

**LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES:
APROXIMACIÓN DESDE MICHEL FOUCAULT Y FRANCESC
TORRALBA**

***SPIRITUAL PRACTICES:
APPROACH FROM MICHEL FOUCAULT AND FRANCESC TORRALBA***

Edgar Enrique Velásquez Camelo, sdb

Pontificia Universidad Javeriana

Colombia-Bogotá DC

evelasquez@sdbcob.org

Fecha de recepción: 20 de agosto de 2019

Fecha de aprobación: 15 noviembre de 2019

Resumen

Los ejercicios espirituales, desde la propuesta de Michel Foucault en *La hermenéutica del sujeto*, son prácticas orientadas al cultivo de la vida interior ligadas de forma concreta a la existencia cotidiana de la persona. De este modo, y desde la propuesta de Francesc Torralba en *Inteligencia espiritual*, es importante reconocer el papel que cumplen los ejercicios espirituales en los asuntos prácticos de la vida humana actualmente como en la toma de decisiones, la paz interior, la resolución continua y progresiva de la inquietud de sí, el conocimiento de sí y, en definitiva, el sentido y significado de la existencia. Por tal motivo el objetivo que se propone este artículo es presentar una reflexión que desarrolle por un lado el sentido de los ejercicios espirituales grecolatinos del primer y segundo siglo, para que en un segundo movimiento se justifique la necesidad de éstos en la actualidad cuya orientación permite conducirse de manera auténtica en el mundo.

Palabras clave: Ejercicios espirituales, sentido de la vida, sujeto de verdad y acción, inteligencia espiritual.

Abstract

The spiritual exercises, from the application of Michel Foucault in *La hermenéutica del sujeto*, are practices aimed at cultivating the inner life of the human being, concretely linked to the daily existence of the person. In this way, since the proposition of Francesc Torralba in *Inteligencia espiritual*, it is important to recognize the function that the spiritual exercises play in the practical matters of human life today as in decision—making, inner peace, the continuous and progressive resolution of the restlessness of self, the knowledge of self and, ultimately, the meaning of existence. For this reason the objective proposed in this article is to present a reflection that develops the meaning of the Greco—Latin spiritual exercises of the first and second century, so that in a second movement the need for them is justified at the present time, the orientation of which makes it possible to lead life in an authentic way in the world.

Key words: Spiritual exercises, meaning of life, subject of truth and action, spiritual intelligence.

1. INTRODUCCIÓN

El objetivo de este artículo es presentar una reflexión acerca de la importancia de la vida espiritual como camino loable para el cuidado de sí; esto con el fin de proponer cómo se puede favorecer la constitución de un sujeto de verdad y acción. ¿De qué manera las prácticas del cuidado de sí, de los siglos I y II del mudo grecorromano expuestas por Michel Foucault en *La hermenéutica del sujeto*, enriquecen la comprensión del cultivo de la vida espiritual expuesta por Francesc Torralba en *Inteligencia espiritual*?

La tesis que se arriesga es que las prácticas espirituales son una posible respuesta en la actualidad a un mundo fragmentado que consolida un sujeto escindido, potencialmente esquizofrénico (Torralba, 2016). Ejercicios como el examen matinal, de conciencia, la apropiación de discursos verdaderos, el acompañamiento existencial desde la *parrhesia*, entre otros, ayudan a superar la condición de *stultus* y propender a la constitución de sí (Foucault, 2014; p. 138).

Para desarrollar lo anterior se propone el siguiente esquema argumentativo: en el primer apartado se expone, entre las múltiples prácticas o ejercicios espirituales del siglo I y II en el mundo griego y latino, aquellas que, a nuestro modo de ver, resultan relevantes actualmente dadas las condiciones en que se encuentra el ser humano como un sujeto escindido, potencialmente esquizofrénico. Se entiende *sujeto escindido*, del mismo modo como Foucault describe las características del *stultus* (Foucault, 2014; p. 136—137); y por la expresión *potencialmente esquizofrénico* la noción que, de alguna manera, revela uno de los posibles rasgos que, de no cultivar la vida espiritual, pueden caracterizar a la persona: el vacío existencial (Torralba, 2016; p. 280). En el segundo apartado, con los aportes de Torralba, se presenta la importancia que ocupa hoy en día el cultivo de la vida espiritual como un acto noético y existencial. Y, por último— en el tercer apartado— se mencionan algunos desafíos que se desprenden de la necesidad de cultivar la vida en el espíritu.

2. LA INQUIETUD DE SÍ Y LAS PRÁCTICAS ESPIRITUALES

Foucault, en el curso en el *Collège de France* en el ciclo lectivo 1981—1982, se propone demostrar cómo las prácticas espirituales, que heredamos en la contemporaneidad por influencia del cristianismo, tienen su origen en los ejercicios de cuidado de sí de la cultura griega y romana; este análisis lo realiza en el periodo histórico en los siglos I y II d.C y examina autores como Platón con el texto *Alcibiades*, algunas cartas de Séneca, Marco Aurelio, algunos escritos de Plutarco, Galeno, Filón de Alejandría, entre otros. Dichas prácticas espirituales sufrieron algunos cambios cuando fueron asumidas por el cristianismo, (por ejemplo, la ascesis), debido a que el esquema discipular de seguimiento de Cristo estaba basado en la renuncia de sí (Osorio, 2018; p. 50—51), cuando dichos ejercicios, en el mundo antiguo, tenían como base fundamental el cuidado, el cultivo y la resolución de la inquietud de sí.

