

# CUIDADO DE SÍ : DEL ALMA AL CUERPO

Rolando Casale

---

UNLP

## Introducción

En este trabajo se va a examinar la noción de cuidado de sí. Se tomará como base la conceptualización platónica de la misma y la reelaboración hecha en los primeros siglos de la era cristiana por influencia estoica y que es fundamental dentro del cristianismo.

La pregunta que ha dado lugar a esta investigación es la siguiente: ¿Hasta que punto la reelaboración de la noción de cuidado de sí hecha por los estoicos afecta el núcleo central de significación que Platón le había atribuido inicialmente?. Como respuesta a esta pregunta se sostiene la hipótesis de que la noción de cuidado de sí se ve radicalmente modificada a partir de dichos trabajos. Por tanto, el objetivo de esta ponencia es mostrar la existencia de una discontinuidad en torno a la significación que se le atribuye a la noción de cuidado de sí, en un caso y en el otro. Para ello, se va a realizar, en primer término, un análisis de la noción de cuidado de sí tal como aparece en *El Alcibiades* de Platón y, luego, un análisis de dicha noción en una de sus manifestaciones específicas: la institución matrimonial regulada por principios tal como muestra Foucault en su *La Historia de la sexualidad*.

## El cuidado de sí en Alcibiades de Platón

En esta obra Platón pone de relieve que es imposible cuidarse, sin conocerse. Pero, al mismo tiempo, hace una distinción entre el cuidado de aquellas cosas de que uno se sirve y el cuidado de sí mismo, que remite al alma. Ahora bien, el cuidado debido no es sino la actividad de tratar bien a una cosa:

Soc. - ¿ Es que tratar bien una cosa no es cuidarla debidamente?

Alcibiades - Sin duda alguna.<sup>1</sup>

Qué entiende Platón por “cuidado de sí” puede describirse según las cuatro características que se enuncian y explican a continuación:

1. El cuidado de sí depende del conocimiento de uno mismo.

En efecto, no hay posibilidad alguna de cuidar aquello que no se conoce. Si uno no se conoce a sí mismo no puede cuidarse. Cuanto mejor sea el conocimiento de sí mismo, uno estará en condiciones de cuidarse mejor: *Conociéndonos a nosotros mismos podremos conocer la manera de cuidarnos mejor, cosa que en otro caso desconoceríamos radicalmente.* (129 a). El cuidado de sí, entonces, solamente puede realizarse en la medida de que exista un conocimiento. Este conocimiento no solamente remite a aquello que uno es, sino que también concierne a aquello que uno tiene que hacer para cuidarse. No es posible tratar bien a algo si no se tiene un saber sobre lo que eso es. Pero poseer un saber sobre lo que una cosa es no es suficiente como para el cuidado; pues además de ese saber hay que conocer también aquello que conviene a cada cosa. Al conocer lo que algo es, se hace posible dilucidar aquello que propiamente le conviene.

2. El cuidado de sí mismo no debe confundirse con el cuidado de las cosas de uno.

En efecto, es importante distinguir entre uno mismo y aquellas cosas que le pertenecen a uno. De aquellas cosas que son de uno es posible valerse utilizándolas como instrumentos pero no ocurre esto con uno mismo, aquellas cosas que uno utiliza como instrumentos son cosas de las cuales uno se sirve: Soc. -*¿Estamos de acuerdo en distinguir al que se sirve de una cosa y la cosa de que se sirve.* Alc. -*Si* (129 d). Pues resulta que es perfectamente posible cuidar de las cosas de uno, sin cuidar de sí mismo. Es más, puede ocurrir que por cuidar de aquellas cosas que a uno le pertenecen uno deje de cuidarse a sí mismo.

