

# Ética, verdad y cuidado de sí: aproximaciones al último Foucault <sup>1\*</sup>

Paola Andrea Lara Buitrago<sup>2\*\*</sup>  
Universidad Pedagógica Nacional

## Introducción

El capítulo aborda algunas reflexiones sobre las posibilidades de rastrear la concepción de ética en Michel Foucault, entendida como la relación del sujeto consigo mismo, y no solamente como el cumplimiento de las normas, la adscripción a sistemas normativos y el análisis de los comportamientos. El sentido que se asume es pensar el tránsito del sujeto a la actuación de sí sobre sí y con los otros, además representa el intento por identificar en el campo de sus reflexiones éticas, el desplazamiento metodológico que aparece en la última parte de su obra a partir

---

<sup>1\*</sup> Producto del proyecto de investigación SGI 1949 “Formas y expresiones metodológicas en el último Foucault: perspectivas para la educación y la pedagogía.” financiado por la Dirección de investigaciones (DIN) de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia UPTC. El enfoque procedimental del capítulo se realiza a partir de un rastreo conceptual específicamente de la noción ética en el último periodo de producción académica del filósofo que corresponde a los cursos en el Collège de France: el gobierno de los vivos (2014), la hermenéutica del sujeto (2009a), el gobierno de sí y de los otros (2009b), y las entrevistas realizadas al filósofo en los años 1980 a 1984.

<sup>2\*\*</sup> Licenciada en educación Preescolar. Joven Investigadora del grupo Filosofía, Sociedad y Educación-GIFSE. Correo electrónico: paola.lara@uptc.edu.co.

del cambio en el concepto de poder agonístico o lucha de fuerzas, al poder como gobierno de sí, de los otros y de lo otro. En esta perspectiva, se apuesta por comprender la ética como una categoría no solo teórico-conceptual que atraviesa la historia de la filosofía, sino como noción teórico-metodológica que permite que a la vez se constituya a sí misma y construya relaciones con otras: cuidado de sí, prácticas de libertad, regímenes de verdad. En Foucault, la ética es la práctica reflexiva de la libertad, es decir, sin prácticas de libertad no existe la posibilidad de constitución ética. El capítulo se desarrolla en tres planos analíticos: ética como cuidado de sí y práctica de libertad (el conocimiento del sujeto y la influencia de las técnicas de sí para la búsqueda de la libertad); ética y la verdad: miradas a la moral cristiana (transformación de la verdad en el sujeto); ética del pensamiento (reestructuración del pensamiento a partir de la configuración de sí), con el objetivo de reconocer la ética en la interrelación y constitución del sujeto. En la conclusión se presenta la ética percibida desde los ejercicios espirituales, el trabajo sobre sí mismo, el arte de vivir y la ascesis como posibilidades para repensar la educación en la medida que aborda formación de sujetos

## La ética como cuidado de sí y práctica de libertad

El *gnôthi seautón* (conócete a ti mismo) y *epimeleia heatou* (cuidado de sí) identificados por Foucault en los escritos de la cultura griega y romana, aproximan a pensar la ética en relación al cuidado y conocimiento de sí mismo en la relación con el otro, de manera que “el cuidado de sí ha sido, en el mundo grecorromano, el modo en que la libertad individual -o la libertad cívica, hasta cierto punto- se ha reflexionado como ética.” (Foucault, 1999, p. 396); en el ejercicio del cuidado de sí se refleja una posición de poder, donde la relación de dominación no se da por otro sino por sí mismo, reconociendo la libertad del sujeto.

El conócete a ti mismo *gnôthi seautón* representa un fundamento en la filosofía y reconoce el cuidado de sí mismo al alcance del otro, así que enlaza una actitud personal junto a los demás formando modos de vida y modos de experiencia de los sujetos. Foucault en *La hermenéutica del sujeto*, realiza un recorrido del significado, y se aproxima a los relatos grecorromanos del conócete a ti mismo; precedidos con una mirada religiosa y con manifestaciones de oráculos inicialmente, según indica Roscher (1901), se representa bajo una serie de recomendaciones rituales o reglas para las revelaciones del destino y el *gnôthi seauton* constituye el examinarse bien para encontrar las preguntas que permitan al sujeto saber sobre sí mismo, prestando una profunda atención al deseo del saber; igualmente Defradas (1954) identifica el carácter de la mortalidad del sujeto en el *gnôthi seauton* a la hora de comunicarse con el oráculo, aunque ambos acercamientos no describen la relación de autoconocimiento; sin embargo Platón en la *Apología de Sócrates*, presenta una serie de pasajes que incitan al conocimiento de sí como ocupación y preocupación, se concibe como deber el cuidarse a sí mismo sin acudir en ningún momento al olvido de sí, posicionándose un principio fundamental en la actitud filosófica de la cultura griega, helenística y romana, que a su vez era reflejada en las conductas racionales. Así pues, se evidencia el conócete a ti mismo *gnôthi seauton* apoyado por el cuidado de sí *epimeleia heatou*.

