



# Las tecnologías del yo en el cuidado de sí: hacia la conquista de la libertad interior en el escenario público-político

## Technologies of the self in the care of oneself: towards the conquest of inner freedom in the public-political scenario

Héctor Domínguez  

Universidad Santiago de Cali, Cali, Colombia.

Edgar Enrique Velásquez Camelo  

Pontificia Universidad Javeriana, Cali, Colombia.

Enviado: 17/01/2023

Evaluado: 01/03/2022

Aceptado: 10/05/2023

Editor: Francisco Novoa Rojas

### Resumen

El presente artículo es el resultado de una investigación documental. Su principal propósito es, de un lado, examinar cómo las tecnologías del yo podrían ayudar a la persona en la consecución de ciertos principios que forjen el carácter ético de la acción, en el escenario público-político; y, por otro, analizar las posibilidades del ser humano en la conquista de sí mismo mediante la articulación de los componentes antropológicos, epistemológicos y tecnológicos que conducen a la superación de los efectos devastadores de la superficialidad noética y existencial. Se trata, aquí, de orientar las tecnologías del yo hacia la conquista de la libertad interior y el cuidado de sí mismo en el espacio público-político. En línea con esta pretensión, la pregunta que guía la investigación se enuncia en los siguientes términos: ¿En qué condiciones las tecnologías del yo, entendidas como ejercicio del cuidado de sí mismo, podrán contribuir al fomento de la libertad interior en el espacio público-político afectado por el sin sentido del hombre contemporáneo? La tesis surgida del estudio, y que orienta este

escrito, es que para contrarrestar los efectos aniquiladores de la superficialidad noética y existencial es imprescindible ejercitar las tecnologías del yo, para la construcción y formación de un sujeto de verdad y de acción en el escenario público-político, que efectivamente hagan posible la conquista de la libertad interior.

**Palabras clave:** *Tecnologías del yo, cuidado de sí, libertad interior, público y político.*

## Summary

This article is the result of documentary research. Its main purpose is, on the one hand, to examine how technologies of the self could assist individuals in achieving certain principles that shape the ethical character of action in the public-political sphere. On the other hand, it aims to analyze the possibilities for individuals to conquer themselves through the integration of anthropological, epistemological, and technological components that lead to overcoming the devastating effects of noetic and existential shallowness. The goal here is to guide technologies of the self towards achieving inner freedom and self-care in the public-political space. In line with this aspiration, the research question guiding the investigation is formulated as follows: Under what conditions can technologies of the self, understood as an exercise in self-care, contribute to promoting inner freedom in the public-political space affected by the senselessness of contemporary humanity? The thesis arising from the study, which guides this writing, is that to counteract the annihilating effects of noetic and existential shallowness, it is essential to practice technologies of the self in the construction and formation of a subject of truth and action in the public-political arena, effectively enabling the conquest of inner freedom.

**Keywords:** *Technologies of the self, self-care, inner freedom, public and political.*

## 1. Introducción

La preocupación y, a la vez, la indiferencia del ser humano por la libertad interior y el cuidado de sí mismo, en una sociedad líquida y efímera, es un asunto que merece ser comprendido y reflexionado desde la interdisciplinariedad, pues las transformaciones de las condiciones fundamentales de la existencia humana en nuestra época indican el ocaso del pensamiento reflexivo. Algunos teóricos de la vida social como Martín Heidegger (2002), Hans-Georg Gadamer (1998), Zygmunt Bauman (2015; 2017a; 2017b), Hannah Arendt (2018;

2021) Paul Ricoeur (2009), Francesc Torralba (2018), Gilles Lipovetsky (2017), David Tracy (1997), Lluís Duch (2012), Michael Foucault (2014), Jürgen Habermas (2017), J.B. Schneewind (2009), entre otros, consideran que las éticas tradicionales y las doctrinas morales, o bien han perdido su carácter obligatorio, o carecen de respuestas a las cuestiones fundamentales del mundo social y de la vida actual.

¿En qué condiciones las tecnologías del yo, entendidas como ejercicio del cuidado de sí mismo, podrán contribuir al fomento de la libertad interior en el espacio público-político afectado por el sin sentido del hombre contemporáneo? Se busca, entonces, actualizar un arte de vivir desde las tecnologías del yo, que ayude a avanzar en la construcción de una persona éticamente formada ante los desafíos que demanda la sociedad contemporánea que provoca el ocaso del pensamiento reflexivo.

El presente artículo se desarrolla en los siguientes apartados: en primer lugar, se expondrán las características de aquello que Martín Heidegger llama en *Serenidad* (2002) el ocaso del pensamiento reflexivo, de tal forma que podamos aproximarnos a las características fundamentales del nuevo despertar espiritual. En segundo lugar, se hará una aproximación a la fenomenología del cuidado de sí mismo desde la caracterización de las tecnologías del yo, en el ámbito espaciotemporal de la cotidianidad como posibilidad inmanente categorial del cultivo de la vida espiritual. Y, por último, se presentará una explicación de cómo el fomento de la vida espiritual impacta en la acción y participación de la persona en el espacio público y político.

## **2. El ocaso del pensamiento reflexivo: hacia un nuevo despertar en el fomento de la vida espiritual**

La era de la información ha formado el andamiaje operacional de "la sociedad red", en donde cada subsistema del mundo social tiene su espacio en la plataforma virtual interactiva de Internet (Castells, 2001). Aunque han sido muchos los avances de la técnica en la creación de dispositivos cada vez más sofisticados, el desarrollo tecnológico y su difusión exponencial ha provocado en muchas personas el ocaso del pensamiento reflexivo (Velásquez, 2022). Sin caer en pesimismo reduccionista y estéril, filósofos como Martín Heidegger (2002), Hans-George Gadamer (1998), Jean Baudrillard (1978), Pierre Levy (1999), Zygmunt Bauman (2018)

entre otros, ya anunciaban, hace algunos años, los efectos devastadores de la tecnología de la virtualidad y la información en el ser humano.

¿Cuáles son las características del ocaso del pensamiento reflexivo? El pensamiento reflexivo es de naturaleza noética y existencial y, por los efectos de la pragmática de la comprensión (Velásquez, 2019), descubre en el ser humano múltiples posibilidades, según sus circunstancias espaciotemporales, para ejercitar el cultivo de la vida interior. Entonces, si sucede el ocaso del pensamiento reflexivo, esto quiere decir que las condiciones que facilitan el cultivo de la vida espiritual son escasas, debido a la enajenación de la conciencia crítica, la falta de cultivo de la vida interior, la escasa capacidad de asombro y la incapacidad de representación simbólica de la actual condición humana.

En lo que sigue nos proponemos abordar cada una de estas características, de tal manera que se permita entender la situación espiritual del ser humano, que en la actualidad busca asumir el desafío de la vida interior.

### **2.1. Enajenación de la conciencia crítica: manipulación ideológica virtual**

La virtualización del mundo ha favorecido la atrofia de la capacidad de formar una conciencia crítica, capaz de desentrañar la evidente manipulación ideológica, que de manera soterrada compone y a la vez impone la lógica de las dinámicas económicas, políticas, sociales y culturales del mundo social y, por su puesto, del mundo de la vida. El mundo social virtualmente disponible en la red es capaz de formar una visión de mundo que deroga la capacidad natural del ser humano del pensamiento reflexivo. Al respecto, valdría la pena preguntarnos ¿hasta qué punto establecemos una relación de servidumbre con la técnica por los efectos de la virtualización? Ya Hans-Georg Gadamer en *Verdad y método II* (1998) reconocía en la técnica moderna un inminente peligro que llevaba al ser humano hacia la incapacidad del diálogo porque “nos hemos habituado a sostener largas conversaciones por teléfono y las personas que están próximas apenas advierten el empobrecimiento comunicativo que supone el teléfono por su limitación a lo acústico” (p, 204).

El proceso de virtualización ha sido uno de los motores del cambio de época que experimentamos en la actualidad:

La técnica moderna de información, que quizás se encuentra en los inicios de su perfección técnica y, de creer a sus profetas, pronto arrumbará por inútiles al libro y

el periódico y tanto más la auténtica enseñanza que irradia los encuentros humanos (Gadamer, 1998, p. 204).

