

Cuidado de sí como principio educativo*

Care for the self as an educational principle

Bibiana Alexandra González**
Óscar Pulido Cortés***

Recepción: abril de 2013
Evaluación: julio de 2013
Aceptación: febrero de 2014

Artículo de Investigación

Resumen

El objetivo central de este escrito consiste en realizar un rastreo teórico y documental de las implicaciones del concepto “cuidado de sí” en la obra de Michel Foucault y su relación con las tradiciones helenística-romana de la filosofía antigua y las repercusiones para la formación de sujetos contemporáneos. En este sentido, abordar el cuidado de sí involucra cinco momentos analíticos que se describen a lo largo de la discusión del artículo: en el primero, se trata sobre su noción en los escritos tardíos de Foucault y algunos

comentaristas que han analizado su obra; en el segundo, se realiza una descripción del momento socrático-platónico; en el tercero, se presenta en el momento helenístico-romano; en el cuarto, se aborda en el momento cristiano; en el quinto se asume su relación, y sus posibles implicaciones para la educación y el aprendizaje, es decir, el cuidado de sí y las prácticas de libertad para pensar en la vida como un arte de la existencia.

Palabras clave: cuidado de sí, educación, prácticas de sí, ética, Foucault, filosofía de la educación.

* El presente artículo recoge algunos aspectos teóricos de una tesis de Maestría titulada “Cuidado de sí como principio educativo”

**Bibiana Alexandra González,
Licenciada en Filosofía
Estudiante Maestría en Educación UPTC
Grupo de Investigación:
Filosofía, sociedad y educación
bibij870@hotmail.com

***Óscar Pulido Cortés,
Candidato a Doctor en Ciencias de la Educación,
profesor Escuela de Filosofía UPTC
Grupo de Investigación:
Filosofía, sociedad y educación
oscar.pulido@uptc.edu.co



Abstract:

The main goal for the present document is to carry out a documental and theoretical review about the implications of the “Care for the self” concept in the work of Michel Foucault, its relationship with the Hellenistic-roman traditions of the ancient philosophy, and its consequences for the education in contemporary individuals. In this sense, to address the subject of the care for the self involves five analytical stages that are described along the discussion of the article: First is about his idea in the late papers of Foucault and some

commentators that have analyzed his work; in the second, a description about the Socratic-platonic stage is made; in the third, the Hellenistic-roman moment is presented; in the fourth, the Christian moment is addressed; the fifth talks about its relationship, and its possible implications for teaching and learning; in other words, the care for the self and the practices of freedom to think about life as the art of existence.

Keywords: care for the self, education, practices for the self, ethics, Foucault, philosophy of education.

Introducción

En la última etapa de su pensamiento Michel Foucault, aborda el problema del sujeto. Se conoce a este período como el último Foucault. Aquí, luego de trabajar la problemática del saber y del poder, se ubica en el estudio de la ética y del sujeto desde la perspectiva de la experiencia como categoría metodológica central. En sus investigaciones, acude a una especie de genealogía del sujeto que lo lleva a ubicar sus análisis en las escuelas helenísticas de la filosofía antigua. Trabaja, entre otros conceptos, el cuidado de sí que es el objeto central del presente escrito.

La noción de cuidado de sí o *epiméleia heautoû*¹

La idea de cuidado o inquietud de sí, en Foucault, implica tres aspectos puntuales; primero, el tema de una actitud general, una manera determinada de considerar las cosas, de estar en el mundo, realizar acciones, tener relaciones con el otro, es decir, es una actitud con respecto a sí mismo, a los otros y al mundo; segundo, es también una manera determinada de atención. Preocuparse por sí mismo conlleva a convertir la mirada, trasladarla desde el exterior –los otros y el mundo– hacia uno mismo; tercero, no designa simplemente esa postura general o forma de atención volcada hacia uno mismo, sino también acciones que se ejercen sobre sí “por las cuales se hace cargo de sí mismo, se modifica, se purifica, se transforma y transfigura” (Foucault, 2002, pp. 28-29).

En ese sentido, la ética, entendida como *ethos* o como una actitud consigo mismo y con los otros, en Grecia, para Michel Foucault quien responde a la pregunta por la ética en entrevista realizada por Hubert Dreyfus y Paul Rabinow realizada en mayo de 1984 responde, “Lo que me sorprende es que, en la ética griega, la gente se preocupaba más de su conducta moral, de su ética, y de la relación para con ellos mismos y para con los otros que de los problemas religiosos” (Alvárez-Uría, 1987, p. 11)

Foucault, “pensaba que la vida se debería tomar como una obra de arte, como un proceso creativo de transformación individual [...] el sujeto ético es aquel que pretende hacerse a sí mismo. Aquel que busca forjarse un sentido cautivador de su existencia” (Garcés y Giraldo, 2013, p. 188). Por lo tanto, hacer de la vida un arte de la existencia sugiere que el sujeto se piense dentro de prácticas éticas de relación consigo mismo y que, a su vez, genere otras del cuidado y reglas fundamentales de vida que asegure un ejercicio de libertad. La ética es, en resumen, una práctica de libertad:

Es así como los sujetos que participan de estas prácticas de la libertad deben ocuparse de sí mismos para que de esta manera sus pensamientos y acciones, de acuerdo con sus vivencias, estén cargadas de valores morales que los han adquirido de su experiencia de vida para cuidar de los otros (Garcés y Giraldo, 2013, p. 189).

El cuidado de sí, afirma Foucault, en la antigua Grecia se llegó a confundir

¹ *Epiméleia heautoû*, significado griego para designar el cuidado o cultivo de sí mismo.

o equiparar con la noción socrático-platónica del ‘conócete a ti mismo’, emanada por el Oráculo de Delfos. Pero, el *gnothi seauton*² no implicaba, de ninguna manera, una preocupación por sí mismo, un autocuidado y tampoco una serie de relaciones con los otros, se trataba de una relación directa con la razón. El cuidado de sí se sumergió en la noción ‘conócete a ti mismo’, como principio ético y/o como un conocerse para poder gobernar a los otros, lo cual implica una relación directa con la política, con el poder. Conocerse a sí mismo también se relaciona con un principio educativo para gobernar a los demás. Es necesario haber recibido una educación ejemplar, fuerte, rígida, relacionada con el saber, pero también implica un conocimiento de sí desde el interior. Se podría entender como la preocupación por sí mismo. Esto nos ubica en una noción ética de constitución de sujetos donde, para poder gobernar a los otros, es necesario primero saber gobernarse a sí mismo.