La *epimeleia heatou* relaciona las siguientes dimensiones: en primer lugar, se prescribe como inquietud (la acción sobre el sujeto que busca transformar y modificar); como cuidado (resalta una visión interior en la que el sujeto realiza un examen al interior de sí mismo, se trata de revisar lo que sucede en el pensamiento enfocándose en ejercicio y meditación); en tercer lugar como ocupación (reconociéndose una actitud respecto a sí mismo, a los otros y al mundo) y por último como preocupación (significando un corpus que define maneras de ser, actitudes, formas de reflexión y prácticas). En la noción del cuidado de sí en relación a los otros, se presenta el *ethos* que

implica asimismo una relación con los otros, en la medida en que el cuidado de sí hace capaz de ocupar, en la ciudad, en la comunidad o en las relaciones interindividuales, el lugar adecuado -bien sea para ejercer una magistratura o para tener relaciones de amistad-. Y además, el cuidado de sí implica también la relación con el otro en la medida en que, para cuidar bien de sí, hay que escuchar las lecciones de un maestro. (Foucault, 1999a, p. 399)

Así la noción de cuidado de sí, revela la relación del sujeto consigo mismo y con los otros, aproximaciones que permiten pensar la ética en relación consigo mismo. Por lo anterior, Foucault demostró en el estudio de esta noción -cuidado de sí- su intención en “describir las “técnicas”, históricamente situadas, mediante las cuales un sujeto construye una relación determinada consigo mismo, da forma a su propia existencia y establece de manera regulada su relación con el mundo y los otros.” (Gros, 2008, p. 380). En este sentido, el cuidado de sí que prescribe técnicas y prácticas constituyen la determinación de la sustancia ética “es decir la manera en que el individuo debe dar forma a tal o cual parte de sí mismo como materia principal de su conducta moral” (Foucault, 2012, p. 32), significando los modos de acción del sujeto.

Ahora bien, el ejercicio ético de la práctica de libertad ejerce un trabajo sobre el sujeto al encontrarse en un proceso de liberación de las relaciones de poder, llevando a reconocer el cuidado de sí como resistencia o escape en la relación consigo mismo, en conjunto se asume el *ethos* en correspondencia al gobierno del otro, tanto así que el dominio del sujeto sobre sí conduce a una libertad individual y se confronta en una actividad política en el reconocimiento de los otros sujetos.

Michel Foucault encuentra la libertad como aquella condición que genera la existencia del poder y del sujeto:

dotarse de libertad es algo que solo se puede hacer desde la libertad, presupone la libertad, descansa sobre unas decisiones que no estén supeditadas a la voluntad de otros,

ni al dictado de las instituciones, y requiere, por lo tanto una ética. (Ibáñez, 2014, p. 16)

Esta relación de poder, libertad y sujeto son fundamentales en la constitución del sujeto puesto que las relaciones de poder o dominación influyen en el gobierno de sí y su manera de conducirse, ubicándose en una manera para actuar diferente o la búsqueda de salida o escape de la coerción:

El poder no se ejerce sino sobre 'sujetos libres' y en la medida en que ellos son 'libres'. Entendemos por esto sujetos individuales o colectivos que tienen ante ellos un campo de posibilidad donde pueden darse muchas conductas, muchas reacciones y diferentes modos de comportamiento. Allí donde las determinaciones están saturadas, no hay relaciones de poder. La esclavitud no es una relación de poder cuando el hombre está encadenado (entonces se trata de una relación física de coerción), sino justamente cuando puede desplazarse y, al límite, escaparse. No hay pues un cara a cara del poder y de la libertad, con una relación de exclusión entre ellos (en todo lugar donde se ejerce el poder, desaparece la libertad); sino un juego mucho más complejo. En este juego, la libertad aparece como la condición de existencia del poder. (Foucault, 2007, p. 16)

El filósofo rescata de la historia de la sociedad griega el concepto de la libertad en relación con la conducta moral y la esclavitud; se presenta al esclavo dominado en su comportamiento moral en conjunto con los ejercicios de poder, desde donde se plantea el problema de la libertad a partir de las prácticas que el sujeto (esclavo) hace para obtener una liberación, siendo la condición política o histórica para una práctica de la libertad. (Foucault, 1999, p. 395), dicha liberación apoya una libertad individual y a la vez una libertad en común o con otros individuos que convienen en el desarrollo y fortalecimiento como ciudadanos, en el momento que el individuo se gobierna se reconoce su comportamiento de ciudadano en el orden de la sociedad "la libertad que es necesario instaurar y preservar es

con toda seguridad aquella de los ciudadanos en su conjunto, pero también es, para cada quien, una determinada forma de relación del individuo consigo mismo” (Foucault, 2012, p. 127). El posicionamiento de la libertad individual se reconoce en la relación del sujeto consigo mismo, capaz de dominarse y de ejercer sobre sí mismo el poder implicando el uso moderado de los placeres y deseos, se caracteriza la libertad de los individuos en el estado a través del “ejercicio del dominio y mediante la moderación en la práctica de los placeres” (Foucault, 2012, p. 76). Se define entonces, que la liberación controla diferentes relaciones de poder a través de las prácticas de libertad que cada sujeto realiza sobre sí mismo.

Para los griegos la búsqueda de la libertad individual y del proceso de liberación como esclavos tanto de sus deseos, de los gobernantes y demás individuos se daba gracias al cuidado de sí que consolidaba la formación de la ética al reconocer la relación del sujeto consigo mismo

para conducirse bien, para practicar como es debido la libertad, era preciso ocuparse de sí, cuidarse de sí, tanto para conocerse -y tal es el aspecto con él se está más familiarizado del *gnôthi seautón-* como para formarse, para superarse a sí mismo, para dominar los apetitos que corren el riesgo de arrastrarnos. (Foucault, 1999, p. 397)

Así la noción de libertad corresponde a la conducción del sujeto y a su propia dominación.

