

Paidós Básica

Últimos libros publicados:

41. C. Lévi-Strauss - *Antropología estructural*
42. L. Festinger y D. Katz - *Los métodos de investigación en las ciencias sociales*
44. M. Mead - *Experiencias personales y científicas de una antropóloga*
45. C. Lévi-Strauss - *Tristes trópicos*
46. G. Deleuze - *Lógica del sentido*
48. G. Deleuze - *El pliegue. Leibniz y el barroco*
49. R. Rorty, J. B. Schneewind y Q. Skinner - *La filosofía en la historia*
50. J. Le Goff - *Pensar la historia*
51. J. Le Goff - *El orden de la memoria*
52. S. Toulmin y J. Goodfield - *El descubrimiento del tiempo*
53. P. Bourdieu - *La ontología política de Martin Heidegger*
54. R. Rorty - *Contingencia, ironía y solidaridad*
55. M. Cruz - *Filosofía de la historia*
56. M. Blanchot - *El espacio literario*
57. T. Todorov - *Crítica de la crítica*
58. H. White - *El contenido de la forma*
59. F. Rella - *El silencio y las palabras*
60. T. Todorov - *Las morales de la historia*
61. R. Koselleck - *Futuro pasado*
62. A. Gehlen - *Antropología filosófica*
63. R. Rorty - *Objetividad, relativismo y verdad*
64. R. Rorty - *Ensayos sobre Heidegger y otros pensadores contemporáneos*
65. D. Gilmore - *Hacerse hombre*
66. C. Geertz - *Conocimiento local*
67. A. Schütz - *La construcción significativa del mundo social*
68. G. E. Lenski - *Poder y privilegio*
69. M. Hammersley y P. Atkinson - *Etnografía. Métodos de investigación*
70. C. Solís - *Razones e intereses*
71. H. T. Engelhardt - *Los fundamentos de la bioética*
72. E. Rabossi y otros - *Filosofía de la mente y ciencia cognitiva*
73. J. Derrida - *Dar (el) tiempo 1. La moneda falsa*
74. R. Nozick - *La naturaleza de la racionalidad*
75. B. Morris - *Introducción al estudio antropológico de la religión*
76. D. Dennett - *La conciencia explicada. Una teoría interdisciplinaria*
77. J. L. Nancy - *La experiencia de la libertad*
78. C. Geertz - *Tras los hechos*
79. R. R. Aramayo, J. Muguerza y A. Valdecantos - *El individuo y la historia*
80. M. Augé - *El sentido de los otros*
81. C. Taylor - *Argumentos filosóficos*
82. T. Luckmann - *Teoría de la acción social*
83. H. Jonas - *Técnica, medicina y ética*
84. K. J. Gergen - *Realidades y relaciones*
85. J. R. Searle - *La construcción de la realidad social*
86. M. Cruz (comp.) - *Tiempo de subjetividad*
87. C. Taylor - *Fuentes del yo*
88. T. Nagel - *Igualdad y parcialidad*
89. U. Beck - *La sociedad del riesgo*
90. O. Nudler (comp.) - *La racionalidad*
91. K. R. Popper - *El mito del marco común*
92. M. Leenhardt - *Do Kamo. La persona y el mito en el mundo melanesio*
93. M. Godelier - *El enigma del don*
94. T. Eagleton - *Ideología*
95. M. Platts - *Realidades morales*
96. C. Solís - *Alta tensión: Historia, filosofía, sociología e historia de la ciencia*
97. J. Bestard - *Parentesco y modernidad*
100. M. Foucault - *Entre filosofía y literatura. Obras esenciales, vol. 1*
101. M. Foucault - *Estrategias de poder. Obras esenciales, vol. 2*
102. M. Foucault - *Estética, ética y hermenéutica. Obras esenciales, vol. 3*

Michel Foucault

Estética, ética y hermenéutica

Obras esenciales, Volumen III

Título original: *Dits et écrits*

Tomo III: n^{os} 220, 221, 222, 229, 232, 233, 234, 239, 264, 269, 274

Publicado en francés en 1994 por Éditions Gallimard, París

Tomo IV: n^{os} 285, 295, 297, 304, 312, 323, 329, 330, 339, 342, 345,
350, 354, 356, 358, 360, 363

Publicado en francés en 1994 por Éditions Gallimard, París

Traducción de Ángel Gabilondo

Cubierta de Mario Eskenazi

Obra publicada con la ayuda del Ministerio Francés de la Cultura

cultura Libre

© 1994 Éditions Gallimard

Para el texto original n^o 345: © 1984 PUF (París), y © 1994 Éditions
Gallimard

© 1999 de la traducción, Ángel Gabilondo

© 1999 de todas las ediciones en castellano

Ediciones Paidós Ibérica, S.A.,

Mariano Cubí, 92 – 08021 Barcelona

y Editorial Paidós, SAICF,

Defensa, 599 – Buenos Aires

ISBN: 84-493-0711-2

ISBN: 84-493-0586-1 (Obra completa)

Depósito legal: B-37.203/1999

Impreso en A & M Gràfic, S.L.

08130 Sta. Perpètua de Mogoda (Barcelona)

Impreso en España – Printed in Spain

Sumario

| | |
|--|-----|
| La creación de modos de vida, <i>Ángel Gabilondo</i> | 9 |
| 1. La evolución del concepto de «individuo peligroso» en la psiquiatría legal del siglo XIX | 37 |
| 2. Diálogo sobre el poder | 59 |
| 3. La locura y la sociedad | 73 |
| 4. La incorporación del hospital en la tecnología moderna .. | 97 |
| 5. La filosofía analítica de la política | 111 |
| 6. Sexualidad y poder | 129 |
| 7. La escena de la filosofía | 149 |
| 8. La «gubernamentalidad» | 175 |
| 9. Un placer tan sencillo | 199 |
| 10. ¿Es inútil sublevarse? | 203 |
| 11. Nacimiento de la biopolítica | 209 |
| 12. El filósofo enmascarado | 217 |
| 13. Sexualidad y soledad | 225 |
| 14. Las mallas del poder | 235 |
| 15. Subjetividad y verdad | 255 |
| 16. El combate de la castidad | 261 |
| 17. La hermenéutica del sujeto | 275 |
| 18. La escritura de sí | 289 |
| 19. Estructuralismo y postestructuralismo | 307 |
| 20. ¿Qué es la Ilustración? | 335 |
| 21. Polémica, política y problematizaciones | 353 |
| 22. Foucault | 363 |
| 23. El cuidado de la verdad | 369 |
| 24. El retorno de la moral | 381 |
| 25. La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad ... | 393 |
| 26. Michel Foucault, una entrevista: sexo, poder y política de la identidad | 417 |

28. LAS TÉCNICAS DE SÍ

«Technologies of the Self» («Les techniques de soi»); Universidad de Vermont, octubre de 1982, en Hutton (P. H.), Gutman (H.) y Martin (L. H.) (comps.), *Technologies of the Self. A Seminar with Michel Foucault*, Anherst, University of Massachusetts Press, 1988, págs. 16-49.

I

Cuando comencé a estudiar las reglas, los deberes y las prohibiciones de la sexualidad y los procedimientos y las restricciones con las que se la asocia, mi interés no se centró simplemente en los actos que estaban permitidos y prohibidos, sino también en los sentimientos representados, los pensamientos y los deseos que se podían suscitar, la inclinación a escudriñar en sí mismo todo sentimiento oculto, todo movimiento del alma, todo deseo disfrazado bajo formas ilusorias. Hay una sensible diferencia entre los impedimentos que atañen a la sexualidad y el resto de las formas de prohibición. Al contrario de las otras prohibiciones, las prohibiciones sexuales están ligadas a la obligación de decir la verdad sobre sí mismo.

Se me podrán objetar un par de hechos: en primer lugar, que la confesión ha desempeñado un papel importante en las instituciones penales y religiosas en lo que se refiere a todos los pecados, y no sólo a los de la carne. Pero la tarea que incumbe al individuo de analizar su deseo sexual es siempre más importante que la de analizar cualquier otro tipo de pecado.

Soy también consciente de una segunda objeción: que el comportamiento sexual está, más que cualquier otro, sometido a reglas muy estrictas de secreto, de decencia y de modestia, de tal modo que la sexualidad está ligada, de manera singular y compleja al mismo tiempo, tanto a la prohibición verbal como a la obligación de decir la verdad; de esconder lo que se hace, como de describir lo que se es.

La asociación de la prohibición y de una fuerte conminación a hablar es un rasgo constante de nuestra cultura. El tema de la renuncia a la carne está ligado a la confesión del monje al abad, al hecho de que el monje confíe al abad todos los pensamientos que ocupan su espíritu.

He concebido un proyecto bastante peculiar: no ya el estudio de la evolución del comportamiento sexual, sino más bien otro, histórico, el del vínculo que se ha establecido entre la obligación de decir la verdad y las prohibiciones que recaen sobre la sexualidad. Me he preguntado a qué tipo de desciframiento de sí mismo se ha visto forzado el sujeto, en lo que se refiere a lo que estaba prohibido. Se trata de una cuestión que se interroga por la relación entre el ascetismo y la verdad.

Max Weber ha planteado la siguiente cuestión: si se desea adoptar un comportamiento racional y regular su acción de acuerdo con principios verdaderos, ¿a qué parte de sí mismo se debe renunciar? ¿Qué ascetismo se cobra la razón? ¿A qué tipo de ascetismo se debe someter? Por mi parte, he planteado la cuestión inversa: ¿cómo ciertos tipos de saber sobre sí han llegado a ser el precio que pagar por ciertas formas de prohibición? ¿Qué se debe conocer de sí para aceptar la renuncia?

Mi reflexión me ha conducido de este modo a la hermenéutica de las técnicas de sí en la práctica pagana, y después en la práctica cristiana de los primeros tiempos. He encontrado ciertas dificultades en este estudio, dado que estas prácticas no son muy conocidas. En primer lugar, el cristianismo siempre se ha interesado más en la historia de sus creencias que en la de sus prácticas efectivas. En segundo lugar, este tipo de hermenéutica, al contrario que la hermenéutica textual, no se ha organizado nunca en un cuerpo de doctrinas. En tercer lugar, se ha producido una confusión entre la hermenéutica de sí y las teologías del alma —la concupiscencia, el pecado y la pérdida de la gracia—. En cuarto lugar, una hermenéutica de sí se ha difundido en toda la cultura occidental, infiltrándose mediante numerosos canales e integrándose en diversos tipos de actitudes y de experiencias, de modo que es difícil aislarla y distinguirla de nuestras experiencias espontáneas.

