

Foucault y el cuidado de sí mismo: una posibilidad para la gestión humana

Foucault and caring for yourself: a possibility for human management

Blanca Yenny HERNANDEZ Sánchez [1](#); Ivan Dario TORO Jaramillo [2](#)

Recibido: 28/06/2017 • Aprobado: 27/07/2017

Contenido

- [1. Introducción](#)
 - [2. Marco teórico](#)
 - [3. Metodología](#)
 - [4. Discusión de resultados](#)
 - [5. Conclusiones](#)
- [Referencias bibliográficas](#)

RESUMEN:

Para abordar el cuidado de sí mismo se parte de la diferencia y el análisis que Foucault (2011), hace entre cuidado de sí y conocimiento de sí. Para entender el cuidado de sí Foucault acudió a los clásicos greco latinos, aquí se da cuenta de tres estoicos que influyeron su pensamiento, Seneca, Marco Aurelio y Epicteto, además de Sócrates como el filósofo del cuidado de sí. Posteriormente, se analizan las técnicas de sí, para finalmente establecer el vínculo del cuidado de sí como posibilidad para la Gestión humana.

Palabras claves: cuidado de sí, tecnologías del yo, Gestión humana

ABSTRACT:

To address self-care, one begins with the difference and the analysis that Foucault (2011), makes between self-care and self-knowledge. To understand the care of himself Foucault went to the classical Greco-Latin, here he notices three Stoics who influenced his thinking, Seneca, Marcus Aurelius and Epictetus, in addition to Socrates as the philosopher of self-care. Subsequently, the self-techniques are analyzed, in order to finally establish the link of self-care as a possibility for Human Management.

Keywords: care of self, technologies of the self, human management

1. Introducción

La gestión humana en las organizaciones económicas se caracteriza por un marcado pragmatismo. Esta perspectiva establece la urgencia de adaptar al empleado al puesto de trabajo y a la vida de la empresa. Este proceso de permanente adaptación, uniforma la condición de las personas y termina por servir a un "dispositivo de control", que está tecnológicamente soportado en las herramientas que sobre gestión humana se suelen enseñar y aplicar.

Esta investigación se ocupó de profundizar en la noción de cuidado de sí mismo desde la perspectiva de Foucault de tal manera que la pregunta fundamental a la que respondió esta investigación fue: ¿por qué la noción de sujeto y subjetividad planteada por Foucault a partir del cuidado de sí mismo, ayuda a la construcción de una visión diferente a la que actualmente se tiene de la gestión humana en las organizaciones económicas?

En la gestión de las organizaciones económicas se presenta una disyunción entre los objetivos del capital y los de las personas. Dicha disyunción facilita abusos en las prácticas de gestión humana que pone por encima de las personas los intereses gananciales de la organización, es posible pensar en una conjunción en donde se pueda desde la gestión humana pensar un sujeto desde los planteamientos teóricos de Foucault que permitan proponer una relación organización-sujeto más acorde a las necesidades y a la constitución misma del ser humano.

2. Marco teórico

2.1 Foucault y el cuidado sí

Foucault (1998), se preguntó por cómo devenimos en sujetos, cómo hemos llegado a ser lo que somos, pregunta fundamental sobre la que verso gran parte de sus investigaciones, es así como llega a las relaciones de poder como constructo de la subjetividad misma. Hacia 1970 trazó un proyecto intelectual sobre la genealogía de las técnicas en que la subjetividad fue construida. Dicho proyecto lo llevó a mirar a los clásicos grecolatinos. Ya en 1983 en reconocimiento de los límites de vida que le imponía su enfermedad, plasma en *Historia de la Sexualidad II* (2012) y *III* (2010), parte de la respuesta a la pregunta por la subjetividad y la constitución de sujeto.

Así las cosas, Foucault muere en 1984 sin haber terminado su proyecto la estética de la existencia. *La hermenéutica del sujeto* (2011), texto escrito a partir del curso que dictó en el Collège de France, resultado de las grabaciones que sus estudiantes realizaron en sus clases, presentó un panorama exhaustivo sobre el cuidado de sí. El acercamiento que el autor hace sobre los clásicos no tiene la intención de buscar una técnica para el presente, más bien trató de mostrar desde un panorama histórico las rupturas que llevaron a que el sujeto se alejara del precepto délfico 'conócete a ti mismo'.

Para Foucault el cartesianismo es responsable de confundir inquietud de sí con espiritualidad como búsqueda de la verdad, una verdad que se aleja de la inquietud de sí. En este sentido, "el sujeto es capaz de verdad pero esa verdad no es capaz de salvarlo" (2011:38). Históricamente aunque Sócrates vincula el cuidado de sí con la inquietud de sí, la tradición filosófica moderna los separa. Así entonces, el conócete a ti mismo no es una preocupación en tanto pregunta por el ser, sino que se convierte en la modernidad en una preocupación por el conocimiento, en el cual se separa el *ser* del *hacer*. En la Edad Media con la fundación de las universidades, la filosofía se transforma en la apropiación de contenidos y se aleja de esa percepción antigua como forma de vida (Foucault, 2011).

Expresa Foucault (2011), que Sócrates es el hombre de la inquietud de sí, su permanente interrogación sobre los otros, su mandato a ocuparse de ellos mismos. Fue la marca indeleble que menciona la historia, quienes escribieron sus postulados lo reconocen, tal es el caso de Platón (1871), en *El Alcibíades*, cuando escribe acerca de su maestro en la *Apología a Sócrates*. Así pues, este mandato que como lo expresa el mismo Foucault (2011), fue determinante en la cultura griega, helenística y romana, luego olvidado después de Descartes y Kant, es necesario en la contemporaneidad volver sobre él. Es un llamado urgente, un llamado Socrático muy necesario en nuestra época.

Por otro lado, podría decirse que el cristianismo desfiguró una concepción positiva de la inquietud de sí, cuando hizo un llamado a la austeridad, al abandono propio, por el de los otros, a la entrega, al servicio, la mirada sobre sí solo estaba permitida en la medida que le posibilitaba observar lo que aleja al cristiano de la entrega. Así las cosas, la búsqueda por el

verdadero significado de la noción del cuidado de sí, estará vinculada a la construcción de sujeto. En este sentido expresa Foucault: "La inquietud de sí, por lo tanto, va a considerarse como el momento del primer despertar. Se sitúa exactamente en el momento en que abren los ojos, salimos del sueño y tenemos acceso a la primerísima luz" (Foucault, 2011:23).

