



Revista colombiana de psiquiatría
Asociación Colombiana de Psiquiatría
revista@psiquiatria.org.co
ISSN (Versión impresa): 0034-7450
COLOMBIA

2006
Carolina Andrea Montoya Vargas
SOBRE EL CUIDADO: ENTRE FILOSOFÍA Y MEDICINA
Revista colombiana de psiquiatría, año/vol. XXXV, número 004
Asociación Colombiana de Psiquiatría
Bogotá, Colombia
pp. 570-582

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal

Universidad Autónoma del Estado de México

<http://redalyc.uaemex.mx>



Epistemología

filosofía de la mente y bioética

Sobre el cuidado: entre filosofía y medicina

Carolina Andrea Montoya Vargas¹

Resumen

La filosofía vela por las almas. Velar por el alma con intenso y asiduo cuidado es lo propio del filósofo; por lo tanto, el verdadero nombre del filósofo es terapeuta. Su saber parte de que hay que consumir la vida antes de la muerte, lograr la saciedad completa de sí. Esta razón nos impulsa a meditar. El cuidado de cada uno es una obligación permanente que debe extenderse durante toda la vida, ya que su forma fundamental es el conocimiento de sí mismo. Tanto para los griegos como para los romanos, el cuidado designa un conjunto de procedimientos, cuyo fin es vida y la acción de la verdad.

Palabras clave: medicina, filosofía, autocuidado.

Title: On Caring: Between Medicine and Philosophy.

Abstract

Philosophy seeks the health of the soul. To look after the soul with intense and constant care is what philosopher does; therefore, the true name of philosopher is therapist. In the origin if his knowledge lays the fact that life has to be completed before death; the self has to be fully satisfied before its end. This is the reason that drives us towards meditation. Care of the self is a permanent duty that has to last our entire life, because its essential form is the knowledge of the self. Thus, for both Greeks and Romans, the self means a set of methods whose purpose is life and the exercise of truth.

Key words: Medicine, philosophy, self care.

Introducción

La filosofía vela por las almas. El velar por el alma con intenso y asiduo cuidado es lo propio del filósofo. El verdadero nombre del filósofo es terapeuta. Para el mundo

antiguo, el cuidado de sí designaba un conjunto de procedimientos cuyo fin es vida y la acción de la verdad. Del mismo modo, ocuparse de sí mismo es conocerse. Tanto para griegos como para romanos existía una obligación permanente que

¹ Filósofa y docente de la Pontificia Universidad Javeriana. Investigadora, Línea de Dolor, grupo Neuros, Universidad del Rosario.

debía extenderse durante toda la vida, ya que la forma fundamental, si no exclusiva, del cuidado de sí no era otra que un tipo de saber sobre la vida que surgía a través de la reflexión sobre la muerte.

Para Foucault, tanto los textos platónicos como los estoicos devienen pistas, pasajes, espacios de experimentación del pensamiento. Todo ello desfila por las nociones de *espiritualidad*, *cultivo de sí* y *cuidado de la verdad*, adquiridos en el trabajo de una genealogía del sujeto moderno que rescata para la historia de la verdad toda una serie de prácticas, técnicas y relaciones olvidadas.

Paul Veyne, el célebre estudioso de la cultura griega y romana, rinde un homenaje a Foucault en una edición de la obra completa de Séneca, en francés. El prólogo de la obra se titula “Séneca y el estoicismo”. La hermosa referencia a Foucault es de él, al final de sus días, ya enfermo, leyendo los textos de Séneca. El encuentro de Foucault y la cultura clásica lo vemos reflejado en la *Hermenéutica del sujeto*. Aquí Michel Foucault se remonta a los filósofos y médicos del siglo IV antes de Cristo y a los pensadores de los dos primeros siglos de la era cristiana, en especial a Séneca, donde encuentra a pensadores que se resisten al poder, no proponiendo otros juegos de verdad u otros juegos de poder, sino proponiendo la vida como obra de arte, en la cual al hacer de la vida un proyecto ético-poético, pueda el

hombre resistir a todo tipo de poderes, precisamente desde el gozo de la vida que nadie le puede arrebatarse, por ser una experiencia íntima. Las tecnologías del yo, nombre dado por Foucault al conjunto de ejercicios o prácticas antiguas que efectuaban algunos individuos sobre sí mismos y que estaban destinadas a la transformación del yo, no es un descubrimiento del filósofo francés. Previamente al trabajo de Foucault, Pierre Hadot había efectuado significativas investigaciones sobre este tema bajo el nombre de *ejercicios espirituales*; de igual manera, se destacan los trabajos de Rabbow sobre los que se apoyó Hadot.

