

# El cuidado de sí: acontecimiento ético – estético en Séneca y Michel Foucault\*

## Fecha de recepción:

28 de abril de 2013

## Fecha de aceptación:

5 de diciembre de 2013

## Cómo citar este artículo / To reference this article / Para citar este artículo:

Padilla, S., Arcos, J. & Trujillo, A. (2013). El cuidado de sí: acontecimiento ético – estético en Séneca y Michel Foucault. *Revista Criterios*, 20 (1), pp. 139-159.

\* Artículo de investigación e innovación.

\* Magíster en Educación, Universidad Javeriana; Licenciado en Filosofía y Teología, Universidad Mariana; Docente hora cátedra, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Departamento de Humanidades, Universidad Mariana, San Juan de Pasto, Nariño, Colombia.  
Correo electrónico: spadilla1959@gmail.com

\*\* Maestrante en Pedagogía, Especialista en Educación con Énfasis en Pedagogía, Licenciado en Filosofía y Teología, Universidad Mariana; Docente Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Departamento de Humanidades, Universidad Mariana, San Juan de Pasto, Nariño, Colombia.  
Correo electrónico: juanpabloarcos@gmail.com

\*\*\* Magíster en Filosofía, Universidad INCCA de Colombia; Licenciado en Teología, Universidad Javeriana; Licenciado en Filosofía, Universidad Santo Tomás, Santa Fe de Bogotá, Cundinamarca, Colombia; Docente Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Departamento de Humanidades, Universidad Mariana, San Juan de Pasto, Nariño, Colombia.  
Correo electrónico: pastusoinca@yahoo.es

**Sergio Antonio Padilla Padilla\***  
**Juan Pablo Arcos Villota\*\*✉**  
**Alberto Vianey Trujillo Rodríguez\*\*\***

El hombre es cosa sagrada para el hombre.

**Séneca**

¿Qué es la ética sino la práctica reflexiva de la libertad?

**Michel Foucault**

## Resumen

Este artículo es producto de una primera reflexión del ejercicio investigativo, orientado a reconstruir la crítica que el filósofo francés Michel Foucault ha ofrecido desde el cuidado de sí, a las dos concepciones clásicas del poder. De acuerdo con lo anterior, se pretende señalar que el mayor logro de Foucault es abordar el poder como una ética del cuidado de sí, pero ésta no es normativa e institucional, sino singular y particular, e invita a los sujetos a la creación de sí; es decir, a un autogobierno.

Desde un sentido sustancial, se toma dos perspectivas: primera, interpretar el pensamiento de Séneca y Foucault desde el “cuidado de sí” y, segunda, establecer una relación del poder y la libertad en el campo de la ética, la reflexión en el campo de la educación, la realidad social y la crítica universitaria. Para el desarrollo del proceso investigativo se implementó el método histórico-hermenéutico, permitiendo reconstruir la problemática planteada, y así, lograr una nueva mirada crítica y de aplicación a la pedagogía y educación.

Se busca, además, comprender y argumentar de forma crítica, el sentido y el significado de la expresión “cuidado de sí” en el pensamiento de estos importantes filósofos.

Cuidado de sí es una competencia ética y auténtica, en la libertad y autonomía con uno mismo; es calidad y excelencia de vida, y un proyecto pedagógico de formación y autoformación; es autoridad y dominio de sí, deber y derecho, apropiación crítica y argumentada de la posibilidad de ser, hacer, convivir y saber vivir.

**Palabras clave:** cuidado de sí, ética, libertad, pedagogía, política.

## Self-care: an ethical - aesthetic event in Seneca and Michel Foucault

### Abstract

This article is the result of a first reflection of the research exercise focused to rebuild the criticism that Michel Foucault, the French philosopher, has offered from self-care toward the two classical conceptions of power. According to this, we can say that Foucault's greatest achievement is to address power as an ethic of self-care, however this is not normative and institutional but a singular and particular subject that invites to self-create; that is, self-government.

Since a substantial sense the project has two perspectives: first, try to interpret Seneca's and Foucault's thought, from the self-care, and secondly, to establish a relationship of power and freedom in the field of ethics, the reflection in the field of teaching, the social reality and the university criticism. For developing the research process, it was involved the historical hermeneutic method, allowing rebuild the issues raised, and get in consequence a new critical and applied eye toward the pedagogy and teaching.

The article aims to understand and argue, in a critical way, the meaning and significance of "self care" into these important philosophers' thinking. Self-care is a real and authentic ethical competence in freedom and autonomy with oneself; it is quality and excellence of life, and an educational project of training and self-training; it is au-

thority and self-control, duty and right, critical and reasoned appropriation of possibility of being, doing, how to live together and knowing how to live.

**Key words:** self-care, ethics, freedom, pedagogy, politics.

## Autoatendimento: acontecimento ético - estético em Sêneca e Michel Foucault

### Resumo

Este artigo é o resultado de uma primeira reflexão do exercício de investigação destinado a reconstruir a crítica que Michel Foucault, o filósofo francês, ofereceu a partir do próprio cuidado, as duas concepções clássicas do poder. De acordo com isto é possível afirmar que a maior conquista de Foucault é abordar o poder como uma ética do cuidado de si mesmo, mas isso não é normativo e institucional, mas um sujeito singular e particular que convida a própria criação, ou seja, um autogoverno.

A partir de um sentido substantivo, o projeto tem duas perspectivas: interpretar o pensamento de Sêneca e Foucault a partir do “cuidado de si” e, estabelecer uma relação de poder e liberdade no campo da ética, a reflexão no campo da educação, a realidade social e a crítica universitária. O desenvolvimento do processo de pesquisa envolveu o uso do método histórico-hermenêutico, para reconstruir as questões levantadas e fazer uma nova visão crítica e de aplicação, para educação e formação.

O artigo também procura entender e discutir criticamente o significado e a importância do “cuidado de si” no pensamento destes importantes filósofos. Autocuidado é uma competição ética e eficaz em a liberdade e autonomia em si mesmo; é a qualidade e a excelência da vida e um projeto educacional de formação e autoformação; é a autoridade e autocontrole, dever e direito, apropriação crítica e argumentada da capacidade de ser, fazer, conviver e saber viver.

**Palavras chave:** autocuidado, ética, liberdade, educação, política.

## 1. Introducción

El artículo tiene el propósito de invitar a una lectura con análisis, interpretación, proposición, reflexión académica y ante todo una postura y mirada críticas respecto del pensamiento de grandes intelectuales y pensadores como Séneca y Foucault, en un tema que amerita muchos estudios al respecto como lo es “la ética y el cuidado de sí”. Es un tema complejo puesto que se genera una relación con el todo del acontecer humano, filosófico y científico como es la ciencia política, el poder, la libertad, los valores, la realidad del ser, lo social, el conocimiento, la educación, la pedagogía y la verdad. Temas que tocan la realidad académica desde la docencia, investigación e interacción social, que son los pilares del ser y quehacer de la universidad.