CONTEXTO DEL ESTUDIO

Mi objetivo desde hace veinticinco años es bosquejar una historia de las diferentes maneras en que los hombres, en nuestra cultura, elaboran un saber sobre sí mismos: economía, biología, psi-

quiatria, medicina y criminología. Lo esencial no es tomar ese saber como un valor ya acuñado, sino analizar esas pretendidas ciencias como «juegos de verdad» que están ligados a técnicas específicas que los hombres utilizan para comprender quiénes son.

En el contexto de esta reflexión, se trata de ver que esas técnicas se reparten en cuatro grandes grupos, en los que cada uno representa una matriz de la razón práctica: 1) las técnicas de producción gracias a las cuales podemos producir, transformar y manipular objetos; 2) las técnicas de sistemas de signos, que permiten la utilización de signos, de sentidos, de símbolos o de la significación; 3) las técnicas de poder que determinan la conducta de los individuos, les someten a ciertos fines o a la dominación y objetivan al sujeto; 4) las técnicas de sí, que permiten a los individuos efectuar, solos o con la ayuda de otros, algunas operaciones sobre su cuerpo y su alma, sus pensamientos, sus conductas y su modo de ser, así como transformarse, a fin de alcanzar cierto estado de felicidad, de fuerza, de sabiduría, de perfección o de inmortalidad.

Aunque cada uno de estos cuatro tipos de técnicas está asociado a una forma definida de dominación, no es usual que funcionen por separado. Cada tipo implica modos concretos de educación y de transformación de los individuos, en la medida en que, evidentemente, no sólo se trata de adquirir determinadas aptitudes, sino también de adquirir ciertas actitudes. He querido describir a la par la especificidad de estas técnicas y su interacción constante. Por ejemplo, la relación entre la manipulación de los objetos y la dominación aparece claramente en *El capital* de Karl Marx, en el que cada técnica de producción exige una modificación de la conducta individual y, por tanto, no sólo aptitudes, sino también actitudes.

Los dos primeros tipos de técnicas se aplican en general al estudio de las ciencias y de la lingüística. Las otras dos restantes —las técnicas de dominación y las técnicas de sí— han retenido de modo prioritario mi atención. He querido hacer una historia de la organización del saber tanto en lo relativo a la dominación como en lo que atañe al sí mismo. Por ejemplo, he estudiado la locura no en función de los criterios de las ciencias formales, sino a fin de mostrar qué tipo de gestión de los individuos ha llegado a hacer posible este discurso dentro y fuera de los asilos. Llamo «gubernamentalidad» a la confluencia entre las técnicas de dominación ejercidas sobre los otros y las técnicas de sí mismo.

Tal vez he insistido demasiado en las técnicas de dominación y de poder. Me intereso cada vez más en la interacción que se opera entre uno mismo y los demás, y en las técnicas de dominación indi-

vidual, en el modo de acción que un individuo ejerce sobre sí mismo a través de las técnicas de sí.

LA EVOLUCIÓN DE LAS TÉCNICAS DE SÍ

Me gustaría esbozar aquí la evolución de la hermenéutica de sí dentro de dos contextos diferentes, pero históricamente contiguos: 1) la filosofía grecorromana de los dos primeros siglos del comienzo del Imperio romano; 2) la espiritualidad cristiana y los principios monásticos tal como se desarrollan en los siglos IV y V, durante el Bajo Imperio.

Por otra parte, deseo abordar el sujeto, no simplemente desde un punto de vista retórico, sino también en relación con un conjunto de prácticas de la Antigüedad tardía. Entre los griegos, tales prácticas adoptaron la forma de un precepto: *epimeleisthai sautoû*, es decir «ocuparse de sí», tener «cuidado de sí», «preocuparse, cuidarse de sí».

Para los griegos, este precepto del «cuidarse de sí» figuraba como uno de los grandes principios de las ciudades, una de las grandes reglas de conducta de la vida social y personal, uno de los fundamentos del arte de vivir. Se trata de una noción que hoy ha perdido para nosotros su fuerza y se ha apagado. Cuando se pregunta: «¿Cuál es el principio moral que domina toda la filosofía de la Antigüedad?», la respuesta inmediata no es «ocuparse de sí mismo» sino el principio delfico, *gnôthi seautón*, «conócete a ti mismo».

Sin duda, nuestra tradición filosófica ha insistido demasiado sobre este último principio y ha olvidado el primero. El principio delfico no era una máxima abstracta ante la vida; era un consejo técnico, una regla que cabía observar para la consulta del oráculo. «Conócete a ti mismo» significaba: «No creas que eres un dios». Otros comentaristas ofrecen al respecto la interpretación siguiente: «Conoce bien cuál es la naturaleza de tus preguntas antes de consultar el oráculo».

En los textos griegos y romanos, la conminación a conocerse a sí mismo está siempre asociada a este otro principio del cuidado de sí, y esa necesidad de cuidarse de sí hace posible la aplicación de la máxima delfica. Esta idea, implícita en toda la cultura griega y romana, llega a ser explícita a partir del *Alcibíades I* de Platón.^a En los diálo-

^a Platón, *Alcibíades I* o *Sobre la naturaleza del hombre*, en *Diálogos*, t. VII, Madrid, Gredos, 1992, págs. 16-86. Llamado el *Primer Alcibíades* para distinguirlo del diálogo *Sobre la plegaria* o *Segundo Alcibíades*.

gos socráticos, en Jenofonte, Hipócrates, y en la tradición neoplatónica, que comienza con Albino, el individuo se debía ocupar de sí mismo. Es preciso ocuparse de sí antes de poner en práctica el principio delfico. El segundo principio se subordina al primero. Propongo al respecto tres o cuatro ejemplos.

En la *Apología*, de Platón, Sócrates se presenta a sus jueces como un maestro de la *epiméleia heautoû*.^b Os «preocupáis sin vergüenza de adquirir riquezas, fama y honores», les dice, pero no os ocupáis de vosotros mismos, no tenéis ningún cuidado de «la sabiduría, la verdad y la perfección del alma». Por el contrario, él, Sócrates, vela por los ciudadanos, asegurándose de que se cuidan de sí mismos.

Sócrates dice tres cosas importantes que tienen que ver con la manera en que se invita a los demás a ocuparse de sí mismos: 1) su misión le ha sido confiada por los dioses y no la abandonará hasta el último suspiro; 2) no exige ninguna recompensa por esta tarea; es desinteresada; la cumple por bondad; 3) su misión es útil para la ciudad —más útil que la victoria militar de los atenienses en Olimpia—, porque al enseñar a los hombres a ocuparse de sí mismos, les enseña a ocuparse de la ciudad.

La misma idea y la misma formulación se encuentra ocho siglos más tarde en el *De virginitate* de Gregorio de Nisa, pero en un sentido completamente diferente.^c Éste no piensa en el movimiento que conduce al individuo a ocuparse de sí mismo y de la ciudad, sino en aquel mediante el cual el individuo renuncia al mundo y al matrimonio, se desprende de la carne y, con la virginidad del corazón y del cuerpo, recobra la inmortalidad de que había sido privado. Al comentar la parábola del dracma (Luc., XV, 8-10) Gregorio exhorta al hombre a iluminar su lámpara y a registrar la casa, hasta que descubra en ella el dracma luciendo en la sombra. A fin de reencontrar la eficacia que Dios ha impreso en el alma humana y que el cuerpo ha empañado, el hombre se debe ocupar de sí mismo y registrar cada rincón de su alma.

La filosofía antigua y el ascetismo cristiano se sitúan, como vemos, bajo el mismo signo: el del cuidado de sí. La obligación de conocerse es uno de los elementos centrales del ascetismo cristiano. Entre estos dos extremos —Sócrates y Gregorio de Nisa—, cuidarse de sí mismo constituye no solamente un principio, sino también una práctica constante.

^b Platón, *Apología*, 29e, en *Diálogos*, t. I, Madrid, Gredos, 1981, pág. 166.

^c Gregorio de Nisa, *Traité de la virginité*, XII, 3, 301c-302c, París, Cerf, n° 119, 1966, págs. 411-417.

Consideremos otros dos ejemplos: el primer texto epicúreo que sirvió de manual de moral fue la *Carta a Meneceo*.^d Epicuro escribe que nunca es ni demasiado pronto ni demasiado tarde para ocuparse del propio alma. Se debe filosofar cuando se es joven, pero también cuando se es viejo. Es una tarea que uno ha de proseguir durante toda su vida. Los preceptos que regulan la vida cotidiana se organizan en torno al cuidado de sí, a fin de ayudar a cada miembro del grupo en la tarea común de la salvación.

Otro ejemplo nos viene de un texto alejandrino, el *De vita contemplativa* de Filón de Alejandría.^e El autor describe un grupo oscuro, enigmático, que se halla en la periferia de la cultura helenística y de la cultura hebraica: los *therapeutae*, que dan muestras de una gran religiosidad. Es una comunidad austera, que se consagra a la lectura, a la meditación terapéutica, a la oración colectiva e individual, y a la que gusta encontrarse para un banquete espiritual (*agápe*, «festín»). Estas prácticas tienen su origen en esta tarea principal que es el cuidado de sí.

Tal es el punto de partida de un posible análisis del cuidado de sí en la cultura antigua. Me gustaría analizar la relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí, la relación existente, en la tradición grecorromana y en la tradición cristiana, entre la preocupación que el individuo tiene de sí mismo y el excesivamente famoso «conócete a ti mismo». Del mismo modo que existen diferentes formas de cuidado, existen diferentes formas de sí.

RESUMEN

Hay varias razones que explican que el «conócete a ti mismo» haya eclipsado al «ocúpate de ti mismo». La primera es que los principios morales de la sociedad occidental han sufrido una profunda transformación. Experimentamos la dificultad de fundar una moral religiosa y de principios austeros en un precepto que plantea que debemos ocuparnos de nosotros mismos más que de cualquier otra cosa. Estamos inclinados, además, a considerar el cuidado de sí como algo inmoral, como un medio de escapar a to-

^d Epicuro, *Carta a Meneceo*, en *Obras completas*, Madrid, Cátedra, 1995, págs. Véase también Diógenes Laercio, *Vida de filósofos ilustres*, Barcelona, Iberia, 1962, 2 vols., t. II, págs. 223-233.

^e Filón de Alejandría, *Sobre la vida contemplativa*, XXXXVI, en *Obras completas*, Buenos Aires, Acervo Cultural, 1976.

das las reglas posibles. Somos herederos de la moral cristiana, que hace de la renuncia de sí la condición de la salvación. Paradójicamente, conocerse a sí mismo ha constituido un medio de renunciar a sí.

