

La filosofía antigua como
“terapéutica del alma”,
¿antecedente del psicoanálisis?

Andrea Díaz Genis

RESUMEN

En este artículo recuperamos la tradición antigua del cuidado de sí, que asocia a la filosofía con el psicoanálisis, entendido como una cura del alma a través de la palabra, el autoexamen y la relación entre médico- paciente o filósofo-discípulo y de una verdad que necesita de la “conversión” del sujeto. Se recupera para ello la filosofía del Banquete de Platón y La Tranquilidad del Alma de Séneca.

PALABRAS CLAVES

Amor; Deseo; Falta; Cuidado de sí; Terapia; Verdad; Sujeto; Cura; Palabra; Autoexamen

Ancient philosophy as
"the soul therapeutics",
antecedent of psychoanalysis?

ABSTRACT

In this paper we bring back the ancient tradition of self-care, which associates psychoanalysis, with philosophy, understanding psychoanalysis as a cure of the soul through the word, the self examination, the relationship between patient and physician or philosopher and disciple, and a kind of truth which needs the subject's "conversion". It is brought back through the philosophy of Plato's Symposium and "Tranquility of the soul" by Seneca.

KEYWORDS

Love; Desire; Loss; Self-care; Therapy; Truth; Subject; Cure; Word; Self-examination



En relación a las posibles relaciones entre filosofía y psicoanálisis me quiero remontar brevemente a punto fundamental de la filosofía antigua que es el momento “socrático platónico”, y estoico. Y en relación a esta situación histórica-filosófica, a dos libros en particular, el **Banquete** de Platón y **La Tranquilidad del Alma** de Séneca. Voy a relacionar los mismos, con algunas reflexiones hechas por Foucault, y sus alcances para una reflexión contemporánea de las relaciones entre filosofía y psicoanálisis.

¿Qué es el amor platónico? Siempre se considera el amor platónico como un amor no sexual, pero esta consideración queda aún en la superficie. En un sentido más filosófico, pero también diríamos vinculado con el tema que nos ocupa en este artículo, el amor platónico debe entenderse como “deseo de lo que no se posee”. El amor platónico vincula a la filosofía con Eros representada por la figura del maestro Sócrates, y una sabiduría que es considerada a partir de la falta. Aclaremos este punto. ¿Qué es lo que verdaderamente hay que amar-desear? El “verdadero amor”, no es amor a la esposa, pero tampoco es el amor a los muchachos, nos aclara Foucault en *Historia de la Sexualidad* tomo II (2003), sino el amor a la filosofía, es decir, a la sabiduría, que se define siempre como lo que se busca y no se posee. Pues sólo pueden ser absolutamente sabios, es decir, poseedores de la sabiduría, los dioses. Aquí aparece entonces la filosofía separada, pero en búsqueda y tensión hacia a la sabiduría, no es sabiduría, sino la aceptación de que no se la tiene, y la necesidad por tanto de buscarla.



Así como Eros nace de Penia, y de Poros (de la pobreza y de los recursos), justo el día del nacimiento de Afrodita, la diosa de la belleza; el eros socrático¹, ama, busca, la belleza, aquello que no es, ni posee, al menos en la definición dada por el Sócrates platónico, que se diferencia de la dada por los otros comensales en el **Banquete**. Ahora, Eros, como nos aclara Hadot (1998), no es ni dios ni es hombre, es un ser “intermedio”, entre los hombres y los dioses, así como el filósofo, no es ni ignorante ni sabio, lo que no quiere decir que no tenga algún grado de saber, y algún grado de sabiduría. Con esto queremos decir que Sócrates, como el modelo de maestro y de filósofo, posee algún grado de saber, algún grado de sabiduría (no está vacío, está en proceso de búsqueda). ¿Y hay grados de sabiduría? Según Platón habría algo que desear, ¿sería un deseo de completud, realizado finalmente a través de un camino ascendente hacia la belleza “en sí” tal como la muestra en el Banquete? Puede ser en el caso platónico, pero nos gusta pensar en un Sócrates platónico desde la incertidumbre, desde lo no acabado, desde la falta (tenemos razones para ello que no nos es posible detallar aquí, el Sócrates de la “certidumbre” es más Platón que Sócrates). Ahora, ¿qué es lo que sabe ese Sócrates?, pues sabe varias cosas que no son poco importantes. Sabe por lo pronto que no sabe, sabe que ignora, que tiene un amor por esa sabiduría, un deseo que lo impulsa fuertemente a buscarlo, y por lo tanto conoce el valor de lo que busca, tanto que es capaz de dejarlo todo, bienes, honores, familia, lugares de reconocimiento político, etc., para dedicar su

