

# MIENTRAS TODAVÍA ES POSIBLE<sup>1</sup>

ÁNGEL GABILONDO

UAM

«No vagabundees más»<sup>2</sup>, así comienza el texto III, 14, de las *Meditaciones* de Marco Aurelio. «No vagabundees más...», y termina diciendo: «mientras todavía es posible». Cuando a Alcibíades se le dice que aplique su espíritu a sí mismo, éste responde: «Por los dioses, Sócrates, que ni yo mismo sé lo que digo y es muy posible que haya vivido desde hace mucho tiempo en un estado de ignorancia bastante vergonzoso»<sup>3</sup>. Quizá nos hemos pasado la vida de aquí para allá, haciendo unas cosas y otras, pero un poco descuidados y distraídos. Marco Aurelio nos aconseja: «para ya de dar vueltas y no vagabundees más»<sup>4</sup>. Además, Sócrates advierte a Alcibíades: si estás precisamente en la edad en que te tienes que dar cuenta de ello, ocúpate de ti mismo, tómate a ti mismo como objeto de reflexión<sup>5</sup>. En realidad, podemos leer el texto de Marco Aurelio con el que hemos comenzado y que sirve de eje a esta reflexión; dejémonos, pues, de más misterios, porque el texto –que es muy breve–, dice así:

“No vagabundees más. Porque ni vas a leer tus memorias, ni tampoco las gestas de los romanos antiguos y griegos, ni las selecciones de escritos que reservabas para tu vejez. Apresúrate, pues, al fin, y renuncia a las vanas esperanzas y acude en tu propia ayuda, si es que algo de ti mismo te importa, mientras te queda esa posibilidad”<sup>6</sup>.

Cuidar del alma propia era un precepto que Zenón había dado desde un principio a sus discípulos, y que Musonio repetirá en el siglo I en una sentencia citada por Plutarco:

---

<sup>1</sup> NOTA BENE: La grabación, transcripción y documentación de la conferencia pronunciada por Ángel Gabilondo ha sido realizada por León Ignacio Escutia, quien forma parte del equipo editorial de este libro, bajo las indicaciones previas y la meticulosa revisión final de Ángel Gabilondo Pujol. Las variaciones que exige el paso del pensamiento filosófico oral a la filosofía escrita han sido las mínimas e indispensables. El lector puede acceder a la conferencia oral a través del siguiente enlace: <https://canal.uned.es/mmobj/index/id/15676>

<sup>2</sup> Marco Aurelio, *Meditaciones*, Libro III, 14, trad. de Ramón Bach Pellicer, Gredos, Madrid, 1977, p. 77.

<sup>3</sup> Platón, *Alcibíades*, 127d. Ed. en castellano: Platón, *Alcibíades o de la naturaleza del hombre*, trad. del castellano de José Antonio Míguez, Aguilar, Buenos Aires, 1971, p. 120.

<sup>4</sup> Marco Aurelio, Op. Cit., Libro III, 14, p. 77.

<sup>5</sup> Cfr. Platón, *Alcibíades*, 127e-128a, Op. Cit., p. 121.

<sup>6</sup> Marco Aurelio, Op. Cit., Libro III, 14, p. 77

“Aquéllos que quieren salvarse deben vivir cuidándose sin cesar”<sup>7</sup>. Esa idea de aplicarse a uno mismo va ganando mucha amplitud, y para dedicarse a ella casi hay que renunciar a otras aplicaciones, a fin de quedar vacante para sí mismo, “*sibi vacare*”<sup>8</sup>. *Vacare* es vaciar<sup>9</sup>, liberar espacio para ocuparse de alguna otra cosa, no para hacer cosas diferentes, sino para hacer de otra manera las cosas. La *vacancia* es una actividad y, además, una actividad múltiple, que exige que no se pierda tiempo y que no se escatime esfuerzo para hacerse a sí mismo, para transformarse a sí mismo, para reconciliarse con uno mismo. Hay muchas formulaciones en esta dirección que han sido tomadas de Séneca; si bien, no es éste el lugar de llevar a cabo una compilación exhaustiva y pormenorizada de las mismas, recoger aquí algunas bastará para poner de manifiesto tal constante preocupación en su obra: *se formare*<sup>10</sup>, *sibi vindicare*<sup>11</sup>, *se facere*<sup>12</sup>, *se ad studia revocare*<sup>13</sup>, *sibi applicare*<sup>14</sup>,

<sup>7</sup> La repetición del precepto en cuestión pertenece a Musonio Rufo. Véase: *Tabla de Cebes*. Musonio Rufo, *Disertaciones. Fragmentos menores*. Epicteto, *Manual. Fragmentos*, trad. de Paloma Ortiz García, Gredos, Madrid, 2014, Musonio Rufo-*Fragmentos*, fragmento 36 (Hense), p. 153; dicho fragmento es citado por Plutarco, *De ira*, 453d, trad. al castellano de Rosa María Aguilar, en Plutarco, *Obras morales y de costumbres (Moralia)*, *Sobre el refrenamiento de la ira*, Gredos, Madrid, 1995, vol. VII, p. 79.

<sup>8</sup> Puede leerse una precisión de esta expresión latina en: Michel Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto (Curso del Collège de France, 1982)*, Akal, Edición de Frédéric Gros, bajo la dirección de François Ewald y Alessandro Fontana, traducción de Horacio Pons, Madrid, 2005, p. 252. El texto dice así: “Esta expresión *sibi vacare* (ocuparse íntegramente de sí, consagrarse a sí mismo) es una expresión que encontramos en otros textos de Séneca, en particular en la carta 17: «si vis vacare animo» (si quieres ocuparte de tu ánimo). Por lo tanto, no ocuparse de los dominios lejanos, ocuparse del dominio más próximo. Ese dominio es uno mismo. Es preciso, dice, «ad contemplationem sui saltem in ipso fugae ímpetu respiciat» (volver la mirada hacia la autocontemplación, en el movimiento mismo de la huida). No se trata de la huida, de la retirada del sabio, sino de la huida del tiempo. En ese mismo movimiento del tiempo que nos lleva hacia el punto final de nuestra vida, pues bien, debemos volver la mirada y tomarnos como objeto de contemplación. En consecuencia, todo indica con claridad que el único objeto del que Séneca, a su edad, debe ocuparse, en esa huida del tiempo y esa precipitación, esa *velocitas* que ahora se le impone, aquello en lo cual debe ejercer su labor, es él mismo.” Respecto a los textos de Séneca que el propio Foucault cita: Séneca, *Cartas a Lucilio*, tomo I, libro II, carta 17, 5, trad. al castellano de Ismael Roca Meliá, Gredos, Madrid, 1986, pp. 164-165: «Si quieres consagrarte a tu alma (*vacare animo*), es necesario que seas pobre o semejante al pobre»; Séneca, *Cuestiones naturales*, trad. al castellano de J. L. Izquierdo, Espasa-Calpe, Buenos Aires, 1948, Libro primero (Prefacio general de la obra), 1, p. 21; y también: *Ibidem*.

<sup>9</sup> En torno al significado de esta expresión de Séneca podemos leer en otro texto del mismo autor: “Es sabida la amplitud que toma en Séneca el tema de la aplicación a uno mismo: es para consagrarse a ella para lo que es preciso según él renunciar a las otras ocupaciones: así podría uno quedar vacante para sí mismo (*sibi vacare*). Pero esta «vacancia» toma la forma de una actividad múltiple que exige que no se pierda tiempo y que no se escatime esfuerzo para «hacerse a sí mismo», transformarse a sí mismo, reconciliarse con uno mismo.” Michel Foucault, *Historia de la sexualidad. 3. El cuidado de sí*, Ed. Siglo XXI, Edición a cargo de Julia Varela y Fernando Álvarez Uría, Madrid, 2005, p. 50. Respecto al fragmento de Séneca que precisamente nos atañe: Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit., Tomo I, Libro II, 17, 5, pp. 164-165 y *De la brevedad de la vida* 7, 5, hay traducción al castellano de Carmen Codoñer, véase: Lucio Anneo Séneca, *Diálogos, Sobre la brevedad de la vida*, Tecnos, Madrid, 1986, p. 326.

<sup>10</sup> Séneca, *De la brevedad de la vida*, Op. Cit., II, 2, pp. 318-319 y XIX, 1, Op. Cit., pp. 345-346.

<sup>11</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit., Tomo I, Libro I, 1, pp. 95-97.

<sup>12</sup> *Ibid.*, Op. cit., 13-1; *Diálogos, Sobre la vida feliz*, 24, 4. Hay traducción al castellano de Juan Mariné Isidro, véase: Séneca, *Diálogos, Sobre la vida feliz*, Gredos, Madrid, 2013, pp. 227-257.

<sup>13</sup> Séneca, *Sobre la tranquilidad del espíritu*, 3, 6. Hay traducción al castellano de Juan Mariné Isidro, véase: Séneca, *Diálogos, Sobre la tranquilidad del espíritu*, Gredos, Madrid, 2013, p. 275.

<sup>14</sup> *Ibid.*, 24, 2.

*suum fieri*<sup>15</sup>, *in se recedere*<sup>16</sup>, *ad se recurrere*<sup>17</sup>, *secum morari*<sup>18</sup>. Muchas expresiones procedentes de distintos textos de Séneca van en la misma dirección, que es la dirección de alcanzarse uno a sí mismo. También Marco Aurelio, aquí citado, experimenta la misma prisa por ocuparse de sí mismo. Por mucho que tengáis que leer, por mucho que tengáis que escribir—dice Séneca—, no se puede demorar más el cuidado directo que debe tomar uno de su propio ser<sup>19</sup>. Además, para esto no hay edad, nunca es demasiado pronto ni demasiado tarde para ocuparse de la propia alma. Por tanto, el ser *humano* confiado a su propio cuidado, o como ha dicho Séneca: aprended a vivir la vida propia, persistid como un ejercicio permanente<sup>20</sup>.

La ocupación de sí mismo, *epimeleia*<sup>21</sup>, no es estar sólo interesado en sí mismo, no es un ensimismamiento o una suerte de fascinación, sino que es la acepción del cuidado, de

<sup>15</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit., Tomo I, Libro IX, 75, 18, p. 445.

<sup>16</sup> Séneca, *De la tranquilidad del alma*, Op. Cit., 17, 3, p. 297; *Cartas a Lucilio*, Op. Cit., Tomo I, Libro VIII, 74, 29, p. 437.

<sup>17</sup> Séneca, *De la brevedad de la vida*, Op. Cit., 18, 1, p. 344.

<sup>18</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. cit., Tomo I, Libro I, 2, 1, p. 98.

<sup>19</sup> Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit., Libro III, 14: “No vagabundees más. Porque ni vas a leer tus memorias, ni tampoco las gestas de los romanos antiguos y griegos, ni las selecciones de escritos que reservabas para tu vejez. Apresúrate, pues, al fin, y renuncia a las vanas esperanzas y acude en tu propia ayuda, si es que algo de ti mismo te importa, mientras te queda esa posibilidad”.

<sup>20</sup> Véase: Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit., 44; 45; 76; 82; 90; Séneca, *De Constantia*, IX, 3, 4 y 5 (trad. al castellano de Juan Mariné Isidro, en Séneca, *Diálogos, Sobre la firmeza del sabio*, Gredos, Madrid. 2013, p. 117). A este respecto podemos leer también en Aristóteles: “Es claro, pues, que en ésta consiste, o principalmente, el ser de cada uno, y que el hombre bueno la ama sobre todo. Por eso será también amante de sí mismo en el más alto grado, de otra forma que el que es objeto de censura, y será tan distinto de éste como lo es el vivir de acuerdo con la razón del vivir de acuerdo con las pasiones, el aspirar a lo que es noble y a lo que parece útil. Por consiguiente, a los que se afanan más que los demás por realizar acciones hermosas todos los aceptan y alaban, y si todos rivalizaran en nobleza y tendieran con todas sus fuerzas a realizar las acciones más nobles, todas las cosas de la comunidad marcharían como es debido, y cada individuo en particular poseería los mayores bienes, puesto que la virtud es el mayor de todos.” (Aristóteles, *Ética* a Nicómaco, edición bilingüe y trad. de María Araujo y Julián Marías, Centro de Estudios Políticos, 1970, 1169a, pp. 149 y 150)

<sup>21</sup> Foucault nos ofrece un amplio examen de esta noción y sus implicaciones que consideramos pertinente traer aquí, a fin de que pueda comprenderse de manera adecuada la dimensión de tal noción, su riqueza semántica y referencial, así como, especialmente, poder hacernos cargo, a través de dicha definición, de la estrecha relación en que se haya la *epimeleia* en tanto «ocuparse de sí mismo» con la noción de ejercicio. Dice así el texto de Foucault: “En primer lugar, el tema de una actitud general, una manera determinada de hacer 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.

En segundo lugar, la *epimeleia heautou* es también una manera determinada de atención, de mirada. Preocuparse por sí mismo implica convertir la mirada y llevarla al...iba a decir «interior». Dejemos de lado esa palabra (tengan en cuenta que plantea una multitud de problemas) y digamos simplemente que hay que trasladar la mirada, desde el exterior, los otros, el mundo, etcétera, hacia «uno mismo». La inquietud de sí implica cierta manera de prestar atención a lo que se piensa y lo que sucede en el pensamiento. Parentesco de la palabra *epimeleia* con *melete*, que quiere decir, a la vez, ejercicio y meditación. (...).