En la lectura foucaultiana de Heidegger, ni la finitud, ni el “ser para la muerte”, ni el fondo de angustia que hace posible la decisión, son retomados. Foucault nominaliza los términos heideggerianos y cambia el *ser* por una ontología histórica del poder. A su vez, adopta el antihumanismo heideggeriano y cambia la pregunta por la técnica por las *tecnologías del yo*.

Lo cierto es que para Heidegger la estructura existencial del cuidado no tiene que ver tanto con prácticas ascéticas como con el hecho de que estamos en cada momento volcados a hacernos cargo de nuestra muerte como posibilidad más propia, aunque ello implique dejar de ser. Por consiguiente, en Heidegger, el destino al cual estamos volcados existencialmente alude al hecho del existir para la muerte. La filosofía

heideggeriana encuentra en Séneca un respaldo argumentativo en el que el cuidado se presenta como un modo de ser mediante el cual el *Dasein* alcanza su perfección, pues en este modo de ser él, sin salir del mundo que lo determina en su ser, se ocupa de su muerte como posibilidad existencial.

Así, Heidegger critica como existencia inauténtica a la que intenta correr un velo de evasión sobre la perspectiva existencial de mi muerte. Y afirma que sólo cuando el hombre acepta la perspectiva de la muerte como su posibilidad propia (en cuanto es ser-para-la-muerte.), más aún como posibilidad que confiere sentido a las otras posibilidades, pues es cuando se capacita para vivir una existencia auténtica ante la nada. Esa nada, añade Heidegger, no es otra cosa que el velo del ser, con lo que evita concluir su reflexión hasta el nihilismo. Ante esta perspectiva, la filosofía contemporánea no hace más que reconocer que, ante la muerte, el hombre no puede menos que levantar su más doliente autocompasión.

A este respecto, Hadot (1) señala cómo el acto del filosofar en la Antigüedad es muy diferente del que domina en la Edad Media y en parte la Modernidad, y claro está en la filosofía actual. Para los antiguos, la filosofía es en las distintas escuelas donde se expresan las corrientes del pensamiento, *ejercicio espiritual*. La filosofía no consiste en la enseñanza de una teoría abstracta, y menos

aún en una exégesis de textos, sino en un arte de vivir, en una actitud concreta, en un estilo de vida determinado que involucra toda la existencia. El acto filosófico no se sitúa solamente en el orden del conocimiento, sino en el orden del “sí mismo”, y del ser: es un progreso que nos hace ser más plenamente, que nos vuelve mejores.

Lejos de ser simplemente gno-seología y teoría de la verdad, en sentido medieval-moderno, la filosofía es método de salvación, vía de liberación del alma que, a través del conocimiento *gnosis*, se desliga de la “cárcel” corpórea y retorna a la patria celeste. La filosofía antigua asume, de este modo, una inclinación claramente “religiosa”. Para Hadot:

... con la escolástica de la Edad Media, *theologia* y *philosophia* se distinguieron claramente. La teología tomó conciencia de la autonomía que poseía como ciencia suprema, mientras que la filosofía, privada de los ejercicios espirituales que ahora hacían parte de la mística y la moral cristianas, quedó reducida al rango de una ‘ancilla theologiae’ que proveía a esta última de material conceptual, y por tanto meramente teórico, que incluso desarrolló en el sentido de una sistematización cada vez más desmesurada. (1)

Sólo con Nietzsche, Bergson y el existencialismo, la filosofía vuelve a convertirse conscientemente en una manera de vivir y de ver el mundo, una actitud concreta. La filosofía

clásica tiene su sitio en la vida. El asunto ético más importante en la Antigüedad gira en torno a la indagación de lo que es una vida buena. La filosofía dirige sus esfuerzos a conocimientos generales sobre la divinidad, el mundo, así como sobre la esencia de ésta vida buena, que como conocimientos generales son principios del bien y de la vida feliz y permanecen relacionados con ella. Recordemos, por ejemplo, que Sócrates se consagró constantemente al *cuidado* de su alma y con ello a conocerse a sí mismo y a la sabiduría. La historia vital de un filósofo como Sócrates es de mucho interés en este contexto, porque —y en tanto que se hace reconocible y visible en ella algo general acerca de la forma de vida filosófica— la doctrina general del filósofo no puede separarse del autoconocimiento del filósofo.