Séneca y Foucault problematizan lo humano de estar en el mundo de la vida en relación al cuidado de sí, en cómo despertar ética en un compromiso con la acción de pensar, con mi yo y con el tú, en asumir el control y autocontrol sobre sí mismo; hechos que entran en el plano de la contradicción y de la condición humana, por lo que se ha conocido de ellos y de su realidad, pero que a nuestro juicio, no impiden la grandeza de su pensamiento, de grandes cualidades y que además, dejan una gran pregunta: ¿Por qué la vida es así? Tampoco es posible quedarnos con un sólo juicio, ni vivir sólo para enjuiciar. Será importante en este mismo sentido continuar pensando sobre el significado de la frase “conócete a ti mismo”.

El estudio realizado plantea que la ética es un saber, fruto del ejercicio del pensamiento crítico sobre el acontecimiento de nuestras actitudes, nuestro actuar humano en la toma de decisiones, de ser y hacer; una ética fruto de la reflexión de grandes personalidades en su pensar filosófico y científico, como un reto que no termina, que permanece como una constante, una categoría de la existencia. El estudio del cuidado de sí está en relación con el lenguaje, la política, el poder, la libertad, el ser, el conocimiento y con la verdad. El trabajo sobre ética y cuidado de sí exige un estudio hermenéutico de la realidad social –acontecer humano–. Es con todos estos acontecimientos del pensar filosófico y científico, que usted como lector se encontrará en este ejercicio de búsqueda para comprender la realidad de lo humano y lo demasiado humano, como lo afirmaba el filósofo Kierkegaard.

## 2. El cuidado de sí en el pensamiento greco-romano de Séneca

El indagar sobre el “cuidado de sí” es un proceso cargado de pensamiento filosófico, y tiene sentido en un ejercicio hermenéutico; de igual manera, establece una relación directa con la categoría ética. Cuidado de sí es una actitud, una forma o manera de ser permanente, es un ‘ser haciéndose’ en la categoría de tiempo y espacio, y de esta manera trascendiendo. Es una expresión muy rica en significado filosófico.

El cuidado de sí y la soberanía sobre sí pueden entenderse como una com-

paración figurada, una metáfora; y así, son muchas las formas de expresar y de decir que tiene el cuidado de sí, infinitas en el proceso del pensamiento desde los griegos Sócrates y Platón, la Escuela Estoica de Zenón de Citio y el llamado Estoicismo Nuevo de Séneca, hasta llegar a pensadores como Foucault, que sin ser los únicos, son grandes representantes en abordar este tipo de reflexión.

Cuidado de sí puede entenderse como control sobre sí mismo, soberanía sobre sí, ocuparse de sí, ser maestros de nosotros mismos, a la manera de Nietzsche. Es cultivo de sí, ocuparse de uno mismo, ser administrador de uno mismo, según Séneca. Conocimiento de sí mismo, gobierno de sí, dominio y autodomínio de sí, según Sócrates y Platón. Ahora bien, es significativo abordar el cuidado de sí en relación con la virtud, que es un concepto del pensamiento griego, al igual que de la Escuela Estoica y de uno de sus representantes más distinguidos como lo es Séneca; la virtud tiene una relación directa con el cuidado de sí y con muchas de las expresiones del texto anterior; virtud y cuidado de sí llegan a constituirse en fundamento de la moral, de la ética y estética, como posibilidad de armonizar y embellecer el ser, más como belleza interior.

El término ‘virtud’ equivale a capacidad y aptitud, y significa la habilidad, facilidad, disposición para llevar a cabo determinadas acciones adecuadas al hombre. No es innata, sólo hay disposiciones para ella y se adquiere únicamente con el ejerci-

cio serio y duradero. Su opuesto es el ‘vicio’ o disposición para actuar en forma inadecuada. Las virtudes del entendimiento perfeccionan al hombre con relación al conocimiento de la verdad pura -especulativa- y son: inteligencia o habilidad para juzgar; ciencia o actitud para razonar; sabiduría o capacidad para avanzar a los supremos fundamentos de la verdad, respecto de la verdad activa –práctica- se encuentran la prudencia y el arte (Brugger, 1978, pp. 538 - 539). Es relevante en el estudio del cuidado de sí, referenciar pensamientos sobre otras virtudes, como el caso de las virtudes morales, consistentes en “una disposición permanente y firme de la voluntad para seguir lo que la razón presenta como justo. La virtud confiere al hombre bondad moral y perfección” (Brugger, 1978, p. 539).

En esa medida, a ser virtuoso se llega en la acción de ‘hacer–haciéndose’; es motivo de esfuerzo propio, es una capacidad, una competencia. Para los griegos como Sócrates y Platón, la virtud es un paradigma ético, porque sólo el hombre virtuoso es justo, bueno y sabio, puesto que al proceder según sus virtudes, se logra la felicidad. La virtud constituye para los griegos una postura ética, pues la vida moral gira en torno a ella; entonces, se llega a ser virtuoso viviendo las virtudes que se expresan en actitudes de vida plena; entendiendo esto, el cuidado de sí se constituye como cuidado interior y exterior de sí y de los otros, lo que genera el hecho ético de manera de ser y hacer, de actuar en el bien y en lo justo.

El estoicismo como escuela filosófica -a la cual perteneció Séneca-, trabajó varios caminos de pensamiento, pero el más sobresaliente fue el de la ética. “La ética se halla fundada en la ‘eudemonía’, pero ésta no consiste en el placer, sino en el ejercicio constante de la virtud, en la propia autosuficiencia que permite al hombre desasirse de los bienes externos” (Ferrater, 1994, p. 112). Esta postura estoica es radical respecto del bien y del mal; el bien es ascenso espiritual profundo, que da felicidad, y por otro lado, el mal es banal, vicio que destruye, que perturba el equilibrio. La ética es razón y sentido de obrar, no llevado por los bienes externos, sino por una convicción natural de la propia razón.

En la epístola 51 Séneca es consciente de la ardua lucha que debe sostener contra la fortuna, la cual pone a su disposición una vida inclinada hacia el placer; lejos de ser ésta una vida buena como parece ser a simple vista, es más bien un yugo con apariencia de libertad. El filósofo sospecha de una vida sin obstáculos, sin esfuerzos; la razón le muestra que de esta manera termina acomodando el sujeto a las formas exteriores, donde se pierde la autonomía y, por tanto, se aleja de la meditación, que es al mismo tiempo alejarse del camino hacia la virtud (Carmona, 2008, p. 69).

El cuidado de sí -en el estoicismo de Séneca- es un autocontrol y autocontrol ante la vida, que se presenta libre hacia el placer. El hombre tiende por su voluntad, a perder el control de sus emociones, es frágil a las situaciones que presenta el

mundo exterior. En una actitud de fortaleza, de vencerse a sí mismo, sin negar el mundo que tiene ante su presencia, ha de llegar a lo más profundo de su interiorización para no perder el control sobre sí mismo. “Lo que propone Séneca en las Cartas morales a Lucilio es eliminar sus influencias nocivas sobre la voluntad del hombre. No codiciar es enseñorearse, ser dueño de la situación, no padecer el deseo” (Carmona, 2008, p. 70). Se trata de lograr ser amo y señor de las situaciones del mundo, de no caer en ser simple cosa, objeto, sino de poner el máximo límite de la voluntad hecha virtud del sabio, de no ser siempre vencido, sino vencedor, de lograr lo máximo, de ser excelente.