Así mismo, el ‘preocúpate por ti mismo’, que fue oscurecido por el ‘conócete a ti mismo’, al transformar el sujeto ético en uno cognoscente, condujo a una serie de modificaciones de los principios morales; a una moral rigurosa. Esto quiere decir, sin duda, que el sujeto pasó a ser centro de renuncia de sí mismo, donde la búsqueda no es del propio yo, sino lo que la sociedad quiere que seamos; es decir, las relaciones de conducta aceptadas por los demás. Esta será una de las principales razones por las que ‘el cuidado de sí’, o el ‘preocúpate por ti mismo’, es remplazado por ‘el

conocimiento de sí’. Este último es el nuevo principio fundamental de vida.

Examinando el problema de la renuncia del sujeto por el conocimiento de sí, como se mencionó, con la modernidad, a partir de Descartes quien ubicó al sujeto como centro del pensamiento, automáticamente el sujeto es un ser pensante, racional, cuyo único objetivo era conocerse a sí mismo desde el interior. Ahora bien, si nos situamos un poco más atrás en el tiempo, se llega a las prácticas ascético-cristianas, donde el tema de la renuncia implicó las diferentes dimensiones del sujeto: renuncia al cuerpo, a los pensamientos, incluso a la propia voluntad. En las prácticas cristianas antiguas, como la práctica de la confesión que aún se conserva, la cultura del silencio se hace presente y cada vez más importante, tanto así que traspasó los ámbitos educativos.

Rememorando, en la Edad Media la figura del maestro hace las veces del confesor, es el que habla, el que tiene el poder de la palabra; en cambio, el alumno es el que escucha y renuncia a su propia voz, en la cultura pitagórica, los discípulos mantenían el silencio durante cinco años como regla pedagógica. “No planteaban preguntas, ni hablaban durante la lección, sino desarrollaban el arte de la escucha. Esta es la condición positiva para adquirir la verdad” (Foucault, 1990, p. 68). En el fondo, es un cambio de valores y, sobre todo, de prácticas, a diferencia del platonismo en donde el diálogo con el otro es lo fundamental, por eso el arte

² Precepto delfico que significa conócete a ti mismo en dialecto griego.

de la retórica debía aprenderse desde muy temprana edad. En cambio, ya en estas nuevas circunstancias, el arte que hay que practicar es el de la escucha.

El cuidado de sí y el momento platónico

Para Foucault, es importante el desplazamiento por los momentos históricos que han desarrollado una experiencia a través del cuidado de sí, “su interés por los antiguos sería fundamentalmente ético, es decir, un interés por la problemática de la constitución de sí mismo” (Castro, s.f, p. 29). Por tanto, la filosofía antigua griega no solo aporta referentes éticos y políticos importantes, sino que también permite analizar la constitución del sujeto mediante las relaciones que establece consigo mismo y con los otros, a través de una serie de ejercicios y prácticas espirituales que lo configuran, lo transforman y lo construyen como sujeto, en este caso, como sujeto ético.

Platón es ejemplo histórico del reconocimiento del cuidado de sí, a través de los diálogos socráticos fundamenta la necesidad de ocuparse de sí mismo y, especialmente, constituirse como sujeto mediante una dimensión política. En la Academia, los discípulos aprendían el arte de la retórica y entablaban diálogos permanentes con sus maestros, quienes persuadían a sus alumnos por medio de preguntas que, incluso a veces, no tenían respuesta. El diálogo, o el ejercicio dialéctico, era una práctica consigo mismo y con los otros, de este modo el cuidado de sí era, al

mismo tiempo, el cultivo del alma por medio de la palabra, del comercio de la palabra viva, la conversación diaria que supone una vida común, organizada con vistas a fines espirituales:

Encontramos en él esta concepción socrática de la educación por medio del contacto vivo y del amor, pero, como lo dijo Lynch, en cierta manera Platón la institucionalizó en su escuela. La educación se hará en el seno de una comunidad, de un grupo, de un grupo de un círculo de amigos, donde reinará una atmósfera de amor sublimado (Haddot, 1998, p. 72).

De este modo, podría pensarse que la filosofía solo puede llevarse a cabo a través una comunidad viva y el diálogo constante entre maestros y discípulos en el seno de la escuela, es así como el cuidado de sí es un ejercicio en el cual se reconoce el otro por medio de sí mismo, por ello, “la ocupación de uno mismo implica la preparación para ocuparse de los otros, para devenir sujeto político, capaz de gobernar en cuanto poseedor del saber necesario” (Álvarez Yáñez, 2013, p. 133).

Sócrates se convierte en el portador de un mensaje trascendental, ¿cómo conseguir la virtud, cómo ser sujetos que se constituyen virtuosamente? Sin duda, el filósofo griego es símbolo de lo que debe ser un sujeto ético según los preceptos de la filosofía antigua, un verdadero filósofo, ya que es aquel que se examina a sí mismo. Es ahí, en este punto de partida, que los sujetos deben centrar la atención cuando se espera

Platón es ejemplo histórico del reconocimiento del cuidado de sí, a través de los diálogos socráticos fundamenta la necesidad de ocuparse de sí mismo y, especialmente, constituirse como sujeto mediante una dimensión política, en la Academia

ser virtuoso, cuando se tiene presente la problemática de cómo cuidar de sí mismo, de preocuparse de sí.

Muchas veces, se ha comparado a Sócrates con la figura del profeta quien asume este papel desde el momento que recibe la máxima délfica ‘conócete a ti mismo’ y quien lleva este mensaje interpelando a todo aquel que se cruzase en su camino, especialmente a los jóvenes. Ahí aparece, Alcibíades, un joven hermoso que todos admiraban, pero que solo Sócrates, por decirlo así logró conquistar. Así mismo, se ha comparado con la figura de Jesús, quien también hablaba por medio de parábolas, lograba que sus discípulos se miraran en su interior. Así como Jesús, los discípulos socráticos, después de la muerte de su líder, fundaron las escuelas filosóficas antiguas, llevando su mensaje y haciendo que este trascienda el tiempo y que, aún hoy, se tenga como el primer referente cuando se aborda la problemática del cuidado o inquietud de sí, de la estética de la existencia.

La ética griega se basaba en la elección personal de una estética de la existencia, no se buscaba un modelo ético, el cual debiera seguirse sino, mas bien, encontrar las prácticas que podrían aplicarse sobre el cuerpo y el alma. Esto, porque el objetivo principal era el de convertirse en sujetos de acción moral, es decir, apartándose de todo código ético preestablecido, buscando su propio ser en el mundo y generando una serie de relaciones consigo mismo que es lo que define a la ética, es decir, un *ethos*, la manera de comportarme

conmigo mismo como primera medida, para así poder entablar relaciones éticas con los otros y con el mundo.