Contrariamente a las corrientes filosóficas modernas, que ven la Filosofía como una disciplina académica, entre otras, se puede situar a los filósofos antiguos a favor de una comprensión de la Filosofía como forma de vivir, según la cual los problemas filosóficos no son problemas de un ámbito delimitado de la actividad académica. Más bien, la vida del ser humano, así como la suya propia, es para los filósofos seguidores de Sócrates una unidad existencial con la totalidad de sus relaciones con lo divino, el hombre y la naturaleza. Esto es cuando él filósofo se consagra a las pregun-

tas: “¿Qué es la virtud?”, “¿qué es la justicia?”, o “¿qué es la piedad?” (2). La preocupación por sí mismo como preocupación por el alma en el marco de la *vita contemplativa* se constituye a través de la actitud incondicional, en sentido ético-moral, de llevar una vida acertada. Nadie como Hadot ha señalado tan enfática y metódicamente que la filosofía antigua sólo puede entenderse de verdad como forma de vivir (1).

Es preciso aclarar que la idea de *cuidado de sí* no está vinculada con ninguna noción de un sujeto previo, dado de antemano, pero tampoco a la idea de una construcción de la subjetividad. Ello hace que expresiones como *relacionarse consigo*, *residir en sí* o *gozar de sí*, utilizadas frecuentemente tanto en los textos griegos como en los romanos para referirse al cuidado de sí mismo, no puedan ser asociadas, de un modo precipitado y desconsiderado, proyectando sobre la filosofía antigua esquemas de comprensión modernos, con actitudes subjetivistas, individualistas o esteticistas. A este respecto, Hadot cuestiona la presentación que hace Foucault de la ética helenista, ya que no se hace referencia a unas instancias trascendentes al hombre, como son la *physis* y el *logos*, inscritas en ella. Quizás a Foucault le interesa destacar más el lado subjetivo de la ética helenista; está fuera de su estudio un naturalismo ético y más aún una divinidad inmanente en la naturaleza. A continuación utilizo

como guía de lectura las fuentes primarias trabajadas por Foucault, por Hadot y por Heidegger para entender el quehacer de la filosofía.

***Terapeuein y epimeleia:* entre Sócrates y Séneca**

Refiere Diógenes Laercio (3)² que cierto mago venido de Siria a Atenas reprobó muchas cosas de Sócrates, y le predijo moriría de muerte violenta.

El epitafio mío a Sócrates es el siguiente:

Tú bebes con los dioses,

eh Sócrates, ahora.

Sabio te llamó Dios, que es sólo el sabio,

y si los atenienses

la cicuta te dieron,

brevemente se la bebieron ellos por tu boca.

La filosofía antigua es, al tiempo e indisolublemente, discurso y modo de vida que tienden a la sabiduría. La importancia de Sócrates ha sido tan inmensa que, después de su muerte, se convirtió en un símbolo de honestidad filosófica y ética, en un *samurái del pensamiento*. La tesis de este ensayo no es otra que mostrar que el discurso filosófico forma parte del modo de vida.

Para los antiguos uno sólo podía acceder a la verdad por una as-

cesis. Para Platón, el conocimiento de sí mismo halla su perfección en el acceso a la verdad. Si Sócrates se limita fundamentalmente a preguntar sobre la excelencia, no escapa él tampoco a la regla universal según la cual la acción es ya una tesis, y la tesis, una acción. Por más que la acción de preguntar sea la menos asertiva de las formas de obrar, no deja, sin embargo, de ser precisamente eso: una forma de comportarse. Su propia ignorancia es propiamente su certeza. Siguiendo al profesor Baró, Sócrates fue él mismo un discurso que intentó autorrefutarse hasta los límites de las capacidades humanas (1). Sócrates adopta un modo de vida particular: la meditación sobre las cosas de la vida. Con ello lo ético no está primeramente en aquello sobre que medita, sino en el hecho mismo de vivir meditando. La sabiduría como ética se ve encarnada en Sócrates, su sabiduría no recae sobre lo ético, sino que es en sí misma ética.

La ambición que mejor define al ejercicio de la filosofía antigua es justamente la curación y la prevención de la enfermedad del alma. Detrás de esta meta, se halla, por supuesto, una clara concepción epistemológica y ontológica dualista, pues la enfermedad del alma se pro-

² La anécdota se narra con palabras de Aristóteles (en II, § 21). La farmacéutica cura las dolencias con medicamentos. La quirúrgica sana cortando y quemando. La dietética ahuyenta los males por medio de la dieta. La nosognomónica, por el conocimiento de la enfermedad. Y la boetéica destierra las dolencias con el auxilio pronto y oportuno. Luego las especies de medicina son: la farmacéutica, la quirúrgica, la dietética, la boetéica y la nosognomónica (en III, §49).

duce sólo y exclusivamente porque poseemos un cuerpo. El cuerpo de la tradición médico-filosófica es el cuerpo individual y experimentado, sentido, vivido como tal en la cenesesia. La cuestión es la del saber del médico, del saber del enfermo y de la verdad. El médico no posee la verdad, ni tampoco el enfermo solo; entre los dos, médico y enfermo, han de construirla. El arte del médico es justamente el paradigma de todos los oficios (3).