Con la aparición del computador, caracterizado por su estructura programática en códigos derivados del cálculo matemático, el lenguaje de programación cambió radicalmente nuestra comprensión del mundo, porque no solo ha virtualizado las instituciones del mundo social sino también, en pasos concomitantes, la identidad de las personas que paulatinamente emigran hacia la red para hacerla su única realidad.

La sociedad red, así denominada por Manuel Castells (2006), ha estructurado los mecanismos de producción, consumo y desecho que provoca en las personas, un modo particular de relacionarse con y en el mundo, ya no en términos existenciales, sino gobernados por la cultura del descarte (Francisco, 2015). La virtualización del mundo social y de la vida ha acaparado toda forma de representación y ha digitalizado la existencia del ser humano, en la que se genera una correlación con la técnica no en términos de instrumentalidad sino de servidumbre (Velásquez, 2020d). La supeditación al dispositivo se puede comprobar, sobre todo, por la indispensabilidad del objeto para llevar a cabo desde los aspectos más fundamentales de la vida como la comunicación hasta, inclusive, la definición existencial del sentido de la vida.

No exageramos cuando afirmamos acerca de la determinación existencial del ser humano en relación con los dispositivos tecnológicos, porque ya no son solo instrumentos de comunicación (Spadaro, 2014), sino que son artefactos capaces de crear entornos simbólicos artificiales que permean los mecanismos que resuelven, de manera progresiva, el sentido de la vida ya sea por la vía del pensamiento reflexivo o por la manipulación ideológica virtual.

La enajenación de la posibilidad formativa hacia la consolidación de una conciencia crítica, capaz de adentrarse en la complejidad del mundo actual es una realidad que se expresa de la siguiente manera: 1) manipulación de la voluntad y la opinión pública y en 2) la lógica de la sociedad de consumo porque "somos, de algún modo, conducidos de forma inconsciente a desear de forma voluntaria la satisfacción de necesidades ficticias creadas por el sistema ideológico económico consumista" (Velásquez, 2022, p. 25). A continuación, haremos una exposición de estos puntos para comprender de qué manera sucede el ocaso del pensamiento reflexivo.

### 2.1.1. Manipulación de la voluntad y la opinión pública

Immanuel Kant en el opúsculo *¿Qué es la ilustración?* (2018), apuntaba a la formación de un sujeto capaz de autonomía, determinación y libertad interior que, en términos de Hegel (2019), supone el camino de ascenso a la generalidad. La autonomía se proclamaba como la meta del hombre ilustrado, de tal forma que no dependiera él de ningún tipo de instancia del mundo social que decidiera el rumbo de su existencia, porque aquella persona estaría dotada de esta capacidad que lograría un camino hacia una conciencia más clara de sus posibilidades (Schneewind, 2009). El sueño de la ilustración dependió de muchos presupuestos de carácter cognitivo y metafísico que difícilmente se logran cultivar en la actualidad por la configuración ideológica del mundo contemporáneo (Torralba, 2018), en el que las personas fácilmente acceden y aceptan mecanismos de manipulación y control generalizada de la voluntad y la opinión pública.

La formación de la voluntad y la opinión pública de un colectivo humano es la piedra angular del ordenamiento de una comunidad política consciente de sus alcances, límites y posibilidades. Por eso, para Jürgen Habermas (2005; 2009), esta formación es fundamental en el modelo deliberativo de acción y comunicación participativa en el escenario social de interacción humana. Por el contrario, la manipulación ideológica de la voluntad y la opinión pública se convierte en piedra de tropiezo que impide no solo que el modelo deliberativo no tenga un despliegue en la sociedad, sino que frena el desarrollo del pensamiento reflexivo y la libertad interior.

Si sucede la manipulación de la voluntad y la opinión pública es por la incapacidad de promover en la persona, a través de las tecnologías del yo, y en términos de Francesc Torralba (2018), los frutos de la inteligencia espiritual. La huida al pensamiento reflexivo, como lo propone Martín Heidegger en *Serenidad* (2002), pasa por la predominancia del pensamiento calculador de quiénes ejercen dominación y control social, sobre los que hacen parte de un cuerpo político y social virtualmente accesibles en la base de datos de los grandes sistemas de recopilación informacional actual (Velásquez, 2017).

Un colectivo humano manipulado por la deformación de su voluntad y opinión pública hace que sea más difícil en ellos el cultivo de la vida espiritual porque el pensamiento

reflexivo exige, de alguna manera, un esfuerzo superior (Heidegger, 2002). El mundo social contemporáneo deja poco espacio al pensamiento reflexivo, porque las dinámicas de la rapidación social disminuyen las posibilidades hacia el cultivo de la vida espiritual (Francisco, 2015): ya sea por el agotamiento de la persona en las dinámicas del capitalismo informacional o por los efectos de la carrera social hacia el éxito.

La virtualización ha acelerado el proceso de globalización. La internet está presente en cada rincón del mundo desarrollado o en vías de desarrollo, y nos hace disponibles al entramado informacional que se configura en la sociedad red. Aquello que está en juego, en este proceso que va configurando la aldea global de McLuhan (1996), es la identidad. Si las tecnologías del yo son recursos de carácter noético y existencial, que se desarrollan según el contexto de cada ser humano, entonces hay un peligro en el proceso de globalización que hace posible la difuminación de las posibilidades existenciales para lograr la consolidación de una identidad que permita este despliegue contextual y original en cada ser humano por la enajenación de la conciencia crítica.

### **2.1.2. La lógica de la sociedad de consumo**

La tarea del pensamiento reflexivo exige en la persona capacidad de tomar conciencia de su propia existencia, de sus alcances, posibilidades y límites, en la tarea inacabada de la madurez de un sujeto de verdad y acción (Foucault, 2014). La actual realidad del mundo social económico pone trabas cada vez más difíciles al cultivo de la espiritualidad, porque impone un sistema ideológico materialista que sitúa en un segundo lugar todo aquello que tenga que ver con la dimensión espiritual-religiosa del ser humano (Velásquez, 2020c; 2022). Una de las expresiones del sistema económico actual es la denominada sociedad de consumo, producto del capitalismo de ficción (Verdú, 2009), que dirige la voluntad del ser humano a la aceptación ciega de patrones culturales que promueven la cultura del descarte (Francisco, 2015).

La operación espontánea de un sistema ideológico hace que un colectivo humano comprenda el mundo social y de la vida desde las características que configura aquel sistema de pensamiento (Žižek, 2017). Se toma conciencia de aquella dinámica solo cuando la persona es capaz de tomar distancia a través del cultivo de la inteligencia espiritual; de lo contrario, la persona o dicho colectivo humano, siempre estará abocado al inmediatismo

materialista sofocante de producción-consumo-producción que funciona como la ficción que da consistencia al intercambio simbólico que sucede en el escenario operativo consumista de la sociedad actual (Baudrillard, 2018), en donde la mercancía intercambiable no son productos o bienes de consumo sino los mismos consumidores.

Así las cosas:

[E]l propósito crucial y decisivo del consumo en una sociedad de consumidores (aunque pocas veces se diga con todas las letras y casi nunca se debata públicamente) no es satisfacer necesidades, deseos o apetitos, sino convertir y reconvertir al consumidor en producto, *eleva el estatus de los consumidores al de bienes de cambio vendibles*. [...] *Los miembros de una sociedad de consumidores son ellos mismos bienes de consumo*, y esa condición los convierte en miembros de buena fe de la sociedad. Aunque por lo general permanezca latente como una preocupación inconsciente e implícita, el principal motivo de desvelo de los consumidores es convertirse en productos vendibles y lograr mantenerse así. (Bauman, 2017a, p. 83)

¿Qué constituye el motor operacional de la sociedad de consumo?, ¿qué hace posible que un conjunto de personas se vuelva a sí mismos bienes de consumo? La lógica subyacente es aquella que dinamiza la cultura del descarte: por eso la raíz humana de la crisis ecológica es el antropocentrismo moderno (Francisco, 2015). La carente cultura del cuidado es la causa racional que hace comprensible la inconsciencia en que viven muchas personas, presas de la avidez de novedades y de la habladuría informacional (Velásquez, 2020b).