Somos también herederos de una tradición secular que ve en la ley externa el fundamento de la moral. ¿Cómo, por tanto, el respeto que se tiene para consigo puede constituir la base de la moral? Somos los herederos de una moral social que funda las reglas de un comportamiento aceptable en las relaciones con los demás. Si la moral establecida constituye, desde el siglo XVI, el objeto de una crítica, es en nombre de la importancia del reconocimiento y del conocimiento de sí. Por tanto, es difícil imaginar que el cuidado de sí pueda ser compatible con la moral. «Conócete a ti mismo» ha eclipsado a «ocúpate de ti mismo», dado que nuestra moral, una moral del ascetismo, no ha dejado de decir que el sí mismo era la instancia que se podía rechazar.

La segunda razón es que, en la filosofía teórica que va de Descartes a Husserl, el conocimiento de sí (el sujeto pensante) ha adquirido una importancia cada vez mayor, en tanto que primer jalón de la teoría del saber.

En resumen, ha habido una inversión de la jerarquía de los dos principios de la Antigüedad, «ocúpate de ti» y «conócete a ti mismo». En la cultura grecorromana, el conocimiento de sí se presentó como la consecuencia del cuidado de sí. En el mundo moderno, el conocimiento de sí constituye el principio fundamental.

II

En el *Alcibíades I* de Platón se encuentra la primera elaboración filosófica del cuidado de sí que deseo examinar. La fecha de redacción de este texto es incierta, y es posible que estemos ante un diálogo platónico apócrifo. Mi intención no es estudiar las fechas, sino indicar las principales características del cuidado de sí que se hallan en el centro del diálogo.

Los neoplatónicos de los siglos III y IV mostraron qué significación convenía atribuir a este diálogo y qué importancia tenía en la tradición clásica. Querían transformar los diálogos de Platón en una herramienta pedagógica y hacer de ellos la matriz del saber enciclopédico. Desde su punto de vista, figuraba como el primer diálogo de Platón —el primero que era preciso leer, el primero que había que estudiar—. Era, en definitiva, el *arché*. En el siglo II, Albino declaró que todo joven dotado que quisiera mantenerse al margen

de la política y practicar la virtud debía estudiar el *Alcibiades*.¹ Este diálogo constituye, por tanto, un punto de partida que nos suministra el programa de toda la filosofía platónica. En ella el primer principio es: «Ocupate de ti mismo». Me gustaría analizar el cuidado de sí en el *Alcibiades* en función de tres grandes interrogantes.

1. ¿Cómo se introduce esta cuestión en el diálogo? ¿Cuáles son las razones que conducen a Alcibiades y a Sócrates a esta noción del cuidado de sí?

Alcibiades está a punto de comenzar su vida pública y política. Quiere dirigirse al pueblo y ser todopoderoso en la ciudad. No está satisfecho de su estatus tradicional, de los privilegios que le confieren su nacimiento y su herencia. Quiere adquirir un poder personal y ejercerlo sobre los demás, tanto dentro como fuera de la ciudad. En este punto de intersección y de transformación, Sócrates interviene y declara su amor por Alcibiades. Alcibiades no puede ser el amado: debe llegar a ser el amante. Debe adoptar una participación activa en el juego de la política y en el juego del amor. Se elabora así una dialéctica entre el discurso político y el discurso erótico. Para Alcibiades, la transición se opera de manera específica, tanto en lo que se refiere a la política cuanto en lo que concierne al amor.

El vocabulario político y erótico de Alcibiades deja aparecer una ambivalencia. Cuando era adolescente, Alcibiades era deseable, y una multitud de admiradores se agolpaba a su alrededor; pero ahora que su barba empieza a crecer, sus pretendientes desaparecen. En tiempos de su esplendor los había rechazado a todos, puesto que quería ser dominante, y no dominado. Cuando era joven, rechazaba dejarse dominar, pero, en la actualidad, quiere dominar a los demás. Es el momento en que aparece Sócrates, que tiene éxito allí donde los demás han fracasado: va a forzar a Alcibiades a someterse, pero de una manera diferente. Alcibiades y Sócrates hacen un pacto: Alcibiades se someterá a su amante, Sócrates, no en el sentido de una sumisión física, sino de una sumisión espiritual. La ambición política y el amor filosófico encuentran su punto de intersección en el «cuidado de sí».

2. En semejante relación, ¿por qué Alcibiades se debe ocupar de sí mismo y por qué Sócrates se preocupa de este cuidado de Alcibiades? Sócrates pregunta a Alcibiades sobre sus capacidades

¹ Albinus, *Prologos*, 5 (citado en Festugière, (A. J.), *Études de philosophie grecque*, París, Vrin, 1971, pág. 536).

personales y sobre la naturaleza de su ambición. ¿Conoce el sentido de la regla jurídica, de la justicia y de la concordia? Evidentemente, Alcibiades lo ignora por completo. Sócrates le exhorta a que compare su educación con la de sus rivales, los reyes de Persia y de Lacedemonia. Los príncipes de Persia y de Lacedemonia tienen como maestros a la Sabiduría, a la Justicia, a la Templanza y al Valor. A su lado, la educación de Alcibiades se parece a la de un viejo esclavo ignorante. Al no conocer todas estas cosas, Alcibiades no puede aplicarse al saber. Pero, según Sócrates, no es demasiado tarde. Para triunfar —adquirir la *téchné*— Alcibiades debe proponérselo, debe ocuparse de sí mismo. Pero Alcibiades ignora a qué debe entregarse. ¿Cuál es ese saber que quiere adquirir? El desconcierto y la confusión le embargan. Sócrates le anima a que no pierda valor.

La primera aparición de la expresión *epimeleisthai sautoû* la encontramos en 127d. El cuidado de sí remite siempre a un estado político y erótico activo. *Epimeleisthai* expresa algo mucho más serio que el simple hecho de prestar atención. Esta noción implica diferentes aspectos —cuidarse de sus posesiones y de su salud, por ejemplo—. Es siempre una actividad real y no simplemente una actitud. La expresión se aplica a la actividad del granjero que se ocupa de sus campos, vigila su rebaño y cuida de su granja; al trabajo del rey, que vela por la ciudad y sus miembros; al culto de los antepasados y de los dioses; en medicina, la expresión remite a los cuidados que se ofrece a los enfermos. Resulta significativo que en el *Alcibiades* el cuidado de sí esté directamente ligado a la idea de una pedagogía defectuosa —una pedagogía que concierne a la ambición política y en un momento particular de la vida.

3. El resto del texto está dedicado a un análisis de esta noción de *epimeleisthai*, del cuidado que se tiene de sí mismo. Dos cuestiones orientan el análisis: ¿qué es ese sí del que hay que ocuparse? y ¿en qué consiste ese cuidado?

En primer lugar, ¿qué es el sí (129d)? «Sí» es un pronombre reflexivo, cuya significación es doble. *Autó* quiere decir «lo mismo», pero remite también a la noción de identidad. Este segundo sentido permite pasar de la cuestión «¿qué es este sí?» a la cuestión «¿a partir de qué fundamento encontraré mi identidad?».

Alcibiades intenta encontrar el sí mismo a través de un movimiento dialéctico. Cuando uno se ocupa del cuerpo, se ocupa de sí. El sí no es reductible al vestido, ni a los instrumentos ni a las posesiones. Se ha de buscar en el principio que permite hacer uso de tales instrumentos, un principio que no pertenece al cuerpo, sino al

alma. Hay que inquietarse por el alma —tal es la principal actividad del cuidado de sí—. El cuidado de sí es cuidado de la actividad y no cuidado del alma en tanto que sustancia.

La segunda cuestión es ésta: ¿cómo hemos de ocuparnos de este principio de actividad, cómo ocuparnos del alma?, ¿en qué consiste este cuidado? Es preciso saber en qué consiste el alma. El alma no se puede conocer a menos que se observe en un elemento similar, un espejo. El alma debe contemplar el elemento divino. En esta contemplación del elemento divino el alma descubrirá las reglas susceptibles de fundar un comportamiento y una acción política justos. El esfuerzo que conlleva el alma para conocerse es el principio sobre el que se puede fundar el acto político justo, y Alcibíades será un buen político en la medida en que contemple su alma en el elemento divino.

Con frecuencia, la discusión gravita en torno al principio delfico «conócete a ti mismo» y se expresa en estos términos. Ocuparse de sí consiste en conocerse a sí mismo. El conocimiento de sí llega a ser el objeto de la búsqueda del cuidado de sí. El cuidado de sí y la actividad política se entrelazan. El diálogo termina cuando Alcibíades comprende que se debe ocupar de sí mismo examinando su alma.

Este texto, uno de los primeros de Platón, aclara el trasfondo histórico sobre el que se inserta la exhortación a ocuparse de sí mismo; inaugura también cuatro grandes problemas que no dejarán de aparecer en la Antigüedad, aunque las soluciones propuestas difieran a menudo de las que ofrece el *Alcibíades*.

En primer lugar, se halla el problema de la relación entre el cuidado de sí y la actividad política. Hacia finales del período helenístico y del Imperio, la cuestión es: ¿cuándo es preferible apartarse de la actividad política para ocuparse de sí?

En segundo lugar, está el problema de la relación entre el cuidado de sí y la pedagogía. Para Sócrates, ocuparse de sí es el deber de un joven, pero más tarde, a lo largo del período helenístico, cuidarse de sí vendrá a ser el deber permanente de toda una vida.

En tercer lugar, se encuentra el problema de la relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí. Platón concede la prioridad al precepto delfico «conócete a ti mismo». Este privilegio otorgado al «conócete a ti mismo» caracteriza a todos los platónicos. Más tarde, en el transcurso de los períodos helenístico y grecorromano, el privilegio se invertirá. El acento se situará no en el conocimiento de sí, sino en el cuidado de sí —y este último llegará a ser autónomo e incluso se impondrá como primer problema filosófico.

En cuarto lugar se halla el problema de la relación entre el cuidado de sí y el amor filosófico, o la relación con un maestro.

Durante el período helenístico y bajo el Imperio, la noción so-crática del «cuidado de sí» llega a ser un tema filosófico común y universal. Epicuro y sus seguidores, los cínicos, ciertos estoicos como Séneca, Rufo y Galeno, todos ellos reconocen el «cuidado de sí». Los pitagóricos ponen el acento en la idea de una vida comunitaria ordenada. Este tema del cuidado de sí no constituye un consejo abstracto, sino una actividad extensa, una red de obligaciones y de servicios que el individuo debe satisfacer para con el alma. Siguiendo al propio Epicuro, los epicúreos piensan que nunca es demasiado tarde para ocuparse de sí. Los estoicos declaran que hay que estar atento a uno mismo, «retirarse en sí mismo y permanecer allí». Luciano parodia esta idea.⁸ El cuidado de sí es una actividad de lo más habitual y está en el origen de la rivalidad que opone a los retóricos con los que se vuelven hacia sí mismos, en particular, sobre la cuestión del papel del maestro.