El cuidado de sí es un tema infinito, complejo de abordar, debido a que siempre será inconcluso, porque en su relación directa con la virtud, comprende todo un mundo integral dentro del pensamiento filosófico, que incluye -para su comprensión-, unos elementos claves que constituyen la virtud en el estoicismo de Séneca; cabe destacar que estos elementos son: “la honestidad, la vida, muerte y suicidio, conocimiento e idea del bien, tiempo y ocio: necesidad de la vida retirada, ‘*aphateia*’ y tranquilidad del alma, autarquía: en la búsqueda de la virtud; ‘*parrhesia*’: la virtud en el decir y el decir la verdad” (Carmona, 2008, p. 77).

Si ser un hombre virtuoso es saber ‘cuidar de sí’, entonces ser virtuoso y cuidar de sí es, en últimas, ser honesto. Estos tres fundamentos

del pensamiento griego – estoico en su coexistencia, en su unidad e interacción, determinan el logro del ser ético, porque “lo honesto es el punto de partida y de llegada de la moral estoica (...) lo honesto se convierte en la acción propia de la virtud en su ropaje, en el límite que le da contorno. Así, la virtud es un estado de vida, y la honestidad es la supremacía de un estilo de vida” (Carmona, 2008, p. 78 - 79). Lo honesto concuerda con el bien y éste atiende a un estado de felicidad; estar tranquilo, llenarse de gozo, estar pleno. El estilo de vida es una vida única, coherente con una manera de ser que es propia, es unidad entre el pensar y el actuar, es vivencia de una vida interior que se expresa en el bien personal de una actitud respetuosa consigo mismo y con el otro.

El cuidado de sí viene entonces a ser un compromiso con la propia existencia, es cuidar de la imagen personal integral, interna y externa, simultáneamente; es un querer a sí mismo no egoísta, porque es un acto que refleja gratitud personal del otro. La acción honesta es con el otro, el acto recae sobre otro. Cuidado de sí es una aptitud y actitud; se hace, se lucha, se exige, se asume compromiso en el actuar, en el obrar, en el vivir, y esto expresa una vida ética; el obrar ético exige esfuerzo de la razón hacia la perfección; una apuesta al límite de búsqueda de la excelencia, “de un cohesionar del ser en la virtud, obrar según un fin, y dicho fin está por encima del bienestar o malestar que éste produce en la vida cotidiana” (Carmona, 2008, p. 82).

El cuidado de sí -como apropiación del pensamiento estoico en Séneca- expresa una actitud de pensar, conocer, conversar permanente con mi existencia en un continuo diálogo; es una actitud de sabiduría que se comunica, que da y recibe experiencias de vida. Aquí el conocimiento no es un simple conocimiento doctrinario, sin sentido, muerto, sino una vida misma en todo el sentido de la palabra. El diálogo es vital entre sabios, aunque cada uno debe perfeccionarse por sí mismo; pero éstos configuran una comunidad que se comunica a partir de sus escritos, reflexiones y experiencias; conforman una comunidad de investigadores en la medida en que comparten sus reflexiones morales, ayudan a la comunidad: “el sabio no sólo es útil al sabio, sino que, además, le sirve a la comunidad para trazar sus horizontes vitales” (Carmona, 2008, p. 94).

De hecho, el hombre virtuoso, sabio, bueno y justo, mantiene el mundo deleitoso -exterior- a la distancia, ante una postura de retiro, a la medida, bajo su dominio, ubicado, pensado, porque ese mundo de placeres, de poder, de vanidad, engañoso y de traición, entre otros aspectos, ofrece un bienestar que niega la verdad y vive en lo falso, contrario al fin honesto; hace correr una falsa carrera, donde el premio al inicio es una sombra placentera, que al final se manifiesta como una desdicha. “Esta carrera conduce al precipicio. El término de esta vida encumbrada es la caída. Luego que la prosperidad empieza a empujar

nos fuera del camino, no es posible detenernos o, al menos, hundirnos con la nave derecha, o de una sola vez. La fortuna no nos derriba, sino que nos va volteando y nos estrella” (Carmona, 2008, p. 98). Pensar la fortuna implica comprender que es posible ver el mundo material como ‘poder en la ambición’, lo cual requiere discernir, entrar en el juicio más profundo de lo ético sobre lo bueno o malo.

El hombre cuidadoso de sí tiene en cuenta el todo, nada se le puede escapar, por eso vive en la sabiduría, en la verdad, vive exigido, siempre en permanente reflexión y trabajo de la razón; es un pensante de tiempo completo, vive en desvelo continuo, no deja escapar situación alguna, no vive según el camino de los demás, no se presta ni se deja llevar del bajo mundo, ni de lo que determine la mayoría, porque la mayoría no son expresión de la verdad, de la razón, pues por lo general caminan desviados del sentido de ser, por fuera del tiempo y del espacio, porque quien cuida de sí camina el sendero de los sabios.

El tiempo es una categoría fundamental en el cuidado de sí. Y eso es porque en el tiempo se hace la vida, en él fluye la existencia, ahí se crea o se destruye, se es o no se es. Al mal uso del tiempo viene una acción sin sentido, sin razón. Por eso se requiere emplearlo al máximo en acciones que permitan crecimiento, superación, ser de verdad lo que se debe ser, un hombre virtuoso, sabio, honesto, un pensador -filósofo de verdad-, hombre a prueba.

El hombre ha de procurar el éxito interior, que termina en paz, en descanso, en serenidad, en calma con su conciencia, porque el pretendido ‘éxito’ que dan la vanidad y el poder lo llevan a la guerra, que termina en violencia contra sí mismo, en perder la razón y el equilibrio y caer en las pasiones del mal. Séneca manifestó “cuanto fuere el aumento en éxitos, lo será en sobresaltos” (Carmona, 2008, p. 99). Hay que lograr la vida en la luz que produce la sombra, en ese remanso de la vida sencilla, en la escampada de lluvia o de sol que produce un estado de calma y serenidad, de gozo interior. Se requiere alejarse de la vida apresurada que hoy produce un mundo de tantas comodidades, cargado de consumismo, de materialidad, de pretexto, de estar a la moda. La filosofía estoica de Séneca busca ligar sabiduría, serenidad y *‘aphateia’* en la tranquilidad del alma.