¹ Conviene mostrar un fragmento de este mito tan profundo y tan bello: “Cuando nació Afrodita, los dioses celebraron un banquete y, entre otros, estaba también Poros, el hijo de Metis. Después que terminaron de comer, vino a mendigar Penía, como era de esperar en una ocasión festiva, y estaba cerca de la puerta. Mientras, Poros, embriagado de néctar –pues aún no había vino–, entró en el jardín de Zeus y, entorpecido por la embriaguez, se durmió. Entonces Penía, maquinando, impulsada por su carencia de recursos, hacerse un hijo de Poros, se acuesta a su lado y concibió a Eros. Por esta razón, precisamente, es Eros también acompañante y escudero de Afrodita, al ser engendrado en la fiesta del nacimiento de la diosa y al ser, a la vez, por naturaleza un amante de lo bello, dado que también Afrodita es bella. Siendo hijo, pues, de Poros y Penía, Eros se ha quedado con las siguientes características. En primer lugar, es siempre pobre, y lejos de ser delicado y bello, como cree la mayoría, es, más bien, duro y seco, descalzo y sin casa, duerme siempre en el suelo y descubierto, se acuesta a la intemperie en las puertas y al borde de los caminos, compañero siempre inseparable de la indigencia portener la naturaleza de su madre. Pero, por otra parte, de acuerdo con la naturaleza de su padre, está al acecho de lo bello y de lo bueno; es valiente, audaz y activo, hábil cazador, siempre urdiendo alguna trama, ávido de sabiduría y rico en recursos, un amante del conocimiento a lo largo de toda su vida, un formidable mago, hechicero y sofista. No es por naturaleza ni inmortal ni mortal, sino que en el mismo día unas veces florece y vive, cuando está en la abundancia, y otras muere, pero recobra e la vida de nuevo gracias a la naturaleza de su padre. Mas lo que consigue siempre se le escapa, de suerte que Eros nunca ni está falto de recursos ni es rico, y está, además, en el medio de la sabiduría y la ignorancia”(127-128)



vida a esa misión (tal y como nos muestra Platón en su Apología). Es cierto que también es ésta una misión religiosa, se lo pide el Dios, el Dios Apolo es quien lo coloca en esa misión (olvidamos muchas veces la base teológica de los filósofos griegos, tal y como nos advierte Jaeger). Y sabe muchas cosas más, que esa misión es de las más altas, que le hace bien a la Polis, pues procura que la personas se ocupen de la ciudad misma, y no de las cosas de la ciudad (Apología). Sabe que la búsqueda de la sabiduría está ligada a la inquietud de sí (*epimelia heautou*) y ésta al conocimiento de sí (*gnothi seauton*) y que esto implica hacernos mejores (inquietud que nos ubica en el plano de la ética y de la educación para pensar la filosofía). Sabe que la inquietud de sí, se liga al cuidado del alma o *psijé*, elemento que aparece vinculado a una definición de lo humano y de lo político en el Alcibiades I de Platón². Su “saber” de ignorancia, le permite preguntar, y responder aunque sea precariamente, nunca, sobre todo el caso socrática- platónico, terminantemente, o en forma cerrada.

Saber preguntar, es un tema central tanto para la filosofía como para la vida. La pregunta es siempre un pre-saber, una pre-comprensión (como nos dice la hermenéutica gadameriana) orienta la búsqueda, y precisamente nos deja al descubierto, los posibles pasos intermedios en la búsqueda de la verdad (¿aunque hay realmente algo intermedio cuando no hay fin?). El preguntar debe ser, si es verdadero preguntar, un preguntar que nunca deja de preguntar, o nunca puede dejar de preguntar, pues cada respuesta abre a un nuevo interrogante. La pregunta de esta manera, se conecta con la falta, estimula la búsqueda y le da una dirección. Eros ni Dios ni hombre, la sabiduría socrática, ni sabiduría ni ignorancia, pero Sócrates es lo más cercano “al sabio que tanto buscamos”, dirán luego los estoicos. “No es que yo te mande que no sigas ni te atraigas más que al sabio. ¿Dónde encontrarías al que hace tantos siglos buscamos?” pregunta Séneca³ (1944, p.50). Interesante, el sabio como utopía, como no-lugar, pero que de alguna manera nos guía en nuestra imperfección siempre perfectible pero nunca perfecta de búsqueda de la sabiduría.

² Todos estos elementos son desarrollados por Michel Foucault en **La Hermenéutica del Sujeto** (2001)

³ La Tranquilidad del Alma (Tratados Morales).



Esta “medio-sabiduría” del filósofo, no es la ignorancia del insensato, pero tampoco es la sabiduría del Dios, pues sólo los dioses la poseen. El tema es que en cada encuentro con una idea que nos convence después de realizar una búsqueda o un trabajo teórico que tantea y busca aproximaciones a la verdad, hay todavía mucho por decir, mucho por saber, e incluso esta misma idea, puede volver a ser criticada, dado que no es del todo firme (más que verdadera, no ha sido falsada hasta ahora, diríamos en términos popperianos), y puede dar paso a una nueva búsqueda. Esa búsqueda de saber que tiene por fuerza propulsora el *eros*, implica también *askesis*, o trabajo sobre sí. Sobre este punto nos advierte **La Hermenéutica del Sujeto** foucaultiana, y mucho antes, los análisis de la filosofía antigua de P. Hadot. La filosofía era en la antigüedad, sobre todo una forma de vida. Epicteto habla sobre este asunto en uno de los textos que nos deja conocer Arriano en su **Enquiridión**. El primer asunto necesario en la filosofía es el uso de principios, el segundo el de las demostraciones, el tercero el que articula estos dos momentos (1995, p.214). Es decir, lo más importante es no mentir, sin embargo generalmente hacemos al revés, nos advierte Epicteto, mentimos, pero tenemos a mano la demostración de por qué no mentir. Las escuelas helenístico-romanas eran formas de vida que implicaban una serie de ejercicios espirituales, que tenían que ver tanto con la meditación (por ejemplo las “melete thanatou” o la “premeditatio malorum”), con ejercicios y una serie de regímenes o dietas, por ej. la abstinencia sexual, la restricción en la alimentación, etc.). Es interesante cómo estos autores nos muestran un aspecto de la filosofía antigua que no había sido tomada en cuenta suficientemente hasta ahora, o se había olvidado u omitido y que es fundamental para la historia de la filosofía, para la educación y para el psicoanálisis, y que nos remite a lo que M Foucault llama “espiritualidad”:

....podríamos llamar “espiritualidad” la búsqueda, la práctica, la experiencia por las cuales el sujeto efectúa en sí mismo las transformaciones necesarias para tener acceso a la verdad. Se denomina “espiritualidad”, entonces, el conjunto de esas búsquedas, prácticas y experiencias que pueden ser purificaciones, las ascesis, las renunciaciones, las conversiones de la mirada, las modificaciones de la existencia, etcétera, que, constituyen no para el conocimiento, sino para el sujeto para el ser mismo del sujeto, el precio a pagar para tener acceso a la verdad (FOUCAULT, 2001, p.33).