Ahora bien, el problema del cuidado de sí, en el momento socrático-platónico desde el abordaje teórico que hace Foucault, sobre el análisis de *Alcibíades*, tomado por él como el punto de partida de la tradición de la *epiméleia beautoû*; la primera gran emergencia teórica del cuidado, en donde el diálogo retoma una discusión de Sócrates y Alcibíades, se abordan en el texto tres temas principales que tienen relación con el cuidado de sí, el primero es la preocupación política; el segundo, por la educación; el tercero, por el cuidado de sí mismo. Para los griegos, el cuidado de sí mismo era más que un simple principio, era una regla, que conducía la vida en todos los aspectos, era el arte de la existencia.

El diálogo se dirige hacia la necesidad de ocuparse de uno mismo antes que ocuparse de los otros, ¿cómo gobernar la ciudad, si antes no se gobierna uno a sí mismo?, el primer problema que enfrenta Alcibíades se asume desde una posición política que se liga al ejercicio del poder “el ocuparse de sí mismo era la consecuencia de una situación estatutaria de poder” (Foucault, 2002, p. 51), no se puede gobernar a los otros si antes el sujeto no se preocupa por sí mismo, la inquietud de sí entonces apuesta por la pregunta ¿Cómo gobernar bien a los otros?, Alcibíades quiere tomar las riendas de la ciudad para dirigir el destino de los otros “tiene algo que hacer: transformar

El diálogo se dirige hacia la necesidad de ocuparse de uno mismo antes que ocuparse de los otros, ¿Cómo gobernar la ciudad, si antes no se gobierna uno a sí mismo?

el privilegio estatutario, la primacía estatutaria en gobierno sobre los otros” (Foucault, 2002, p. 58). Sócrates invita a prestar atención primero sobre sí mismo, conocerse, saber cuáles son sus capacidades, limitaciones para luego, participar en la vida política.

En segunda instancia, sitúa un problema central: el déficit pedagógico; recordemos que Alcibíades fue educado, al morir sus padres, por un esclavo quien recibía el nombre del pedagogo, ese que acompaña, quien lo guía al lugar educativo, igualmente como es conocido “la educación ateniense era incapaz de asegurar el paso de la adolescencia a la adultez, incapaz de asegurar y codificar ese ingreso en la vida” (Foucault, 2002, p. 96).

Como consecuencia de los dos apartados anteriores, el cuidado de sí también se relaciona directamente con el problema de la edad, ocuparse de sí no era una actividad que se ejercía durante toda la vida, sino que involucra un período determinado, esta ocupación se debe hacer cuando el joven sale de las manos de los pedagogos, es decir, en una transición de la juventud a la adultez, no en la vejez, se consideraba que a esta edad ya era demasiado tarde para ocuparse de sí. En ese sentido, “la inquietud de sí es mas bien una actividad, una necesidad de los jóvenes, en una relación entre ellos y su maestro, o ellos y su amante, o ellos y su maestro y su amante” (Foucault, 2002, p. 56).

Cuando se hace referencia a este problema de la necesidad de gobernar a los otros, Alcibíades sin duda entra en

contradicción consigo mismo porque no se gobierna a sí mismo, por lo tanto, ignora este principio y las problemáticas que traen consigo el acto político mismo. El querer gobernar la ciudad requiere necesariamente conocer la naturaleza de los sujetos que quiere gobernar, pero no sabe cómo ocuparse de la ciudad ni cómo ejercer un buen gobierno, por consiguiente, surge el interrogante, citado por Foucault, “¿cuál es ese yo por el que hay que preocuparse cuando se dice que hay que preocuparse por sí mismo?” (Foucault, 2002, p. 53).

El diálogo es más que una conversación de problemas morales trascendentales, es una experiencia ética de libertad entendiendo la libertad como un ejercicio sobre sí mismo que tiene como finalidad la transformación del modo de ser de los sujetos. La práctica ética de libertad también es pensada “para que el hombre se reconciliara consigo mismo, reencontrara su naturaleza o retomara contacto con su origen y restaurara una relación plena y positiva consigo mismo” (Foucault, 1994, p. 396). En últimas, “era aprender a vivir de manera filosófica con un afán común de practicar una investigación desinteresada en oposición voluntaria al mercantilismo sofisticado” (Hadot, 1998, pp. 77-78). De ahí que, lo fuerte del diálogo es la transformación interior que provoca. Hasta aquí se concluye que, el cuidado de sí, para la Grecia Antigua, estaba exclusivamente relacionado con la política y con el deseo de gobernar a los otros despreocupándose por completo del gobierno de sí mismo.

Como consecuencia de los dos apartados anteriores, el cuidado de sí también se relaciona directamente con el problema de la edad, ocuparse de sí no era una actividad que se ejercía durante toda la vida.

El cuidado de sí y el momento Helenístico-Romano

El momento Helenístico-romano se define como la edad de oro de la cultura del cuidado de sí, corresponde a los dos primeros siglos de la época imperial, en donde los hombres cambiaron no solo sus prácticas y su ética sino su propia visión de sujetos. Para Foucault, este período está representado en las escuelas epicúreas, estoicas y cínicas, quienes se enfocaron en el cultivo del sí mismo por medio del cuidado de sí, que tenían como fundamento “el arte de vivir” (Foucault, 2002, p. 21). Fue la edad de oro porque hubo un cambio de preocupaciones, de intereses y de principios universales.

A diferencia del momento platónico, el helenismo centra su interés en el principio de vida, el cuidado de sí y para sí mismo, “el interés era una preparación para que pudieran soportar las eventualidades de la vida, todas las desdichas posibles, todas las desgracias y todas las caídas que puedan afectarlo” (Foucault, 2002, p. 104). En este momento de la historia y, gracias a los cambios políticos y sociales que comenzaron a surgir en Grecia como el cambio en el modelo democrático que paso a convertirse en monárquico, los hombres perdieron de cierta manera su libertad, se vieron obligados a desarrollar una moral distinta, una ética individual, buscaron su libertad en el interior, llevaron la mirada hacia sí mismos. “En realidad, la filosofía helenística corresponde a un desarrollo natural del

movimiento intelectual que la precedió y prosigue a veces temas presocráticos, pero sobre todo está profundamente influida por el pensamiento socrático” (Hadot, 1998, p. 111).

Otra gran diferencia, en la época platónica, la inquietud de sí se abordaba en un momento específico de la vida, en el paso de la adolescencia a la adultez cuando se comenzaba a tener preocupación por sí mismo con relación al gobierno de la ciudad, en el momento helenístico-romano, el cuidado de sí debía ejercerse a lo largo de toda la vida, cuando se es joven y cuando se es viejo, el cultivo del alma era una preocupación constante, los estoicos son un ejemplo de ello.

