

EL CUIDADO DE SÍ

La inversión del platonismo desde la mirada de Michel Foucault

Juan Piazze

Magíster en Filosofía, Universidad de Valparaíso

PRESENTACIÓN

La noción del “cuidado de sí” (*epimeleia heautou*) va a ocupar los últimos esfuerzos que realizara Michel Foucault en el truncado proyecto de su *Historia de la Sexualidad*. Dicho proyecto originalmente fue programado en seis tomos. De los seis tomos programados, sólo se ha publicado el primero *La Voluntad de Saber* (1976). Posteriormente a su publicación, la obra de Foucault pasa por un gran silencio. Silencio que es el reflejo de importantes modificaciones que sufre el proyecto original. Modificaciones que dicen relación con un vuelco hacia el pensamiento clásico. Así, incorpora temas que cumplirán un papel determinante en la última etapa del pensamiento foucaultiano, tales como la ya anunciada noción de *cuidado de sí*. Junto a ella, cabe destacar las *artes de la existencia* y, finalmente, la noción de *parrhesia*. En el año 1984 -el mismo año de su muerte- aparecen, luego de ser corregidas minuciosamente, los dos últimos tomos del modificado proyecto: *El Uso de los Placeres* y *El Cuidado de Sí*.

¿Cuáles fueron los motivos de su modificación? La primera respuesta que se puede articular dice relación con la particular manera de concebir la operación de la filosofía por parte de Foucault. Así, nos dice en el prólogo del segundo tomo de la *Historia de la sexualidad*:

¿Qué es entonces la filosofía de hoy -me refiero a la actividad filosófica-, si no el trabajo crítico del pensamiento sobre sí mismo? ¿Y si, en vez de legitimar lo que ya se sabe, no consiste en proponerse saber cómo y hasta dónde sería posible pensar de otra manera?¹

Una vez llegado este punto, y tema fundamental que afecta al desempeño de la tradición filosófica de Occidente, comparece un motivo que se vincula al *cuidado de sí*. Este motivo es anunciado en el curso del *Collège de France* (1981-1982):

En qué forma de historia se entablaron en Occidente las relaciones entre [...]dos elementos, [...] el sujeto y la verdad.²

Es en este punto en el que Foucault se plantea frente a un *modo* de concebir la historia, el momento en el cual se propone dar un vuelco a su obra, pero también, y con mayor ímpetu, un vuelco a la historia del pensamiento occidental. Este vuelco lo proporciona la noción de *cuidado de sí*.

La historia de Occidente, aquella bajo cuya sombra se cobija también *un modo* de hacer filosofía, ha usado como lugar inaugural, sin embargo, otra noción; a saber, el *dictum* délfico *conócete a ti mismo (gnothi seaton)*. Es así como la operación del pensamiento occidental, y el despliegue de la *ratio* obedece a este principio. Foucault se propone cambiar los parámetros, en primer lugar, para entender la historia de otro modo: aquella historia que es re-entendida por el que-hacer genealógico de Nietzsche, y que demuestra la ineficiencia del elemento fundacional del origen en el pensamiento occidental.

El origen no es otra cosa que el resultado de la humana capacidad de construir ficciones útiles, pero se trata de ficciones que no tienen la eficacia asignada por discurso del *logos* o de la *gnothi*. En definitiva, la historia que reconstruye la genealogía es la historia de las rupturas, de los márgenes y de aquellas instancias que no pueden ser concebidas a partir del calculado despliegue de la *ratio* en Occidente.

¹ *Historia de la Sexualidad II. El Uso de los Placeres*. Ed. Siglo XXI. Argentina 2003, p. 12.

² *La Hermeútica del Sujeto*. Ed. FCE. México- Argentina, 2002, p. 16.