Se podría afirmar que esta última etapa de Foucault la que se nombra como ética (2010:35), enmarca una preocupación por ocuparse de sí mismo, que pasa necesariamente por conocerse a sí mismo, que no es otra cosa que asistirse y regirse (De Amorim y Bueno, 2014). "La inquietud de sí mismo es una especie de aguijón que debe clavarse allí, en la carne de los hombres, que debe hincarse en su existencia y es un principio de agitación, un principio de movimiento, un principio de desasosiego permanente a lo largo de toda la vida" (2011:24).

El decir de Sossa respecto a esta última etapa en Foucault es que:

[...] la etapa ética no debe ser entendida como una razón normativa, sino por el contrario, es una manifestación de un conjunto de prácticas que, al potenciar la relación del sujeto consigo mismo, cultivan la existencia, la verdad y la subjetividad moral. Es decir, no es que, por ejemplo, la verdad este en el sujeto, sino que se construye a partir del conocimiento que hace el sujeto de sí mismo, La etapa ética nos revela un proceso artístico de autoconocimiento. (2010:42)

Así pues, el cuidado de sí está vinculado a la búsqueda del sujeto por la verdad (García, 2014), una verdad sobre sí mismo, fruto de la contemplación, hacer de la vida una obra de arte, es vivir en consecuencia con lo que se piensa, aunque a veces represente ir en contra de lo establecido, del sentir de la mayoría, de las verdades que por ser compartidas por la ciencia, se hacen verdades absolutas; no es solamente interrogarse el devenir del sujeto, sino el devenir de la época, ¿qué hay detrás de cada certeza ofrecida desde el gobierno, los medios de comunicación, las organizaciones económicas? Esas que están presentes desde que el sujeto nace y a lo largo de toda su vida: estas organizaciones que organizan al sujeto y le venden verdades irrefutables, ¿qué hay detrás de cada espacio de contemplación del sujeto, como sujeto de trabajo?, ¿cómo puedo cuidarme en medio de las condiciones que ofrece el espacio laboral?

Para entender entonces qué entiende Foucault por *epimeleia heautou* es necesario citar las condiciones que aparecen en la misma, a saber:

En primer lugar, el tema de una actitud general, una manera determinada de considerar las cosas, de estar en el mundo, realizar acciones, tener relaciones con el prójimo. La *epimeleia heautou* es una actitud: con respecto a sí mismo, con respecto a los otros, con respecto al mundo. (2011:28-29).

Se advierte aquí una actividad consigo mismo: solo podremos cuidar al otro (Sevilla, 2009), si logramos el cuidado de sí. Pero la *epimeleia heautou* va más allá, es una relación también con el mundo que nos rodea, el cuidado no se extiende solo a los demás de igual forma y según Foucault a las cosas del mundo, a la naturaleza misma, es pues una forma de vivir en esencia ética.

En segundo lugar; la *epimeleia heautou* es también una manera determinada de atención, de mirada. Preocuparse por sí mismo implica convertir la mirada [...] hay que trasladar la mirada, desde el exterior, los otros, el mundo, etcétera, hacia "uno mismo". [...] (Foucault, 2011:28-29).

Continúa la sentencia foucaultiana advirtiéndole que la *epimeleia heautou* es además la capacidad de cambiar la contemplación del afuera hacia el adentro, como posibilidad de mirarnos, de tal forma que implique una acción sobre sí. Aquí es pertinente hacer mención a las tecnologías del yo, como posibilidad de acceder a sí mismo, tales como: la meditación, el examen de conciencia, la *anakhóresis*, la escritura, el diálogo, la ascética, el silencio, entre otras. Todas estas como posibilitadoras de encuentro con el alma, entendida no como alma sustancia, sino como alma sujeto, al respecto Foucault menciona

[...] la posición de algún modo singular, trascendente, del sujeto respecto a lo que lo rodea, a los objetos que tiene a su disposición, pero también a los otros con los cuales está en relación, a su propio cuerpo y, por último a sí mismo. (2011:71).

“La filosofía se asimila al cuidado del alma... y ese cuidado es una tarea que debe realizarse a lo largo de toda la vida” (Foucault, 2011:468). Esa contemplación implica un conocimiento de sí, propio del filósofo que se hace preguntas, ¿quién es? ¿Qué espera? ¿Hacia dónde quiere ir? ¿Cómo devino en sujeto?... Todo esto en sintonía con lo que Foucault va a expresar en síntesis a qué hace referencia la *epimeleia heautou*:

En tercer lugar, la noción de *epimeleia heautou* no designa simplemente esta actitud general o forma de atención volcada hacia uno mismo, la *epimeleia* también designa, siempre, una serie de acciones, acciones que uno ejerce sobre sí mismo, acciones por las cuales se hace cargo de sí mismo, se modifica, se purifica, y se transforma y trasfigura. Y de tal modo, toda una serie de prácticas, que, en su mayor parte, son otros tantos ejercicios que tendrán (en la historia de la cultura, de la filosofía, de la moral, de la espiritualidad occidental) un muy largo destino. Por ejemplo las técnicas de meditación del pasado, las técnicas de examen de conciencia, las técnicas de verificación de las representaciones a medida que se presentan en la mente, etcétera” (Foucault, 2011:28-29).

El cuidado de sí implica entonces una vuelta sobre el sujeto, responder a las preguntas sobre qué lo hace sujeto: ¿quién soy yo?, interrogante que trata de responder Foucault (1998), cuando se pregunta por la subjetividad. El cuidado de sí es una mirada sobre uno mismo, de tal suerte que solo puedo cuidar al otro en tanto logro el cuidado de sí mismo. Foucault se pregunta “¿en qué debe consistir ocuparse de sí? Pues bien es sencillamente conocerse a sí mismo [...] la inquietud de sí debe consistir en el autoconocimiento” (2011:77). Cuidarse a sí mismo es ir al encuentro de uno mismo, pero no a un encuentro desprovisto de las condiciones de vida y de la tradición propia de la época, es un encuentro en contexto. Si bien Foucault acude a los clásicos griegos para responder por el cuidado de sí, por el conocimiento de sí, no es con la intención de separarse del contexto de su época, es como posibilidad de encontrar respuestas a partir de una tradición que se ocupó de pensarse a sí misma, dentro de sus propias posibilidades, veamos:

2.2 El influjo del pensamiento de los clásicos en la obra de Foucault

Para abordar el cuidado de sí, Foucault acude a la tradición greco-latina, entre otros, se acerca a Séneca, Marco Aurelio y Epicteto, quienes desde el Estoicismo [3] postularon algunas condiciones sobre el cuidado de sí. Estos pensadores asumieron el cuidado de sí como una práctica constante, “en toda la filosofía antigua, la inquietud de sí se consideró a la vez como un deber y como una técnica, una obligación fundamental y un conjunto de procedimientos cuidadosamente elaborados” (2011:469).