En primer lugar, la preocupación por sí mismo se convirtió en un principio general e incondicional, un imperativo impuesto a todos, todo el tiempo y sin condición de estatus. En segundo lugar, la preocupación por sí mismo parece no tener ya por razón de ser una actividad bien específica, la consistente en gobernar a los demás. Al parecer, su fin último no es ese objeto particular y privilegiado que es la ciudad; si ahora uno se ocupa de sí mismo, lo hace para sí y se erige como fin (Foucault, 2002, p. 91).

Es definitivo abordar ahora las escuelas filosóficas florecientes en este período, enfatizándolos en el campo pedagógico dirigido hacia el cuidado de sí como manera ética de constitución del sujeto. Entre ellas, encontramos al estoicismo y al epicureísmo, que marcan diferencias enormes con respecto al platonismo.

Otra gran diferencia, en la época platónica, la inquietud de sí se abordaba en un momento específico de la vida, en el paso de la adolescencia a la adultez cuando se comenzaba a tener preocupación por sí mismo con relación al gobierno de la ciudad.

Los métodos de enseñanza, aquí tratados, dejan ver diferencias de finalidad en cuanto a la formación de los sujetos; en Platón, la enseñanza tendía a pensar en las transformaciones políticas y en la formación de ciudadanos, para esto se valían de los ejercicios retóricos, y dialécticos, a través del dominio de la palabra. La idea era formar dirigentes políticos, pero también filósofos mediante los principios de la ciencia del gobierno y, además que cultivaran el alma, la parte intelectual dejando de lado las apariencias que puedan causar los sentidos, y preparándose para la muerte que no era otra cosa que el desprendimiento del alma del cuerpo que causa males al alma, la formación filosófica también se dirigía al autogobierno, a través de los ejercicios de pensamiento, para lograr esto era indispensable el diálogo entre discípulos y maestros, según era tradición en la academia y, también, para Sócrates, cuya enseñanza se realizaba con amor y en una comunidad de amigos.

En el epicureísmo y en el estoicismo, la enseñanza era más de tipo deductivo, es decir, partir de los principios para llegar a las consecuencias de estos. La enseñanza epicúrea se iniciaba con la memorización de pequeños discursos o lecturas breves, por ejemplo, de la doctrina de Epicuro. Lo esencial era la memorización de los antiguos, sin omitir detalle, y lo propio de los dogmas de la escuela. Una particularidad es que la enseñanza estoica y epicúrea estaba dirigida a todo aquel que quisiera recibir alguna instrucción de este tipo, lo cual la hace popular, a diferencia

del platonismo y el aristotelismo, cuya enseñanza solo llegaba a las elites, a los que pudiesen emplear su tiempo libre para estas prácticas. La formación filosófica tenía como finalidad ser un modo de vida que pusiera en práctica su fundamento, así no desarrollara ninguna producción escrita u oral, propio de un discurso filosófico.

Tomando los textos estoicos, atenderse a sí mismo es la ocupación de toda una vida, a diferencia de lo percatado en el Alcibíades, la inquietud de sí ya no se ejerce solamente en la adolescencia sino en la edad media de la adultez, más hacia el final de esta, que ejercen por sí solos o colectivamente una práctica de sí, recordemos que el ejercicio del cuidado de sí estaba dirigido a una parte de la población. Solo la élite podía acceder a las escuelas filosóficas clásicas, el cambio pedagógico se modifica desde el momento en el que ocuparse de sí mismo ya no hace una referencia especial ligada a una edad determinada, sino que, al ser un principio para toda la vida, la educación adquiere otros significados, por ejemplo:

Una función crítica, que consiste principalmente en deshacerse de lo aprendido (*dediscere*), en abandonar los malos hábitos y opiniones; tiene pues un papel más de corrección que de formación en sentido estricto [...] se trata de la adquisición de todo un dispositivo con el que el individuo pueda hacer frente a las dificultades de la vida [...] la reforma de nosotros mismos debería comenzar por despojarse de la educación recibida desde la infancia, asimilada en la familia, pero

Los métodos de enseñanza, aquí tratados, dejan ver diferencias de finalidad en cuanto a la formación de los sujetos, en Platón, la enseñanza tendía a pensar en las transformaciones políticas y en la formación de ciudadanos, para esto se valían de los ejercicios retóricos, y dialécticos, a través del dominio de la palabra.

también por hacer examen de toda la formación recibida de los maestros, particularmente de los profesores de retórica. Una función *terapéutica*, que nos permitirá hablar de una sustitución del modelo pedagógico por otro de carácter médico...la filosofía como medicina del alma...la práctica de sí, justamente, entendida como operación médica, en cuya base se coloca la noción *therapeuein*, que tiene, no lo olvidemos, además del significado de cura, también el de obediencia sierva al amo, e incluso rendición al culto (Álvarez Yáñez, 2013, pp. 137-138).

Otra escuela filosófica que nos ocupa, la cínica, rompía con toda forma de vida aceptada por la sociedad y defendía la simplicidad de la vida. La ruptura del cínico con el mundo es radical, también rechazaba todo aquello a lo que la sociedad aceptaba como reglas elementales para vivir en sociedad, no hace ningún caso a las normas sociales, desprecia el dinero, no busca ninguna posición estable en la vida, eran no ciudadanos, vivían al día, eran fieles practicantes de la libertad de palabra (*parrhesia*), para “que el individuo pueda a su vez decir la verdad sobre sí mismo y constituirse como sujeto que pronuncia la verdad acerca de sí”, “con la noción de *parrhesia* se arraigaba originariamente en la práctica política y a la problematización de la democracia y se derivó a continuación hacia la esfera de la ética personal y así mismo la constitución del sujeto moral” (Foucault, 2010, pp. 25-26). A pesar de todo esto, se reconoce que en esta escuela había una relación estrecha entre

discípulos y maestros, y la antigüedad no duda en atribuir al cinismo como una filosofía, pero en la que el discurso filosófico se reducía al mínimo. La filosofía cínica es, únicamente, una elección de vida, de la libertad, o de la total independencia (*autarkeia*) con respecto a las necesidades inútiles y, por consiguiente, el rechazo del lujo y de la vanidad (*tuphos*) (Hadot, 1998, p. 124).

Recordemos que la importancia del cuidado de sí como condición ética de constitución de sujetos radicaba, como primera instancia, en el diálogo como forma y práctica pedagógica fundamental, cuyo fin era la transformación del yo. Ese cuidado de sí abarca otro movimiento, otro tipo de búsqueda para la transformación del sí mismo. Como ya se mencionó, los sujetos de esa época se vieron obligados a llevar la mirada hacia el interior, se podría decir que nace una nueva práctica pedagógica, donde “la cultura del silencio se vuelve cada vez más importante. En la cultura pitagórica, los discípulos mantenían el silencio durante cinco años como regla pedagógica” (Foucault, 1990, p. 68). En ese sentido, se puede afirmar que el cuidado de sí se convirtió en una pedagogía, donde el propio sujeto es el que se convierte en médico de sí mismo, es decir, la relación maestro-alumno toma otra dimensión en la cual, el maestro habla y el alumno escucha, de ahí nace el llamado “arte de la escucha” (Foucault, 1990, p. 69).