Ahora bien, la producción que dinamiza la sociedad de consumo no opera bajo las necesidades reales del ser humano; por eso, "la verdad [no] es que las necesidades sean fruto de la producción, sino que EL SISTEMA DE NECESIDADES es PRODUCTO DEL SISTEMA DE PRODUCCIÓN." (Baudrillard, 2018, p. 81). El cálculo operacional de la racionalidad instrumental que caracteriza la actual sociedad de consumo vuelve al ser humano un bien de consumo en sus múltiples modalidades, cuya manipulación descubre la lógica aberrante, según Lipovetsky (2017), del proceso de personalización hacia la enajenación del pensamiento reflexivo.

Pareciera ser que la sociedad de consumo satisface el goce espontáneo de las necesidades ya sean reales o artificiales, sin embargo;

[E]l consumo nunca es esto. El individuo consume para sí mismo, pero cuando consume, no lo hace solo (esta es la ilusión del consumidor, cuidadosamente



mantenida por todo el discurso *ideológico* del consumo), sino que entra en un sistema generalizado de intercambio de producción de valores codificados, en el cual, a pesar de sí mismos, todos los consumidores están recíprocamente implicados. (Baudrillard, 2018, p. 81)

De este modo, la satisfacción real de la sociedad de consumo cumple las expectativas no de los consumidores, sino del sistema de producción. Esto es, todo el andamiaje operacional económico hace más notable la insuficiente cultura de cuidado de la sociedad actual porque adolece del fomento de la libertad interior, fruto del cultivo de la inteligencia espiritual.

## 2.2. Superficialidad noética y existencial: la cultura meme

La vida en el espíritu, el cultivo de la inteligencia espiritual y la libertad interior son conquistas humanamente plausibles en cada persona, que descubre en sí mismo la posibilidad inmanente y categorial hacia la transcendencia. En otras palabras: desde la realidad concreta de cada ser humano, según sus posibilidades espaciotemporales y virtuales, la persona puede descubrir los senderos hacia una existencia espiritual que conecta con la vida y en ella se prolonga (Velásquez, 2019).

Uno de los peligros de la actual sociedad es la superficialidad noética y existencial por la falta del pensamiento reflexivo que se convierte, además, en una de las causas de la pérdida de hábito en el cuidado de sí. El cultivo de la vida espiritual nunca ha estado dispuesto a las mayorías: de hecho, en la antigüedad este privilegio correspondía a quienes ostentaban no solo capacidad intelectual, sino comodidad económica (Foucault, 2014). Esto no excluye, como lo afirma Francesc Torralba (2018), que la inteligencia espiritual pertenece al ser humano dado que él está potencialmente capacitado para ejercitarse en el cuidado de sí mismo. De todos modos, la superficialidad es una de las consecuencias del mundo inmediato y aparente.

La superficialidad noética consiste en la pseudo-especialización generalizada que presuntuosamente se atribuyen algunas personas, promovida por las habladurías difundidas a través de los dispositivos tecnológicos o por medio de un pseudo sistema de creencias que configura un mundo irreal y aparente. En la actualidad muchos presumen de ser expertos en

muchas áreas del conocimiento humano, sin haber leído ni una línea sobre el tema o por lo menos tener una mínima experiencia que legitime el conocimiento defendido.

La obstinación en la defensa de un sistema de pensamiento superficial hace que las personas se alejen mucho más de los fines del pensamiento reflexivo porque destruye toda posibilidad de ascenso a la generalidad. Esto se debe, en gran medida, a la arbitraria imposición de ideas que se difunden a través de las plataformas virtuales de interacción y comunicación que deforman una auténtica comprensión real del mundo. La *cultura meme* es una de las expresiones de dicho empecinamiento. Un meme es una representación gráfica cómica-trivial, en formato de imagen (meme) y video (video-meme), que emana del pensamiento generalizado no especializado (Heller, 1998) de la sociedad del espectáculo (Debord, 2002), que está sujeto a la moda intuitiva y siempre cambiante de los usuarios de las plataformas virtuales de interacción y comunicación que, a nuestro modo de ver, cumple una función epistemológica aparente porque propaga una comprensión de la vida de forma sesgada y difunde de forma inadvertida una cosmovisión con presupuestos antropológicos fútiles.

La falsa superespecialización que muchos aparentan a través de las redes sociales, quiéralo o no, configura un modo de comprender falso e irreal, a tal punto que se puede constituir, hablando exageradamente, un ejército capaz de defender mentiras a como dé lugar. “Vivimos en una era de fragmentos de sonido, no de pensamientos, de cosas efímeras calculadas —como observó George Steiner—, pensadas para conseguir el máximo impacto y una obsolescencia instantánea” (Bauman, 2015, p. 64).

La superficialidad existencial, por su parte, es la condición de muchas personas que debido a la atrofia del pensamiento reflexivo y por el dominio que impone la gran cantidad de información en las plataformas virtuales, quedan desprovistas de los recursos espirituales que una persona podría desarrollar en condiciones normales, desde su misma experiencia de vida, que es fruto de la pragmática de la comprensión del proceso hermenéutico existencial hacia una sabiduría del buen vivir.

En este sentido, la superficialidad noética conduce a la superficialidad existencial porque la primera descubre la realidad de un ser humano pseudoespecializado y la segunda, como consecuencia de este vacío epistemológico, descubre su vaciedad ontológica por el carente impacto de la formación y por su notable desinterés en los asuntos espirituales.

### 2.3. Crítica habermasiana al neopositivismo lógico y la reducción de la capacidad de representación simbólica de la realidad

El ocaso del pensamiento reflexivo también se debe al impacto ideológico del neopositivismo lógico expresado en un pseudocientificismo que se ha difundido soterradamente en la sociedad actual cuya realización operacional está en la superficialidad noética y existencial provocando la reducción de la capacidad de representación simbólica de la realidad.

Desde la antropología filosófica, el ser humano comprende la cultura y accede a ella por medio de símbolos no solo a través de la visión científica. Se puede constatar que, siguiendo a Cassirer (2012), el hombre es un animal simbólico, es decir, comprende su existencia, sentido y realidad por medio de un conjunto de símbolos que dicen el mundo de forma metafórica y representativa. Ahora bien, no quiere decir que la realidad en sí misma no pueda ser interpretada, sino que la mejor forma de decir el mundo es por medio de los símbolos, porque recogen múltiples sentidos capaces de soportar el gran abismo temporal de sentido por medio de la Tradición.

De todos modos, el símbolo pertenece de algún modo, según Cassirer (2012), al hombre primitivo que buscaba representar la complejidad de la realidad por medio de sistemas de comunicación oral y escrita que dieran cuenta del sentido latente en los diversos entornos que se gestaban en la cultura en la medida que el ser humano racionalizaba su realidad. Muchos de los elementos que componen el pensamiento cotidiano no especializado, de la cultura, el conjunto de creencias, expresiones de fe, entre otras, están anclados a la Tradición simbólica de la realidad.

Sin embargo, el hombre contemporáneo relativista, postmoderno, desencantado, pseudo-cientificista ha perdido la capacidad de representación y comprensión metafórica de la realidad, elemento fundamental para el fomento del pensamiento reflexivo, como consecuencia ideológica del neopositivismo lógico. Algunos símbolos han sido neutralizados por los múltiples sentidos que se les ha otorgado, muchas veces contradictorios entre sí.

Paul Ricoeur en *El conflicto (2015) de las interpretaciones* en la sección la existencia y la hermenéutica define y presenta las principales características del símbolo. Afirma: "llamo símbolo a toda estructura de significación donde un sentido directo, primario y literal designa

por añadidura otro sentido indirecto, secundario y figurado, que solo puede ser aprehendido a través del primero” (p. 17). Esto es, la naturaleza del símbolo es de carácter doble: epistemológica y existencial. La vinculación de estas dos características hace que la fuerza simbólica no solo impacte la estructura cognitiva de la persona a quien se manifiesta el símbolo, sino que también llegue, por los efectos de la pragmática de la comprensión, a provocar la libertad interior.