Por su lado Séneca (2008), en *Epístolas morales a Lucilio*, despliega una serie de recomendaciones respecto del cuidado a sí, en las cuales no solo da consejo a su interlocutor sino que además los pide respecto de sus propios actos. Recomienda a Lucilio cultivar las virtudes, como: la fortaleza, la fidelidad, la templanza, la afabilidad, el servicio, la sencillez, la modestia, la moderación, la sobriedad, el ahorro, la clemencia, (Séneca, 2008:99-100), “[...] la virtud enaltece al hombre y lo sitúa por encima de las cosas que acarician los mortales; ni ambiciona, ni teme con excesos lo que estos califican de bienes o de malos.” (Séneca, 2008:81). Séneca insiste en que estas virtudes no se cultivan a través de las profesiones liberales como la geometría, las matemáticas, la literatura, sino a partir de la sabiduría, y la sabiduría (*shopia*) solo es posible desde la filosofía. Encontramos aquí una preocupación por el cultivo de sí, invita a Lucilio a que se piense a partir del cultivo de las virtudes, y en tanto se fortalecen las virtudes humanas es necesaria una mirada sobre sí mismo, cultivar las virtudes

no es otra cosa que cultivarse a sí mismo.

Por su lado, Foucault siguiendo a Séneca menciona algunas prácticas que ayudan al cultivo de sí, como es el caso de la pobreza ficticia, (2010:70-73), esta es una actividad que deberá realizarse todos los meses, en donde se debe voluntariamente colocarse en situación de miseria, vivir bajo las condiciones de quienes están desprovistos de riqueza, vistiendo sus ropajes, alimentándose con pan duro, durmiendo en colchón de paja etc. De esta manera aprenderá que ser pobre no es tan penoso. Por otro lado, recomienda el examen de conciencia, que no es otra cosa que llevar un detalle minucioso sobre lo que se hace durante el día, como una forma de interrogar al alma, respecto: "¿De qué defecto te has curado?, ¿qué vicio has combatido?, ¿en qué te has vuelto mejor?" (Foucault, 2010:71). Séneca solía realizar esta práctica en las noches.

La última práctica es la necesidad de un trabajo sobre sí, como actividad constante respecto de uno mismo: "Epicteto pide que uno adopte para consigo mismo el papel y la postura de un "vigilante nocturno" que verifica las puertas de entrada de las ciudades o de las casas" (Foucault, 2010:73), en este sentido Epicteto siguiendo a Sócrates afirma que "una vida sin examen no merece ser vivida" (2014:75). Estas prácticas tienen por objeto la conversión de uno mismo, modificar la actividad, desplazar la mirada más allá de una curiosidad ociosa, como una ética del dominio, finalmente para poder complacerse a sí mismo (Foucault, 2010:75-77). En Cartas a Lucilio, Séneca expresa, "[...] se feliz en tu propio fondo [...] ¿pero ese fondo cuál es? Tú mismo y la mejor parte de ti mismo" (2008:23).

El decir de Foucault es que el cuidado de sí para Epicteto es "un privilegio-deber, un don-obligación que nos asegura la libertad obligándonos a tomarnos a nosotros mismos como objeto de toda nuestra aplicación" (Foucault, 2010:55). En este sentido, podríamos afirmar con el autor que el hombre es libre y esta libertad le permite elegir ocuparse de sí mismo; sin embargo, como hombre es el único que tiene ese privilegio, y en cuanto tal es un deber ocuparse de sí. Así las cosas, es más libre quien se ocupa de sí mismo, puesto que ese conocimiento de sí le permite estar en posición de ventaja respecto a los otros, respecto de las decisiones que tome y respecto de la vida misma.

Foucault (2011), también se acerca a Sócrates a través de Platón en *El Alcibíades*, en esta conversación que Sócrates sostuvo con Alcibíades, se relata un encuentro que el filósofo del cuidado de sí (como lo nombra Foucault) tuviera con su gran amor. Esta conversación se encuentra dividida en dos partes, la primera parte da cuenta de un preámbulo que el maestro hace a su interlocutor respecto de sus intenciones como gobernante de Atenas, sobre lo justo y lo útil; la segunda, es la que más interesa para efectos de este análisis, que no es otra cosa que el cuidado de sí. Al respecto Sócrates le habla a Alcibíades:

Así, mi querido Alcibíades, sigue mis consejos, y obedece al precepto que está escrito en el frontispicio del templo de Delfos: *Conócete a ti mismo*, porque los enemigos con quienes te las has de haber son tales, como yo los represento y no como tú te imaginas. El único medio de vencerlos es la aplicación y la habilidad; si renuncias a estas cualidades necesarias, renuncia también a la gloria fuera y dentro de tu país, gloria a que has aspirado con más ardor que otro alguno. (Platón, 1871:164)

Más adelante, en el desarrollo del diálogo, y respecto al cuidado de sí, interpela a Sócrates: "¿Cuál, pues, es el arte, por el que tenemos cuidado de nosotros mismos?" A lo que Alcibíades responde: "No puedo decírtelo". Para que finalmente Sócrates exprese sabiamente: "Estamos convenidos ya en que no es ninguno por el que podemos mejorar las cosas que son nuestras, sino que es aquel por el que podemos hacernos nosotros mismos mejores." (Platón, 1871:178).

El conocimiento de sí en este diálogo socrático, también hace referencia al cuidado del alma, cuando se conoce a sí mismo se conoce el alma; por tanto, el conocimiento de sí requiere de indagar sobre el alma, acercarse a ella, entrar en la profundidad de su sentido a partir de las diferentes prácticas del yo. Al respecto afirmaba Sócrates: "El que manda que nos conozcamos a nosotros mismos manda, por consiguiente, que conozcamos nuestra alma" (Platón,

1871:185).

Entender la estética de la existencia desde los planteamientos socráticos permite adentrarnos en una postura ética, sobre uno mismo y sobre los otros, incluso sobre las cosas mismas. Este es un arte, como lo expresa Sócrates, "Estos tres conocimientos: conocerse a sí mismo, conocer lo que está en nosotros, y conocer las cosas que pertenecen a lo que está en nosotros, están ligados entre sí; son efecto de un solo y mismo arte." (Platón, 1871:192). En Sócrates se percibe una preocupación que se encuentra en todo el dialogo que sostiene con Alcibíades: es hacerle entender a su interlocutor que solo podemos ocuparnos de los otros si nos hemos ocupado antes de nosotros mismos, de esta forma finaliza el dialogo:

Ante todas cosas es preciso, pues, que pienses en ser virtuoso, como debe de hacer todo hombre, que no sólo quiera tener cuidado de sí mismo y de las cosas que son suyas, sino también del Estado y de las cosas que pertenecen al Estado. (Platón, 1871:195).