Esa mirada de sí en el interior necesitaba de la práctica de ciertos ejercicios espirituales que se hacían con

Recordemos que la importancia del cuidado de sí como condición ética de constitución de sujetos radicaba, como primera instancia, en el diálogo como forma y práctica pedagógica fundamental cuyo fin era la transformación del yo.

el fin de purificar el alma y el cuerpo, entre ellos tenemos el examen de conciencia que después retomaría el cristianismo, los ejercicios de memoria, el recuerdo de todas las actividades que se realizaban durante el día y la noche, la interpretación de los sueños, las cartas a los amigos, entre otros, pero citamos quizá el ejercicio más importante, el recuerdo de los muertos, que para los griegos representaba un encuentro con los dioses, además que servía para “despertar en el alma una inmensa gratitud por el maravilloso don de la existencia” (Hadot, 1998, p. 141).

Prácticas de Cuidado de sí

Se debe comprender cuáles fueron las prácticas o ejercicios espirituales, no entendidas en el sentido religioso sino como un arte de la existencia y, que los antiguos griegos llevaban a cabo para cuidar de sí. En ese sentido:

las prácticas podían ser de orden físico, como el régimen alimentario, o discursivo como el diálogo y la meditación, o intuitivo como la contemplación, pero que estaban todas designadas a operar una modificación y una transformación en el sujeto que las practicaba (Hadot, 1998, p. 15).

También, encontramos en Sócrates y en Platón, quienes afirman que “es necesario ejercitar la parte superior del alma, que no es más que el intelecto, de tal manera que se ponga en armonía con el universo y se asimile a la divinidad” (Hadot, 1998, p. 79), y en el cristianismo

como formas adaptadas o modificadas dentro de su movimiento, de hecho, las prácticas fueron en la civilización griega y romana sinónimo de autonomía mucho mayor que las que tuvieron posteriormente en las instituciones de tipo religioso, médico, pedagógico y psiquiátrico (Foucault, 2009).

En estas escuelas (estoicas, epicúreas y cínicas), lo primordial es el cultivo de sí mismo, ya que se preparaba para el arte de la existencia, para estar preparados frente a las eventualidades de la vida, es por ello que

no se trataba de aprender una teoría pura de la física, sino de aprender a vivir en armonía con el cosmos, entonces lo que enseñaban las escuelas de filosofía no era simplemente una doctrina, sino un modo de gobernar la propia conducta, un comportamiento ético, un *ethos* filosófico que los distinguía como filósofos, la elección de una forma de vida, de una actitud frente al mundo que distinguía a los miembros de cada escuela (Castro Gómez, 2013)

Para entender el problema de los ejercicios espirituales, es necesario traer a colación los principios de cada escuela, es decir sus pilares de formación filosófica. Así, en Platón, el cuidado de sí se relacionaba directamente con “el diálogo como método para descubrir la verdad en el alma” (Foucault, 1990, p. 68). Así como en la libertad del alma, con relación al cuerpo y en el desapego de las pasiones, los epicúreos buscaban la felicidad del alma a través del disfrute racional de los placeres. En efecto, los estoicos en la autarquía, es decir, en la

Para entender el problema de los ejercicios espirituales, es necesario traer a colación los principios de cada escuela, es decir sus pilares de formación filosófica.

renuncia a todo lo que pudiera impedir la tranquilidad del alma, se esforzaban por tener el control de las cosas que dependen directamente de ellos y obviando las que no pudieran controlar, y los cínicos vivían al margen de las leyes prestablecidas y aceptadas por la sociedad, solo existían y actuaban según sus propios criterios y libertad.

La escuela filosófica que más nos acerca a los llamados ejercicios espirituales es la escuela estoica, que presenta tres prácticas para el cuidado de sí: las cartas a los amigos, que incluyen un ejercicio de revelación del propio yo; examen de conciencia; y la *askesis*, que significa un recordar, o dominio sobre sí mismo. Es por ello que, un ejercicio indispensable para los estoicos es el recuerdo mediante la memoria, para ellos es importante la enseñanza de los maestros, “uno memoriza lo que ha escuchado convirtiendo las afirmaciones que ha escuchado en reglas de conducta” (Foucault, 1990, p. 73). Entonces, la ética estoica se fundamenta en encontrar la verdad que está presente, no en sí mismo sino en la enseñanza que se construye con la memoria; recordar lo que se ha hecho y lo que debería haber hecho.

La escuela filosófica que más nos acerca a los llamados ejercicios espirituales es la escuela estoica, que presenta tres prácticas para el cuidado de sí: las cartas a los amigos, que incluyen un ejercicio de revelación del propio yo; examen de conciencia; y la askesis que significa un recordar, o dominio sobre sí mismo.

Encontramos otros ejemplos de ejercicios espirituales en Sócrates con el precepto de conocerse a sí mismo reconociéndose a sí mismo como regla de moral y conducta, Gregorio Niceno en su tratado *Sobre la Virginidad* “al presentar la virginidad como el ideal más alto de la vida y al mostrar su realización en la vida monástica” y,

a su vez, a los pecados de la carne. Filón de Alejandría, en *Sobre la vida contemplativa o los suplicantes* (Martín, 2009, p. 126), “describe la existencia de un grupo espiritual dedicados, de manera consagrada, a la lectura, la meditación y la oración, tanto colectivamente como individual; a la realización de fiestas sagradas (ágape) o banquetes espirituales” constituyendo prácticas de cuidado de sí. Un ejemplo más es el primer texto epicúreo, la carta a Meneceo, convirtiéndose en un texto consagrado a las prácticas de moral, cuyo postulado más importante es emanado por Epicuro, en donde describe que nunca es demasiado pronto ni demasiado tarde para cuidar de sí, consagrando todas las actividades de la vida cotidiana como un ejercicio de cuidado de sí, ayudando a cada miembro de la comunidad a conseguir la salvación. Podemos citar un ejemplo que visualiza las prácticas sobre uno mismo en cuanto a la escritura de cartas a los amigos:

Amigo mío: Considera en primer lugar qué es lo que deseas y examina luego tu propia naturaleza, para ver si posees la fuerza necesaria para llevar a cumplimiento tus deseos. ¿Quieres ser atleta o gladiador? Pues mira tus brazos, palpa tus muslos, considera la robustez y resistencia de tus espaldas, que no todos hemos nacido para llevar a cabo las mismas empresas. ¿Eres seguro de que abrazando esta profesión podrás comer como los que la practican, beber como ellos y como ellos renunciar a todos los placeres? (Ors, 2007, pp. 25-26).

