

## ESCRITURA, LECTURA Y CUIDADO DE SÍ EL HORIZONTE ANTROPOLÓGICO DE UNA ESTÉTICA DE LA EXISTENCIA

Writing, Reading And Self-Care. The Anthropological View Of An Aesthetics Of Existence

Dra. María Cecilia Colombani<sup>1</sup> (UM, UNMdP, UBACyT)  
[ceciliacolombani@hotmail.com](mailto:ceciliacolombani@hotmail.com)

**Artículo recibido:** 31 de marzo de 2023

**Artículo aprobado:** 31 de mayo de 2023

### Resumen

En este artículo abordaremos la dimensión de la escritura y de la lectura como nociones complementarias, en el marco de las políticas subjetivantes tendientes a hacer de la vida un campo de resistencia en relación con las marcas de la sociedad disciplinaria y el biopoder. El proyecto implica hacer pie en el último Foucault, en su período ético, para pensar modelos diferenciados de políticas de la existencia, por fuera de la coacción del dispositivo político que tiende a homogeneizar subjetividades. Toda constitución ética supone una serie de prácticas de sí, una ascética y una discursividad que la aseguren. La tarea emprendida por Foucault fue retornar al mundo griego y romano para ver allí los gestos de una iniciativa de constitución de sí sostenida por la libertad y el deseo de autoafirmación.

**Palabras clave:** lectura, escritura, subjetividad, ética, estética.

---

<sup>1</sup> Doctora en Filosofía por la Universidad de Morón. Profesora Titular Regular de Problemas Filosóficos y de Antropología Filosófica (Universidad de Morón) Coordinadora académica de la Cátedra Abierta de Estudios de Género (Universidad de Morón). Ex Directora de la carrera de Filosofía (Universidad de Morón). Profesora Titular de Filosofía Antigua y Problemas Especiales de Filosofía Antigua (Universidad Nacional de Mar del Plata). Investigadora principal por la Universidad de Morón. Autora de *Hesíodo. Una Introducción crítica*, Bs As, 2005, *Homero. Una introducción crítica*, Bs As, 2005, *Foucault y lo político*, Buenos Aires, 2009. *Hesíodo. Discurso y Linaje. Una aproximación arqueológica*, Mar del Plata, 2016. Profesora invitada en universidades nacionales y extranjeras. Autora de numerosas publicaciones en revistas nacionales y extranjeras.

## Abstract

In this article we will address the dimension of writing and reading as complementary notions, within the framework of subjectifying policies that tend to make life a field of resistance in relation to the marks of the disciplinary society and biopower. The project implies setting foot in the last Foucault, in his ethical period, to think differentiated models of policies of existence, outside the coercion of the political device that tends to homogenize subjectivities. Every ethical constitution presupposes a series of practices of the self, an asceticism and a discursiveness that ensure it. The task undertaken by Foucault was to return to the Greek and Roman world to see there the gestures of an initiative of self-constitution sustained by freedom and the desire for self-affirmation.

**Key words:** writing, reading, subjectivity, ethic, aesthetic

## Introducción

En este artículo abordaremos la dimensión de la escritura y de la lectura como nociones complementarias, en el marco de las políticas subjetivantes tendientes a hacer de la vida un campo de resistencia en relación con las marcas de la sociedad disciplinaria y del biopoder, como distintos mecanismos de poder.

El proyecto implica hacer pie en el último Foucault, en su período ético, para pensar modelos diferenciados de políticas de la existencia, por fuera de la coacción del dispositivo político que tiende a homogeneizar subjetividades. En efecto, se trata de pensar el poder desde su funcionamiento, lo cual implica quitar el peso estático e inmovilizante de una concepción sustancialista y, con ello, la posibilidad de que entren en juego distintos agentes en la dimensión estratégica que todo poder implica.