EL CUIDADO DE SÍ

Como queda expuesto más arriba, la noción de *cuidado de sí*, permite recuperar otro *modo* de entender la filosofía misma. No es aquella actividad que “legitima lo ya sabido”, y a partir de ello “ordenar a los demás cómo encontrar la verdad”; sino aquella que permite realizar una crítica, en primer lugar sobre sí mismo, y luego sobre el modo de comprender. De ahí que el pensamiento, en primer lugar, modifique al *sí mismo*, y luego a su contenido. Se entiende entonces al conocimiento dentro de un proceso que es iniciado por un *ejercicio*, una *ascesis*, cuyo principal objetivo es afectar al sujeto para que éste pueda tener acceso a la verdad.

Estas dos conclusiones permiten a Foucault entender la historia del pensamiento occidental a partir de presupuestos que cuestionan el papel que la razón ha cumplido en su desarrollo. En este intento, subyace la tarea que Nietzsche le había impuesto a la filosofía: invertir el platonismo. Con ello, no se trata de *eliminar* el platonismo; sino de insertarlo como el punto de inicio de este *otro modo* de entender la historia del pensamiento. Con este objetivo, se propone al personaje platónico Sócrates como *el maestro del cuidado de sí*. Es por este objetivo que Foucault repara en el diálogo *Alcibiades I*. Para Foucault, este diálogo es la primicia teórica con respecto al tratamiento de la noción de *cuidado de sí*. A continuación, vamos a destacar algunos puntos de este diálogo.

Sócrates se presenta como el pretendiente de un “ya no tan joven” Alcibiades. A su vez, Alcibiades está en edad de asumir un cargo de importancia debido a la posición de aristócrata que éste tenía en su *polis*. Entonces Alcibiades descubre, no sin espanto, que no tenía *la tekhné* necesaria para gobernar. Y se concluye que es necesario, para ser justos, “ocuparse de sí mismo”. Sin embargo, falta un gran detalle ¿cómo podemos ocuparnos de nosotros mismos si no sabemos “qué es ese sí mismo” (*autó to autó*)?³.

Este es un momento crucial, ya que en esta pregunta se nota una alusión, no a la naturaleza humana, sino hacia el sujeto. Es decir, el texto, en palabras de Nietzsche, resulta ser “intempestivo”. Ya que se ubica con ello, 21 siglos más adelante. Sea este un ejemplo de cómo la historia se reconstruye, pero también, de cómo se encuentra

³ *Alcibiades I*. Sobre la expresión *autó to autó*, se debe señalar la mala traducción propuesta por la Editorial Gredos, tomo VII de las obras de Platón, donde se traduce como *cosa en sí*. Y el consecuente ajuste que propone el profesor Óscar Velásquez de esta traducción como *lo-en sí-mismo*. Cf. N. 19 del *Alcibiades I*. Ed. Dionysos, Santiago. 1979, p. 43.

elaborada una figura, la del sujeto. Entendiendo el sujeto como “punto hacia el cual se orienta la actividad reflexiva, esa actividad meditada que vuelve del individuo al individuo mismo”.⁴

Encontrar la estructura subjetiva en un texto del siglo V a.C. significa desmontar el hilo histórico, pero también re-entender a la filosofía misma. Hay un sujeto, que hace la experiencia de sí mismo, y el retorno a un *sí mismo* es el movimiento que permite tener acceso a un conocimiento. Lo que tenemos en vista, es la subordinación del *conocimiento de sí* al *cuidado de sí*. Y de la misma manera, se dibuja una línea paralela de la historia del pensamiento. Este es una de los resultados que arroja la genealogía entendida como *inversión del platonismo*.

INVERTIR EL PLATONISMO

Invertir el platonismo: esta es la tarea con que Nietzsche carga las espaldas del quehacer filosófico de Occidente. Sin embargo, para ser más justos con Platón, se trata de invertir el platonismo pasado por el purificador del medioevo, aquel que reduce la riqueza del pensador griego a ser la prueba fehaciente de la existencia de la idea del bien supremo, encarnado en la figura de Dios según lo fijaran pensadores cristianos en su intento por armonizar las Sagradas Escrituras a la filosofía griega. Es así como invertir el platonismo significa volver sobre el espesor de la superficie, sobre la profundidad de la superficie, y de este modo “tener más piedad por lo real, por el mundo y por el tiempo”. Y con este impulso recuperar la inocencia del devenir, girando el centro de gravedad hacia aquel ámbito del que se desconfiaba: “bajar hasta este cabello, esta mugre debajo de la uña, que no merecen en lo más mínimo el honor de la idea”⁵. En un sentido más radical, invertir el platonismo significa pervertirlo, la búsqueda de lo profundo en la superficie, la reivindicación de la piel y la carne frente a las desmembradas ideas, en palabras de Foucault, descentrar lo idéntico y lo mismo para