El símbolo, según Paul Ricoeur, tiene por lo menos tres características: 1) da qué pensar porque habla por sí mismo; 2) se expresa en un lenguaje codificado específico y 3) devela algo oculto en lo aparente (Velásquez, 2020a, pp. 13-15). ¿De qué manera el símbolo nos permite adentrarnos en los modos en que el ser humano desarrolla la inteligencia espiritual?

El símbolo provoca el pensamiento reflexivo porque la persona descubre a través de él, el universo espiritual que representa. De ahí que:

[E]l fenómeno religioso es clave hermenéutica transversal del carácter simbólico de la existencia humana. Para Cassirer, desde la antropología filosófica, la religión constituye un elemento fundamental para entender la carga simbólica de la experiencia humana en el campo espiritual. Si admitimos que el ser humano es un ser religioso llamado a la trascendencia, tesis aceptada no solamente por el discurso teológico sino también por el antropológico, entonces cobra importancia reconocer de qué manera opera el hecho religioso en la comprensión del ser humano en la instauración de un entorno cultural simbólico. (Velásquez, 2020a, p. 11)

El ocaso del pensamiento reflexivo equivale a declarar la decadencia de la capacidad de representación simbólica, producido por el impacto ideológico del neopositivismo lógico, que difunde de forma sesgada una visión de mundo que excluye la intersubjetividad dialógica de todos aquellos componentes que integran la vida del ser humano. No solo la visión científica descubre la riqueza del ser humano y nos comunica el sentido de la realidad del mundo.

Si el ser humano ha perdido la capacidad de representación simbólica es debido al predominio de la comprensión científica de la realidad que ha heredado del neopositivismo lógico-científico. Una obra de arte no puede explicar el mundo como lo hace el método

científico; y por eso su valoración no acredita la comprensión que acontece en ella y desconoce su impacto en la vida del ser humano en el fomento de la vida espiritual.

La vida espiritual puede ser analizada por medio de la comprensión científica: se puede llegar a saber qué zonas del cerebro se activan cuando una persona ora (López, 2022), contempla una obra de arte, un paisaje, cuando escucha un poema, recita una poesía, contempla una montaña, etc.; pero no llegará a comprender las vivencias y el sentido que experimenta la persona en su interior. Si se alega el ocaso del pensamiento reflexivo es precisamente debido a la predominancia de la visión científica-técnica que, paradójicamente, tiene su escenario de divulgación en las redes sociales que convierten el conocimiento en algo vago, superficial y efímero desacreditando el valor espiritual de la comprensión simbólica de la realidad.

### **3. Fenomenología del cuidado de sí mismo: las tecnologías del yo y la cotidianidad**

En el apartado anterior se expusieron las razones del ocaso del pensamiento reflexivo y la enajenación de la conciencia crítica por la manipulación ideológica de los medios virtuales de interacción humana, el dominio de la voluntad, la opinión pública y por la imposición de dinámicas de la sociedad de consumo. La decadencia de la vida espiritual obedece al deterioro de la visión noética y existencial que experimenta el ser humano contemporáneo, fenómeno que tiene su expresión tanto en lo que aquí denominamos cultura meme como en la incapacidad de representar simbólicamente la realidad que lo envuelve en su cotidianidad; esto, por el impacto que ha generado el modelo científico-técnico de las ciencias empírico-analíticas, lo cual ha contribuido a la radicalización de una persona escindida y fragmentada.

En este apartado, nos proponemos presentar cómo las tecnologías del yo, entendidas como actitudes espirituales, hacen posible el cuidado de sí mismo para el logro de un sujeto ético en el espacio público-político. Michel Foucault en *La hermenéutica del sujeto* presenta las prácticas clásicas grecolatinas que en los siglos I y II d.C constituyeron la base de la promoción de la vida espiritual: la ascética filosófica, el silencio, la meditación, el examen de conciencia y matinal que pueden ayudar a la formación de una persona y un colectivo humano que pueda obrar correctamente en los diferentes espacios y momentos de la vida público-política y, además, con capacidad para cultivar la inteligencia espiritual y la libertad interior.

Esto, con el fin, no solamente de beneficiar a las personas en su individualidad, sino disponerla para la participación en los escenarios político-públicos.

### 3.1. Ascética filosófica

La vida, desde la comprensión grecolatina de los dos primeros siglos de la era cristiana es, en todo su sentido, el escenario de las múltiples pruebas y dificultades (Foucault, 2014; p. 418). La ascética filosófica, tal como la presenta Foucault (2014), tiene la finalidad de dotar a la persona de todo lo necesario para aceptar y sobrellevar las pruebas de la vida. Estos recursos espirituales con los cuales debe ser equipada toda persona se descubren en las múltiples modalidades existenciales en donde la existencia del ser humano tiene su despliegue total; dicho de forma sencilla: la persona en su realidad concreta reconoce sus posibilidades espirituales para enfrentar las pruebas que la vida misma le presenta.

[En la] ascesis filosófica, esa ascesis de la práctica de sí, el objetivo final, el objetivo último, no es evidentemente la renuncia a sí. Al contrario, el objetivo es postularse a sí mismo, y de la manera más explícita, más fuerte, más continua, más obstinada posible, como fin de su propia existencia. Segundo, en esta ascesis filosófica no se trata de regular el orden de los sacrificios, los renunciamientos que deben hacerse con respecto a tal o cual parte, tal cual aspecto de nuestro ser. Se trata, al contrario, de proveernos de algo que no tenemos, algo que no poseemos por naturaleza. Se trata de constituir para sí mismo un equipamiento, de defensa para los acontecimientos posibles de la vida. Y esto es lo que los griegos llamaban *paraskeue*. La función de las ascesis es constituir una *paraskeue* [a fin de que] el sujeto se constituya a sí mismo. Tercero, me parece que esta ascesis filosófica, esta ascesis de la práctica de sí, no tiene por principio el sometimiento del individuo a la ley. Su principio es ligar al individuo a la verdad. Lazo con la verdad y no sometimiento a la ley: me parece que ése es uno de los aspectos más fundamentales de la ascesis filosófica. (p. 316)

La comprensión grecolatina de la ascesis discrepa de la tradicional ascesis cristiana porque esta tiene como punto de partida la renuncia de sí. Sin desconocer el valor espiritual de la ascesis cristiana, la ascesis filosófica constituye el segundo paso de todo vaciamiento, de tal forma que la persona pueda equiparse de todas aquellas estrategias espirituales que le permitan soportar las más duras pruebas de la vida. Dicho equipamiento no es otra cosa que la ejercitación misma en la vida espiritual hacia la conquista de la libertad interior.

Tanto la renuncia como el equipamiento corresponden a dos componentes esenciales de la ascética porque el primero elimina todo aquello que impide la promoción espiritual-integral de la persona, y el segundo la proveerá de lo necesario para enfrentar las múltiples situaciones que pueden darse en la vida de una persona.

A continuación, se expondrá lo relativo a las tecnologías del yo como el examen de conciencia, examen matinal, silencio y meditación, partes de ese equipamiento espiritual que toda persona debe disponer para conseguir la libertad interior, el cuidado de sí mismo para un mayor impacto en el escenario político-público.

### 3.2. El silencio y la meditación

El cultivo de la vida espiritual implica la tarea exigente del silencio. Desde antiguo, como afirma Foucault (2014, p.325), en la comunidad de los pitagóricos, esta actitud espiritual disponía a la persona paulatinamente no solo para callar, sino para escuchar el *logos* de los discursos de verdad. De ahí que el silencio no sea simplemente mutismo, porque “callar no quiere decir ser mudo. El mudo tiene, al revés, la tendencia a ‘decir’ algo” (Heidegger, 2018, p. 183).

El vicio que ataca el silencio es la charlatanería (Foucault, 2014, p. 325), es decir, que esta actitud espiritual conduce a la persona a la superación del estadio comunicacional trivial de las habladurías y la avidez de novedades que ocultan la voz de la llamada del interior. Heidegger (2018) al explicar la experiencia vocacional del ser-ahí explica:

[L]a vocación no da noticia de acaecimiento alguno y voca sin fonación alguna. La vocación habla en el modo inhóspito del *callar*, y solo habla de esta forma porque la vocación no voca al invocado al engolfarse en las públicas habladurías del uno, sino a *retroceder desde ellas a la silenciosidad del ‘poder ser’ existente.* (p. 301)

El silencio dispone a la persona en la capacidad de síntesis, de tal manera que los discursos de verdad que emanan del *logos*, como lo sostiene Plutarco, no pasen desapercibidos (Foucault, 2014). Esto exige de parte del maestro o guía espiritual la capacidad de que su discurso no sea artificial, ni mucho menos aislado de la realidad del oyente; la provocación al silencio sucede por el grado de vinculación vital y referencial derivado del proceso hermenéutico existencial que tiene su culmen en la pragmática de la comprensión.

