto al autoconocimiento y del autoconocimiento con respecto al reconocimiento de sí como elemento divino. De este modo, la espiritualidad cristiana se funda como una doctrina antignóstica y su punto de apoyo, muy a pesar del estoicismo (dado que no podríamos deducir que la filosofía estoico cínica tenía la vocación de ser particularmente cristiana), es la ascética filosófica

---

<sup>154</sup> *Ibíd.* p. 398.

estoica; ésta representaba para el cristianismo la garantía técnica de no caer en la espiritualidad gnóstica. Lo que explica pues el tránsito de esos ejercicios de origen filosófico al interior del cristianismo, es que éste hacía a un lado los ejercicios del autoconocimiento en el orden de lo divino, de lo que se trataba era de una perpetua inquietud de la sospecha, sospecha dirigida al interior del individuo, a lo que se debe reconocer y descifrar dentro del individuo; las huellas de los defectos y debilidades, las huellas de la presencia no de Dios, sino del diablo. Será entonces el desciframiento de sí un movimiento del pensamiento y del corazón que lleven la marca del mal, habrá que ejercitarse en el autoconocimiento que la espiritualidad cristiana va a desarrollar en función de, a partir de y de acuerdo con el modelo de la vieja sospecha estoica con respecto a sí mismo.<sup>155</sup> Pero pensemos siempre que la vida propuesta por los filósofos del periodo helénico y grecorromano se define por la búsqueda de una “forma” de vida y no, como en el cristianismo, por una “regla” o dogma establecido.

Esto lo vemos claro también en los ejercicios del pensamiento por el pensamiento mismo, en los que encontramos a la *premeditatio malorum*, la *melete thanatou*, el examen de conciencia, entre otros, y sin duda los ejercicios en la vida real aparecerán notoriamente. Se trata por lo tanto, de ejercicios que distan de centrarse en su totalidad en el conocimiento y que, cuando lo hacen, se centran en la sospecha de sí más que en el reconocimiento de lo divino.

Distingamos estos ejercicios del pensamiento y realizados ahí mismo, de aquellos que se instalan sólo en lo real. Foucault remite al ejercicio de la prueba, un ejercicio en el pensamiento, practicado por los estoicos, en donde la vida en toda su extensión constituye para quien cuida de sí mismo una prueba constante y permanente. Pero también, por ejemplo, en Séneca encontramos ejercicios reales como el de la abstinencia, que remiten y se distinguen de la prueba:

“observa esta *forma vitae*: no conceder a tu cuerpo más que lo necesario para encontrarse bien. Aplícale de vez en cuando un tratamiento un poco duro para que obedezca al alma, para que el alimento apacigüe el hambre, la bebida calme la sed, la vestimenta proteja del frío, la casa sea un refugio contra la intemperie”.<sup>156</sup>

---

<sup>155</sup> Cfr. *Ibíd.* p. 400.

<sup>156</sup> Séneca, *Tratados Morales*, Tomo I, Editorial UNAM, México D. F., segunda edición, 1991. En *De la Tranquilidad del Alma*, p. 46.

Séneca proclama que sólo y únicamente se use lo necesario para estar bien consigo mismo, mediante esta abstinencia el sujeto debe construir un estilo de vida, no regularla por medio de vetos y prohibiciones precisas, lo que sí propondrá el cristianismo. Por el lado de la prueba, Foucault reconoce que ésta siempre implica cierta interrogación, interrogación de sí mismo sobre sí mismo, de modo que el sujeto, mediante la prueba, debe saber quién y qué es, debe medir el punto de progresión en el que se encuentra. En este sentido, en la prueba hay una especie de autoconocimiento. A diferencia de la abstinencia, que no es más que una privación voluntaria que se practica ocasionalmente, la prueba es aquello en lo que se convierte la vida, uno debe probarse siempre, en la prueba siempre hay, de algún modo, cierto aspecto de progresividad y un afán de señalamiento y por ende de autoconocimiento. Epicteto, por su parte, señala que toda prueba recae en una abstinencia, esto diría que toda abstinencia debe ponerse a prueba para notar su grado de efectividad y, de este modo, estaríamos hablando de la prueba como un ejercicio a la vez en lo real y sobre el pensamiento. En este tipo de prueba no sólo se trata de imponer una regla de abstención, sino de elaborar al mismo tiempo una actitud interior, en la que el sujeto hace coincidir la prueba de la efectividad de su ejercicio dentro y fuera de sí. A propósito de esto, Foucault menciona que en los textos cristianos sobre la castidad, la imagen de Sócrates será muy mal vista, ya que al abstenerse éste de Alcibíades, ello no implicaba que no dejara de desearlo. Vemos poco a poco, cómo el ejercicio de la prueba comienza a desplazarse, su trabajo consistirá en acompañar la abstención con el trabajo del pensamiento sobre sí mismo.

Los procedimientos de prueba, dice Foucault, tienen por doble función “hacer avanzar en la adquisición de una virtud y medir el punto a que se ha llegado”.<sup>157</sup> En esta progresividad, sobre la que insistieron Epicuro y Plutarco, la finalidad radicaba no en la renuncia del sujeto por sí mismo, sino hacerse capaz de prescindir de lo superfluo, construyendo sobre sí una soberanía que no dependa en modo alguno de su presencia o de su ausencia; las pruebas serán pues, una manera de medir y de confirmar la independencia de que se es capaz respecto de todo lo que es indispensable y esencial. Para explicar esto, Foucault propone se revise el texto de Plutarco “*El Demonio de Sócrates*”, donde se expone que, por ejemplo, el valor queda afirmado por aquel que se empieza abriendo el apetito mediante la práctica intensiva de algún deporte: “se

---

<sup>157</sup> Foucault, *La inquietud de sí*. op. cit. p. 58.

colocaba uno, después del ejercicio, ante mesas cargadas de los manjares más suculentos, y luego, después de haberlos contemplado, se los dejaba a los servidores y se contentaba uno con la comida de los esclavos”.<sup>158</sup> Este tipo de ejercicios de abstinencia y de prueba eran comunes a los epicúreos y a los estoicos, pero, según Foucault, no tenían el mismo sentido para uno y otro. Nos dice que Epicuro, cuyo régimen era de una extrema sobriedad, consideraba que debíamos quedar amputados de nuestros placeres con el fin de obtener un placer más pleno. Para los estoicos, la abstinencia consistía en guardarse de toda aprensión ante la idea de las privaciones posibles, es decir, que uno debía prepararse para las privaciones eventuales y fortuitas, descubriendo cuán fácil era a fin de cuenta prescindir de todo aquello a que la costumbre, la opinión, la educación, el cuidado de la reputación, el gusto de la ostentación nos han hecho apegados. Séneca evoca esta prueba mediante la cual se priva uno, no para acceder a un mejor goce, sino para convencerse de que el peor infortunio no nos privará de lo indispensable, y que podemos soportar siempre lo que somos capaces de sufrir algunas veces.<sup>159</sup> Séneca propone que uno viva siempre con el mínimo a fin de cortar las dependencias y mantener un alma desligada en medio de la abundancia.

La vida como prueba, en este sentido, fue transferida de la ascética filosófica a la espiritualidad cristiana, pero evidentemente con una apariencia muy distinta. Para el cristianismo, la vida como una prueba es una idea absolutamente fundamental y de hecho, se convocará a todos los cristianos a considerar que la vida no es más que una prueba. El principio se generaliza y se vuelve prescriptivo para los cristianos al grado de activarse como una reflexión de su pensamiento en relación a las cuestiones de la inmortalidad, la preparación para la vida, la salvación, etc.

Me gustaría ahora trazar algunas prácticas de ascetismo estoico que fueron fundamentales para el ascetismo cristiano; trataré de explicar las primeras para distinguirlas y distanciarlas de las segundas, puesto que no tenían el mismo fin. Como los estoicos y los epicúreos, en el cristianismo se practicaban ejercicios ascéticos en el pensamiento, pero, a diferencia de los primeros, éstos para detectar ciertos males. Uno de estos ejercicios estoicos, que aluden a un tipo de prueba de sí mismo como sujeto de

---

<sup>158</sup> Plutarco, *El Demonio de Sócrates*, 585a. En Foucault M, *La inquietud de sí*. op. cit. p. 58.

<sup>159</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, 18, 9. Y en *Consolación a Helvia*, 12, 3. En *Ibíd.* p. 59.

verdad, era la *premeditatio malorum*; más tarde veremos cómo en la medida en que el cristianismo propone justamente probar al sujeto en su relación a la verdad, pero en un sentido en el que se descubra y se descifre la verdad del sí mismo, esta ascética cristiana propondrá ejercicios un poco más complejos que los de sus contemporáneos.

Para los estoicos, la *premeditatio malorum*, o la premeditación de los males futuros, era un ejercicio de meditación como parte de una experiencia ética e imaginaria; este ejercicio se sostenía sobre tres ejes fundamentales:<sup>160</sup> 1) debía imaginarse que en el futuro podría suceder lo peor, no como una probabilidad, sino como algo cierto y que efectivamente podría pasar; 2) no se habla de un futuro incierto más que de un suceso que puede tener lugar después del instante mismo en el que quizá estemos leyendo estas líneas; y 3) esta premeditación se hace no para experimentar sufrimientos inexplicables, sino para convencerse a uno mismo de que los que nos pasa no son verdaderas desgracias en comparación con lo que podría ocurrirnos. Por su parte, los epicúreos se oponían rotundamente a ese ejercicio de la premeditación de los males, argumentando que ya había suficientes dificultades en el presente para tener que preocuparse, además, por unos males que, después de todo, acaso no se produjeran. Pero los estoicos insistirán en este tipo de meditación que no es otra cosa más que equiparse de discursos verdaderos, este es el sentido neto de la *premeditatio malorum*. Al respecto, Séneca dice lo siguiente: “lo inesperado es más abrumador y su extrañeza aumenta el peso de los infortunios: no hay mortal en el que la sorpresa no incremente la aflicción”.<sup>161</sup> Del mismo modo, Plutarco piensa que quienes no se ejercitan “no son capaces de recurrir a la reflexión para tomar una decisión conveniente y útil”.<sup>162</sup> Así, prepararse para los males nos permite obturar el futuro anulando sistemáticamente sus dimensiones propias por medio del pensamiento, pues el futuro no es un tiempo sucesivo, sino un tiempo inmediato; esto es, una anulación del futuro mediante una prueba actual del pensamiento, en donde no se parte del presente para simular el porvenir, dice Foucault, sino que nos damos todo el porvenir para simularlo como presente. Lo que está en juego no es pues el futuro, la *premeditatio malorum* nos permite dotarnos y reactivar los discursos de verdad para poder enfrentar los males por venir. Foucault nos pide reconozcamos que la *premeditatio malorum* es simplemente una *paraskeue*, una

<sup>160</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*, op. cit. p. 73.

<sup>161</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo V, libro XIV, carta 91, 3, p. 44. En Foucault M, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 447.

<sup>162</sup> En *Ibidem*.

preparación que se hace mediante la prueba de la no realidad, una anulación del porvenir, imaginar cómo se articulan diversos acontecimientos posibles a fin de probar de qué manera se reaccionaría: éste es el verdadero trabajo de la meditación o del trabajo del pensamiento por el pensamiento mismo.

