

Cuidado de sí, una paradoja

Self-care, a paradox

Dulce María Cabrera Hernández¹
Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
Facultad de Filosofía y Letras
ORCID: 0000-0002-2364-578X

Resumen

En este artículo se retoman algunos principios socráticos explorados por Foucault respecto de *epimeleia heautou*. Los párrafos centrales ofrecen tres componentes de la inquietud de sí: 1) principio de verdad, 2) divinidad y alteridad y 3) dimensión política y ética. Este ejercicio hermenéutico propone que la inquietud de sí encierra una paradoja: existe una disposición del sujeto para apropiarse de las técnicas de cuidado que lo acercan al bien y a la sabiduría, apoyándose en la guía de un preceptor. Sin embargo, la madurez y el crecimiento espiritual le exigen deshacer el vínculo con su tutor y con la cultura para ejercer libremente el cuidado de sí mismo y de los otros.

Abstract

This article reviews some Socratic principles explored by Foucault about *epimeleia heautou*. Central paragraphs offer three components of self-care: 1) principle of truth, 2) divinity and otherness, and 3) political and ethical dimensions. This hermeneutical approach proposes self-care contains a paradox: there is a disposition of the subject to appropriate the careful techniques that bring him closer to goodness and wisdom, relying on the guidance of a preceptor, however, maturity and spiritual growth require breaking the link with one's preceptor and culture to exercise self-care and care for others freely.

Palabras clave

Ética, filosofía, poder, política, sujeto.

Keywords

Ethics, philosophy, power, politics, subject.

¹ Proyecto: Ética del Cuidado y Responsabilidad. Secretaría de Investigación y Estudios de Posgrado.

Fecha de recepción: septiembre 2024

Fecha de aceptación: diciembre 2024

*¿Qué quieres y qué esperas,
cuando te veo, importuno,
aparecer siempre y con empeño
en todos los parajes a donde yo voy?*
Platón, Alcibiades

Hermenéutica y epimeleia

Recordemos que en el curso de 1981-1982, conocido como *La hermenéutica del sujeto*,² Foucault estaba interesado en explorar las relaciones entre sujeto y verdad, por lo que en esos momentos analizó la importancia del conocimiento de sí mismo (*gnothi seautón*) y la inquietud de sí (*epimeleia heautou*). ¿Cómo podemos entender el significado de aquello que puede considerarse como sinónimo de preocupación por sí mismo o cuidado de sí o ser amigo de uno mismo o estar en uno mismo?

En primer lugar [...] es una actitud con respecto a sí mismo, con respecto a los otros, con respecto al mundo. En segundo lugar [...] es también una manera determinada de atención, de mirada [...]. La inquietud de sí implica cierta manera de prestar atención a lo que se piensa y a lo que sucede en el pensamiento. En tercer lugar, la noción de *epimeleia* no designa simplemente esa actitud general o forma de atención volcada hacia uno mismo. La *epimeleia* también designa, siempre, una serie de acciones, acciones que uno ejerce sobre sí mismo, acciones por las cuales se hace cargo de sí mismo, se modifica, se purifica.³

Los enunciados incluidos en la cita anterior merecen una revisión más detallada. La inquietud de sí como actitud se trata de una forma de estar en el mundo. Afecta a sí mismo y a los otros. Más adelante, en el texto, tenemos dos ideas relacionadas con el estar atento: por una parte, significa orientar la

² Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*, trad. por Horacio Pons (Ciudad de México: FCE, 2004). Este trabajo se apega a los contenidos abordados en este seminario de Foucault. Aunque diversas discusiones en torno a la inquietud de sí y las tecnologías del yo se encuentran diseminadas en distintas obras, es importante advertir que el ejercicio hermenéutico se basa en la publicación señalada en estas referencias.