Además, como lo expone Francesc Torralba, el silencio es una actitud existencial que involucra a la persona en un instante espaciotemporal de sentido de donde emanan las preguntas fundamentales de la vida. El silencio dispone a la persona para adentrarse en los mares profundos del ser para descubrir, como afirma Zygmunt Bauman (2005), ese metal precioso que yace en el interior de cada ser humano.

La meditación, por su parte, junto con el silencio sitúa a la persona en un ejercicio espiritual de mayor profundidad en donde se requiere la capacidad de ahondar en el mundo interior del ser humano con miras a la plausible proyección en el mundo social. Ahora bien, como lo afirma Foucault, la meditación no es simplemente tomar en consideración un tema a través de una lectura o escritura: de ser así solo sería un ejercicio intelectual de carácter epistemológico. La meditación busca, sobre todo, involucrar a la persona en una realidad en donde sucede la apropiación, la identificación y transformación.

Por ejemplo, la meditación sobre la muerte, desde el punto de vista espiritual, no solo lleva a la persona a pensar sobre la misma, sino que llega a considerar su real posibilidad inmediata a tal punto que, sintiéndose morir, logre transformar su realidad personal (Foucault, 2014). Aunque la situación no sea real en términos de la actualidad del quién medita, su posibilidad inmanente hace cierta su realidad.

El silencio dispone a la persona a descubrir la riqueza de su mundo interior y, a la vez, en la actitud de escucha del *logos* que acontece en los discursos de verdad; y la meditación involucra emocional, cognitiva y existencialmente a la persona en un tema cuya consideración provoca la remoción del ser.

### **3.3. Examen de conciencia y examen matinal**

El presente, ámbito espaciotemporal de sentido, es el escenario existencial en donde acontece el ser de cada persona, es con lo único que cuenta el ser humano para formarse en la conquista de la libertad interior, fruto del fomento de la inteligencia espiritual. En asuntos de vida espiritual siempre se está en un continuo permanente inicio, porque cada día es una posibilidad inmanente y categorial hacia la transcendencia. Si así son las cosas, es necesario fomentar la capacidad de revisión continua a través del examen de conciencia.

Esta antiquísima práctica espiritual es, por lo general, nocturna, porque al acaecer el día la persona tiene la posibilidad de examinar su conciencia con relación a las obras



practicadas durante la jornada y dictaminar si todo aquello que hizo ha contribuido en el camino hacia la meta existencial que se ha propuesto. Y, ¿Qué hay del futuro? Desde la comprensión ancestral el pensamiento acerca del futuro es necesidad. ¿Por qué? Porque la mirada del ser humano debe estar puesta, no en la posteridad sino en la realidad concreta en el aquí y ahora de su existencia y, además, porque supondría la aceptación de la predeterminación que es contraria a la finalidad del cultivo de la vida espiritual. Tal como lo explica Foucault (2014);

[A]ntes de dormir, es preciso entonces consagrarse a una serie de prácticas rituales que van a purificar el alma y capacitarla, por consiguiente, para entrar en contacto con ese mundo divino y comprender sus significaciones, sus mensajes y sus verdades reveladas en una forma más o menos ambigua. De modo que, entre esas técnicas de purificación, hay una cuantas: oír música, oler perfumes y también, por supuesto, practicar el examen de conciencia. Revisar toda la jornada, recordar las faltas cometidas y, por consiguiente, expurgarlas y purificarse de ellas por ese mismo acto de memoria es una práctica cuya paternidad siempre se atribuyó a Pitágoras. (p. 61)

La purificación que sucede en esta práctica espiritual, además de promover y examinar la conciencia, conduce a la persona hacia la toma de decisiones. No es una práctica de carácter especulativo sino de orden existencial. De ahí que, no suponga solamente que sea un ejercicio mental sin ninguna trascendencia, sino que logre permear la vida de la persona en su totalidad.

En este sentido, ¿qué es la conciencia? En el contexto de este trabajo, y sin profundizar en esta cuestión, que no podemos eludir, diremos que la conciencia es la instancia cognitiva en donde la persona se reconoce a sí misma en su individualidad y realidad más propia con relación a su mundo interior y, de la misma forma, con el mundo exterior social y de la vida. En ella sucede la comprensión en su sentido más amplio:

[L]a conciencia da a comprender 'algo', *abre*. De esta caracterización formal surge la indicación de reducir el fenómeno al '*estado de abierto*' del '*ser ahí*'. Esta constitución fundamental del ente que somos en cada caso nosotros mismos está integrada por el encontrarse, el comprender, la caída y el habla. El análisis de fondo de la conciencia desemboza en ella una '*vocación*.' El '*vocar*' es un modo del *habla*. La vocación de la conciencia tiene el carácter de una '*invocación*' del '*ser ahí*' a su '*poder ser sí mismo*'

más peculiar, y ello en el modo de una 'avocación' al 'ser deudor' más peculiar. (Heidegger, 2018, p. 293)

Si se trata de un examen de conciencia quiere decir que la persona escudriña tanto su mundo interior como su interacción con el mundo exterior. En este examen no hay lugar ni para las justificaciones ni reproches, porque al tratarse de una práctica de purificación su único objetivo es reconocer la realidad de la persona, sus alcances, límites y posibilidades.

El examen matinal, a diferencia del examen de conciencia, no se hace al finalizar la jornada, sino como su nombre lo indica, se realiza al iniciar el día. Su objetivo principal es disponer a la persona a las múltiples tareas cotidianas que involucran su diario vivir, reconociendo en ellas su plausible realización en orden a fortalecer su vida espiritual. Llama la atención que Foucault expone este examen no solo en orden a las actividades nobles del espíritu, sino que involucra en todo su sentido la cotidianidad inmanente y categorial según el estilo y modo de vida de cada persona: así,

[E]l bailarín, a la mañana, debe recordar los ejercicios que debe hacer para llegar a ser un buen bailarín. El zapatero o artesano también debe recordar las diferentes cosas que tiene que hacer durante la jornada. [...] Y así como el filósofo que tiene inquietud de sí mismo debe pensar en sus obligaciones de filósofo-en la enseñanza que debe impartir, en la dirección de conciencia que debe ejercer, etcétera-o el zapatero que tiene inquietud de sí mismo debe pensar, en esa inquietud de sí mismo, en lo que constituye su tarea de zapatero, el emperador, de igual manera, porque tiene esa misma inquietud, conocerá y cumplirá sus tareas, tareas que solo deben cumplirse de una manera imperativa en la medida en que forman parte del objetivo general que es: él mismo para sí mismo. (Foucault, 2014, pp. 200-201)

Tanto el examen de conciencia como el examen matinal tienen la finalidad de fomentar el cuidado de sí mismo y la conquista de la libertad interior no como actos intimistas fomentados por un solipsismo espiritualista, sino que tiene la finalidad de conectar con la complejidad existencial de la persona.

#### **4. El cuidado de sí mismo como posibilidad de un nuevo arte de vivir en el espacio público-político**

En el primer apartado expusimos las causas del ocaso del pensamiento reflexivo que a nuestro modo de ver ha consolidado una persona escindida y fragmentada; en el segundo apartado expusimos las tecnologías del yo y sus características más importantes. En el presente apartado nos proponemos mostrar de qué manera el cuidado de sí mismo a través de las tecnologías del yo, además de promover el pensamiento reflexivo logra incidir significativamente en la vida social del ser humano. El problema de la libertad interior en las sociedades contemporáneas reviste interés para la comprensión del ser humano asediado en su integridad por múltiples situaciones emocionales, religiosas, morales, políticas y existenciales. Estas realidades alienantes y avasalladoras provocan en la persona profundas crisis de identidad y autenticidad que lo desplazan de su centro vital, esto es, de su ser. Una de las formas de abordar esta complejidad es vincular a la vida práctica las tecnologías del yo, como método de corrección de la conducta individual y colectiva.