En tercer lugar, la noción de *epimeleia* no designa simplemente esa 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 y se transforma y se transfigura. 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

la técnica respecto a uno mismo (*he auto*). Se refiere, pues, a estar preocupado por algo; a cuidarse de la propia conducta, de nuestra ética, de las relaciones con uno mismo y con los otros. Esto que llamamos *cuidado de uno mismo* –*epimeleia auto* o el latino *cura sui*–, es *ocuparse* de uno mismo, cultivarse. Y, además, recuperar la noción de *otium*, porque vivimos en una sociedad con poco ocio; eso sí, hay, por el contrario, mucha creación del ocio, pero la creación del ocio se llama *negocio*<sup>22</sup>. El ocio es la recreación de alguien que queda vacante para sí mismo y no se ocupa de otros útiles, de otros “asuntos”. Éste es un ideal social –no solo un ideal filosófico–, sino un ideal que ya existía en toda Grecia, en toda Roma. Por ello, la *Apología de Sócrates* se refiere a que en vez de ocuparse de lo que parece sensato, de lo que hacen los demás: ocuparse de la riqueza, de la ambición, de los honores, etc. En vez de esto, hay gente que se siente llamada a convocar, a implicarse en el cuidado de sí, que es también el cuidado de los demás<sup>23</sup>. *Epimeleia auto* no es como decir: “dado que he tenido unos días muy agitados, voy a tomar unos días libres, a ver si me cultivo y practico actividades de tiempo libre (algo así como un excursionismo de fin de semana)”, sino que es un procedimiento con una serie de objetivos, con una serie de ocupaciones, de actividades. Es un deber, es una técnica y, además, es un modo de vivir la vida. *Alcibíades* sólo considera que debe ocuparse de sí mismo para tener que ocuparse de los otros. Es bien conocido que Alcibíades pregunta a Sócrates, interesándose por cómo gobernar la ciudad. Sócrates, al ser preguntado acerca de tal cuestión, no responde a Alcibíades leyendo *El príncipe* de Maquiavelo –que no se había escrito–, sino que su respuesta, muy distinta, dice así: para gobernar la ciudad tienes que gobernarte a ti mismo, si no te gobiernas a ti mismo, ¿qué gobierno de la ciudad vas a llevar a cabo?<sup>24</sup>.

El cuidado de sí es reconocimiento de la palabra de los otros, es también una llamada a los otros. Pero, ¿por qué nos reunimos aquí, en la lectura, unos junto a otros? Para encontrar fuerzas y razones, ¿verdad? Foucault, sin embargo, dirá que esto no va del punto de sí californiano, es decir, de una suerte de introspección para que saques lo mejor

---

técnicas de meditación, las técnicas de memorización del pasado, las técnicas de examen de la conciencia, las técnicas de verificación de las representaciones a medida que se presentan a la mente, etcétera.” (M. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., p. 26)

<sup>22</sup> Cfr. Platón, *Alcibíades*, 131c, Op. Cit., p. 41: “Y quien cuida de su hacienda ni cuida de sí mismo ni de sus cosas, sino que está muy alejado de ellas (...) El hombre de negocios, por consiguiente, no realiza el más importante, cual es el cuidado de lo suyo.” En torno a este juego de términos remitimos a Nietzsche, quien como sabemos revalorizó la idea de ocio como «tiempo para sí mismo», como tiempo para cultivarse y cuidarse, frente a la concepción del ocio como holgazanería o pereza. Tal valorización del ocio se opone, en efecto, no sólo a la mala consideración y rechazo de éste, sino como acertadamente señala Ángel Gabilondo, a su denegación, al ocio, o a la exclusiva atención y empleo de uno mismo en las tareas relacionadas con la producción de mercancías y su correspondiente beneficio bajo la idea de la eficacia o, aún peor, bajo un sentido de obediencia y sumisión, habiéndose convertido la atención al negocio en un carácter de la buena conducta. Cfr. F. Nietzsche, *Humano, demasiado humano. Un libro para espíritus libres. Vol. 1*, Akal, trad. de Alfredo Brotóns Muñoz, Madrid, 2007, aforismos 284 y 285, pp. 179 y 180.

<sup>23</sup> Cfr. Platón, *Apología de Sócrates*, 29e, 30b, 31b, 36b-c y 41e, trad. al castellano de Julio Calonge en Platón, *Diálogos*, Gredos, Madrid, 2011.

<sup>24</sup> Cfr. Platón, *Alcibíades*, 125b y ss., Op. cit., p. 107 y ss.; véase también: Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., pp. 48-49.

de ti mismo, la introspección ha de ser más bien de algo que viene del otro, no se trata de sacar de dentro lo mejor de ti, dentro ya sabemos lo que hay, algo muy parecido en todos los casos. El asunto se halla, por tanto, en la comprensión de que nadie es tan fuerte como para desasirse por sí mismo del estado de estulticia en el que está, sino que es necesario que se le tienda la mano y se tire de él. Séneca recibe una carta de Lucilio que dice: mándame un texto, un discurso, algo que tengas por ahí, porque he perdido a mi hijo; mándame un texto, estoy falto de que alguien tenga una palabra para mí, me tienda una palabra para poder salir de éstas. Se trata del hallarse en esa experiencia de necesidad de un discurso verdadero, de un discurso amable, de que alguien te ofrezca una palabra para poder salir de ésta. Séneca le responde: la verdad es que no tengo nada que enviarte, lo que puedo hacer es escribir un texto si quieres, porque yo también he perdido a un hijo<sup>25</sup>.

Nunca quizá como ahora hemos necesitado tanto de discursos verdaderos, de palabras a mano, una palabra como mano amiga que tire un poco de nosotros, que nos saque de estado de estulticia en el que nos hallamos. Y esta sensación general, una sensación de que hay que concertar, compartir, acordar, participar, es decir, esta sensación en el *cuidado de sí*, en el horizonte del cuidado de sí, nos remite a la cuestión de la amistad, cuestión ésta que siempre está en el corazón del pensamiento<sup>26</sup>. No estamos hablando

---

<sup>25</sup> Véase: Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit.; véase también: Séneca, *Consolación a Helvia*, trad. española de Carmen Codoñer; Séneca, *Diálogos*, *Consolación a Helvia*, Tecnos, Madrid, 1986, pp. 377-410; y también: *Ibid.*, *Consolación a Marcia*, pp. 176-221.

<sup>26</sup> Véase: Aristóteles, *Ética a Nicómaco*, Alianza, Madrid, 2012; también: Platón, *Lisis*, contenido por ejemplo en Platón, *Diálogos*, Op. Cit.; véase también: *Alcibíades*, 126c y ss., Op. Cit. p. 113 y ss.; o también algo más posterior: Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit. Efectivamente tan solo hemos de acudir a Aristóteles, Platón o el propio Séneca, tan presente en este estudio, para hacernos cargo de la importancia que ha tenido para el pensamiento desde su origen la consideración de la *amistad*. Pues ya dice Aristóteles al inicio de su *Política*: “Puesto que vemos que toda ciudad es una cierta comunidad y que toda comunidad está constituida con miras a algún bien (porque en vista de lo que les parece bueno todos obran en todos sus actos), es evidente que todas tienden a un cierto bien, pero sobre todo tiende al supremo la soberana entre todas y que incluye a todas las demás. Ésta es la llamada ciudad y comunidad cívica.” y también que: “De todo esto es evidente que la ciudad es una de las cosas naturales, y que el hombre es por naturaleza un animal social, y que el insocial por naturaleza y no por azar es o un ser inferior o un ser superior al hombre. Como aquél a quien Homero vitupera: *sin tribu, sin ley, sin hogar*, porque el que es tal por naturaleza es también amante de la guerra, como una pieza aislada en el juego de damas.” (Aristóteles, *Política*, trad. de Manuela García Valdés, Gredos, Madrid, 1988, p. 50). De lo cual se deduce que efectivamente la amistad no es algo accidental, sino antes bien, un modo de ser excelente del hombre en tanto que hombre, es decir, en tanto el ser-en-comunidad o ser-con no le es algo añadido, sino que es algo de suyo propio, constitutivamente fundamental en tanto pertenece a su esencia como hombre. A tenor de ello en *Ética a Nicómaco* podemos leer: “Es probablemente absurdo hacer al hombre dichoso solitario, porque nadie querría poseer todas las cosas a condición de estar solo; el hombre es, en efecto, un animal social, y naturalmente formado para la convivencia. Está condición se da también en el hombre feliz que tiene todo aquello que es un bien por naturaleza, y es claro que pasar los días con amigos y hombres buenos es mejor que pasarlos con extraños y con hombres de cualquier índole. Por tanto, el hombre feliz necesita amigos.” (Aristóteles, *Ética a Nicómaco*, Op. Cit. 1169b, pp. 150 y 151). Finalmente, por lo que atañe a la relación de la amistad con el cuidado de sí mismo podemos leer en Aristóteles lo siguiente: “Las relaciones amistosas con nuestro prójimo y las notas por las que le definen las distintas clases de amistad parecen derivadas de los sentimientos que tenemos respecto de nosotros mismos. Se define, en efecto, al amigo como el que quiere y hace el bien, o lo que a él se lo parece, por causa del otro, o como el que quiere que su amigo exista y viva por amor del amigo mismo. (...) Ahora bien, todas estas condiciones las cumple el hombre bueno (y los demás en la medida en que se tienen por tales, pues parece, como hemos dicho, que la virtud y el hombre de bien

del cuidado de sí que asociamos a ciertas prácticas pertenecientes a la cultura de pueblos exóticos, de aquellos hombres que hacían maravillas con sus paciencias y sus ayunos. Es verdad que el cuidado de sí tiene que ver con el silencio, la lectura, la meditación, los regímenes de salud, los ejercicios físicos –sin exceso–, la satisfacción de las necesidades y también es cierto que se plasma en todo, en la forma de vestir, de andar, en el aspecto, en lo que uno come, y en cómo se enfrentan los sucesos. En definitiva, se trata hacerlo con *elegancia*, que no es sino el modo en que se comporta el *lógos*, porque el *lógos* es *elegante*. Es conocido por el buen lector que en su sentido literal la *elegancia* significa *saber elegir*<sup>27</sup>. *Elegante* es el que sabe hacerlo, el que tiene el don del elegir, el que tiene esa relación con el *lógos*; sabe elegir y sabe preferir.

En este contexto, parecería que lo que hay que hacer es descuidar un poco el cuerpo para ir a lo fundamental. Ya veremos cómo. Antes se ha preguntado con mucha razón: ¿qué es eso de *ocuparse de sí mismo*? ¿en qué consiste esta ocupación, esta *epimeleia*? Entre otras cosas ¿qué es eso que llamamos el *sí mismo*? Y aquí reaparece nuevamente con toda naturalidad el Oráculo de Delfos, donde la pitia dice que hay que conocerse a sí mismo (*gnonai hēauton*)<sup>28</sup>. Ya sabemos, a estas alturas de la vida, que esta llamada de

---

son la medida de todas estas cosas). Este, en efecto, está de acuerdo consigo mismo y desea las mismas cosas con toda su alma; y quiere ciertamente el bien para sí, y lo que se le muestra como tal, y lo pone en práctica (pues es propio del bueno ejercitar el bien), y lo hace por causa de sí mismo (puesto que lo hace por causa de su mente, que es aquello en que parece estribar el ser de cada uno); y quiere vivir y preservarse él mismo, y sobre todo aquella parte luya por la cual piensa.” (Aristóteles, *Ética* a Nicómaco, Op. Cit., 1166a, p. 144). Véase también en torno a la *philia* (amistad) el prólogo del libro VVAA Teresa Oñate y Zubía & Paloma O. Zubía & L. David Cáceres (eds.): *Acontecer y Comprender. Diez años sin Gadamer*. Concretamente el Prólogo-Entrevista filosófica de Teresa Oñate & Ángel Gabilondo: “*Seres de palabra hermenéutica*”. Dykinson, Madrid, 2012. Véase también el reciente libro VVAA Teresa Oñate y Zubía & José Luis Díaz Arroyo & Paloma O. Zubía & Marco Antonio Hernández Nieto y L. David Cáceres (eds.): *Con Paul Ricoeur. Espacios de Interpelación: Tiempo. Dolor. Justicia. Relatos.*, Ed. Dykinson, Madrid, 2016. Concretamente los trabajos de Teresa Oñate y Zubía: “*Amor y Justicia en Paul Ricoeur I*” pp. 423-458; y “*Amor y Justicia en Paul Ricoeur II*” pp. 597-636; donde se examina la precisa comprensión que realiza Paul Ricoeur de la diferencia entre *Kinesis óptica* y *Enérgeia ontológica*, lo cual le permite hacerse cargo del estatuto ontológico-político de la sabiduría práctica y Noética espiritual de la acción potencial ética y civil del estagirita y le sitúa en el centro-eje de su obra cumbre: *Sí mismo en cuanto Otro* donde se despliega la dimensión teológico-política de la virtud suprema: la *Sophía Prachtiké* y la *Philia* (Amor-Amistad) del Aristóteles Griego.