Espiritualidad entendida como conversión del sujeto, preparación para tener acceso a la verdad, coherencia de teoría con la vida misma, etc. La filosofía fue, nos aclara Hadot (1998), fundamentalmente una práctica, una forma de vida. Otro de sus aspectos, es el “filosofar”, a partir de “tesis” a ser discutidas en el ejercicio del diálogo argumentativo. Y un tercer aspecto es precisamente, el de “instrucción”, sobre todo a partir del emperador y filósofo Marco Aurelio, donde comienzan a enseñarse como contenido doctrinal y académico, las enseñanzas de los grandes maestros, escuelas, o doctrinas (es decir, con el tiempo la filosofía devino una enseñanza de contenidos). Hoy día, la filosofía se ha quedado con este último aspecto, raramente, como enseñanza, practica el segundo aspecto, y ha olvidado totalmente el primero.

En este contexto, retomemos la importancia radical que tiene en el proceso de la “cura”, el hablar franco o la *parresía*. La cura por la palabra no la inventó el psicoanálisis, sino que está presente en toda la tradición griega, helenística y romana. Me parece que en este contexto de estas filosofías, el modelo médico, es el modelo pedagógico por excelencia, esto está resaltado aun mucho más en las escuelas helenísticas (digamos que podemos hablar de un modelo de enseñanza cuya finalidad principal es la “cura del alma”). El primero en hacer referencia a esto es Epicuro, que habla de la *therpeuein*. Epicuro dice que “todo hombre debe ocuparse día y noche y a lo largo de toda su vida de su propia alma”, cuando hace referencia a “ocuparse”, precisamente usa el término de la *therpeuein*. No podemos abarcar todas las implicancias de esta práctica, por eso nos vamos a introducir en el tema precisamente de la filosofía como “acto médico” en la filosofía de Séneca en su tratado moral acerca de “la tranquilidad del alma”.



LA TRANQUILIDAD DEL ALMA, O ACERCA DE LA FILOSOFÍA TERAPÉUTICA

Ocuparse de sí mismo, retrotraerse en sí mismo, no buscar otra voluptuosidad que en sí mismo, etc., todas expresiones que dan cuenta de algunas alcances que tenía el término *epimeleia heautou* en la tradición griega, helenístico romana⁴. Ahora hemos de justificar por qué pasar directamente a las filosofías helenístico-romanas desde el momento griego socrático- platónico. Si bien la idea del cultivo de sí, ligado al conocimiento de sí mismo, es una tradición de la Grecia clásica, se extiende y se profundiza en toda la civilización helenístico- romana. Del modelo pedagógico a partir de la sabiduría, el amor y la falta, se pasa a un modelo médico, que transforma a la filosofía en una terapéutica del alma, mucho más atenta a las enfermedades, a las necesidades del interlocutor, y a las perplejidades humanas, como algo que debe ser atendido y curado. Dice Hadot en relación a estas escuelas: “En esta perspectiva, la filosofía parece ser una terapéutica de las preocupaciones, de las angustias y de la desgracia humana...” (2000, p.117). A propósito de esta versión terapéutica de la filosofía helenística, Nussbaum (2003), nos dice:

El doctor filósofo debe, pues, ser todavía más escéptico que el doctor médico acerca de cualquier información proporcionada por el discípulo sobre la base de los juicios y percepciones inmediatas, sabiendo que los mismos órganos que suministran la información son los que están , o pueden estar enfermos (p.49). Y sigue diciendo: En muchos aspectos, la dificultad a la que se enfrentan el modelo médico se parece al que afronta un psicólogo que intenta tratar una enfermedad o una perturbación mental. Y, tal como veremos, muchos de los intereses e incluso mucho de los procedimientos de la ética helenística anticipan los del moderno psicoanálisis, aunque con una llamativa diferencia: el psicoanálisis no siempre ha estado dispuesto a comprometerse con una idea normativa de salud; a menudo es suficiente con que el paciente se recupere de ciertas incapacidades que saltan a la vista. (p.49)

⁴ Ver FOUCAULT, 2001, p.30.



Aquí entonces se hace un paralelo entre el modelo médico de la filosofía helenística, y agregaríamos nosotros, helenístico-romana, y el moderno psicoanálisis, aunque desde un base diferente donde se adquiere un compromiso normativo con un ideal ético, como veremos. Ya Foucault, había introducido en **La Hermenéutica del Sujeto**, al psicoanálisis como parte de la tradición que recupera la inquietud de sí, es decir que asocia la búsqueda de la verdad a la transformación “espiritual” del sujeto, en cierto sentido⁵ Nussbaum nos plantea la gran diferencia, aquí hay algo que educar, y es el mismo juicio del paciente, su manera de percibir las cosas, sus opiniones, su juicio, hasta su mismo deseo. Y no basta con que la persona hable de lo que le pasa libremente, si no que hay que enderezar su juicio y su percepción del mundo. Y ese enderezar tiene que adecuarse a una perspectiva del mundo y de la verdad enseñada y practicada por los grandes maestros (Sócrates, Zenón de Citio, Crisipo, Epicteto, Séneca, Epicuro, etc). Otra cuestión interesante, es que el médico- filósofo tiene una relación asimétrica con el paciente, sabe sobre su enfermedad y por supuesto, sobre su cura más que su paciente. Para ello debe someter a un examen crítico profundo las perspectivas del paciente.