³ *Ibíd.*, 28.

mirada hacia uno (como meditación, *melete*), y por la otra, se trata de auscultar en el pensamiento (queremos saber qué pasa en el sujeto). Finalmente, la inquietud de sí consiste en realizar ejercicios purificadores que nos permiten transformarnos en nosotros mismos (*askesis*). El cuidado de sí gravita en torno al sujeto, pero ¿qué es lo que se debe cuidar? El alma (*psykhe*). “‘Hacer el alma tan buena como sea posible’ sería, por una parte, llegar al conocimiento de la existencia tal y como es realmente”;⁴ por lo tanto, es imprescindible realizar ejercicios orientados a su cuidado porque solo así se construye una “relación consigo mismo y con lo divino”.⁵

En el modelo socrático ocuparse de sí no puede desvincularse del conocerse a uno mismo: para cumplir con las obligaciones respecto de uno, primero, es necesario saber quién es el sujeto. Y ese saber no se traduce en un conocimiento de tipo intelectual (no es una definición), prácticamente es una interrogación sobre nuestro modo de existencia. Por todas esas razones, la inquietud de sí fue considerada como preocupación o cuestionamiento: es auscultación, escrutinio y repliegue, pero de ninguna manera esto debe entenderse como consciencia⁶ en el sentido cartesiano.⁷

Cuidado de sí y principio de verdad

Para Foucault, el cuidado de sí alude al sujeto que puede “conocerse” a través de la espiritualidad y también le atañe la vida social y orgánica (*polis* y *bios*). La prioridad de *epimeleia* es el acceso a sí mismo a través de experiencias de purificación, ascesis y renunciaciones,⁸ mientras que la vida en el ámbito de la polis es objeto de la parresia como producción de subjetividad a través de la verdad.⁹ “La *epimeleia heautou* designa precisamente el conjunto de las condiciones de espiritualidad, el conjunto de las transformaciones de sí mismo que son la condición necesaria para que se pueda tener acceso a la verdad”.¹⁰ En otras palabras, se trata de desarrollar una vía de acceso a la sabiduría y a la verdad ligadas al gobierno de uno mismo y de los otros.

⁴ Alfred Taylor, *El pensamiento de Sócrates*, trad. por Mateo Hernández Barroso (Ciudad de México: FCE, 1961), 116.

⁵ Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*, 87.

⁶ Para Descartes, el sujeto se reconoce a sí mismo como una cosa que piensa en las *Meditaciones metafísicas*.

⁷ Este punto es de suma importancia porque precisamente, con el desarrollo del pensamiento moderno, la formación fue vinculada al autoconocimiento (sobre todo en el plano cognitivo que se alejó del cognoscitivo: *gnosis*).

⁸ El cristianismo transformará estas nociones en conversión, confesión y dominio.

⁹ Milton Dionisio y Edgar Delgado, “La epimeleia y la parrhesía: Un estilo de existencia, un decir verdadero; Resistencia y ejercicio de la libertad en nuestra actualidad”, *Tópicos: Revista de Filosofía*, 59 (2020).

¹⁰ Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*, 35.

De forma adicional, intervienen otros elementos: la educación recibida, la obligación permanente de los individuos respecto de su formación¹¹ —a lo largo de toda la vida—, y la necesidad de saber cuáles son los insumos necesarios para el buen gobierno, tanto el propio como el de los demás.¹² Todas ellas de acuerdo con Foucault,¹³ Hadot¹⁴ y Jaeger¹⁵ ya formaban parte de la “cultura” griega (*paideia*) y de cierta manera tenían la intención de intervenir en las modulaciones del cuerpo, del alma y del pensamiento.¹⁶

A nuestro parecer, en la filosofía antigua, uno de los puntos centrales en la inquietud de sí es el acceso a la verdad. ¿A qué tipo de verdad se refiere Foucault y qué papel juega en el cuidado de sí? En la *epimeleia* el valor de la verdad se encuentra alejado de los silogismos, también es ajeno a las construcciones proposicionales y a la verificabilidad entre los sucesos y los enunciados. Es conveniente hacer esta precisión para evitar una asociación errada entre el cuidado de sí y la verdad en un sentido estrictamente lógico y racional. No se trata en absoluto de poseer un dato verificado sobre los hechos, solo se procura desarrollar una disposición o ligazón con el bien.