<sup>27</sup> En torno al concepto de *elegancia* podemos leer en la pormenorizada definición de éste que nos brinda Ortega y Gasset: “En el latín más antiguo, el acto de *elegir* se decía elegancia como de instar se dice instancia. Recuérdese que el latino no pronunciaría *elegir* sino *eleguir*. Por lo demás, la forma más antigua no fue *eligo* sino *elego*, que dejó el participio presente *elegans*. Entiéndase el vocablo en todo su activo vigor verbal; el elegante es el «eligente», una de cuyas especies se nos manifiesta en el «inteligente». Conviene retrotraer aquella palabra a su sentido prócer que es el originario. Entonces tendremos que no siendo la famosa *Ética* sino el arte de elegir bien nuestras acciones eso, precisamente eso, es la Elegancia. *Ética* y *Elegancia* son sinónimos.” (José Ortega y Gasset, *La idea de principio en Leibniz y la evolución de la teoría deductiva*, Apéndices, III. [Elegancia], Revista de Occidente en Alianza Editorial, Colección “El Arquero”, Madrid, 1979, p. 377).

<sup>28</sup> Podemos leer en Platón, *Alcibiades*, 124b: “En verdad, ingenuo amigo, confía en mí y en la máxima de Delfos: “conócete a ti mismo, (...)” Platón, *Alcibiades*, 124b y 132c y ss., Op.cit., p. 101. y pp. 145 y ss. / Véase también para una mayor indagación en torno al culto oracular de Delfos y su relación con el alma: Werner Jaeger, *La teología de los primeros filósofos griegos*, V. El origen de la doctrina de la divinidad del alma, trad. de José Gaos, Fondo de Cultura Económica, México, D.F., 2008. Véase también: Giorgio Colli, *El nacimiento de la filosofía*, Tusquets Editores, Barcelona, 2009. Y también: David Hernández de la Fuente, *El despertar del alma*,

«*conócete a ti mismo*» no envía una llamada a un estudio introspectivo para conocer tu verdadero yo a través de un psicoanálisis elaborado profundamente; entre otras cosas, porque esta es una sentencia que habla más bien de la experiencia de la propia finitud del ser humano, es decir, es más una advertencia de que no somos dioses, una advertencia que reza: «quizá te ha pasado desapercibido, concóctete a ti mismo, se consciente de tus propias limitaciones». Como cuando Kant resume todas las preguntas en una: ¿qué es un hombre?<sup>29</sup> Lo cual es como decir: ¿quién te crees que eres? Con esa pregunta es posible reformular todas: ¿qué puedo esperar siendo solo un ser humano?, ¿qué puedo saber? Es una experiencia de limitación y de finitud, una experiencia de que somos efímeros, como dice Píndaro: seres de un día. En efecto, somos cotidianos, como el pan, como lo era antes el periódico, de a diario<sup>30</sup>. Esta experiencia, al preguntamos qué es el *sí mismo*, al ser conminado Sócrates a reflexionar seriamente sobre lo que es<sup>31</sup>, también al preguntarse qué se puede esperar de un hombre, nos lleva a preguntar sobre la educación (*paideia*). ¿Qué se puede esperar de alguien sabiendo que es un hombre y más teniendo en cuenta la educación que ha recibido? Porque harías muy bien en conocerte a ti mismo y, además, deberías saber muy bien cuáles son tus posibilidades antes de querer afrontar algo así como gobernar la ciudad<sup>32</sup>.

La cuestión ahora es otra. Sabemos que debemos ocuparnos de nosotros mismos, pero ¿qué es ese «*nosotros mismos*»? No se trata en absoluto de reconocer lo que somos, es decir, de reconocer nuestras capacidades, nuestra alma, nuestras pasiones, si somos mortales o inmortales. No se trata tampoco de conocer qué clase de animal somos, cuál es nuestra naturaleza, cómo estamos compuestos, sino que se trata de otra cuestión: ¿cuál es esa relación, qué es lo que se designa mediante el pronombre reflexivo *heauton*? ¿Qué es eso que es igual del lado del sujeto como del lado del objeto? Es una interrogación metodológica y formal acerca del significado, de lo que quiere decir, en su forma reflexiva, *ocuparse de sí mismo*, ¿qué es *auto to auto*? ¿Qué es ese elemento idéntico que, en cierto modo, está presente de uno a otro extremo de la inquietud de sí? Es decir, sujeto de inquietud y objeto de inquietud. No es ya, como en el caso de Alcibíades, una simple pregunta sobre la *prudencia* (teniendo en cuenta tus limitaciones, tu educación y tus capacidades)<sup>33</sup>, sino que es un asunto mucho más intenso. Tener que ocuparse de uno

---

Ariel, Barcelona, 2017 / En torno a la figura de Sócrates véase: Miguel García Baró, *De Homero a Sócrates*, Sígueme, Salamanca, 2004 y Miguel García Baró, *Sócrates y Herederos*, Sígueme, Salamanca, 2009. Y también: Pierre Hadot, *¿Qué es la filosofía antigua?*, Fondo de Cultura Económica, México D.F., 1998.

<sup>29</sup> Véase Kant, *Lógica*, Edición de María Jesús Vázquez Lobeiras, Akal, Madrid, 2000, p. 92.

<sup>30</sup> “¡Seres de un día! ¿Qué es uno? ¿Qué no es? ¡Sueño de una sombra es el hombre!” Píndaro, *Píticas VIII*, 95-97, recogido y traducido al castellano en: Píndaro, *Odas y fragmentos*, trad. de Alfonso Ortega, Gredos, Madrid, 1984, *Píticas*, *Pítica VIII*, 95-97, p. 194.

<sup>31</sup> Platón, *Alcibíades*, 132c, Op. Cit., pp. 145-146: “¿Y cómo saber con la mayor claridad lo que es en sí mismo el ser? Porque una vez sabido esto, también, al parecer, nos conoceremos a nosotros mismos”. Y puede leerse también: Mirando, pues, a la divinidad, nos servimos del mejor espejo de las cosas humanas con respecto a la virtud del alma y así, en él, nos vemos y conocemos mejor a nosotros mismos.” (Ibid., 133c, p. 150)

<sup>32</sup> Cfr. Ibid., 132b, p. 144; 134c y ss., Op. Cit. p. 155 y ss.

<sup>33</sup> Cfr. Ibid., 124b en adelante.

mismo significa, en primer lugar, que es uno mismo quien se ocupa (esto ya complica mucho la cosa), pero, además, que uno se ocupa de algo que es lo mismo que uno mismo; esto es, que el sujeto que se ocupa es uno mismo con el objeto de su ocupación<sup>34</sup>. Eso significa exactamente esta reflexión. ¿A qué hace referencia con ese *heauton*? Pues, si nos fiamos de Platón, tenemos una referencia muy clara: uno debe ocuparse de su alma (*psiques epimeleteron*)<sup>35</sup>, del mismo modo que acudimos a la lectura para ocuparnos de nuestra alma, en la confianza de que se encargará de explicarnos lo que nos sucede. De eso trata este asunto: Sócrates incita a sus conciudadanos a ocuparse de su alma, a fin de que ésta llegue a ser lo mejor posible<sup>36</sup>.

También podemos hacer una lectura un poco anacrónica sobre qué sea el alma. Tenemos que velar por esa pregunta. Sucede, sin embargo, que hay un acoplamiento evidente entre *auton* y *psique*<sup>37</sup>. En el *Crátilo*<sup>38</sup>, por ejemplo, cuando se habla de las teorías de Heráclito sobre el flujo, se dice que no hay que confiar sólo a la palabra el cuidado de ocuparse de uno mismo por sí mismo, también “*therapheuein e auton kai ten psique*”, «hay que ocuparse del alma». Y en el Fedón se dice que si el alma es inmortal, necesita que nos ocupemos de ella, *epimeleia legetai*, requiere celo<sup>39</sup>. Uno podría decir ¿pero desconocen acaso el texto de Platón en el cual se dice que el cuerpo es la cárcel

<sup>34</sup> Cfr., *Ibid.*, 133d, p. 151: “Pues parece en efecto imposible que no conociendo a Alcibíades se conozca que las cosas de Alcibíades son las propias de él. (...) Ni sería tampoco posible que conociésemos lo que nos conviene a nosotros si no nos conocemos a nosotros mismos”.

<sup>35</sup> “En consecuencia, al prescribirse el conocimiento de «sí mismo» lo que se nos ordena es el conocimiento de nuestra alma.” (*Ibid.*, 130e, p. 139)

<sup>36</sup> “Y, como decíamos hace un momento, tendréis a la vista en vuestras acciones la luminosidad divina. (...) Pero al verla, además, os veréis y conoceréis a vosotros mismos y también lo que es bueno para vosotros” (*Ibid.*, 134d, 157)

<sup>37</sup> Para llevar a cabo un examen más detallado en torno a este acoplamiento que aquí se examina en Platón, de manera que a su vez sea posible hacerse cargo de su recepción y posterior desarrollo véase: Aristóteles, *Metafísica*, Libro H (VIII), 1042a-1046a, ed. trilingüe de Valentín García Yebra, Gredos, Madrid, 2014 y véase también: Aristóteles, *De Anima*, trad. española de Tomás Calvo Martínez, Gredos, Madrid, 1978.

<sup>38</sup> Allí puede leerse: “-Pues bien, examinemos todavía –a fin de que esos muchos nombres que tienden a lo mismo no nos engañen–, si, en realidad, quienes los impusieron lo hicieron en la idea de que todo se mueve y fluye (así opino yo personalmente que pensaban); o bien, si acaso esto no es así, son ellos mismos los que se agitan como si se hubieran precipitado en un remolino y tratan de arrastrarnos en su caída” (Platón, *Diálogos*, Vol. II, *Crátilo*, trad. de J. L. Calvo, Gredos, Madrid, 1987, 439b-c, p. 459) y especialmente: “Por con siguiente, puede que no sea fácil dilucidar si ello es así, o es como afirman los partidarios de Heráclito y muchos otros. Pero puede que tampoco sea propio de un hombre sensato encomendarse a los nombres engatusando a su propia alma y, con fe ciega en ellos y en quienes los pusieron, sostener con firmeza –como quien sabe algo– y juzgar contra sí mismo y contra los seres que sano no hay nada de nada, sino que todo rezuma como las vasijas de barro. En una palabra, lo mismo que quienes padecen de catarro, pensar que también las cosas tienen esta condición, que todas están sometidas a flujo y catarro.” (*Ibid.* 440 c-d, pp. 460-461)

<sup>39</sup> “-Pero entonces, amigos –dijo–, es justo que reflexionemos esto, que, si nuestra alma es inmortal, necesita de atención no solo respecto a este tiempo a cuya duración llamamos vivir, sino respecto a todo el tiempo, y el peligro ahora sí que parecería ser tremendo, si alguno se despreocupara de ella. Pues si la muerte fuera la disolución de todo, sería para los malos una suerte verse libres del cuerpo y de su maldad a la par que, del alma. Ahora, en cambio, al mostrarse que el alma es inmortal, ella no tendrá ningún otro escape de sus vicios ni otra salvación más que el hacerse mucho mejor y más sensata. Porque el alma se encamina al Hades sin llevar consigo nada más que su educación y su crianza, lo que en verdad se dice que beneficia o perjudica al máximo a quien acaba de morir



del alma. No, por conocido, es reconocido, y cabe cuestionarse la interpretación vulgar que se ha hecho de eso. ¿El cuerpo es la cárcel del alma? No se trata propiamente de una cárcel, toda vez que el texto dice *phourá*<sup>40</sup>, y *phourá* no es simplemente una cárcel, es también una *vigilancia vigilada*, un *velar*. Como los padres primerizos velan al bebé toda la noche para comprobar si respira, y hacen turnos para vigilar si deja de respirar, pues eso hace el cuerpo con el alma, velar por ella y velar hasta el punto de que el descuido del cuerpo es un descuido del alma. Y no atender al cuerpo, no velar por él, desatender el cuidado del cuerpo, de la alimentación, de la vida sana, de la salud, y de la salud social es exactamente una verdadera desconsideración del alma. Se trata ahora de ese sí mismo del que hay que ocuparse, al cual llamamos *el alma*, y no cualquiera, sino *la propia alma*.

En realidad, pasa una cosa inversa a la que ocurre en *La República*<sup>41</sup>. En *La República* –como señala Foucault–, queremos saber qué es la justicia en cada uno, pero para ello, para ver lo que es la justicia en cada uno, hemos de ver lo que es la justicia en toda la ciudad. Aquí por contra está pasando un poco al revés, queremos saber cómo gobernar la ciudad, cómo debe ser la concordia, el gobierno justo, y entonces nos interrogamos sobre la naturaleza del alma y vamos a buscar de manera individual el modelo de la ciudad. Sin embargo, el asunto es mucho más complejo aún, porque se trata de trasladar a la acción hablada el hilo de una distinción que permitía aislar y distinguir al sujeto de la acción y el conjunto de todos aquellos elementos que constituyen esa acción, las palabras, los ruidos, etc. Es decir, cuando un cuerpo hace algo es porque hay un elemento que lo utiliza, y no es desde luego el cuerpo mismo. Foucault se preguntará cuál es el único elemento que, en efecto, se vale del cuerpo, de sus partes, de sus órganos y, por consiguiente, de sus instrumentos y el cual, en definitiva, va a valerse del lenguaje. Ese elemento es el alma y no puede ser más que el alma<sup>42</sup>.