Vayamos a algunos fragmentos de **La Tranquilidad el Alma** de Séneca que no tienen desperdicio y que son una muestra perfecta de cómo se asumía en aquel entonces, la filosofía como terapéutica desde un modelo médico de la filosofía. Sereno se presente en este texto frente a Séneca, describiendo una enfermedad de claros- oscuros, que ni el mismo entiende, y espera que su médico (así se refiere a Séneca) se lo pueda aclarar. Un estado en el que dice no estar ni del todo enfermo ni del todo sano (p.38). Le dice Sereno a su médico Séneca: “yo te contaré lo que me pasa y tú encontrarás un nombre para esta enfermedad” (1944, p.95). De ahí en más, Sereno nos cuenta cómo admira la templanza, máximo idea de la filosofía antigua, expresada en Aristóteles a través de la idea de justo medio, como aquello que debe imperar en la conducta ética. El máximo pecado para el mundo griego es precisamente el pecado de *hybris*, entendido precisamente, como intemperancia o exageración. Sin embargo, Sereno nos cuenta cómo a pesar de amar la templanza, cae sin

⁵ Tema que ha sido trabajado por Alouch en su libro: **El Psicoanálisis ¿es un ejercicio espiritual? Respuesta a Michel Foucault**. Buenos Aires: El Cuenco de Plata, 2007.



darse cuenta, apenas comienza un camino, en ciertas exageraciones. Por ejemplo, en relación al a estudio y a los libros. La templanza aconseja no exagerar con los estudios, ni con las palabras, pero apenas pasa un momento de modestia, ya el espíritu le exige más, y busca de nuevo palabras altisonantes y ambiciona a cosas altas. Este devaneo, inconsecuencia, cambio, que otras veces el senequismo ha llamado *stulticia*, y que luego va a retomar en el Renacimiento Erasmo en su **Elogio a la locura**, es precisamente, el continuo cambio, producto de la insatisfacción y que genera insatisfacción. En no alcanzar un equilibrio en la vida, producto de la insensatez o la locura. De esa forma se llega a esa insatisfacción interna, esa infelicidad, calificada como “hastío” o “náusea” (nada más parecido a lo que después retoman lo románticos, a lo que Boudelaire llama “spleen”, Nietzsche “nihilismo” y los existencialistas el sentimiento de la angustia ante la “nada”). No poder guiarse por “un principio rector” que dé firmeza y tenga por resultado la tranquilidad de alma. Para fijar aun más la idea de que esta relación pedagógica entre maestro y discípulo es una relación médico-paciente, Sereno le pide a Séneca un *pharmakon*, es decir un remedio que de solución a su problema, que es un problema psicológico-existencial. La “cura”, precisamente en los estoicos, pasa por trabajar en la representación del paciente, cambiar su forma de representar. Lo que hay que “educar” es ni más ni menos que la representación. Precisamente la enseñanza más importante de Epicteto es que había que poder separar las cosas que dependen de nosotros de las que no dependen. Las que dependen son en definitiva: el juicio moral, la representación y la perspectiva, el deseo y la aversión (lo que viene del interior). No dependen de nosotros: el cuerpo, la honra, la fama, etc.(lo que es externo) La educación estoica a partir de un modeló médico, será justamente una educación que pretende corregir la representación, para que las personas dejen de “proyectar” la responsabilidad de lo que les pasa en los otros, y comiencen un proceso de “conversión de la mirada” donde pasen a responsabilizarse a sí mismos primero, y finalmente, ya en estado de salud, no responsabilicen a nadie, ni siquiera a sí mismos. Es decir, simplemente busquen la aceptación-amor del destino⁶, el acuerdo con el naturaleza, y el trabajo de sí sobre sí, para lograr ese acuerdo con lo que sucede a partir de

⁶ Muy similar a lo que más adelante Nietzsche va a llamar “amor fati”, amor al destino, a lo que es. Síntesis existencial y posición ontológica que va a dar cuenta del sentido profundo de la idea del eterno retorno de lo mismo en Nietzsche (Ver, DÍAZ GENIS, 2008)



entrenar la mirada y la perspectiva acerca de lo que sucede. Dice Epicteto, por ejemplo, “¿se murió tu esposa e hijos?” Sólo dí “fueron devueltos”. Dado que no nos pertenecían, y no es algo que dependa de nosotros evitarlo. En definitiva, el perjuicio y el beneficio de un filósofo, sólo pueden venir de él mismo. Por lo tanto, nada puede serle quitado, pues lo único que le pertenece es el juicio o la representación. La corrección de sí es algo que debe ser buscado en el aquí y ahora. Hay modelos que seguir en la historia; el más grande de todos, Sócrates. Él es “ese sabio que tanto buscamos”, al que alude Séneca, quizás en su sentido de perfección no existe. Pero, en la historia, lo más cercano a la fuente de la sabiduría es la misma figura socrática. Hay que vérselas, por lo tanto, consigo mismo, y no mañana o en el futuro, ni cuando ya sea demasiado tarde, sino ahora mismo. La “cura por la palabra” se da a través de diferentes ejercicios espirituales⁷, como por ejemplo el “examen de sí”, “la carta a los amigos”, o simplemente el diálogo con el maestro como es el caso que ahora mostramos. Pero ¿cuál es la enfermedad? Sigamos paso a paso el diálogo de Sereno con Séneca que tenemos adelante.