El cuidado de sí mismo requiere –como se ha advertido antes– de la aplicación de ciertas técnicas o tecnologías que le ayudan al sujeto en la construcción de su propia subjetividad a partir del cuidado de sí, en este sentido Foucault ha abordado algunas de ellas, veamos.

2.3 Las tecnologías del yo

Una técnica es una práctica que "se definen por la regularidad y la racionalidad que acompañan los modos de hacer, y que tienen, por otro lado un carácter reflejo" (Castro, 2011:381). Foucault se encuentra que las técnicas de sí, inicialmente se ejercieron como prácticas paganas y luego como prácticas cristianas de los primeros tiempos [4]. Las tecnologías permiten entender como los hombres han trazado un saber sobre sí mismos, para acercarse a ese conocimiento Foucault identifica cuatro tipos principales de tecnologías:

1) Tecnologías de producción, que nos permiten producir, transformar o manipular cosas; 2) tecnologías de sistemas de signos, que permiten utilizar signos, sentidos, símbolos o significaciones; 3) tecnologías de poder, que determinan la conducta de los individuos, los someten a cierto tipo de fines o de dominación, y consiste en una objetivación del sujeto 4) tecnologías del yo, que permiten a los individuos efectuar, por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, sus pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría e inmortalidad. (2010b:50).

En particular y para efectos del cuidado de sí, se aborda el cuarto tipo de tecnología, como una actuación sobre sí mismo, estas tecnologías son analizadas por Foucault (2010b), de forma sistemática en la etapa que se conoce como ética (Välikangas y Seech, 2011) o sea, la última etapa en el desarrollo de su pensamiento, en un afán de reconocer cómo las personas intervienen sobre sí mismas de forma consiente en la construcción de su propia subjetividad, es decir, cómo se logra a partir de una elección libre, hacer resistencia sobre las tecnologías que impone la época y cómo a partir de algunos ejercicios que se convierten en actividades constantes, se logra el cuidado sobre sí mismo, en este sentido es además una conquista sobre sí, en tanto se trata de alcanzar un gobierno sobre uno mismo, como forma de resistencia ético-estética. En adelante se abordaran las más relevantes presentes en el discurso del pensador francés.

2.3.1 El retiro (*anakhóresis*)

El retiro es una técnica muy utilizada por los estoicos, se trata de una forma de retirarse al interior de uno mismo, de estar en silencio, de tal manera que se puedan escuchar los pensamientos, "no para descubrir las faltas y sentimientos profundos, sólo para recordar las reglas de acción, las principales reglas de la conducta. Es una formula mnemotécnica" (Foucault, 2010b:72). Este retiro, no necesariamente debe realizarse lejos de las personas, aunque el retiro hacia el campo para entrar en contacto con la naturaleza ayuda con la

intención de esta técnica, toda vez que se trata de que al estar a solas, de estar en contacto con sí mismo, se logre meditar, reflexionar, puede ser a través de la lectura o del dialogo interno.

2.3.2 La meditación

La meditación o *Melete* es un trabajo que se realizaba como preparación a un discurso, como forma de anticipación al pensamiento, es ponerse el sujeto en la situación donde se pueda imaginar cómo reaccionaría, es un ejercicio imaginativo, el más famoso ejercicio de meditación es la *praemeditatio malorum*, práctica utilizada por los estoicos, en la cual se imaginaban la visión más pesimista del futuro (Foucault, 2010b:75). Por ejemplo, imaginar la muerte, situaciones de dolor extremo como la tortura, es un ejercicio imaginario que ejercita la mente.

[...] si se presentan las cosas en su actualidad no es para vivir por anticipado los sufrimientos o los dolores que nos causarían, sino para convencernos de que no son en modo alguno males reales y que solo la opinión que tenemos de ellas es lo que nos lleva a considerarlas como verdaderas desgracias (Foucault,1999:285).

La *meleté thanátou* ejercicio sobre la propia muerte, era una de las técnicas más reconocidas por los estoicos y consistía en hacer de la muerte algo actual de la vida, Séneca era uno de los filósofos que más ejercitó esta práctica, su intención fundamental es lograr que se viva cada día como si este fuese el último. Esta técnica permite una mirada retrospectiva sobre la propia vida.

2.3.3 La escritura

La escritura fue una técnica muy utilizada especialmente por los estoicos, *Epístolas Morales a Lucilio* de Seneca (2008), y *Meditaciones* de Marco Aurelio (1977), son un buen ejemplo de ello. La escritura permite "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 reactivar para sí mismo las verdades que uno necesitaba" (Foucault, 2010b:62). Escribir permite prestarle atención a todos los matices de la vida, al estado de ánimo, a los pensamientos, a los sentimientos, al cuerpo mismo.

Marco Aurelio (1977), escribía sobre cómo transcurría su día, poniendo minucia en cada detalle de sus actividades cotidianas, a la interacción con los otros, a todo lo que acontecía en su cuerpo, qué le dolía, qué había comido, qué actividades habían intervenido en el transcurrir de su día. Se presenta una preocupación exacerbada por las condiciones corporales, si bien el cuidado de sí es el cuidado del alma, las preocupaciones por el cuerpo cobran una gran relevancia. Seneca (2008), por su parte escribía también para dar consejo, para ofrecer las condiciones adecuadas de las buenas maneras, para ayudar a los amigos. La escritura está estrechamente relacionada con la vigilancia, respecto a la escritura de sí Foucault plantea:

[...] desde mucho tiempo antes los pitagóricos, los socráticos y los cínicos le habían concedido una gran importancia. Más bien parece que entre todas las formas adoptadas por ese entrenamiento (que suponía abstinencias, memorizaciones, exámenes de conciencia, meditaciones, silencio y escucha de otro), la escritura –el hecho de escribir para sí mismo y para algún otro (*autrui*)– hubiera empezado a desempeñar bastante más tarde un papel considerable. En todo caso, los textos de la época imperial que se refieren a las tácticas de sí otorgan a la escritura un amplio espacio. (1999: 291).