Ya sabemos ahora que el descuido del cuerpo es el descuido del alma, pero ahora también sabemos que el descuido del lenguaje es el descuido de uno mismo. Quien no cuida el lenguaje, quien no cuida la palabra, no se cuida de sí mismo<sup>43</sup>. El mayor

---

y comienza su viaje hacia allí.” (Platón, *Diálogos*, Vol. III, *Fedón*, trad. de Carlos García Gual, Gredos, Madrid, 1987, 107c-d, pp. 123-124)

<sup>40</sup> En torno a este término y su significado véase: Ángel Gabilondo, *Mortal de necesidad*, Abada Editores, Madrid, 2003, pp. 131-132 (El silenciamiento del cuerpo y el alma. Sentido de la expresión «la cárcel del alma»).

<sup>41</sup> Véase: Platón, *Diálogos*, Vol. IV, *República*, Trad. de Conrado Eggers Lan, Gredos, Madrid, 1987.

<sup>42</sup> “De una manera general, cuando el cuerpo hace algo es porque hay un elemento que lo utiliza. Pero ¿cuál es ese elemento que utiliza el cuerpo? (...) ¿cuál es el único elemento que, en efecto, se vale del cuerpo, de sus partes, de sus órganos, y por consiguiente de sus instrumentos, y en definitiva va a valerse del lenguaje? Pues bien, es el alma, y no puede ser más que el alma. Por ende, el sujeto de todas esas acciones corporales, instrumentales, lingüísticas, es el alma: el alma en cuanto utiliza el lenguaje, los instrumentos y el cuerpo. De modo que así llegamos al alma. Pero como podrán ver, esta alma, a la cual llegamos mediante el curioso razonamiento en torno del «valerse de» (...) Es el alma únicamente en cuanto es sujeto de la acción, el alma en cuanto se vale [del] cuerpo, de los órganos del cuerpo, de sus instrumentos, etcétera.” (M. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit, p. 67)

<sup>43</sup> Véase: Ángel Gabilondo, *El discurso en acción. Foucault y ontología del presente*, Anthropos-Ediciones UAM, Barcelona-Madrid, 1990, en concreto, al final del capítulo 7, el epígrafe “El cuidar-se como modo de decir verdadero”, donde el propio Ángel Gabilondo analiza la relación entre el *cuidado de uno mismo* en Foucault con el lenguaje, allí podemos leer: “En la pregunta por la constitución de los saberes quedan configuradas, a su

descuido es el descuido de la palabra; ésta es la mayor de las injusticias. Ya Aristóteles nos previene de que en la palabra se juega lo que es lo justo y lo injusto. Se juega tanto con la palabra que una palabra desajustada puede introducir la injusticia en el mundo, por eso es determinante el cuidado y el cultivo de la palabra<sup>44</sup>. Pero que el alma sea sujeto de la acción, que el alma se valga del cuerpo, de los órganos del cuerpo, significa que *khrestai* no es siempre “utilizar”, sino que es un tipo de relaciones con el otro. La palabra es *relación*, ella es la relación, la única relación, la única que es cosa, que es espíritu, el único espíritu que es cosa. Esta palabra que es relación nos lleva a comprender que la expresión de *cuidarse de sí mismo* no menta una relación instrumental que tiene el alma con el resto del cuerpo, sino que se trata de una posición, la posición de alguien singular y trascendente, del sujeto con respecto a aquello que le rodea. La propia palabra es la posición de uno en el mundo, tan es así que, mientras todavía es posible, no dejes de ser de palabra<sup>45</sup>.

Nadie dirá nuestras palabras, nadie vivirá nuestra vida, nadie morirá nuestra muerte, nadie dirá nuestra propia palabra. Mientras aun sea posible, ven aquí con tu propia palabra; insustituible, irrepitable. Como decía Montaigne<sup>46</sup> de su amigo Étienne de la Boétie: el amigo es *insustituto*, la palabra es *insustituto*. Por eso, como nos recuerda Foucault, los objetos que uno tiene a su disposición, los otros con los que está en relación, se verán a través de lo siguiente: cuando Platón se vale de la noción de *khresis* para tratar de ver qué es él mismo, de qué hay que ocuparse, no descubre el alma substancia, sino el

---

vez, las condiciones de su producción y de su validez, que apremian a constituirse en cierta manera, cuidando-ocupando-*se* (de sí de los otros). Pero será esta relación que se mantiene consigo y con los demás la que redefinirá los espacios abiertos en aquella configuración. Relación que se muestra como actos de imaginación, de análisis y de compromiso; modo de *decir verdadero* a través del gesto, la conducta o el valor; modo de ser en el que búsqueda de una estética de la existencia, tal decir verdadero, en esta modalidad de ser ético, interfiere con el cuidado de una vida bella. Se restituye así al decir su carácter de acontecimiento. Decir como cuidado de sí. Cuidar-*se*, como decir verdadero.” (p. 183)

<sup>44</sup> Cfr. Aristóteles, *Política*, Libro I, 1253a, 11-12, Op. Cit., p. 51: “La razón por la cual el hombre es un ser social, más que cualquier abeja y que cualquier animal gregario, es evidente: la naturaleza, como decimos, no hace nada en vano, y el hombre es el único animal que tiene palabra. Pues la voz es signo del dolor y del placer, y por eso la no poseen también los demás animales, porque su naturaleza llega hasta tener sensación de dolor y de placer e indicársela unos a otros. Pero la palabra es para manifestar lo conveniente y lo perjudicial, así como lo justo y lo injusto. Y esto es lo propio del hombre frente a los demás animales: poseer, él solo, el sentido del bien y del mal, de lo justo y de lo injusto, y de los demás valores, y la participación comunitaria de estas cosas constituye la casa y la ciudad.”

<sup>45</sup> Dice el propio Ángel Gabilondo: “Precisamos el permanente retorno del lógos, de un decir que sea y haga lo que dic. Por eso légein no es simplemente una «actividad» de los hombres, es lo que el ser humano es, todo lo que «hace», su existencia. Su ser, su vida, es la que de verdad dice. Y quizá por ello, más que nunca, requerimos seres de palabra, para quienes lo decisivo sea decir lo justo y afrontar lo injusto, y dirimir lo uno de lo otro, y distinguir lo conveniente de lo inconveniente. Es el quehacer de su permanente búsqueda alienta una metafísica que no es simplemente una disciplina filosófica, sino aquello que vertebra nuestro propio pensamiento y nuestra propia condición”. (Ángel Gabilondo y Gabriel Aranzueque, *Ser de Palabra. El lenguaje de la Metafísica*, Introducción, Gredos, Madrid, 2015, p. 14)

<sup>46</sup> Cfr. Michel de Montaigne, *Los Ensayos (según la edición de 1595 de Marie de Gournay)*, La amistad, trad. de J. Bayod Brau, Acantilado, Barcelona, 2007. Entre otros fragmentos dentro de este ensayo podemos leer: “Pero la amistad que posee y rige el alma con plena soberanía no puede ser doble.” (p. 231)

alma sujeto y, por tanto, no estamos hablando entonces del cuidado del alma-substancia, sino del cuidado del alma-sujeto. Epicteto lo dice muy bien: ocuparse de sí, es ocuparse de cuanto uno es en tanto es *sujeto de* muchas cosas: sujeto de una acción instrumental, sujeto de relaciones con el otro, sujeto de comportamiento, sujeto de actitudes, sujeto de una relación consigo mismo<sup>47</sup>. En cuanto uno es sujeto, ese sujeto que se vale, que tiene esta actitud, este tipo de relaciones, debe velar por sí mismo. Sujeto de acciones, de comportamientos, de relaciones, de actitudes.

Así que, si hablamos del cuidado de sí, hablamos del cuidado de sí mismo, del cuidado del alma como sujeto y en modo alguno como substancia. Alcibiades dice: Aplica tu espíritu a ti mismo, es un trabajo de ti sobre ti mismo, es una transformación progresiva de uno mismo, porque si uno no se transforma a sí mismo nunca podrá ser capaz de verdad<sup>48</sup>. La impresión que hay de este Foucault~Alcibiades es que sin transformarse a sí mismo uno nunca podría ser capaz de la verdad<sup>49</sup>. Y esta impresión significa, además, que el cuidado de sí mismo comporta la *curiosidad*, la *curiosidad intelectual*. Cuando Foucault muere, haciendo de su propio cuerpo *corpus filosoficum*, en tanto que muere enfermo de SIDA, encerrado, atado, trastornado, casi como si en su propio cuerpo el corpus de sus escritos deviniera *obra*, el texto que leyó Deleuze sobre el cuerpo de Foucault, en la ceremonia civil, en la *Pitié-Salpêtrière* (el hospital en que él había escrito sobre la locura y los encierros), fue exactamente un texto del propio Foucault. Eso sí que hizo de su cuerpo *corpus*<sup>50</sup>. Lo que leyó Deleuze sobre el cuerpo de Foucault –que cumplía en sí mismo

<sup>47</sup> Cfr. M. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., Clase del 13 de Enero de 1982 (Primera hora)/ Cfr., Epicteto, *Disertaciones por Arriano*, trad. al castellano de Paloma Ortiz García, Gredos, Madrid, 1993, I, 3, 4; I, 12, 34; I, 20, 5 y 15; II, 8, 4; III, 3, 1; III, 22, 20; III, 24, 69.

<sup>48</sup> Cfr. Platón, *Alcibiades*, Op. Cit.; véase por ejemplo el siguiente pasaje donde queda explícito que el conocimiento de uno mismo es el único camino para llegar hasta la verdad: “Sí, pues, no nos conociéramos a nosotros mismos y no fuésemos de algún modo sabios, ¿podríamos saber cuáles de nuestras cosas son buenas y malas?” (Platón, *Alcibiades*, 133c, Op. Cit., p. 150). En efecto, aquí se muestra que el conocimiento de uno mismo es el único camino posible para lograr hallar el criterio en base al cual se decide lo justo y lo injusto, lo bueno y lo malo, si bien, ya sabemos que en Platón este criterio es la Idea misma, de la cual todo ente participa en mayor o menor medida. El conocimiento de sí mismo, el conocimiento del alma, es la vía que nos lleva hasta el conocimiento de la Idea y, por tanto, de la verdad.

<sup>49</sup> Cfr. M. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., p. 31.

<sup>50</sup> El texto en concreto pertenece a la introducción de la obra *L'usage du plaisir*; hay traducción al castellano, véase: M. Foucault, *Historia de la sexualidad 2. El uso de los placeres*, Ed. Siglo XXI, México, 2007, pp. 11-12. El texto dice así: “En cuanto al motivo que me impulsó, fue bien simple. Espero que, a los ojos de algunos, pueda bastar por sí mismo. Se trata de la curiosidad, esa única especie de curiosidad, por lo demás, que vale la pena de practicar con cierta obstinación: no la que busca asimilar lo que conviene conocer, sino la que permite alejarse de uno mismo. ¿Qué valdría el encarnizamiento del saber si solo hubiera de asegurar la adquisición de conocimientos y no, en cierto modo y hasta donde se puede, el extravío del que conoce? Hay momentos en la vida en los que la cuestión de saber si se puede pensar distinto de cómo se piensa y percibir distinto de como se ve es indispensable para seguir contemplando o reflexionando. Quizá se me diga que estos juegos con uno mismo deben quedar entre bastidores, y que, en el mejor de los casos, forman parte de esos trabajos de preparación que se desvanecen por sí solos cuando han logrado sus efectos. Pero, ¿qué es la filosofía hoy –quiere decir la actividad filosófica– si no el trabajo crítico del pensamiento sobre sí mismo? ¿Y si no consiste, en vez de legitimar lo que ya se sabe, en emprender el saber cómo y hasta dónde sería posible pensar distinto? Siempre hay algo de irrisorio en el discurso filosófico cuando, desde el exterior, quiere ordenar a los demás, decirles donde está su verdad y cómo encontrarla,

su propia filosofía— era un texto acerca de esta curiosidad, la *curiosidad intelectual*<sup>51</sup>. ¿Qué es la curiosidad? No sólo la capacidad de ver si esto es de un modo u otro, sino que se trata de la curiosidad de ver si podemos pensar de modo distinto a como pensamos, es la curiosidad de ver si podemos ser otros que quienes somos, es la curiosidad que comporta una necesidad. Ésta es la necesidad que proviene de la experiencia de que, ni nos gustamos a nosotros, ni nos gusta el mundo en el que vivimos. Queremos pasar por la transformación de nosotros mismos para reformar también lo que hay. He dicho ya en alguna ocasión que la gente que no se quiere es peligrosa, muy peligrosa, aunque también la gente que se gusta mucho es muy peligrosa; así que el secreto es quererse mucho sin gustarse mucho, lo cual es algo francamente difícil de lograr. Pero esta percepción de que las cosas no son como queremos, de que el mundo no va como deseamos, de que hay una vertiente de injusticia, de desafección que nos incomoda, está en el corazón del cuidado de sí entendido como la transformación de uno mismo, y sin ella no habrá transformación de la realidad. Si a ustedes les parece que son insuperables, no se ocupen de sí mismos; si creen que son de lo mejor que hay, ni se les ocurra escuchar a Sócrates. No se ocupen de sí mismos, porque corren, entonces, el riesgo de devenir otros, lo cual no se reduce a una actitud, porque ¿con quién se comparan? Con el médico, o con el economista, o con el enamorado, que es el que cuida de sí.