El sentido de la verdad propuesto por Foucault forma parte de las técnicas de producción de sí mismo en la vida (*tekhne tou biou*) y frente a la muerte. Ese conocimiento se sitúa en el terreno de la ética como modo de vida (*ethos*). Así pues, vivir en torno a la verdad equivale a construir un modo de existencia cuyo epicentro es el bien. Al amparo de la filosofía socrática, la verdad y el bien se encuentran mutuamente implicados: nadie que conozca el bien debería actuar en un sentido contrario a este porque tal conducta no solo desvirtúa al sujeto, también interrumpe su relación con la verdad.

En esa tesitura, la inquietud de sí consiste en procurar que la vida se convierta en un correlato de la verdad, y para lograrlo el sujeto debe replegarse o retirarse de los asuntos ajenos a la vida verdadera.¹⁷ Podemos ver algunos

¹¹ Estos asuntos son de sumo interés para nosotros porque Foucault establece una distinción entre la formación —*paideia*— y el aprendizaje. *Ibíd.*, 58. La *paideia* correspondería a la formación y a la cultura, mientras que el aprendizaje estará vinculado con la educación basada en conocimientos y destrezas.

¹² Michel Foucault, *El gobierno de sí y de los otros: Curso en el Collège de France (1982-1983)*, trad. por Horacio Pons (Ciudad de México: FCE, 2017).

¹³ Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*.

¹⁴ Pierre Hadot, *¿Qué es la filosofía antigua?* (Ciudad de México: FCE, 1998).

¹⁵ Jaeger Werner, *Cristianismo primitivo y paideia griega*, trad. por Elsa Cecilia Frost (Ciudad de México: FCE, 2016).

¹⁶ Esto ya supone una acción colectiva o social, o sea que el sujeto no puede hacerse cargo de sí mismo únicamente para su beneficio particular o privado.

¹⁷ Alain Badiou, *La verdadera vida: Un mensaje a los jóvenes*, trad. por Adriana Santoveña (Barcelona: Malpaso, 2017).

principios orientados al cuidado de sí que están presentes tanto en el modelo socrático como en las filosofías helenísticas; si bien todas ellas proveían ciertos insumos y ejercicios, Sócrates insistió en que la *epimeleia heautou* estaba dirigida a reestablecer las relaciones entre el sujeto y la divinidad.

Divinidad y alteridad

Sócrates no solo distingue la importancia del cuidado de sí, también estimula el conocimiento de sí y, al recurrir a su conocido método mayéutico, asume su papel como filósofo y maestro para orientar a Alcibíades acerca de cómo ocuparse de sí mismo, le indica cómo debe cuidar su alma, le explica cómo dirigir su mirada hacia lo divino y a la sabiduría.¹⁸ “El conocimiento, el acceso a la verdad no podían darse sino en las condiciones de un movimiento espiritual del alma en relación consigo misma y con lo divino”.¹⁹

Recordemos que la divinidad, la sabiduría y la verdad se encuentran íntimamente relacionadas y conviene atender las palabras de Sócrates en la *Apología*:

Me pregunté, pues, a mí mismo, como si hablara por el oráculo, si querría más ser tal como soy sin la habilidad de estas gentes [los poetas], e igualmente sin su ignorancia, o bien tener la una y la otra y ser como ellos, y me respondí a mí mismo y al oráculo, que era mejor para mí ser como soy [...] solo Dios es el verdadero sabio, y que esto ha querido decir por su oráculo, haciendo entender que toda la sabiduría humana no es gran cosa, o por mejor decir, que no es nada; y si el oráculo ha nombrado a Sócrates, sin duda se ha valido de mi nombre como un ejemplo, y como si dijese a todos los hombres: “El más sabio entre vosotros es aquel que reconoce, como Sócrates, que su sabiduría no es nada”.²⁰