⁴ Foucault, M. *La Hermenéutica del Sujeto*, op. cit, p.54.

⁵ Foucault, M. *Theatrum Philosophicum*. Anagrama, Barcelona, 1981, p.11. (Edición francesa, *Editions de Minuit*, París, 1970). En este texto, Foucault rinde homenaje al pensador francés Gilles Deleuze. Esta reseña es escrita en 1969 y publicada en 1970, momento en que Deleuze acababa de publicar *Diferencia y repetición y Lógica del sentido*. Al comienzo de este texto Foucault realiza la célebre proclama: “tal vez algún día el siglo será deleuzeano”. La alusión a “la mugre debajo de la uña”, es al debate entre Sócrates y Parménides sobre el problema *¿Las formas son formas de qué?*. Cf. *Parménides*, 130 c-d, en *Diálogos*, tomo V, Gredos, Madrid, 1999.

EL CUIDADO DE SÍ

que tenga lugar la diferencia, el escándalo de la profanación, la penetración de la carne por la carne misma, desvanecimiento de lo uno en lo múltiple, dispersión del orden en el caos. Todas estas descripciones forman parte del gesto de repulsión con que el discípulo del perro ubicó su altar en la historia de la filosofía, y también, es la condena de quienes no han sabido habitar en la tranquila irradiación solar del bien y han descendido a las profundidades de la apariencia; en una frase, ellos han invertido el platonismo.

La inversión, o perversión del platonismo, es uno de los motivos por los cuales Foucault decide reconstruir la genealogía de la moral, continuando la tarea planteada por Nietzsche y, en algunos casos, incurriendo en ciertas sutilezas que el filósofo alemán no logró ajustar. Es el mismo Foucault, quien responde afirmativamente cuando le preguntan si su tarea puede ser entendida como una continuación de la genealogía de la moral nietzscheana. Dentro de este marco, le sugieren la siguiente pregunta: “¿Nietzsche debe estar equivocado en *La Genealogía de la Moral* cuando le atribuye al ascetismo cristiano el hacer de nosotros la especie de criaturas capaces de hacer promesas?”, a lo que responde: “Sí creo que lo ha atribuido equivocadamente al cristianismo, considerando lo que sabemos de la evolución de la ética pagana desde el siglo IV a.C hasta el siglo IV d.C ”⁶. Esta equivocación se debe a que Nietzsche no realizó un análisis de las *técnicas de sí*, y ellas, siguiendo lo investigado por Foucault, comportan una manera de poder pre-disponer de sí mismo. De tal manera de actuar sobre el tiempo presente, y realizar lo que describe como una *ontología de nosotros mismos*, Foucault decide retomar los antecedentes greco-latinos.

La inversión del platonismo, incluye una especial disposición hacia la propia constitución en tanto sujeto moral y de conocimiento. Considerarse a sí mismo como obra de arte, puede ser una de las primeras consecuencias de esta inversión, pues ya no