Como ya vemos, la meditación ejerce un papel importante para los estoicos, y en el polo opuesto de este ejercicio de la *premeditatio malorum*, podemos distinguir a la *gymnasia*. Bajo este entrenamiento, que se da en una situación real, se perfila una larga tradición de abstinencia y privación física y otros rituales de purificación en el cristianismo. Pero existe un punto medio entre estos dos ejercicios, y Foucault recurre a Epicteto para mostrarlo. Según esto, Epicteto propone vigilar sin tregua las representaciones que fluyen en el pensamiento, y esto mediante el ejercicio de dos metáforas importantes:<sup>163</sup> la del vigilante nocturno que no deja entrar a nadie en la ciudad si no puede probar su identidad, y la del cambista que verifica la autenticidad de la moneda, la examina, la sopesa y se asegura de su valor. Epicuro propone hacer un constante control de las representaciones que se agolpan en el pensamiento a fin de determinar, trayendo a la memoria los principios de acción, los discursos de verdad, gracias al examen que el individuo practica sobre sí mismo, si tales principios gobiernan su vida. Por otro lado, Foucault encuentra la misma metáfora del cambista en la literatura cristiana primitiva, pero con significados diferentes. Para el año 400 d.C, Juan Casiano propone que ser un cambista de las propias representaciones implica que uno examine sus pensamientos para tratar de determinar si, en el origen del movimiento que suscita las representaciones, no hay concupiscencia o deseo; si nuestro pensamiento inocente no tiene orígenes demoníacos. De modo que lo que está en juego para Casiano es el desciframiento de la verdad, el enfrentamiento del sujeto ante sí mismo y su verdad.

En otro ejercicio del pensamiento sobre él mismo, al que es importante aludir dado que en él hallaremos algunas concepciones históricas muy importantes, está la *melete thanatou*, la meditación de la muerte. A diferencia de la *premeditatio malorum*, esta meditación se refiere siempre a un hecho ineludible, a la muerte como un acontecimiento necesario. La *melete thanatou*, dice Foucault, es un ejercicio privilegiado en el cual o por el cual va a culminar la premeditación de los males;

---

<sup>163</sup> Cfr. Foucault, *Tecnologías del Yo*. op. cit. p. 77.

mediante él, tenemos la posibilidad de cierta forma de tomar conciencia de sí mismos, de la actualización de la muerte en nuestra vida, además, nos permitirá convencernos de que la muerte no es un mal. En los estoicos, se considera que la muerte se vive todos los días, Séneca, por ejemplo, piensa que la vida no es más que una larga jornada: la mañana representa nuestra infancia; el medio día tiene su lugar en la madurez; y en la noche nos encontramos en la vejez. Esto lo afirma diciendo que “organicemos cada día, por lo tanto, como si tuviera que cerrar la marcha, como si fuera el término de nuestra vida y su conclusión suprema... En el momento de ir a dormir, digamos con alegría y sonrisa en el rostro: ‘he vivido, he recorrido el trayecto que me asignara la fortuna’”.<sup>164</sup>

El ejercicio de Séneca propone vivir la jornada como si ella representara toda una vida, y que en el ocaso de ésta se halla justamente el momento de morir. Este ejercicio del último día, no consiste en una visión fatalista del momento postrero de la existencia más que de la acentuación del lugar del individuo en el mundo; es decir, esta meditación permite al individuo percibirse a sí mismo, percibir el presente en la realidad de su valor: el valor de lo que se hace, el valor de su pensamiento, el valor de su actividad que sólo se revelará si se piensan como si fueran los últimos. En este sentido, Foucault considera que Epicteto es muy claro, pues éste propone que en el momento mismo en el que nos sorprenda la muerte, es mejor ejercer una profesión que se halle digna de ella, pues la muerte va a tomarnos en el instante en el que nos hallemos haciendo algo. Pensemos pues que la vida, la ocupación que uno tiene dentro de ella, se vuelve en todo momento algo estimable y, en ese sentido, uno debería dedicarse a una ocupación que en sí mismo considere bella o moralmente más valiosa que la actual. Así, cuando nos experimentamos como si estuviéramos en el momento de morir podemos tener una mirada retrospectiva de la suma de lo que fue nuestra propia vida. Al respecto, Séneca dice: “Sólo en la muerte creeré en el progreso moral que haya podido hacer durante mi vida. Espero el día en que me erigiré como juez de mí mismo y sabré si tuve la virtud en los labios o en el corazón... Si perdiste o no el tiempo, se verá cuando pierdas la vida”.<sup>165</sup> Tenemos pues, que la meditación de la muerte, para los estoicos, es simplemente un medio con el cual haremos de nuestra existencia un juicio del presente y una valorización del pasado.

---

<sup>164</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo I, libro I, carta 12, 6-9, pp. 41-43. En Foucault M, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 454.

<sup>165</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo I, libro III, carta 26, 5-6 p. 116. En *Ibíd.* p. 456.

Finalmente, otro de los ejercicios de meditación, al que ya habíamos recurrido en el primer capítulo pero no con bastante precisión, es el examen de conciencia. Habíamos visto ya que este ejercicio es una vieja regla pitagórica que permitía una purificación del pensamiento antes de dormir: al pensar en lo que hemos hecho a lo largo de la jornada, se pretende hacer posible un sueño tranquilo, de modo que el examen de conciencia debe purificar el alma, pues, como señalaba Pitágoras, el sueño es un revelador de la verdad del alma y en él podemos ver si ésta es pura o impura. De hecho, Foucault considera que la idea de emplear el sueño y lo soñado como un posible medio de aprehender lo divino, puede encontrarse también en la *República* de Platón (Libro IX).<sup>166</sup> En este examen de conciencia, que también proponía Séneca, se trataba de repasar todo lo que se hizo durante el día a fin de reactivar o, mejor aún, de poner a prueba la reactivación de las reglas fundamentales de acción, “reactivación de los fines que debemos tener presentes, reactivación de los medios que debemos emplear para alcanzar estos fines y los objetivos inmediatos que podemos proponernos”.<sup>167</sup> En este sentido, Séneca proponía que debemos tener siempre presentes estas reglas de acción para localizar el punto exacto en el que nos encontramos como sujetos éticos de la verdad que profesamos. De este modo, Séneca se reprocha a sí mismo acciones, errores prácticos en su comportamiento, pues reconoce que es incapaz de establecer una relación racional efectiva entre los principios de conducta que conoce y la conducta que sigue realmente. Piénsese pues, que los errores de Séneca no son transgresiones de un código o una ley, sino la falta de éxito o ineficiencia de esta relación necesaria que debe existir entre las reglas de conducta y su conducta efectiva. No hallaremos la idea de pecado en Séneca, pero seguramente sí es posible identificar estos errores con la prefiguración que hará de ellos el cristianismo en la forma de pecado; Séneca no se castiga a sí mismo, comenta Foucault, no hay nada parecido a la penitencia, el estoico no analiza su responsabilidad o sus sentimientos de culpabilidad; no se trata para él de purificarse a sí mismo de estos errores, más bien, trata de empeñarse en reactivar varias reglas y máximas con el fin de hacerlas más vívidas, permanentes y efectivas para el futuro comportamiento.<sup>168</sup> El mismo examen de conciencia va a proponer Epicteto, para quien este ejercicio se practica con el objetivo de contar con la disponibilidad de esos

---

<sup>166</sup> Cfr. Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 188.

<sup>167</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 461.

<sup>168</sup> Cfr. Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 191.

discursos verdaderos que nos permitirán comportarnos como corresponde según lo exige una situación dada. Para Epicteto, filosofar es prepararse, “es ponerse en una disposición tal que la suma de la vida se considere como una prueba”.<sup>169</sup> El examen de conciencia será para Epicteto una prueba del ejercicio filosófico.

Resulta pues, que la vida como una prueba comienza a recobrar suma importancia para el periodo helénico y romano; es por el juego de estos ejercicios, el de la *premeditatio malorum*, la *melete thanatou* y el examen de conciencia, como podemos vivir la vida como una prueba. Pero esta ascética filosófica no es en absoluto del tipo de la ascesis cristiana, cuya función, en esencia, es establecer cuáles son, en su orden, los renunciamientos necesarios que deben conducir hasta el punto extremo de la renuncia a sí mismo. Decíamos al inicio de este apartado, que el cristianismo exige otra forma de obligación de verdad, otra forma para descubrir la verdad en el interior del sujeto mismo, y esto no quiere decir, como en Platón, que el sujeto por sí mismo sea capaz de verdad o albergue en su seno una verdad fundamental y divina. De lo que se trata en el cristianismo es de hacer visible la verdad que esconde el sujeto en el origen de sus sentimientos, sus temores, sus deseos, sus miedos, etc., el sujeto cristiano debe exponer lo que hay de interior en él, mediante un ejercicio exegético de autoconocimiento.

En los primeros tiempos del cristianismo, la revelación del yo constituía la parte fundamental del autoconocimiento; esta revelación toma la forma de una iluminación, un momento de transfiguración del sujeto por el ‘efecto de contragolpe’ de la verdad que él conoce sobre sí mismo y que lo estremece. Foucault identifica el término *exomologesis* o el ‘reconocimiento de un hecho’, como uno de los principios por medio del cual se da esta revelación de sí, esta iluminación: “para los cristianos la *exomologesis* significaba reconocer públicamente la verdad de su fe o reconocer públicamente que eran cristianos”.<sup>170</sup> Este principio, dice Foucault, era un ritual mediante el que un individuo se reconocía como pecador y penitente; incluía varias características: en primer lugar, el pecador tenía estatuto de penitente durante un periodo que podía abarcar de cuatro a diez años, y este estatuto afectaba el conjunto de su vida. Comportaba el ayuno e imponía ciertas reglas relativas al vestir y prohibiciones en el ámbito sexual. La vida del individuo lo estigmatizaba al grado de reconocerse para

<sup>169</sup> Epicteto, *Entretiens*, III, 10, 1, p. 38. En *Ibidem*.

<sup>170</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*. op. cit. p. 82.

sí mismo y ante sus conciudadanos como penitente, pues de hecho, tras la reconciliación, ciertas cosas le continuaban siendo prohibidas, por ejemplo, según Foucault, no podía ni casarse ni llegar a ser sacerdote.<sup>171</sup> Así, la obligación de *exomologesis* se hallaba dentro del estatuto del penitente; todo pecador era conminado a acudir al obispo y rogarle que le impusiera el estatuto, exponiendo sus faltas no a manera de confesión, sino para que el estatuto le fuera otorgado. Tertuliano habla de la existencia de una ceremonia gracias a la cual el penitente recobrará su lugar entre los cristianos: el penitente, que lleva el cilicio bajo sus harapos y va cubierto de cenizas, se sitúa delante de la iglesia, en una actitud de humildad.<sup>172</sup> La *exomologesis*, dice Foucault, no es una conducta verbal, sino la expresión teatralizada del reconocimiento del estatuto del penitente. A la penitencia se la encuentra dentro de un castigo público que expone el autocastigo de quien ha pecado en una revelación de sí. Tertuliano habla también de una *publicatio sui*, que ya veremos más adelante, que exhibe no el pecado, sino al ser lleno de pecados, al pecador. La exposición del yo es el fundamento de la *exomologesis*, que borra los pecados y a la vez revela al yo. Este proceso se realiza bajo tres modelos: el modelo médico, en donde hay que mostrar las heridas para ser curado; el modelo del tribunal, en donde uno toma el lugar de abogado del diablo y confiesa sus faltas como el día en el que el diablo mismo lo hará confesar en el juicio final; y el modelo de la muerte, la tortura y el martirio. En este último modelo, Foucault describe que el pecador preferirá siempre la muerte antes que comprometerse y renunciar a su fe, por ello el penitente se opone voluntariamente a un martirio ritual y teatral que, mediante la tortura, le conduce a una ruptura consigo mismo, con su pasado y con el mundo. Para el individuo, dice Foucault, es una manera de mostrar que es capaz de renunciar a la vida y a sí mismo, de afrontar y aceptar la muerte.<sup>173</sup> Así, la *exomologesis* marca el rechazo de sí, una ruptura consigo mismo en donde la revelación de sí es al mismo tiempo la destrucción del yo, la renuncia al yo.