Estas tecnologías (examen matinal, de conciencia, la lectura y la escritura, ascética filosófica, acompañamiento espiritual, meditación, silencio y la soledad) tienen por objeto el cultivo y cuidado de sí mismo, que es ganarse a sí mismo, cultivarse y autogobernarse según el estilo de vida que se haya elegido. Estas prácticas fueron auspiciadas por algunas escuelas filosóficas (epicureísmo, estoicismo, pitagorismo), que con el paso del tiempo fueron asumidas y resignificadas por el cristianismo para la corrección de la vida moral religiosa y, alcanzar así, la perfección del alma que agrada a Dios y a los hombres.

Desde el punto de vista fenomenológico, el injerto entre las tecnologías del yo como cuidado de sí mismo y la praxeología del sujeto contemporáneo en su quehacer político, pasa por comprender la cotidianidad del ser humano inmerso en el mundo de la vida. Desde esta perspectiva se descubre, en relación con el mundo, la necesidad del fomento de la vida espiritual en perspectiva del cuidado del otro. El mundo aquí es entendido en dos direcciones: como el ámbito gramatical construido por el lenguaje y, a la vez, como el escenario espaciotemporal de sentido donde acontece el devenir existencial en toda su complejidad.

El lenguaje, configura el mundo como conjunto proposicional de acciones lingüísticas que constituyen y dan forma a los múltiples entramados comunicacionales en el espacio público-político. Así las cosas, la vida espiritual se convierte en la posibilidad misma de sentido porque su estructura comunicacional abre al ser humano a nuevos horizontes de

trascendencia en las relaciones intersubjetivas. La existencia tiene su ámbito de desarrollo y realización en las condiciones espaciotemporal en la que el encuentro con el otro es vital para la realización del sí mismo con lo otro.

Fenomenológicamente, el mundo en el que nacemos abarca muchas cosas: naturales, artificiales, vivas, muertas, efímeras y eternas. Por eso, el ser humano percibe la realidad como manifestación pura, esto es, aparece ante él como fenómeno; y puede ser dicha y comprendida como parte del mundo. Tal como afirma Arendt (2002) "no existe nada ni nadie en este mundo cuya misma existencia no presuponga un espectador, porque nada de lo que es, existe en singular: desde el momento en que hace su aparición es percibido por alguien" (p. 42).

Los seres vivos (humanos y animales) no solo estamos en el mundo, sino que somos del mundo. Esto obedece al hecho de que somos al mismo tiempo sujetos y objetos, percibimos y somos percibidos. El ser humano se hace en el mundo y su existencia depende de la relación que entable con él. En él construye los sistemas simbólicos, lingüísticos, ideológicos, científicos, jurídicos, políticos y religiosos, de los cuales se desprenden las diferentes manifestaciones de sentido de la vida.

En este contexto mundano del aparecer, surgen las relaciones intersubjetivas en el espacio público-político, en donde nos encontramos con los otros, participando en la construcción de la sociedad humana que acoge y atiende sus múltiples necesidades. Esto, porque somos del mundo y no estamos en él como seres extraños a su constitución. A partir de esta comprensión tramitamos todo lo concerniente a la vida, para poder estar vivos. De ahí que, estar vivos significa vivir en un mundo anterior al nacimiento, es estar moviéndonos por la obligación de mostrarnos, que en cada uno se corresponde con la necesidad de aparecer.

#### **4.1. Fenomenología del cuidado del sí-mismo en el espacio público-político**

Aclarado lo anterior, pasemos a examinar fenomenológicamente el cuidado de sí mismo en el espacio público-político. La expresión *Yo soy mí mismo* significa que yo soy hombre o mujer situado ahí (*Dasein*), igual que tú eres ser ahí. La determinación ontológica del carácter de mío de toda experiencia contiene la indicación óptica de que el ser ahí es cada vez un determinado yo y no otro.

Yo estoy en el mundo, pero eso nada me dice acerca de quién soy yo. Es menester que el sujeto indague sobre su propia existencia y, a partir de ahí, fije cambios en su modo de vida. Tal como lo afirma Escudero (2012) "cuando en diferentes momentos decimos que una persona es la misma o que uno mismo es el mismo en medio de la multiplicidad de las diferencias, estamos operando de manera implícita con el concepto ontológico de la sustancialidad" (p. 96).

Esto quiere decir que,

en la vida cotidiana no somos nosotros mismos; más bien, somos los otros, es decir, somos no yo. Esto no significa que carecemos de una personalidad propia, de un núcleo yoico; indica más bien un determinado modo de ser nosotros mismos que se caracteriza ontológicamente por la pérdida de sí. Ser sí mismo y no ser sí mismo son posibilidades fundamentales del ser ahí. (Escudero, 2012, p. 96)

El ser ahí como actor político y consumidor de lo político, requiere de condiciones sociohistórico-materiales favorables a su existencia que le permita forjar el temple y carácter de su estar ahí. Pues ser sí mismo en el ámbito político supone una lucha constante y decidida por el posicionamiento en el espacio público-político. Esta lucha se desarrolla con los otros que coexisten conmigo en el mismo mundo, en el mismo espacio sociopolítico y desde allí, los otros y uno mismo compartimos el mundo con sus múltiples circunstancias y afanes. Mi relación con el mundo y con los otros aparece desde el horizonte de un mundo compartido del co-estar y coexistir.

El horizonte del mundo se ve así ampliado con la inclusión de los otros: junto al mundo circundante en el que me ocupo de los entes que me salen al encuentro en mi existencia cotidiana, descubro la dimensión del mundo compartido con los otros de los que también me preocupo de manera regular y cotidiana. (Escudero, 2012, p. 171)

La política del cuidado del ser ahí, esto es, la política al servicio del cuidado de la existencia humana, brota como acontecimiento que cubre las diferentes esferas del sujeto político en la vida pública. El hecho de que el ser ahí se comprenda primariamente a partir del entramado de normas públicas, no excluye la posibilidad del sí-mismo genuino.

Tanto la impropiedad de la forma de un huir-de-si-mismo como la propiedad en la forma de un elegirse-a-si-mismo solo son posibles sobre la base de una mismidad

constitutiva, que es más originaria y fundamental que los dos modos de ser de la impropiedad y la propiedad respectivamente. (Escudero, 2012, p. 36)

El concepto de mismidad en sentido heideggeriano es una estructura ontológica de nuestro estar-en-el-mundo, que indica la posibilidad y capacidad de conducir la existencia propia o impropia. Esto revela que el sí-mismo (identidad yoica) no es una sustancia que permanece idéntica en el transcurso de la vida, sino que es transformada por los comportamientos que transcurren en su mundo. El si-mismo, como identidad, está sometido al devenir histórico que metamorfosea la propia sustancialidad.

Lo que está en juego es mi propio ser, el ser que yo soy y que tiene el carácter de ser-en-cada-caso-mío. Esta es una forma peculiar de mismidad caracterizada por un tipo de auto-donación inmediata. No se trata de un sí-mismo orientado propiamente de manera reflexiva y temática. Nos hallamos ante un sí-mismo que opera en un nivel pre reflexivo y a-temático; distinto al yo reflexivo cartesiano, que es un modo de aprehenderse a sí mismo al modo del positivismo científico, pero no la forma primaria de describirse a sí mismo. Uno se describe inicialmente en lo que hace, en lo que se ocupa, en lo que lo rodea. (Heidegger, 2012, p. 68)

Nuestras vivencias en el espacio público-político están intencionalmente vinculadas al mundo. Cuando nos relacionamos con el mundo, se da la presencia de un sí-mismo, en relación con un otro que se convierte para mí en responsabilidad ética. En el modo como se da la vivencia, se expresa la rítmica de nuestra propia existencia.