El examen de conciencia hace sus

primeras apariciones en los pitagóricos. Este tenía que ver con la purificación de la conciencia, usando recursos *mnemotécnicos*, donde el dormir bien y tener contacto con los dioses era el ideal, ya que “el sujeto constituye la intersección entre los actos que han de ser regulados y las reglas sobre las que ha de hacerse” (Foucault, 1990, p. 72).

El cuidado de sí y el momento Cristiano

Todas estas observaciones se relacionan, también, con el último momento abordado por Foucault, que no se puede dejar de lado, el momento Cristianismo. Como ya se había mencionado, Foucault realiza una especie de recorrido histórico partiendo de los griegos y luego en otras épocas, para ilustrar el rompimiento que hay del entendimiento de la consigna ‘cuidarse a sí mismo’, que era en principio una labor de autogobierno, para darle paso ahora a una visión teológica a la negación y renuncia de sí mismo, “proyecto este que comienza precisamente con el acto de renegar de uno mismo para así poder introyectar un código moral, prescriptivo e impuesto y acceder, de este modo, a un determinado estado de cultura y de perfeccionamiento” (Runge, 2003, p. 222).

El resultado es que deja en manos de una moral religiosa la correspondiente tarea del cuidado de sí, ya no como una forma que correspondiera al sujeto mismo, sino que ahora está en manos de otros sujetos y más sumándose a esta transformación la premisa de la renuncia

a su propio yo. El reconocimiento de sí mismo se hace en el otro, el que escucha. Podría decirse que esta nueva manera de constitución de sujeto, que trajo consigo una repercusión pedagógica, es la que establece una cultura de la vergüenza, del miedo, del silencio. Lo que impera es un reordenamiento de la moral, del alma y del cuerpo, “para conseguirlo, el cristianismo ha impuesto una serie de condiciones y de reglas de conducta con el fin de obtener cierta transformación del yo” (Foucault, 1990, p. 80).

El cristianismo, además de ser una religión de salvación, impone una serie de ejercicios y prácticas muy estrictas, una serie de obligaciones con el fin de aceptar decisiones autoritarias (Runge, 2003). Por consiguiente, el sujeto debe asumir ciertas reglas de vida, además de tener la obligación de conocer quién es, de reconocer que está pasando dentro de sí, de reconocer sus pecados públicamente.

De igual manera, el cristianismo, que fue adoptada como una filosofía, como revelación completa del logos (Dios), “nos enseña a conducirnos de manera que nos asemejemos a Dios y a aceptar el plan divino como principio directivo de toda nuestra educación” (Hadot, 1998, p. 259). Una de las consignas cristianas era que entablaban un modo de vida, era la imitación de Cristo, mediante el ejercicio espiritual de la contemplación, estar en contacto permanente con Dios.

“En el siglo IV se encuentra otra tecnología, la *exagouresis*. Esta se trata de una especie de reminiscencia de

El resultado es que deja en manos de una moral religiosa la correspondiente tarea del cuidado de sí, ya no como una forma que correspondiera al sujeto mismo, sino que ahora está en manos de otros sujetos y más sumándose a esta transformación la premisa de la renuncia a su propio yo.

los ejercicios de verbalización con el profesor/maestro de las escuelas filosóficas paganas” (Foucault, 1990, p. 86). Los dos principios de espiritualidad cristiana son: obediencia y contemplación, donde “la obediencia es un control completo de la conducta por parte del maestro, y no un estado final de autonomía es un sacrificio de sí, del deseo propio del sujeto esta es la nueva tecnología del yo” (Foucault, 1990, p. 88); y la contemplación se considera como un bien supremo, la meta es ver a Dios y estar en contemplación permanente con él.

Cuidado de sí y Educación

Conviene, entonces, proponer una posible relación de cuidado de sí y educación, implica re-pensar este dualismo desde una relación con los otros, con lo que se espera educar. Si la educación es, en sí misma, la relación de dos personas o más que comparten un espacio de encuentro, unos tiempos y lugares en los cuales se espera comúnmente recibir un aprendizaje para afrontar ciertas situaciones de la vida, es ahí cuando es necesario pensar en el papel del maestro como educador, como formador de sujetos. Esto conlleva a pensar en ¿qué clase de sujetos se forman hoy en la escuela? No es tarea fácil responder este interrogante, pero sí es posible emprender un proyecto que nos encamine a pensar en el maestro como el principal componente del cuidado, ya que él es quien debe ser consciente de su propio cuidado y que tal vez tenga el deber de ser el guía que propicie el cuidado de los otros.

Según la vinculación que se ha venido

realizando sobre cuidado y educación, se puede citar una característica, la intrincación de la práctica de sí con el principio general del arte de la existencia,

la práctica de sí ya no era esa suerte de bisagra entre la educación de los pedagogos y la vida adulta, sino al contrario una especie de exigencia que debía recorrer toda la existencia y encontrar su centro de gravedad en la adultez. Lo cual naturalmente implicaba una serie de consecuencias para esta práctica de sí. En primer lugar, una función más netamente crítica que formativa: se trataba más de corregir que de instruir. De allí un parentesco mucho más claro con la medicina, lo cual separa un poco la práctica de sí de la pedagogía (Foucault, 2002, pp. 129-130).

Por esta razón, es necesario prestar atención al cómo el ejercicio filosófico en la escuela se piensa desde escenarios que propicien espacios de cuidado que revaloren el ejercicio del maestro, no solo como un transmisor de conocimientos sino como mediador para que los sujetos hagan una experiencia de sí mediante prácticas de libertad, ejemplo de ello es la escritura, que no solo es un ejercicio de meditación consigo mismo, sino que también propicia las relaciones con los otros, ya que es posible el intercambio de esos escritos para, de esta manera, entablar relaciones de amistad, precepto de las escuelas helenísticas clásicas. Podemos citar a Sócrates como el primer “educador” incitador del cuidado de sí, este es quien interpelaba a los jóvenes haciendo una invitación para que se miraran a sí

Conviene, entonces, proponer una posible relación de cuidado de sí y educación, implica re-pensar este dualismo desde una relación con los otros, con lo que se espera educar.

mismos en un acto pedagógico desde la duda y del diálogo como forma de retraer la mirada hacia sí mismo.

El cuidado de sí en la educación, como se ha dicho, espera que los sujetos se transformen a sí mismos, que encuentren otras formas de preparación para la vida y para todas las adversidades que vienen con ella, por ello:

la inquietud de sí, está ligada a la relación con el maestro uno no puede ocuparse de sí mismo sin pasar por el maestro, no hay inquietud de sí sin la presencia de un maestro...lo que define la posición del maestro es que se preocupa por la inquietud de aquel a quien guía, el maestro es quien se preocupa por la inquietud que el sujeto tiene con respecto de sí mismo y quien encuentra en el amor que siente por su discípulo, la posibilidad de preocuparse por la preocupación de esta relación consigo mismo (Foucault, 2010, pp 72-73).