Foucault describe otro ejercicio de la hermenéutica de sí cristiana que aparece en el siglo IV: la *exagoreusis*, una técnica que implica una revelación de sí y que pone en práctica lo que en otro momento representó el examen de sí que proponía Séneca. Este nuevo examen de sí atiende a dos principios fundamentales: la obediencia y la

---

<sup>171</sup> Cfr. Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. p. 466.

<sup>172</sup> *Ibidem*.

<sup>173</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*, op. cit. p. 85.

contemplación. Juan Crisóstomo propone que se realice este examen de conciencia para que el sujeto se inspeccione: llegada la mañana, el sujeto debe contabilizar sus actos; por la tarde, tiene que interrogarse para pedir cuentas de su conducta, examinar lo que es beneficioso y lo que resulta perjudicial, y todo ello mediante oraciones.<sup>174</sup> La obediencia radica en el control total que el maestro debe tener sobre su discípulo, pues éste debe sacrificar sus deseos personales y todo lo que pueda querer voluntariamente. Foucault comenta que de hecho, el acto de la muerte debe pasar por la aceptación del maestro, un monje no puede tener control sobre ningún tipo de decisión, pues ello es considerado como un hurto de la autoridad del maestro. Así, el examen de conciencia cristiano debe de habilitar la dirección de conciencia que tendrá el maestro sobre el alumno, apreciando la relación entre un pensamiento oculto y una impureza del alma. Es por esto que en el examen de sí, la obediencia y la contemplación se preocupan mucho más por el pensamiento que por la acciones, éstas sólo adquieren valor una vez que el pensamiento sea originario de Dios, el pensamiento presente debe estar dirigido a Dios de modo que nos acerque a una relación directa con él. Se deja de lado pues el valor de la meditación estoica, nuestros actos dejarán de atender a reglas de conducta aprendidas, y serán delegados por nuestros pensamientos dirigidos a Dios.

Existe otro examen de conciencia de esta *exagoreusis* que propone Casiano y en donde vuelve a reaparecer el cuidado de sí, pero con conminaciones dirigidas a atestiguar directamente nuestros pensamientos. Casiano utiliza tres analogías: la primera es la del molino, en ésta los pensamientos representan a los granos y la conciencia es una suerte de almacén. Como el molino, dice: debemos seleccionar los granos, separar los que son malos de los que no lo son; triturados por la rueda, darán la buena harina y el buen pan de nuestra salvación. La segunda analogía es militar: como el oficial que ordena a sus soldados desfilar en dos hileras, los buenos a la derecha y los malos a la izquierda; así, hemos de adoptar la actitud del oficial que divide su tropa en dos filas, la de los buenos y los malos pensamientos. Y la tercera es la ya recurrida analogía que evocaba Epicuro, la del cambista. Recordemos que Epicuro, bajo este ejercicio de autoexamen, quería que construyéramos un mundo de representaciones en el que nada pueda introducirse si no es sujeto del gobierno de nuestra voluntad. El autogobierno que proclama Epicuro es el principio organizador de esta forma de autoexamen. Por otro lado, para Casiano, la

---

<sup>174</sup> Cfr. *Ibíd.* p. 87.

conciencia es el cambista de sí mismo, debe examinar las monedas, considerar su efigie, preguntarse de qué están hechas y preguntar su procedencia. Del este modo, la conciencia debe pesar los pensamientos a fin de medir su procedencia y verificar su calidad; lo mismo que las monedas deben llevar la efigie del emperador, nuestros pensamientos deben estar impresos con la imagen de Dios.<sup>175</sup> El objeto de este examen de sí que propone Casiano es subordinarse a la obediencia y a la verbalización constante de los pensamientos. En la confesión de los pensamientos, los movimientos de la conciencia y sus intenciones, el sujeto se sitúa en una relación hermenéutica tanto ante su maestro como a sí mismo. Esta verbalización de los pecados permite al sujeto externalizar la presencia maligna, sacar al diablo que lo posee y, en este sentido, la confesión se vuelve un sello de la verdad, de donde se desprende que todo lo que resulte inefable será siempre un pecado. Así, mientras para Epicuro el propósito del autoexamen es garantizar un autodomínio, para Casiano de lo que se trata es de disipar las ilusiones del diablo; en este caso de autoexamen cristiano, comenta Foucault, el control de las representaciones tiene la intención específica de determinar si, bajo un aspecto aparentemente inocente, no está escondido el mismo diablo,<sup>176</sup> de modo que la fuente de la impresión estaría sujeta siempre o bien a Dios o bien a Satán.

De modo esquemático, tendremos que recordar que en la filosofía helénica y romana, el cuidado de sí era una práctica que implicaba un cierto amor a sí mismo, es decir, en la medida en que uno desea acceder a una vida llena de felicidad y digna de ser admirable para él mismo y sus semejantes, el sujeto debía tenerse a sí mismo como el punto de llegada de esa búsqueda; era mediante los *logoi* predicados por el *parresiastés*, como el sujeto accedía a un cuidado de sí en una relación directa consigo mismo. El amor a sí mismo, será el fondo sobre el cual al cuidado de sí permita al sujeto lograr su autonomía. Sin embargo, en el cristianismo, la idea de un amor a sí mismo va a implicar una actitud egoísta con respecto a Dios; para el cristiano, amar a Dios será el fundamento de su revelación, de su salvación y por ende de la renuncia a sí mismo. En el momento en el que surge una sospecha sobre ese amor a sí mismo, el sujeto encontrará en Dios su modelo, su punto de cumplimiento absoluto, su más alto grado de perfección y simultáneamente su Creador. La correspondencia entre un Dios que lo conoce todo, dice Foucault, y un sujeto susceptible de conocer, “es sin duda uno de los

---

<sup>175</sup> Cfr. Foucault, *Estética, Ética y Hermenéutica*, op. cit. pp. 471-472.

<sup>176</sup> Foucault, *Discurso y verdad en la antigua Grecia*, op. cit. p. 203.

elementos principales que hicieron que el pensamiento filosófico (occidental) se deshiciera, se liberara, se separara de las condiciones de espiritualidad que lo habían acompañado hasta entonces y cuya formulación general era el principio del cuidado de sí”.<sup>177</sup> Ahora el acceso a la verdad sobre sí mismo será la consumación del sujeto, y el precio que pagará por ello es la recompensa de sus sacrificios.

Lo que surge de manera inmediata bajo estos ejercicios del pensamiento sobre sí mismo y en lo real, es justo este cuidado de sí, esta *techné tou biou* de la que hemos venido hablando (el arte de vivir, una técnica de la existencia), aquella que encontramos en la filosofía platónica, helénica y grecorromana, bajo la formulación del cuidado de sí, en la que la cuestión del sujeto y su relación con la verdad crea un tipo de subjetividad específica. Pero esta *techné* la veremos desplazarse y de hecho, desaparecer de una manera muy clara en los inicios del cristianismo, creando un nuevo tipo de subjetividad. Digamos pues, que cuando hablamos de una técnica de la existencia en Platón, uno se ocupa de sí mismo para vivir mejor, para vivir racionalmente, para gobernar a los otros como corresponde. La manera en que la *techné* se desarrolla en el periodo helenístico y grecorromano, aparece bajo la forma de un principio general y absoluto consagrado al cuidado de sí: uno debe vivir para lograr tener consigo mismo la mejor relación posible, uno vive para sí, para hacer de sí un sujeto ético y hacerse reconocer ante los ojos de los demás como sujeto ético de su existencia. En este sentido, el sujeto se constituye como el proyecto fundamental de su existencia. Sin embargo, con el cristianismo, el sujeto adquiere una nueva figura; en el momento en que la vida debe tomarse como una prueba, se desprende la idea del autoconocimiento, de ésta debe salir la pureza, pureza de sí mismo y, de sí mismo entendido como aquello sobre lo cual ejercemos supervisión, vigilancia, protección y control; pureza del alma sin la cual no es posible acceder a la verdad de los Textos. El sujeto que emerge de la figura cristiana aparece como un objeto que hay que conocer y descifrar para reconocer las faltas y renuncia a él.

### **3.2 Cristianismo y poder pastoral.**

Inicialmente, debemos tener en cuenta que el poder pastoral se desarrolló a lo largo de la Edad Media “entre las cerradas relaciones sociales de la sociedad feudal y se agudizó

---

<sup>177</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 40.

con los movimientos religiosos de la reforma protestante y la contrarreforma”.<sup>178</sup> De modo que nuestro análisis parece ahora presentar un desfase abrupto con respecto a las prácticas antiguas que estamos estudiando. Sin embargo, he elegido introducir el concepto del poder pastoral en el cristianismo dado que su formulación se halla sustancialmente en los primeros siglos después de Cristo –por ejemplo, la confesión, que desde la edad media fue colocada como uno de los principales rituales de producción de la verdad del individuo, no es otra cosa que el examen de conciencia practicado desde la antigüedad-, porque es aquí donde encontrará su gestación y la consistencia de su posterior desarrollo.

Me gustaría retomar, para iniciar este apartado, un tema importante que ya veíamos en el segundo capítulo. Como ya señalábamos, la *parresía* es un modo en que un sujeto actúa sobre otro, en la medida en que este otro llegue a obtener un conocimiento de sí, describiendo algunas *prácticas del sí-mismo* predicadas por los filósofos estoicos en la antigüedad, el cuidado o preocupación de sí mismo que por lo demás, sólo puede realizarse con la dirección de un guía espiritual o lo que hemos denominado como *parresiastés*.

Por su parte, el cristianismo pertenece a las religiones de salvación.<sup>179</sup> Religión que en principio, debe conducir al individuo de una realidad a otra, de la vida a la muerte, del tiempo a la eternidad, y para conseguirlo, ha impuesto una serie de condiciones y de reglas de conducta con el fin de obtener cierta transformación del yo.

El cristianismo no es tan sólo una religión de salvación, es una religión confesional. Impone obligaciones muy estrictas de verdad, dogma y canon. El deber de aceptar un conjunto de obligaciones, de considerar cierto número de libros como verdad permanente, de aceptar las decisiones autoritarias en materia de verdad, el no sólo creer ciertas cosas sino demostrar que uno las cree y el aceptar institucionalmente la autoridad, son todas características del cristianismo.

---

<sup>178</sup> Graciela Lechuga, *Breve introducción al pensamiento de Michel Foucault*, Editorial Biblioteca Básica Universidad Nacional Autónoma Metropolitana, México, 2007. p. 145.

<sup>179</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*. op. cit. p. 80.