La cura pasa por la *parresía*, que en la tradición greco-helenística y romana, es un dispositivo que se liga con la búsqueda de verdad, y que implica siempre un riesgo (ABRAHAM, 2006). Dice Sereno: “¿Quién se atreve a decirse a sí mismo la verdad?” (1944, p.99). El “pharmakon” que pide Sereno, lleva a la tranquilidad. Y por otra parte, tiene que ver con decirse la verdad de sí mismo. Hay que estar dispuesto a pagar los costos de verse a sí mismo en toda su radicalidad, para alcanzar la cura. Decir la verdad, decirse la verdad frente al otro que escucha, buscar la verdad dentro de sí mismo, como forma de terapia, ¿no nos encontramos en esta apuesta, el origen mismo de la práctica psicoanalítica?

Mucho antes, nos encontramos con un Sócrates que también interpelaba a Alcibiades (véase Alcibiades I, citado también por M. Foucault en **La Hermenéutica del Sujeto**). Un Sócrates también interpelando en el **Laques** a Lisímaco y Melesias acerca del valor y definiendo allí mismo su tarea terapéutica:

⁷ Ver HADOT, 2006



Me parece que ignoras que, si uno se haya muy cerca de Sócrates en una discusión o se le aproxima dialogando con él, les es forzoso, aun si se empezó a dialogar sobre cualquier otra cosa, no despegarse, arrastrado por él en el diálogo hasta que de explicación de sí mismo, sobre su modo actual de vida y el que ha llevado en su pasado. Y una vez que han caído en eso, Sócrates no lo dejará hasta que lo sopesen bien y suficientemente todo. Yo estoy acostumbrado a éste; sé que hay que soportarle estas cosas, como también estoy a punto de sufrir tal experiencia personal(..) de estar en contacto con este hombre está deseoso de aprender mientras viva(...)...desde hace tiempo sabía que, la charla no sería sobre los muchachos sino sobre nosotros mismos. (PLATON, 2003c, p.464).

Sócrates aparece en esta apuesta como el *básanos*, “la piedra de toque” que lo sopesa bien y suficientemente todo. Hay varios elementos a destacar en este texto. Este incitar a otro a buscarse a sí mismo, como manera fundamental del cuidado de sí, exige una relación personal con el maestro (destacamos aquí el término personal). A través de una relación dialógica y profunda, uno es llevado a hacer examen radical de sí mismo. Este examen no tiene que ver con la confesión cristiana de la culpa, sino con un examen de conciencia (préstese atención que aquí estamos frente al origen de esta práctica que precede al uso posterior que hace de ella el cristianismo y el mismo psicoanálisis) que implica centralmente y desde el punto de vista socrático, dar cuenta de la existencia, que en esta tradición significa algo tan radical como una búsqueda de coherencia entre *bios y logos*, vida y pensamiento (obsérvese que no se trata de una en detrimento de la otra). Sócrates es el maestro de este tipo particular de enseñanza pues el mismo posee una especie de “armonía ontológica”, es un *musikos aner*, es decir, comparte un tipo particular de sabiduría entendida como coherencia entre lo que dice y lo que se hace, esto implica una “música vital”(este concepto aparece en el Laques), una armonía existencial que se ve en la práctica y a partir de la cual se reconoce a Sócrates como el maestro de los otros (imagínense qué lejos estamos de este requisito para ser maestros, psicoanalistas o filósofos, hoy día). En su época se decía que Sócrates era “básanos”, o piedra de toque. ¿Que significa esto? *Básanos*, “piedra de toque”, era la piedra que permite constatar, al marcar el material, si es o no de oro. Sócrates, al preocuparse para que el otro se preocupe de sí, no hace más que dar cuenta de esa armonía o falta de armonía en la vida del otro. Sigamos con el texto, que no tiene desperdicio. Nicias dice que está a punto de sufrir una experiencia personal, esta experiencia en la que uno tiene que dar explicación de sí mismo, y al explicarse, tendrá que sopesarlo todo, será impelido a buscarse



al máximo, a cuestionarse, a re-pensarse, a reconstruirse sí mismo, y en esa medida interpretarse frente a otro que lo interpela. A partir de esta experiencia, que casi es vivida como una especie de conversión, la persona no quiere dejar de examinarse a sí mismo en toda su vida (el examen pasa a ser como una especie de “enfermedad contagiosa” que dura de por vida, aunque paradójicamente tiene que ver con la cura, con la cura del alma), y ese examen, que pasa necesariamente por ver la coherencia entre pensamiento y vida, es el punto de partida para la reflexión, para la búsqueda de la verdad y el sentido de las cosas y del mundo. Esto es importante, la teoría, el mundo de las ideas se conecta así con la vida de cada uno, con la búsqueda de sí mismo que se prepara a través de una “askesis”, una serie de prácticas que nos permite elaborar una verdad a través del diálogo. Y esa búsqueda implica la pregunta por el cuidado de sí y de los otros. Quiero destacar que, curiosamente, como luego va a decir Platón en el **Cármides**, no pueden concebirse separado el examinarse a sí mismo, y el conocer claramente la naturaleza de las cosas⁸ (PLATON, 2003b). En otro pasaje habla de “ir tras las “imágenes” (quizás sea mejor traducción “ideas”) que nos pasan por la cabeza y no dejarlas escapar sin más ni más (173a). El análisis y la búsqueda de sí, implica el desarrollo y el despliegue de la búsqueda de la verdad a través del diálogo y eso también es cuidado de sí (me parece interesante este aspecto, también para separarnos de cierto uso vulgar que se ha hecho del cuidado de sí que no trata para nada de desarrollar un espíritu crítico)⁹