La experiencia fáctica de la vida está literalmente dispuesta de manera mundana, se vive siempre en un mundo con los otros. [...] El si-mismo no vive separado del mundo, no está encapsulado en sus propias representaciones, no es un sujeto reflexivo que toma conciencia de sí mismo por medio de un ejercicio de introspección, no es un mero constructo social. El sí-mismo es más bien una parte constitutiva de una vida consciente de la realidad mundana en que vivimos de manera inmediata y regular. (Escudero, 2012, p. 86)

Por eso, el ser humano se define como aquel ser que tiene en juego su propio ser, es decir, somos proyecto (eyecto-lanzados), una posibilidad de ser. Todo depende de nuestro temple y carácter para afrontar las circunstancias que nos depara la vida. "El ser ahí en cuanto siempre es mío en este o aquella manera de ser, tiene dos posibilidades fundamentales de

realizar su existencia: *escogerse a sí mismo, o perderse, no ganarse jamás o solo ganarse aparentemente*" (Heidegger, 2012, p.168). El ser ahí posee dos posibilidades básicas de ser en cada caso mío: la *propiedad* e *impropiedad*, que son dos modos de existencia constitutivas del ser ahí en las que vive permanentemente.

Los dos principales caracteres del ser ahí son la primacía de la existencia y el carácter de ser-en-cada-caso-mío (Heidegger, 2012). La búsqueda incesante del ser ahí por el sentido y significado de su existencia lo conduce a preguntarse por la autenticidad de la vida en su forma íntima y pública, lo cual construye a partir de sus vivencias cotidianas. Estas deben corresponder a un modo originario de ser: la preocupación por el sentido de la vida, la búsqueda del dominio y cuidado de sí mismo y su correlato de cuidado del todo.

#### 4.2. Mundo de la vida, horizonte de comprensión y cuidado de la existencia

El análisis del concepto de horizonte permite replantear el problema gnoseológico del cómo del conocimiento humano. Esta vieja disputa relacional entre cómo aprehende el sujeto el objeto y cómo él es afectado por este, permite distinguir el mundo de la interpretación del acontecer del ser y la interpretación de los hechos científicos:

Puesto que cuando interpretamos un acontecimiento, una palabra, un hecho o una experiencia personal conferimos a la singularidad de los mismos un sentido que viene dado no en el aislamiento de los datos sino en un nexo de sentido y finalidad que aparece como lo *coimplicado precomprendido* en la interpretación. (Escudero, 2012, p. 122)

El sentido de los hechos y de las palabras que proferimos no se agota en la singularidad concreta de lo enunciado, sino que remite a un sistema interrelacional entre objetos y palabras que comparten un sentido unitario. Cuando el sí mismo se articula con los nexos de sentido que encontramos en el mundo circundante de las relaciones intersubjetivas, el efecto esperado de las tecnologías del yo direccionadas al cuidado de la existencia y el fortalecimiento de la vida espiritual, como marco de trascendencia en el espacio público-político, permite que el sujeto político gane en amplitud de sentido y en horizonte; pues comprender en horizonte significa ganar en amplitud de perspectiva, desvincular los objetos del contorno achicado de su cercanía. Es poder trascender lo fáctico de la existencia, aprender a ver más allá de lo cercano.

La acción política está en función de superar la particularidad de la cercanía, el privilegiar intereses individuales, y abocarnos a la generalidad, pensar en el todo de los otros como totalidad. El término horizonte expresa una perspectiva global de sentido que predetermina el sentido y significado de cualquier hecho o palabra ubicado en él. La conquista de la libertad interior vista desde esta perspectiva conduce al autoconocimiento del ser-en-cada-caso-mío, y del mundo exterior; pues no es posible la libertad interior sin el examen riguroso de lo que somos y hacemos.

El horizonte significa la constitución trascendental de ser- en- el- mundo. En este caso mundo en cuanto horizonte viene a significar un proyecto global de sentido donde se inscriben las diversas posibilidades o proyectos concretos de existencia. Por eso, existir consiste en tener-que-ser, en la obligación forzosa de tener que realizar mi propia existencia de alguna manera: bien sea preocupándome de ella, o despreocupándome por ella. El tener-que-ser expresa la facticidad del ser humano. Cada uno de nosotros (yo, tu, el, ella, nosotros) se preocupa de alguna manera por su ser, aunque sea incluso en el modo de la despreocupación. Ser-cada-vez-mío quiere decir estar entregado a sí mismo como propio. "La forma en que cada uno se preocupa por su ser determina cada vez su tipo de existencia" (Escudero, 2012, p. 89). Tanto las tecnologías del yo, que hemos enumerado en páginas anteriores, así como la inteligencia espiritual, son modos que alimentan la libertad interior, tarea que depende exclusivamente de la decisión soberana de cada ser ahí.

Una vez mostradas las consideraciones fenomenológicas que justifican la necesidad de la conquista de la libertad interior para el ser humano contemporáneo, pasemos a revelar los fundamentos donde se cimienta la acción política en el espacio público-político; pues, como afirma Heidegger (1976):

El entendimiento exige una fundamentación para sus enunciados y sus afirmaciones, solo los enunciados fundamentados son propios del entendimiento y conformes a él. [...] El representar humano busca fundamentos en todo lo que le rodea y le importa. La búsqueda de fundamentos atraviesa la representación humana. Esto es, el fundamento se muestra en su carácter de interpelación, de exigencia de entrega. (p. 26)

La acción política es un proceso dialógico de confrontación de ideas mediante el cual buscamos mejorar las condiciones existenciales de la vida humana en el espacio público-político. Para lograr este cometido es menester realizar transformaciones estatales



programadas por el actor político, acción que requiere de la voluntad, "ese querer siempre *hacer* algo y por ello desprecia el pensamiento puro, cuya actividad depende de no hacer «nada»" (Arendt, 2002, p. 271). No basta con pensar las situaciones problemáticas que afectan al ser ahí, sino poder realizar lo pensado a través de la acción y la voluntad que supere tal situación.

Mientras el pensamiento reflexivo es inactivo y pausado, la voluntad es querer, poder hacer, es pura actividad, es decisión: es voluntad de poder. La persona que tome la determinación de producir un cambio a su vida interior, a su existencia y ganarse a sí mismo debe partir de un querer decidido y activo que disponga el conocimiento y la voluntad en función de tal fin; como lo afirmó Nietzsche (2012) "la voluntad de poder no es un ser, no es un devenir, sino un *pathos*, es el hecho elemental, del cual resulta como consecuencia de un devenir, un obrar" (p. 426). El *pathos* de la voluntad de poder es la pasión, el fuego devorador que consume, que impulsa al sujeto a una actividad constante y transformadora. Es pasión que consume porque quiere seguir permaneciendo en su ser, es actividad pura de la vida, es la exaltación del hombre por la vida, por conservarla, cuidarla y protegerla porque no quiere perecer en su ser.

El hombre hace en todo momento solo lo que quiere; y lo hace necesariamente. Esto es debido al hecho de que es lo que quiere. Subjetivamente todo el mundo siente que hace solamente, lo que quiere. Pero esto significa simple y llanamente que su actividad es una expresión de su propia existencia. Toda existencia mental, incluso la más baja, sentiría lo mismo en el caso de que pudiera sentir. (Arendt, 2002, p. 261)

El querer es un acto de decisión y de negación, al decidir buscamos lo que anhelamos; empero, al salir en búsqueda de lo que queremos negamos el estado anterior. Este dualismo antitético lo hacemos cuando deseamos sentir algo nuevo que transforme nuestra existencia bien sea para ganarla o perderla. No obstante, el acto de decisión parte desde la voluntad libre. Cuando ocurre lo contrario, la voluntad de poder suele manifestarse cuando encuentra resistencia en la libertad; busca lo que fatalmente resiste. La apropiación y la incorporación es voluntad de adueñarse, de dominar y transformar el ser que lo busca. El que decide incorporar la inteligencia espiritual como modo y estilo de vida a su práctica cotidiana modela su conducta conforme a lo anhelado.