En la búsqueda del sujeto por tener contacto consigo mismo y de reencontrarse, supone ser liberado de opresiones y contar con una relación libre de otro, pero bajo su propio dominio, dicha relación se denomina *arché*. La cultura grecorromana albergó la posibilidad de pensar la ética como práctica de la libertad o la práctica reflexiva de la libertad, puesto que “la libertad es la condición ontológica de la ética. Pero la ética es la forma reflexiva que adopta la libertad.” (Foucault, 1999, p. 396), más aun, la libertad es un modo de comportarse respecto de los otros. (Foucault, 1999). Ahora bien, la relación ética y libertad, implica

reconocer la práctica de libertad en la forma de un *ethos* más un trabajo sobre sí mismo, es decir, las prácticas de sí y los modos de ser reflejados ante otros contribuyen a la formación de una ética y al significado de la libertad, por consiguiente “el cuidado de sí es ético en sí mismo; pero implica relaciones complejas con los otros en la medida en que este *ethos* de la libertad es también una manera de ocuparse de los otros.” (Foucault, 1999, p. 399), es así que se hace necesario contar con otra presencia para cuidar de sí mismo, es escuchar o saber gobernar al otro; además se reconoce que en determinados escenarios hay que renunciar a sí mismo por el otro, ejemplo de ello es el caso del gobernante. Se identifica que el cuidado de sí en la época grecorromana es el modo en que la libertad individual se ha reflexionado como ética, el pasaje por el cuidado de sí cultiva la libertad en la ética, para profundizar, Foucault aclara

Uno no puede cuidar de sí sin conocer. Por supuesto, el cuidado de sí es el conocimiento de sí -tal es el lado socrático platónico de la cuestión-, pero también es el conocimiento de ciertas reglas de conducta o de principios que son, a la par, verdades y prescripciones. (Foucault, 1999, p. 398)

En la concepción ética que analiza Foucault, se establece un tránsito entre la ética y la política, puesto que la ética como práctica de libertad y la libertad como ideal político incidieron en el significado de la cultura griega, de acuerdo a esto, se pretendía que el esclavo autónomamente se gobernara y fuera libre de alguna tiranía, reconociendo también ser libre de sus apetitos y deseos; entretanto la práctica de la libertad como la condición política en la que los hombres son libres correspondía en gran medida al cuidado de sí y de los otros, ligado a esto, los soberanos conservaron técnicas para gobernar a los demás, así que la libertad recrea la existencia de la ética y la política además de funcionar con la presencia del sujeto, pues donde hay sujeto concurre la libertad y sin la presencia del sujeto mismo, la libertad no se ejerce:

La libertad de los hombres no está nunca asegurada por las instituciones y las leyes que se proponen garantizarla. Es por eso que casi todas esas leyes e instituciones son muy susceptibles de que se les dé la vuelta. No porque sean ambiguas, sino simplemente porque la «libertad» es algo que tiene que ser ejercido. (Foucault, 2015, p. 224)

Se detalla que el sujeto, quien establece una relación consigo mismo, actúa políticamente como resistencia al ejercer la libertad, la influencia de actuar sobre sí mismo y con los otros resulta ser la posición ética y política, la ética en el encuentro consigo mismo admite la política desde la interacción con otros sujetos, siendo el concepto de gubernamentalidad fundamental, para precisar “[...] la noción de gubernamentalidad permite, creo, hacer valer la libertad del sujeto y la relación con los otros, es decir, lo que constituye la materia misma de la ética” (Foucault, 1999, p. 414).

Siguiendo al sujeto que plantea Foucault en la dimensión ética, se destaca el reconocimiento de las técnicas de sí para la búsqueda de la transformación del individuo y en la época clásica griega identifica la meditación, la escucha y la escritura como aquellas técnicas que abordan el cuidado de sí y promueven el proceso de formación de verdades donde el sujeto hace propios los discursos que construye.

Para profundizar al respecto, se aborda la escritura como una de las prácticas que permite la subjetivación del discurso de verdad, Foucault identifica dicha relación en los libros guía de conducta conocidos como *hypomnēmata* en donde “se desarrollaba una ética explícitamente orientada por el cuidado de sí hacia objetivos bien definidos, tales como retirarse en sí, alcanzarse vivir consigo mismo, bastarse a sí mismo gozar de sí.” (Foucault, 1999b, pp. 293-294).

La ética se refleja en la escritura como técnica de sí o técnica de vida (*tekhne tou biou*) puesto que dimensiona la interioridad del sujeto desde el pensamiento hasta las acciones, constituyendo transformaciones en su formación; igualmente se identifican



otras técnicas de sí las cuales fortalecen el sujeto con la búsqueda de la relación ética, tal es el caso de la meditación y de la escucha, para las cuales se realiza una aproximación a continuación:

La meditación como *meditatio*, se concibe en consolidar una especie de experiencia en el pensamiento y convoca el ejercitarse en aquello que se piensa, observándose el juego del pensamiento sobre el sujeto mismo; ahora bien, al indagar la meditación desde el ejercicio sobre sí y originado con el pensamiento, se traduce en el desplazamiento que el sujeto hace en correspondencia a diferentes situaciones o acciones, permitiendo apropiarse del pensamiento. Paralelamente se reconoce la importancia de la escucha para la búsqueda de sí mismo en el diálogo o conversación con el otro, la cual provoca encuentros de confianza y amistad, es por esto que la *parrhesía* en una relación de gobierno considera hallar un sujeto conducido por el consejero quien escucha pacientemente a su discípulo.