De esto deducimos que la filosofía se nos presenta axial como un saber efectivo, determinado por la necesidad humana de vivir en la verdad. La superación de la ignorancia mediante la filosofía es necesaria para que el alma se cure de su enfermedad. El filósofo tiene que buscar la verdad: ese es su tratamiento para el alma. Siguiendo a Sócrates, hay que buscar a aquel de entre nosotros que sea un técnico en el *cuidado del alma*, que, así mismo, sea capaz de cuidar bien de ella y que haya tenido buenos maestros de eso (4).

El término *terapéutica* se utiliza cuando se examina, cuando se emite un diagnóstico, cuando se pone a régimen. La tradición médica y la tradición filosófica son dos corrientes que discurren paralelamente la una a la otra, pero sin dejar de confluir y de modificarse recíprocamente. Ahora bien, la ética —o, si se prefiere, la filosofía práctica— y la medicina exploraron *juntas* un campo espinoso de la experiencia

humana. Establecieron una partición —en la práctica— entre las enfermedades somáticas y las enfermedades del alma. Por un lado, los médicos tomaron prestados de los filósofos conceptos y teorías. Por el otro, ciertas analogías privilegiadas fueron proporcionadas por la medicina a la ética.

Con su acostumbrada diatriba contra los sofistas, Platón establece en el *Protágoras* que, sólo el “médico del alma” está en condiciones de discernir qué alimentos son benéficos o nocivos para el alma:

—¿Y de qué se alimenta el alma, Sócrates?

—Desde luego de enseñanzas —dije yo.

—De modo que, amigo, cuidemos de que no nos engañe el sofista con sus elegios... (5)

En el *Cármides* platónico, Sócrates dice haber aprendido de un tracio, discípulo de Zamolxis, que las dolencias del cuerpo no pueden ser curadas sin tratar, ante todo y sobre todo, el alma (5). Sócrates afirma poseer una medicina para curar la enfermedad del joven; sin embargo, no se proporciona el *pharmakon*, porque se dice que sólo puede ser eficaz si se le acompaña de un ensalmo, ya que sin éste es inútil (6). Retomando el texto, Sócrates ha jurado que nunca se dejaría convencer para proporcionar la medicina, sin antes haber procedido al encantamiento del alma que la habría de recibir.

La filosofía, por encima de todo, se nos presenta en el mundo

antiguo como terapia. El concepto central de *terapia* permite que la filosofía y la medicina se tornen en metáforas la una de la otra, pero no únicamente en el mundo griego. Mencionemos que fue una práctica de los romanos añadir al encabezamiento de las cartas: “si tienes buena salud, me alegro, yo disfruto de buena salud”. Rectamente decimos nosotros: “si cultivas la filosofía, me alegro”, porque esto, en definitiva, es tener buena salud. Sin esto el alma está enferma. De alguna manera la reflexión médica ayudó a delimitar la problemática específica de la ética, y la ética, a su vez, proporcionó elementos esenciales a la medicina (7). La misma noción de *enfermedad* del alma propuso un contenido técnico para la reflexión teórica. Es necesario advertir que hay una diferencia entre la *tekne* del médico y la filosofía como praxis y búsqueda (8). Para ilustrar esto, me permito seguir esta línea de argumentación con Jenofonte, cuyos testimonios nos justificarían que para Sócrates el hombre es su alma y sobre esta verdad es que levanta toda su ética.

Ahora bien, en el *Timeo* se nos muestra cómo la enfermedad propia del alma es la demencia y que las dos especies de demencia son la locura y la ignorancia (9). Las aseveraciones socráticas incitan a los ciudadanos a ocuparse de su alma.

Si el alma es inmortal, afirma en el pasaje del *Fedón*, necesita que nos ocupemos de ella, pues requiere celo, inquietud, etc. (10).

Si se sigue la exposición de Guthrie sobre el *Fedón* (10), Sócrates no podría haber puesto tanto relieve en el cuidado de la *psyche* como del verdadero hombre, sin creer que era verdaderamente humana y, a la vez, participante de algún modo en la naturaleza divina, que por ello era también la parte que sobrevivía de nosotros mismos, y que el trato que se le dispensara en esta vida afectaría a su naturaleza y a su suerte en la próxima.