Esta tradición es recogida directamente del maestro socrático por Séneca. Séneca en la descripción del estado de Sereno, muestra una gran percepción y agudeza psicológica. Busca una analogía, el estado de Sereno se parece a aquellos que han salido de una prolongada enfermedad, pero aun no se sienten o creen sanos. No están acostumbrados a hacerse a la idea que están sanos, y ven enfermedad allí donde hay salud. El remedio de Sereno pasa por recuperar la confianza en sí mismo. Lo que se desea, es no ser conmovido, esa es la verdadera felicidad, la *ataraxia*, es decir, la imperturbabilidad. En ella el ánimo está paz y en contento consigo mismo. Pues ese es el resultado de la *ataraxia*, un acuerdo consigo mismo que genera paz y felicidad. Sin embargo, lejos de ellos están los *stultos* (insensatos)

⁸ Ver Cármides, 166 d.

⁹ Ver un análisis más extenso sobre este punto en: Díaz Genis. “Hacia una genealogía del cuidado de sí...”, en Fermentario nro. 3, Montevideo, FHCE, 2009.



que cambian permanentemente de propósitos. El efecto de los vicios es el descontentarse consigo mismo. Por lo tanto el signo del buen camino es precisamente ese contento consigo mismo.

Una consecución del deseo débil, el fracaso, la frustración rodean estas vidas signadas por el hastío. Una vida que se “desarrolla poco”, atravesada por el descontento y la envidia para los que sí se despliegan y desarrollan. De esto nace un ánimo desconforme con el tiempo, con la fortuna, que no soporta la soledad y el ocio. En este sentido, este tipo de existencia, tiene una tendencia a seguir cualquier materia “que le excite y distraiga” (¿neophilia?), también es proclive al aturdimiento o a la persecución de la ocupación total (¿adicción al trabajo?). Es propio de este tipo de “enfermo”, “no soportar nada mucho tiempo, y usar los cambios como si fueran remedios” (p.44). Interesante, los cambios como “remedios falsos” para el hastío y ante la falta real de motivación. Aquí no hay hambre verdadera, un deseo débil, una fuerza en franco retroceso. De esa manera se perpetúa una continua huida de sí mismo, pues es en el sí mismo donde radica el problema, pero también la solución para la filosofía estoica. Acaso, ¿no es también una excelente descripción de un estado de decaimiento espiritual dada por la experiencia del nihilismo que tan bien nos presentara Nietzsche en el siglo XIX? “Nada vale la pena, todo es igual” dice el nihilista presentado por Nietzsche. El mejor remedio para el hastío que Séneca recomienda en lo inmediato es precisamente ocuparse de las cosas de la República, ocuparse de los otros. Esto refuta la idea precisamente de que este tipo de filosofía es una filosofía individualista y que no se ocupa o preocupa de los demás...La preocupación de sí, es también preocupación de los otros, y por los otros. Y en definitiva, nos advierte Séneca, también sirve a lo público quien como maestro exhorta a los jóvenes a ser virtuosos. Todos son necesarios para la ciudad, el puesto aparentemente pequeño también cumple su función para el todo. El filósofo nos advierte en este punto sobre el uso del tiempo, si se trata de vivir “cada día como si fuese el último”, el tema de la relación con el tiempo, el uso del tiempo se torna algo fundamental. No se trata de vivir matando el tiempo, si no de usarlo para vivir una existencia que valga la pena de ser vivida. En el punto en que ya no se puede servir a los deberes de ciudadanos, los estoicos nos recuerdan que somos humanos y que nuestra patria es el mundo. El tema del



tiempo es un tema central desde esta perspectiva. No hay que perder el tiempo, el tiempo es ahora, por eso “hay que vérselas con lo que uno tiene cerca”. En este sentido el ideal precisamente es la vejez, no como simple acumulación de los años, o mero pasaje de tiempo, sino como plenitud de la existencia. Lo que me ha de realizar no está allá afuera, ni más allá. Está aquí y ahora. Por eso uno de los ejercicios preferidos de la filosofía helenística es la “meditación para la muerte” (*melete thanatou*). “Vive tu vida tal y como si fueras a morir”, medita sobre tu propia muerte, es más, imagina que ella está aquí y ahora, la pregunta es: ¿como vivirías a sabiendas de que vas a morir? Precisamente se trata de vivir el instante con plenitud desde la conciencia de que eso es lo único que nos pertenece. “Además no han de enviarse muy lejos los deseos, sino que les hemos de permitir que sólo salgan a lo cercano...” dice Séneca, evitar las metas a largo plazo, concentrarse en lo inmediato. Esto me remite a muchas de las reflexiones que he hecho hace ya algunos años sobre la idea del eterno retorno en Nietzsche (DÍAZ GENIS, 2008). Se trata de pensar cómo estar presente para “ser”, y ser en concomitancia con el instante, buscar superar esta relación de huida o fuga con el tiempo, (el tiempo de cronos que come a sus hijos, o el tiempo “edípico” de Heráclito, donde los hijos van comiendo al padre, cada segundo que viene disuelve al anterior, y éste a su vez será disuelto por el que sigue, nunca se está en el aquí y ahora, en la plenitud del instante). “A cada cual le puede suceder lo que puede suceder a alguno”, es decir, la muerte, la enfermedad, puede esperarnos detrás de cada momento, todo lo que tengo lo tengo “prestado”, y si me es quitado, debo de agradecer por el tiempo en el que lo tuve, y considerar que ha sido devuelto. Estamos sometidos al tiempo, al devenir, al cambio, al desgaste y a la muerte. Todo lo que puede pasarle a otro, a nosotros también nos puede pasar. De esto se sigue es que “no trabajemos por cosas inútiles o por motivos inútiles, esto es que no deseemos lo que no podemos conseguir...” Se trata de comprender la vanidad de los deseos...“Vanidad de vanidades todo es vanidad” se dice Cohelet en el Antiguo Testamento. Aconseja Séneca que todo el trabajo “se refiera a algo y mire algo” (p.135) Pues el temor es caer en el sinsentido, en el hacer por hacer, el absurdo de Camus en **El mito de Sísifo**, donde precisamente Sísifo es la descripción más claro del sinsentido, expresada en el trabajo inútil y sin meta, de cargar sin término, a lo alto de una montaña, una piedra extremadamente grande, que cae por su propio peso una y otra vez. ¿Cómo concentrar la vida en su máximo en su *mínimun*?, es decir, como