Foucault (1999), menciona dos formas de escritura utilizadas en los siglos I y II, los *hypomnémata* y la correspondencia, la primera forma de escritura hacía referencia a una suerte de memoria material de cosas ya leídas, oídas o pensadas, ofrecían además material para escrituras posteriores, no se trataba de diarios íntimos, por el contrario se trataba de captar lo dicho, reunir aquello que se ha escuchado y oído con el fin de utilizarlo en la construcción de sí mismo. Esta forma de escritura contempla la necesidad de leer, aquí se entiende la lectura como una técnica de sí, estas dos prácticas estarían vinculadas, puesto que en la medida que se lee se escribe, una actividad tras otra, la escritura es entonces una forma de recoger la

lectura realizada.

Por otro lado, la correspondencia, la describe Foucault de la siguiente manera: "La carta que se envía actúa, mediante el gesto mismo de la escritura, sobre quien la remite, así como también, mediante la lectura y la relectura, sobre aquel que la recibe" (Foucault, 1999:297). La correspondencia que Séneca mantuviera con Lucilio, no tiene solo la intención de dar cuenta sobre sus actividades cotidianas, además de ofrecer consejo a su receptor. Estas cartas logran que el filósofo continúe ejercitándose a sí mismo, además constituye una manera de manifestarse a sí mismo y a los otros, escribir es por lo tanto, mostrarse al otro, hacerse ver, hacer aparecer el rostro propio ante los ojos del otro. (Foucault, 1999).

2.3.4 El examen de conciencia

Esta era una práctica muy recurrente en Epicteto (2014) y Marco Aurelio (1977), antes de irse a dormir pensaban sobre lo que se realizó durante el día, se complementa con la escritura, puesto que se solía escribir en un cuaderno: cómo se procedió, cuáles actos estuvieron bien y cuáles no, y especialmente en qué cosas se debía mejorar, es una forma de hacer consciencia. Por otro lado, Foucault (2010b), hace una diferencia entre el examen de conciencia senequista y el cristiano, en los siglos I y II, cambia la concepción del examen de conciencia, en tanto no se trata de una técnica para el conocimiento de sí sino que: "consiste en intentar inmovilizar la conciencia y eliminar los movimientos del espíritu que le apartan a uno de Dios" (Foucault, 2010b:89), en este sentido el examen de conciencia no está vinculado con el cuidado de sí, como se puede observar en los griegos, como posibilidad de vigilar el alma, ser mejores en tanto cuidado de lo que hago, y medito sobre lo que podría hacer mejor.

En el caso del cristianismo se trata de una posibilidad de vigilar los pensamientos; es una práctica que implica un conocimiento de sí, pero no desde el cuidado de sí, sino desde la renuncia, o sea, con la intención de evitar el pecado y confesar a Dios los pensamientos y prácticas moralmente reprochables. Esta técnica así empleada, confirma la separación a la que hace alusión Foucault, entre cuidado de sí y conocimiento de sí, que para Sócrates y el mismo Seneca no tenía separación, era una e indisociable.

Foucault plantea tres tipos de examen de sí mismo: el primero, referido a los pensamientos en correspondencia con la realidad (cartesiano); el segundo a la manera en que nuestros pensamientos se relacionan con las reglas (senequista); y el tercero referido a la relación entre el pensamiento oculto y una impureza interior. (Foucault, 2010b:90).

2.3.5 El silencio y la escucha

Esta técnica estaba muy relacionada con la aplicación de los discípulos al escuchar a su maestro. Se trataba de un entrenamiento en saber escuchar, en escuchar con paciencia y no intervenir, en los monjes se practica como votos de silencio, "en la cultura pitagórica, los discípulos mantenían el silencio durante cinco años" (Foucault, 2010b:68), la intención era que desarrollaran el arte de la escucha antes de hacer preguntas al maestro, el saber escuchar – decía Plutarco– permite discernir sobre lo que es verdadero de lo que no. Pero no se trata solo de escuchar al otro, también la técnica está vinculada a la capacidad de escuchar al propio yo.

Plutarco escribe un tratado sobre "el arte de escuchar las clases". Expresa Foucault que en dicho tratado el maestro defiende la escucha como un arte, que nos ayuda a diferenciar lo verdadero de lo falso, saber escuchar al maestro el *logos*, cultiva la razón en sí mismo, "uno memoriza lo que ha escuchado, convirtiendo las afirmaciones que ha escuchado en reglas de conducta" (Foucault, 2010b:73). La escucha necesita del silencio, es una condición que permite estar atento, concentrar la mirada, separar y analizar el discurso del otro. La escucha se entrena, se aprende, estar en silencio no solo en presencia del otro, sino del propio yo, permite poner en orden los pensamientos, calmar el alma, encontrar paz y sosiego, saber leer lo que el cuerpo y la mente necesitan en la construcción de la fortaleza y el cultivo de la subjetividad. Finalmente, y acudiendo a Séneca se podría afirmar que a través del silencio se posibilita el encuentro con la verdad, una verdad que no necesita ser descubierta sino recordada, una

verdad que ha sido olvidada, dicha verdad está referida a las reglas de conducta sobre el deber ser (Foucault, 2010b:71).

2.3.6 El dialogo

El dialogo era una técnica de sí, utilizada por la filosofía clásica. Platón escribía en forma de diálogo. Sócrates filósofo del que sabemos por Platón, se ocupaba de interrogar a los transeúntes que se encontraba a su paso por Atenas, a través del dialogo, intentaba ir al encuentro con la verdad, la *alétheia*, como des-ocultamiento, como desvelamiento. En este dialogo el maestro se resistía a expresarle a su interlocutor la verdad, esa que seguramente el mismo Sócrates conocía, su método consista en permitir a través de preguntas cortas, que el otro encontrará en sí mismo su verdad, verdad que se encontraba oculta, pero que podía ver la luz si se realizaban las preguntas correctas.

Sócrates hijo de partera, se inspiró en el oficio de su madre para traer la verdad y la sabiduría tal como el niño se encuentra con la luz en el momento de su alumbramiento: el parto como iluminación. Sócrates se encargó de iluminar el alma y a través de la palabra instaba a los otros que cuidaran de su propia alma, que buscaran la sabiduría. La mayéutica como método filosófico, se trata de preguntar, pero no es cualquier pregunta, es la pregunta cargada de ironía, la pregunta tal como en ocasiones vemos en el diálogo de *El Alcibíades*, esa que saca de casillas al contertulio, molesta, incomoda, es la pregunta inteligente, aquella que invita a seguir preguntando, hasta llegar a una verdad, a esa que está dentro pero que no conocemos, si no interviene otro que interroga, que hace las preguntas correctas.