El cuidado de sí es lucha sin fin, esfuerzo eterno mientras se vive; de esa manera, es como se vence el error y se goza la plena libertad, que requiere dominio y autodomnio de sí, vencerse a sí mismo como esa posibilidad de la voluntad caída en el mal. Se trata de lograr un poder de convencimiento; tener la capacidad de vencer es llegar al gozo del héroe que vence la batalla de la apetencia a la deshonra y al exceso. Llegar a poseerse, a sentirse y superarse, para lograr la excelencia, encontrar la armonía en la estética, en la belleza de lo humano que implica ser superior al mal. Es lograr el más alto equilibrio en una vida sa-



bia: ser más e incluso el mejor, cono- cedor de la certeza de la vida, como dice la frase en latín: “*Tantum sum- mus, quantum scimus*”, que expresa: “Tanto somos, cuanto sabemos”. Y de aquí se desprende otro pensa- miento: “*intelligentes paucas*”, que quiere decir: “para el buen enten- dedor pocas palabras”. Sabiduría e inteligencia son una clave en la vida ética del cuidado de sí. Entonces, de lo que se trata es de saber entender, descifrando el acontecimiento de la existencia, de la vida misma.

Esta tranquilidad del alma a la que se debe llegar, esa trascendencia del ser en la excelencia -en la máxi- ma exigencia- debe lograr también una lógica dentro de lo humano. Esa permanente lucha y esfuer- zo, pueden chocar y hundir en el cansancio, llegar al desespero, sin sabor y sin sentido. Sin embargo, forzar lo humano más allá de la ca- pacidad puede terminar en el ago- tamiento y en la pérdida del ser.

Pues una producción ininterrumpi- da en los campos fértiles, los agota pronto; así también, el trabajo asiduo quebranta el vigor del alma y un poco de descanso y de reposo le devolverá las fuerzas (...) también es necesario el sueño; pero si uno lo prolonga día y noche será la muerte. Disminuir algo es muy diferente de abandonarlo (Carmona, 2008, p. 103).

El hombre virtuoso, sabio, cuidado- so de sí, requiere en otras palabras recrearse, sin perderse en dicho re- creo, mantener la prudencia, la ra- zón de las razones, tener una actitud flexible; de lo contrario, el capitán del barco que no descansa verá hun-

dirse su nave en las profundidades del océano, llevado por la bravura de las olas, aun teniendo la certeza de que no se puede hundir el alma en las profundidades de la existen- cia del mundo de la vida. Así, se re- quiere un regocijo al alma, tener otro arte, dejarse llevar de la poesía, de la buena y sabia locura; hay que acudir a la estética, como una éti- ca, siendo esto también parte del ‘cuidado de sí’. Esta actitud se apo- ya en “argumentos de la tradición como Platón y Aristóteles, quienes reconocen que todo hombre puede y debe ser asaltado por la poesía y la locura, esta última es matriz de la sabiduría” (Carmona, 2008, p. 103).

Asimismo, el cuidado de sí tiene de alguna manera relación con el conocimiento. El ser humano debe entrar en profundidad a conocer quién es, para poder orientar su existencia, situación que no es muy fácil. Al respecto encontramos que:

Desde Sócrates el conocimiento de sí conduce necesariamente al cui- dado de sí (...) significa que quien busca conocerse sabe que debe procurarse, además, unos elemen- tos que le posibiliten esta condición, dominio de sí, gobierno de sí (...) El dominio que no se busca sobre los demás se procura obtener de sí, se quiere sólo gobernar sobre sí y para ello hay que empezar por no preten- der intereses políticos, alejarse de lo público, no buscar ocupaciones re- lacionadas con el Estado (...). De la misma manera que si no se gobier- na a sí mismo no tendría autoridad para determinar en los demás líneas morales de comportamiento (Car- mona, 2008, pp. 105 - 106).

Para Séneca, el conocimiento de sí conduce al cuidado de sí, que requiere unos elementos básicos como dominio de sí y gobierno de sí: ser dueño de sí, pertenecerse a sí mismo; auto-regirse es la meta. Esto no es fácil de alcanzar en una época griega y romana donde abunda la necesidad de poder, de riqueza, de figuración social, donde el movimiento de los individuos se da hacia fuera, en el afuera, en los entornos de su existencia, viviendo vidas ajenas, donde el imperativo lo pone el medio. Pero el sabio, por el contrario, debe procurarse una vida hacia dentro, desde el interior, donde sea amo y dueño de su ser, y desde ahí asumir el control del afuera sobre las situaciones adversas; el ‘afuera’ no puede ser la razón de lo de ‘adentro’.

### 3. El cuidado de sí en el pensamiento de Michel Foucault

Colocamos una palabra allí donde comienza nuestra ignorancia – donde no conseguimos ver más allá, por ejemplo, la palabra yo, la palabra hacer, la palabra sufrir; esto tal vez sean líneas de horizonte de nuestro conocimiento, pero no son verdades.

F. Nietzsche

En el ‘cuidado de sí’ se requiere contener lo eventual, pasajero e ilusorio que es el poder del mundo político, económico, social, y hechos de la vida como la pobreza, la muerte, la enfermedad y otros acontecimientos de la existencia, pues mientras se vive, se es hombre – humano. Hay que evitar ser eventual y lograr la

permanencia en la vida ética, transparente; hay que negarse a ser bajo, perderse en los honores que llevan al vacío; hay que luchar por el ser alto de templanza y carácter, de sabiduría de la vida, de aquel que sabe vivir. Ahora es significativo continuar el pensamiento sobre el cuidado de sí, que plantea Michel Foucault quien, como buen pensador, va a las raíces del pensamiento griego para recrear su filosofía. De esta manera, aborda la inquietud griega de Séneca, respecto del cuidado de sí. En una de sus etapas de estudio en que se ubica a este filósofo, se encuentra la etapa ética y su reflexión filosófica del ‘cuidado de sí’, que presenta apropiación, juicio crítico, otros avances y miradas sobre esa realidad del hombre, pero que también recrea el pensamiento griego.

En la etapa ética, Foucault mantiene que de lo que se trata es de hacer de la propia vida una obra de arte, liberarse del pegajoso contagio que secretan unas estructuras sociales en las que rige la ley del sálvese quien pueda. En esa medida, se expresa que el sujeto ético es aquél que pretende hacerse a sí mismo. Que busca realizar su proyecto de sentido auténtico, cautivador de su existencia y llega de esta manera al estudio sobre las “tecnologías del yo, que ejercen sobre uno mismo y que permiten a los individuos efectuar por sus propios medios un cierto número de operaciones sobre sus cuerpos, sus almas, sus pensamientos y sus conductas” (Díaz, 1995, p. 153).

Las tecnologías del yo según Foucault son prácticas, estrategias posibles para todos, como esfuerzo individual o grupal, tienen la finalidad de conocer quién soy y cómo cambiar. Si cuidado de sí -desde la etapa ética de Foucault es crítica reflexiva-, sobre el ser objeto para que logre la subjetividad, es destacar las verdades de lo que se es y una posibilidad de libertad; es ocuparse de sí mismo y, siguiendo a Platón, es un conocimiento de sí mismo, es trabajar sobre nuestras verdades como posibilidad de la libertad. Esta etapa ética es un pensarse, asirse y asistirse y regirse. Es llegar a la existencia como un arte, que busca estallar con las coacciones que generan afección al ser, es esfuerzo por apropiarnos y conducir nuestra vida. La verdad es una ley que se inscribe en lo más profundo de aquel hombre, incapaz de jugar con su existencia ni con la del otro. La verdad es esa transparencia que brilla en el ser justo, sabio, bueno, solidario, honrado – honesto. Es una actitud accionada con el respaldo de la propia vida; es una ley de la profunda subjetividad que ha logrado la máxima inspiración de ser, de pensar, para vivir y vivir, para ser verdad.