¿Qué se entiende por inquietud de sí?, ¿por qué la *epimeleia heautou* es el punto de partida grecolatino, según Foucault, en la constitución del sujeto? “La *epimeleia heautou* (inquietud de sí) designa precisamente el conjunto de las condiciones de espiritualidad, el conjunto de transformaciones de sí mismo que son la condición necesaria para que

se pueda tener acceso a la verdad.” (Foucault, 2014; p. 35) ¿Cuál verdad? La verdad de sí mismos, del sujeto, de la persona.

El acceso a esta *verdad de sí* se logra por medio de los ejercicios espirituales, que se convierten en condición de posibilidad para la formación del sujeto. “La inquietud de sí, por lo tanto, va a considerarse como el momento del primer despertar” (Foucault, 2014; p. 23) en el que el sujeto se descubre, y a partir de esto resuelve, de forma dinámica y progresiva la inquietud de sí (Velásquez, 2017a; p. 60). El carácter dinámico y progresivo de la *epimeleia beaouton* hace referencia a que es una actividad se prolonga a lo largo de la vida: “La inquietud de sí es una obligación permanente que debe extenderse durante toda la vida;” (Foucault, 2014; p. 96) no hay una edad específica para el cultivo de la vida espiritual, sino que cada momento es un escenario específico existencial para el fomento, el cuidado y la formación de sí (Torralba, 2016; p. 253).

En el fondo, es necesario que, en cada momento, aunque seamos jóvenes, aunque estemos en la adultez, aunque aún estemos en plena actividad, tengamos, con respecto a todo lo que hacemos y todo lo que somos, la actitud, el comportamiento, el desapego y la consumación de alguien que haya llegado a la vejez y cumplido su vida. [...] Hay que consumir la vida antes de la muerte, hay que cumplir la vida antes de que llegue el momento de la muerte, hay que alcanzar la saciedad perfecta de sí mismo. (Foucault, 2014; p. 117)

¿De qué manera la persona puede consumir la existencia hasta *alcanzar la saciedad perfecta de sí mismo*? Es ahí donde empieza a operar las prácticas espirituales, es decir, aquellos ejercicios que facilitan la vida en el espíritu y que, por consiguiente, permiten la constitución de un sujeto de verdad. No se tratan simplemente de herramientas o técnicas que fortuitamente la persona aplica en determinadas ocasiones críticas. Las prácticas espirituales configuran un estilo de vida, una forma de asumir la existencia, de entender la vida como una prueba, donde se está expuesto a múltiples vicisitudes (Torralba, 2016; p. 220). Foucault es claro en afirmar: “La *epimeleia beaouton*, llevada ahora a la escala de la totalidad de la vida, consiste en que uno va a educarse a sí mismo a través de todas las desventuras de la vida.” (Foucault, 2014; p. 418). No hay otro escenario más concreto para resolver la inquietud de sí que la vida presente, la existencia en toda su complejidad.

Ahora bien, ¿qué prácticas espirituales permiten el cuidado de sí? Como lo dijimos en la introducción, se mencionarán aquellas que, a nuestro modo de ver, resultan relevantes en la formación del sujeto: el examen matinal, el examen de conciencia, el acompañamiento existencial, la ascética filosófica, la meditación, el silencio, la lectura y la escritura. Estas prácticas están íntimamente relacionadas, en conjunto con lo que podríamos llamar con Foucault espiritualidad:

Llamemos ‘filosofía’ la forma de pensamiento que se interroga acerca de lo que permite al sujeto tener acceso a la verdad, la forma de pensamiento que intenta determinar las condiciones y los límites del acceso del sujeto a la verdad. Pues bien, si llamamos ‘filosofía’ a eso, creo que podríamos llamar ‘espiritualidad’ la búsqueda, la práctica, la experiencia por las

cuales el sujeto efectúa en sí mismo las transformaciones necesarias para tener acceso a la verdad. Se denominará ‘espiritualidad,’ entonces, el conjunto de búsquedas, prácticas y experiencias que pueden ser las purificaciones, las ascesis, las renunciaciones, las conversiones de la mirada, las modificaciones de la existencia, etcétera, que constituyen, no para el conocimiento sino para el sujeto, para el ser mismo del sujeto, el precio a pagar por tener acceso a la verdad. (Foucault, 2014; p. 33)

En estos términos, el precio a pagar para acceder a la *verdad de sí* son el conjunto de prácticas espirituales que tienen por objeto la persona. En últimas, las prácticas espirituales buscan el cuidado y la resolución de la inquietud de sí que, desde una asociación *espiritual* y/o en la individualidad de cada persona, busca recorrer los senderos inusitados de la espiritualidad, que no es otra cosa que la ardua tarea de la inquietud de sí. Ahora, al exponer a grandes rasgos lo que significa la inquietud de sí y su relación directa con los ejercicios espirituales, nos proponemos desarrollar cada uno de ellos de tal forma que tengamos herramientas conceptuales para abordar la tarea de enriquecer en la actualidad los caminos de espiritualidad expuestos por Torralba.