Esto daría pie a otra conversación, por lo demás, muy interesante, la de hasta qué punto el pensamiento tiene que ver con la actitud del médico. Hay muchísimos textos que hablan de la terapia, del cuidado, del cuidado como recuperación de una cierta salud, de la salud que no es solo la carencia de enfermedades. Hay una cierta distancia respecto de la medicina o de la economía. También podemos hablar del enamorado, del enamorado que busca el cuerpo del otro<sup>52</sup> y va en la dirección de huir de una de las grandes exclusiones del cuidado de sí, que es el *ser esclavo*, huir de ser esclavo, ¿hay algo peor que la servidumbre, peor que la muerte? Y al tiempo, ir en esta dirección es también la liberación de la idiotez. No sean idiotas; yo les pido, “por favor, trabajemos juntos para no ser tan idiotas”. *To idiotas* significa estar ocupado de lo individual, no tener ninguna sensibilidad social política y pública<sup>53</sup>. No tener sensibilidad política y pública no es ser un abanderado de un nuevo mundo, sino que es ser literalmente un idiota perdido, *to idiotas*; nada más. Por eso, la lucha contra la esclavitud consiste en no tener comunidad, en carecer de los derechos de la comunidad. Con frecuencia se pretende ser diferente,

---

o cuando se siente con fuerza para instruirles proceso con positividad ingenua; pero es su derecho explorar lo que, en su propio pensamiento, puede ser cambiado mediante el ejercicio que hace de un saber que le es extraño.”

<sup>51</sup> Véase la introducción redactada por el propio Ángel Gabilondo a la obra de Michel Foucault “Estética, ética y hermenéutica” titulada “La creación de modos de vida” en: M. Foucault, *Estética, ética y hermenéutica*, Introducción, traducción y edición a cargo de Ángel Gabilondo, Paidós Básica, Barcelona, 1999.

<sup>52</sup> Véase: Ángel Gabilondo, *Trazos del Eros*, Tecnos, Madrid, 1997.

<sup>53</sup> Cfr. Aristóteles, *Política*, Libro VIII, 1337a 1 25-30, Op. Cit., p. 456 donde puede leerse: “Y al mismo tiempo, tampoco debe pensarse que ningún ciudadano se pertenece a sí mismo, sino todos a la ciudad, pues cada ciudadano es una parte de la ciudad, y el cuidado de cada parte está orientado naturalmente al cuidado del todo.” / Cfr. también: Platón, *Leyes X*, 903b-c, trad. al castellano de Francisco Lisi, Gredos, Madrid, 1999, p. 224.

no siendo, en realidad, sino alguien indiferente, que está fuera de lo común. Ésta es la mayor de las exclusiones. Frente a ello se trataría de ocuparse del alma de alguien, que es también preocuparse del modo en que él se ocupa de sí mismo. Aquí aparece la figura determinante del maestro y de aquello que al respecto decía Deleuze: el maestro no es aquél que dice «hazlo como yo», el maestro es el que dice «hazlo conmigo»<sup>54</sup>. El maestro no es el flautista de Hamelin que toca la flauta para que todos les sigan acordes, el maestro es el que te quiere. El *eros* de Platón nos enseña que el amor no es el movimiento que nos lleva del uno al otro, ése no es el amor<sup>55</sup>. Es interesante este movimiento, no obstante, especialmente a ciertas edades, el movimiento que va del yo al tú, del tú al yo, el personalismo del yo, yo, del tú, tú. Pero el *eros* de Platón, como amor, no es el movimiento que lleva de un lado al otro, el amor es el movimiento de algo que lleva en la dirección de algo: juntos los dos mientras vamos de camino deliberaremos qué vamos a decir<sup>56</sup>. El cuidado de uno mismo es el cuidado del otro, en tanto en cuanto es la incitación al otro para que cuide él de sí mismo. No para que cuides tú de él, tu cuidado es hacerle ver que él ha de cuidar de sí mismo, y, por tanto, no es paternalismo, es fraternidad y solidaridad; es lo que podemos llamar *provocación*. La provocación de llamar a alguien a que vaya más allá de sí mismo para que saque de sí lo mejor. La inquietud, por consiguiente, es una relación con el maestro, que es el objeto del desvelo de los bienes. De modo que hay una relación entre la inquietud de sí y la dietética, es verdad; también hay una relación entre la inquietud de sí y la relación social, es verdad: los deberes del padre, del marido, de la familia, de la economía. Pero sucede, sin embargo, que paulatinamente se va desvinculando la inquietud de sí de la erótica, y tendríamos que pensar qué ha pasado ahí y a qué se debe esto. La relación pasa a ser casi una práctica, desde el principio es una práctica normal, la relación del maestro con el discípulo, pero poco a poco pasa a ser una práctica dudosa, inquietante e incluso condenable. En definitiva, como dice Foucault: “Se trata de proveer al sujeto de una verdad que no conocía, que no residía en él, hacer de esa verdad aprendida, memorizada y progresivamente puesta en aplicación, un cuasi sujeto que reina soberanamente en nosotros.”<sup>57</sup>

Este cuidado de sí como cuidado del mundo va a tener una modalidad espiritual, me van a permitir que la llame como en los textos es llamada, una espiritualización del saber del mundo. Podemos leer acerca de esto en las transcripciones recogidas del curso impartido por Foucault el 24 de febrero del 82<sup>58</sup>. Una espiritualización del saber del mundo, que lleva a volver la mirada hacia sí, a convertirse a sí mismo y conocer el mundo, es un saber espiritual que se encuentra sobre todo muy claramente en las *Meditaciones*

<sup>54</sup> Cfr. Gilles Deleuze, *Différence et répétition*, 4ª, Presses Universitaires de France, París, 1981, trad. al castellano de Alberto Cardín: Gilles Deleuze, *Diferencia y Repetición*, Júcar, Gijón, 1988, p. 69.

<sup>55</sup> Véase: Platón, *El Banquete*, trad. al castellano de Carlos García Gual, Alianza, Madrid, 2006.

<sup>56</sup> Cfr. *Ibid.*, 174d, p. 49.

<sup>57</sup> Cfr. M. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., p. 463.

<sup>58</sup> En efecto, la idea del cuidado de sí como modalidad espiritual y espiritualizadora del mundo es desarrollada por Foucault en este texto, véase: *Ibid*, Clase del 24 de Febrero de 1982-Primera hora, p. 273 en adelante.

de Marco Aurelio<sup>59</sup>. Es el movimiento del sujeto que, a partir del punto de que *está en el mundo*, lo examina todo hasta los últimos detalles, es una especie de cuidado de los detalles –mientras todavía es posible cuidar los detalles– que tiene que ver con una suerte de examen. Vivimos en un mundo en el que se quiere pintar las Meninas con brocha gorda y yo les aseguro que con brocha gorda sale regular. De vez en cuando conviene coger un pincel, ser pormenorizado, detallista, cuidadoso, minucioso, esmerado, medido; en una palabra, ser un antiguo. Y esto aparece de modo tan determinante que todo tiene que ser visto –como indica Marco Aurelio–, en la dirección de un movimiento del sujeto que le lleva al examen de los mínimos detalles, como si dirigiera una mirada de miope hacia el grano más tenue de las cosas. Alguien que examina, no digo lo interno, sino lo interior de las cosas para recuperar su valor. El grano más fino –dice Marco Aurelio–, mira el interior, mira dentro. Lo que podríamos entender que Sócrates viene a decir es que ninguna cosa te pase desapercibida, que no se te escape nada, ni su cualidad propia ni su valor, que no se te escape ningún detalle<sup>60</sup>. Cuida su interior.

En el fondo, no hay, para el sujeto, más que una instancia de realidad –así lo he dicho anteriormente–: el instante mismo, el instante infinitamente pequeño que constituye el presente, antes del cual ya nada existe y después del cual todo es algo incierto. Es lo que exactamente da intensidad y eternidad a cada instante. Este momento, este instante, es inconmensurable, irrepetible, tiene toda la densidad de la eternidad<sup>61</sup>, toda la verdad de aquello que nunca jamás volverá. Y vivir ese instante con esa intensidad es también habitar ese instante con la dimensión de eternidad que en cada uno de nosotros late sin querer, como una ansiedad y una búsqueda, lo cual requiere tener a la vista frente

<sup>59</sup> Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit.

<sup>60</sup> Cfr. Platón, *Banquete*, Op. Cit.

<sup>61</sup> Cfr. Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit., IV, 50, p. 96: “En suma, pequeño es el intervalo de tiempo; y ése, ¡a través de cuántas fatigas, en compañía de qué tipo de hombres y en qué cuerpo se agota! Luego no lo tengas por negocio. Mira detrás de ti el abismo de la eternidad y delante de ti otro infinito.” Cfr. también: *Ibid*, VI, 15, p. 116: “Unas cosas siempre ponen su empeño en llegar a ser, otras ponen su afán en persistir, pero una parte de lo que llega a ser se extinguió ya. Flujos y alteraciones renuevan incesantemente el mundo, al igual que el paso ininterrumpido del tiempo proporciona siempre nueva la eternidad infinita. En medio de ese río, sobre el cual no es posible detenerse, ¿qué cosa entre las que pasan corriendo podría estimarse? Como si alguien empezara a enamorarse de uno de los gorrioncillos que vuelan a nuestro alrededor, y él ha desaparecido ya ante nuestros ojos. Tal es en cierto modo la vida misma de cada uno, como la exhalación de la sangre y la inspiración de aire. Pues, cual el inspirar una vez el aire y expulsarlo, cosa que hacemos a cada momento, tal es también el devolver allí, de donde la sacaste por primera vez, toda la facultad respiratoria, que tú adquiriste ayer o anteaer, recién venido al mundo.” / Cfr. Ángel Gabilondo, *Alguien con quien hablar*, Aguilar, Madrid, 2007. En concreto allí donde habla acerca del placer como alteración del tiempo que brinda eternidad, en el capítulo titulado “El placer del otro”, pp. 29-31, donde dice: “Pero el placer, como el deseo, no es ni una tendencia ni un resultado, ni irrumpe tras la búsqueda de algo concreto. Es más una apertura que un cierre o cerrazón. No se trata de una recompensa, ni del mero resultado de un esfuerzo, ni de la retribución de un acto, ni de un bienestar finalmente alcanzado. Es una alteración del tiempo, la intensidad del instante, el trastorno de la duración, su especialización, una suerte de eternidad que se hace cotidiana, el alma gozosa de un cuerpo que palpita, late, vive. Más parece tenernos a nosotros que nosotros a él. Se siente, se experimenta. No hay placer indiscriminado ni permanente. Es siempre ocasional, como la existencia. Es una experiencia de los límites de lo que llamamos conciencia y su desbordamiento” (p. 30-31).

a nosotros algunas cosas para hacerlo<sup>62</sup>. Marco Aurelio dice que no viene mal tener una cierta definición de bien<sup>63</sup>, dice que no viene mal tener una cierta definición de la libertad<sup>64</sup>, dice que no viene mal tener una cierta definición de lo real<sup>65</sup>, pero subraya que se requiere tener a la vista algo más. Aquí se produce una quiebra que es la siguiente, aparte de las definiciones que se nos ofrecen, de la sabiduría de los libros escritos, la propuesta del cuidado es también todo un programa de ejercicios. En concreto, el libro de las *Meditaciones* de Marco Aurelio es una tabla de ejercicios y hay que hacerlos<sup>66</sup>. Como bien dice Hegel, no se aprende a nadar leyendo libros de natación, hay que tirarse al agua. Ni tampoco se engorda leyendo libros de gastronomía, del mismo modo que no se adelgaza leyendo libros de gimnasia<sup>67</sup>. De manera que el libro de las *Meditaciones* de Marco Aurelio hay que tomarlo como una tabla de ejercicios espirituales en el sentido que el propio Foucault señala: estas perspectivas espirituales las he tomado de Pierre Hadot, quien escribió un libro impresionante que tiene precisamente una parte dedicada a Marco Aurelio y el cual se titula *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*<sup>68</sup>. Estas actividades del espíritu que se proponen en este libro, son para ejercitar, no sólo para leer. Este libro es todo un programa de ejercicios espirituales, y esto significa no solo dar la definición y fijar el valor de la obra, no solo describir y definir, sino intervenir en el flujo de las representaciones. Es un libro de intervención que propone una serie de ejercicios del espíritu. Propone un modo de ver –quizá uno deba contemplarse a sí mismo y decirse

<sup>62</sup> Véase: Ángel Gabilondo, *Mortal de necesidad*, Op. Cit., p. 165. (El ejercicio de ser mortal y la vida bella)

<sup>63</sup> Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit., III, 6, pp. 73-74.

<sup>64</sup> *Ibid.*, 9, p. 75.

<sup>65</sup> *Ibid.*, 10, p. 75.