3. El que cuida de su alma cuida de sí mismo.

De modo que el hombre puede ser definido en virtud de su alma, de su cuerpo o del conjunto de ambos como un todo. Sin embargo, el hombre en sentido propio ni es un cuerpo ni es un todo compuesto de alma y cuerpo: *Pues, puesto que ni el cuerpo, ni el todo son el hombre, resta decir según creo que no son nada, o, si son algo, que sea el alma precisamente el hombre* (130 c). El que cuida de sí mismo tiene que cuidar de su alma, pues si cuida cualquier otra cosa corre el riesgo de dispersarse. El alma es aquello que fundamentalmente hay que cuidar porque al cuidar al alma se cuida lo más importante de sí mismo: *Debemos cuidar del alma y mirar por ella* (132 c). De allí que el conocimiento de sí mismo es imprescindible para el cuidado de sí, pero no consiste sino en el conocimiento del alma: *Al prescribirse el conocimiento de sí mismo lo que se nos*

*ordena es el conocimiento de nuestra alma* (130 e). El conocimiento de la propia alma es aquello que va a permitir un mejor cuidado de sí mismo. Ahora bien, Soc. -¿Hay en el alma una parte más divina que ésta donde se encuentra el entendimiento y la razón? Alc. -No (133 c). De modo tal que el conocimiento del alma implica, en sentido estricto, el conocimiento de aquella parte divina de ésta y ese es el verdadero conocimiento que se trata de conseguir. El cuidado de sí depende, entonces, de ese conocimiento y no de cualquier otra clase de saber que no remita directamente a la parte divina del alma.

4. El alma solamente se conoce a sí misma gracias a otra alma.

El cuidado de sí requiere un conocimiento de sí, pero éste no puede obtenerse sino en virtud de otra alma. De esta manera se observa que por sí misma el alma está limitada en lo que concierne a su propio conocimiento y depende de otra: *Si el alma desea conocerse a sí misma, también debe mirar a un alma, sobre todo, a la parte de ella en la que se encuentra su facultad propia, la inteligencia, o bien algo que se le asemeje* (133 b). Se ve así que no es suficiente que un alma preste atención a otra. Para que alcance el conocimiento se hace imprescindible que se oriente hacia la parte más importante de ésta. El cuidado de sí, entonces, solamente se puede realizar si existe la relación de un alma con la parte más importante de otra alma. Por tanto, no se trata de un alma que se encierra a sí misma, tampoco se trata de un alma aislada sino de un alma en relación con otra. Sin embargo, en virtud de considerar al ser humano fundamentalmente como un alma y no como un cuerpo, este último queda excluido del cuidado en lo que concierne a lo fundamental.

En *El Alcibíades* se puede observar así que el cuidado de sí, el tratarse bien a sí mismo, en última instancia, se define en virtud de una separación del cuerpo y del alma (como en *Fedón*). Esto es, únicamente se logra el cuidado de sí mismo en la medida en que uno centra sus esfuerzos en orientarse hacia el alma, hacia la parte más excelente de ésta. Si, por el contrario, uno se apega al cuerpo nada se puede conocer que sea importante para el cuidado de sí mismo. La noción de cuidado de sí remite, entonces, de manera directa a la dimensión intelectual, la cual es considerada como divina. Pero, al mismo tiempo que esto ocurre, sucede que el cuerpo ya no es una cosa significativa que sea necesario cuidar.

Obviamente, no hay una recomendación expresa de descuidar al cuerpo. Sin embargo, está muy claro que cuidando solamente al cuerpo se descuida el alma y descuidando a ésta el cuidado de sí en sentido estricto no se cumple, porque éste

alcanza su máxima plenitud cuando alcanza, en virtud del conocimiento de sí misma logrado por el alma, a la relación con otra alma.

También es importante destacar el papel que cumple el otro en relación con el cuidado. Si bien es verdad que el cuidado se logra a partir del rodeo del otro, en tanto que el alma solamente puede conocerse a sí misma colocada como ante un espejo con otra alma, y con la parte más importante de esta, está claro, aquí, que el otro no es sino un alma. Es decir, el otro en tanto tal está verdaderamente desprovisto del cuerpo. El otro no es sino un alma, y específicamente la parte racional de dicha alma. Con ello, el cuidado de sí mismo no incluye en modo alguno el cuerpo del otro. Es perfectamente posible descuidar el cuerpo del otro, pero conocerse y cuidarse a sí mismo en la medida en que uno se orienta hacia la parte divina del alma del otro. Cuidando el cuerpo del otro no se puede llegar ni al cuidado de sí ni al conocimiento de sí; pues resulta que ese cuerpo no es lo que define lo específicamente humano. El cuidado de sí, entonces, solamente se logra a partir del conocimiento de aquello que es lo más importante del alma, a saber, la razón. El alma del otro, a su vez, sólo vale en la medida en que le permite a la de uno llegar al conocimiento de sí; la que va a hacer posible el propio cuidado.