“No hay sabiduría sin divinidad” es lo que se advierte en la cita anterior. El acceso a la verdad y a la sabiduría solo es posible, si, como Sócrates, estamos en contacto con lo divino, pero ¿cómo podría el sujeto acercarse a ellas? La respuesta es a través de los ejercicios pertinentes para conducir el alma hacia el bien.²¹ No obstante, los recursos a su alrededor son insuficientes para acceder a la sabiduría, para vivir conforme a la justicia y para honrar la verdad con su modo de existencia. En esas condiciones, la participación de un maestro es

¹⁸ Platón, *Diálogos* (Madrid: Gredos, 2003).

¹⁹ Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*, 87.

²⁰ Platón, *Diálogos*, 157.

²¹ Recordemos la metáfora del carro alado que tiene un caballo dócil orientado hacia el mundo inteligible y el bien, así como otro caballo brusco orientado por las pasiones del mundo sensible. El cochero representaría la parte racional de la vida humana.

crucial para que el discípulo desarrolle un conjunto de prácticas espirituales que le conduzcan a la búsqueda permanente del saber necesario para su propio gobierno y de los otros.

Lo anterior exige reconocer los patrones culturales y aprender las técnicas de cuidado compartidos en la comunidad, en este caso es necesario aclarar cuál es el papel del preceptor, pues se diferencia del profesor encargado de la instrucción y de la enseñanza de contenidos. Al tutor le preocupa su discípulo; su tarea no se limita al adiestramiento. Su misión consiste en procurarlo: “Lo que define la posición de este es que se preocupa por la inquietud que aquel a quien guía puede sentir con respecto a sí mismo”.²²

Sabemos que la figura del profesor tiene más apogeo en la infancia, pero el preceptor o maestro acompaña desde la adolescencia hacia la madurez, pues su función pedagógica no atañe a la enseñanza de contenidos, sino a una relación amorosa y de cuidado entre el discípulo y el maestro. Ambos construyen un vínculo afectivo basado en el reconocimiento de sus propias especificidades. Y, en medio de esa relación amorosa, ninguno puede sustraer al otro de sus obligaciones. Según la recuperación socrática realizada por Foucault, en el periodo de la infancia un pedagogo interviene denodadamente, pero la participación y la presencia del preceptor se vuelven más importante entre la juventud y la adultez porque en esos momentos los jóvenes deben tomar decisiones cardinales, tanto en lo colectivo como en lo personal, y en tales circunstancias es necesario contar con un tutor adecuado: un filósofo.²³

Política y ética

Volviendo a *La hermenéutica del sujeto*, Foucault señala que la inquietud de sí se manifiesta a través de una práctica política y ética.²⁴ La primera se relaciona con una situación estatutaria de poder entre los ciudadanos griegos: los gobernantes deben ocuparse respecto de sí y de sus gobernados. Una parte de esa atención se vincula con el saber necesario para ejercer el gobierno de las cosas y de las ciudades. Aquí el sentido de la política incumbe a las decisiones administrativas, religiosas y de poder sobre lo público sin abandonar lo personal, y este último elemento colinda con la dimensión ética porque en la forma de gobernar se exhibe el modo de existencia del gobernante.

²² Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*, 73.

²³ La presencia del preceptor es importante porque los ciudadanos jóvenes, después de ser asediados por su belleza, son descuidados por quienes los sedujeron. Para Sócrates es importante permanecer con ellos en la adultez para orientarlos sobre sus deberes políticos, pero no aclara hasta cuándo se debe prolongar la tutela con su discípulo.

²⁴ Michel Foucault, *La hermenéutica del sujeto*.