<sup>66</sup> Ángel Gabilondo sigue aquí a Foucault quien explica como a los tres *parastemata* ya mentados –bien, libertad y realidad– hay que añadir un cuarto *parastema* (*parastema* es algo que hay que tener a la vista, algo que debemos tener presente en cuanto es algo que está ahí y enuncia tanto una verdad como un principio de conducta, no es, por tanto, un mero precepto). Este cuarto *parastema* (Cfr. *Ibid.*, 11, p. 76) no es del mismo orden que los tres ya enunciados, sino que este último posee el carácter de un programa de ejercicios que tienen como fin el mantener siempre presentes aquellas cosas que debemos tener presentes, esto es, los tres *parastemata* anteriores, dice Foucault: “este ejercicio debe permitirnos unirlos y, en consecuencia, definir aquello que, en función de la libertad del sujeto, debe ser reconocido por esa libertad como bien en el único elemento de realidad que nos pertenece, esto es, el presente.” (M. Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., p. 276)

<sup>67</sup> Cfr. G. W. F. Hegel, *Enzyklopädie der philosophischen Wissenschaften im Grundrisse* (1827), Gesammelte Werke, Hamburgo, Felix Meiner, 1989, parágrafo 10, pp. 36-37; hay traducción al castellano de Ramón Valls Plana: G. W. F. Hegel, *Enciclopedia de las Ciencias Filosóficas*, Alianza, Madrid, 2005, Parágrafo 10, p. 112. / Véase también la atribución que lleva a cabo Hegel en cuanto a la esencia del hombre a su actividad, la plenitud de su esencia, por tanto, no puedo sino tener lugar en su obrar. Véase: Hegel, *La Fenomenología del Espíritu*, Ed. bilingüe de Antonio Gómez Ramos, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, 2010, 178, p. 401: “Antes bien, el *ser verdadero* del ser humano es *su acto*; es en éste donde se hace *efectivamente real* la individualidad, y es el acto el que pone en suspenso lo opinado en sus dos lados.” Cfr. También: *Ibid.*, 218, p. 481: “Solo que para que sea *para ella* lo que es *en sí*, ella tiene que actuar, que obrar; o bien, el obrar es justamente el llegar a ser del espíritu *en cuanto conciencia*. Lo que ella sea *en sí*, lo sabrá ella, entonces, por su realidad efectiva. Por eso, el individuo no puede saber lo que *él es* antes de haberse llevado a la realidad efectiva por medio de la actividad.”

<sup>68</sup> Pierre Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, París, Etudes Augustiniennes, 1981. Véase en la traducción al castellano de Javier Palacio: «*La física como ejercicio espiritual, o pesimismo y optimismo en la obra de Marco Aurelio*», en *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua*, Ediciones Siruela, Madrid, 2006.

algo—; es decir, propone cogerse uno a sí mismo para decirse: te vas a enterar, te voy a decir unas cuantas cosas, porque ya está bien, ya está bien de vagabundear, ya está bien de hacerte el erudito creyendo que eres un gran pensador porque dices muchas cosas, citas a muchos autores y te dan muchos cargos. Ya está bien. Ocúpate de ti mismo de una vez. Todo es compatible, esperemos.

Por eso se requiere un modo determinado de saber que el flujo de las representaciones ha de estar sometido a una vigilancia atenta y minuciosa. Reparemos ahora en Epicteto y en algunos ejercicios que este propone<sup>69</sup>. Llama a uno de ellos *caminata*, ejercicio-caminata —parecería algo musical—, que consiste en esto: salir de vez en cuando, pasear, mirar lo que pasa alrededor, ver las cosas, la gente, los sucesos<sup>70</sup>. Luego menciona otro ejercicio, ejercicio-memoria, esto es, recordar un acontecimiento, en qué consiste, cuál es su naturaleza, en qué medida actúa sobre mí o deja de actuar sobre mí, si soy libre de él, qué función debe omitir, qué función debo adoptar, si soy libre de hacerlo o no<sup>71</sup>. Éstos son ejercicios típicos de la espiritualidad antigua<sup>72</sup>. Son ejercicios del espíritu. Entre ellos incluye pasear de vez en cuando, pasear, observar a los demás, ver qué hacen los otros, mirar alrededor a ver qué ocurre en el mundo. Ejercicio-caminata, para nosotros hoy visitar de vez en cuando una librería, ir a una biblioteca, ir al cine, leer un periódico. ¿Puede alguien cuidar de sí mismo sin hacer eso? ¿Puede alguien decir acaso que cuida de sí mismo mientras dice: —yo nunca voy al cine, no voy al teatro ni leo el periódico? Parece que cuida de sí mismo de un modo raro, porque el cuidado de sí mismo incluye también otra cosa, que es exactamente hacer el ejercicio de lo que somos. Somos carne, somos aliento y somos también un principio racional, lo único en lo cual podemos encontrar nuestra identidad. Esta razón como principio racional no es algo abstracto, como señala Marco Aurelio en IV, 4<sup>73</sup>, sino que nos es común. Mientras todavía es posible, atendamos

<sup>69</sup> Para una visión de conjunto de los ejercicios espirituales de Epicteto véase: B.L. Hijmans, *Askesis, Notes on Epictetus' Educational System*, Van Gorkum & Comp., Assen, 1959.

<sup>70</sup> Cfr. Epicteto, *Disertaciones por Arriano*, Op. Cit., Libro III, III, 14-19, p. 274-275 y II, XVI, 15-16, p. 209. / Cfr. Foucault, *La hermenéutica del Sujeto*, Op.Cit., p. 282.

<sup>71</sup> Cfr. Epicteto, *Disertaciones por Arriano*, Op. Cit., Libro III, III, 14-19, p. 274-275.

<sup>72</sup> Para estudiar más pormenorizada mente la relación entre la filosofía y espiritualidad antiguas con la idea del ejercicio y el disciplinamiento espirituales véase la obra ya citada de Pierre Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Op. Cit. Hay traducción al castellano de Javier Palacio: Pierre Hadot, *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua*, Op. Cit. Véase también de Pierre Hadot su obra *La philosophie comme manière de vivre*, Albin Michel, París, 2001. Hay traducción al castellano de María Cucurella Miquel, véase: Pierre Hadot, *La filosofía como forma de vida*, Alpha Decay, Barcelona, 2009; especialmente los apartados 6 y 7, titulados respectivamente “El discurso filosófico como ejercicio espiritual” y “La filosofía como vida y búsqueda de la sabiduría”.

<sup>73</sup> Cfr. Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit., IV, 4, p. 83: “Si la inteligencia nos es común, también la razón, según la cual somos racionales, nos es común. Admitido eso, la razón que ordena lo que debe hacerse o evitarse, también es común. Concedido eso, también la ley es común. Convenido eso, somos ciudadanos. Aceptado eso, participamos de una ciudadanía. Si eso es así, el mundo es como una ciudad. Pues, ¿de qué otra común ciudadanía se podrá afirmar que participa todo el género humano? De allí, de esta común ciudad, proceden tanto la inteligencia misma como la razón y la ley. O ¿de dónde? Porque al igual que la parte de tierra que hay en mí ha sido desgajada de cierta tierra, la parte húmeda, de otro elemento, la parte que infunde vida, de cierta fuente, y la parte cálida e ígnea de una fuente particular (pues nada viene de la nada, como tampoco nada desemboca en lo que no es), del mismo modo también la inteligencia procede de alguna parte.”



a lo que nos es común y veremos el alma entretejida de lo que nos rodea y lo delimita para ver cuál es su verdadera naturaleza, su verdadero destino. Hagamos estos ejercicios para que veamos que somos un elemento terrestre, un elemento líquido, calor, fuego, soplo, pero también inteligencia. Hagamos estos ejercicios espirituales que Marco Aurelio orienta más bien hacia una especie de disolución de la individualidad.

Es interesante reparar en la distinción de cómo en Marco Aurelio hay una determinada disolución de lo individual, mientras que en el caso de Séneca hay un desplazamiento del sujeto hacia una recuperación de su singularidad, para establecer una cierta identidad, para dar una cierta estabilidad<sup>74</sup>. Sería muy sugerente decir en base a esto que Marco Aurelio es posmoderno frente a Séneca, más cartesiano, pero resultaría un disparate. De lo que no se trata es de contraer, junto al saber, un saber del ser humano, del alma, del interior; no se trata en modo alguno de eso. La grandeza que asegura el ejercicio de la libertad es la indiferencia con respecto a las cosas, la tranquilidad frente a los acontecimientos, una cierta toma de distancia. El pensador es siempre alguien de una ascesis, de una rareza, de una descolocación, de una extrañeza en su comportamiento que es de lo que no hay. A mí, decir que alguien es de lo que no hay la verdad me produce algunos trastornos. Pero *ser de lo que no hay* lleva no sólo a ser un intempestivo, sino también a ser alguien dislocado, alguien que no es contemporáneo ni siquiera consigo mismo. Alguien cuya singularidad es justamente su *sinlugaridad*<sup>75</sup>, ser alguien errante, extraviado, perdido, sin tierra, cuyo único hogar es exactamente «Heimatlosigkeit»<sup>76</sup>, el perenne vagar.

<sup>74</sup> Para una mayor aclaración en torno a esta contraposición entre el pensamiento respecto al sujeto de Séneca y Marco Aurelio véase: Foucault, *La hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., pp. 290-291.

<sup>75</sup> En torno al concepto de «sinlugaridad» véase el artículo de Ángel Gabilondo titulado “Sin lugar”, contenido en: AAVV Ignacio Castro Rey (Ed.), *El aliento de lo local en la creación contemporánea*, Editorial Complutense, Madrid, 1998, pp. 51-82.

<sup>76</sup> Para realizar una comprensión exhaustiva de este concepto que permita escuchar todas sus resonancias resulta imprescindible atender a la reflexión que lleva a cabo en torno al mismo el propio Heidegger: «El desterramiento [«Heimatlosigkeit»] así pensado reside en el abandono del ser de lo ente. Es la señal del olvido del ser, a consecuencia del cual queda impensada la verdad del ser. El olvido se anuncia indirectamente en el hecho de que lo único que el hombre considera y vuelve siempre a tratar es lo ente. Como al hacer esto el hombre no puede evitar tener una representación del ser, también el ser se explica solamente como “lo más general” de lo ente, y que por ende lo abarca por completo, o como una creación del ente infinito o como lo dicho por un sujeto finito. Simultáneamente, y desde tiempos remotos, el *ser* aparece en lugar de *lo* ente, y viceversa, los dos se mezclan y envuelven en una extraña confusión todavía impensada. [...] El desterramiento [«Heimatlosigkeit»] deviene un destino universal. Por eso, es necesario pensar dicho destino desde la historia del ser. Eso que, partiendo de Hegel, Marx reconoció en un sentido esencial y significativo como extrañamiento del hombre hunde sus raíces en el desterramiento del hombre moderno. Tal desterramiento está provocado por el destino del ser bajo la forma de la metafísica, afianzado por ella y encubierto también por ella en cuanto desterramiento. [...] Claro que para eso también es necesario librarse de las representaciones ingenuas que se suelen tener del materialismo, así como de las críticas baratas que se le suelen echar en cara. La esencia del materialismo no consiste en la afirmación de que todo es materia, sino, más bien, en una determinación metafísica según la cual todo ente aparece como material de trabajo. [...] La esencia del materialismo se oculta en la esencia de la técnica, sobre la que ciertamente se escribe mucho, pero se piensa poco. En su esencia, la técnica es un destino, dentro de la historia del ser, de esa verdad del ser que reside en el olvido. [...] El peligro hacia el que se ve empujada Europa cada vez de modo más visible consiste probablemente en que, sobre todo, su pensar –que antaño fuera su grandeza– queda relegado por detrás

Marco Aurelio no se dedica casualmente a la actividad pública, a la actividad política, al combate, lo cual hace que le falte la elegancia y la categoría filosófica de Séneca. Pero hay algo atractivo en este luchador que trata de encontrar también unos caminos para velar mínimamente de sí y para cuidar de sí, si es preciso, hasta echarse a perder. Y no se trata –como he dicho– de constituir un saber del alma, sino que se trata más bien de una determinada modalización del saber de las cosas, que se caracteriza como *saber espiritual*. Así que, mientras todavía es posible, hemos de reunir este saber espiritual, un saber que implica cuatro características y cuatro condiciones.

Primero, un desplazamiento del sujeto. El sujeto no puede saber en verdad, como corresponde, si permanece donde está, es preciso que desplazarse. Si hablamos del descanso vacacional, parece imprescindible poner una larga distancia de por medio, porque, de no hacerlo, difícilmente habrá un ocio efectivos. Es interesante llamar la atención sobre la experiencia de ir de viaje que lleva a cabo Descartes, para quien esta experiencia de viajar es tanto como pensar<sup>77</sup>. Descartes decía que cuando iba a un sitio descubría una cosa extraordinaria y es que, cuando llegaba a ese sitio, él estaba allí. Esto es algo muy descorazonador. Es tan descorazonador –dice Descartes– irse tan lejos para que cuando llegues a un sitio estés tú allí. Eso nos conduciría a permanecer en la filosofía de nuestro propio domicilio.