Ahora bien, la escritura como ejercicio de sí, está condicionada a la escritura del sujeto; volviendo a la cultura griega, Foucault descubre en escritos de Séneca la alternancia de la lectura y la escritura, si bien ambas constituyen encuentros consigo mismo, también propenden por el encuentro con otros, de esta forma se posiciona la escritura con un uso para sí y para los otros, lo que a su vez representa el cuidado de sí y de los otros o la *epimeleia heautou*. Para abordar el problema de la escritura, Michel Foucault destaca imprescindible reconocer los *hypomnēmata*, conocidos como los libros que representan el ejercicio del sujeto y constituidos en productos de su pensamiento, en estos textos eran consignados los pensamientos de los sujetos compuestos por las apreciaciones, percepciones, ideas o fragmentos que consideraban sustentos para su vida, de forma que se contemplaba y conservaba su arte de vivir. En efecto estos libros visibilizan la ética en función de la escritura. Al respecto,

Los *hypomnemata* podían ser libros de cuentas, registros públicos, pero también cuadernillos individuales que

servían para tomar notas. Su uso como libro de vida o guías de conducta parece haber sido algo bastante corriente, al menos entre cierto público culto. En esas libretas se incluían citas, fragmentos de obras, ejemplos extraídos de la vida de personajes más o menos conocidos, anécdotas, aforismos, reflexiones o razonamientos. (Foucault, 2015a, p. 362)

De manera que la escritura en los *hypomnemata* constituía maneras de ser y pensarse como sujeto frente al mundo y contribuir a ideales de existencia, así que la posibilidad de construir realidades desde otras ópticas era sustentada bajo efectos del pensamiento, igualmente los libros guía de conducta tenían la posibilidad de releerse donde el sujeto regresara y reflexionara, volviera a revisar sus escritos y actuara conforme al acumulado escrito, presentándose en la escritura la posibilidad reflexiva, pues como se mencionó, se regresa a estudiar la experiencia para retornar sobre sí mismo, contemplando un examen de lo sucedido y una comprensión al respecto, de modo que el sujeto cuando escribe tiene la posibilidad de volver a ella para afrontar cambios, proponer, profundizar y revisar contantemente la experiencia, consolidándose en una memoria material.

La escritura, además de convertirse en el insumo para escribir sobre otras situaciones que permitiera “hacer de la recolección del lógos fragmentario y transmitido por la enseñanza, por la escucha o por la lectura” (Foucault, 1999b, p. 294), funcionaba como repositorio de principios éticos, este tránsito de la escritura a través de los libros guías de conductas en la representación ética donde el sujeto verifica su verdad en relación consigo mismo y conjuntamente es ejemplo del cuidado de sí, implica retirarse hacia sí mismo y de gozar de su propia vida, así pues “la escritura aparece regularmente asociada a la «meditación», a ese ejercicio del pensamiento sobre sí mismo que reactiva lo que sabe, vuelve a hacer presentes para sí un principio.” (Foucault, 1999b, p. 291), la escritura en el ejercicio de reflexión abre la

posibilidad de transformación del sujeto y de convertirse en un acontecimiento o *evenement* que intenta un cambio de autor, es decir el mismo sujeto que escribe se innova a medida que escribe, es pues esta técnica de vida la que permite abrirse a otras maneras de ser (Álvarez, 2015), encontrarse con otras posibilidades o alternativas de constitución de sí contribuyendo al *ethos*, explorando diferentes maneras de ser y conducirse.

La escritura como técnica de sí, en función de construir la ética y de consolidar el proceso de subjetivación, prefija la ascesis en la comprensión de sí mismo y en fundamentarse aprendizaje, ya que sin la práctica de esta, era difícil llegar a la reflexión de sí; de esta forma la cultura grecorromana presenta el ejercicio de la escritura en el proceso ascético, si bien es la ascesis “no solamente sobre los actos, sino, más precisamente sobre el pensamiento: el apremio que la presencia de otro ejerce en el orden de la conducta, lo ejercerá la escritura en el orden de los movimientos interiores del alma” (Foucault, 1999b, p. 290) se detalla en los compendios de Séneca la práctica escritural para sí mismo y los otros en una correspondencia amistosa que comprendía la búsqueda de consejos para el conocimiento de la vida o las posibilidades de acción, de manera que la correspondencia trae consigo maneras de actuar de sujetos, y es posible saber quién es y cómo se ha constituido; en suma, es reconocer a este sujeto que se constituye a través de su escritura, ya que “el escritor constituye su propia identidad a través de esta recolección de cosas dichas.” (Foucault, 1999b, p. 296). La escritura también resulta ser producto de tensiones, ya que quien lee el escrito descubre y reconoce al sujeto que escribe y el sujeto en el ejercicio de escritura se representa hacia la búsqueda de los modos de vivir, es en esta medida que el sujeto hace experiencia de sí a través de la escritura y confirma su constitución.

Así también en la escritura se entreteje un significado particular que cada sujeto acuña a lo que se dice, de modo que es la mirada o punto de fijación que hace a la práctica escritural,

en otros términos es el proceso de subjetivación y la acción desencadenada del sujeto que lo lleva a tener conocimiento de sí mismo y de constituirse a través del código ya que el sentido otorgado al ejercicio de la escritura resuelve la ética y la reflexión del sujeto en su vida, por eso la subjetivación de la verdad a través de las técnicas de sí

que permiten a los individuos efectuar, por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o inmortalidad. (Foucault, 1990, p. 48)

El ejercicio escritural es una práctica que transforma y modifica al sujeto a partir de las experiencias que reestructuran su pensamiento, reconstruyen sus verdades y liberan del dominio de otros, de modo que la relación consigo mismo se posibilita en la escritura.

## **Ética y la verdad: miradas a la moral cristiana**

La caracterización de la moral cristiana y el reconocimiento de la ética sexual grecorromana, destaca las relaciones de dominio del sujeto y los procesos de subjetivación en torno a la noción de la ética como la relación consigo mismo, igualmente se identifican las técnicas de sí que contribuyen al cuidado de sí y la búsqueda de la libertad.