⁶ Ver Foucault, *El Yo Minimalista y Otras Conversaciones*, La Marca, Argentina, 1996, p.78. Cabe ubicar a Foucault dentro de los continuadores de la tarea nietzscheana, al emprender un trabajo genealógico en que su crítica cae sobre el sujeto como instancia fundacional, tal como es entendido desde el pensamiento kantiano, como sujeto trascendental, y por lo tanto, reduce la historia a partir de una mecánica racional. El trabajo genealógico pone al descubierto que el mecanismo de la historia escapa a todo tipo de reduccionismo racionalista. Algo de esto se puede vislumbrar en el párrafo 7 de *La Ciencia Jovial*, titulado, *Algo para laboriosos*. En este párrafo, Nietzsche sostiene que “hasta ahora carece aún de historia todo lo que ha dado color a la existencia”, y propone una lista de genealogías de asuntos morales que aún no habían sido efectuadas: “una historia del amor, de la codicia, de la envidia, de la conciencia, de la piedad, de la crueldad”, y continúa enumerando: “falta completamente hasta ahora una historia comparada del derecho, o tan sólo del castigo”. Aunque muchos de estos intentos fueron llevados a cabo en distintos aforismos de la obra de Nietzsche, constituyen un adelanto de las que serán las principales obras de Foucault.

se actúa siguiendo un modelo *eidético*; ni una legalidad externa al sujeto, sino que es la propia *materialidad* de los actos vitales los que van dando un cierto estilo a la vida, y con ello, entregando otro rostro a lo que tradicionalmente se entendió como sujeto⁷: no se trata de estar *sujeto* a una ley, es más bien ser artífice de una manera personal e intransferible de asumir la existencia. Foucault estipula que para ello se requiere de lo que la cultura grecolatina (entre los siglos III a.C y III d.C) denominó *el cuidado de sí*.

¿QUÉ SON LAS TÉCNICAS DE SÍ?:

Foucault va a definir las *técnicas de sí*, como aquellas que:

*permiten a los individuos efectuar, solos o con ayuda de otros, algunas operaciones sobre su cuerpo y su alma, sus pensamientos, sus conductas y su modo de ser, así como transformarse, a fin de alcanzar cierto estado de felicidad, de fuerza, de sabiduría, de perfección o de inmortalidad.*⁸

Esta definición general se relaciona con otras tres operaciones: técnicas de producción mediante las cuales se confeccionan, transforman o manipulan objetos, técnicas de sistemas de signos que permiten utilizar signos, sentidos, de símbolos o de la significación, y, finalmente, técnicas de poder que “determinan la conducta de los individuos, les someten a ciertos fines o a la dominación y objetivan al sujeto”. Estas funciones, por lo general operan en conjunto. Así, lo que se intenta conseguir no es sólo una asimilación de contenidos que queda enfrascada en un conjunto de máximas teóricas, en el ámbito de la pasividad, sino, lo que intentan es producir un cambio a nivel de la *praxis*. Estas técnicas tiene como objetivo *adquirir ciertas aptitudes*. Al conjunto de estas técnicas Foucault lo denomina “gubernamentalidad”. Ellas representan un giro hacia el sujeto, no se trata de las técnicas de dominio que, bajo el signo del poder, conforman las disciplinas, sino, son técnicas que implican una operación ejecutada desde el individuo. Por tanto, las técnicas de sí, no corresponden a la base ideológica productora de un modelo de individualidad, sino radican en el individuo y en

⁷ Cabe señalar que *tradicionalmente* se entiende por sujeto a una relación que el conocimiento establece consigo mismo. Su legalidad se deduce de las condiciones formales; por ejemplo: el principio de identidad. Y de las condiciones culturales; por ejemplo, la validez de la física newtoniana en determinado período de la historia.

⁸ Foucault, M. *Las Técnicas de Sí (1982)*. En *Obras Esenciales*, tomo. III, Ed. Paidós, Barcelona 1999, p.445.

EL CUIDADO DE SÍ

su fuerza transformadora de realidad, fuerza que puede ser dirigida hacia el dominio de los demás, pero que en primera instancia actúa sobre el propio individuo.

Foucault, en otro lugar, propone la siguiente definición de las técnicas de sí:

*permiten a los individuos efectuar, por sí mismos, determinado número de operaciones sobre su cuerpo, su alma, sus pensamientos y sus conductas, y de esta manera producir en ellos una transformación, una modificación, y alcanzar cierto estado de perfección, de dicha, de pureza, de poder sobrenatural.*⁹

Ahora bien, se debe diferenciar el proceder de las técnicas de sí greco-latinas, de las cristianas. Para los primeros se trata de un dominio mediante el posesionamiento de sí, mientras que las prácticas monacales consisten en un ejercicio cuya meta es la renuncia al mundo y a la carne que constituye la individualidad, ello por tener un sentido escatológico.