De todo ello se desprende que bajo ningún aspecto la noción de cuidado de sí puede extenderse en sentido estricto al cuidado del cuerpo y de su sensibilidad. Ello tiene como resultado que toda sensibilidad corporal, incluyendo la sexualidad, queda completamente desvalorizada; más aún, excluida. No hay lugar en modo alguno para ninguna clase de sensibilidad. El hombre alcanza su verdadero ser en la medida que se identifica con el alma, donde no hay posibilidad alguna de sensibilidad corporal. Se ha producido así una disociación, y va a ser necesario un largo trabajo para resolverla.

### **Reconceptualización de la noción del cuidado de sí**

Una de las cuestiones que no se podían resolver satisfactoriamente cuando tenía predominio la noción platónica de cuidado de sí era la relación que se establecía entre el varón y la mujer en la institución matrimonial. Esto era simplemente así porque en esa relación no solamente está implicada el alma de ambos sino también el propio cuerpo, incluyendo la sensibilidad en todas sus formas. Si cada uno debía cuidar su propia alma, y esto era lo fundamental, resultaba que el cuidado del cuerpo de cada uno, al que la función procreadora que resultaba del matrimonio no era ajena, no era digno de cuidado. Sin embargo, la permanencia misma de la especie dependía del ejercicio de dicha función. Se comienza a mostrar así la necesidad de extender la noción de cuidado de sí,

no sólo al propio cuerpo, sino en relación con el cuerpo del otro (varón o mujer) en el lazo matrimonial.

En ese sentido, la noción de cuidado de sí se reelabora según tres grandes principios básicos, que regulan el funcionamiento de dicha institución. Estos principios son los siguientes: a) principio monopólico; b) principio de exigencia de deshedonización y c) principio de finalización procreadora. Estos principios regulan básicamente la sexualidad en el marco del matrimonio y para ello se apela a una reconciliación del cuidado de sí.

#### 1. Principio monopólico: *Nada de relaciones sexuales fuera del matrimonio.*<sup>2</sup>

Este principio puede formularse de dos formas: i) *toda relación sexual es condenable si no encuentra lugar en una relación de matrimonio que es la única que la hace legítima* (p. 155), y también puede expresarse como *el esbozo de una doble exigencia de una fidelidad sexual* (p. 159). Según este principio el cuidado de sí ya no remite solamente al cuidado del alma, sino que está orientado al cuidado del cuerpo. El lazo matrimonial queda así inscripto en relación con el cuidado de sí, donde sin excluir el cuidado del alma, comienza a incluir al otro como una totalidad. Además, según la segunda formulación de este principio comienza a regir, aunque sea parcialmente, una simetría entorno a la fidelidad que debe respetar no solamente la mujer, sino también el varón. Es importante notar que este principio regulador de ninguna manera puede confundirse con un mandato o con una norma que reglamente el ejercicio. Por el contrario, el principio, en cualesquiera de sus formulaciones, remite a un modo de ser, a una estilo de vida, pues sucede que uno va a cuidar de sí mismo de una mejor manera si ordena su propio modo de ser según ese principio.

En este sentido, ya no se trata de alcanzar el conocimiento solamente de la parte más racional del alma; se trata más bien de integrar la actividad sexual en el matrimonio, de manera tal que no sea ni contraria a la naturaleza ni a la razón. El principio monopólico tiene vigencia en aquellos lazos matrimoniales donde no prime ni el mero placer ni el puro interés, sino donde prevalezca el amor. El otro, ya no puede ser pensado como un alma y nada más. En el marco del matrimonio entre el varón y la mujer se impone la urgencia de considerar al otro como un semejante. El principio monopólico extiende la semejanza del plano puro del alma a un plano moral en el cuál la fidelidad se convierte en un valor que debe ser respetado por el varón y la mujer.

b) Principio de deshedonización: *que las conjunciones sexuales entre los esposos no obedezcan a la economía del placer*” (p. 171).