La educación como práctica ética de libertad, requiere volver a la reflexión filosófica, retomar los ejercicios espirituales como arte de la existencia pensada desde una perspectiva educativa actual, esos ejercicios de meditación, escritura y lectura. De ahí que:

una de las características más importantes de ese cuidado implicaba tomar notas sobre sí mismo que debían ser releídas, escribir tratados o cartas a los amigos para ayudarles, y llevar cuadernos con el fin de reactivar para sí mismo las verdades que uno necesita (Foucault, 1990, p. 62).

Lo anterior podría ser la clave para un

aprendizaje interno del propio cuidado. Lo ideal, entonces, es considerar una educación pensada en el presente que no está ligada necesariamente a la formación de sujetos para las competencias, o el sujeto-máquina, sino que debe ser una preparación para la vida como en los estoicos, el ejercicio educativo parte de un principio fundante de aprendizaje mutuo, es una relación de amistad, de amor, de cuidado de sí mismo y cuidado del otro.

La constitución de sujetos, por tanto, debe partir de la relación con el otro desde un nivel de igualdad y del decir veraz o del ejercicio de la parresia, noción inicialmente política y democrática que se transformó hacia una noción ética que constituye al sujeto moral. No es posible pensar en el cuidado sin antes no tener claro que, no solo es necesario cuidar de sí, sino que implícitamente es necesario decir la verdad sobre sí mismo. Entonces, “fue una actividad realizada entre varios, una actividad con los otros, y más precisamente una actividad con otro, una práctica de dos” (Foucault, 2010), por lo que la relación maestro-alumno implica el despojarse de preconcepciones, es decir, no existencia de relaciones jerárquicas, es pensar en nuevas maneras de ser con los otros.

El cuidado de sí permite generar prácticas educativas novedosas desde una dimensión ética, el *ethos* al que se hace referencia es la manera de comportarse consigo mismo y los demás. Además, moviliza relaciones de vida con los otros, transforma la manera de ser, de pensar, de actuar, de comportarse. La

El cuidado de sí en la educación, como se ha dicho, espera que los sujetos se transformen a sí mismos.

apuesta educativa que se haga desde un *ethos*, quizá constituiría nuevos sujetos no solo más humanos en el sentido de valorar lo propio y lo de los otros, generando relaciones de convivencia, respeto, armonía, construcción social.

En ese sentido, tomar en consideración la constitución del sujeto ético es pensar en prácticas que no responden a problemas ajenos al ser, sino a propias de la cultura, de la sociedad, de la política, la economía, que construyen cierto tipo de sujetos. De ahí que, las prácticas o también llamados ejercicios espirituales no son una invención del hombre, sino una respuesta del momento histórico que vive, del contexto social en el que se moviliza.

Las prácticas educativas contemporáneas se dirigen a la constitución de nuevos sujetos que cuiden de sí mismos y que reconozcan el otro, “para Kant la educación implicaba la posibilidad de transformación de la animalidad en humanidad, lo que significaba la principal herramienta para la conformación del hombre” (Noguera, 2013, p. 50). Es decir, es por la educación que podemos tejer nuevamente la preocupación por el cuidado y constituir nuevas subjetividades,

como prácticas de la subjetividad, el cuidado de sí es un problema vinculado a las prácticas pedagógicas que, en sentido general, tiene que ver con la formación no para aprender algo exterior, un cuerpo de conocimientos, sino una educación para propiciar el ejercicio de la reflexión del educando con res-

pecto a sí mismo, con respecto a la experiencia que uno tiene de sí mismo (Lanz, 2012, p. 40).

Las prácticas educativas, que se pueden advertir y que son referentes del cuidado, son, como ya se mencionó, la lectura, la escritura, la meditación, el cuidado del cuerpo; pero también, la dimensión lúdica pensada como experiencia, el diálogo permanente con los otros, la creatividad, la imaginación, entre otras. Todas ellas invitan a los sujetos a cuidarse a sí mismos, transformarse, y hacer de la vida una obra de arte, ya que “El sujeto ético es aquel que pretende hacerse a sí mismo. Aquél que busca forjarse un sentido auténtico y cautivador a su existencia” (Sossa Rojas, 2010, p. 36).

Esta revisión, tan somera pero inevitablemente personal en cuanto a pensar en posibles implicaciones del cuidado de sí en la educación, no tiene otra finalidad que la constitución de sujetos éticos, sujetos para la vida, que cuiden por ejemplo de su propia salud, ya que “Uno encuentra la salud en el ocuparse y cuidar de sí; por consiguiente, se trata de poder disfrutar de sí mismo con buena salud” (Gros, 2004, p. 71). Asimismo, que protejan su cuerpo, y su alma, entendiéndola como una actividad.

De igual manera, hay que determinar cómo se constituyen los sujetos desde los diferentes discursos que circulan los llamados juegos de verdad “buscar y producir una historia de los diferentes modos de subjetivación de los seres

Las prácticas educativas, que se pueden advertir y que son referentes del cuidado, son, como ya se mencionó, la lectura, la escritura, la meditación, el cuidado del cuerpo.

humanos en nuestra cultura (Foucault, 1990, p. 20) que determinan quiénes somos y qué nos hace ser lo que somos. La pregunta ahora es entonces saber ¿qué nos constituye como sujetos? O, desde la pregunta Foucaultiana, ¿Quiénes somos hoy? (Gómez y Jódar, 2003, p. 55). Preguntas que se refieren a la construcción del sujeto en un momento determinado de la historia, ya que somos un ‘nosotros’, como resultado de una construcción histórica y, más desde el trabajo de Foucault, una construcción histórica de las subjetividades, por lo tanto, el sujeto no es una esencia, es decir, no es una construcción plana y terminada, sino que se construye constantemente y tiene formas variables. “Por ello, el análisis de la construcción de subjetividades lo realiza en diversos ámbitos: locura, penalidad, sexualidad” (Gómez y Jódar, 2003, p. 55).