El cuidado de sí es una profunda filosofía del hombre, una antropología, una sociología, una psicología, una epistemología humana y está en lo posible afirmar que es una religión, para aquel ser de verdad comprometido con la existencia y trascendencia, respondiendo a la pregunta por excelencia: ¿Para qué

existo?, ¿para qué se es hombre? He aquí el alma misma, el contenido de sí mismo, que según Foucault, este cuidado de sí es entendido, no como el vestir, ni los instrumentos ni las pasiones. Ha de encontrarse en el principio que usa esos instrumentos, un principio que no es del cuerpo sino del alma. De esta manera, el pensador francés da mayor responsabilidad al contenido del alma pero no deja por fuera el significado que tiene el cuerpo.

El texto anterior permite entonces, pensar que nuestras acciones son los determinantes del alma, el acto ético de nuestro obrar en rectitud, en transparencia, en la verdad, en la honestidad, y es el alma, no la máscara, cascarón vacío del ser. Nuestros actos son fundamentos del ser. El cuidado de sí como cuidado de la actividad revierte el estudio al cuerpo; éste no puede dejarse solo, ya que también es fundamento para el alma, y se encuentran mutuamente conectados. Las técnicas del yo como técnicas en el cuidado de la actividad, se hacen reales en la existencia corporal. El cuerpo es motivo del estudio filosófico en los griegos; en ellos, el cuidado de la estética corporal era importante, pero no operaba motivada por un individualismo, ni bajo criterio económico exitista, o como una cosa que se puede modificar porque sí, porque así lo hacen todos.

El alma y el cuerpo son una esencia del cuidado de sí, que no está en el vacío, implica la categoría de tiempo y espacio donde se vive, se hace la realidad de cuidar de sí, se hace

la vida ética, personal y social; es el juego de la existencia que va más allá de la simple obligación, porque lo que se hace es porque se quiere, porque se ama y tiene sentido. El cuidado de sí es un amor propio, quererse a sí mismo; así es la ética, la verdad y la alteza de ser sujeto haciéndose, en el logro de la máxima subjetividad, que es logro del alma: ser feliz, alcanzar el máximo de sabiduría y hacer una mejor sociedad dentro de lo posible de alcanzar la excelencia misma.

En el cuidado de sí, cuerpo y alma entran en sintonía, como en la mejor pieza musical entran todos los instrumentos y la voz, para dar la perfecta armonía, que lleva al cuerpo y al alma a su máxima inspiración en los artistas y en el público. El cuidado de sí es cultivo de sí, preocupación y acción por el entorno, ocuparse de uno mismo en lo que también es de todos. Esto es la ética, el auténtico *'ethos'*. Aquí nace el compromiso de un mundo, de un país, de una institución: en facilitar los caminos y medios para que los ciudadanos logren ser la síntesis, fruto del cuidado de sí, seres de la verdad, honestos, exigiendo cambio de estructuras personales, sociales, institucionales, sobrepasar el egoísmo y los honores del poder que aplasta, y no libera.

El mundo que se ha vivido, que se vive y el que se vivirá no es fácil, está mediado por todo lo contrario a la sabiduría, a la verdad, a la honestidad, a la subjetivación. Aquí entra el juego de poder, de los intereses, del egoísmo, del mundo bajo,

de la apariencia, de la ignorancia, de falta de interioridad, del vacío, de la envidia, de la arrogancia, de la corrupción. Siempre aparece el mejor postor, con lo que hay que terminar, pero no es fácil. El cuidado de sí es una lucha interna y externa, para derrotar ese ser de apariencia, engañoso, que habita y se reviste conspirando contra el ser de los humildes y los débiles, que han perdido su voz de libertad.

El cuidado de sí, es hermenéutica de sí, una estética de sí, es introducirse hasta lo más profundo y posible del ser para lograr lo más alto de sí mismo; esto es una contextualización del texto de sí mismo y la belleza de sí. Entonces es posible pensar que el cuidado de sí es una profunda ontología como ciencia del ser, es una filosofía crítica de la existencia y más que una respuesta a la existencia, es y sigue siendo un cuestionamiento permanente, una pregunta. El cuidado de sí como una ética y estética es también el sentido y significado de la libertad; para qué se existe sino para ser libre, para ser ético en la más alta belleza y armonía del sentido de la vida.

El cuidado de sí en Foucault está en el campo de la ética y estética de la existencia, en la arqueología del saber y genealogía del poder. Aquí se introduce el problema del sujeto dentro de procedimientos y procesos en los cuales el sujeto existe y se constituye. Hay una historia de la experiencia de sí mismo en un juego de verdad, donde el sujeto se constituye a través de la subjetivación, como tarea decisiva, así lo expresa Foucault (1994):

La cuestión es determinar lo que debe ser el sujeto, a qué condición está sometido, qué estatuto debe tener, qué posición ha de ocupar en lo real o en lo imaginario, para llegar a ser sujeto legítimo de tal o cuál tipo de conocimiento; se trata de determinar su modo de subjetivación (p. 364).

En este sentido de la subjetivación se reclama el compartir de un estilo y un mundo de cuestionamientos filosóficos, que implica crítica permanente de nuestro ser histórico, lo cual necesita libertad, como un trabajo que exige transformaciones concretas y de una ontología de nosotros mismos, porque como seres libres nos constituimos en sujetos morales de nuestras acciones, y es esa actitud, ese *ethos*, lo que implica vivir una vida filosófica, un arte de vivir, de hacer de la existencia una obra bella o quizá una obra sencilla de arte. Aquí entra el plano de la estética, como un gran tema de la filosofía que implica reflexión y acción para hacer de lo humano una obra armónica, donde todo realmente tenga el gran sentido y significado de ser individual en unidad con el otro – social. Se da una apuesta en juego de lo que uno ya es en una existencia cotidiana, que ha de labrarse y aprenderse cada día en el ejercicio de la libertad.

El cuidado de sí está en relación directa con el tema de la libertad y se lee y escribe de la ética como libertad y podría entenderse como una lectoescritura de sí donde interviene el problema de saber - poder como instrumento, que permite analizar con más exactitud las relaciones

entre sujeto y juego de verdad, que plantean el cuestionamiento no del poder y la libertad en su definición sino en qué realmente consiste el poder, en tanto las relaciones de poder y la liberación inscrita en prácticas de libertad. No es el análisis de un poder intencionado, las relaciones estratégicas de gobierno y los estados de dominación.

Las prácticas de la libertad no implican desconsideración de lo político. Política, libertad y ética, entre otros conceptos, son claves para el estudio del cuidado de sí. Foucault (1994, p. 396 - 399), expresa que: “la libertad es por tanto en sí misma política” y que esta “práctica reflexiva de la libertad es la ética”. El cuidado de sí da cuenta de un proceso de construcción, un modo de ser que es un aprender, un cultivar, y por qué no, una formación permanente en todas las formas posibles que implica el acto de educar y de lograr el culmen del ser. Al respecto hay una posición contundente: “la libertad es la condición ontológica de la ética. Pero la ética es la forma reflexiva que adopta la libertad” (Foucault, 1994 p. 396 – 407).