Existen dos tendencias críticas de la ética, por un lado Nietzsche (2010), en la genealogía de la moral, y por el otro Kant, en la fundamentación para una metafísica de las costumbres. Nietzsche expone la crítica de los valores morales intentando conocer el origen del concepto y el juicio de lo que se considera como bueno y malo, además indaga por las circunstancias y condiciones por las que se ha formado el valor en el desarrollo del hombre mostrando que con la creatividad no se recurren a referentes universales para guiar la conducta propia sino

le permiten reconstruir prácticas éticas. La ética kantiana se enfoca en el seguimiento de una ley moral donde los motivos del sujeto son establecidos por las leyes a priori fundamentadas por la razón y la experiencia. Su formulación como preceptos universales define el comportamiento del hombre ante determinadas circunstancias y requiere de un juicio definido por la norma suprema y la propia voluntad (Kant, 2002).

Michel Foucault, a partir de los griegos, plantea la ética como la relación del sujeto consigo mismo en la creación de modos de vida, observando que el sujeto reflexiona y actúa sobre sí para constituir sus verdades y comportamientos. Diferencia la concepción de la moral como la disciplina que cultiva maneras de ser y comportarse, y la reconoce como constitución del sujeto en relación consigo mismo que determina su modo de vivir y actuar:

la ética de la existencia en Michel Foucault hace referencia a un proceso de subjetivación que se opone a los mecanismos de sujeción en Occidente. A Foucault no le interesa encontrar un nuevo fundamento para el sujeto, sino la constitución de modos de vida. (Giraldo, 2009, p. 239)

Para esto se remonta al cristianismo y encuentra en la sexualidad un origen de la moralidad a partir de las manifestaciones de los hombres en torno al deseo y al placer, constituyéndose el problema moral para la sociedad. En el análisis realizado, Foucault identifica en la moral cristiana las relaciones del sujeto con la verdad a través prácticas como la confesión, la escritura y la lectura; sin embargo, la confesión es uno de los preceptos utilizados y mayormente posicionados en la religión donde la obligación de confesar, contar y narrar la verdad a otro era necesaria para llegar a la salvación o alcanzar la purificación en las acciones, pensamientos y alma del sujeto; de modo que la confesión y la idea de contar una verdad constata el adoctrinamiento y dogmatismo de la religión produciendo conductas y comportamientos que restringen la actuación del sujeto en distintas situaciones, ahora bien, el análisis de la ética

sexual de la que refiere Foucault en la moral cristiana es reflejada y conocida como el conjunto de acciones que correlaciona la voluntad en el sujeto y que conserva una manera de ser frente a las relaciones sexuales, resultando ser un punto clave en el tránsito del sujeto:

Al principio la tarea parece muy aleatoria, ya que verdaderamente la libido y la voluntad no se pueden disociar nunca una de la otra. Y más aún, esta tarea requiere no solamente dominio, sino también un diagnóstico de verdad y de ilusión. Exige una constante hermenéutica de sí. La ética sexual, así considerada, implica obligaciones de verdad muy estrictas. No solamente se trata de aprender reglas de un comportamiento sexual conforme a la moral, sino también de examinarse sin cesar para interrogar al ser libidinal en sí. (Foucault, 1999a, p. 233)

Se observa que las conductas sexuales eran proclives a ser examinadas por el propio sujeto e interrogadas de acuerdo a los determinismos generales de la religión, por eso al relacionar la posición del sujeto y la confrontación frente a los fundamentos del cristianismo, se revela la aproximación ética y la transformación en el sujeto, en tanto que el dominio de sí mismo que busca la independencia de ser gobernado libera el deseo y genera un conocimiento acerca del cómo se desarrollan las relaciones de placer con los otros. En este sentido, se hace un acercamiento a lo que se define la ética desde el cuidado de sí, es decir, el examinarse y volver su mirada hacia sí mismo con el seguimiento de reglas o conductas establecidas y ejerciendo una acción sobre sí, siendo el sujeto determinante en su pensamiento y conducta,

Al cristianismo, se constata una nueva ola de transformaciones concernientes esta vez a la sustancia ética, definida en lo sucesivo por la concupiscencia, y concernientes también a los modos de acción sobre sí mismo: la purificación, la extirpación de los deseos, el desciframiento y la hermenéutica de sí. (Foucault, 2015a, p. 359)

Los modos de acción sobre sí mismo en la época helenística y romana son semejantes al cristianismo, puesto que se presenta al sujeto en sus relaciones de dominio o gobierno junto a las prácticas de cuidado de sí, desde donde se vislumbran los principios de una ética sexual respecto al placer, ocultamiento y castigo de ciertas conductas frente al y con el otro, aunque

“en esta tecnología de sí vemos desarrollarse también una forma de inquietud respecto a los actos sexuales y sus efectos, cuya paternidad tenemos demasiada tendencia a atribuir al cristianismo” (Foucault, 1999c, p. 258);

de manera que el reconocimiento de una ética sexual exige observar la verdad en la consolidación de una subjetivación pretendiendo que la inquietud del sujeto conlleve la transformación de la verdad, la cual

“es indisociable de un proceso de conocimiento que hace de la obligación de buscar y de decir la verdad de sí mismo una condición indispensable y permanente de dicha ética; si existe tal subjetivación, implica una objetivación indefinida de uno por sí mismo -indefinida en el sentido.” (Foucault, 1999d, p. 273).