De acuerdo con Foucault, la dimensión política de la inquietud de sí se alimenta de la ignorancia. El sujeto no sabe quién es y, por lo tanto, desconoce cómo gobernarse y cómo actuar frente a los demás.²⁵ En esos casos, la educación, el profesor y el preceptor pueden ayudar en el desarrollo de la *tekhné* adecuada para gobernar,²⁶ y todas ellas se ligan, parcialmente, a la dimensión ética de la inquietud de sí. Esto se debe a que el desarrollo de un *ethos* demanda construir una relación del sujeto consigo mismo y hacerse responsable del cuidado del alma. Empero, lograr esta tarea no solo depende de los modelos y conocimientos proveídos por los profesores, y tampoco basta con la intervención de los preceptores; para atender la dimensión ética, se exige al sujeto conocerse y hacerse amigo de sí mismo.

En la medida en que el conocimiento de sí mismo se armoniza con la sabiduría divina, el sujeto va desarrollando una capacidad crítica que le permite tomar distancia de las enseñanzas recibidas. Su madurez y su entorno lo incitan a replegarse sobre sí al despreciar aquello transmitido por sus maestros y sus profesores porque esa inquietud demanda libertad y concierne al cuidado de “toda la existencia”. En esos momentos el papel del preceptor ya no es de gran ayuda, la responsabilidad corresponde únicamente al sujeto. En caso contrario, cuando el apego se mantiene, el discípulo siempre depende de la guía de un agente externo y jamás alcanza la autarquía.

Una paradoja

En esta aproximación a los planteamientos foucaultianos sobre la *epimeleia* socrática nos enfrentamos a una paradoja. Por un lado, se requiere la guía del preceptor y de la práctica educadora para infundir las técnicas orientadas al cuidado de sí y, por otro lado, es necesario suspender ambas para lograr que el sujeto, en libertad, honre a la verdad con su modo de existencia. Esto puede comprenderse mejor si recordamos que el llamado a estar consigo mismo se entrelaza estrechamente con la dimensión política (vinculada con el gobierno de los otros), y con la dimensión ética (responsabilidad); esa interpelación reclama al sujeto replegarse en una instancia propia.

¿Cuál es el modo de ser “propio” del sujeto? Aunque esa pregunta se puede responder de múltiples maneras, su dificultad radica en que los sujetos no tienen un “método” o recurso para llegar a una conclusión, pues no se trata de un dato almacenable o de una información. Ante ese vacío, alguien debe asumir la responsabilidad de buscarse, conocerse y edificarse. En esa interroga-

²⁵ Foucault expone estas ideas a partir del *Alcíbiades*.

²⁶ Michel Foucault, *El coraje de la verdad: El gobierno de sí y de los otros II*, trad. por Horacio Pons (Buenos Aires: FCE, 2010).

ción se produce un emplazamiento del sujeto como productor de sí mismo.²⁷ Sin embargo, esta problematización no puede resolverse en los confines de la individualidad. El papel del filósofo cobra especial importancia en ese proceso inquisitivo donde se exhibe un desconocimiento sobre sí mismo. Esa intervención psicagógica²⁸ es radical, no solo porque se trata de Sócrates, sino porque establece una relación tutelar con quien se interroga sobre sí. En otras palabras, el papel de filósofo como preceptor es relevante porque presta su vida para guiar al discípulo en la aprehensión de los recursos necesarios para desarrollar la ascesis y los ejercicios espirituales que, eventualmente, lo llevan a conocer de sí mismo.