ocuparse de lo importante en cada momento, e ir cada vez más dejando lo superfluo.. Dejar ese movimiento incesante y sin sentido, que no lleva a ninguna parte, o nos deja en el mismo sitio, pero más cansados, con más hastío. A medida que avanzamos en los consejos del estoicismo de Séneca, creo que nos damos cuenta que el tema no es tratar tanto algún tipo de neurosis u otro tipo de enfermedad mental, o algo que pueda ser comprendido sólo desde un plano psicoanalítico, la enfermedad puede ser la propia vida a partir de nuestro modo de entender la existencia. La idea es que el sabio debe concentrarse en sí mismo. Gozarse en sí mismo, esperar todo sólo de sí mismo, de su principio rector. El consejo del médico Séneca precisamente termina en la recomendación de recluirse en sí mismo. Foucault hablaba de varios sinónimos de esta recomendación:

Ocuparse de sí mismo, cuidar de sí, retirarse hacia sí mismo, retrotraerse en sí mismo, complacerse en sí mismo, no buscar otra voluptuosidad que la que hay en uno mismo, permanecer en compañía de sí mismo, ser amigo de sí mismo, estar en sí mismo como una fortaleza, cuidarse o rendirse culto, respetarse, etc.”(FOUCAULT, 2006, p.30)

CONCLUYENDO: PSICOANÁLISIS Y FILOSOFÍA

Hemos pensado en éste artículo, en el amor y la enseñanza pensada a partir de la falta y la sublimación del impulso sexual. La posibilidad, a partir del “amor de transferencia”, hacia el filósofo, de remontarnos a una búsqueda de la verdad. Una verdad que está en el sujeto, que debe buscar activamente como amante de la sabiduría (“erasta” y no “erómeno”, es decir, amante-activo-y no amado-pasivo nos enseñaba Foucault en su **Historia de la Sexualidad II**) y que nunca se llega a alcanzar. Una relación entre maestro y discípulo a partir de la búsqueda o de la falta. Hablamos de la filosofía como terapéutica, o como cura del alma. Curación que se vincula con la inquietud de sí, y la búsqueda de sí mismo. El sí mismo que debe ser buscado a partir de un acto parresiástico consigo mismo y con el maestro. La importancia del autoexamen y de la cura por la palabra. Todos estos elementos que indudablemente conectan toda esta tradición filosófica del cultivo de sí con el psicoanálisis. Sin embargo, no podemos dejar de señalar, bajo el trasfondo común, importantes diferencias. El maestro forma parte de la vida del alumno, puede convivir con él. Entre ellos dos hay un



conocimiento mutuo, y generalmente una relación de amistad, o simplemente de amor de amantes (no en el caso de la sublimación socrática, pero sí en muchas de estas experiencias). Al maestro o al médico-filósofo se le pide una coherencia entre teoría y práctica de vida que no se le pide al psicoanalista (más allá de que se le exija una ética, pero que sólo alcanza a su consultorio, pues es sobre todo una ética profesional dentro del ámbito técnico). El maestro-filósofo se encuadra en una práctica de vida, y tiene por otra parte un modelo de “vida buena” desde la que puede y efectivamente lo hace, aconsejar a su paciente- discípulo. El psicoanalista no tiene evidentemente o no parte de un modelo de vida buena, ni puede o no debería desde ninguna opción valorativa aconsejar nada. El paciente debe buscar por sí mismo, debe poder construir su propia verdad, no sirve de nada que se la anticipe, si es que la hay, su psicoanalista. Desde la tradición filosófica, otro elemento importante es que tampoco la enfermedad se puede entender como enfermedad puramente mental o susceptible de ser resuelta en el terreno de un análisis. Se trata de una situación existencial, la “enfermedad” tiene que ver con un mal uso de las representaciones, con precisamente una “falta de sabiduría”, se trata de la vida, y de cómo se vive la vida. Por otra parte, hay una posibilidad que a través del ejercicio conciente de la filosofía, que implica el ajuste de la conducta, a la forma de presentar la buena vida estoica que incluye la práctica de ciertos ejercicios espirituales, y por otro parte la imitación de ciertas conductas ejemplares como las de Sócrates, u otros personajes como Cano Julio, Séneca, o Epicteto, etc. Llegar a esa “tranquilidad de alma” es precisamente el más grande fin que persigue el estoico. Que la terapia psicoanalista persiga la verdad queda eso claro, pero que pretenda además con ello la tranquilidad del alma, es algo que escapa totalmente a su alcance (más allá de que pueda o no ser el resultado de una terapia). En el caso de la filosofía antigua, claro que está que trabajo conciente sobre el alma, el “ajuste” de las representaciones, la imitación del ejemplo, no tienen en cuenta el cuestionamiento de hasta qué punto es posible ajustar las conductas, el deseo, y la opinión a la “razón”(que implica un acuerdo con la naturaleza, con lo que es), elementos que el psicoanálisis ponen en duda a través del descubrimiento del inconsciente como piedra angular de su teoría (que por supuesto no es del todo un descubrimiento del psicoanálisis sino de la filosofía, vía Schopenhauer y Nietzsche..). No se trata simplemente de un “ajustar” conductas, esto sería simplificador, sino de cómo transformar una mirada, una



forma de vida, una manera de estar y de ser en el mundo, como realizar un cambio radical de perspectiva.