Queda claro que hubo charlatanes. Pero algunos se tomaron la cosa en serio. Generalmente se reconocía que la reflexión, al menos durante un período breve, era algo beneficioso. Plinio aconseja a un amigo reservar algunos minutos al día, o tomar algunas semanas o meses, para retirarse dentro de sí. Se trata de un ocio activo —se estudia, se lee, se prepara uno para los reveses de la fortuna o para la muerte—. Es a la vez una meditación y una preparación.

En esta cultura del cuidado de sí la lectura también es importante. Entre las tareas que define el cuidado de sí, está la de tomar notas sobre sí mismo —que se podrán releer— escribir tratados o cartas a los amigos, para ayudarles, y conservar los cuadernos a fin de reactivar para sí mismo las verdades de que se tiene necesidad. Las cartas de Sócrates son un ejemplo de este ejercicio de sí.

A la cultura oral se le concede el primer lugar en la vida política tradicional. De ahí la importancia de la retórica. Pero el desarrollo de las estructuras administrativas y de la burocracia bajo el Imperio aumentó el número de escritos y la importancia de la escritura en la esfera política. En los escritos de Platón, el diálogo cede su lugar a un pseudodiálogo literario. Sin embargo, durante el período helenístico prevalece la escritura y el verdadero diálogo encuentra su campo de expresión en la correspondencia. En adelante, ocuparse de sí va acompañado de una constante actividad de escritura. No

⁸ Luciano, *Hermótimo o sobre las sectas*, en *Obras*, t. IV, Madrid, Gredos, 1992, págs. 24-89, véanse esp. págs. 76 y sigs.

se trata ni de un rasgo moderno nacido de la Reforma ni de un producto del romanticismo; es una de las tradiciones más antiguas de Occidente —una tradición ya establecida, ya profundamente enraizada cuando Agustín comienza a escribir sus *Confesiones*.^h

El nuevo cuidado de sí implica una nueva experiencia de sí. Se puede ver qué forma adopta esta nueva experiencia en los siglos I y II, en los que la introspección llega a ser cada vez más personalizada. Se vinculan estrechamente la escritura y la vigilancia. Se prestan atención a los matices de la vida, a los estados del alma y a la lectura, y el acto de escribir intensifica y profundiza la experiencia de sí. Se abre todo un campo de experiencias que no existía con anterioridad.

Se puede comparar a Cicerón con el Séneca filósofo o con Marco Aurelio. Encontramos, por ejemplo, en Séneca y Marco Aurelio, una atención meticulosa a los detalles de la vida cotidiana, a los movimientos del espíritu, al análisis de sí. Todos los elementos característicos del período Imperial se encuentran presentes en la carta de Marco Aurelio a Frontón (144-145 d.C.).ⁱ

Esta carta nos ofrece una descripción de la vida cotidiana. Todos los detalles del cuidado de sí están presentes, cualquier cosa sin importancia que Marco Aurelio haya hecho. Cicerón se limita a relatar los acontecimientos esenciales, pero en la carta de Marco Aurelio los detalles tienen la importancia de que representan al sujeto —lo que ha pensado, la manera en que ha experimentado las cosas.

La relación entre cuerpo y alma es también interesante. Para los estoicos el cuerpo no era tan importante, pero Marco Aurelio habla de sí mismo, de su salud, de lo que ha comido, de su dolor de garganta. Estas indicaciones caracterizan bien a las claras la ambigüedad que se vincula al cuerpo en este cultivo de sí. Teóricamente, dicho cultivo se orienta hacia las almas, pero todo cuanto se refiere al cuerpo cobra una importancia considerable. En Plinio y Séneca, la hipocondría es un rasgo esencial. Se retiran a una casa de campo. Tienen ocupaciones intelectuales pero también rurales. Comen y participan en los quehaceres de los campesinos. Si el retiro al campo es tan importante en esta carta es porque la naturaleza ayuda al individuo a reencontrar el contacto consigo mismo.

^h Agustín redacta sus *Confesiones* entre el 397 y el 401. En *Obras Completas*, t. II, Madrid, B.A.C., 1974.

ⁱ Marco Aurelio, *Lettres à Fronton*, en *Pensées*, París, Charpentier et Fasquelle, carta XXXIX, págs. 391-393.

Entre Marco Aurelio y Frontón también hay relación amorosa, una relación que se establece entre un joven de veinticuatro años y un hombre de cuarenta. El *Ars erótica* constituye uno de los temas de la discusión. En esta época, el amor homosexual era importante y dicho tema se volverá a encontrar en la vida monástica cristiana.

Por último, en las líneas finales se halla una alusión al examen de conciencia que se practica al acabar el día. Marco Aurelio se va a acostar y examina su cuaderno, a fin de comprobar si lo que ha hecho se corresponde con lo que había previsto hacer. La carta es la transcripción de este examen de conciencia. Es el recuerdo de lo que el individuo ha hecho y no de lo que ha pensado. En esto difiere la práctica de los períodos helenístico e imperial de la práctica monástica más tardía. También en Séneca lo que se transcriben son exclusivamente actos y no pensamientos. Ahora bien, nos encontramos aquí ante una prefiguración de la confesión cristiana.

Esta clase de epístolas pone en evidencia un aspecto completamente particular de la filosofía de la época. El examen de conciencia comienza con la escritura de cartas como ésta. La escritura de un diario vendrá más tarde. Nace en la época cristiana y subraya esencialmente la noción de combate del alma.

III

En mi comentario del *Alcibíades* de Platón he aislado tres temas principales: en primer lugar, la relación entre el cuidado de sí y el cuidado de la vida política; a continuación, la relación entre el cuidado de sí y la idea de una educación defectuosa; finalmente, la relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí. Cuando vimos en el *Alcibíades* el estrecho vínculo existente entre el «ocuparse de sí» y el «conocerse a sí mismo», el primer precepto acabó por asimilarse al segundo.

Estos tres temas, los encontramos en Platón, pero también a lo largo de todo el período helenístico y, cuatro o cinco siglos más tarde, en Séneca, Plutarco, Epicteto y tantos otros. Si los problemas continúan siendo los mismos, las soluciones propuestas y los temas desarrollados difieren de las significaciones platónicas e incluso en ocasiones se oponen a ellas.

En primer lugar, en la época helenística y bajo el imperio, ocuparse de sí no constituye solamente una preparación para la vida política. Ocuparse de sí llega a ser un principio universal. Hay que apartarse de la política para ocuparse mejor de sí mismo.

En segundo lugar, ocuparse de sí mismo no es simplemente una obligación que incumbe a los jóvenes cuidadosos de su educación, es una manera de vivir que concierne a cada cual a lo largo de toda su vida.

En tercer lugar, incluso si el conocimiento de sí desempeña un papel importante en el conocimiento de sí, otros tipos de relación se encuentran también implicados.

Me gustaría comentar brevemente los dos primeros puntos: la universalidad del cuidado de sí en tanto que es independiente de la vida política, y el cuidado de sí como deber permanente de toda una vida.

1. El modelo pedagógico de Platón es sustituido por un modelo médico. El cuidado de sí no es otra forma de pedagogía; debe constituir un cuidado médico permanente. El cuidado médico permanente es uno de los rasgos esenciales del cuidado de sí. Hay que llegar a ser el médico de sí mismo.

2. Puesto que cuidarse de sí debe ser la tarea de toda una vida, el objetivo ya no es prepararse para la vida de adulto o para otra vida, sino prepararse para un cumplimiento total: la vida. Dicho cumplimiento llega a ser total en el instante que precede a la muerte. Esta idea de una proximidad dichosa de la muerte —la vejez como plena culminación— constituye una inversión de los valores de los griegos que se vinculan tradicionalmente a la juventud.

3. Están, finalmente, las diferentes prácticas que el cultivo de sí ha engendrado, y la relación que se ha establecido entre dichas prácticas y el conocimiento de sí.

En el *Alcibíades*, el alma está en relación especular con ella misma —una relación que está ligada al concepto de memoria y justifica la existencia del diálogo como método que permite descubrir la verdad que habita el alma—. Pero entre la época de Platón y la época helenística se modifica la relación entre el cuidado de sí y el conocimiento de sí. Se alumbran dos perspectivas.

En el seno de los movimientos que amenazan la filosofía estoica bajo el imperio se perfilan una nueva concepción de la verdad y de la memoria, así como otro método de autoexamen. Lo que desaparece en primer lugar es el diálogo, mientras que se instaura una nueva relación pedagógica cuya importancia va incrementándose gradualmente; se trata de un nuevo juego pedagógico, en el que el maestro/profesor habla sin plantear cuestiones, y el discípulo no responde: debe escuchar y guardar silencio. En la cultura pitagóri-

ca, los alumnos debían permanecer en silencio durante cinco años; así era la regla pedagógica. No planteaban ninguna cuestión ni hablaban durante la lección, sino que se ejercitaban en el arte de escuchar. Era la condición indispensable para adquirir la verdad. Esta tradición se instauró en la época imperial, en la que la cultura platónica del diálogo cede su lugar a un cultivo del silencio y del arte de escuchar.

Quien desee aprender el arte de escuchar ha de leer el tratado de Plutarco sobre el arte de escuchar conferencias (*Peri tou akouéin*).¹ Al comienzo de su tratado, Plutarco declara que, una vez transcurridos sus años de escuela, el hombre debe aprender a escuchar el *lógos* a lo largo de toda su vida adulta. El arte de escuchar es capital para quien quiera participar de la verdad y de la disimulación, de la retórica y de la mentira en el discurso de los retóricos. La escucha está ligada al hecho de que el discípulo no está bajo el control de sus maestros, sino en la postura de quien acoge el *lógos*. Durante la conferencia se permanece en silencio. A continuación, se reflexiona al respecto. Así se define el arte de escuchar la voz del maestro y la voz de la razón en sí mismo.

El consejo puede parecer banal, pero yo lo considero importante. En un tratado sobre la *Vida contemplativa*, Filón de Alejandría describe los banquetes del silencio, que no tienen nada que ver con esos banquetes de exceso en los que hay vino, muchachos, orgías y diálogo. En este caso, un profesor ofrece un monólogo sobre la interpretación de la Biblia y da indicaciones muy precisas sobre la manera en que es conveniente escuchar.² Por ejemplo, siempre hay que adoptar la misma postura cuando se escucha. La vida monástica, y posteriormente la pedagogía, han otorgado a esta noción una morfología interesante.