La idea fija de John Burnet (11) —sólo el *Fedón* contiene una doctrina socrática pura— es bastante controvertida, pero para la reflexión que propongo suscribo tan sólo su afirmación: lo que Sócrates predica como la cosa única y necesaria para el alma consiste en que el hombre debería esforzarse por conseguir la sabiduría y el bien.

La filosofía antigua se presenta muchas de las veces como una forma de vida, no como saber, sino como un vivir sabiendo. Constituirse como escuela de vida confiere al sabio un carácter específico: asumir la existencia es la obra del conocimiento. Mal e ignorancia se inscriben como términos correlativos en la dinámica de las inquietudes filosóficas³. La ignorancia hace al

³ En las religiones primitivas, la vida frecuentemente se nos presenta como una catarsis, una purificación, una búsqueda interpretativa y una acción práctica que tienen como base de articulación la dicotomía de lo puro y lo impuro.

hombre un prisionero de sus límites. El conocimiento en los límites de la razón es una obsesión teórica que no ha llegado a articularse en forma de vida (12)⁴.

Siguiendo a Hadot, podemos decir que la lógica estoica no se limita a una teoría abstracta del razonamiento, sino que propone una práctica cotidiana de la lógica aplicada a los problemas de la vida. El ejercicio de la definición es al tiempo lógico y físico, el pensamiento de la muerte es, por lo tanto, físico y ético. El filósofo está en una actitud vigilante, siempre está perfectamente consciente no sólo de lo que hace, sino de lo que piensa (es la lógica vivenciada) y de lo que es, es decir, de su lugar en el cosmos —es la física vivenciada— (1).

La antigua concepción sapiencial de la filosofía como ciencia y arte del recto vivir nos remite a la cita de Copleston, en la que se cuenta de un director de un sanatorio suizo que utilizaba como método de curación de sus pacientes neurasténicos la lectura de *Enquiridión*, de Epicteto. Ciertamente, la grandeza de alma puede habitar en un cuerpo miserable, y Séneca, perpetuo enfermo, señala cómo gracias a la filosofía y a los ejercicios practicados con asiduidad es posible mejorar muchas veces la salud (4).

Para resumir estas consideraciones, recordemos que para el estoico el cuerpo no se ha de descuidar, pero en todo ejercicio que se practique habrá el hombre de volver sobre su alma. En efecto, del alma nos hemos de ocupar noche y día, y nada mejor para ello que la filosofía, que es la encargada de configurar y modelar el Espíritu (4). Cabría anotar que para ejercitar cuerpo y alma no habría nada mejor que un paseo en litera, pero ante la dificultad de las circunstancias hoy en día, el paseo a pie no impide tampoco dictar, escuchar o leer; actividades efectivamente reconfortantes para el espíritu.

El término *epimeleia* remite a formas de actividad: actividad continua aplicada, vigilante, regulada. El cuidado como *epimeleia* es, ante todo, una cierta forma de atención. Séneca, por su parte, prescribe a su discípulo lo que sirve como remedio no sólo para esa su enfermedad, sino para toda su vida: y esta prescripción no es otra que “desprecia la muerte”. Hablaríamos de la inquietud de sí como una obligación permanente que debe extenderse durante toda la vida, ya que la forma fundamental, si no exclusiva, de la inquietud de sí sería el conocimiento de sí mismo, y este conocimiento requiere el

⁴ “The precepts of the mystics must always be harnessed to the service of philosophy. [...] He had no use the Orphic life with its mechanical conception of purity. A pure life was certainly the ideal, if it carried with an understanding of what its own modifications. The pure become ‘the pure in psyche’ and we know what an intellectual flavour was attached to this word by the disciple of Socrates”.

cuidado del alma. Ocuparse de sí mismo es conocerse (4). El cuidado de sí designa, en consecuencia, un conjunto de procedimientos que tienen por fin la vida y la acción de la verdad⁵.

La risa de Simmias

En la carta 78, escribe Séneca a su amigo Lucilio, a quien supone enfermo, que debe perseverar ante enfermedades que provocan el impulso de arrancarse la vida. El consejo lo da de su experiencia: gracias a la meditación, que tuvo efecto como medicina, el estoico descubrió cómo todo cuanto levanta el espíritu, reconforta también el cuerpo. Y los remedios espirituales que sirvieron de medicina para el cuerpo fueron para Séneca el estudio de la filosofía y el cariño de los amigos. Recordemos que para el estoico sin compañía no es grata la posesión de bien alguno. Si la sabiduría se otorgara bajo la condición de mantenerla oculta y no divulgarla sería rechazada por el Sabio. Es claro que el sentido terapéutico de la carta 78 gira en torno a cómo es tolerable el sufrimiento de la enfermedad, cuando se ha menospreciado su amenaza más grave: la muerte. Escuchemos al propio Séneca: “el

dolor resulta leve si nuestros prejuicios no le añaden nada”.