Terminemos con los acuerdos y desacuerdos que pasan principalmente porque el psicoanálisis es hijo de la mentalidad científicista de la modernidad y en ese sentido es hijo de su época, el psicoanálisis no es ni pretende ser una filosofía, pero evidentemente podemos encontrar su fuente genuina e inagotable en este “mar de fondo” de la filosofía griega. Se trata de una fuente donde emana elementos sustanciales de esta tradición, nada menos que el amor, la importancia de la sublimación, el fenómeno del deseo, la importancia de la cura a través de la palabra, el autoexamen, la relación entre médico paciente a través de la parresía, o la franqueza. Hay mucho más sin lugar a dudas. Foucault nos señala en su **Hermenéutica** un elemento central que dice recoge Lacan en su teoría, la relación entre ciencia y espiritualidad. Primero tenemos que señalar un punto importante, la ciencia antigua, el ejercicio de la vida teórica, exigía la conversión del sujeto en relación a la verdad y a esto le llama espiritualidad como ya fue mencionado. Este elemento es heredado por el psicoanálisis según Foucault. No es posible separar estos dos momentos, la verdad de una ciencia, con la verdad del sujeto, y de una conversión o transformación del sujeto en relación a esa verdad. Esa verdad del psicoanálisis es el inconsciente, se expresa en un lenguaje, es accesible a través de diversas técnicas. Y todo ello tiene que ver con una cura. Y esta cura, tiene que ver con el sujeto, la verdad, su “psijé” (psike). Y que esta verdad se expresa en una relación terapéutica entre médico y paciente. En la filosofía antigua entre un maestro y un o varios discípulos, en ambas tradiciones, a través del ejercicio de la palabra. Lo que sucedió en la antigüedad es un “milagro” de la civilización que tiene por lo menos más de veinte siglos, una verdad simbólica que ha dado lugar a infinitas interpretaciones, hoy tenemos o acercamos una posible, dado que sabemos que un texto no es lo que quiso decir realmente un autor, sino aquello que acerca desde la distancia un lector desde su horizonte, es decir, a partir de sus propias preguntas, inquietudes e interpretaciones (lo que no significa que se pueda interpretar cualquier cosa, sino aclarar la situación hermenéutica de toda comprensión). Esta “manera” de acercarse a la “cura” permanece hasta nuestros días como una forma enigmática de llegar a problemas y soluciones que siguen dando que hablar, y desde donde podemos seguir



alimentando y enriqueciendo nuestra vida y concepción de la psiquis. Pues tanto para los antiguos como para nosotros, nunca es tarde para seguir filosofando, pues nunca es tarde para curar el alma, y alcanzar con ello, desde esta perspectiva, la felicidad.

Por último recordaremos un elemento y pasión común entre esta filosofía recuperada aquí y el psicoanálisis que nos recuerdo el Foucault de Historia de la Sexualidad II:

El análisis-que debe entenderse como un ejercicio transformador de uno mismo mediante el impulso a la verdad y no como apropiación simplificadora del otro con fines comunicativos-es el cuerpo vivo de la filosofía, al menos si sigue siendo en la actualidad lo que fuera antaño, es decir, una “ascesis”, un ejercicio en relación con uno mismo mediante el pensamiento. (HADOT *apud* FOUCAULT, 2006, p.252).

El análisis es el cuerpo vivo de la filosofía así como el del psicoanálisis, un “ejercicio espiritual” que marca sustancialmente ambas experiencia en occidente.



REFERENCIAS

ABRAHAM, T. **El último Foucault**: coraje y verdad. Buenos Aires: Sudamericana, 2006.

EPICTETO. **Manual, fragmentos**. Madrid: Editorial Gredos, 1995.

FOUCAULT, M. **Historia de la sexualidad**. Buenos Aires: Siglo XXI, 2003. (Tomo II).

_____. **La hermenéutica del sujeto**. Buenos Aires, Siglo XXI, 2001

HADOT, P. **Ejercicios espirituales y filosofía antigua**. Madrid: Siruela, 2006.

_____. **¿Qué es la filosofía antigua?** México: FCE, 2000

NUSSBAUM, M. **La terapia del deseo**. Barcelona: Paidós, 2003

PLATON. **Alcíbiades I**. Madrid: Gredos, 1992.

_____. **Apología**. Madrid: Gredos, 2003a.

_____. **Banquete**. Madrid: Gredos, 2008.

_____. **Cármides**. Madrid: Gredos, 2003b.

_____. **Laques**. Madrid: Gredos, 2003c.

SÉNECA. **Tratados morales**. México: UNAM, 1944.

**Andrea Díaz Genís**

Universidad de la República, Instituto de Educación, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación;
Dra. en Filosofía por la Universidad Nacional Autónoma de México;
Profesora adjunta con dedicación total del Departamento de Historia y Filosofía de la Educación;
Directora del mismo Departamento, forma parte como investigadora de la Agencia Nacional de Investigación (ANII) nivel I.
Tel.(005982)5093682
E-mail: diazgena@gmail.com

Recebido em: 20/11/09
Publicado em: 31/03/10