Por esto, la decisión del sujeto y el proceso de subjetivación sobre los modos de acción sobre sí permiten visualizar la apropiación y el conocimiento de sí mismo; de esta manera se prescriben las técnicas de sí, que profusamente se distinguen en la hermenéutica del sujeto, las tecnologías del yo y el gobierno de los vivos, las técnicas de sí son

los procedimientos, existentes sin duda en cualquier civilización, que son propuestos o prescritos a los individuos para fijar su identidad, mantenerla o transformarla en función de cierto número de fines, y todo ello gracias a las relaciones de dominio de sí sobre uno mismo o de conocimiento de uno por sí mismo. (Foucault, 1999c, p. 256)

En tanto el aspecto que da una premisa del giro metodológico de la noción de ética es el conocimiento de sí mismo, tratando de



descubrir el establecimiento del sujeto en diferentes momentos instaurándose una “relación consigo mismo que determina cómo debe constituirse el individuo en cuanto sujeto moral de sus propias acciones” (Foucault, 2015a, p. 355), ante esto, se dimensiona que el sujeto apropia criterios y acata o desacata normas definiendo su moralidad y constituyéndose un sujeto moral, sin embargo al interior del sujeto y exactamente en el pensamiento ocurre una estructuración y redefinición de fundamentos morales:

En suma, para ser llamada ‘moral’ una acción no debe reducirse a un acto o a una serie de actos conformes a una regla, una ley o un valor. Toda acción moral, es verdad, comporta una relación con lo real en lo que ella se realiza y una relación con el código al que se refiere. Pero ella implica también cierta relación consigo mismo. Esta relación no es simplemente ‘conocimiento de sí’, sino constitución de sí como ‘sujeto moral’, en la que el individuo circunscribe la parte de sí mismo que constituye el objeto de esta práctica moral, define su posición en relación con el precepto que sigue, se fija cierto modo de ser que querrá como realización moral de sí mismo. Y, para hacerlo, actúa sobre sí mismo, emprende el conocimiento de sí, se controla, se pone a prueba, se perfecciona, se transforma. (Foucault, 2012, p. 35)

Lo anterior es una contextualización a lo que ahora el filósofo va a fundamentar en su propuesta de sus últimos análisis en torno a la ética, la ubicación de la civilización griega y romana desde el siglo IV a.C y hasta los siglos II y III d.C, distingue las nociones de libertad, cuidado y práctica de sí que apoyan los planteamientos referidos a la ética del sujeto en relación al cuidado de sí. En las mencionadas civilizaciones, era imprescindible conocerse a sí mismo para poder cuidarse, ocuparse y/o formarse, fortaleciendo y apoyando la práctica de la libertad, los griegos cuestionaron la libertad del individuo como problema ético, siendo la ética una práctica y el *ethos* una manera de ser y conducirse visible ante otros (Foucault, 2015b),



entendiéndose por ética la relación que el sujeto tiene consigo mismo cuando actúa.

La relación ética y verdad coincide con el dominio del sujeto a partir de su correlación con la verdad,

Entre ética y verdad no puede haber separación pues si se tiene en cuenta la relación de autosubjetivación por la que pasa la constitución ética de cada individuo es preciso reconocer que hay un trabajo de búsqueda de la verdad sobre sí mismo. (Florián, 2006, p. 63).

Así se presenta la *parrhesía* (decirlo todo) en la transformación de sí mismo y conocimiento del otro en la búsqueda de las manifestaciones de verdad del sujeto para lograr la ética ascética.

El cuidado de sí concibe la dimensión de constatar verdades y de manifestar inquietudes respecto al seguimiento de conductas morales, en el caso del cristianismo se proclaman verdades que invitan a la consecución de la ética. Pero el sujeto en su relación ética, en la dinámica de conocerse, ocuparse, inquietarse y cuidarse, encamina su actuación a la transformación de las verdades, relacionándose con los juegos de verdad. Si bien, el decir verdad como cuestión ética se debate entre la obligación y/o la necesidad de contar y de confesar, haciéndose imprescindible decir y difundir la verdad de cada sujeto, la verdad de sí mismo. Así, la obligación de decir la verdad en el cristianismo, se da por el acto de confesión y de penitencia, y contar los pecados a un intercesor. La manifestación de la verdad como acto de confesión cristiano se disipa en dos maneras de confesión, a saber la *exomológesis* y la *exagoreusis*; la primera implica al sujeto penitente a exponer su verdad y mostrarse de acuerdo, en convenir a reconocerse pecador y admitir su pecado frente al confesor; y si se trata de la *exagoreusis-cogitatio*, significa verbalizar el estado del alma, disponer un discurso de sí, generando el decir todo de sí y de comentar el más profundo pensamiento, se conoce como la discursivización perpetua de sí mismo (Foucault, 2014).

Mientras que en la época griega, la práctica de decir todo y hablar franco (*parrhesía*) se confronta en tres escenarios: desde la pedagogía se reproduce en el maestro en una relación de conducción, pues el hablar franco lo posiciona como un guía y consejero; en el ejercicio de la ciudadanía, la *parrhesía* se concibe el derecho de decirlo todo y corresponde al ciudadano; y por último en el desplazamiento político, la *parrhesía* denotaba la potestad del soberano para dar libertad a otros de hablar franco:

La *parrêsía*, la obligación de decirlo todo, aparece como un precepto que se aplica al maestro, al guía, al director, digamos, a ese otro que es necesario en el cuidado de sí; no se puede, en efecto, cuidarse de sí, no se puede ocuparse de sí, no se puede *epimeleisthai heautou*, más que con la condición de que uno sea ayudado por alguien, y es ese alguien, ese otro en el cuidado de sí, sobre quien pesa la obligación de *parrêsía* [sic]. (Foucault, 2015c, p. 242)

Se evidencia que la *parrhesía* es efecto continuo y constituyente del otro, o sea, se hace fundamental que en el encuentro de la presencia de ese otro como orientador y del sujeto orientado, ocupe un lugar la manifestación de la *parrhesía*, ya que en la relación del cuidado de sí mismo y el cuidado del otro, es primordial conocerlo desde la escucha, en este saberlo todo y posteriormente en el hablar franco se valida la *epimeleia heatou*. En efecto, la ética garantiza la relación con los demás sujetos para la constitución propia, de cada uno de los sujetos. Entre tanto, en la escucha y en la *parrhesía*, se conjuga la acción del sujeto por concebir, transformar, cambiar o sustituir verdades, de manera que el sujeto cuida de sí y establece su posición frente a aquello que se considera verdadero, en lo aceptado universalmente o en aquellas ideas generalizadas; en esta tensión, el sujeto posibilita en su interior el surgimiento de nuevas posiciones y confronta entre verdades para movilizarse en su acción propositiva, es por lo tanto que la ética como la relación del sujeto consigo mismo se representa a esa nueva designación y posicionamiento de verdades, en transitar por los juegos de verdad y en consolidar

las manifestaciones y actos de verdad de los sujetos. Si bien, “Cuidarse de sí es pertrecharse de estas verdades: y ahí es donde la ética está ligada al juego de la verdad.” (Foucault, 1999, p. 398).