Retomando la pregunta ontológico-histórica central del momento ético de Foucault ¿Qué nos hace ser lo que somos?, “ontología histórica de nosotros mismos en relación ética por medio de la cual nos constituimos como sujetos de acción moral” (Foucault, 1990, p. 25), esa pregunta hace referencia a la constitución ética dentro de un momento determinado de la historia, somos un nosotros como resultado de una constitución histórica y más, desde el trabajo de Foucault, una constitución histórica de las subjetividades, esa pregunta gira entorno a las prácticas que rigen y constituyen nuestra conducta, a los discursos que circulan en determinados

momentos y que los sujetos toman como verdaderos o falsos, por ejemplo en las prácticas escolares en la manera en que están concebidos los currículos, los uniformes, las relaciones subjetivas, por tanto, se diría que los sujetos se constituyen desde formas de saber, que hace referencia a los procesos de conocimiento que son aceptados en un momento dado, desde prácticas de poder, que rigen los procesos de comportamiento, y así el sujeto es el resultado de formas de saber-poder pero también de una categoría denominada tecnología; que no es otra forma de uso en donde los sujetos son sometidos y moldeados dentro de determinados patrones sociales, en el ámbito educativo pensar sobre cuáles son las tecnologías que movilizan diferentes maneras de análisis sobre la construcción del sujeto y estudiar así mismo las diversas prácticas tanto discursivas como no discursivas que constituyen el dispositivo pedagógico.

Conclusiones

La pregunta ontológico-histórica por nosotros mismos, nos lleva a pensar en cómo ha sido el tránsito del sujeto por las diferentes épocas, momentos, es una pregunta por el ser en sí mismo en el momento en que vive, y en cómo entonces, ubicar al sujeto contemporáneo, en cómo se configura este en un mundo regido por la comunicación y los avances tecnológicos, y por las luchas individualistas que constituyen sujetos de cierto modo, la preocupación pedagógica debe ser en la constitución

Retomando la pregunta ontológico-histórica central del momento ético de Foucault ¿Qué nos hace ser lo que somos?, “ontología histórica de nosotros mismos en relación ética por medio de la cual nos constituimos como sujetos de acción moral”

ética del sujeto y en cómo él transita por el momento presente.

Pensar las prácticas filosóficas contemporáneas en torno a la formación de sujetos, implica la mayéutica y la dialéctica como “métodos pedagógicos” que giran alrededor de la pregunta-respuesta, y el diálogo con el otro, configurando relaciones de amistad y cercanía, con los otros, reconocimiento en lo otro los ejercicios espirituales como formas por las que el individuo es llamado a ocuparse de sí mismo, a corregirse, transformarse, como formas de constitución contemporánea. Estos son referentes en los cuales nos podemos situar, también, en las características pedagógicas que entablan una serie de relaciones entre maestros-alumnos, o alumnos-alumnos, las cuales tenemos que analizar como componentes que determinan una experiencia escolar, podemos citar por ejemplo qué tipo de relaciones establecen con la música, la lectura, si hay componentes religiosos, económicos, tecnológicos, que los hacen ser lo que son, hasta aquí podemos inferir, que las relaciones que el sujeto establece consigo mismo es lo que podemos denominar ética, que es la problemática central que nos compete.

Se trata, así mismo, de pensar de otro modo la educación, es decir, interiorizar

nuestros pensamientos, nuestras prácticas, y nuestro *ethos* que no es nada distinto al modo de comportarnos con nosotros mismos como con los demás.

En suma, es pertinente decir que la investigación gira alrededor del cuidado de sí como una de las grandes categorías aquí analizadas, que se convierte así mismo en un concepto fundamental que puede ser ampliamente tomado como un imperativo de constitución de sujetos éticos en la escuela, es decir, que esta noción permite desde las prácticas contemporáneas como el diálogo por ejemplo, determinar cómo se relacionan los jóvenes con otros en el entorno escolar y cómo se constituyen en él, además cómo lo están produciendo.

Pensar el problema de la constitución de sujetos como modo de identificación de uno mismo con los otros, requiere de un abordaje sobre el sujeto que permitirá justificar la manera en la cual los sujetos han desarrollado un saber sobre sí mismos mediante la noción inicial de cuidado de sí entendida como una actitud con sí mismo, con los otros y con el mundo, así como una manera de reconocernos como sujetos de acción moral al hacernos la pregunta ¿Qué nos hace ser lo que somos?, mediante diversos discursos que permiten que el sujeto se autoconstituya.

Referencias

- ÁLVAREZ YÁGUEZ, J. (2013). *El último Foucault voluntad de verdad y subjetividad*. Madrid: Biblioteca Nueva S. L.
- CASTRO, E. (s.f.). *El Vocabulario de Michel Foucault*.
- CASTRO, S. (Compositor). (s.f.). *La estética de la existencia en Michel Foucault*. Bogotá, Cundinamarca, Colombia.
- DE NISA, G. (1995). *Vida de Macrina Elogio de Basilio*. (L. F. Mateo-Seco, trad.). Madrid, España: Ciudad Nueva.
- FOUCAULT, M. (2009). La ética del cuidado de uno mismo como práctica de libertad. *Topologik.net*, (5). Recuperado de: http://www.topologik.net/Michel_Foucault.htm
- FOUCAULT, M. (1990). *Tecnologías del yo*. Barcelona: Paidós Ibérica, S.A.
- FOUCAULT, M. (1994). *Estética, Ética y Hermenéutica*. Barcelona: Paidós.
- FOUCAULT, M. (2002). *La hermenéutica del sujeto*. México: Fondo de Cultura Económica.
- FOUCAULT, M. (2010). *El Coraje de la Verdad*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- GARCÉS GIRALDO, L. F., & GIRALDO ZULUAGA, C. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones Filosóficas*, 14(22), 187-201.
- GÓMEZ, L., & JÓDAR, F. (2003). Foucault y el análisis sociohistórico: sujetos, saberes e instituciones educativas. *Revista Educación y Pedagogía*, 15(37), 55-68.
- GROS, F. L. (2004). *Foucault y la Filosofía antigua*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- HADOT, P. (1998). *¿Qué es la filosofía antigua?* México: Fondo de Cultura Económica.
- LANZ, C. (2012). El cuidado de sí y del otro en lo educativo. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 17(56), 39-46.
- MARTÍN, J. P. (2009). *Filón de Alejandría, Obras Completas*. Madrid: Trotta.
- NOGUERA-RAMÍREZ, C. E. (2013). Crisis de la educación como crisis de gobierno. Sobre la ejercitación del animal humano en tiempos neoliberales. *Revista Colombiana de Educación*, (65), 43-60.
- ORS, E. D. (2007). *Epicteto Máximas*. Buenos Aires Argentina: Losada.
- RUNGE PEÑA, A. K. (2003). Foucault o de la revaloración del maestro como condición de la relación pedagógica y como modelo de formación. Una mirada a la Hermenéutica del sujeto. *Revista Educación y Pedagogía*, 15(37) 218-232.
- SOSSA ROJAS, A. (2010). Michel Foucault y el cuidado de sí. *CONHISREMI, Revista Universitaria Arbitrada de Investigación y Diálogo Académico*, 6(2), 34-45.