El mismo Foucault afirma

que *en el fondo no existe Un Poder, sino varios poderes*. Poderes, quiere decir, formas de dominación, formas de sujeción que operan localmente [...] Se trata siempre de formas locales, regionales de poder, que poseen su propia modalidad de funcionamiento, procedimiento y técnica. Todas estas formas de poder son heterogéneas. No podemos entonces hablar de poder, si queremos hacer un análisis del poder, sino

que debemos hablar de los poderes o intentar localizarlos en sus especificaciones históricas y geográficas. (Foucault, 1992, p. 13)

Toda constitución ética supone una serie de prácticas de sí, una ascética y una discursividad que la aseguren. La tarea emprendida por Foucault fue retornar al mundo griego y romano para ver allí los gestos de una iniciativa de constitución de sí sostenida por la libertad y el deseo de autoafirmación. El giro griego constituye una indagación sobre lo que él mismo denomina “una genealogía del sujeto del deseo” para ver en el corazón mismo de la ascesis subjetivante nuevas formas de inventarse como sujeto, por fuera de la coacción de un poder que se juega en el *topos* institucional.

La empresa consistió en ver qué significó entre griegos y romanos la marca de una diferencia, las huellas de una distinción que pasa por la autoafirmación como sujeto ético y libre; qué significa hacerse cargo de las propias acciones, devenir soberano, dueño de sí a fin de escapar de la esclavitud de las pasiones. Solo desde esa soberanía el sujeto deviene soberano de los demás. Compleja figura de múltiples aristas: prácticas de sí, autodomínio y poder sobre los demás, configuran el campo ético-político-estético.

Lo que Foucault pretende es analizar una cierta dimensión estética en la configuración del modelo de subjetividad. Se trata de “analizar las prácticas por las que los individuos se vieron llevados a prestarse atención a ellos mismos, a descubrirse, a reconocerse y a declararse como sujetos de deseo, haciendo jugar entre unos y otros una determinada relación que les permita descubrir en el deseo la verdad de su ser, sea natural o caído” (Foucault, 1991, p. 9).

Esta conformación subjetiva implica formas y modalidades de la relación con uno mismo, lo que pone en el epicentro de la mirada el universo del sujeto no en relación a otro, sino en diálogo consigo mismo, terminando precisamente donde va a culminar la obra foucaultiana, en el análisis de una verdadera cultura de sí, de una *epimeleia heautou*, que parece dominar el mundo romano de los dos primeros siglos del imperio.

## I. Escritura de sí. Las marcas de la diferencia

Hay dos nociones capitales en esta gesta subjetivante: la de *epimeleia heautou* y la de *epistrophe heautou*, como cuidado y retorno a uno mismo, respectivamente. El giro subjetivo pone al alma en el epicentro de la atención. El alma es el lugar de la mirada y del cuidado. Allí, en esa resistencia ético-política de cuño clásico, la escritura, la lectura y el examen de conciencia constituyen baluartes subjetivantes.

¿Qué significa propiamente que estemos en presencia de una verdadera cultura de sí?:

Con esta frase hay que entender que el principio de la inquietud de sí ha adquirido un alcance bastante general: el precepto de que hay que ocuparse de uno mismo es en todo caso un imperativo que circula entre buen número de doctrinas diferentes; ha tomado también la forma de una actitud, de una manera de comportarse, ha impregnado las formas de vivir; se ha desarrollado en procedimientos, en prácticas y en recetas que se meditan, se desarrollan, se perfeccionan y se enseñan, ha constituido así una práctica social, dando lugar a relaciones interindividuales, a intercambios y comunicaciones y a veces incluso a instituciones; ha dado lugar finalmente a cierto modo de conocimiento y a la elaboración de un saber. (Foucault, 1991, p. 43)

El examen de conciencia posee una dimensión de prueba y de control que exige un registro narrativo, generalmente de base escritural que es la función de *ta hypomnemata*. El sujeto recorre su íntimo territorio y la práctica enunciativa, autorreferencial, se centra alrededor del balance.

Tal como se define:

La *hypomnemata* podría ser libros contables, registros públicos, anotadores individuales que sirven como *memoranda*. Su uso como libro de vida, guía de conductas, parece haberse convertido en algo corriente entre una mayoría de público cultivado. En ellos se asentaban citas, fragmentos de trabajo, ejemplos, acciones de las cuales uno había sido testigo o que se había leído o escuchado en otra parte, reflexiones y razonamientos que habían sido escuchados o habían sido pensados por uno mismo. Constituían una memoria material de cosas leídas, escuchadas o pensadas, que se ofrecía así como un tesoro acumulado para la relectura y futuras meditaciones. (Dreyfus y Rabinow, 1988, p. 211).