La política, al impregnarse de la voluntad libre, exalta la vida; la maximiza en todo su esplendor porque es capaz de crear espacios donde los sujetos realicen sus potencialidades

vitales, de creación genuina y de cuidado de la existencia humana dado que la política está al servicio de la vida. No basta con tener conocimiento sobre los asuntos públicos, es necesario también tener voluntad de querer cambios en función de las personas. A este respecto la habilidad de la voluntad para hacer presente lo que todavía-no-es resulta ser el polo opuesto del recuerdo que tiene una afinidad natural con el pensamiento; todo pensar, es un re-pensar: es a presente lo ausente; en cambio, la voluntad es autogestión. “Esta voluntad de poder se expresa en la interpretación, en la manera de aplicar la fuerza: la transformación de la energía en vida y el vivir, ‘elevado’ a la suprema potencia” (Nietzsche, 2012, p. 428). La acción política dirigida al cuidado de la vida humana debe estar encaminada a superar las relaciones de poder donde los más fuertes se apoderan de los más débiles, en la medida en que estos no pueden conservar su grado de autonomía. En estos espacios no es posible la piedad ni la conciliación, y menos el respeto a los otros y a las leyes.

Así pues, el discurso político y social de la modernidad tardía gira bajo un rótulo: tras el desencantamiento del mundo, pensar en un equivalente de poder unificador que antes tenía la religión. Ante el fracaso de todas las tentativas por lograrlo, ningún planteamiento político puede eludir la existencia de una multiplicidad inconmensurable de doctrinas religiosas, morales y filosóficas; esto es, de concepciones del mundo y del bien, de formas de vida y de valores no conciliables.

## 6. Conclusión

Este trabajo, sobre las tecnologías del yo en el cuidado de sí mismo para lograr senderos existenciales hacia la conquista de la libertad interior en el escenario público-político, se propuso responder ¿En qué condiciones las tecnologías del yo, entendidas como ejercicio del cuidado de sí mismo, podrían contribuir al fomento de la libertad interior en el espacio público-político afectado por el sin sentido del hombre contemporáneo? A lo largo de la exposición, y examinando detenidamente la consistencia de los argumentos esbozados en cada acápite, se pudo constatar claramente que la vida espiritual no es un accesorio del cual se puede prescindir o solo una moda postmoderna. Siglos de Tradición, antes y después de Cristo, nos ayudan a legitimar la tesis de que las tecnologías del yo son un modo loable para lograr la síntesis entre vida interior y acción social. Todo, por cuanto que la integridad

ética del actor político en el espacio público-político es necesario para lograr el buen vivir. Esto no es nada distinto a realizar los ejercicios del cuidado de sí que nos impulsa a ser seres humanos preocupados por los otros.

Así las cosas, el arte del buen vivir en la actualidad exige de la persona superar el individualismo monádico, tomar distancia del mundo inmediateista y virtual a través del cultivo de la inteligencia espiritual; conocer y practicar las tecnologías del yo y buscar mecanismos de acción y participación en el espacio público y político como consecuencia de la vida espiritual alcanzada. Los presupuestos de esta propuesta son los mismos recursos antropológicos, epistemológicos y tecnológicos con los que cuenta todo ser humano y que son atacados también por todos aquellos mecanismos de manipulación y control social de condiciones esenciales de la existencia del yo: conciencia, libertad, empatía, acción, razón y sensibilidad. En definitiva, se trata de la conquista ineludible que cada persona, tanto en sí misma como en comunidad, debe alcanzar en la tarea inacabada de la formación humana.

## 7. Referencias

- Arendt, H. (2002). *La vida del espíritu*. Paidós.
- Arendt, H. (2010). *La condición humana*. Paidós.
- Arendt, H. (2018). *¿Qué es la política?* Paidós.
- Baudrillard, J. (1978). *Cultura y simulacro*. Kairos
- Baudrillard, J. (2018). *La sociedad de consumo. Sus mitos, sus estructuras*. Siglo XXI.
- Bauman, Z. (2005). *Retos de la educación en la modernidad líquida*. Gedisa
- Bauman, Z. (2017a). *Vida de consumo*. FCE
- Bauman, Z. (2017b). *Vida líquida*. Paidós
- Bauman, Z. (2018). *Amor líquido. Sobre la fragilidad de los vínculos humanos*. Paidós.
- Bauman, Z; Donskis, L. (2015). *Ceguera moral. La pérdida de sensibilidad en la modernidad líquida*. Paidós.
- Cassirer, E. (2012). *Antropología filosófica*. FCE
- Castells, M. (2001). *Galaxia Internet*. Areté

- Castells, M. (2006). *La era de la información. La sociedad red*. Siglo XXI
- Debord, G. (2002). *La sociedad del espectáculo*. Pre-Textos
- Duch, L. (2012). *La religión en el siglo XXI*. Siruela
- Escudero, A. (2012). *Guía de lectura de ser y tiempo*. Herder.
- Foucault, M. (2014). *La hermenéutica del sujeto*. FCE
- Francisco, P. (2015). *Carta encíclica Laudato Si´ sobre el cuidado de la casa común*. Pontificia Universidad Javeriana
- Gadamer, H. (1998). *Verdad y método II*. Sígueme
- Habermas, J. (2005). *Facticidad y validez. Sobre el derecho y estado democrático de derecho en términos de teoría del discurso*. Trotta
- Habermas, J. (2009). *¡Ay, Europa!* Trotta
- Habermas, J. (2017). *Ciencia y técnica como 'ideología'*. Tecnos
- Hegel, G. (2019). *Fenomenología del espíritu*. FCE
- Heidegger, M. (2002). *Serenidad*. Serbal
- Heidegger, M. (1976). *Sobre el fundamento*. Herder.
- Heidegger, M. (2012). *Ser y tiempo*. Trotta.
- Heidegger, M. (2018) *El ser y el tiempo*. FCE
- Heller, A. (1998). *Sociología de la vida cotidiana*. Península.
- Kant, I. (2018). *Filosofía de la historia*. FCE
- Levy, P. (1999). *¿Qué es lo virtual?* Paidós
- Lipovetsky, G. (2017). *La era del vacío*. Anagrama
- López, M. (01 de septiembre de 2022). *Los científicos exploran la relación de cerebro y espiritualidad*. La Vanguardia.  
<https://www.lavanguardia.com/vida/20120130/54246824652/cientificos-exploran-relacion-cerebro-espiritualidad.html>
- McLuhan, M. (1996) *Comprender los medios de comunicación. Las extensiones del ser humano*. Paidós.

- Nietzsche, F. (2012). *La voluntad de poder*. Gredos.
- Ricoeur, P. (2009). *Educación y política. De la historia personal a la comunión de libertades*. Prometeo
- Ricoeur, P. (2015). *El conflicto de las interpretaciones. Ensayos de hermenéutica*. FCE
- Schneewind, J. (2009). *La invención de la autonomía. Una historia de la filosofía moral moderna*. FCE
- Spadaro, A. (2014). *Ciberteología. Pensar el cristianismo en tiempos de red*. Herder.
- Torralba, F. (2018). *Inteligencia espiritual*. Plataforma Actual
- Tracy, D. (1997). *Pluralidad y ambigüedad. Hermenéutica, religión, esperanza*. Trotta
- Velásquez, E. (2017). *La virtualización en el escenario contemporáneo de la educación*. Académica española
- Velásquez, E. (2019). El problema fundamental de la hermenéutica existencial bíblica. *Anales de Teología*. 21 (2) 187-213
- Velásquez, E. (2020a). El carácter simbólico de la revelación. *Argumenta Bíblica Theologica*. 1. (3). 7-21
- Velásquez, E. (2020b). La crisis actual como posibilidad existencial para retomar la pregunta por el ser. *Metanoia*. (5), 131-156
- Velásquez, E. (2020c). Pensar en el sentido de la vida es orar. *Revista Filosofía UIS*, 19(2), 55-73. <https://doi.org/10.18273/revfil.v19n2-2020004>
- Velásquez, E. (2020d). Virtualización y existencia. La técnica en el ámbito general de la vida. *Aporía*. (20). 48-65
- Velásquez, E. (2022). Hacia la emancipación de los sistemas ideológicos contemporáneos. *Revista de filosofía UIS*. 21(1), 19-40. <https://doi.org/10.18273/revfil.v21n1-2022002>
- Verdú, V. (2009). *El estilo del mundo. La vida en el capitalismo de ficción*. Anagrama.
- Žižek, S. (2017). *Porque no saben lo que hacen. El síntoma ideológico*. Akal