En Platón, gracias al diálogo se teje el lazo dialéctico entre la contemplación de sí y el cuidado de sí. En la época imperial salen a la luz dos temas: por una parte, el tema de la obligación de escuchar la verdad y, por otra, el del examen y la escucha de sí mismo como medios de descubrir la verdad que reside en el individuo. La diferencia que se marca entre las dos épocas es uno de los grandes signos de la desaparición de la estructura dialéctica.

¿En qué consiste el examen de conciencia en esta cultura y cuál es la mirada del individuo sobre sí mismo? Para los pitagóricos, el

¹ Plutarco, «Cómo se debe escuchar», en *Obras morales y de costumbres (Moralia)*, t. I, Madrid, Gredos, 1985, págs. 159-194.

² Filón de Alejandría, *Sobre la vida contemplativa*, 77, en *Obras compl.*, op. cit.

examen de conciencia está ligado a la purificación. El sueño tiene una relación con la muerte en la medida en que favorece un encuentro con los dioses, y es necesario purificarse antes de irse a dormir. Acordarse de los muertos es una manera de ejercitar su memoria. Pero esta práctica adopta nuevos valores y cambia de sentido con el período helenístico y el comienzo del Imperio. Al respecto son significativos varios textos: el *De ira* y el *De tranquillitate* de Séneca,¹ así como las primeras páginas del libro IV de las *Meditaciones* de Marco Aurelio.^m

El *De ira* de Séneca contiene huellas de la vieja tradición.ⁿ El filósofo describe el examen de conciencia —un examen que recomendaban también los epicúreos y cuya práctica tiene su origen en la tradición pitagórica—. El objetivo del examen es la purificación de la conciencia mediante un procedimiento mnemotécnico. Obrar conforme al bien y practicar correctamente el examen de conciencia son las prendas de un buen descanso y de buenos sueños, que aseguran el contacto con los dioses.

A veces Séneca da la impresión de que utiliza un lenguaje jurídico, en el que el sí mismo es, a la vez, tanto el juez como el acusado. Séneca es el juez que persigue en justicia al sí mismo, de tal modo que el examen de conciencia adopta la forma de un proceso. Pero basta con mirar con mayor detenimiento para constatar que no se trata de un tribunal de justicia. Séneca utiliza términos que remiten no a las prácticas jurídicas sino a las prácticas administrativas, como cuando un inspector examina las cuentas o cuando un arquitecto examina un edificio. El autoexamen es una manera de elaborar el inventario. Las faltas no son sino buenas intenciones que permanecen en el estadio de intención. La regla constituye el medio de obrar correctamente y no de juzgar lo que ha sucedido en el pasado. Más tarde, la confesión cristiana buscará apartar las malas intenciones.

Esta mirada administrativa que el filósofo proyecta sobre la vida es lo realmente importante, más que el modelo jurídico. Séneca no es un juez que se propone la tarea de castigar, sino un administrador que elabora un inventario. Es el administrador permanente de sí mismo y no el juez de un pasado. Vigila para que todo se efectúe correctamente, de acuerdo con la regla, y no con la ley.

¹ Séneca, *Sobre la ira y Sobre la serenidad*, libro VI, 1-8, en *Diálogos*, Madrid, Tecnos, 1986, págs. 59-175 y 274-313.

^m Marco Aurelio, *Meditaciones*, Alianza, Madrid, 1985, libro IV, págs. 45 y sigs.

ⁿ Séneca, *Sobre la ira*, op. cit., libro III, 36, pág. 169.

Los reproches que se hace no se dirigen a sus faltas reales, sino más bien a su fracaso. Sus errores son errores de estrategia y no faltas morales. Para él, se trata no de explorar su culpabilidad, sino de ver cómo lo que ha hecho se ajusta a lo que quería hacer, y de reactivar ciertas reglas de conducta. En la confesión cristiana, el penitente es obligado a memorizar las leyes, pero lo hace para descubrir sus pecados.

En primer lugar, para Séneca el problema no es descubrir la verdad del sujeto, sino recordar esta verdad en la memoria, resucitar una verdad perdida. En segundo lugar, lo que el sujeto olvida no es ni a sí mismo, ni su naturaleza, ni su origen o sus afinidades sobrenaturales: olvida las reglas de conducta, lo que hubiera debido hacer. En tercer lugar, la rememoración de los errores cometidos en el día permite medir el desvío entre lo que se ha hecho y lo que se habría debido hacer. En cuarto lugar, el sujeto no es el terreno en que se opera el proceso de desciframiento, sino el punto en que las reglas de conducta se encuentran en la memoria. El sujeto constituye el punto de intersección de los actos que necesitan estar sometidos a reglas, y precisamente a reglas que definen la manera en que hay que obrar. Nos encontramos bastante lejos de la concepción platónica y de la concepción cristiana de la conciencia.

Los estoicos espiritualizaron la noción de *anachóresis*, que, como para Marco Aurelio, se trataba de la retirada de un ejército, del refugio del esclavo que huye de su maestro, o del retiro al campo, lejos de las ciudades. La retirada al campo adopta la forma de un retiro espiritual en sí mismo. Hacer retiro en sí constituye no sólo una actitud general sino un acto preciso que se cumple cada día: se retira uno en sí para descubrir —pero no para descubrir sus faltas o sus sentimientos profundos—; se retira uno en sí para rememorar las reglas de acción, las principales leyes que definen la conducta. Es una fórmula mnemotécnica.

IV

He hablado de tres técnicas de sí definidas por la filosofía estoica: las cartas a los amigos y lo que revelan de uno mismo; el examen de sí mismo y de su conciencia, que comprende la evaluación de lo que se ha hecho, de lo que se habría debido hacer y la comparación de ambos aspectos. Me gustaría en este momento considerar una tercera técnica definida por los estoicos: la *áskesis* que no es una revelación del sí mismo secreto sino un acto de rememoración.

Para Platón, el individuo debe descubrir la verdad que se esconde en él. Para los estoicos, la verdad no es algo que hay que descubrir en el individuo, sino en los *lógoi*, los preceptos de los maestros. El discípulo memoriza lo que ha oído, convirtiendo las palabras de sus maestros en reglas de conducta. El objetivo de estas técnicas es la subjetivación de la verdad. Durante el Imperio, los principios éticos no son asimilables sin un marco teórico como el de la ciencia, y así, por ejemplo, se atestigua en el *De rerum natura* de Lucrecio.⁹ Ciertas cuestiones estructurales sustentan la práctica del examen de sí al que uno se ve obligado al atardecer. Deseo subrayar el hecho de que ni el desciframiento de sí ni los medios empleados para revelar un secreto son lo importante en el estoicismo; lo que cuenta es el recuerdo de lo que se ha hecho y de lo que se había considerado hacer.

En la práctica cristiana, el ascetismo va siempre acompañado de cierta forma de renuncia a sí mismo y a la realidad, de la que el sí mismo forma parte, y a la que hay que renunciar para acceder a otro nivel de realidad. Este movimiento por el que se accede a renunciar a sí mismo es el que distingue el ascetismo cristiano.

En la tradición filosófica inaugurada por el estoicismo, la *áskesis*, lejos de designar la renuncia a sí mismo, implica la consideración progresiva de sí, el dominio de sí —un dominio al que se accede no renunciando a la realidad, sino adquiriéndola y asimilando a ella la verdad—. El objetivo final de la *áskesis* no es preparar al individuo para otra realidad, sino permitirle acceder a la realidad de este mundo. La palabra que describe tal actitud es, en griego, *paraskeuázo* («prepararse»). La *áskesis* es un conjunto de prácticas mediante las cuales el individuo puede adquirir, asimilar la verdad, y transformarla en un principio de acción permanente. La *alétheia* será el *éthos*. Es un proceso de intensificación de la subjetividad.

¿Cuáles son los rasgos principales de la *áskesis*? La *áskesis* comprende un cierto número de ejercicios, en los que el sujeto se pone en situación de verificar si es capaz o no de hacer frente a los acontecimientos y de utilizar los discursos de los que está provisto. El objetivo es poner a prueba la preparación. ¿Ha asimilado suficientemente el sujeto esta verdad para transformarla en una ética y comportarse como debe en presencia de un acontecimiento?

Dos palabras griegas caracterizan los dos polos de estos ejercicios: *mélete* y *gymnasia*. *Mélete*, según la traducción latina (*meditatio*) significa «meditación». Esta palabra tiene la misma raíz que *epime-*

leísthai. Es un término bastante vago, un término técnico tomado de la retórica. *Mélete* designa la reflexión sobre los términos y los argumentos adecuados que acompañan la preparación de un discurso o de una improvisación. Se trata de prever la situación real a través del diálogo de los pensamientos. La meditación filosófica resulta de la *mélete*: consiste en memorizar las reacciones y en reactivar su recuerdo colocándose en una situación en la que cabe imaginar de qué manera se reaccionaría. Por medio de un ejercicio de imaginación («supongamos que...»), se juzga el razonamiento que sería preciso adoptar a fin de poner a prueba una acción o un acontecimiento (por ejemplo: «¿Cómo reaccionaría yo?»). Imaginar cómo se articulan diversos acontecimientos posibles a fin de probar de qué manera se reaccionaría: eso es la meditación.

El más famoso ejercicio de meditación es la *praemeditatio malorum*, tal como la practicaban los estoicos. La *praemeditatio* es una experiencia ética, un ejercicio de imaginación. Aparentemente se corresponde con una visión más bien sombría y pesimista del porvenir. Es comparable con lo que Husserl dice de la reducción *eidética*.

Los estoicos efectuaron tres reducciones *eidéticas* de la desgracia futura. En primer lugar, no se trata de imaginar el porvenir tal como es susceptible de presentarse, sino de imaginar lo peor, incluso aunque ello tenga pocas posibilidades de advenir —lo peor como certeza, como actualización de lo posible, y no como cálculo de probabilidades—. A continuación no hay que considerar las cosas como susceptibles de producirse en un porvenir lejano, sino ya reales y en curso. Imaginar, por ejemplo, no que se podría estar desterrado, sino que ya se está exiliado, sometido a tortura y muriéndose. Finalmente, el objetivo de este modo de proceder no es experimentar sufrimientos inenarrables, sino convencerse de que tales sufrimientos no son males reales. La reducción de todo lo posible, de toda la duración, y de todas las desgracias no revela un mal, sino la aceptación en la que nos hemos mantenido. Constituye una captación simultánea del acontecimiento futuro y del acontecimiento presente. Los epicúreos eran hostiles a esta *praemeditatio* ya que la encontraban inútil. Consideraban que valía más recordar los placeres pasados, a fin de gozar de los acontecimientos presentes.