Por tanto la actitud que se busca con estas prácticas, es el sometimiento. Por su parte, las técnicas de sí buscan, a través del dominio, un concepto de libertad más amplio, que no consiste en someterse a una autoridad, sino constituir en sí mismo un principio regulador de las acciones con el fin de obtener una autonomía sobre la inminencia de los sentidos, los instintos y el mundo externo. Mediante ellas no se renuncia al placer, pues demandan un estado de plenitud tal que el placer logrado sea superior en intensidad y en calidad que en el estadio de dispersión: por ejemplo, renunciar a un plato de comida, para obtener un mayor goce, renunciar a un bello cuerpo para procurárselo cuando las condiciones sean óptimas. Estas técnicas consiguen un grado de independencia de las condiciones externas a tal punto que se puede prescindir de ellas, es decir, conseguir un goce que exclusivamente dependa de quien lo experimenta. Así, se alejan de la futura configuración que tendrá la moral con el advenimiento del cristianismo. Siguiendo los preceptos del cristianismo los individuos dependerían de instancias absolutamente externas, lo más externo y ajeno a la naturaleza humana termina siendo el centro en el que se manifiestan las principales

⁹ Foucault, M. *Sexualidad y Soledad* (1981). En *Obras Esenciales*, tomo III, op. cit, p.227-228.

características del Dios cristiano, y de esta figura fundacional, surge una moral cuyos principios rectores son igualmente ajenos a quienes afectan.

Las técnicas de sí persiguen generar una ley que no sea externa, de ahí que el objetivo de renunciar al mundo y a los placeres se relacione con la constitución de sí en términos de una soberanía del y para el individuo. Por ello se decía anteriormente, que no corresponde a la actitud pasiva de renuncia entendida según la moral cristiana, es, más bien, una actitud activa, que involucra tanto el trato con los demás como consigo mismo: “El cuidado de sí remite siempre a un estado político y erótico activo”¹⁰. La pastoral cristiana prepara a los individuos para otra vida, mientras que para la tradición greco-latina, se trata de un conocimiento que permita acercarse aún más a la realidad de este mundo.

Otra diferencia que hace notar Foucault, es la manera como cada una de estas posiciones asume la *escritura de sí*. La escritura de sí es una de las prácticas más antiguas que caracterizan a la civilización occidental. Para la cultura greco-latina, la escritura de sí era el registro de las distintas actividades que se realizaban a lo largo del día, diligencia que en un primer momento se hará mediante la confección de cartas, con el fin de poder examinar el proceder del individuo, de esta forma involucra una meditación y una preparación: por ello el cuidado de sí tiene que ser ejecutado mediante una permanente *actividad de escritura*. Pero, lo que constituye la escritura de sí para las prácticas monacales, se relaciona más que con un dominio en la *praxis*, con una vigilancia. De manera que cobran mayor importancia los pensamientos que las acciones. Se debe efectuar una vigilancia constante sobre el pensamiento debido a que es por ese medio que logra penetrar el mal, poco a poco, se irá gestando a partir de esta vigilancia la práctica de la confesión.

Dentro de la práctica de la confesión, el cristianismo impone la obligación de decir la verdad, ejecutar un examen de conciencia con el fin de poner al descubierto las secretas redes que ha tejido el pecado al interior del alma, para de esta forma comunicárselo a otro, y, juntamente con ello, poner en evidencia un acto de renuncia.

¹⁰ Foucault, M. *Las Técnicas de Sí*, op.cit, p. 451. Respecto al papel político-erótico activo, se puede relacionar en el *Alcibiades*; con la siguiente sentencia de Sócrates: “no son los demás quienes tienen que someterte; sino tú a los demás. Por eso sólo yo -el conocedor de lo que realmente es el sí mismo- el maestro del cuidado de sí, puedo guiarte con el fin de que domines a los demás”.