La noción de moralidad característica del cristianismo la podemos hallar con la puesta en práctica de la racionalidad platónica, de la confianza y la fe en la razón, y en el autocontrol que profesaba Sócrates. Quiero decir que el cuidado de sí al que exhortaba Sócrates fue ampliamente difundido y se extendió al grado de proponerlo como un imperativo moral al que debía someterse todo aquél que participara de la razón, pues la razón es nuestro principal rasgo como seres humanos. En este sentido, el cristianismo arrancará del mundo Antiguo la idea de que los estándares de lo que son las buenas acciones, obligan a todo el mundo a actuar de un modo similar. La moralidad cristiana ve en el “bien” al que aspiran todos los hombres –como señalaba Sócrates- la idea de un ser gregario que debe rechazar y prevenir la posibilidad de distinguirse del resto de sus iguales, dado que ser bueno es concordar con el mundo.

Diremos pues que de la racionalidad platónica emerge la idea de que la moralidad puede ser aplicada a todos de la misma manera en la medida en que todos participamos de una razón universal y que por ello poseemos un entendimiento racional de nuestro particular estilo de vida; así, la acción humana quedaría justificada al apelar a las razones por las cuales las personas emprendieron ciertas acciones, de modo que la virtud a la que alude Sócrates queda identificada por el buen uso de nuestra razón. En este sentido, el tema de la razón platónica y el de la separación y supremacía de ésta con respecto al cuerpo, inauguran ya las bases teóricas sobre las cuales el cristianismo se erigirá como doctrina moral única y valedera para todos. Podemos pensar pues que las primeras teorías cristianas nunca rechazaron rotundamente a las filosofías paganas que les precedieron, sino que tomaron de éstas aquello que finalmente les permitiera acceder al establecimiento de una moral universal. No pretendo decir que Sócrates sea el padre del cristianismo; de lo que se trata es de notar que el cristianismo retomó y reafirmó esta creación de una concepción universalista de la vida humana que Sócrates había convertido en el emblema de su propia cultura pero en un sentido de autocreación, cuestión que evidentemente no hallamos en el cristianismo.

El tema del conocimiento de sí al que se aludía en la filosofía griega adopta un rumbo diferente en el cristianismo, pues este último propone que cada persona tiene el deber de saber quién es, esto es, de intentar saber qué es lo que está pasando dentro de sí, de admitir las faltas, reconocer las tentaciones, localizar los deseos, y cada cual está obligado a revelar estas cosas o bien a Dios, o bien a la comunidad, y, por lo tanto, de

admitir el testimonio público o privado sobre sí y contra sí mismo. Este vínculo del sujeto consigo mismo le permite acceder a un conocimiento de sí, a un autoconocimiento mediante el cual sólo es posible la purificación de su alma; él necesita saber la verdad que se esconde en sus interior, debe externarla para poder purificar su alma.

Como hemos visto, esto aparece en las distintas maneras que el cristianismo emplea para descubrir y descifrar la verdad acerca de sí; por ejemplo en la penitencia, que era un estatuto impuesto a alguien que había cometido pecados muy serios, que requería del reconocimiento del penitente, probar el sufrimiento, demostrar la vergüenza, hacer visible la humildad. En el cristianismo primitivo la penitencia es una forma de vida continuamente regida por la aceptación del tener que descubrirse a sí mismo. Debe estar visiblemente representada y acompañada por otras personas que reconozcan el ritual, es una especie de *publicatio sui*. En contraste, esta *publicatio sui* está relacionada con el examen diario de sí que recomienda Séneca, que era, sin embargo, completamente privado. Para Séneca la *publicatio sui* no implica un análisis verbal de los actos o pensamientos; se trata únicamente de expresión somática y simbólica. Lo que era privado para los estoicos, dice Foucault, era público para los cristianos.<sup>180</sup> La *publicatio sui* del cristianismo borra el pecado y a la vez revela al pecador, mostrar al verdadero ser lleno de pecados del pecador. La penitencia del pecado no tiene como objeto el establecimiento de una identidad, pero sirve, en cambio, para señalar el rechazo del yo, la renuncia a sí mismo a la que se accede una vez que se han revelado las faltas cometidas.

La diferencia entre las tradiciones estoica y cristiana se debe a que en la tradición estoica el examen de sí, el juicio y la disciplina muestran el camino al conocimiento de sí mediante la sobreimposición de la verdad de cada uno a través de la memoria, esto es, memorizando reglas de conducta que reconocemos en los *logoi* y que servirán como escudos a lo largo de la vida; el problema de la memoria se encuentra en el corazón de estas técnicas, pero en la forma de un intento de acordarnos de lo que hemos hecho, pensado o sentido, de modo que podamos reactivar nuestros principios racionales, haciéndolos así tan permanentes y efectivos para nuestra vida como sea posible. En la

---

<sup>180</sup> *Ibíd.* p. 84.

*publicatio sui* del cristianismo, el penitente alcanza la verdad sobre sí por medio de una ruptura y una disociación violenta, pues esta *publicatio sui* no es verbal, es simbólica, ritual y teatral; la exposición abierta del yo será aquí el elemento fundamental de la salvación.

Podemos ver cómo varias técnicas estoicas del yo han sido transferidas a las técnicas cristianas espirituales. Otro ejemplo en la espiritualidad cristiana, es una analítica y continua verbalización de los pensamientos llevada a cabo en la relación de la más completa obediencia hacia otro. En Séneca, la relación entre el discípulo y el maestro (*parresiastés*) era importante, pero era instrumental y profesional. Se fundaba en la capacidad del maestro de guiar al discípulo hasta una vida feliz y autónoma a través de la *parresía*. La relación terminaba en cuanto el discípulo accedía a esta vida, lo cual quiere decir que el discípulo era preparado para llegar a un momento tal que la dirección del *parresiastés* ya no será necesaria. En el cristianismo<sup>181</sup> la relación con el maestro abarca todos los aspectos de la vida; aquí la obediencia es un control completo de la conducta por parte del maestro, y no un estado final de autonomía. Es un sacrificio de sí, del deseo propio del sujeto. El yo debe construirse a sí mismo a través de la obediencia,<sup>182</sup> de modo que mientras más obediente se es más cerca se está del autoconocimiento y de la revelación del yo.

Una nueva tecnología se ha desarrollado, una tecnología de dominación individual, el modo en que un individuo actúa sobre sí mismo, es decir, una tecnología del yo. En este sentido llamaremos pastorado al poder individualizador, al desarrollo de las técnicas de poder orientadas hacia los individuos y destinadas a gobernarlos de manera continua y permanente.

La evolución del cristianismo dio origen a un código ético fundamentalmente distinto del mundo antiguo, en este sentido; vemos que a cada época corresponde una forma particular de poder. Pues en todo momento “vivir en sociedad es vivir de manera tal que sea posible la acción de uno sobre la acción de otros. Una sociedad sin relaciones de

---

<sup>181</sup> Referido exclusivamente al cristianismo monástico que se desarrolló a partir del siglo IV d. C.

<sup>182</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*. op. cit. p. 88.

poder sólo puede ser una abstracción”.<sup>183</sup> Estas técnicas de poder en las instituciones cristianas es a lo que podemos llamar poder pastoral.

Lo que caracteriza al poder que estamos analizando, y esto respondería a la pregunta de: ¿Qué es el poder, o más bien, cómo se ejerce?, es que pone en juego relaciones entre individuos (o entre grupos). El término “poder” designa relaciones entre “parejas” y sin embargo el ejercicio de éste no es simplemente una relación individual o colectiva, se trata de un modo de acción de algunos sobre algunos otros. Lo que es decir, desde luego, que no existe algo llamado el Poder, o el poder, que existiría universalmente, en forma masiva o difusa, concentrado o distribuido en algún aparato de estado o institución coercitiva. Sólo existe el poder que ejercen “unos” sobre “otros”, el poder es siempre un ejercicio y no un instrumento omnipotente al cual difícilmente se pueda acceder. El poder sólo existe en acto, aunque, desde luego, se inscribe en un campo de posibilidades dispersas, apoyándose sobre estructuras permanentes, ejercicio coextensivo a toda relación social.<sup>184</sup> Entiéndase pues, que el poder está en todas partes, se le encuentra diseminado en toda relación social sin importar el estatus moral, económico, político, religioso... de aquél o aquellos que lo ejercen. En efecto, lo que define una relación de poder es que es un modo de acción que no actúa de manera directa e inmediata sobre los otros; a esto más bien se le puede denominar violencia, sino que actúa sobre sus acciones: una acción sobre la acción, sobre acciones eventuales o actuales, presentes o futuras, lo cual implica que siempre exista un posible respuesta, un efecto del ejercicio de poder. Se articula fundamentalmente sobre dos elementos: que “el otro” (aquel sobre el cual se ejerce) sea totalmente reconocido y que se le mantenga hasta el final como un sujeto de acción y que se abra, frente a la relación de poder, todo un campo de respuestas, reacciones, efectos y posibles invenciones.

En este sentido, podemos pensar en la actitud del filósofo que utiliza la *parresía* para enfrentar a un tirano, (tenemos pues el enfrentamiento de estas dos fuerzas que entran en relación) de donde diríamos que la *parresía* es un ejercicio de poder que se vale de una actitud crítica ligado, en este caso, a la democracia ateniense. Sin embargo, los riesgos de la *parresía* rompen con el ejercicio de poder cuando lejos de ser usada para

---

<sup>183</sup> Foucault, *El sujeto y el Poder*, en H. L. Dreyfus y P. Rabinow: *Foucault más allá del estructuralismo y la hermenéutica*, Editorial UNAM, México, 1988, p. 241.

<sup>184</sup> Cfr. *Ibíd.* p. 438.

combatir los excesos o violencia de la tiranía, se usa como discurso político para halagar al pueblo, para hacer demagogia y fortalecer ciertos atributos.

En sí mismo, el ejercicio del poder es un conjunto de acciones sobre acciones posibles; opera sobre el campo de posibilidad o se inscribe en el comportamiento de los sujetos actuales: incita, induce, seduce, facilita o dificulta; amplía o limita, vuelve más o menos probable; de manera extrema, constriñe o prohíbe de modo absoluto; con todo, siempre es una manera de actuar sobre un sujeto actuante o sujetos actuantes, en tanto que actúan o son susceptibles de actuar.<sup>185</sup>

Hemos definido el ejercicio del poder como un modo de acción sobre las acciones de los otros, cuando se caracterizan estas acciones por el “gobierno de los hombres”, de los unos por los otros –en el sentido más amplio del término- se incluye un término muy importante: la libertad. El poder se ejerce únicamente sobre “sujetos libres” y sólo en la medida en que son libres. Por esto queremos decir sujetos individuales o colectivos, enfrentados con un campo de posibilidades, donde pueden tener lugar diversas conductas, diversas reacciones y diversos comportamientos.<sup>186</sup> Siempre, ante un ejercicio de poder, debe encontrarse la contraparte, una resistencia que le haga frente y que sea justamente el sostén de la relación.

La libertad puede muy bien aparecer como condición de existencia del poder; debe existir como su precondition, como su soporte permanente y como aquello que no podrá sino oponerse a un ejercicio del poder que en última instancia, tiende a determinarla completamente, es decir, en el corazón mismo de la relación de poder, y provocándola de manera constante, se encuentran la obstinación de la voluntad y la intransitividad de la libertad; no se trata de un antagonismo, sino de una relación que es al mismo tiempo de incitación recíproca y de lucha, una provocación permanente.<sup>187</sup> Ineludiblemente podemos trazar las relaciones de poder que el cristianismo propuso y extendió a todo el mundo antiguo.

---

<sup>185</sup> *Ibid.* p. 239.

<sup>186</sup> *Ibidem.*

<sup>187</sup> *Ibid.* p. 240.