Porque, a veces, el desplazamiento no es un cambio de lugar, el desplazamiento que se está aquí proponiendo no es ese. El desplazamiento del sujeto está a veces en la habitación de al lado y a veces está en tu mismo lugar<sup>78</sup>. A partir de este desplazamiento, hay que captar las cosas en su realidad y en su valor. Madurar las cosas a partir de la realidad dentro del cosmos y ver cuál es la decisión propia del mundo, su vinculación, su importancia, su poder real. El interés del sujeto también es ser capaz de verse, de captarse en su propiedad, de verse a sí mismo. Esta distancia respecto de sí, que es aquello que hace que todo mirar sea histórico y lingüístico. El tiempo es la distancia real respecto de sí mismo. Si uno no tiene distancia respecto de sí, no es temporal. Si uno no tiene distancia respecto de sí, no tiene palabra. Si uno no tiene distancia respecto de sí mismo,

---

del incipiente curso mundial, el cual sin embargo, sigue estando determinado de modo europeo en lo que respecta a los rasgos fundamentales del origen de su esencia. Ninguna metafísica, ya sea idealista, materialista o cristiana, puede, según su esencia, y de ningún modo recurriendo solamente a los esfuerzos por desplegarse, por re-tener y recuperar todavía el destino, es decir, alcanzar y recoger con su pensamiento lo que, en un sentido pleno del ser, es ahora. A la vista de su esencial desterramiento [«Heimatlosigkeit»], el futuro destino del hombre se le muestra al pensar que piensa la historia del ser en el hecho de que el hombre encuentra un camino hacia la verdad del ser y emprende la marcha hacia tal encontrar.» (Martin Heidegger, *Hitos, Carta sobre el humanismo*, Alianza, Madrid, 2007, pp. 278-280). En torno al concepto de «Heimatlosigkeit» en Heidegger véase: Franco Volpi, “Noi senza patria” Heidegger e la “Heimatlosigkeit” dell’uomo moderno, *Revista Portuguesa de Filosofia*, T. 59, Fasc. 4, *A Herança de Heidegger: Heidegger’s Heritage* (Oct.-Dec., 2003), pp. 1261-1267.

<sup>77</sup> Cfr. René Descartes, *Discurso del método. Meditaciones Metafísicas*, ed. y trad. de Manuel García Morente, Austral, Madrid, 2010, p. 43.

<sup>78</sup> Véase: Ángel Gabilondo, *Menos que palabras*, Alianza, Madrid, 1999, en concreto, dentro del apartado 4 véase el epígrafe 4 “El desplazamiento del lugar”, pp. 92-95.

no tiene lenguaje. Si uno no tiene distancia respecto de sí, entonces está muerto. Es decir, está *finado*, finiquitado, acabado, cumplido, fallecido, muerto.

Consistimos en una distancia y, esa distancia es precisamente aquello que nos permite vernos. El sujeto debe ser capaz de percibirse a sí mismo en esta verdad, y de entender que no se trata de hacer de ese principio de saber espiritual como si fuera una suerte de principio prestigioso sin más<sup>79</sup>, porque les puedo decir que hay quien ha perdido mucho prestigio, tanto prestigio ha perdido que Foucault considera que ha sido borrado, recubierto por otro modo de ser y de saber<sup>80</sup>, que podemos llamar el conocimiento. El conocimiento en alguna medida se sostiene en la capacidad de borrar el saber espiritual. No es un discurso contra el conocimiento a base de transfiguración y transformación del modo de *ser sujeto*, el sujeto no sólo descubre su libertad, sino que encuentra su modo de ser en la felicidad. La percepción de lo que es capaz nos lleva a algo de extraordinaria importancia: no se está diciendo que dado que vivimos en el mundo de la ciencia, del conocimiento, hayamos entonces de olvidar el conocimiento y vayamos al saber espiritual; no decimos esto. Estamos diciendo que, si el saber y el conocimiento recubren totalmente el saber de la espiritualidad, y más explícitamente en los siglos XVI y XVII, es porque hace suyos algunos de estos elementos. Foucault cita a Kant, Pascal, Spinoza, porque lo que han hecho es reconvertir este saber espiritual en conocimiento. Lo que tenemos que hacer, por tanto, es reencontrar esta conversión del saber de la espiritualidad en saber del conocimiento y hacer en cierto modo la genealogía de esa conversión, para que no devenga una pérdida y un olvido. Porque hay gente que sabe muchas cosas y conoce muchas cosas, pero no tiene ninguna sabiduría y no tiene ningún saber. Es decir, como hay gente que no tiene ninguna enfermedad y no tiene ninguna salud, del mismo modo que hay países que no tienen ninguna guerra y no tienen ninguna paz, así también ocurre que hay personas que tiene mucho conocimiento pero no tiene sabiduría alguna. Esta sabiduría es exactamente la de la humanidad, que va a ser la beneficiada de todo lo que exige el saber espiritual: la transformación del propio sujeto. Es cierto que aquí es citado por Foucault el gran ejemplo de Fausto<sup>81</sup> –el Fausto de Lessing, el Fausto de Goethe–, el cual habría que tener presente, pues este quizá sea salvado mediante la conversión de la figura del saber de la espiritualidad en saber del conocimiento. Por tanto, no estoy pidiendo una coartada, sino una reiniciación, un reencuentro, una memoria de ese saber. Y probablemente la *Aufklärung* es también una reformulación de este saber de la espiritualidad, y es ya el saludo –dice Foucault un poco triste– al saber del conocimiento.

Tenemos que ser artesanos, artífices de la belleza de la propia vida. La verdadera belleza es la forma de vivir. No ser artefactos. Tenemos que recrearnos y generarnos una y otra vez. No tenemos que dejar de nacer. Hay algunos que nacen de una vez por todas. No tenemos que dejar de nacer. Cada instante es ocasión, es oportunidad para

---

<sup>79</sup> Cfr. M. Foucault, *La hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., p. 265-266.

<sup>80</sup> Cfr. *Ibid.*, p. 204 en adelante.

<sup>81</sup> Cfr. *Ibid.*, Clase del 24 de febrero de 1982 (Primera hora) p. 293-294.

hacer de ello un momento propicio sin claudicación ni resignación. Decía el profesor Vattimo que no confundamos el dar con lo dado, el decir con lo dicho, el hacer con lo hecho, porque nunca hay plena satisfacción<sup>82</sup>. Sentimos la injusticia, la miseria, la ignorancia, la vulnerabilidad del mundo y queremos transformarnos. Para afrontarlo es imprescindible la consideración para con el otro, la creación de espacios comunes para lo común, y la educación como *paideia*, como incorporación. Y la experiencia del cuerpo y de sus límites, de lo que sucede en el otro, del dolor que padecemos de lo que le ocurre al otro. Muchas veces nos duele el dolor del otro, el cuerpo del otro, nos duele el dolor en el otro<sup>83</sup>. Sentimos algo que nos pasa en otro. Todo lo que es es *no ser* todavía, y la necesidad, por tanto, de reivindicar el deseo, es decir, la *libertad*. *Desidera* significa literalmente arrancarse de lo que está dicho, de lo que está dado, de lo que está escrito. *El desidero* es no limitarse a lo dicho por los astros (*sidera*)<sup>84</sup>. Siempre que leía esto

<sup>82</sup> Ponencia de Gianni Vattimo, el 17 de julio de 2013 titulada “Cuidado de sí mismo y pensamiento del Ser”, que tuvo lugar durante el Curso de Verano de la UNED “El Cuidado de sí. Cuerpo, alma, mente y sociedad”, realizado durante los días 15-17 de julio de 2013 en el Barco de Ávila (Ávila), el cual fue organizado por Teresa Oñate y Zubía y el grupo de investigación ONLENHERES; en dicho curso se llevó a cabo un estudio de la mencionada temática desde un cuadro teórico hermenéutico crítico. En este caso, la Cátedra de Investigación Internacional en Hermenéutica Crítica HERCRITIA, abordó desde distintas aproximaciones las relaciones actuales entre cuerpo, alma, mente y mundo desde el cruce del psicoanálisis, la filosofía y la relación de ambas disciplinas con el lenguaje, la percepción y la estética. Puede accederse a los diversos materiales y conferencias del curso, incluida la conferencia del propio Gianni Vattimo, a través del siguiente enlace en Tele-UNED: <http://www.catedradehermeneutica.org/2013/07/22/el-cuidado-de-si-cuerpo-alma-mente-y-sociedad/#more-626> [Algunos de tales materiales audiovisuales, fílmicos o escritos están en la base de este libro subvencionado por el proyecto de investigación HERCRITIA, el Vicerrectorado de Investigación de la UNED y el Grupo Santander Universidades. Véase para todo ello: <http://www.catedradehermeneutica.org>]. En cuanto al contenido de la ponencia véase el propio texto de Gianni Vattimo en este libro.

<sup>83</sup> Para un estudio más exhaustivo y pormenorizado del tratamiento del *Otro* y la alteridad en el pensamiento de Ángel Gabilondo, donde se hace cargo de la cuestión de la posibilidad de *otro pensar* a través del retorno del *Otro* como aquello que ha de ser pensado de nuevo, véase: Ángel Gabilondo, *La vuelta del Otro. Diferencia. Identidad. Alteridad*, Ed. Trotta, Madrid, 2001.

<sup>84</sup> Según puede inferirse de un examen de la etimología latina del nombre *Desiderio*, que se halla en clara y directa relación con *deseo*, hallamos que la composición del nombre se articula a través de la partícula privativa *de-* y el latín *sidus, sideris*, en plural *sidera*, que significa *estrellas*. De modo que el término indicaría tomado en su literalidad el estado en el cual las estrellas están ausentes. Según parece, el término hallaría su origen en relación a la tarea de adivinación que llevaban a cabo antiguos adivinos mediante la lectura de los astros y sus posiciones en el cielo. Sin embargo, un cielo nublado privaba a los mismos de llevar a cabo dicha adivinación y en consecuencia, surgiría una profunda voluntad de volver a poder contemplar el cielo estrellado, de modo que el término haría referencia al anhelo de volver a estar bajo la jurisdicción o de hallarse en la contemplación de aquello que ahora se carece. Otra interpretación más acorde al empleo del término aquí y que se halla en relación directa con lo ya expuesto, sugiere que la ausencia de la visión de las estrellas conllevaría una puesta en suspenso de su fuerza de determinación y, por tanto, abriría la posibilidad de la libertad, al hallarse liberado de las fuerzas de predestinación que los astros ejercen. De ahí que Ángel Gabilondo interprete el término como el “arrancarse a lo dicho por los astros, a lo que está dicho”. En relación a esta hipótesis etimológica se yergue como apoyo la reflexión sobre el término “considerar”, construido de manera similar a *deseo*. *Considerare* deriva de la conjunción de los latinos *cum* y *sidera* y, según parece, originalmente significaba “adivinar”, es decir, profetizar e interpretar las estrellas, aunque puede interpretarse como un *con las estrellas* o un *como* (es decir: *al modo de, según las estrellas*). El término “desiderantes” (de “*de sideribus*”) también estaría presente en la *Guerra de las Galias* de Julio César, donde se utilizaría precisamente para indicar a los soldados que se hallan bajo la “voluntad” de los astros en lo

sentía una emoción, qué bien la libertad de desear, de *desiderar*. Desea, *desidera*, para no ser como ya uno es y, más aún, para no ser como ellos, porque se trata –y no diré quién son ellos–, de intentar no ser como ellos. Marco Aurelio nos enseña a no ser como ellos. Me quedo con los puntos suspensivos que ustedes deseen, porque Marco Aurelio enuncia una frase memorable: «La mejor manera de defenderte de ellos, es no asimilarte a ellos»<sup>85</sup>. Así que, mientras todavía es posible, hemos de hacer el ejercicio espiritual. Y, entre todos los ejercicios, les propongo el ejercicio de los estoicos, el más espiritual de todos ellos, el ejercicio de la muerte<sup>86</sup>. A él alude Séneca, quien explica que no consiste en probar a morir en paz para ver cómo es eso, toda vez que en la muerte nunca se es sujeto del relato<sup>87</sup>. No consiste en pensar en ello: mira que me voy a morir, mira que te vas a morir, mira que no sabes cuándo. No se trata de eso.

Consiste más bien en lo siguiente. Los momentos del día, desde el amanecer hasta el crepúsculo, se ponen en relación con las estaciones del año, de la primavera al invierno, y éstas con las edades de la vida, desde la infancia hasta la vejez. Es cuestión de vivir como si la larga duración de la vida fuera tan breve como una jornada. El vivir cada día como si la vida entera estuviera contenida en él. Todas las mañanas debemos estar en la infancia de la vida, pero vivir toda la duración del día como si la noche fuera a ser el momento de la muerte. Ahí está la *Carta XII* de Séneca para ponerla escrita encima de la cabecera de la cama, para que en el momento de ir a dormir digamos con alegría y con una sonrisa en el rostro: he vivido, hoy he vivido<sup>88</sup>.

Con alegría y con una sonrisa, en eso pensaba Marco Aurelio cuando decía que la perfección moral es pasar cada día como el último. No estar todo el día con tensiones, entorpecido por mil cosas, eso es ser un falso. Marco Aurelio dice: «A todas horas, preocúpate resueltamente, como romano y varón, de hacer lo que tienes entre manos con puntual y no fingida gravedad, con amor, libertad y justicia, y procúrate tiempo libre para liberarte de todas las demás distracciones. Y conseguirás tu propósito, si ejecutas cada acción como si se tratara de la última de tu vida, desprovista de toda irreflexión, de toda aversión apasionada que te alejara del dominio de la razón, de toda hipocresía, egoísmo y despecho en lo relacionado con el destino. Estás viendo cómo son pocos los principios

---

que respecta a la espera de aquéllos que, después de luchar durante el día, aún no han regresado de la batalla. Toda esta interpretación se ve reforzada considerando el significado del propio término *deseo*, tal y como lo hallamos en el diccionario etimológico de Joan Corominas (véase: Joan Corominas, *Breve Diccionario Etimológico de la Lengua castellana*, Gredos, Madrid, 1987, p. 208), donde se hace alusión a la derivación del latín *desidium* (“deseo erótico”) del latín *desidia* (“indolencia”, “pereza”), que toma el significado ya en la antigüedad de “libertinaje”, en tanto la *ociosidad* es el incentivo de la *lujuria*. No es difícil, en efecto, entender la relación entre la *ociosidad* y la *lujuria* si entendemos que la *desidia* no es sino una indolencia, una pereza, respecto a *lo dicho*, a lo normativo, a lo socialmente sancionado o normativizado, es decir, ociosidad o laxitud por lo que a la atención al sancionamiento moral se refiere.