EL CUIDADO DE SÍ

En el reconocimiento de esa verdad que se encuentra oculta en el alma (ilusiones, pecados, seducciones y tentaciones en las distintas formas que tienen de manifestarse) se logra exorcizar el mal que puede haber en nuestro interior. Esta verbalización supone obediencia a quien se esté confesando, y que todo aquello que no pueda ser formulado en palabras forme parte del oscuro mundo del pecado:

*Se trata de una verbalización analítica y continua de los pensamientos, que el sujeto practica en el marco de una relación de obediencia absoluta a un maestro. Esta relación toma como modelo la renuncia del sujeto a su voluntad y a sí mismo.*¹¹

La renuncia tiene la doble característica señalada en la cita anterior, debido a que la última decisión no depende de la voluntad personal sino de otro individuo que tiene las investiduras de la autoridad, y en la medida en que es la propia constitución del pecador a la que finalmente hay que renunciar. Esta operación es algo que concierne más al pensamiento que a las obras, pues se vela por descubrir los posibles engaños del mal, además de tener la obligación de prestar constante contemplación al bien. Se abortan los lazos con el mundo exterior y consigo mismo, ello inserto en la mecánica salvacional, puesto que la verdadera bienaventuranza no viene condicionada por la naturaleza corpórea, o carnal, y, además, no puede ser conseguida en esta vida, sino una vez que la muerte ya ha extendido su frío manto.

EL ACCESO A UN ESTADIO SUPERIOR

El cuidado de sí se transformará en un ejercicio que debe ejecutarse toda la vida, por consiguiente se familiariza con el cuidado médico; también no es preparación para otra vida, ni para abandonar un estadio de vida al hacer ingreso a una nueva etapa, ya que concierne a un cumplimiento total de la vida, éste llega a su momento máximo en el instante antes de la muerte, corresponde a lo que podría denominarse un estado de plenitud vital, similar a lo que Aristóteles califica de *eudaimonia*, o felicidad, puesto que se manifiesta como el fin al que tienden todas las acciones, y la vida misma, como

¹¹ Foucault, M. *Las técnicas de sí*, Op. cit. P.473. En la consideración de la *alétheia* como *éthos* se puede constatar el movimiento de inversión. Aquí la verdad no de-vela, no hay un movimiento de ascenso; más bien se trata de *volverse sobre* la superficie. Es decir, *per-vertir*, o; para utilizar el referente griego *de-lirar*, permanecer en el *lethos*.

la principal actividad, deberá predisponerse en el logro de aquel fin según el cual todos los demás fines se ordenan. Por último, el cuidado de sí conlleva un conocimiento de sí. Es la inevitable relación que se establece entre una práctica y el saber, o entre el sujeto y la verdad. Es decir, existe un fuerte vínculo entre el conocimiento y la acción, sea como principio regulador de la acción, como objetivo a ser logrado mediante la acción, o como proceso a través del cual comparece.

Estas prácticas, enmarcadas dentro de la *ascesis*, buscan, en palabras de Foucault:

*La [ascesis] es un conjunto de prácticas mediante las cuales el individuo puede adquirir, asimilar la verdad, y transformarla en un principio de acción permanente. La alétheia será el éthos. Es un proceso de intensificación de la subjetividad.*¹²

Esta *intensificación de la subjetividad*, lograda por el vínculo entre verdad y puesta en marcha de ella en una aplicación concreta a la vida, se asociará a otras dos operaciones: *mélete* y *gimnasia*. La *mélete*, corresponde a lo que los latinos traducen por *meditatio*, y consiste en la fabricación de un laboratorio mental, en el que se imaginan los distintos cursos de acción posible con el objetivo de poder pronosticar sus distintas consecuencias. Por otra parte, la *gimnasia* es complementaria, puesto que es una situación real, como lo son el ayuno, el celibato, y los rituales de purificación. Una es un *ejercicio del pensamiento*, y otra, *un entrenamiento en la realidad*. Entre ambas existe un gran espectro de situaciones intermedias. A este nivel del argumento se logra percibir que la *meditatio* no es útil sin un desempeño práctico, asimismo, el ejercicio sin sustento a nivel del pensamiento no podría afectar al quehacer filosófico.