Se trata de la puesta por escrito de aquello que puede tener una base enunciativa. Pero, tiene que ver, fundamentalmente, con la relación entre la palabra y la verdad. Poco importa si un texto es escrito u oral, sino que el núcleo de la cuestión consiste en qué medida el discurso permite el acceso a la verdad sobre uno mismo.

Jerarquizamos, en este punto, la cuestión de *ta hypomnemata* porque la escritura refuerza la permanencia, la fijeza de la enunciación. La memoria toma cuerpo escritural y se convierte en esa gesta narrativa. La práctica de escritura abre así otra dimensión temporal. A la fugacidad del enunciado en su configuración oral, la escritura convoca el tiempo de la permanencia, de la conservación. El *logos* toma cuerpo en la letra y territorializa el pensamiento, lo fija a un espacio que lo visualiza, exhibe, conserva.

La escritura es un ejercicio testimonial donde el sujeto deviene cartógrafo de su propio yo, recorre su propia geografía, indaga en sus recovecos, atraviesa sus rincones, delinea sus mapas existenciales. Esa dimensión escritural, esa apuesta narrativa que confiere al *logos* estatuto testimonial, es la sustancia misma de la identidad subjetiva.

El sujeto se instala en su identidad por la palabra y la escritura. Esa instalación es a un tiempo, acto estético y gesto ético.

La *hypomnemata* constituye uno de los aspectos nodulares de toda *askesis* enunciativa; representa un hito fundamental en la historia de la subjetividad. Empieza a vislumbrarse la solidaridad entre prácticas discursivas y modos de subjetivación, para luego poder pensar la mezcla entre escritura y subjetividad.

El sujeto se constituye como tal, a partir de esa puesta en *logos* de sus propios actos. Toma conciencia de sí en un acto privilegiado que supone la dimensión narrativa como horizonte de emergencia.

La palabra inaugura y vehiculiza una verdadera hermenéutica del sujeto. El examen supone el principio general de la conversión a uno mismo, de la *convertio ad se*. El sujeto desplaza la mirada y la palabra hacia su propia interioridad. Este viaje retorna en un *logos* que articula la experiencia y la ordena, la in-forma, porque le imprime una forma. En ese *topos*, el

sujeto se constituye y plasma la verdad sobre sí en un acto de veridicción. Estas prácticas enunciativas y su puesta escritural se encuadran en las denominadas artes de la existencia o *tekhnai tou biou*.

En tendemos por artes de la existencia “las prácticas sensatas y voluntarias por las que los hombres no sólo se fijan reglas de conducta, sino que buscan transformarse a sí mismos, modificarse en su ser singular y hacer de su vida una obra que presenta ciertos valores estéticos y responde a ciertos criterios de estilo” (Foucault, 1991, p. 14).

En este sentido, el sujeto deviene un *tekhmites* y la dimensión narrativa contribuye a la gesta estética. La vida misma ha de convertirse en un objeto bello y el discurso constituirá el acontecimiento mismo. Las “prácticas sobre sí” implican una deconstrucción de las prácticas del biopoder, intentan abrir formas diferentes de pensarnos más allá de las prácticas y los efectos de verdad del biopoder.

## II. Lectura y escritura. Las bisagras de la subjetividad

“Morar en sí” es poseerse, asentarse en uno mismo y no dispersar la energía en aquello que no corresponde a la *cura sui*, a la atención de sí como tópico relevante de un *ethos* que se configura desde el trabajo sobre uno mismo. Apropiarse del espacio para morar en él, para convertirlo en el pequeño *kosmos* que alberga nuestra construcción subjetiva, significa evitar la *agitatio* de un cuerpo y un alma que no puede fijarse en ningún lugar, que deambula como el alma platónica cuando no conoce bien y se halla turbada en las tinieblas: “Es conveniente ocuparse y nutrirse de algunos grandes escritores, si queremos obtener algún fruto que permanezca firme en el alma. No está en ningún lugar quien está en todas partes” (Séneca, Libro I, Epist. 2,2). Nutrirse de los grandes escritores no es un dato menor, ya que la sabiduría de las letras es imprescindible para robustecer el alma porque esa sabiduría resulta un fruto exquisito e imprescindible que alimenta el alma.