En el polo opuesto tenemos la *gymnasia* (el «entrenamiento», el «ejercicio»). Si la *meditatio* es una experiencia imaginaria que ejercita el pensamiento, la *gymnasia* es el entrenamiento en una situación real, incluso aunque dicha situación haya sido artificialmente inducida. Tras ello se perfila una larga tradición: la abstinencia sexual, la privación física y otros rituales de purificación.

⁹ Lucrecio, *De la naturaleza de las cosas*, Madrid, Cátedra, 1983.

Estas prácticas de abstinencia pretenden otra cosa distinta que la purificación o la verificación del poder del demonio, justificadas para Pitágoras o para Sócrates. En la cultura estoica su función es establecer y someter a prueba la independencia del individuo ante el mundo exterior. En el *De genio Socratis* de Plutarco, por ejemplo, el individuo se entrega a actividades deportivas muy agotadoras; o bien se somete a la tentación colocando ante él manjares muy apetecibles y renunciando a ellos. Llama a su esclavo y le da los manjares, mientras que él toma la comida destinada a los esclavos.^p Otro ejemplo lo encontramos en la carta 18 de Séneca a Lucilio. Séneca se prepara para un gran día de fiesta mediante actos de mortificación de la carne, a fin de convencerse de que la pobreza no es un mal y de que es capaz de soportarla.^q

Entre estos dos polos del ejercicio del pensamiento y del entrenamiento en la realidad, que son la *mélete* y la *gymnasia* existe toda una serie de posibilidades intermedias. El mejor ejemplo de término medio se encuentra en Epicteto. Éste se propone vigilar sin tregua las representaciones —una técnica que encontrará su apogeo con Freud—. Para él, hay dos metáforas importantes: la del vigilante nocturno que no deja entrar a nadie en la ciudad si no puede probar su identidad (ante la oleada de nuestros pensamientos, debemos adoptar la actitud del vigilante nocturno),^r y la del cambista que verifica la autenticidad de la moneda, la examina, la sopesa y se asegura de su valor. Debemos ser los cambistas de nuestros pensamientos, sometiéndolos a prueba con vigilancia, verificando su metal, su peso, su efigie.^s

Volvemos a encontrar esta metáfora del cambista de dinero en los estoicos y en la literatura cristiana primitiva, pero con significados diferentes. Para Epicteto, adoptar la actitud del cambista significa que, desde que una idea se presenta a nuestro espíritu, debemos reflexionar en las reglas que nos permitan evaluarla. Para Juan Casiano, sin embargo, ser un cambista y examinar sus pensamientos significa algo totalmente diferente: se trata de determinar si, en el origen del movimiento que suscita las representaciones, no hay concupiscencia o deseo —si nuestro pensamiento inocente no tiene

^p Plutarco, *Sobre el démon de Sócrates*, en *Obras morales y de costumbres (Moralia)*, t. VIII, Madrid, Gredos, 1996, págs. 199-265, 585a, pág. 232.

^q Séneca, *Epístolas morales a Lucilio I*, Gredos, Madrid, 1986, libro II, carta 18, 1-15, págs. 167-172.

^r Epicteto, *Disertaciones por Arriano*, Madrid, Gredos, 1993, libro III, cap. XII, 15, pág. 299.

^s Epicteto, *op. cit.*, libro I, cap. XX, 7-11, págs. 118-119.

orígenes culpables, si no responde a algo que actúa bajo cuerda, el Gran Seductor, quizás invisible, la moneda de nuestro pensamiento.^t

Epicteto define dos tipos de ejercicios: los ejercicios sofisticos y los ejercicios éticos. La primera categoría se compone de ejercicios tomados de la escuela: es el juego de preguntas y respuestas. Ha de ser un juego ético, es decir, algo que desemboque en una enseñanza moral.^u La segunda serie está constituida por ejercicios ambulatorios: uno se va de paseo por la mañana y comprueba las reacciones que le suscita dicho paseo.^v El objetivo de estos dos tipos de ejercicios no es el desciframiento de la verdad, sino el control de las representaciones. Son recuerdos de las reglas a las que se debe ajustar ante la adversidad. Las pruebas que preconizan Epicteto y Casiano evocan, hasta en los términos utilizados, una máquina de censura prefreudiana. Para Epicteto, el control de las representaciones no consiste en un desciframiento, sino en traer a la memoria los principios de acción, a fin de determinar, gracias al examen que el individuo practica sobre sí mismo, si tales principios gobiernan su vida. Es una especie de autoexamen permanente, en el que el individuo debe ser su propio censor. La meditación sobre la muerte constituye la culminación de estos diferentes ejercicios.

Además de las cartas, el examen y la *áskesis*, existe una cuarta técnica de examen de sí que es preciso, en este momento, evocar: la interpretación de los sueños. Se trata de una técnica que, en el siglo XIX, llegó a alcanzar un destino importante, pero, en la Antigüedad, la posición que ocupa es bastante marginal. Los filósofos de la Antigüedad tienen ante la interpretación de los sueños una actitud ambivalente. La mayoría de los estoicos se muestran escépticos y críticos al respecto. La interpretación de los sueños permanece aún como una práctica general y popular. Están, por un lado, los expertos capaces de interpretar los sueños —entre los cuales cabe citar a Pitágoras y a ciertos filósofos estoicos— y, por otro, los especialistas que escriben libros para enseñar a la gente la manera de interpretar sus sueños. Los escritos al respecto son legión, pero el único manual onirocrítico que nos queda, íntegro, es la *Interpretación de los sueños* de Artemidoro (siglo II d.C.).^w La importancia de los sue-

^t Casiano (J.), «Primera conferencia del abad Moisés», I, 20, en *Colaciones*, Madrid, Rialp, 2 vols, 2ª ed., 1998, t. I, págs. 70-76.

^u Epicteto, *Disertaciones por Arriano, op. cit.*, libro III, «Cómo hay que ejercitarse en las representaciones», cap. VIII, 1-7, págs. 288-289.

^v Epicteto, *op. cit.*, libro III, cap. III, 14-22, págs. 274-275.

ños en la Antigüedad radica en que a través del significado de un sueño cabe leer el anuncio de un acontecimiento futuro.

He de mencionar otros dos documentos que revelan la importancia de la interpretación de los sueños en la vida cotidiana. El primero es de Sinesio de Cirene y data del siglo IV d.C.^x Sinesio era un hombre conocido y cultivado. Aunque no era cristiano, solicitó ser obispo. Sus observaciones sobre los sueños resultan interesantes, si se tiene en cuenta que la adivinación pública estaba prohibida, para proteger al emperador de las malas noticias. Era preciso, por tanto, que uno interpretara sus propios sueños y se convirtiera en el intérprete de sí mismo. Para ello hacía falta recordar no sólo los sueños que se habían tenido, sino también los acontecimientos que los habían precedido y seguido. Había que registrar lo que pasaba cada día, tanto en la vida diurna como en la nocturna.

En sus *Discursos sagrados*, escritos en el siglo II, Elio Arístides consigna sus sueños y explica de qué manera conviene interpretarlos.^y En su opinión, a través de la interpretación de los sueños recibimos consejos de los dioses relativos a los remedios capaces de curar nuestras enfermedades. La obra de Arístides nos sitúa en la encrucijada de dos tipos de discurso. Lo que constituye la matriz de los *Discursos sagrados* no es el relato detallado de las actividades cotidianas del sujeto, sino la anotación ritual de las alabanzas que el sujeto dirige a los dioses que lo han curado.

v

Quisiera, a continuación, examinar el perfil general de una de las principales técnicas de sí inauguradas por el cristianismo y ver en qué medida dicha técnica ha constituido un juego de verdad. Para hacerlo, preciso considerar el paso de la cultura pagana a la cultura cristiana —paso en el que se distinguen claramente continuidades y discontinuidades.

El cristianismo se encuentra entre las religiones de salvación. Es una de esas religiones que se proponen la tarea de conducir al individuo de una realidad a otra, de la muerte a la vida, del tiempo a la eternidad. Para ello, el cristianismo impone un conjunto de condiciones y de reglas de conducta que tienen como objetivo cierta transformación de sí.

El cristianismo no es simplemente una religión de salvación: es también una religión confesional que, mucho más que las religiones paganas, impone obligaciones muy estrictas de verdad, de dogma y de canon. En el cristianismo, las obligaciones de verdad que imponen al individuo creer esto o aquello han sido siempre, y continúan siéndolo, muy numerosas. La obligación impuesta al individuo de aceptar algunos deberes, de considerar ciertos libros como una fuente permanente de verdad, de consentir decisiones autoritarias en materia de verdad, de creer en determinadas cosas —y no sólo de creer en ellas, sino también de mostrar que se cree—, de reconocer la autoridad de la institución: todo esto es lo que caracteriza al cristianismo.

El cristianismo exige otra forma de obligación de verdad, diferente de la fe. Requiere que cada uno sepa quién es, es decir, que se aplique en descubrir lo que pasa en él, reconozca sus faltas, admita sus tentaciones, localice sus deseos; a continuación ha de revelar esas cosas, bien sea a Dios o a otros miembros de la comunidad, dando así testimonio, públicamente o de manera privada, contra sí mismo. Existe un vínculo entre las obligaciones de verdad que atañen a la fe y las que afectan al individuo. Dicho vínculo permite una purificación del alma, imposible sin el conocimiento de sí.

Las cosas no se presentan de la misma manera en el catolicismo y en la tradición protestante. Pero tanto en uno como en otra se encuentran las mismas características: un conjunto de obligaciones de verdad concernientes a la fe, los libros, el dogma, y otro conjunto concerniente a la verdad, el corazón y el alma. El acceso a la verdad no se puede concebir sin la pureza del alma. Ésta brota como consecuencia del conocimiento de sí y es la condición necesaria de la comprensión del texto; Agustín habla de «*quis facit veritatem*» (hacer la verdad en sí, tener acceso a la luz).

Me gustaría analizar la manera en que la Iglesia, en su aspiración a la luz, ha podido concebir la iluminación como revelación de sí. El sacramento de la penitencia y de la confesión de los pecados son invenciones bastante recientes. En los primeros tiempos del cristianismo, se recurría a otras formas para descubrir y descifrar la verdad en sí mismo. Mediante el término *exomológesis* o el

^w Artemidoro, *La interpretación de los sueños*, Madrid, Gredos, 1989.