Cobra entonces otro sentido importante del cuidado de sí como hecho de condición pedagógica, ética y también ontológica, no sólo para ser un buen gobernante – político, filósofo, maestro, etc., sino más bien y sobre todo ser un ciudadano, alguien capaz de ejercer su libertad, que la entienda como una creación y recreación de sí, una elaboración y transformación de uno mismo, un acceder a cierto modo de ser.

También es significativo comprender que en este arduo tema del cuidado de sí, de la ética, de la libertad, del saber poder, está inmerso el tema epistemológico en relación con el conocimiento, que dentro de una postura crítica – reflexiva toca el problema ontológico, el ser como tal – ser ahí. Así, es importante llegar al pensamiento de Heidegger y Gadamer, que según Bengoa Ruíz de Azua (1992, p. 95) expresa: “Al ser ahí le está premanifestado el ser – en – el mundo y esta pre-manifestidad es lo que llamamos comprender”. Y cómo el ser del ser – ahí es poder ser, “el comprender es el ser de este poder ser”. Como tal comprender, “el ser - ahí “sabe” qué hacer consigo mismo, es decir con su poder – ser”.

El ser ahí lleva a pensar, que en la postura de Foucault implica una hermenéutica y por qué no una fenomenología dos hechos del ser: hacer y acontecer filosófico, ético y de la libertad. Todo exige un adentrarse al campo difícil pero inquietante de la interpretación del texto filosófico del cuidado de sí en sus determinados contextos de ser en el mundo de la vida, y como posible dentro de otros posibles de menor sentido, de otros fenómenos que tal vez tengan implicaciones en el logro de la esencia del ser y que puedan ser parte de la vida misma, en una episteme del ser, donde la interpretación se fundamenta en comprender.

El cuidado de sí dentro de otras muchas interpretaciones tiene relación con el conocimiento y no en el

simple acto de conocer, sino que es necesario avanzar en un campo exigente como es la misma epistemología, pues es indudable que se dé el cuidado de sí sin conocer. El conocer en el caso del cuidado de sí y la ética determina más labor, más exigencia, no es un simple conocimiento, requiere elementos respecto de la verdad, como verdad de ser y del ser. Foucault (1994), expresa que:

El cuidado de sí es el conocimiento de sí -tal es el lado socrático y platónico de la cuestión-, pero también es el conocimiento de ciertas reglas de conducta o de principios que son, a la par, verdades y prescripciones. Cuidar de sí es pertrecharse de estas verdades: y ahí es donde la ética está ligada al juego de verdad (pp. 397 – 398).

Los griegos también problematizaban su libertad y la libertad del individuo como un problema ético, pero ético en la medida de su entender: “el *ethos* era la manera de ser y la manera de comportarse. Era un modo de ser del sujeto y una manera de proceder que resultaban visibles para los otros” (Foucault, 1994, p. 398). Entonces, el *ethos* de alguien se debe reflejar en muchos actos tales como el vestir, la forma de andar, la calma en la respuesta a los sucesos. Así, esto expresa de alguna manera la forma concreta de la libertad; es decir, que se trata de practicar la libertad de alguna manera.

La libertad entra en un plano de problema político, tiene relación con la no esclavitud, y es político ya que la esclavitud es ante los demás

una condición muy dura de lo humano, en este sentido, el esclavo difícilmente tiene ética, ya que ha perdido su posibilidad de cuestionar, de pensar, padece el temor y sólo obedece, e incluso cree que esa es la vida que tiene que vivir. Al respecto Foucault (1994) afirmó que:

La libertad es, por tanto, en sí misma política. Y además conlleva un modelo político, en la medida en que ser libre significa no ser esclavo de sí mismo y de sus apetitos, lo que implica que se establece consigo mismo una cierta relación de dominio, de señorío (p. 399).

El cuidado de sí entra en dos planos de la interpretación y del entendimiento, por una parte, refiere una actitud personal, un yo individual, que no es egoísmo, pero sí se presenta un imperativo que a cada uno de los humanos nos corresponde lograr lo que ello significa, y por otro lado, el cuidado de sí es un cuidado de los otros, porque mi ser está mediado por las relaciones con los demás humanos y con la naturaleza entera. El cuidado de sí es entonces ético en sí mismo, porque implica una interrelación generosa – amorosa con todos y con todo, que son obviamente relaciones complejas, porque no es nada fácil vivir con los demás; esto exige convivir y saber vivir, y en este saber vivir se da la profundidad ética. “El ethos implica asimismo una relación con los otros, en la medida en que el cuidado de sí hace capaz de ocupar, en la ciudad, en la comunidad o en las relaciones interindividuales, el lugar adecuado” (Foucault, 1994, p.

399). El cuidado de sí es más rico en su contenido desde la mirada de la relación con el otro y desde la mirada educativa y pedagógica. El ser humano no nace ético, se hace ético en su proceso de formación y de existencia como humano que es; de ahí, que se aprende a ser ético, hacerse ético y ser ético es un acto educable. La ética entra en el plano de la formación humana, como acto de humanidad y así es como el cuidado de sí es un acto de pura humanidad, pues las otras especies de animales y demás naturaleza no son éticos. La ética es un acto de pensar, de comprender y de entender el actuar; es reflexión crítica de mí obrar; es un acto de valor, de valores.

La ética y como tal el cuidado de sí es acto educativo de enseñanza aprendizaje, es acto superior que acontece a lo humano, personal y social, que implica inevitablemente relación con el otro.

Y además, el cuidado de sí implica también la relación con el otro en la medida en que, para cuidar de sí, hay que escuchar las lecciones de un maestro. Se necesita un guía, un consejero, un amigo, alguien que nos diga la verdad. Así el problema de las relaciones con los otros, está presente a lo largo de todo este desarrollo del cuidado de sí (Foucault, 1994, pp. 399 - 400).

El cuidado de sí es una apertura ética, es una manera interesante de pensar en la esencia del ser personal en relación con el ser del otro, puede ser con el ser social. “El cuidado de sí apunta al bien de los otros: tiende a administrar adecua-

damente el espacio de poder que está presente en toda relación, es decir, tiene como objeto, administrarlo en el sentido de la no dominación” (Foucault, 1994, p. 400). Este texto implica interpretar que no se trata de anteponer el cuidado de los otros al cuidado de sí; las dos posiciones son válidas, pero es de mayor fundamento el cuidado de sí. “El cuidado de sí es éticamente lo primordial, en la medida en que la relación consigo mismo es ontológicamente la primera” (Foucault, 1994, p. 400).