El dialogo como fue utilizado por Sócrates es un técnica de sí, que permite en relación con un interlocutor un saber sobre sí, sobre las cosas del mundo y sobre los otros; en el dialogo nos reconocemos, reconocemos al otro, un dialogo inteligente permite el des-ocultamiento de una verdad, es una forma de ir al encuentro con uno mismo, una posibilidad de escucharnos y escuchar eso que el otro tiene para decir sobre nuestros pensamientos, es una manera de expresar la postura moral y ética que está contenida en las acciones. Finalmente, es una construcción mediante el lenguaje de la subjetividad misma.

2.3.7 La ascética

En el cristianismo el ascetismo se refiere a una práctica de renuncia a sí mismo, y a los placeres del mundo, es una forma de purificación a partir de la renuncia a todo tipo de placeres, es un retiro voluntario que implica una total negación. Por otro lado, en la tradición filosófica:

askesis no significa renuncia, sino consideración progresiva del yo, o dominio sobre sí mismo, obtenido no a través de la renuncia a la realidad sino a través de la adquisición y de la asimilación de la verdad [...] es un proceso hacia un mayor grado de subjetividad. (Foucault, 2010b:73-74).

En la *askesis* se practican algunos ejercicios que ponen a prueba la voluntad, como son la *Melete* o meditación y la *gymnasia*, –sobre la meditación ya se trató como técnica del yo en párrafos anteriores– por su lado, la *gymnasia* es un entrenamiento de sí mismo, “en una situación real, aunque haya sido inducida artificialmente, [...] abstinencia sexual, privación física y otros rituales de purificación” (Foucault, 2010b:76), además de actividades deportivas extremas con una carga alta de dificultad. Para Séneca todos estos actos de mortificación nos preparan para enfrentar la adversidad.

2.3.8 La interpretación de los sueños

La interpretación de los sueños era una práctica muy popular en la antigüedad, se creía que los sueños anunciaban los acontecimientos futuros. Foucault (2010b), da cuenta de un manual escrito por Artemidoro en el siglo II a. c. y otros dos documentos, relacionados con la importancia de la interpretación de los sueños, el de Sinesio de Cirene en el siglo IV y el de Aelio Aristide del siglo II, para el primero era necesario no solo recordar los sueños sino los acontecimientos de antes y después para que cada uno lograra ser su propio interprete, el

segundo consideraba que en los sueños se recibía consejos de los dioses sobre los remedios para enfrentar las enfermedades (Foucault, 2010b:79). En la contemporaneidad, nos encontramos con la interpretación freudiana, en la cual se analizan los sueños como un producto psíquico pleno de sentido, al que puede asignarse un lugar perfectamente determinado en la actividad anímica de la vida despierta (Freud, 1979).

2.3.9 La *exomologésis* y la *exagouresis*

Estas dos tecnologías fueron practicadas durante los dos primeros siglos del cristianismo, como formas mediante las cuales, se accedía a la iluminación y a la verdad a cerca de sí. La *exomologésis* o reconocimiento del hecho, significaba básicamente el reconocimiento público de los pecados, se trataba de un reconocimiento de sí mismo como pecador y penitente, dentro de las características que acompañaban esta técnica de sí mencionadas por Foucault (2010b), se tenía que la penitencia podía durar años, acompañada de prohibiciones respecto al sexo y al vestir, como una forma de marcar al individuo. Debía vivir una vida diferente a los demás, aún después de la reconciliación no podía casarse ni ordenarse sacerdote. Posteriormente, se convirtió en un ritual que se realizaba al final del periodo de penitencia antes de la reconciliación, en la cual los pecadores públicamente se humillaban y vestían ropajes roídos en señal de su condición.

Por el contrario, para Séneca La *exomologésis* o *publicatio sui* no implicaba un reconocimiento público de los pecados, se trataba de una expresión somática y simbólica, así vemos una diferencia entre los estoicos y los cristianos. Para los primeros se trataba de una actividad privada, sin embargo, para los segundos era una actividad pública. Lo que se buscaba con la *exomologésis* cristiana como acto de penitencia era "mostrar el verdadero ser lleno de pecados del pecador" (Foucault, 2010b:84). Sin embargo, como aclara el mismo Foucault la *exomologésis* no es verbal, es simbólica, ritual y teatral.

La *exagouresis*, por su lado, "es una reminiscencia de los ejercicios de verbalización relacionados con el profesor/maestro de las escuelas filosóficas paganas" (Foucault, 2010b:86). Se establece un control completo de la conducta por parte del maestro, el alumno debe pedir permiso incluso hasta para morir, todos sus actos están supeditados a la aceptación del maestro, se trata de una sumisión completa en la cual se pierde en control del yo. Esta técnica se desarrolló a partir de la obediencia y de la contemplación monacal. Foucault arguye que se trata de una técnica de origen oriental. "Se trata de una analítica y continua verbalización de los pensamientos llevada a cabo en la relación de la más completa obediencia hacia otro" (Foucault, 2010b:93).

3. Metodología

Esta investigación se inscribió en la modalidad cualitativa de la investigación en ciencias sociales y particularmente en el ámbito de lo interpretativo, toda vez que se realizó un acercamiento al objeto de estudio desde lo comprensivo referido a la perspectiva hermenéutica. La hermenéutica es el arte de la interpretación; parafraseando a Gusdorf (1998), se puede decir que es una búsqueda de comprensión en cualquier campo, en una conversación, en un texto, en una pieza de teatro o en la música. Con la hermenéutica se abre un panorama a la investigación cualitativa si se tiene en cuenta que en la construcción del conocimiento, quien construye y significa es el investigador sujeto, quien se interroga a partir de la preocupación por el contexto que habita. Gusdorf lo describe de la siguiente manera:

[...] Esta situación epistemológica cambia el origen del sentido; el fundamento de la comprensión deja de estar, como hasta hace poco lo había estado, en el objeto del saber; el sentido ya no se encuentra en el objeto, como un tesoro escondido, o como la semilla dentro de la almendra. El sujeto aparece como el amo de las significaciones, el manipulador o el poeta, capaz de operar las transmutaciones necesarias para reintegrar el objeto pasado en el campo actual de la cultura. (1988:25).

Por otro lado, Gadamer (1998) define la hermenéutica como: "el arte de comentar lo dicho o lo

escrito" (297), en este sentido afirma el autor, que tiene una estrecha relación con la retórica, así pues la posibilidad de analizar e interpretar los textos y los discursos que expresan una idea de sujeto en la organización, en relación con una mirada filosófica propuesta por Foucault, permitió que surgiera un discurso más comprensivo, menos pragmático de las personas en el ámbito organizacional.