^x Sinesio de Cirene, «Sobre los sueños», en *Himnos. Tratados*, Gredos, 1993, *Tratados IV*, págs. 249-299.

^y Elio Arístides, *Discursos sagrados*, en *Discursos*, t. V, Madrid, Gredos, 1999, págs. 245-434.

«reconocimiento de un hecho» es como cabe designar a una de las dos principales formas de esta revelación de sí. Incluso los Padres latinos conservaron la palabra griega, sin buscarle una traducción exacta. Para los cristianos la *exomológesis* significaba reconocer públicamente la verdad de su fe o reconocer públicamente que eran cristianos.

La palabra tenía también un significado penitencial. Un pecador que solicitaba la penitencia debía ir en busca de su obispo y pedírsela. En los primeros tiempos del cristianismo, la penitencia no era ni un acto ni un ritual, sino un estatuto que se le imponía al que había cometido pecados muy graves.

La *exomológesis* era el ritual mediante el que un individuo se reconocía como pecador y como penitente. Incluía varias características: en primer lugar, el pecador tenía estatuto de penitente durante un período que podía abarcar de cuatro a diez años, y este estatuto afectaba al conjunto de su vida. Comportaba el ayuno e imponía ciertas reglas relativas al vestir y prohibiciones en materia de sexualidad. El individuo era designado como penitente, de manera que su vida no se asemejaba a la de los demás. Incluso, tras la reconciliación, ciertas cosas le continuaban estando prohibidas; por ejemplo, no podía ni casarse ni llegar a ser sacerdote.

Dentro de este estatuto se encuentra la obligación de *exomológesis*. El pecador solicita la penitencia. Va al obispo y le ruega que le imponga el estatuto de penitente. Debe justificar las razones que le impulsan a desear esa imposición y explicar sus faltas. No es una confesión: es una condición para obtener dicho estatuto. Más tarde, en la Edad Media, la *exomológesis* llegará a ser un ritual que tiene lugar al final del período de penitencia, justo antes de la reconciliación. Será la ceremonia gracias a la cual el penitente recobrará su lugar entre los otros cristianos. Al describir esta ceremonia de reconocimiento, Tertuliano dice que el pecador, que lleva el cilicio bajo sus harapos y va cubierto de cenizas, se sitúa delante de la iglesia, en una actitud de humildad. Después se postra y abraza las rodillas de sus hermanos². La *exomológesis* no es una conducta verbal, sino la expresión teatralizada del reconocimiento del estatuto de penitente. Mucho más tarde, san Jerónimo, en una de sus epístolas, describirá la penitencia de Fabiola, pecadora de la nobleza romana.^{aa} En la época en que Fabiola figuraba en las filas de los

² Tertuliano, *La Pénitence*, París, Cerf, col. «Sources chrétiennes», 1984, esp. cap. IX, pág. 181.

^{aa} San Jerónimo, *Cartas*, Madrid, B.A.C., 1962, carta 77, págs. 716-732.

penitentes, la gente se lamentaba con ella, haciendo más patético aún su castigo público.

El reconocimiento designa también todo el proceso al que el estatuto de penitente obliga al individuo a lo largo de años. El penitente es el punto de convergencia entre una conducta penitencial exhibida claramente, el autocastigo y la revelación de sí. No se pueden distinguir los actos por los que el penitente se castiga de aquellos por los que se revela. Existe un vínculo estrecho entre el autocastigo y la expresión voluntaria de sí. Dicho vínculo aparece claramente en numerosos escritos. Cipriano, por ejemplo, habla de manifestaciones de vergüenza y de modestia. La penitencia no es nominal: es teatral.^{bb}

Hacer ostentación del sufrimiento, manifestar la vergüenza, mostrar la humildad y exhibir la modestia, tales son los principales rasgos del castigo. En los inicios del cristianismo, la penitencia es un modo de vida que se manifiesta, en todo momento, por la aceptación de la obligación de revelarse. Necesito una representación visible y la presencia de los otros, que reconocen el ritual. Esta concepción de la penitencia se mantendrá hasta los siglos xv y xvi.

Tertuliano utiliza la expresión *publicatio sui* para calificar la *exomológesis*. La *publicatio sui* remite al examen de sí del que habla Séneca —pero un examen cuya práctica cotidiana permanece por completo en privado—. Para Séneca, la *exomológesis* o *publicatio sui* no implica el análisis verbal de los actos o de los pensamientos. Se limita a ser una expresión somática y simbólica. Lo que para los estoicos era privado, llega a ser público para los cristianos.

¿Cuáles eran las funciones de esta *publicatio sui*? En primer lugar, representaba una manera de borrar el pecado y de devolver al individuo la pureza que le había conferido su bautismo. Además, era también un medio de revelar al pecador como tal. Ésta es la paradoja que se halla en el corazón de la *exomológesis*: borra el pecado pero revela al pecador. Lo más importante en el acto de penitencia no es revelar la verdad del pecado, sino mostrar la verdadera naturaleza pecadora del pecador. No es un medio para él de explicar sus pecados, sino un medio de revelar su ser de pecador.

¿A qué obedece el que la proclamación de los pecados tenga el poder de borrarlos? La exposición es el corazón de la *exomológesis*. Los autores cristianos de los primeros siglos recurren a tres mode-

^{bb} San Cipriano, *De los apóstatas*, en *Obras, Tratados*, Madrid, B.A.C., 1964, págs. 168-199, véanse esp. págs. 192-199.

los para explicar la relación paradójica entre el borrar los pecados y la revelación de sí.

El primero de ellos es el modelo médico: hay que mostrar las heridas para ser curado. Otro modelo, menos frecuente, es el modelo del tribunal, del juicio: al juez siempre se le apacigua confesando las faltas. El pecador se hace abogado del diablo, como el propio diablo lo hará el día del Juicio final.

El modelo más importante al que se recurre para explicar la *exomológesis* es el de la muerte, la tortura o el martirio. Tanto en la teoría como en la práctica, la penitencia se elabora en torno al problema del hombre que prefiere morir antes que comprometerse o abandonar su fe. La manera en que el mártir afronta la muerte constituye el modelo del penitente. Para obtener su reintegración en la Iglesia, el reincidente se debe exponer voluntariamente a un martirio ritual. La penitencia es la consecuencia del cambio, de la ruptura consigo mismo, su pasado y el mundo. Para el individuo, es una manera de mostrar que es capaz de renunciar a la vida y a sí mismo, de afrontar y de aceptar la muerte. La penitencia no persigue establecer una identidad, sino, por el contrario, marcar el rechazo de sí, la ruptura consigo mismo. *Ego non sum, ego*. Esta fórmula está en el corazón de la *publicatio sui*. Representa la ruptura del individuo con su identidad pasada. Los gestos ostentosos tienen como función revelar la verdad del ser mismo del pecador. La revelación de sí es, al mismo tiempo, la destrucción de sí.

La diferencia entre la tradición estoica y la tradición cristiana es que, en la tradición estoica, el examen de sí, el juicio y la disciplina abren el acceso al conocimiento de sí utilizando la memoria, es decir, la memorización de las reglas, para hacer aparecer, en superimpresión, la verdad del individuo sobre sí mismo. En la *exomológesis*, el penitente hace aparecer la verdad sobre sí mismo mediante una ruptura y una disociación violentas. Importa subrayar que esta *exomológesis* no es verbal. Es simbólica, ritual y teatral.

VI

En el siglo IV aparece una técnica de revelación de sí muy diferente: la *exagóreusis*, mucho menos conocida que la *exomológesis*, pero más importante. Esta técnica recuerda los ejercicios de verbalización que, para las escuelas filosóficas paganas, definían la relación maestro/discípulo. Ciertas técnicas de sí elaboradas por los estoicos se transmiten a las técnicas espirituales cristianas.

Al menos un ejemplo de examen de sí —el que nos ofrece san Juan Crisóstomo— presenta la misma forma y el mismo carácter administrativo que el que describe Séneca en el *De ira*. En el examen de sí tal como lo concibe Crisóstomo, el sujeto debe inspeccionar desde por la mañana sus cuentas; por la tarde, debe interrogarse para rendir cuentas de su conducta, examinar lo que es beneficioso y lo que resulta perjudicial, y todo ello mediante oraciones más que a través de palabras indiscretas.^{cc} Encontramos ahí, con toda exactitud, el examen de sí tal como lo describe Séneca. Es importante subrayar que esta forma de autoexamen es poco frecuente en la literatura cristiana.

Si la práctica generalizada y elaborada del examen de sí en la vida monástica cristiana difiere del examen de sí según Séneca, también difiere radicalmente de lo que describe Crisóstomo y de la *exomológesis*. Es una práctica de un género nuevo, que debemos comprender en función de dos principios de la espiritualidad cristiana: la obediencia y la contemplación.

Para Séneca, la relación del discípulo con su maestro era sin duda importante, pero era una relación utilitaria y profesional. Se fundaba sobre la capacidad del maestro para guiar a su discípulo hacia una vida dichosa y autónoma mediante una serie de consejos juiciosos. La relación cesaba desde el momento en que el discípulo encontraba la vía de acceso a esa vida.

Por toda una serie de razones, la obediencia que requiere la vida monástica es de naturaleza bien diferente. Se distingue del modelo grecorromano de la relación con el maestro en que no se funda únicamente sobre la necesidad, para el sujeto, de progresar en su educación personal, sino que afecta a todos los aspectos de la vida monástica. No hay nada en la vida del monje que pueda escapar a esta relación fundamental y permanente de obediencia absoluta al maestro. Juan Casiano recuerda un viejo principio de la tradición oriental: «Todo lo que el monje hace sin permiso de su maestro se asemeja a un robo».^{dd} La obediencia, lejos de ser un estado autónomo final, implica el control íntegro de la conducta por el maestro.

^{cc} San Juan Crisóstomo: «Que es peligroso para el orador y para el oyente hablar para agradar, que es de la mayor utilidad como de la más rigurosa justicia acordarse de sus pecados». Véase «Homilías sobre el evangelio de San Mateo (1-45)», 19, 2-4, págs. 392-399, en *Obras*, Madrid, B.A.C., 1955.

^{dd} Casiano (J.), *Instituciones cenobíticas*, IV, 10-12 y 23-32, Madrid, Rialp, 1957. Sin duda por un error, el texto de *Dits et Écrits* dice «monde» donde habría de decir «moine». Véase *D.E.*, IV, pág. 809. No se trata del mundo sino del monje. (*N. del ed.*)

Es un sacrificio de sí, un sacrificio de la voluntad del sujeto. Es la nueva técnica de sí.