El cuidado del alma requiere una serie de elementos vigorizantes para nutrirla a diario y que resulte un espacio saludable. La letra de los autores es, en esa línea, un elemento

necesario y de extremo valor. Es ese ejercicio de lectura y reflexión el que fija al alma a su *topos*, a su territorio y condición adecuada, a su ámbito y a su estatuto y, desde esa permanencia, se nutre. Sin duda, tanto la lectura como el examen de conciencia resultan baluartes de la inquietud de sí. Hay una riqueza en los libros que, aprovechada, contribuye a enriquecer el bagaje del alma. Leer significa apropiarse del pensamiento de otros para robustecer el propio caudal: “Disipa la multitud de libros; por ello, si no puedes leer cuantos tuvieres en mano, basta con tener cuantos puedas leer” (Séneca, Libro I, Epist. 2,3). La lectura supone un acto de elección, un gesto de selección de aquello que alimentará el alma con los mejores *logoi*. Esto también implica una consideración del tiempo. La lectura se inscribe en la temporalidad y se produce una ecuación tiempo-lectura que redundará en pleno beneficio para el alma. Definitivamente, no hay cuidado de sí sin la correspondiente consideración de los elementos que la posibilitan: cuidado del tiempo, del espacio, de la lectura, del cuerpo.

El valor de la lectura se mide en los aciertos que uno encuentra para enfrentar las situaciones que lo constituyen como hombre. En este punto pensamos que podemos dialogar con un autor como Karl Jaspers<sup>2</sup> para pensar las situaciones límites que el hombre debe enfrentar; se trata de experiencias ineludibles e inevitables que definen la propia condición humana. La preparación del alma es imprescindible para poder afrontarlas y allí, en ese enclave existencial, la lectura y la voz de los autores es un aliado insustituible:

Procúrate cada día algún remedio frente a la pobreza, alguno frente a la muerte, no menos que frente a las calamidades, y cuando hubieres examinado muchos escoge uno para meditarlo aquel día. Esto es lo que yo mismo hago también; de los muchos pasajes que he leído me apropio alguno. (Séneca, Libro I, Epist. 2, 4-5).

La muerte, las calamidades y los efectos de la pobreza solo pueden ser aliviados a partir de los atajos prudentes que el alma recorre, robustecida por su fortaleza. Meditación. He aquí un nuevo signo del cuidado de uno mismo; un baluarte en la cultura de sí. La lectura es lectura

---

<sup>2</sup> Jaspers, K. (1981). De los cuatro orígenes de la filosofía que postula, las situaciones límites constituyen el origen emblemático que da cuenta del *páthos* que lo inevitable causa en el sujeto. Al tiempo que da cuenta de esa perplejidad por la propia muerte, la finitud, el error y el dolor, da marcas de la propia ignorancia del sujeto frente a tamaña inconmensurabilidad.

reflexiva que invita a la meditación del *logos* del que uno se ha apropiado. Ejercicio espiritual que contribuye a la definitiva apropiación de lo que ha sido, en un comienzo, el *logos* de otro, una palabra ajena que se vuelve propia.

La lectura, la selección de lo que uno toma para sí, la meditación y la apropiación intelectual y espiritual generan un particular dispositivo intersubjetivo. A través de esas acciones, el mundo personal se amplía a través del *logos*; si la letra está allí disponible para poder apropiarse de ella, en gesto discipular, la trama y la urdimbre de los vínculos se vuelve más compleja y evita el solipsismo erróneo de lo que significa la *epimeleia*.

La vida del hombre, como *topos* narrativo, puesta a disposición de una teleología estética: hacer de la vida un objeto bello. La memoria parece ser el soporte material de dicha actividad. Su auxilio permite pasar revista a lo actuado, traer al presente, en el momento oportuno, la totalidad de lo que ella ha almacenado. Su función de archivo la convierte en fiel guardiana de lo actuado. La memoria constituye una herramienta disciplinar que se inscribe en un *topos* poiético-correctivo que jerarquiza las disciplinas como *tekhnai* transformadoras y constituyentes. A nuestro entender, el tiempo constituye un eje antropológico insoslayable para pensar la cuestión del hombre. El hombre mismo es tiempo. La solidaridad entre memoria y tiempo es decisiva en la medida en que el tiempo es el *topos* de inscripción de los acontecimientos vividos, de las palabras escuchadas, de los principios aprendidos, los cuales, por su valor, exigen ser guardados y recordados.