Con estas operaciones, el individuo debe someter a examen su vida y los principios que la rigen para poder encontrar la manera de hacer de ella una existencia que le permita acceder a una plenitud de vida; en ese sentido, se trata de una *intensificación de la subjetividad*, pues el individuo se constituye como sujeto al participar del *ethos* una vez que ha configurado el conocimiento que le haga posible acceder a un estadio más elevado de la vida, es decir, cuando se convierta en un *sophos*.

¹² *Ibid supra*, p.460.

EL CUIDADO DE SÍ

Sophos, en el sentido en que ha *experimentado*, ya sea con las posibilidades que le da la razón o en situaciones extremas autoimpuestas, las distintas variaciones que puede tener la vida. Con certeza se puede afirmar de él que ha tomado el gusto, sea este un sabor amargo o dulce, a la vida. *Sophos*, es quien ha hecho suya la virtud de la prudencia, es decir, quien en todo momento y en toda condición sabe cómo comportarse, de tal manera que obtiene los mejores resultados de las distintas situaciones que, en conjunto, constituyen la vida.

CONSIDERACIONES FINALES

La plenitud lograda mediante el dominio de sí, se relaciona con una particular economía del placer. Es un placer que se caracteriza “por el hecho de que no conoce ni grados ni cambios, sino que se da de *una sola pieza*”, puesto que nada exterior puede modificarlo. No obedece a ningún elemento ajeno a la voluntad del individuo, o de un deseo que inquiete el alma por tratarse de una carencia. Por el contrario, se trata de un temple según el cual el individuo es capaz de bastarse a sí mismo, temple según el cual el goce y el placer obtenido no es el resultado de una turbación, producida por bienes o elementos ajenos. Este placer será de un carácter superior, debido a que se produce por la mayor posesión a la que se pueda optar, y que constituye el principio de posibilidad para una existencia más libre:

*la experiencia de uno mismo que se forma en esta posesión...es la de un placer que toma uno en sí mismo. Aquel que ha llegado a tener finalmente acceso a sí mismo es para sí mismo un objeto de placer.*¹³

Puesto que el individuo logra ser la medida de su propio placer, no postulará más que a aquello que puede lograr mediante la determinación de su voluntad, sin extraviarse en las infinitas posibilidades en las que suele extraviarse el alma que no ha logrado construir los límites de su dominio. No es pues un *liber arbitrio*, ya que esto conduce a la desesperación y a la esclavitud de aquellas instancias que se escapan al dominio (por ejemplo, la vida eterna). Se trata de un régimen austero, debido a que evita todo aquello que puede perturbar al individuo desde el exterior. De esta forma,

¹³ Foucault, M. *Historia de la sexualidad II*, Siglo XXI, Argentina, 2003, p.65.

constituye una actitud serena de enfrentar la salvación personal gracias a la efectiva posesión de sí mismo para conseguir un estado de purificación. Las técnicas de sí, son formas mediante las cuales se combina el conocimiento y dominio de sí, gracias a *una intensificación de la relación con uno mismo*, como se afirmó anteriormente, *por el cual se constituye uno como sujeto de sus actos* que permite acceder a una salvación cuyo artífice es el propio individuo:

*se ve uno llamado a tomarse a sí mismo como objeto de conocimiento y campo de acción, a fin de transformarse, de corregirse, de purificarse, de construir su propia salvación.*¹⁴

La última consecuencia de la inversión del platonismo consiste en el establecimiento de un reino de los cielos en el interior del propio individuo, que sólo a partir de su constitución puede proporcionar la salvación, en primer lugar, a sí mismo, y en lo posible, componer un camino para la salvación de los demás. Pero es una libertad que se basa en el reconocimiento de los propios límites, pues el más sabio de los sabios, reconoció que su condición no era la de ser un dios.

¹⁴ *Ibid*, p. 41.