Esta primera fase de investigación respondió a la construcción teórica, lo que ha permitido ahondar en el concepto de cuidado de sí como posibilidad para la gestión humana. Las categorías principales de la investigación fueron: cuidado de sí, tecnologías del yo y gestión humana; para ello se realizó un proceso de búsqueda y análisis de artículos que cumplieran con los siguientes criterios: 1) presencia en bases de datos especializadas (dilnet, proquest, jstor, redalyc, google scholar, scopus, ebsco, sage,); y 2) rangos de búsqueda en relación con las palabras cuidado de sí y gestión humana, para lo cual se encontraron muy pocos artículos que articularan estas dos categorías, hecho que le da mayor relevancia a esta investigación.

4. Discusión de resultados

Todo lo anterior da pie a pensar que el cuidado de sí a partir de las tecnologías del yo puede ser analizado como una posibilidad para la Gestión humana, tal como Beuchot y Blanco (2014), quienes plantean respecto a las nuevas subjetividades producto de la globalización y la posmodernidad, para las cuales se obliga una postura crítica de la filosofía y ven en la hermenéutica del sujeto una posibilidad en la construcción de nuevas subjetividades, podría ser esta una opción en el ámbito organizacional y particularmente en la Gestión Humana, toda vez que permite una mirada reflexiva (Calas, 1999), sobre sí mismo y sobre los otros. Al respecto Diaz de Vivar (2008), expresa que Foucault buscaba cuestionar la idea que se tenía la sociedad occidental sobre la ética (Crane et al. 2008; Deslades, 2012), y para ello recurre a la filosofía antigua, desde donde lanza una crítica a la sociedad moderna. Toda vez que el control racional de los instintos desde las prácticas del cuidado de sí no es otra cosa que una práctica de libertad. Sin embargo, este ejercicio de libertad (Alvesson y Willmott, 1992), debe permitirnos romper con la idea que se tienen hoy en día del sometimiento de la subjetividad, en un intento por construir o deconstruir la propia subjetividad a partir de las prácticas de sí (Knights y Willmont, 2007).

Por otro lado Dilts (2011), sostiene que en el discurso del cuidado de sí de Foucault aparece un relato de cómo algunas prácticas pueden ser entendidas como las que permiten el acceso a uno mismo que no es soberano, sino que cuida de sí mismo como una forma de conocerse. En tanto esto, sostienen Dilts que en el discurso neoliberal aparece un argumento que se ocupa de unas prácticas de sujeción implícitas en los modos de trabajo, en este sentido el neoliberalismo se convierte en racionalidad instrumental, en este relato se permitió el análisis económico de fenómenos sociales fuera de los confines tradicionales del mercado, para ser sometido a un análisis económico profundo que permite la reconfiguración de la política gubernamental como "ambiental" más que jurídica o disciplinaria, es decir, trabajando a través de la subyugación interna de individuos. Así las cosas, afirma Dilts siguiendo a Marx, que el trabajo ha sido cortado de su realidad humana, de todas sus variables cualitativas, y precisamente la lógica del capital reduce el trabajo al poder y al tiempo, lo hace una mercancía y la reduce a los efectos del valor producido.

Es precisamente en este trato inhumano, de trabajo auto controlado (Zangaro, 2011, Gonzalez, 2015) que se ve reflejado en las organizaciones contemporáneas un espacio idóneo de reflexión frente al cuidado de sí, y para efectos de recuperar la autonomía (Barrat, 2008) de los empleados se pone de manifiesto que el área encargada de fungir como mediadora es Gestión humana (Townley, 1993; Barrat, 2003; Weiskopf, 2012), y para ello sirve el tránsito que hace Foucault (1994), entre los juegos de verdad vinculados a prácticas coercitivas y el cuidado de sí cómo prácticas de formación del sujeto, al final de su vida al filósofo francés le interesa el ejercicio de sí sobre sí, a partir del cual el sujeto busca transformarse y construir desde las prácticas del yo un modo de ser propio, que le permitan saber cómo debe conducirse según la

situación, cómo prácticas de libertad. Así pues, la ética es entonces según Foucault (1994), la práctica reflexionada de la libertad, libertad entendida como condición ontológica de la ética.

5. Conclusiones

El recorrido hasta aquí presentado, da cuenta de la noción del cuidado de sí. Foucault propone como método filosófico las tecnologías del yo, vuelve a los griegos para proponer técnicas que posibilitan el cuidado de sí mismo, como una forma de hacer filosofía de sí, como un afán de realizar resistencia ético estética, de tal manera que pueda hacerse de la vida una obra de arte: "La subjetivación de la verdad es la meta de las técnicas del yo" (Foucault 2010b:73). Aquí se entiende que el cuidado de sí, se logra a partir de la apropiación y la práctica de las tecnologías del yo, en la medida que se aborda cada una de ellas, se reconoce cómo todas están interconectadas, y cómo desde estas prácticas se logra la subjetivación desde la resistencia como práctica de libertad, en tanto el sujeto las elige, a diferencia de las tecnologías de poder, de producción, o de los sistemas de signos, a los cuales el sujeto está sometido no por elección propia sino por una condición histórica y cultural, heredada de la época en la cual le correspondió vivir (Freitas, 2014). En tanto esto, se propone el cuidado de sí como práctica de libertad como condición necesaria en la gestión humana de las organizaciones, las técnicas de sí sirven de herramientas propias de la subjetividad para lograr el cuidado de sí en relación al cuidado de los otros, la vuelta a los griegos en la actualización de Foucault puede ayudar a lograr organizaciones más humanas, reflexivas, desde una real autonomía, donde los sujetos habiten no solo los discursos de la economía sino los propios.