En el otro extremo, El olvido aparece como una negación de la propia temporalidad. El hombre que es incapaz de hacer de su vida un objeto bello, que ignora la dimensión poiética de la existencia y que relega o posterga la *epimeleia heautou*, olvida, obtura su propia dimensión temporal porque ignora los beneficios de toda *praxis* problematizadora.

La tarea es hacerse cargo de las propias acciones, devenir soberano, dueño de sí, como modo de escapar de la esclavitud de las pasiones. Sólo desde esa soberanía el sujeto deviene soberano sobre los demás. Compleja figura de múltiples aristas: prácticas de sí, autodomínio y poder sobre los demás, configuran el campo ético.

Creemos ver la plasmación de una partición histórica que abre vastos territorios de problematización, selección, distribución y cualificación de los sujetos. La díada se juega en la polaridad de lo que los griegos denominaron *hybris* y *sophrosyne*, el exceso, la desmesura y la templanza. Esta partición fundamental opera como el dominio de saber que redistribuye las conductas en sus rangos específicos.

No hay cuidado de sí sin esfuerzo. El trabajo y el esfuerzo son los pilares que sostienen la empresa moral. De allí que se esté escribiendo una página memorable la historia de la espiritualidad en Occidente. Se trata de los dispositivos ascéticos tendientes a lograr el acceso a la verdad como *telos* último de la acción moral. Estos dispositivos son indisolubles de la idea de práctica y ejercitación como *tekhnai* transformadoras de los sujetos.

## Conclusiones

De este modo, uno mismo constituye un puerto seguro, siempre y cuando el encuentro se opere. *Topos* acogedor que brinda la geografía fértil para poder abrazar luego otro espacio, el social, pero desde una posición de privilegio: la del hombre libre. La memoria ha contribuido a la gesta. La cultura de sí permeabiliza dos *topoi* en constante tensión: el espacio privado y el espacio público. La bisagra es la racionalidad que, puesta a punto, vehiculiza un *bios* social más armónico. En realidad, el cuidado de sí se instituye no en un ejercicio de la soledad, sino, por el contrario, en una verdadera práctica social. Juego de jerarquías donde los más adelantados tienen la tarea de dirigir a los otros, ejercicios comunes donde se recibía y se daba ayuda; marco escolarizado donde existían distintos tipos de alumnos, unos de paso, otros más estables y otros, definitivamente, destinados a la profesión filosófica. Prácticas vinculantes donde la figura del consultor cobra fuerza inusitada; un consejero de existencia, un inspirador político o un intermediario en los negocios, constituyen esas formas relacionantes que confirman un tejido social que aleja la idea de considerar al cuidado de sí como una experiencia aislada, enteramente solitaria y predominantemente individualista.

La figura del otro está presente en la economía general de la *epimeleia heautou*. El soporte intersubjetivo que acabamos de analizar describe un terreno de práctica compartida,

una geografía que intersecta dos espacialidades, siempre sostenida por el principio de racionalidad y el soporte de la memoria, ya que esa intersubjetividad se apoya en el recuerdo de lo vivido, de lo leído, de lo escrito, de lo escuchado y almacenado.

Sin duda, este es el tema clave de lo que significa la política para Foucault. Es, en esa genealogía del sujeto del deseo que Foucault descubre la necesidad de retornar a griegos y romanos para ver las relaciones del sujeto con el deseo, donde el autor descubre cómo la vida puede devenir obra de arte. El gesto resistencial ha devenido en una política de la existencia. Es, sin duda, el tema de la autoridad o del gobierno sobre uno mismo el núcleo de la lectura política de Foucault. Dice Foucault:

Creo que en la medida que la libertad significa no esclavitud para los griegos —una definición bastante distinta de la nuestra—, el problema es totalmente político. Lo es, en la medida en que la no esclavitud con respecto a otros es una condición: un esclavo no tiene ética. La libertad es, entonces, política en sí misma. Y entonces, tiene un modelo político, en cuanto que ser libre significa no ser esclavo de uno mismo y sus propios apetitos, lo que supone que uno establece sobre el propio yo cierta relación de dominación, de liderazgo, que era llamada *arkhe* —poder, autoridad— (Foucault, 1996, p. 151).