En el cuidado de sí está implicada una apertura a la comprensión y al pensar sobre el poder y sobre las relaciones de poder, que siendo de distinta índole y de manera de ser, han de postular una especie de conversión del poder, no un poder aplastante, esclavizante, dominante, sino una salida ética del mismo poder para la libertad; poder es poder de bien, de acontecimiento nuevo que transforma, que cambia, que permite crecimiento personal y con el otro; es cuidado de sí, que pensando en sí mismo, piensa en el otro. Habrá de alguna manera poder sobre los otros, pero de lo que se trata en el cuidado de sí, es de no abusar de ese poder que se tiene sobre los otros, realidad que es compleja, que no es fácil, porque a los hombres les gusta ese tipo de poder que abusa; por lo tanto, sentimientos como el egoísmo y la ambición persisten y no dan su brazo a torcer, son un gran mal de la humanidad, y lo que se quiere es un cambio cultural, social y educativo.

Foucault es muy preciso en entender las relaciones de poder, el poder que no se puede pensar sólo como estructura política, un gobierno, una clase social dominante, el amo frente al esclavo, etc.; además, manifiesta que en todas las relaciones humanas, el poder está presente, es decir la relación en la que uno quiere intentar dirigir la conducta del otro. Estas relaciones de poder son móviles, reversibles e inestables, y es preciso subrayar que no puede haber relaciones de poder en la medida en que los sujetos son libres. Si en una relación uno de los dos está completamente a disposición del otro y llegara a ser una cosa suya, un objeto que recibe una violencia infinita e ilimitada, no habría relaciones de poder.

Del texto anterior se puede interpretar que las relaciones de poder para que se puedan dar, debe existir cierta forma de libertad por ambos lados.

Un poder no se puede ejercer sobre alguien más que en la medida en que a este último le queda la posibilidad de matarse, de saltar por la ventana, o de matar al otro, en las relaciones de poder debe quedar necesariamente la posibilidad de resistencia, pues si no existe tal posibilidad de resistencia violenta, de huida, de engaño, de estrategias que inviertan la solución, no existiría en absoluto relaciones de poder (Foucault, 1994, p. 405).

No es fácil la comprensión de las relaciones de poder, cuidado de sí y libertad en el pensamiento de Foucault; se requiere alta exigencia



del entendimiento y de las interpretaciones, pues afirmaciones como las siguientes: “si el poder está en todas partes, entonces no hay libertad, (...) si existen relaciones de poder a través de todo el campo social, es porque por todas partes hay libertad” (Foucault, 1994, p. 405), invitan a una profunda interpretación. El tema del poder en la actualidad hay que verlo en el hecho de las relaciones de poder y en unidad con la libertad, porque si el poder permite el acto de la libertad es porque hay una actitud ética; así, este poder tiene sentido porque está mediado por la libertad y el acontecer ético.

El filosofar es el sentido y esencia de la filosofía y para ello se requiere la cultivación de hábitos lectores. El tema del cuidado de sí, de la ética, de la política, de la estética, son en primera instancia una labor y compromiso del filósofo, y por tanto, hay un vínculo de la filosofía con la política, en cuanto que el problema del cuidado de sí puede ser el punto clave de un nuevo pensamiento político y de una política diferente a la que hoy se está considerando. Todo exige respeto; cada pensador en su campo de reflexión, de lectura y escritura crítica e investigativa merece su atención y reconocimiento. En el pensamiento político del siglo actual, como en siglos anteriores se ha pensado el sujeto político como sujeto de derecho ya sea natural o positivo, pero el gran problema es pensar el sujeto ético como algo que no tiene mucha cavidad en el

pensamiento político contemporáneo. Cuidar de sí conduce desde el filosofar al conocimiento de sí y profundiza hacia una vía espiritual. Por esta razón, la complejidad de las dimensiones del cuidado de sí que del plano racional – filosófico del lenguaje y de aconteceres de la política, del poder, ha de llegar a lo más sublime y necesario como es lo espiritual – lo esencial humano. Se puede afirmar, que hoy se ha olvidado el sentido del cuidado de sí y que no se puede negar que el cuidado de sí es la clave de todo, que relaciona la vida humana, personal y social con el acontecer histórico – político, tecnológico y científico del mundo de hoy. Lo que está en juego es un problema epistemológico, de conocimiento, de ciencia y de relación con la verdad, y entonces, cabe preguntarse ¿cuál es la verdad de todos estos planteamientos del cuidado de sí desde una ética, política, estética, de relaciones de poder y su filosofar?, ¿cuál es la verdad del hombre?, ¿cuál es la verdad de la ciencia?, ¿cuál es la verdad de la educación?, ¿cuál es la verdad de la universidad?, ¿cuál es la verdad de la libertad?, ¿por qué la verdad?, ¿por qué uno se cuida de la verdad?, y ¿por qué se cuida de sí sólo a través del cuidado de la verdad?

Sin duda, en este campo de la obligación de verdad, es donde uno se puede desplazar de una u otra manera, a veces contra los efectos de dominación que pueden estar ligados a estructuras de verdad o a instituciones encargadas de la verdad (Foucault, 1994, p. 409).

Este texto puede llevar a pensar en un discurso ético de verdad de los acontecimientos como la pobreza, la riqueza, la salud, la ecología, la educación y que todo implica adentrarse a otro juego de verdad y cuestionar otros juegos de verdad, porque se trata de buscar otra manera de jugar como el de adentrarse en las consecuencias del estado de dominación, de lo indebido de nuestra política, pero sin exclusión, sino como inclusión en cierto juego de verdad, cuestionando sus consecuencias y posibilitando otras razones a favor de la gente explotada por su trabajo.

Todo este ejercicio de pensamiento y reflexión filosófica respecto al cuidado de sí, está en lo que caracteriza al ser humano como su finitud de ser, pero su finitud en su esencia misma de su posibilidad de pensar sobre categorías de su existencia como lo es el plano de la ética, que toca todas sus dimensiones de ser; y qué importante es esta reflexión filosófica de la finitud del ser y sus acontecimientos de existencia. Al respecto Arellano (2005, p. 19), en la introducción de Johan Carlos Melich: *Finales del trayecto, finitud, ética y educación en un mundo incierto*, expresa: “que el ser humano sea finito significa que no es absoluto, que siempre vive en una urdimbre de interpretaciones, que continuamente anda situándose en una tradición, en un espacio y en un tiempo”.

El cuidado de sí desde la mirada ética referenciada en este artículo, expresa que se trata de encontrarle un sentido a la vida, que tenga uni-

dad y articulación con el todo posible de la existencia en las dimensiones del ser humano. Taylor (1996, p. 32) refiere que “para encontrar un mínimo de sentido en nuestras vidas, para tener una identidad, necesitamos una orientación al bien”. El cuidado de sí como una ética, política y libertad constituye entonces la identificación, el sello personal y social que requiere despliegue en el tiempo e interacción con todos los actores de la historia y una sensibilidad frente al mal, al sufrimiento de los demás, frente a la humillación y esclavitud.