Para cualquiera de sus actos, incluso para el acto de morir, el monje tiene necesidad del permiso de su director. Todo cuanto hace sin este permiso se considera un hurto. No hay un solo momento de su vida en el que el monje sea autónomo. Incluso cuando llega a ser director, debe conservar el espíritu de obediencia —conservarlo como un sacrificio permanente de control absoluto de la conducta por el maestro—. El sí debe constituirse en sí mismo mediante la obediencia.

El otro rasgo que caracteriza la vida monástica es que la contemplación figura como el bien supremo. Es la obligación impuesta al monje de encaminar sin cesar sus pensamientos hacia ese punto que es Dios y de asegurarse de que su corazón es lo suficientemente puro como para verlo. El objetivo pretendido es la contemplación permanente de Dios.

Esta nueva técnica de sí que se elabora en el interior del monasterio, y que descansa en la obediencia y en la contemplación presenta ciertas características específicas. Casiano, que la asimila a un principio de examen de sí tomado de las tradiciones monásticas siria y egipcia, lo expone en términos bastante claros.

Dicha técnica de examen de sí de origen oriental, en la que la obediencia y la contemplación figuran como los principios dominantes, se preocupa mucho más del pensamiento que de la acción. Séneca había puesto el acento en la acción. Con Casiano, lo que constituye el objeto del examen de sí no son las acciones pasadas, sino los pensamientos presentes. El hecho de que el monje deba dirigir continuamente su pensamiento hacia Dios implica que sondee el curso actual de dicho pensamiento. El examen al que se somete tiene como objeto una discriminación permanente entre los pensamientos que le dirigen a Dios y los que le alejan de Él. El cuidado continuo del presente se diferencia de la memorización de los actos y, por consiguiente, de aquellas reglas que preconizaba Sócrates. Para designarlo, los griegos tienen un término bastante peyorativo: *logismoî*, es decir, las reflexiones, el razonamiento, el pensamiento calculador. En Casiano se encuentra una etimología de *logismoî* —*co-agitationes*—, pero no sé si es válida. El espíritu es *polykínetos*, «en un estado de movilidad constante». ^{ee} Para Casiano, la movilidad constante del espíritu

^{ee} Casiano (J.), «Primera conferencia del Abad Sereno», VII, 4, en *Colaciones*, op. cit., «Estado del alma y su poder», t. I, págs. 310-313, véase esp. pág. 311.

significa su debilidad. Es lo que distrae al individuo de la contemplación de Dios. ^{ff}

Sondear lo que pasa en uno mismo consiste en intentar inmovilizar la conciencia, intentar eliminar los movimientos del espíritu que apartan de Dios. Esto implica que se examine cada pensamiento que se presenta a la conciencia a fin de percibir el vínculo que existe entre el acto y el pensamiento, entre la verdad y la realidad; a fin de ver si hay en este pensamiento algo que sea susceptible de hacer nuestro espíritu móvil, de provocar nuestro deseo, de desviar nuestro espíritu de Dios. Lo que fundamenta el examen es la idea de una concupiscencia secreta.

Existen tres tipos principales de examen de sí mismo: en primer lugar, el examen mediante el que se evalúa la correspondencia entre los pensamientos y la realidad (Descartes); en segundo lugar, el examen por el que se estima la correspondencia entre los pensamientos y las reglas (Séneca); en tercer lugar, el examen mediante el cual se aprecia la relación entre un pensamiento oculto y una impureza del alma. Con este tercer tipo de examen comienza la hermenéutica de sí cristiana y su desciframiento de los pensamientos íntimos. La hermenéutica de sí se basa en la idea de que en nosotros hay algo oculto y de que vivimos siempre en la ilusión de nosotros mismos, una ilusión que enmascara el secreto.

Casiano dice que para practicar este examen debemos cuidarnos de nosotros mismos y atestiguar directamente nuestros pensamientos. Utiliza tres analogías. La primera es la del molino. ^{gg} Los pensamientos son granos y la conciencia es una muela. Como el molinero, debemos seleccionar los granos —separar los que son malos de los que, triturados por la rueda, darán la buena harina y el buen pan de nuestra salvación.

La segunda analogía es militar. ^{hh} Casiano establece una analogía con el oficial que ordena a sus soldados desfilar en dos hileras: los buenos a la derecha y los malos a la izquierda. Hemos de adoptar la actitud del oficial que divide su tropa en dos filas, la de los buenos y la de los malos.

^{ff} Casiano (J.), «Primera conferencia del Abad Nesteros», XIV, 13, en *Colaciones*, op. cit., t. II, págs. 83-125, esp. págs. 110-114.

^{gg} Casiano (J.), «Primera Conferencia del Abad Moisés», I, 18, en *Colaciones*, t. I, op. cit., págs. 29-82, esp. págs. 66-67.

^{hh} Casiano (J.), «Primera Conferencia del Abad Sereno», VII, 5, en *Colaciones*, t. I, op. cit., págs. 303-358, esp. págs. 314-318.

La tercera analogía es la del cambista.¹¹ La conciencia es el cambista de sí mismo. Debe examinar las monedas, considerar su efigie, preguntarse de qué metal están hechas y preguntar su procedencia. La conciencia debe pesar las monedas, a fin de ver si han sido falsificadas. Lo mismo que éstas llevan la efigie del emperador, nuestros pensamientos deben estar impresos con la imagen de Dios. Debemos verificar la calidad de nuestro pensamiento: ¿Esta efigie de Dios es efectivamente real? ¿Cuál es su grado de pureza? ¿No hay mezcla en ella de deseo o de concupiscencia? Volvemos a encontrar aquí la misma imagen que en Séneca, pero con un significado diferente.

Una vez asentado que debemos ser los permanentes cambistas de nosotros mismos, ¿cómo es posible esta discriminación, cómo podemos determinar si un pensamiento es de buena calidad? ¿Cómo puede ser efectiva esta discriminación? Sólo hay un medio: debemos confiar todos nuestros pensamientos a nuestro director, obedecer en todo al maestro, practicar permanentemente la verbalización de todos nuestros pensamientos. En Casiano, el examen de sí está subordinado a la obediencia y a la verbalización constante de los pensamientos. En la filosofía estoica se trataba de algo diferente. Al confesar no sólo sus pensamientos, sino también los movimientos más íntimos de su conciencia y sus intenciones, el monje se sitúa en una relación hermenéutica tanto ante su maestro como ante sí mismo. Esta verbalización es la piedra de toque o moneda de nuestros pensamientos.

¿En qué medida es capaz la confesión de asumir esta función hermenéutica? ¿Cómo podemos llegar a ser los hermeneutas de nosotros mismos al expresar, verbalmente o por escrito, todos nuestros pensamientos? La confesión confiere al maestro, cuya experiencia y sabiduría son tan amplias, un saber, y por tanto, le permite ser un mejor consejero. Incluso si, en su función de poder discernidor, el maestro no dice nada, el hecho de que el pensamiento haya sido expresado tendrá un efecto discerniente.

Casiano ofrece el ejemplo del monje que había robado pan. Al principio no podía confesarlo. La diferencia entre los buenos y los malos pensamientos es que los malos pensamientos no se pueden expresar fácilmente, dado que el mal resulta indecible y oculto. El hecho de que los malos pensamientos no se puedan expresar sin dificultad y sin vergüenza impide que aparezca la diferencia cosmo-

¹¹ Casiano (J.), «Primera Conferencia del Abad Moisés», I, 20-22, en *Colaciones*, op. cit., t. I, págs. 70-79.

lógica entre la luz y la oscuridad, entre la verbalización y el pecado, entre el secreto y el silencio, entre Dios y el diablo. En un segundo momento, el monje se posterna y se confiesa. Sólo cuando se confiesa verbalmente el diablo sale de él. La verbalización del pecado es el momento crucial.¹² La confesión es el sello de la verdad. Pero esta idea de una verbalización permanente no es sino un ideal. En ningún momento la verbalización puede ser total. El precio de la verbalización permanente es la transformación en pecado de todo cuanto no se haya podido expresar. Hay, pues, en el cristianismo de los primeros siglos —y con este punto concluiré— dos formas principales de revelación de sí, de expresión de la verdad del sujeto. La primera es la *exomológesis*, esto es, la expresión teatralizada de la situación del penitente que manifiesta su estatuto de pecador. La segunda es lo que la literatura espiritual ha denominado *exagóreusis*. Se trata de una verbalización analítica y continua de los pensamientos, que el sujeto practica en el marco de una relación de obediencia absoluta a un maestro. Esta relación toma como modelo la renuncia del sujeto a su voluntad y a sí mismo.

Si bien existe una diferencia fundamental entre la *exomológesis* y la *exagóreusis*, es preciso sin embargo señalar que presentan un elemento común: la revelación no se puede concebir sin la renuncia. En la *exomológesis*, el pecador debe perpetrar la «muerte» de sí mismo, practicando maceraciones ascéticas. Ya sea mediante el martirio o por la obediencia a un maestro, la revelación de sí implica la renuncia del sujeto a sí mismo. En la *exagóreusis*, por otra parte, el individuo, mediante la verbalización constante de sus pensamientos y la obediencia que testimonia hacia su maestro, muestra que renuncia, a la par, tanto a su voluntad como a sí mismo. Esta práctica, que nace con el cristianismo, persistirá hasta el siglo XVII. La introducción, en el siglo XVIII, de la penitencia constituye una etapa importante en el desarrollo de la *exagóreusis*.

El tema de la renuncia del sujeto a sí mismo es singularmente importante. A través de toda la historia del cristianismo, se establece un vínculo entre la revelación, teatral o verbal, de sí y la renuncia del sujeto a sí mismo. Mi hipótesis al estudiar estas dos técnicas es que la segunda —la verbalización— es la que ha llegado a ser más importante. A partir del siglo XVIII, y hasta el presente, las

¹² Casiano (J.), «Segunda Conferencia del Abad Moisés», II, 11, en *Colaciones*, t. I, op. cit., págs. 83-128. A pesar de que la edición de D.E. alude al cap. 2 (II), sin duda se refiere al cap. 11 (XI), págs. 102-107: «De la impotencia de los malos pensamientos una vez manifestados». (N. del ed.)

«ciencias humanas» han reinsertado las técnicas de verbalización en un contexto diferente, haciendo de ellas no el instrumento de la renuncia del sujeto a sí mismo, sino el instrumento positivo de la constitución de un nuevo sujeto. El hecho de que la utilización de estas técnicas haya dejado de implicar la renuncia del sujeto a sí mismo, supone una ruptura decisiva.