En efecto, se aplican al alma expresiones correspondientes al desequilibrio del cuerpo. La mala salud afecta al cuerpo, pero no al alma. Aun cuando la enfermedad atenaza los pies del corredor o entorpece la mano del artesano, si el hombre acostumbra a tener su alma en activo, aconsejará, enseñará, escuchará, aprenderá, indagará, recordará y, si es el caso, demostrará cómo en el lecho hay un sitio para la virtud (4). Como en los cuerpos enfermizos hay síntomas que preceden al agotamiento; así los males sacuden a un alma débil mucho antes de abatirla: se anticipa a ellos y sucumbe antes de tiempo. Según Séneca, sólo de lo que uno siente se experimenta dolor, pero existen almas caprichosamente enfermas a la caza de pretextos para su dolor (4).

Epicuro elevó el término *tetrapharmakon* a niveles de gran importancia filosófica al exponer lo que se ha denominado también el cuádruple remedio para los males del alma. El *tetrapharmakon* responde así a cada una de las cuatro principales causas de infelicidad humana: (i) temer a la cólera de los dioses, (ii) temer a la muerte, (iii) escoger mal los objetos de deseo y

⁵ El objetivo de la actividad propia de Sócrates es conducir al interlocutor a elegir la clase de vida (bios) que estará en concordancia de armonía dórica con el logos, la virtud, la valentía y la verdad. Ante la afirmación que toda virtud no es un simple conocimiento, sino una actitud del alma el estoicismo propugnará una preeminencia de las cosas (res) sobre las palabras (verba). Séneca rechaza todo formulación de ideas cuya finalidad no sea ayudar al interlocutor al encontrar la verdad de orden moral.

(iv) angustiarse ante el sufrimiento. Epicuro nos propone el cuádruple principio: no hay que preocuparse de los dioses, ni de la muerte (4), el bien es fácil de conseguir, y el mal, fácil de evitar.

El famoso cuádruple remedio se encuentra destinado a asegurar la salud del alma. Para lograr su curación y una vida conforme a la elección fundamental no basta haber tomado conocimiento del discurso filosófico; es necesario ejercitarse en forma continua. Ante todo, hay que meditar, tomar conciencia con intensidad de los dogmas fundamentales. Lo cierto es que maestros y discípulos se ayudan mutuamente, y muy de cerca para lograr la curación de sus almas (4). Esta dirección espiritual no tiene sentido más que si es una relación individuo-individuo. Recordemos la frase de Epicuro: “somos un público bastante grande el uno para el otro” (4).

Para algunos autores, la ascética de la muerte en Séneca adquiere su mayor relieve en el momento en el que el culto al martirio germina

en todo el Imperio y brilla con una floración nueva y sobrenatural de elevación y heroísmo⁶. La máxima estoica “Hemos obrar de manera que hayamos vivido bastante” se hace presente en el ejemplo de la clepsidra que no vacía la última gota de agua, sino todas las que antes se han escurrido. Así, la última hora, en la que dejamos de existir, no causa ella sola la muerte, sino que ella sola la consuma.

Cuando se expresa “*ars longa, vita brevis*”, la brevedad de la vida depende de la longitud del arte: es corta la vida según el proyecto. La conciencia de sí no es una conciencia moral, sino una conciencia cósmica. En el lenguaje ascético, se llama “la atención” o la “vigilancia”, la *prosoche* de los hesicastas griegos (13)⁷. La primera carta a Lucilio tiene por objeto poner al discípulo en un estado de atención⁸. Esta *prosoche*, esta atención a sí mismo como actitud fundamental de la filosofía, va a devenir en la actitud fundamental monástica del monje. Dentro de esta perspectiva, el tér-

⁶ Esta articulación entre filosofía-religión-forma de vida la encontramos claramente en el estoicismo de Séneca. Aquí, la mirada filosófica no puede ser única, ni estática, sino plural y en movimiento. Su punto de partida es la comprobación de la desdicha humana, el desasosiego, la zozobra, la ansiedad, el temor en la vida de los hombres. El hombre vive en la incertidumbre, es víctima de ansias y turbaciones, está desgarrado por sus pasiones, no se conoce a sí mismo, no se ha realizado a sí mismo, aún no es sí mismo. Pero mediante la ascesis filosófica se puede operar una metanoia, una transformación que libere al hombre de su mal y que le permita acceder a la verdadera salud purificada de las pasiones malsanas.