Referencias bibliográficas

- Alvesson, M. & Willmott, H. (1992). On the Idea of Emancipation in Management and Organization Studies. *Academy of Management*, 17(3), 432-464.
- Barratt, E. (2003). Foucault, HRM and the Ethos of the Critical Management Scholar. *Journal of Management Studies*, 40(5), 1069-1087.
- Barratt, E. (2008). The Later Foucault in Organization and Management Studies. *Human Relations*, 61(4), 515-537.
- Beuchot, M. y Blanco, R. (2014). Cuidado de sí y dirección espiritual. Foucault y los moralistas casuistas. *Fermentario*, (8), 1-15
- Calas, M. (1999). Past Postmodernism? Reflections and Tentative Directions. *Academy of Management*, 24(4), 649-671.
- Castro, E. (2011). *Diccionario Foucault. Temas, conceptos y autores*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Crane, A. Knights, D. & Starley, K. (2008). The Conditions of Our Freedom: Foucault, Organization and Ethics. *Business Ethics Quarterly*, 18(3), 299-320.
- De Amorim, F. y Bueno, R. (2014). Cuidar de si, dizer a verdade: arte, pensamento e ética do sujeito. *Pro-Posições*, 25 (2), 157-175
- Deslades, G. (2012). The Care-of-self Ethic with Continual Reference to Socrates: Towards Ethical Self-management. *Business Ethics: A European Review*, 21(4), 325-338.
- Diaz de Vivar, R. (2008). O cuidado de si em Michel Foucault. *Revista Percursos*, 9 (02), 59-70
- Dilts, A. (2011). From 'Entrepreneur of the Self' to 'Care of the Self': Neo-liberal Governmentality and Foucault's Ethics. *Foucault Studies*, (12), 130-146
- Epicteto (2014). *Manual de vida, pasajes escogidos*. Barcelona: Ariel Quintaesencia.
- Foucault, M. (1994). *Dits et écrits*. París: Gallimard.
- Foucault, M. (1998). El sujeto y el poder. *Revista Mexicana de Sociología*, 50(3), 3-20.
- Foucault, M. (1999). *Estética, Ética y Hermenéutica*. Volumen III. Barcelona: Paidós.

- Foucault, M. (2010). *Historia de la sexualidad III, la inquietud de sí*. Madrid: Siglo XXI.
- Foucault, M. (2010b). *Tecnologías del yo*. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (2011). *La hermenéutica del sujeto*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica
- Foucault, M. (2012). *Historia de la sexualidad II, El uso de los placeres*. Madrid: Editorial Siglo XXI.
- Freitas, A. (2014). O cuidado de si e os perigos de uma ontologia ainda sem cabimento: o legado ético-espiritual de Foucault. *Pro-Posições*, 25 (2), 121-138
- Freud, S. (1979). *La interpretación de los sueños, Obras completas V° IV*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Gadamer, H. (1998). *Verdad y método I y II*, Salamanca: Ediciones Sígueme.
- García, G. (2014). Ética del cuidado de sí y desarrollo humano: un reto para la Educación Superior. *Revista Lasallista de Investigación*, 11 (1), 125-132
- Gonzalez, N. (2015). De las tecnologías de poder a las tecnologías del yo: reflexiones en clave foucaultiana sobre las técnicas de administración empresarial. *Trabajo y Sociedad*, (24), 225-233
- Gusdorf, G. (1998). *Les origines de l'herméneutique*. Paris: Payot.
- Hirschberger, J. (2011). *Historia de la Filosofía*. Barcelona: Herder,
- Knights, D. & Willmont, H. (2007). Poder y subjetividad en el trabajo: de la degradación a la dominación en las relaciones sociales. En C. Fernandez, *Vigilar y Organizar*, Madrid: Siglo XXI.
- Marco Aurelio (1977). *Meditaciones*. Madrid: Editorial Gredos.
- Platón. (1871). *Obras completas, Tomo 1*, Madrid: Edición de Patricio de Azcárate.
- Séneca. (2008). *Epístolas Morales a Lucilio*. Madrid: Editorial Gredos.
- Sevilla, H. (2009). "La práctica de sí" y su consumación en la nada desde el pensamiento de Foucault. *Revista Observaciones Filosóficas*, (9), 1-12
- Sossa, A. (2010). Michel Foucault y el cuidado de sí, *Revista Conhisremi*, 6(2), 34-45
- Townley, B. (1993). Foucault, Power-knowledge and its Relevance or Human Resource Management. *Academy of Management*, 18(3), 518-545.
- Välikangas, A. & Seeck, H. (2011). Exploring the Foucauldian Interpretation of Power and Subject in Organizations. *Journal of Management and Organization*, 17(6), 812-827.
- Weiskopf, R. (2012). Management of Human Capital: Discipline, Security and Controlled Circulation in HRM. *Organization*, 19(6), 685-702.
- Zangaro, M. (2011) *Subjetividad y trabajo. Una lectura foucaultiana del management*. Buenos Aires: Ediciones Herramientas.

1. PhD. (c) en Filosofía. Docente investigadora, Universidad de Medellín. Dirección: Carrera 87 # 30-65 (Blq. 6, ofic. 108). Cel: (57)316-816-8947. e-mail: bhernandez@udem.edu.co. Este artículo hace parte del trabajo en su tesis doctoral.

2. PhD en Filosofía y PhD en Teología, Universidad de Navarra. Director Facultad de Teología. Escuela de Teología, Filosofía y Humanidades, Universidad Pontificia Bolivariana. Circular 1° No 70-01 Bloque 6 Oficina 401. Tel: (57)(4)354 45 30 ivandario.toro@upb.edu.co

3. Escuela filosófica griega, fundada por Zenón de Citio en el siglo III a. c. y que perduró hasta el siglo II d. c. Seneca, Epicteto y Marco Aurelio, son reconocidos representantes de esta escuela, la base del pensamiento esta expresada en: "los estoicos piensan sensísticamente, y en ello descubrimos al punto su finalidad con los cínicos. El alma no es una placa en la que haya algo escrito a priori, sino enteramente como una tabula rasa. Tiene que llenarse con los contenidos que le ofrezca la percepción sensible" (Hirschberger, 2011:266). Definen la filosofía como la ciencia de las cosas divinas y humanas, y a su vez la dividen en lógica, física y ética.

4. Aquí es donde Foucault va a encontrar la separación entre cuidado de sí y conocimiento de sí, (lo cual se aborda más adelante en este capítulo), referido a cómo en el inicio del cristianismo se ocupaban más del conocimiento de sí, en tanto este le permite al sujeto velar por sus pecados y estar atento a la tentación, representado en el examen de conciencia, la *exomologésis* y la *exagouresis*. Por otro lado, se olvida del cuidado de sí, se podría afirmar que este estaba mal visto por el cristianismo, puesto que es una forma egoísta de estar atento al propio sujeto, ya que al cristianismo antes que el

cuidado de sí, le interesaba la renuncia del sujeto en la tierra, de tal manera que con ello lograra la recompensa en el cielo.

Revista ESPACIOS. ISSN 0798 1015
Vol. 38 (Nº 53) Año 2017

[Index]

[En caso de encontrar un error en esta página notificar a [webmaster](#)]

©2017. revistaESPACIOS.com • ®Derechos Reservados