Recapitulando, tenemos las siguientes ideas: a) la inquietud de sí como pregunta se dirige hacia uno mismo: ¿quién soy?; b) la emergencia de esa cuestión demanda, inicialmente, el reconocimiento de la existencia: soy; c) el sujeto no ignora su propia existencia, sino la manera en que esta se constituye. Así pues, la inquietud de sí se convierte en un cuestionamiento constante sobre cuál es el modo de vida “propio”. Hay un sujeto preocupado por saber de sí y un filósofo haciéndole notar su ignorancia respecto de un asunto personal —podríamos decir íntimo—. En esta circunstancia, el interés sobre sí mismo deja de formularse en términos privados. Puede mantenerse así si únicamente se produce soliloquio, empero, ante la enunciación de la pregunta ¿quién soy?, se detona la “necesidad” de conocerse y de atenderse. Tal interrogación se dirige a dos destinatarios: el sujeto que la concibe y quien lo escucha (“el filósofo”, en este caso, Sócrates). Ambos son interpelados por ese cuestionamiento, pero el segundo solo puede acompañar al primero en la producción de cualquier respuesta. El maestro no puede usurpar esa responsabilidad y el discípulo no puede abstenerse.

¿Quién soy?, ¿cuál es el modo de existencia que tengo como propio?, ¿cómo puedo conocerme siguiendo las enseñanzas y los discursos producidos por otro? Estas preguntas pueden considerarse expresiones de una inquietud de sí en las que el sujeto y el preceptor se encuentran mutuamente implicados. Sin embargo, ninguno puede generar una respuesta satisfactoria para el otro respecto de cómo cuidar de sí.²⁹ ¿De qué sirve el binomio sujeto-preceptor si ha de presentarse un *impasse* y si no es posible hacer una transferencia entre el tutor y el alumno sobre los conocimientos necesarios para dar cuenta de sí mismo? Sobre este asunto Foucault señala que en ese vínculo el preceptor puede propiciar en su discípulo una búsqueda de sí; no obstante, el maes-

²⁷ Por el momento para Foucault no es tan importante el contenido de esa contestación, pues quiere mostrar la actividad del sujeto como productor de sí mismo.

²⁸ Michel Foucault, *Hermenéutica del sujeto* (Ciudad de México: FCE, 2004).

²⁹ Esto se ejemplifica con la relación que Sócrates construye como preceptor de Alcibiades (su discípulo o tutorado).

tro no puede forzarlo a encontrar respuestas, tampoco le puede garantizar el acceso a la verdad, y mucho menos puede obligarlo a seguir una vida espiritual ligada al bien.

Como ya se advierte, todos esos aspectos son necesarios para el cuidado de uno mismo, empero el sujeto no “sabe” cómo lograrlo solo. La relación del sujeto con su preceptor y con sus profesores es temporal y, al mismo tiempo, se plantea como necesaria para estimular la preocupación de sí, desafortunadamente, ese vínculo es insuficiente para acceder a la verdad y al cuidado del alma. Y, aun así, no se puede romper esa relación porque, tal como Sócrates³⁰ le advierte a Alcibíades: si el sujeto se mantiene en un estado invariante no puede saber lo que ignora; el ojo necesita mirarse en otro ojo para saber lo que estima. Siguiendo el pensamiento de Sócrates, es muy probable que el vínculo entre discípulo y preceptor se refiera a una relación especular en la que el sujeto se ve reflejado en el otro para que desde esa imagen sea capaz de reconocerse como distinto.

Reflexiones finales

Conforme avanzó en *La hermenéutica del sujeto*,³¹ Foucault fue desplazando la discusión sobre la inquietud de sí hacia los ejercicios espirituales y la producción de un modo de existencia verdadero. En nuestro caso, al revisar la primera parte de ese curso, hemos explorado algunos planteamientos relacionados con la preocupación y el cuidado de sí tomando como referencia sus principales acepciones (actitud, atención y autoconocimiento o repliegue del sujeto hacia sí mismo) y, a partir de ellas, hemos identificado tres componentes de la *epimeleia* socrática: principio de verdad, divinidad y alteridad, y dimensión política y ética.