⁷ El término designa en lengua bizantina un sistema de espiritualidad que tiene por principio la excelencia de la *hesychia*, tranquilidad, paz. En no pocos autores la tranquilidad se confunde con la soledad. La *hesychia* es sinónimo de eremia. En lengua bizantina, el *hesychastes* designa un ermitaño, un monje solitario. Las leyes monacales determinan el número permitido de estos *hesychastes*, que viven en las cercanías de un monasterio.

⁸ Atención ponerse en tensión o tono.

mino *ascesis* implica un quehacer práctico, integral, un ejercitarse que compromete a todo el hombre.

Desde el punto de análisis religioso se trata de un ir muriendo a la falsa apariencia y a la servidumbre de los instintos. Implica una analogía con la muerte misma en la misma medida que la *meditatio mortis* de Séneca: vivir como si murieras el día de hoy. Es menester destacar que estas exhortaciones no faltan en el Antiguo Testamento, pero es especialmente en el Nuevo Testamento donde más abundan, y es más rico y más profundo en llamadas a la vigilancia como ya lo hemos expuesto. El Nuevo Testamento hace con frecuencia una llamada a vivir en perpetua vigilia sobre la vida del hombre en general, con los ojos puestos en la realidad de la muerte, que marca el paso a la vida eterna (16).

El término *therapeuein* (14) tiene tres sentidos: el primero, realizar un acto médico cuyo objetivo es curar, sanar. *Therapeuein* también es la actitud del servidor que obedece a órdenes y también hace referencia a rendir culto. Más que en la línea foucaultiana, que expresa la *epimeleia* como inquietud de sí y *therapeuein* como ser servidor de nosotros mismos. Servir, cuidar, tratar médicamente, atender y ser

cuidador son las expresiones propias de la filosofía grecorromana, que acuden principalmente a destacar que el cuidado del alma es un cuidar más que todo en el sentido de vigilar. ¿En qué consiste esta vigilancia espiritual? La respuesta más favorable quizás la podamos encontrar en la afirmación de San Agustín: “La prudencia está en guardia y en vigilancia diligente, no sea que, insinuándose poco a poco una mala persuasión, nos engañemos y caigamos”. En efecto, la prudencia es la “inteligente proa” que dirige la navegación; es el vigía fiel y atento que custodia la ruta y advierte los obstáculos y las posibles dificultades. El instrumento ascético con el que cuenta de modo particular la vigilancia es un poner atención, es un tener cuidado (15)⁹.

Como muy bien lo expone Filón en su *Vida contemplativa* (16), el verdadero nombre del filósofo es terapeuta. Ante todo, porque la terapéutica que profesa es superior a la que tiene vigencia en las ciudades, pues mientras una vela por los cuerpos, la filosofía vela por las almas. El cuidado de ocuparse, de velar por el alma con intenso y asiduo cuidado es lo propio del filósofo. Su saber parte de que hay que consumir la vida antes de la muerte, hay que lograr la saciedad completa de sí.

⁹ La ignorancia y el descubrimiento de la ignorancia de la ignorancia suscitan el imperativo de la *epimeleia*. En el momento en el que uno se propone preocuparse por sí mismo, va a consistir esencialmente en “conocerse a sí mismo”. Ahora bien, no hay inquietud de sí sin la presencia de un maestro, ya que éste se preocupa por la inquietud que el sujeto tiene con respecto a sí mismo. Inquietud de sí es una manera determinada de atención.

Es ésta la razón que nos impulsa a meditar. La muerte se pronuncia sobre los hombres. Precisamente por ello sobre los relojes públicos solía grabarse la inscripción referida a las horas “hieren todas, mata la última” (4). Los debates, los coloquios doctrinales, las máximas sacadas de las enseñanzas de los sabios y una conversación erudita no manifiestan la verdadera fortaleza del alma. La intención de instruirse se hace con intenciones práctico-vitales, no meramente eruditas.

Resulta vergonzoso el reproche que se hace a los filósofos que cuidan las palabras y no las obras propias del filósofo. La relación verdad-hombre se hace presente cuando Séneca cita a Sócrates (17) y asegura que disertó y no quiso salir de la cárcel, aun teniendo a quienes le garantizaban la fuga; permaneció a fin de quitar a los hombres el temor a un mal gravísimo: la muerte (4). La pregunta de Sócrates a sus amigos si conocían un lugar fuera del Ática inaccesible a la muerte tiene un matiz irónico en el que la filosofía se nos presenta ante todo como una meditación de la muerte, aunque no sepamos nunca nada acerca de ella. En este contexto, ciertamente la filosofía no es una actividad agradable al público ni se presta a la ostentación. No se funda en las palabras, sino en las obras.