En esa ontología histórica de nosotros mismos, la política cobra su más alto sentido, ya que tiene que ver con el dominio de uno mismo, con la posibilidad de autodeterminarse, de autoinventarse. Es en el pliegue del poder de policía que surge, quizás como necesidad, antes que intelectual, existencial, pensar este atajo subjetivante.

La autonomía constituye, quizás, el valor político máximo. Cuando Foucault expresa sus críticas al mundo capitalista, a los dispositivos de control y disciplina que ejercen el poder para hacer sufrir, a la forma-Estado, compartida por el capitalismo y por el comunismo, tiene en mente la autonomía y el autogobierno (sea individual o social) como criterio que permite abrir las aguas, distinguiendo las formas en que el poder se ejerce o se padece. El Foucault que denuncia el poder allí donde se ejerce coactivamente desde fuera, abre el intersticio para pensar un poder que desde sí se ejerce sobre uno mismo con fines estetizantes. Estética y política hilvanan una nueva red.

Así entendida, la política tiene que ver con una forma de cuidarse, de autogobernarse para cortar con las dominaciones, con aquello que debilita y, por ende, puede resultar antivital. La constitución de uno mismo deviene *agon*, combate y en ese combate hay algo que abraza al otro como *praxis* política, en una trama compleja de relaciones con los demás. Dice Foucault:

Y el cuidado de sí implica además una relación con el otro desde el momento que, para realmente cuidar de sí mismo, debe atenderse a las enseñanzas de un maestro. Se necesita un guía, un consejero, un amigo –alguien que le diga a uno la verdad–. De este modo, se presenta el problema de la relación con los demás paralelamente al desarrollo del cuidado de sí (1996, pp. 151-152).

Larga travesía por un territorio subjetivante donde el sujeto ingresó en juegos de verdad, en el marco de lo que podemos denominar una práctica del yo; juegos de verdad que ya no se relacionan con prácticas coercitivas. El sujeto se convierte en un campo permeable a ciertas transformaciones, que sólo pueden darse por la intervención de prácticas posibilitantes de dicho cambio. Se trata entonces del conjunto de *tekhnai* que no sólo fijan sujetos a ciertas prácticas, sino que también, vehiculizan transformaciones, rectificaciones. No hay acceso a la verdad sin tecnologías política, por cuanto sabemos que toda tecnología está al servicio de la conversión subjetiva. Hay un salirse de uno mismo para convertirse en ese otro sujeto que la verdad exige como condición de contacto y esa salida sólo se produce desde la dimensión del trabajo sobre uno mismo. Este es exactamente el concepto de espiritualidad, en tanto conjunto de búsquedas, prácticas y experiencias, a través de las cuales se opera dicha transformación.

## Referencias bibliográficas

Colombani, M. C. (2009). *Foucault y lo político*, Prometeo.

Dreyfus, H. y Rabinow, P. (1988). Sobre la genealogía de la ética. Entrevista a Michel Foucault. En Abraham, T. *Foucault y la Etica*, Biblos.

Jaspers, K. (1981) *La filosofía desde el punto de vista de la existencia*, FCE.

Foucault, M. (1991). *Historia de la Sexualidad. El uso de los placeres*, Siglo XXI.

Foucault, M. (1996). *La Hermenéutica del sujeto*, Altamira.

Foucault, M. (1996). *El yo minimalista*. Biblioteca de la mirada.

Foucault, M. (1992). *Las redes del poder*, Almagesto.

Foucault, M. (1991). *Historia de la Sexualidad. El uso de los placeres*, Siglo XXI.

Foucault, M. (1991). *Historia de la Sexualidad. La inquietud de sí*, Siglo XXI.

Séneca (1995). *Epístolas morales a Lucilio (Libros I al IX)*. Planeta DeAgostini.