En nuestro análisis hemos afirmado que *epimeleia heautou* se relaciona con el cuidado del alma, por esa razón tiene a la verdad y a la divinidad como principios. La dimensión política alude a la vida colectiva y al gobierno (de uno mismo y de los otros), mientras que la ética (como modo de existencia) es una responsabilidad exclusiva del sujeto. La relación de alteridad que atañe al cuidado de sí ha sido analizada a partir del vínculo entre el preceptor y el discípulo. Podemos ver una síntesis de estas ideas en la siguiente expresión socrática dirigida a Alcibíades: “Si, por tanto, tú has de conducir recta y convenientemente los asuntos de la ciudad, tendrás que conseguir que los ciudadanos participen de la virtud”.³²

³⁰ Platón, *Alcibíades o de la naturaleza del hombre* (Buenos Aires: Aguilar, 1965).

³¹ Lecciones impartidas en marzo de 1982 en adelante.

³² *Ibid.*, 155.

A modo de cierre, reiteramos que el cuidado de sí es una actitud, una mirada, un tipo de atención y un conocimiento que solo puede darse cuando hay un sujeto atento e interesado en conocerse y procurarse, pero lastimosamente sus recursos individuales son limitados y no le permiten concluir ese compromiso. Jaeger, Hadot y Foucault coinciden en que la *paideia* ofrece un soporte sociocultural para aprehender ciertas técnicas y también mencionan la relevancia del tutor o del preceptor como guía, pero en ningún momento cancelan la responsabilidad del sujeto.

A partir de lo anterior, en este análisis sostenemos que la *epimeleia heautou* encierra una paradoja porque, primero, se plantea que el vínculo entre el maestro y el discípulo es necesario para que este se conozca y cuide de sí. Después, se afirma que esa tarea puede lograrse solo si el segundo se desliga para asumir la misión de atenderse sin más apoyaturas. Aunque esta condición no fue planteada por Foucault, consideramos pertinente explorarla y ofrecer una reflexión.

El acercamiento al bien y a la sabiduría compete a la divinidad y a la procuración del alma mediante la apropiación de técnicas y ejercicios de purificación. Esta tarea es exclusiva del sujeto, pero solo puede desarrollarse en una relación de alteridad donde los preceptores y la comunidad buscan colectivamente su fortalecimiento espiritual. Sin embargo, cuando el sujeto logra distinguir su rostro en la mirada del otro, le resulta ineludible distanciarse respecto de las enseñanzas de sus preceptores y de la cultura para ejercer libremente el cuidado de sí y de los otros en su dimensión política y ética.

Bibliografía citada

- Badiou, Alain. *La verdadera vida: Un mensaje a los jóvenes*. Traducido por Adriana Santoveña. Barcelona: Malpaso, 2017.
- Dionicio, Milton y Edgar Delgado. “La *epimeleia* y la *parrhesía*: Un estilo de existencia, un decir verdadero; Resistencia y ejercicio de la libertad en nuestra actualidad”. *Tópicos: Revista de Filosofía* 59 (2020): 195-217. <https://doi.org/10.21555/top.v0i59.1107>
- Foucault, Michel. *El coraje de la verdad: El gobierno de sí y de los otros*. Traducido por Horacio Pons. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica, 2010.
- *El gobierno de sí y de los otros: Curso en el Collège de France (1982-1983)*. Traducido por Horacio Pons. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica, 2017.
- *La hermenéutica del sujeto*. Traducido por Horacio Pons. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica, 2004.
- Hadot, Pierre. *¿Qué es la filosofía antigua?* Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica, 1998.

- Jaeger, Werner. *Cristianismo primitivo y paideia griega*. Traducido por Elsa Cecilia Frost. Ciudad de México: Fondo Cultura Económica, 2016.
- Platón. *Alcíbiades o de la naturaleza del hombre*. Buenos Aires: Aguilar, 1965.
- Taylor, Alfred. *Diálogos*. Madrid: Gredos, 2003.
- *El pensamiento de Sócrates*. Traducido por Mateo Hernández Barroso. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica, 1961.