Todos los contenidos posibles referidos en este artículo, sus sentidos y significados, que desde un acontecer ético y estético, irrumpen en una realidad histórica – dialéctica, que ha presentado al hombre de la antigüedad, modernidad y postmodernidad, en una permanente crisis existencial de ser, de vivir, de dinamizar la existencia; lo que están implicando aquí es el sentido de existencia y de mundos posibles, que relacionan un problema educativo y pedagógico, un papel de las instituciones de formación con mayor claridad, que la crisis del mundo vivido, llámese modernidad y hoy posmodernidad es generalizada, ya que abarca todos y cada uno de los elementos de la vida social. El ser humano siempre ha estado y está en crisis, y el cuidado de sí y la ética ha tocado siempre este hecho.

El estudio hasta aquí realizado, plantea no un final o una visión única de la ética, pero, abre caminos para otras aproximaciones que hoy

son válidas. Además, compromete a tantos actores sociales en especial a la academia, a la universidad, que desde lo educativo – pedagógico tiene mucho que decir y hacer en un plano crítico e investigativo del acontecimiento del ser ético. Entonces, esta reflexión pretende implicar en la educación y pedagogía del cuidado de sí y su ética contenida en su hermenéutica, dentro de la finitud y afrontamiento con la alteridad y en postura crítica con las diferentes posiciones de hoy, como son las tecnológicas y humanistas – conservadoras, que como pedagogías, ven a la ética desde afuera o como cuestión de deber y por fuera de relación con las situaciones del mundo.

El cuidado de sí desde los planteamientos ya presentados, exige un cambio de paradigma educativo y pedagógico, ya que la ética se aprende y se enseña en un proceso epistemológico. Es necesario otro lenguaje en un universo nuevo de la literatura de la poesía, de la narración, de la lectura y escritura, de hablar y de escribir. Todo es un nuevo acontecer, sin perder nuestra finitud y nuestra historia, pero entendiéndonos también infinitos.

La reflexión filosófica hasta aquí abordada, no puede ubicarse en las perspectivas de un pensamiento único, porque contradice la otra posibilidad flexible del pensar crítico, democrático, creativo y libre, siempre en capacidad de cambio y de transformación de lo posible del ser, y todo exige una nueva salida ética a la esencia misma de ser

y hacer la vida. No se puede olvidar claro está la complejidad del tema en esta nueva forma de ver, pensar y vivir la vida en un mundo de globalización, de internacionalización y de diversas posturas, para entender y vivir la vida en un plano difícil de miradas de ciencia y tecnología, de libre circulación de capitales y un mundo centrado en la economía.

El tema tratado no es pasado; es siempre presente y proyectado al futuro; después de que haya seres humanos, está latente la ética, porque sus actos, su obrar, sus actitudes -que exigen postura crítica en su esencia de ser-, requieren de la sospecha del cómo son las cosas, cómo se maneja este mundo por parte de las grandes ideologías y los poderes. Hay que cuestionar los grandes mitos del mundo de hoy como el del progreso, el cambio y el consumo frente a los derechos humanos y en especial el tema del ambiente, el olvido de la esencia de ser. Sino cuidamos la esencia del ser que es la ética, el proyecto de humanidad se derrumba, porque lo que no se cuida en justicia, en verdad y en amor propio, se acaba.

La realidad del ser humano en este siglo XXI genera toda la confusión posible y la gran complejidad e incertidumbre, pero debe aparecer una salida posible, de sentidos, ya que el pensamiento crítico debe inquietar desde grandes interrogantes:

¿Puede dudarse de la sociedad de consumo cuando se continua creyendo en la infabilidad del progreso técnico?, ¿puede uno volverse des-

confiado de los medios de comunicación cuando se conserva la representación global de la modernidad que nos dan?, ¿puede deplorarse la mundialización, y quedarse pasmado ante esa formidable comunicación que va a unificar el planeta?, ¿dónde está lo real?, ¿podemos fiarnos de las fluctuantes opiniones mayoritarias de los sucesivos sondeos? (Sánchez, 1998, p. 24).

Los interrogantes no terminan y siempre dejan en la mente una posibilidad de contraposición, de duda y de acciones, pero lo significativo es no desalentar el análisis crítico, filosófico y tampoco caer en absurdos de un relativismo.

#### 4. Conclusiones

La lectura y entendimiento de este artículo nos generan las siguientes conclusiones, pero se requiere equilibrio en la síntesis, para afirmar entonces que para Séneca el conocimiento de sí conduce al cuidado de sí, que están en relación con el dominio de sí y gobierno de sí, ser dueño de sí y pertenecerse a sí mismo dentro de un contexto del cual debemos apropiarnos desde realidades sociales vividas.

Del pensamiento de Foucault se puede concluir que el cuidado de sí es una ética, una actitud crítica, reflexiva, que desde el ser objeto ha de equilibrar el ser sujeto; es buscar la verdad de ser en posibilidad de libertad; es conocimiento de ciertas reglas de conducta o principios, que son a la vez verdades y prescripciones. Que el tema del poder no es interesante para sí mismo, lo es en la medida en que tiene re-

levancia ética y moral; la ética del gobierno de sí se ubica en el mismo plano de importancia que el gobierno de los otros y el gobierno del mismo estado. Que el cuidado de sí implica una interrelación con la ética, política, poder, conocimiento, verdad y con el ser dentro de un estudio hermenéutico que exige la acción de pensar, de búsqueda de sentido de mundos posibles de ser ético y estético. Se trata de una filosofía como ética de saber vivir.

Finalmente se expresa que el tema abordado está en relación de la ética, lo que implica compromiso de formación – educación, enseñanza – aprendizaje, que compromete en especial a la familia, la escuela y a la universidad, pero frente a un pensamiento crítico del contexto regional, nacional y mundial, puesto que es el que se vive en este siglo XXI, tiempo de globalización, mundialización, internacionalización de los mercados y las economías; las nuevas representaciones de modernidad y postmodernidad que nos presentan las corrientes de pensamiento, las grandes ideologías, como también las religiones, la ciencia, la tecnología, la vida, la muerte, los valores, pero todo esto en contraste con los fundamentos de los derechos humanos.

#### Referencias Bibliográficas

- Arellano, D. (2005). *La educación en tiempos débiles e inciertos*. Barcelona, España: Antropos Editorial.
- Brugger, W. (1978). *Diccionario de filosofía*. Barcelona, España: Herder.
- Carmona, I. (2008). *Séneca, conciencia y drama*. Medellín, Colombia: Universidad Pontificia Bolivariana.

- Díaz, E. (1995). *La filosofía de Michel Foucault*. Buenos Aires, Argentina: Biblos.
- Ferrater, J. (1994). *Diccionario de filosofía (E-J)*. Barcelona, España: Ariel S.A. Tomo 2.
- Foucault, M. (1994). *Estética, ética y hermenéutica*. Barcelona, España: Editorial Gallimard.
- \_\_\_\_\_. (2002). *La hermenéutica del sujeto*. México: Fondo de Cultura económica.
- Ruíz de Azua, B. (1992). *De Heidegger a Habermas*. Barcelona, España: Herder.
- Sánchez R. (1998). *Pensamiento crítico vs. Pensamiento único*. Madrid, España: Editorial Debate S.A.
- Taylor, Ch. (1996). *Fuentes del yo. La construcción de la identidad moderna*. Barcelona, España: Paidós.