Para detallar aún más, los juegos de verdad apuntan directamente al ejercicio sobre sí mismo y a la acción de sujeto sobre sí al habilitar sus verdades en la consolidación de la ética, de este modo, la ética es la práctica de sí con una apropiación ascética, es decir, se encuentra en búsqueda de la autotransformación y de la constitución del sujeto, la ascesis es el “ejercicio de uno sobre sí mismo, mediante el cual intenta elaborarse, transformarse y acceder a cierto modo de ser.” (Foucault, 1999, 394), la ascesis es entonces, en el sentido helenístico-romano, el proceso que legitima la relación que se establece consigo mismo, pretendiendo la constitución de sí con la adquisición de facultades no consolidadas y la correspondencia de atar el sujeto a la verdad, en este sentido se intenta que el sujeto sea quien enuncie un discurso verdadero, optar por la no objetivación del sujeto en un discurso sino por subjetivar el discurso, es decir “hacer suya la verdad, convertirse en sujeto de enunciación del discurso verdadero; creo que es éste el corazón mismo de la ascesis filosófica” (Foucault, 2009a, p. 317), desde esta perspectiva se sostiene que el sujeto se indague contantemente por los discursos a los cuales está dispuesto, y percatarse que como sujeto ético logra formarse en otras lógicas de verdad, así la ascesis es vinculada al gobierno y a la verdad.

## Ética del pensamiento

En el texto *La ética del pensamiento: Para una crítica de lo que somos* (Foucault 2015), editado por Jorge Álvarez Yágüez, se plantea la relación ética y pensamiento desde una compilación de entrevistas y textos de Foucault, donde se asume la ética parte del pensamiento, configurándose en las conductas morales por las que el individuo es dominado, desde esta perspectiva, la transformación del sujeto a través de la modificación de las técnicas de sí, reestructura su pensamiento e instaura la relación como sujeto ético, el pensamiento que se reestructura recrea

la constitución de sí y se presenta la figura del intelectual, la estética de la existencia y el arte de la existencia en los modos en los que el sujeto hace su vida.

La relación ética y pensamiento se hace explícita cuando el sujeto como ser pensante, es consecuente en acciones, conductas y comportamientos; implica pensar al sujeto relacionado consigo mismo en su constitución y reconocimiento de sujeto ético, de manera que el pensamiento que el individuo forma y transforma, concibe y destaca la experiencia como un eje que atraviesa su presencia y su lugar evidenciados en la estructuración del pensamiento y en las posibilidades de actuación del mismo; que define así:

Por pensamiento yo entiendo lo que instaura, en diversas formas posibles, el juego de lo verdadero y lo falso y que, en consecuencia, constituye al ser humano como sujeto de conocimiento; lo que funda la aceptación o el rechazo de la regla y constituye al ser humano como sujeto social y jurídico; lo que instaura la relación consigo mismo y con los otros y constituye al ser humano como sujeto ético. (Foucault, 2015, p. 57)

Tal como se evidencia en el apartado anterior, se representa una ilación de relaciones del sujeto ético con el conocimiento y la sociedad a partir de concebir el sujeto pensante, de ahí se refleja cómo el pensamiento es un proceso que indaga por la objetivación y subjetivación, es decir, toma partida de ello y se origina desde allí; la modificación del pensamiento gira en torno a la relación entre ambos procesos (objetivación y subjetivación) reflejándose en las formas presentadas de la realidad o las representaciones creadas como objetos y elementos que transforman la estructura dentro del pensamiento, en consecuencia se tornan problematizaciones que implican discurrir de algunos otros elementos donde el sujeto toma una posición y actúa frente a los demás recurriendo a la experiencia para la búsqueda de la reelaboración de las formas del pensamiento, tal como lo menciona Foucault en la entrevista *Qu'Appelle-t-on punir?* con F. Ringelheim, registrada en diciembre de 1983.

Se resalta el papel del intelectual como el individuo que en una acepción de parresiasta, muestra la verdad y la justicia, que se atribuyó durante la época burguesa. El intelectual era quien decía la verdad a quienes no la veían o no podían decirla (Foucault, 1994a), de forma que visibilizaba los mecanismos de poder y analizaba las relaciones de dominación, además se encargaba de “reinterrogar las evidencias y los postulados, sacudir las costumbres, las maneras de hacer y de pensar, disipar las familiaridades admitidas. Retomar la medida de las reglas y de las instituciones” (Foucault, 1994b, pp. 676-677) lo cual generaba una acción política en términos de ciudadano; es por esto que el intelectual desde el pensamiento connota una labor y aún más una actividad sustancial en el mismo pensar, el intelectual que se reflexiona y propone se comprende desde la relación ética, siendo que la acción del pensamiento visibiliza la representación de la realidad. La figura del intelectual recrea condiciones de posibilidad para que el pensamiento tome forma y contribuya a la comprensión de la ética. En cuanto al intelectual, supone un saber el cual transforma desde las múltiples experiencias con las cuales interactúa haciéndose visible el ejercicio consigo mismo que permite la reflexión para reestructurar el propio pensamiento.