Lo cierto es que siguiendo el *Fedón*, verdaderamente los que filosofan están moribundos. Sócrates se atrae la burla al hablar sobre la

filosofía moribunda: Simmias no puede contener la risa ante la idea de que Sócrates presente su quehacer filosófico como algo orientado a la muerte, pues tal afirmación da la razón a quienes se burlan de los filósofos por ser personas que andan como moribundos (10). Pero si tenemos algo claro en este momento es que los amantes del aprender, que se encargan de cuidar su alma, se preparan para la muerte (10). A ejercitarse en morir con complacencia.

El llamado estoico a pensar a diario en la muerte nos remite necesariamente al *Fedón*. En boca de Sócrates, “*tota philosophorum vita commentatio mortis est*” (18): los que filosofan, en el recto sentido de esta palabra, se ejercitan en morir. El estoicismo repite “una y otra vez piensa que no eres nadie y que nada sabes. Sólo esto muestra saber. Otros ejercitense en problemas; tu solamente en morir”.

De igual forma que Sócrates, cuando Schopenhauer expresa la enorme y repentina revolución del ser íntimo en el hombre, tomada en consideración en su filosofía, cree que ésta es totalmente desatendida hasta el momento por los filósofos: “en modo alguno considero impropio para la dignidad filosófica referir las declaraciones realizadas por algunos criminales antes de su ejecución, aun cuando con ello me atraiga la burla de que invoco sermones patibularios” (19).

Ante la risa del Simmias, sólo cabe decir que la meditación sobre

la muerte sirve para despertar en el alma una inmensa gratitud por la existencia. Hemos de cuidar de ella.

Referencias

1. Hadot P. Exercices spirituels et philosophie antique. Paris: Institut D'Études Agustinienes; 1993. p. 377-391, 195, 155.
2. Jenofonte. Memorabilia: recuerdos de Sócrates-Banquete-Apología de Sócrates. Barcelona: Planeta-Agostini; 1995.
3. Laercio D. Vidas opiniones y sentencias de los filósofos más ilustres. Madrid: Luis Navarro; 1887.
4. Séneca. Epístolas morales a Lucilio. Madrid: Gredos; 1999.
5. Platón. Protágoras. En: Obras completas. Madrid: Aguilar; 1977.
6. Platón. Cármides. En: Obras completas. Madrid: Aguilar; 1977.
7. Platón. Laques. En: Obras completas. Madrid: Aguilar; 1977.
8. Platón. Timeo. En: Obras completas. Madrid: Aguilar; 1977.
9. Platón. Fedón. En: Obras completas. Madrid: Aguilar; 1977.
10. Burnet J. Doctrina socrática del alma. México: Universidad Autónoma de México; 1990. p. 47.
11. Guthrie WKC. The greeks and THEIR Gods. Boston: Beacon Press; 1962. p. 352.
12. Jiménez Duque B. El hesicasm: historia de la espiritualidad. Barcelona: Juan Flors; 1969.
13. Corominas J. Diccionario crítico etimológico castellano e hispánico. Gredos: Madrid; 2000.
14. Foucault M. Hermenéutica del sujeto. Bogotá: Fondo de Cultura Económica; 1992. p. 28 ss.
15. Filón de Alejandría. Los terapeutas: de vita contemplativa. Salamanca: Sígame; 2005.
16. Epicteto. Enquiridión. Barcelona: Anthropos; 1991.
17. Cicerón. Cuestiones tusculanas. En: Obras completas de Marco Tulio Cicerón (t. V) [en línea] Librería de los Sucesores de Hernando: Madrid; 1924, [citado 19-09-2004], Formato PDF Disponible en URL: <http://www.bibliojuridica.org/libros/libro.htm?l=86>.
18. Schopenhauer A. El mundo como voluntad y representación. Madrid: Trotta; 2003. Comentarios al libro IV, §.6123.
19. Horacio. Sátiras, epístolas, arte poética. Madrid: Cátedra; 1996.

Recibido para evaluación: 22 de septiembre de 2006

Aceptado para publicación: 4 de noviembre de 2006

Correspondencia

Carolina Andrea Montoya Vargas

Grupo Neuros

Facultad de Medicina

Universidad del Rosario

Calle 63D No. 24-31

Bogotá, Colombia

carandream@yahoo.com