El cristianismo es la única religión que se organizó como Iglesia. Y como tal, postula que en teoría ciertos individuos, en virtud de su calidad religiosa, pueden servir a otros como pastores. Esta palabra designa una forma de poder muy particular.

- 1) Es una forma de poder cuyo objetivo último es asegurar la salvación individual en el otro mundo.
- 2) El poder pastoral no es meramente una forma de poder que ordena; también debe estar preparado a sacrificarse por la vida y la salvación del rebaño.
- 3) Es una forma de poder que no sólo se preocupa por toda la comunidad, sino por cada individuo particular, durante toda su vida.
- 4) Finalmente, esta forma de poder no puede ejercerse sin conocer el pensamiento interior de la gente, sin explorar sus almas, sin hacerlos revelar sus secretos más íntimos. Ello implica el conocimiento de la conciencia y la habilidad de guiarla.

Esta forma de poder se orienta a la salvación; es oblativa, es decir, es una ofrenda y un sacrificio que se hace a Dios, es individualizante. Es coextensiva a la vida y a su prolongación; está ligada a una producción de la verdad –la verdad del mismo individuo-.<sup>188</sup>

Tenemos pues, que el pastor agrupa, guía y conduce a su rebaño; lo que el pastor reúne son los individuos dispersos. En su papel de asegurar la salvación del rebaño se refleja una bondad constante, individualizada y finalizada; pues sacia día a día la sed del rebaño, atiende a cada una de sus ovejas sin excepción (supone una atención individual a cada miembro) y dispone una meta para su rebaño. Lo que caracteriza a un pastor es que se encuentra solo a la cabeza de su rebaño. En segundo lugar su trabajo consiste en proporcionar alimento a sus ovejas, en cuidarlas cuando están enfermas, en tocar música para agruparlas y guiarlas, en organizar su reproducción con el fin de obtener la mejor descendencia.<sup>189</sup>

De manera esquemática, podemos señalar algunos aspectos de esta tecnología de poder del pastorado, tecnología de poder entendida como “prácticas que manifiestan una

---

<sup>188</sup> *Ibíd.* p. 232.

<sup>189</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*, op. cit. p. 108.

tendencia cada vez más clara hacia el ordenamiento absoluto de todos los seres”,<sup>190</sup> y que tienen que ver con la transformación del yo:

1. En relación con la responsabilidad. Hemos visto que el pastor debía asumir la responsabilidad del destino del rebaño en su totalidad y de cada oveja en particular. En la concepción cristiana, el pastor debe poder dar cuenta de todo lo que ocurre a cada una de sus ovejas. Además, entre cada oveja y su pastor, el cristianismo concibe un intercambio y una circulación compleja de pecados y de méritos. El pecado de la oveja es también imputado al pastor; en este sentido señalamos la fuerza de los lazos morales que asocian al pastor a cada miembro de su rebaño, lazos no sólo referidos a la vida de los individuos sino también a los más mínimos detalles de sus actos.<sup>191</sup>
2. El problema de la obediencia. El cristianismo concibe la relación entre el pastor y sus ovejas como una relación de dependencia individual y completa. Este pastorado cristiano diverge radicalmente del pensamiento griego, pues como hemos visto en la enunciación de la *parresía*, evidentemente hay una obediencia pero esta con una finalidad estrictamente determinada: curarse, llevar a cabo la mejor elección, constituirse como un sujeto autónomo en relación con el *parresiastés*; en una palabra, hacer de la ética de la existencia una estética. En el cristianismo, el lazo con el pastor es un lazo individual, un lazo de sumisión personal. La obediencia es una virtud. Lo cual significa que no es, como para los grecorromanos, un medio provisional para alcanzar un fin, sino más bien un fin en sí. Es un estado permanente; las ovejas deben someterse permanentemente a sus pastores.<sup>192</sup>
3. El poder individualizante. El pastor debe estar informado de las necesidades materiales de cada miembro del grupo y satisfacerlas cuando se hace necesario. Debe saber lo que ocurre, y lo que hace cada uno de ellos –sus pecados públicos– y, debe saber lo que sucede en el alma de cada uno, conocer sus pecados secretos, su progresión en la vía de la santidad.

---

<sup>190</sup> Dreyfus, *Michel Foucault Filósofo*, “El ser y el poder en Heidegger y en Foucault”, Editorial Gedisa, primera edición, Barcelona, 1990, p. 94.

<sup>191</sup> Foucault, *Tecnologías del Yo*, op. cit. p. 112.

<sup>192</sup> *Ibid.* p. 113.

Con el fin de asegurar este conocimiento individual, el cristianismo se apropió de dos instrumentos esenciales que funcionaban en el mundo helénico: el examen de conciencia y la dirección de conciencia. Estas prácticas propias de los estoicos, pitagóricos y epicúreos eran una forma de contabilizar y medir su progreso en la vía de la perfección, por ejemplo, el dominio de uno mismo y el imperio ejercido sobre las propias pasiones. En el pastorado cristiano la dirección de conciencia constituía un lazo permanente: la oveja no se dejaba conducir con el único fin de atravesar victoriosamente algún paso difícil, se dejaba conducir a cada instante. En cuanto al examen de conciencia, su propósito no era cultivar la conciencia de uno mismo, sino permitir que se abriera por completo a su director para revelarle las profundidades del alma.<sup>193</sup>

La organización de un lazo entre la obediencia total, el conocimiento de uno mismo y la confesión a otra persona constituyen técnicas capitales para el cristianismo, es lo que podemos reconocer como una tecnología de poder transversal sobre los cuerpos, los sentimientos y los pensamientos del individuo, un poder que lo determina respecto a un estado de cosas dadas.

4. La mortificación. Todas estas técnicas cristianas de examen, de confesión, de dirección de conciencia y de obediencia tienen una finalidad: conseguir que los individuos lleven a cabo su propia “mortificación” en este mundo. La mortificación no es la muerte, sino una renuncia al mundo y a uno mismo: una especie de muerte diaria. Muerte que, en teoría, proporciona vida en otro mundo. La mortificación cristiana es una forma de relación con uno mismo, elemento integrante de la identidad cristiana.<sup>194</sup>

El pastorado cristiano ha introducido un juego extraño, cuyos elementos son la vida, la muerte, la verdad, la obediencia, los individuos, la identidad. Mediante una serie de ejercicios, técnicas de poder mediante las cuales se obtiene la transformación del yo, el pastor se vincula con la producción de verdad del individuo y establece, entre ambos, un nexo moral de sumisión, de dependencia y de obediencia. “El conocimiento del

---

<sup>193</sup> *Ibíd.* p. 114.

<sup>194</sup> *Ibíd.* p. 116.

individuo y de la conducción de su vida desde su verdad interior, y la conducción del conjunto de individuos –del rebaño-, por parte del pastor de almas, es lo que constituyó el mecanismo de control, de saber y de poder que Foucault denomina poder pastoral<sup>195</sup>. Esto resulta importante dado que mediante las técnicas de poder del cristianismo se concibe un tipo de sujeto que es, más bien, un objeto de conocimiento para sí mismo y para otro –el pastor-, es decir; el examen de conciencia cristiano introduce la concepción de que en el interior del individuo, en su subjetividad, se encuentra una conciencia perpetuamente vigilante y vigilada de sus propias debilidades, de las tentaciones de su propia carne. En este sentido, la inquietud o el cuidado de sí que profesaba el cristianismo, era principalmente una inquietud de la verdad interior del sujeto, que favoreciera el cuidado de la vida interior individual, susceptible siempre de ser confesada.

La noción de confesión, que ya decíamos no es otra cosa que el examen de conciencia predicado ya desde Pitágoras y hasta el mundo helénico y grecorromano, es un elemento sustancial en el trabajo de Foucault, pues bajo esta tecnología cristiana no sólo se muestra el gobierno sobre el cuerpo y el espíritu, sino que ella constituirá en otro momento el gobierno de ciudades, grupos, familias, etc. Es el concepto de confesión el que Foucault usa como herramienta para reconocer en las prácticas médicas, jurídicas, psicológicas, educativas... destinadas a obtener cierta verdad sobre el sujeto, una meticulosa y detallada manera de gobernar a los individuos en todos los aspectos de su vida. Podemos brevemente observar esto cuando Foucault analiza que en el momento en el que el Estado integró en su nueva forma política las viejas técnicas de la pastoral cristiana, se despliega toda una red de tecnologías para dominar al sujeto; por ejemplo, en la idea de la salvación. El Estado, con una intención más político-económica que religiosa, deja de lado la idea de la salvación en otro mundo y propone asegurarla en éste a través de una serie de ofrecimientos materiales como la salud, el bienestar, la riqueza, la seguridad... en síntesis, bienes mundanos, bienes de consumo que remplazan, en la sociedad moderna, a los religiosos. Pero este traslado de las viejas prácticas cristianas al Estado Moderno, constituye sólo un engranaje del magistral trabajo foucaulteano, al cual bien podemos dedicar tiempo en otro estudio.

---

<sup>195</sup> Graciela Lechuga, *Breve introducción al pensamiento de Michel Foucault*, op. cit. p. 159.

### 3.3 La renuncia de sí, una moral de salvación.

Hasta el momento, en la filosofía grecorromana, hemos concebido una moral que prescribe una forma de subjetivación y unas prácticas de sí mismo en las que el sujeto debe constituirse, transformarse a sí mismo mediante un desenvolvimiento de las relaciones consigo mismo, por la reflexión sobre sí mismo, el conocimiento, el examen, etc. En la moral cristiana nos situamos del lado de una exigencia dirigida al individuo para que, en la relación que tiene consigo mismo, en sus diferentes acciones, pensamientos o sentimientos, se constituya como sujeto moral mediante ejercicios en los que debe reconocerse como objeto de su propio conocimiento y como objeto de su propia renuncia. Sobre esta relación, entre la moral filosófica Antigua y la moral cristiana, Foucault considera que no deberíamos preguntarnos cuáles son los elementos de código que el cristianismo pudo tomar del pensamiento antiguo y cuáles son los que ha sumado por propia iniciativa, “convendría preguntarse cómo, bajo la continuidad, la transferencia o la modificación de los códigos, las formas de la relación consigo mismo –y las prácticas de sí que se vinculan- han sido definidas, modificadas, reelaboradas y diversificadas”.<sup>196</sup> Resulta evidente pues, que a lo largo de nuestro estudio no hemos pretendido hacer una historia de los códigos de conducta ni de los diferentes sistemas de reglas y valores que han sido propuestos por diferentes instancias y que están en juego en una sociedad o en un grupo dados. Lo que hemos pretendido analizar, es justamente esta relación que el sujeto establece consigo mismo mediante juegos de verdad; la relación entre el sujeto y la verdad en las distintas prácticas de sí mismo –del cuidado de sí y del conocimiento de sí- que constituye un tipo de subjetividad específico según una época determinada.

Así, para la época del cristianismo primitivo, aquél que se desarrolló bajo la forma inicial del ascetismo estoico y que luego tomó su propia forma, encontramos el tema de la salvación como una moral de renuncia con la que el sujeto debe identificarse.