Éste principio puede expresarse según varias formas, pero su fundamentación se apoya en las *dos grandes finalidades naturales y racionales que se le reconocen al matrimonio*: la procreación y el arreglo de la vida común. Es interesante notar que mientras que con el principio monopólico se orienta todo el placer sexual al matrimonio, por este principio se lo restringe. Esta limitación del placer sexual se apoya, sin duda, en las dos finalidades que de algún modo justifican ese principio. Con respecto a la finalidad de la procreación, no hace más que poner de relieve que todo el placer sexual fuera de la procreación no es legítimo. La segunda finalidad, por su parte, pone de relieve que todo el placer sexual que no este al servicio de una vida enteramente compartida no es genuino. Si por medio del principio monopólico se circunscribe el placer a la institución matrimonial, gracias al principio de deshedonización se lo restringe. En última instancia, el resultado de la articulación de estos principios no es sino la austeridad. El cuidado de sí adquiere de éste modo un carácter limitativo.

1. Principio de una finalidad procreadora: *Que tengan como objetivo el nacimiento de la progenia* (p.171).

Según este principio, las relaciones sexuales en el matrimonio se limitan nuevamente, pues ni se fundamentan a sí mismas, ni en el placer de los implicados. Por el contrario, se fundamentan en la descendencia a que ambos dan lugar. La descendencia constituye una poderosa razón que obliga al varón y a la mujer a contraer el matrimonio. La obligación que cada individuo tiene de dejar descendencia, es una obligación no solo con la comunidad sino también con la naturaleza. El lazo conyugal, entonces, va a ser concebido como una manera de favorecer el desarrollo de la descendencia, pero también como una forma de asegurar que ésta tenga una continuidad. El individuo está obligado a dejar descendientes porque tiene que asegurar la permanencia de su especie; aunque también está obligado con la comunidad porque la misma necesita de aquellos para subsistir.

Es importante notar aquí que por medio de éste principio se produce un desplazamiento con respecto al cuidado de sí; pues en la medida que los otros principios tendían a consolidar la austeridad en el lazo matrimonial, éste principio tiende a mostrar el fin de esa austeridad y ese fin no es sino el de la continuidad de la vida a pesar de la muerte de los individuos. El cuidado de sí se orienta ya no sólo a la pareja; sino a los

descendientes con ésta; pues cada uno de los miembros de la misma al cuidar su descendencia no hacen sino cuidarse a sí mismos en ella.

## **Conclusiones**

La noción de cuidado de sí aplicada al vínculo matrimonial al expresarse por los principios mencionados se ha enriquecido notablemente con respecto a la noción platónica. Pero, ese enriquecimiento solo es posible en la medida en que se produce un cambio profundo de su significación. Dicho cambio se orienta básicamente en tres sentidos. En primer lugar, la noción reelaborada de cuidado de sí no disocia al cuerpo del alma, sino que hace posible mantener la integración. En segundo lugar, el papel del otro es retomado en la reelaboración; pero al haber resuelto la disociación originaria, el otro es ordenado de manera tal que se hace posible inscribir en el cuidado de sí al varón y la mujer. Es decir, al abrirse la posibilidad de cuidar de sí mismo sin descuidar ni el alma ni el cuerpo se abre un campo sumamente fértil en el cual esa noción puede aplicarse. Entre las grandes posibilidades que ofrece éste nuevo campo es el cuidado común de la descendencia.

Al mismo tiempo, tampoco hay que desconocer que en la reelaboración de éste concepto la austeridad sexual sigue sosteniendo un carácter común y un nexo que mantiene unida la significación. Pero, está claro de que esa austeridad va a tener un sentido muy diferente en el nuevo marco. Si bien en un caso como en el otro esta austeridad no hace sino poner de relieve una limitación al placer sexual, la noción reelaborada de cuidado de sí, al encuadrar esa austeridad en el vínculo matrimonial, no constituye una limitación absoluta sino que es una limitación relativa a la procreación y la continuidad de la vida.

## **Notas**

<sup>1</sup> Cito de la edición castellana, Platón, *Diálogos Apócrifos y dudosos. Alcibíades*, Buenos Aires, Eudeba, 1966. 128 b. Salvo indicación, las citas que siguen pertenecen a esta misma edición.

<sup>2</sup> Foucault, M. *Historia de la sexualidad*. Tomo III. *La inquietud de sí*. Buenos Aires, Siglo XXI, 1997. P. 171. Cf. también, Cantarella, E. *Según natura*, Madrid, Akal, 199. Primera parte, cap. III y Segunda parte, caps. I y II.