Así mismo, el pensamiento sobre el pensamiento como labor del intelectual, no hace diferenciación de la praxis, si no se presentan conjuntamente, es decir, en el ejercicio se transforma la acción y las experiencias se convierten en insumos del pensamiento; con respecto al trabajo sobre sí mismo, los griegos plantearon técnicas (la memoria, la escucha y la escritura), las cuales representaron formas de sujeto y formación de sí, en consecuencia, se consideraba pensar sobre el pensamiento. Lo anterior supone pensar en la estética de la existencia y arte de la existencia, que tienen por objetivo la transformación de sí, ambas nociones se originan desde una moral griega, consistiendo en conducirse bajo el propio dominio y desde la concepción de ética clásica griega determinada por el *ethos*, que reconoce la

formación del sujeto y la consecución de estilos de vida que le permiten un dominio sobre sí mismo y alcanzar las virtudes a través de técnicas y hábitos para llegar a la plenitud del ser, desde allí se pretende constituir una ética como una estética de la existencia. “La estética de la existencia se encuentra, pues, en dos campos políticos, a saber, como gobierno de sí mismo y como resistencia al poder que intenta gobernarnos” (Foucault, 1994c, p. 88) y el arte de la existencia es referido a que la vida se convierta en una obra de arte (Foucault, 1994c, p. 89). Entonces, la estética de la existencia se distingue como los modos de vivir plácida y plenamente, visualizando la construcción de una ética que concibe al sujeto en relación a sus normas y valores, dicha construcción se distancia de los fundamentos universales y de los principios prescritos, se establece y se apoya en la decisión del sujeto por encontrar lo que desea que impere su conducta y comportamiento, desde esta perspectiva la moralidad está en busca de un diálogo con el uso de los placeres permitiendo al sujeto constituirse desde sus apropiaciones morales.

En conclusión, el abordaje de la noción ética, posibilita pensar la educación donde se inscriben sujetos que se forman continuamente a partir de los procesos de subjetivación. En estos escenarios cobran sentido las prácticas ascéticas reconocidas por Michel Foucault expuestas a lo largo del capítulo, ejemplo de ello, es la inquietud por la escritura como técnica de sí y las implicaciones que presenta en el proceso educativo y práctica pedagógico, ya que con el reconocimiento del sujeto se obliga a reflexionar sobre el oficio del maestro y del trabajo con los estudiantes

## Referencias

- Álvarez, J. (2015). *La ética del pensamiento: para una crítica de lo que somos*. Edición y traducción de Jorge Álvarez Yáguez. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Alves da Silva, N. & Simão de Freitas, A. (2015). La ética del cuidado de sí en el campo pedagógico brasileiro: modos de uso, resonancias y desafíos. *Pro-Posições*, 217-233.

- Foucault, M. (1990). *Tecnologías del yo*. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (1994a). *Dits et écrits I*. París: Éditions Gallimard
- Foucault, M. (1994b). *Dits et écrits IV*. París: Éditions Gallimard.
- Foucault, M. (1994c). *La hermenéutica del sujeto*. Madrid: La Piqueta
- Foucault, M. (1999). La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad. En *Estética, ética y hermenéutica* 393-415. Barcelona: Paidós
- Foucault, M. (1999a). Sexualidad y soledad. En *Estética, ética y hermenéutica*. 225-234. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (1999b). Escritura de sí. En *Estética, ética y hermenéutica* 289-305. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (1999c). Subjetividad y verdad. En *Estética, ética y hermenéutica* 255-260. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (1999d). El combate de la castidad. En *Estética, ética y hermenéutica*. 261-274. Barcelona: Paidós.
- Foucault, M. (2007). El sujeto y el poder. *Revista Mexicana de Sociología*, Vol. 50, No. 3. Jul. - Sep., 1988, 3-20
- Foucault, M. (2009a). *La hermenéutica del sujeto. Curso en el Collège de France. (1979-1982)*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2009b). *El gobierno de sí y de los otros. Curso en el Collège de France. (1982-1983)*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2012). *Historia de la sexualidad 2: el uso de los placeres*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Foucault, M. (2014). *Del gobierno de los vivos. Curso en el Collège de France (1979-1980)*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2015). *La ética del pensamiento: para una crítica de lo que somos*. Edición y traducción de Jorge Álvarez Yáguez. Madrid: Biblioteca Nueva.



- Foucault, M. (2015). Espacio, saber y poder. En *La ética del pensamiento: para una crítica de lo que somos*. 217- 235. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Foucault, M. (2015a). La genealogía de la ética. En *La ética del pensamiento: para una crítica de lo que somos* 343-369. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Foucault, M. (2015b). Política y ética. En *La ética del pensamiento: para una crítica de lo que somos*. 309- 316. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Foucault, M (2015c). La parrêsia. En *La ética del pensamiento: para una crítica de lo que somos* 237- 271. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Florián, V. (2006). La ética del cuidado de sí. Moral y ética de Foucault. En *Franciscanum*, (144), 59-70.
- Giraldo, R. (2009). La ética en Michel Foucault o de la posibilidad de la resistencia. En *Tabula Rasa*, (10), 225-241.
- Gros, F (2008). Situación del curso. En M. Foucault. *El gobierno de sí y de los otros, Curso en el Collège de France (1982-1983)*. (379-394). Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Ibáñez, T. (2014). Foucault o la ética y la práctica de la libertad. Dinamitar espejismos y propiciar insumisiones. En *Athenea Digital*, 14(2), 3-19.
- Kant, I. (2002). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*. Alianza Editorial, S.A. 222
- Nietzsche, F. (2014). *La genealogía de la moral*. Buenos Aires: Ediciones LEA S.A.