El verbo *Sozein* (salvar) o el sustantivo *soteria* (salvación) aparece en la filosofía griega, helénica y romana como el objetivo de la práctica y la vida filosófica. Este tema de la

---

<sup>196</sup> Foucault, *El Uso de los Placeres*. op. cit. p. 32.

salvación se encuentra una vez que, en el mundo griego y romano se hace la distinción, como igualmente la aplicará el cristianismo, entre aquellos sujetos que son capaces o que no son capaces de sí. Recordemos que las prácticas del cuidado de sí se ejercían únicamente en grupos más o menos cerrados, grupos o elites que se distinguían por albergar a hombres capaces de sí, opuestos al *oi polloi*. En otro momento decíamos que no es el estatus del individuo el que define esta capacidad, sino el tipo de relación en la que el sujeto decide entregarse a su propio cuidado, en la capacidad que tiene éste de constituirse como objeto de su preocupación. Para el cristianismo, esta cuestión selectiva implica reconocer el llamado que se hace a todos pero al que sólo acuden unos cuantos, “la gran forma del llamado universal que no asegura más que la salvación de algunos... que sólo está reservada a unos cuantos”.<sup>197</sup> Tenemos pues, con esta distinción de aquellos que son capaces de ejercer el *otium* y la *skhole*, no la invención de la forma de salvación, sino la articulación de esta forma simple de salvación en el cultivo de sí y en las tecnologías del alma que ya hemos analizado.

La noción de salvación, dice Foucault, la encontramos en Platón, y precisamente asociada al problema del cuidado de sí y el cuidado de los otros; salvarse a sí mismo para salvar a los otros, pero salvarse de qué. En el caso de Platón, se trata de la redención del alma en su identificación con el elemento divino, uno se salva de la ignorancia mediante el autoconocimiento, que era reconocimiento de lo divino en uno mismo; pero también, la salvación de la ciudad envolvía, en concepto de consecuencia, la salvación del individuo, de modo que uno se preocupaba por sí mismo porque tenía que ocuparse de los otros y cuando se salva a los otros, al mismo tiempo se salva a uno mismo, pues todo lo que se hace es siempre pensando primero en la polis. Sin embargo, para el periodo helénico y romano, el tema de la salvación está ligado al desprendimiento de la *stultitia* en la que uno se encuentra cuando no se ha dedicado a sí mismo ni al estudio de la filosofía; de modo que el cuidado, la preocupación por sí mismo nos libera, nos salva de aquél estado. Pero recordemos que para salir de la *stultitia* siempre es necesaria la presencia de otro, concretamente, la dirección de un verdadero filósofo que ejerza la *parresía* y que nos conduzca a esa vida feliz a la que podemos acceder mediante el cuidado del sí. Menciono esto porque, por un lado, a diferencia de la salvación en el otro mundo que va a proponer el cristianismo, en el

---

<sup>197</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 129.

periodo helénico y romano se trataba de salvarse a sí mismo para constituirse como sujeto ético de la verdad que se profesa en una vida actual y no de renunciar al sí mismo para lograr la salvación en otro mundo; y por otro, mientras que en el cuidado de sí filosófico es el *parresiastés*, el verdadero filósofo quien nos salva de la *stultitia*, en el cristianismo será Dios quien cumpla esa misión.

En este nivel de relación en el que encontramos por un lado al filósofo y por otro a Dios, se halla también la concepción que de héroe va a formularse en el cristianismo. En la práctica de sí del periodo helénico y romano tenemos que el *parresiastés* se vuelve más un consejero de prudencia, un consejero de la existencia al que se recurre para aprender ciertas técnicas –los *logoi*– que nos permitan enfrentarnos de manera victoriosa ante cualquier situación dada. En este sentido, el *parresiastés* nunca es visto como un ejemplo a seguir, como un modelo al que se le deba tomar como ineluctable; el *parresiastés* tiene la única función de verter opiniones que se ajustan a reglas racionales de conducta que hacen efectiva la coincidencia entre lo que se dice y lo que se hace o debería hacerse según la razón. El objeto único del *parresiastés*, como veíamos, es proporcionar al individuo las herramientas necesarias que le harán acreedor a una vida afable, a la que pueda tomársele como por obra de arte. De modo que el *parresiastés* será sólo el boceto de esta vida artística que el discípulo debe construir e inventar para sí mismo mediante el cuidado de sí. Para el cristianismo, o bien el pastor o bien Dios, o mediante la afinidad que establece el pastor con Dios, constituye la idea de héroe. El pastor será para el rebaño cristiano un modelo ejemplar de vida, pues el grado de su perfección lo hace merecedor de su cargo; el pastor, que dirige en todo momento la vida de sus ovejas, será quien desdibuje en ellas toda presencia de pecado para construir a sí un alma perfecta, semejante a Dios. Dios será siempre el modelo de referencia del cristiano; estar más cerca de él, renunciando a sí mismo, asegura su salvación. Dios será la salvación.

Bajo esta larga evolución de la relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí, Foucault señala que uno de los rasgos más característicos del siglo I y II de nuestra era, es que la práctica de sí se convirtió en una práctica social: “hubo toda una tendencia a ejercer, difundir, desarrollar la práctica de sí al margen de la institución filosófica, al

margen, incluso, de la profesión filosófica”.<sup>198</sup> De modo que el cuidado de sí se volvió más un modo determinado de relación entre los individuos; el cuidado de uno mismo fue erigido como una conminación necesaria que fundaba el control de los individuos por los otros. El papel del filósofo como *parresiastés* se tornó cada vez más ambiguo al grado de que fue relegado por un nuevo tipo de maestro: el monje, y más tarde el pastor.

Para el periodo platónico, el yo aparece como un elemento de transición hacia otra cosa, que sería la ciudad o los otros –recordemos que Alcibíades se propone cuidar de sí mismo con el objeto de constituirse como un buen gobernante-. Así quedaba expuesto que el cuidado de sí era el cuidado de la ciudad. En el periodo helénico y grecorromano, el yo es la meta definitiva y única del cuidado de sí; uno se cuida a sí mismo con el objeto de tenerse a sí mismo como fin último, de modo que el cuidado de sí se propone más en un sentido individual. Pero este grado de ascensión a sí mismo, este excesivo desvelo por tenerse a sí mismo como única meta, será considerado en el cristianismo como un egoísmo puro, pues, en el cuidado de sí cristiano, el amor a uno mismo no puede nunca ser más grande que el amor proferido a Dios. En la filosofía cínica, estoica, epicúrea, etcétera, el cuidado de sí llegó a emparentarse con un arte, con un procedimiento meditado de existencia, con la técnica de la vida: “a medida que el yo se afirmaba como el objeto de su propia preocupación, entre la *techné tou biou* y el cuidado de sí había una identificación cada vez más marcada”.<sup>199</sup> Había una profunda acentuación por la vida, por la vida entendida como una obra de arte y a la que se puede acceder mediante el cuidado de sí; sólo cuidando de sí mismo uno podía construir este arte de la existencia. Sin embargo, cuando el acento dejó de ponerse en la vida, en el *βίος*, y se colocó más del lado del yo, en las técnicas para descifrar el alma, las preocupaciones por construir una vida estética en este mundo se trasladaron y la preocupación para acceder a otro mundo se colocó en el centro de toda reflexión espiritual. Una vez que la filosofía helénica y romana puso de relieve la relación entre sujeto y verdad, la transformación del modo de ser del sujeto por sí mismo acorde con la verdad adquirida; la *techné tou biou*, el arte de vivir, giró cada vez más en torno a la cuestión: ¿cómo debo transformar mi propio yo para ser capaz de acceder a la verdad? De aquí se deduce, dice Foucault, que la espiritualidad cristiana de los primeros siglos se haya presentado con toda naturalidad como el cumplimiento de una filosofía pagana

<sup>198</sup> Foucault, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 157.

<sup>199</sup> *Ibid.* p. 177.

que ya estaba dominada por el tema de la transformación de sí,<sup>200</sup> de la conversión a sí mismo y, más tarde, del retorno a sí mismo como trayecto que conduce a la salvación.

Foucault reconoce que en nuestra actualidad, cuando pensamos en el concepto de salvación, nos remitimos siempre a un sistema binario: la salvación se sitúa entre la vida y la muerte, el bien y el mal, la mortalidad y la inmortalidad o este mundo y el otro, de modo que la salvación toma la forma de un operador de pasaje. La idea de salvación está ligada también a la dramaticidad de un acontecimiento, como el del pecado original, el arrepentimiento, la encarnación de Cristo, etc., que la organizan y la hacen posible. Y por último, entendemos que para acceder a la salvación debe haber un sujeto predispuesto y otro que le ayuda a encontrar este camino. Así, entendida de este modo, la salvación no es más que un elemento religioso. Pero como señalábamos, la idea de salvación también se encuentra en el periodo helenístico y romano como una noción filosófica muy recurrida. Foucault identifica que el término *Sozein* es ante todo, para los griegos, librar de un peligro que amenaza: salvar de un naufragio, salvar de una derrota, salvar de una enfermedad. También significa guardar, proteger, disponer alrededor de una cosa una protección que le permita mantenerse en el estado en que se encuentra. Esta acepción, comenta Foucault, se encuentra en el *Cratilo* de Platón, en donde éste menciona que los pitagóricos consideran al cuerpo justo como una protección del alma, como un recinto del alma *hina sozetai* (a fin de que el alma se salve). *Sozein* quiere decir también conservar, proteger algo como el pudor –según Epicteto–, el honor o eventualmente el recuerdo. Por el lado jurídico, significa escapar a las acusaciones formuladas, mostrar que se es inocente. La forma pasiva de este verbo, *sozesthai*, quiere decir en ese momento ser salvado, subsistir, ser conservado, bajo la idea de mantener el estado primitivo o el estado de pureza original. Y por último, *sozein* en un sentido positivo significa hacer el bien: asegurar el bienestar, el buen estado de algo, alguien o una colectividad.<sup>201</sup>

Así, esta serie de acepciones sobre la palabra *sozein* no puede limitarnos a pensar que se trata de una idea negativa en el sentido de salvarnos del peligro, escapar de la prisión del cuerpo, escapar a la impureza del mundo... Salvarse, para este periodo al que nos referimos, en un sentido positivo, implica construir una fortificación del alma; la

---

<sup>200</sup> *Ibid.* p. 179.

<sup>201</sup> *Cfr. Ibid.* p. 182.

salvación de ésta se realiza cuando está convenientemente armada, pertrechada de discursos verdaderos de tal forma que pueda, en efecto, defenderse llegado el caso. Así, dice Foucault, quien se salva es aquél que se encuentra en un estado de alerta, en un estado de resistencia, en un estado de dominio y soberanía de sí que le permite rechazar todos los ataques y todos los asaltos.<sup>202</sup> Salvase será pues, una condición de posibilidad que nos permita gozar del beneficio que uno se hace a sí mismo, cuyo operador es uno mismo, garantizando la propia felicidad, tranquilidad, etc. En esta noción de salvación que encontramos en el periodo helenístico y romano, la salvación no alude a una vida ulterior, por el contrario, salvase es una actividad que se desarrolla a lo largo de toda la vida y que desarrolla el sujeto sobre sí mismo. Foucault lo resume diciendo que la salvación es la forma a la vez vigilante, continua y consumada de la relación consigo: el yo es el agente, el objeto, el instrumento y la finalidad de la salvación.<sup>203</sup>

Mientras que para el periodo helénico y grecorromano, la salvación asegura un acceso a sí mismo mediante la *askesis*, que hace del decir veraz un modo de ser del sujeto, para el cristianismo, salvase implica siempre una renuncia sobre sí mismo mediante ejercicios ascéticos. En la ascética cristiana, el sujeto debe adoptar el camino indefinido del progreso hacia la santidad mediante maceraciones que le permitan superarse a sí mismo, al extremo de renunciar a sí. En todo caso, este cristiano tendrá siempre un adversario común, él mismo. El enemigo del cristiano será él mismo en la medida en que en él reconoce el pecado, la naturaleza de la caída, la seducción demoníaca, etcétera; encuentra en sí mismo los poderes más venenosos y peligrosos que debe afrontar. Es por esto que el sujeto cristiano debe construir una relación de fe no consigo mismo, sino con los Textos Sagrados, con la revelación.