<sup>85</sup> Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit., VI, 6, p. 113.

<sup>86</sup> En torno al ejercicio de la muerte véase: Ángel Gabilondo, *Mortal de necesidad*, Op. Cit.

<sup>87</sup> Séneca, *Cartas a Lucilio*, Op. Cit., Tomo I, Libro IV, 31, pp. 227-231.

<sup>88</sup> *Ibid.*, Tomo I, Libro I, 12, pp. 136-141.

que hay que dominar para vivir una vida de curso favorable y de respeto a los dioses. Porque los dioses nada más reclamarán a quien observa estos preceptos.»<sup>89</sup>

La vida es muy difícil, lo ha sido siempre. También lo fue para nuestros antepasados. Es verdad que nosotros estamos en una crisis lamentable, la situación es compleja, no estamos bien, es verdad, ¿y? este «¿y?», mientras todavía es posible, es aquello que nos convoca también a ver lo que importa a cada hombre, a cada mujer, como ciudadanos del mundo, y no sólo del mundo en general, sino de esas pequeñas ciudades particulares. A decir de Marco Aurelio, la comunidad, la pertenencia social, la familia, los amigos, que han de llamarse *casas de la gran ciudad*, son comunidades sociales, comunidades del género humano<sup>90</sup>. Sí, efectivamente estamos en crisis, pero tras leer de leer a Marco Aurelio, podemos subrayar en qué crisis estamos, en la crisis que señala Valery. Porque él es quien nos recuerda que se han producido una serie de crisis. Y, cuando habla sobre las crisis del espíritu<sup>91</sup>, dice así:

«Puede que la crisis militar haya terminado. La económica se muestra con toda su fuerza; pero la crisis intelectual, más sutil, y que por su propia naturaleza adopta las apariencias más engañosas (puesto que se despliega en el reino mismo del disimulo), esta crisis, es difícil que permita captar su verdadero punto, su fase.»<sup>92</sup>

«Digo que el capital de nuestra cultura está en peligro. Lo está bajo varios aspectos. Lo está de diversas maneras. Brutalmente. Insidiosamente. Está atacado por más de uno. Disipado, descuidado, envilecido por todos nosotros. Los progresos de esta disgregación son evidentes.»<sup>93</sup>

Y es aquí donde nos ofrece un texto que prácticamente merece ser recitado:

«He asistido a la desaparición progresiva de seres extremadamente preciosos para la formación regular de nuestro capital ideal, tan preciosos como los mismos creadores. He visto desaparecer uno a uno esos entendidos, los inapreciables aficionados que, si bien no creaban obra, creaban su verdadero valor; eran jueces apasionados pero incorruptibles, para los cuales o contra los cuales era bueno trabajar. Sabían leer, virtud que se ha perdido. Sabían escuchar, e incluso oír. Sabían ver. Es decir que lo que apreciaban releer, volver a escuchar o volver a ver, se constituía, por ese regreso, en valor sólido. Así aumentaba el capital universal.

No digo que todos hayan muerto y que no puedan nacer nunca más. Pero constato con pena su extremada disminución. Tenían por profesión ser ellos mismos y gozar de su opinión con total independencia, que ninguna publicidad, ningún artículo conmovía.»<sup>94</sup>

<sup>89</sup> Marco Aurelio, *Meditaciones*, Op. Cit., II, 5, p. 61.

<sup>90</sup> Cfr. *Ibid.* V, 31, p. 109.

<sup>91</sup> Véase: Paul Valéry, *La Crise de l' esprit* extraído de «Europes de l'antiquité au XXe siècle», Collection Bouquins, Éditions Robert Laffont, París, 2000, pp. 405-414. Hay versión al castellano, véase: Paul Valéry, *La libertad del espíritu*, trad. al castellano de Claudia Schwartz, Editorial Leviatán, Buenos Aires, 2005.

<sup>92</sup> Paul Valéry, *Política del espíritu*, Buenos Aires, Editorial Losada, 1961, p. 138.

<sup>93</sup> Paul Valéry, *La libertad del espíritu*, Op. Cit., p. 44.

<sup>94</sup> *Ibid.*, p. 45.

Pero ahora nos preguntamos, llegados a este punto, después de leer a Marco Aurelio, ya que estamos en crisis: ¿Quiénes somos en este preciso momento de la historia? – palabras de Foucault– ¿Qué hay de nosotros? ¿Qué pasa con nosotros?<sup>95</sup> Dicen algunos que la crisis es tan profunda que no estamos para menudencias ni florituras, ni para eso del cuidado y del cultivo de uno mismo y de los otros, lo cual confirmaría que nuestra enfermedad es mucho más grave de lo que parece. Se hace entonces urgente armonizar el cuerpo y el espíritu, recuperar la pasión por el saber, la sabiduría como forma de vivir, el gozo de la existencia. De lo contrario, ya no necesitaremos ninguna crisis, consistiremos en ella, y además no tendremos ningún procedimiento, ninguna posibilidad de resolución, Así que, si alguien pretende esperar a que pase la crisis para cuidarse de sí mismo, puede tranquilo, porque para cuando pase la crisis no habrá nada que cuidar. Sin cultura ni educación la crisis tomará su palabra, y lo único que se puede asegurar es que esa palabra ya no será la nuestra. Por lo tanto, mientras todavía es posible, está muy bien que nos reunamos un rato.

## BIBLIOGRAFÍA SELECTA

- Ángel Gabilondo, *Alguien con quien hablar*, Aguilar, Madrid, 2007.
- Ángel Gabilondo, *Darse a la lectura*, RBA Libros, Barcelona, 2012.
- Ángel Gabilondo, *El discurso en acción. Foucault y una ontología del presente*, Anthropos-Ed. UAM, Barcelona-Madrid, 1990.
- Ángel Gabilondo, *El salto del ángel*, Aguilar, Madrid, 2013.
- Ángel Gabilondo, *La vuelta del Otro. Diferencia. Identidad. Alteridad*, Ed. Trotta, Madrid, 2001.
- Ángel Gabilondo, *Menos que palabras*, Alianza, Madrid, 1999.
- Ángel Gabilondo, *Mortal de necesidad*, Abada Editores, Madrid, 2003.
- Ángel Gabilondo, *Por si acaso*, Espasa Libros, Barcelona, 2013.
- Ángel Gabilondo, *Sin fin*, Aguilar, Madrid, 2011.
- Ángel Gabilondo, *Trazos del Eros*, Tecnos, Madrid, 1997.
- Ángel Gabilondo y Gabriel Aranzueque, *Ser de Palabra. El lenguaje de la Metafísica*, Gredos, Madrid, 2015.
- Teresa Oñate & Ángel Gabilondo: “*Seres de palabra hermenéutica*”. Dykinson, Madrid, 2012
- Aristóteles, *De Anima*, trad. española de Tomás Calvo Martínez, Gredos, Madrid, 1978.
- Aristóteles, *Ética a Nicómaco*, edición bilingüe y trad. de María Araujo y Julián Marías, Centro de Estudios Políticos, 1970.
- Aristóteles, *Metafísica*, ed. trilingüe de Valentín García Yebra, Gredos, Madrid, 2014.
- Aristóteles, *Política*, trad. de Manuela García Valdés, Gredos, Madrid, 1988.
- Epicteto, *Disertaciones por Arriano*, trad. al castellano de Paloma Ortiz García, Gredos, Madrid, 1993.
- Friedrich Nietzsche, *Humano, demasiado humano. Un libro para espíritus libres. Vol. 1*, trad. de Alfredo Brotons Muñoz, Akal, Madrid, 2007.
- G. W. F. Hegel, *Enciclopedia de las Ciencias Filosóficas*, Alianza, Madrid, 2005.

<sup>95</sup> Cfr. M. Foucault, *La hermenéutica del Sujeto*, Op. Cit., p. 298.

- G. W. F. Hegel, *Enzyklopädie der philosophischen Wissenschaften im Grundrisse* (1827), Gesammelte Werke, Hamburgo, Felix Meiner, 1989.
- G. W. F. Hegel, *La Fenomenología del Espíritu*, Ed. bilingüe de Antonio Gómez Ramos, Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, 2010.
- Gilles Deleuze, *Différence et répétition*, 4ª, Presses Universitaires de France, París, 1981.
- Gilles Deleuze, *Diferencia y Repetición*, Júcar, Gijón, 1988.
- José Ortega y Gasset, *La idea de principio en Leibniz y la evolución de la teoría deductiva*, Revista de Occidente en Alianza Editorial, Colección "El Arquero", Madrid, 1979.
- Kant, *Lógica*, Edición de María Jesús Vázquez Lobeiras, Akal, Madrid, 2000.
- Marco Aurelio, *Meditaciones*, trad. de Ramón Bach Pellicer, Gredos, Madrid, 1977.
- Martin Heidegger, *Hitos, Carta sobre el humanismo*, Alianza, Madrid, 2007.
- Michel de Montaigne, *Los Ensayos (según la edición de 1595 de Marie de Gournay)*, trad. de J. Bayod Brau, Acantilado, Barcelona, 2007.
- Michel Foucault, *Estética, ética y hermenéutica*, Introducción, traducción y edición a cargo de Ángel Gabilondo, Paidós Básica, Barcelona, 1999.
- Michel Foucault, *Historia de la sexualidad 2. El uso de los placeres*, Ed. Siglo XXI, México, 2007.
- Michel Foucault, *Historia de la sexualidad. 3. El cuidado de sí*, Ed. Siglo XXI, Edición a cargo de Julia Varela y Fernando Álvarez Uría, Madrid, 2005.
- Michel Foucault, *La Hermenéutica del Sujeto (Curso del Collège de France, 1982)*, Akal, Edición de Frédéric Gros bajo la dirección de François Ewald y Alessandro Fontana, traducción de Horacio Pons, Madrid, 2005.
- Lucio Anneo Séneca, *Cartas a Lucilio*, trad. al castellano de Ismael Roca Meliá, Gredos, Madrid, 1986.
- Lucio Anneo Séneca, *Diálogos, Sobre la brevedad de la vida*, trad. al castellano de Carmen Codoñer, Tecnos, Madrid, 1986.
- Lucio Anneo Séneca, *Diálogos, Sobre la vida feliz*, trad. al castellano de Juan Mariné Isidro Gredos, Madrid, 2013.
- Lucio Anneo Séneca, *Diálogos, Sobre la firmeza del sabio*, trad. al castellano de Juan Mariné Isidro, Gredos, Madrid, 2013.
- Lucio Anneo Séneca, *Cuestiones naturales*, trad. al castellano de J. L. Izquierdo, Espasa-Calpe, Buenos Aires, 1948.
- Lucio Anneo Séneca, *Diálogos, Sobre la tranquilidad del espíritu*, trad. al castellano de Juan Mariné Isidro, Gredos, Madrid, 2013.
- Paul Valéry, *La Crise de l' esprit* extraído de «Europes de l' antiquité au XXe siècle», Collection Bouquins, Éditions Robert Laffont, París, 2000.
- Paul Valéry, *La libertad del espíritu*, trad. al castellano de Claudia Schwartz, Editorial Leviatán, Buenos Aires, 2005.
- Pierre Hadot, *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua*, Ediciones Siruela, Madrid, 2006.
- Pierre Hadot, *¿Qué es la filosofía antigua?*, Fondo de Cultura Económica, México D.F., 1998.
- Pierre Hadot, *La filosofía como forma de vida*, trad. al castellano de María Cucurella Miquel, Alpha Decay, Barcelona, 2009.
- Píndaro, *Odas y fragmentos*, trad. de Alfonso Ortega, Gredos, Madrid, 1984.
- Platón, *Alcíbiades o de la naturaleza del hombre*, trad. al castellano de José Antonio Míguez, Aguilar, Buenos Aires, 1971.



- Platón, *Diálogos, Apología de Sócrates*, trad. al castellano de Julio Calonge, Gredos, Madrid, 2011.
- Platón, *Diálogos, Vol. II, Crátilo*, trad. de J. L. Calvo, Gredos, Madrid, 1987.
- Platón, *Diálogos, Vol. III, Fedón*, trad. de Carlos García Gual, Gredos, Madrid, 1987.
- Platón, *Diálogos, Vol. IV, República*, Trad. de Conrado Eggers Lan, Gredos, Madrid, 1987.
- Platón, *El Banquete*, trad. al castellano de Carlos García Gual, Alianza, Madrid, 2006.
- Plutarco, *Obras morales y de costumbres (Moralia), Sobre el refrenamiento de la ira*, Gredos, Madrid, 1995.
- René Descartes, *Discurso del método. Meditaciones Metafísicas*, ed. y trad. de Manuel García Morente, Austral, Madrid, 2010.
- Tabla de Cebes. Musonio Rufo, Disertaciones. Fragmentos menores. Epicteto, Manual. Fragmentos*, trad. de Paloma Ortiz García, Gredos, Madrid, 2014.
- AAVV Ignacio Castro Rey (Ed.), *El aliento de lo local en la creación contemporánea*, Editorial Complutense, Madrid, 1998.