En este punto encontramos el tema del *convertere ad se* que proclamaba primeramente Platón y que, con distintas significaciones, fue encomiado por Séneca, Epicteto, Marco Aurelio, y que, del lado del cristianismo tomará la forma de un autoconocimiento y autorrenunciamiento, hablamos pues, para el periodo cristiano, del convertirse a sí mismo como una tecnología del yo. En Platón figura la noción de *epistrophe*, que consiste en apartarse de las apariencias; la conversión a sí es una manera de apartarse de las apariencias, en un segundo momento, este retorno a sí nos permite admitir la

---

<sup>202</sup> *Ibid.* p. 183.

<sup>203</sup> *Ibid.* p. 184.

ignorancia y consagrarnos a nosotros mismos, a nuestra búsqueda. Así, en esta reminiscencia, el sujeto puede volver a su patria que es la de las esencias, la verdad, la divinidad, la del ser. De este modo, la *epistrophe* platónica se mueve sobre tres ejes fundamentales:<sup>204</sup> 1) La reminiscencia muestra la oposición entre este mundo de apariencias y el otro, el de las esencias. 2) Se introduce el tema de la liberación o desprendimiento del alma respecto al cuerpo, éste se presenta como la prisión, la tumba del alma. El cuerpo tendrá pues un sentido negativo en la concepción platónica. 3) La conversión a sí es el privilegio del conocer la verdad, conocerse es conocer la verdad. En el periodo helénico y romano, el *convertere ad se* no se mueve nunca en el eje de la oposición entre este mundo y otro, sino entre lo que depende y no depende de nosotros –como lo señala el ejercicio del control de las representaciones de Epicuro- en este mundo y de manera actual; en este sentido, los ejercicios de meditación helénico y romano exigían una comunión adecuada consigo mismo, la conversión no se hace en la censura con el cuerpo sino en la adecuación a sí mismo. Y por último, el conocimiento no se hace en la forma de la reminiscencia, sino en la práctica de la *askesis*.

En la conversión cristiana, tal como se desarrolla, según Foucault, a partir del siglo III y el sobre todo en el siglo IV, para la cual los cristianos usan el término *metanoia*, es muy diferente a las que hemos analizado. Foucault identifica las distintas definiciones de la palabra *metanoia*: pertinencia y también cambio, el cambio radical del pensamiento y el espíritu. En este sentido, la conversión cristiana implica una mutación súbita, un cambio que sin embargo ha sido preparado mediante un camino definido, trazado por leyes precisas; pero esta conversión es súbita debido a que debe producir en el sujeto un acontecimiento que lo sacuda y lo transforme de una solo vez en un modo de ser específico. En esta conversión, en esta conmoción súbita y dramática tenemos un pasaje: pasaje de un tipo de ser a otro, de la muerte a la vida, de la mortalidad a la inmortalidad, de la oscuridad a la luz, del reino del demonio al de Dios, etc. Así, sólo puede haber conversión en la medida en que, en el interior mismo del sujeto, se produzca una ruptura. “El yo que se convierte es un yo que ha renunciado a sí mismo”.<sup>205</sup> Renunciar a sí mismo implica morir para sí mismo, renacer en otro yo con una nueva forma, que en cierto modo no tiene nada que ver, ni en su ser, ni en su modo

---

<sup>204</sup> Cfr. *Ibíd.* pp. 208-209.

<sup>205</sup> *Ibíd.* p. 210.

de ser, ni en sus hábitos, ni en su *ethos*, con el que lo precedió. Este es el elemento fundamental de la conversión cristiana.

Esta conversión de sí cristiana adopta su carácter antiguo con la expresión *fugere a se* que señalaba Séneca en la sexta carta a Lucilio: huir de sí, escapar de sí mismo, transfigurarse, llevar a cabo una mutación de sí mismo. Pero por supuesto, la ruptura que puede encontrarse en Séneca no se produce en el yo, sino en lo que rodea al yo y que pudiera desestabilizar la firmeza del alma. El yo en Séneca intenta liberarse no de sí mismo sino de las amenazas que puedan presentársele a lo largo de la vida.

Esta *metanoia* del cristianismo, a parte de aludir a una conversión, tiene un sentido de disgusto, sentir remordimientos, uso que según Foucault se encuentra en el libro III de Tucídides. La concepción de *metanoia*, que en otro momento representó para Epicuro un arrepentimiento, pero en el sentido positivo de desechar los juicios erróneos que podemos tener en la cabeza para no dirigirnos reproches a causa de ellos, era referida también por Marco Aurelio, quien aconseja, en referencia a cada acción, preguntarse: ¿no tendré a caso que arrepentirme de ésta?<sup>206</sup> Para ambos, el arrepentimiento es algo que hay que evitar mediante una serie de cosas que no debemos hacer o de placeres que tenemos que rechazar.

La *metanoia* cristiana pues, obedece a un esquema muy diferente que el de sus predecesores; se trata de un estremecimiento del espíritu, una renovación radical, una especie de nuevo alumbramiento del sujeto en cuyo centro está la muerte y la resurrección como experiencia de sí y autorrenunciamiento. En la mística cristiana, dice Foucault, encontramos el tema del yo que se abisma en Dios y que pierde su identidad, su individualidad, su subjetividad en la forma del yo, por una relación inmediata y privilegiada con Dios.<sup>207</sup> Así, en el cristianismo Dios es puesto en el lugar del hombre, éste sólo encuentra su patria en su propio renunciamiento y en la aceptación de Dios como su salvación. Si uno retorna a sí, en esta conversión a sí mismo, es simplemente para renunciar a sí.

---

<sup>206</sup> Marco Aurelio, *Pensamientos*, VIII, p. 83. En *Ibíd.* p. 215.

<sup>207</sup> Foucault M, *Hermenéutica del Sujeto*, op. cit. p. 245.

En adelante, renunciar a sí mismo, a las propias pasiones, a los propios deseos, a los pensamientos que viene de uno mismo y, como consecuencia natural, en la forma de pecado, será la condición necesaria de nuestra salvación. El yo debe conocerse, descifrarse para poder tener una identidad con la verdad de Dios. Es necesario conocerse a sí mismo; aun cuando esto no sirviera para hallar la verdad, servirá al menos para regular la vida... si uno se conociera, Dios curaría y perdonaría.

Para concluir, diremos que las tecnologías del alma del periodo cristiano apuntaban a exigir del sujeto, para la remisión de sus pecados, varias cosas: un examen continuo de sus representaciones –como lo expuso Casiano- a fin de desalojar de ellas cualquier presencia maligna; la verbalización de los pecados cometidos ante la presencia de un superior al cual se trata con deferencia; pero sobre todo, una confesión exhaustiva de los malos pensamientos.

Nótese pues, que existe en el cristianismo una eminente obligación de decir la verdad sobre sí mismo; y para que esta verdad sea enunciada se necesita, por un lado la existencia de otro al cual uno se dirige para revelarse a sí mismo y, por otro, debe desarrollarse una obediencia total mediante ejercicios acéticos. Mediante la obediencia, el sujeto emite un discurso en el que puede dejar leer su propia alma, debe transmitir en el hilo de su discurso la verdad de sus deseos. Dice Foucault: “el gobierno de los hombres demanda de parte de los dirigidos, además de los actos de obediencia y sumisión, ‘actos de verdad’ que tienen la particularidad de que no sólo se exige al sujeto que diga la verdad, sino que la diga acerca de sí mismo”.<sup>208</sup> Esto es justamente la idea de confesión propuesta por Foucault, la obediencia queda fijada en el momento en el que se revela la verdad íntima del sujeto. Así, el sujeto se relaciona con la verdad en un sentido de sujeción.

En la tecnología del yo cristiana encontramos esta sujeción, esta objetivación del sujeto que se organiza mediante un lazo entre la obediencia total, el conocimiento de uno mismo y la confesión a otra persona. En este capítulo, Foucault nos ha provisto de herramientas que permiten mostrar cómo el cristianismo primitivo configuró la idea de un poder pastoral que se ejerce continuamente sobre los individuos a través de la

---

<sup>208</sup> *Dits et Ecrits*, volumen IV. En ibid. 482.

demostración de su verdad particular. Se ha intentado mostrar hasta qué punto esta idea de poder pastoral era ajena al pensamiento griego, a pesar de cierto número de imitaciones tales como el examen de conciencia práctico y la dirección de conciencia. Este nuevo saber desarrolló una tecnología de poder sobre el hombre, transformó al individuo en un cuerpo dócil y útil bajo prácticas locales de una dominación individualizante. En el cristianismo, el sujeto se vuelve un objeto de conocimiento para sí mismo y para el pastor; la salvación, mediada por éste último, será la recompensa de su obediencia y autoconocimiento. Si bien en el periodo griego, helénico y grecorromano hallábamos una práctica de sí y de la verdad en la que se juega la liberación del sujeto, la constitución de sí mediante la apropiación de discursos verdaderos, de reglas racionales de conducta indispensables para adquirir una *techné* de la existencia; para el periodo cristiano encontramos a un sujeto atrapado, anudado desde el exterior por la verdad, el sujeto debe renunciar a sí mismo descifrando su propia verdad.

En este punto, quisiera retomar esta noción del poder, según como lo entiende Foucault, en un sentido positivo. Decíamos que el poder sólo se ejerce en una relación de fuerzas actuantes, susceptibles de tomar partida dentro de la relación. El ejercicio de poder, en este sentido, es productivo e inventivo: produce siempre un efecto, produce realidad. Lo interesante del análisis foucaulteano sobre el poder, es que este poder no sólo se reduce a decir “no”, no sólo se encarga de prohibir, impedir, obstaculizar... el poder también puede ser positivo. Pensemos pues, que en el cuidado de sí, en la relación que establece uno consigo mismo tal como la analizamos en la filosofía griega y romana, existe también una relación de poder que el sujeto ejerce consigo mismo, es decir; dentro del individuo bien se puede establecer una relación de fuerzas, éstas estarían representadas por dos momentos del sujeto: uno, que es el momento actual del sujeto, y otro, el que quiere llegar a constituirse como una obra de arte, o como el que quiere dejar de ser lo que es para proyectarse como sujeto ético de su existencia. En este repliegue del sujeto es donde encontramos la relación de fuerzas que el sujeto establece consigo mismo entre lo que es y lo que quiere llegar a ser. Quiénes somos, por lo tanto, según la visión de Foucault referida al estudio del cuidado de sí y del conocimiento de sí en la época griega, helénica y grecorromana, es el resultado del ejercicio del poder con el que nosotros mantenemos una lucha constante y permanente. Pero es importante señalar también, que no es posible para el poder ejercerse sin un conocimiento, de modo que,

saber algo es tener poder sobre él; para poder tener poder sobre algo, tenemos pues que conocerlo. El conocimiento es, sin lugar a dudas, poder, pero el poder es, en no menor medida, conocimiento. De aquí que el cuidado y el conocimiento de sí nos permitan entrar en esta relación, en esta lucha; conocerse será pues este ejercicio de poder que el sujeto debe realizar en sí y para sí mismo mediante el cuidado de sí, el sujeto debe ser el producto de esta lucha interna, debe ser el resultado del ejercicio de poder que lleva a cabo consigo mismo, puesto que el poder es productivo, el sujeto producido por él, siendo él mismo una forma de poder, puede ser productivo en su propio derecho. Es por esto que el cuidado de sí no se concibe como un proceso para descifrar quién es uno realmente, sino para inventar quién puede llegar a ser el sí mismo. Y es aquí donde encontramos el valor de la ascética del sí mismo, en donde Foucault recurre a la metáfora del artista propuesta por Plutarco en un texto titulado: *Sobre el refinamiento de la ira*, que plantea adoptar hacia uno mismo el papel de técnico, de artesano, de artista que deja de trabajar, examina lo que está haciendo, se recuerda a sí mismo las reglas de su arte, y compara esas reglas con lo que ha realizado hasta ese momento, para, consecuentemente y bajo cierta perspectiva, replegarse sobre sí mismo y elaborar frente a ese cuadro la más excelsa obra de arte a la que le es posible acceder: su yo.



## CONCLUSIÓN

Es importante señalar que tras el combate sostenido entre el modelo platónico, que prevaleció hasta los primeros siglos del cristianismo, y el modelo cristiano, emergió un tipo de subjetividad y un conocimiento sobre el sujeto como objeto de conocimiento, aunque con sus distintos matices en uno y otro periodo como bien lo explicamos. Hay que decir también que entre el platonismo y el cristianismo se constituyó, durante todo el periodo helenístico y grecorromano, un arte de sí mismo. Y son justamente el modelo helénico y grecorromano, los que han hecho posible nuestro encuentro – el mío, el de Foucault y el de nuestro amable lector-, y en donde la práctica del cuidado de sí, como elemento fundamental de una estética de la existencia, encuentra su lugar y su patria. De manera particular, he querido resaltar estos periodos dado que en ellos hallamos la máxima expresión de prácticas ejercidas para un cuidado de sí como el momento cumbre de una *techné tou biou*, ya que tanto en el mundo griego como en nuestra actualidad, podemos hallar una constante preocupación por el cuidado de uno mismo, pues en la vida, diría yo citando de memoria a Epicteto, lo más importante es estar sanos y ser felices. Aunque las prácticas de sí que nos sirvan de guías para alcanzar estos objetivos sean diversas y variadas, y parezca haber un abismo infranqueable entre el mundo antiguo y nuestra contemporaneidad, bien podemos reconocer en los helénicos y grecorromanos la historia de una experiencia que nos pudiera acercar a la comprensión de lo que somos en nuestra actualidad.

Lo que he querido mostrar con esta investigación de corte foucaultea, son tres grandes modelos que recubrieron la historia de distintos tipos de subjetividad, a saber, el modelo platónico-socrático, el modelo helenístico y el modelo cristiano. También he querido decir que este último modelo, el cristiano, aparece como un legado permanente del cual no hemos podido liberarnos. Bajo la estrecha relación de los preceptos cuidado de sí y conocimiento de sí en el periodo griego, helénico y grecorromano he querido rastrear una tarea foucaultea, a saber: que en la Antigüedad, la vida, entiéndase la manera como el mundo se nos presenta inmediatamente en el transcurso de nuestra existencia, aparecía como aquello que había que cuidar, que había que construir y preservar como una obra de arte mediante una *techné*, que Foucault reconoce como una *techné tou biou*;

y por otro lado, cómo al principio y a lo largo del cristianismo, ya no se trata de cuidar el *βίος*, sino de conocer al yo, de una *techné* del yo.

Vimos que el cuidado de sí pierde la supremacía que adquirió en el mundo helénico y grecorromano, y el conocimiento de sí se coloca en el fundamento de lo que posteriormente se constituirá como una renuncia de sí profesada por el cristianismo de los primeros tiempos.

La renuncia de sí, aparece pues como la consecuencia de largos siglos de evolución de los preceptos antiguos cuidado de sí y conocimiento de sí; de hecho, este último precepto es primordialmente el suelo, el fundamento sobre el cual se gesta una renuncia del sujeto sobre sí mismo. Recordemos que si bien el cristianismo trató de aniquilar a la filosofía gnóstica, que partía de principios platónicos que aludían al reconocimiento del alma en su elemento divino, también es claro que, para el periodo cristiano el conocimiento de sí adquiere fuerza ya no en un sentido platónico, sino en relación a una exposición verbalizada de la verdad interior del sujeto, de la verdad de sus pensamientos, sus deseos y del origen de sus representaciones.

En el fondo de esta investigación subyace el problema de la verdad, o el problema de la relación entre la verdad y el sujeto. Hemos visto que para el periodo helénico y grecorromano no se trata de descubrir una verdad en el sujeto o de encontrar a aquélla dentro de él mismo, sino de dotar al sujeto de una verdad que no conoce y que no reside en él, para hacer de éste un sujeto pertrechado de discursos verdaderos. El sujeto, en su relación con el otro, se constituye como un sujeto ético capaz de verdad. Por su parte, dentro de las tecnologías cristinas del yo, el sujeto aparece como poseedor de una verdad que tiene que ser develada, descifrada y expulsada para acceder a otro tipo de verdad que no es directamente la suya, pero la cual le permitirá obtener su salvación. Foucault considera que hemos heredado la tradición de moralidad cristiana que convierte la renuncia de sí en un principio de salvación. Nuestra moral se caracteriza primordialmente por exigir al sujeto su propio rechazo, rechazar lo que hay en él de inventivo y de creativo, pues cualidades tales no son propias del primogénito del pecado original. El nuevo yo cristiano debe ser constantemente examinado, ya que en él se alojan la concupiscencia, los deseos de la carne y numerosas perversiones. La proximidad que hallamos entre la ascética helénica y la ascética cristiana queda

expuesta en las prácticas del cuidado de uno mismo; su evolución pone de manifiesto la idea de que el yo deja de ser ese algo que debía ser formado para convertirse en algo a lo que se tiene que descifrar y consecuentemente, renunciar.

De este modo, hablar de moral cristiana resulta interesante si consideramos que fue a partir de la moral austera del modelo helenístico que el cristianismo repatrió y elaboró las técnicas del sí para hacer de ellas justo lo que ahora conocemos como moral cristiana. Así, atender a la moral cristiana para preguntarnos sobre el sentido ético que distingue este preciso momento de nuestra historia, resultaría un error, pues habría que considerar lo que sabemos sobre la evolución de la ética pagana que comprende desde el siglo IV aC hasta el siglo IV dC.

Finalmente quiero exponer una idea que me parece central en Foucault y que nos acerca de manera inmediata con el pensamiento nietzscheano. Zaratustra se oponía rotundamente a la creación de ídolos, él mismo nunca pretendió ser uno; deleznable sería aquél que sabiéndose solo en el universo tuviera que recurrir a la adoración de otro, de un otro que él mismo se niega a ser. La idea de que sólo negando los modelos se puede establecer algo que es verdaderamente propio es central tanto en Nietzsche como en Foucault para entender la filosofía como el arte de vivir. Así, la idea de adoptar un modelo a seguir como forma de vida única y válida para todos fue rechazada por Foucault, de donde se desprende que el estudio de una ética como estética de la existencia no implica necesariamente una alternativa para liberarnos de lo que somos ni quiere decir que tengamos por ejemplar la vida griega o helénica. Proponer una solución actual mediante una solución que sirvió en otro tiempo, sería esencialmente un grave error. No podemos simplemente pensar que en la moral griega existe un ejemplo a seguir para una nueva moral, pues resulta imposible fundamentar una moral moderna sobre aquella, pasando por en cima de la moral cristiana, quien con sobrado reconocimiento es ella la que confiere a nuestro sistema de valores sus peculiaridades más propias.

Me parece que el trabajo Foucaulteano sobre las técnicas del yo está más relacionado con la idea de hacer reconocible lo peligroso de las relaciones del sujeto con la verdad, del sujeto consigo mismo y del sujeto en su relación con los otros, que la simple idea de una alternativa de vida. Lo que hizo efectivamente Foucault fue reconocer, en un tipo de

experiencia dada, que estos peligros, los cuales parecen tener más fuerza en nuestra contemporaneidad, pueden ser escudriñados y desentrañados por un quehacer genealógico.

Así, el arte de vivir al que hemos aludido en este estudio, no debe entenderse como una regla universal a la cual debería someterse todo el mundo; si quisiéramos preguntarnos qué somos ahora, y nos dignáramos a cambiarlo, no tendríamos que reactivar una serie de ejercicios y adoptar conductas paganas. Esto no es lo que hemos querido decir; de lo que se trata, en todo caso, es de reconocer que el tipo de experiencia de las técnicas del cuidado de sí, las técnicas para la vida, puede ayudarnos a construir un cierto punto de vista que sería una herramienta útil para nuestros cuestionamientos, para la posibilidad de ser aquello que efectivamente podríamos llegar a ser.

## BIBLIOGRAFÍA

Dreyfus Hubert L. y Rabinov P., *Michel Foucault: Más allá del Estructuralismo y la Hermenéutica*, Editorial Universidad Nacional Autónoma de México, 1988.

Epicteto, *Pláticas por Arriano*, libro II y III, Ediciones Alma Mater, España, MCMLXV.

Foucault Michel, *Historia de la Sexualidad*, vol. 2: *El Uso de los Placeres*, Editorial Siglo XXI, decimoquinta edición, México, 2003.

*Historia de la Sexualidad*, vol. 3: *La inquietud de sí*, Editorial Siglo XXI, decimotercera edición, México, 2004.

*La Hermenéutica del Sujeto*, Editorial Fondo de Cultura Económica, México, 2004.

*Tecnologías del Yo y otros textos afines*, Editorial Paidós, Barcelona, 1990.

*Discurso y Verdad en la Antigua Grecia*, Editorial Paidós, Barcelona, 2004.

*Estética Ética y Hermenéutica*, Editorial Paidós, Barcelona, 1990, obras esenciales volumen 3.

García Gual Carlos, *Epicuro*, Editorial Alianza, Madrid, 1981.

Hadot P. Deleuze G. y otros., *Michel Foucault Filósofo*, Editorial Gedisa, Barcelona, segunda reimpresión 1990.

Kaminsky Gregorio, *El yo minimalista y otras conversaciones*, Compilaciones, Editorial La Mirada, Colección Biblioteca de la Mirada, Buenos Aires, Argentina, 2003.

Laercio Diógenes, *Vidas, opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres*, Editorial Porrúa, México D. F. Primera edición 1984.

Lechuga Graciela, *Breve introducción al pensamiento de Michel Foucault*, Editorial Biblioteca Básica Universidad Nacional Autónoma Metropolitana, México, 2007.

Nehamas Alexander, *El Arte de Vivir, Reflexiones socráticas de Platón a Foucault*, Editorial Pre-textos, España, primera edición 2005.

Platón, *Apología de Sócrates*, Editorial Espasa Calpe, Madrid, 1974.

*Fedón (o del alma)*, Editorial Aguilar, Argentina, décima edición 1980.

Séneca Lucio Anneo, *Cartas morales a Lucilio*, Tomo Primero, Editorial Obras Maestras, España, 1969.

*Tratados Morales*, Tomo I, UNAM, Segunda edición, México D. F. 1991.