3. PRÁCTICAS O EJERCICIOS ESPIRITUALES

Advertencia: la tarea que nos proponemos, en esta parte, es exponer algunas prácticas espirituales que, si bien tienen por objetivo la interioridad de cada sujeto, solo podemos describir aquellos aspectos que saltan a la vista: el carácter externo de la vida espiritual (Torralba, 2016; 191—230). No podemos acceder a la interioridad de la persona, o por lo menos, no es posible violentarla. Las prácticas espirituales son ejercicios que respetan los procesos personales de maduración personal (Francisco, 2018; p. 24—25), y solo podrán alcanzar sus cometidos si la persona los asume en toda su complejidad. Al apostar un sujeto por la vida espiritual, se ve involucrado en un dinamismo que se comporta a modo de aventura (Fernández, 2016), o, en términos de Foucault, asumir la vida como una prueba en donde acaecen sucesos fortuitos y circunstanciales que van dando forma al sujeto.

1.1. El examen matinal

El presente, como único escenario existencial espaciotemporalmente posible es el ámbito donde el sujeto puede cuidar de sí. De ahí que Foucault al referirse al futuro, teniendo como base el pensamiento grecolatino del I y el II siglo, afirma que no existe como posibilidad anticipada; no es posible el futuro de esta forma porque se tendría que aceptar la idea de la predeterminación, cosa contraria a la inquietud de sí, dado que el fundamento esencial de *epimeleia heautou* es que la persona puede *llegar a ser* eso que todavía no es, y que por medio de los ejercicios espirituales es plausible alcanzar (Torralba, 2016; p. 235—258).

Así las cosas, el porvenir es la nada: no existe; en todo caso, no existe para el hombre. Y, por consiguiente, solo puede proyectarse en él una imaginación que no se apoya en nada. O bien el porvenir preexiste; si preexiste, significa que está predeterminado y, por lo tanto, no podemos tener control alguno sobre él. Ahora

bien, lo que está en juego en la práctica de sí es precisamente el poder de controlar lo que somos, frente a lo que es o lo que pasa. El hecho de que el futuro sea una nada o esté predeterminado nos condena a la imaginación o la impotencia. Y justamente éstas son las dos cosas contra las cuales se construye todo el arte de sí mismo, todo el arte de la inquietud de sí (Foucault, 2014; p. 442).

Ahora bien, si el futuro no existe como predeterminación, desde esta perspectiva ¿en qué consiste el examen matinal?, ¿anticiparse al futuro? El objetivo del examen matinal es la preparación de la jornada respecto a las actividades y las actitudes que la persona necesita fomentar para el cuidado y el cultivo de sí. No es simplemente una programación, ni un elenco de tareas por hacer; es, más bien, una actitud de apertura a la vida presente, al momento circunstancial y fortuito que se presenta como prueba, donde es indispensable las prácticas o ejercicios espirituales.

El propósito de este examen no es en absoluto repasar lo que podemos haber hecho a la noche o la víspera; es un examen de lo que vamos a hacer. En rigor, creo que en ese examen de la mañana encontramos por única vez, en el campo de la práctica de sí, un ejercicio que está realmente orientado hacia el futuro como tal. Pero es un examen orientado hacia un futuro que, en cierto modo, es próximo e inmediato. Se trata de repasar por anticipado todas las acciones que uno va a realizar durante la jornada, sus compromisos, los encuentros previstos, las tareas que tendrá que afrontar: recordar cuál es la meta general que se propone en esas acciones y los fines generales que siempre debe tener presente a lo largo de toda la existencia y, por consiguiente, las preocupaciones necesarias para actuar en las situaciones que van a presentarse en función de esos objetivos precisos y fines generales. (Foucault, 2014; p. 458)

Al preparar la jornada por medio del examen matinal, la persona tiene la oportunidad de contemplar, de forma anticipada, la jornada inmediata según su oficio. El examen matinal es, de esta forma, la toma de conciencia del lugar que ocupa el sujeto en el mundo, y su tarea específica dentro de una comunidad o asociación. Cada persona, según su oficio, o podríamos decir, según su vocación, con el ejercicio espiritual matinal tendrá la posibilidad de resolver los asuntos concernientes de ocupación, lo que hace parte integral de su vida como sujeto de verdad y acción. Así, por ejemplo:

El 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).

Es interesante como Foucault, según el examen matinal que propone Marco Aurelio, pone en el mismo nivel tanto al bailarín, al zapatero o artesano como al emperador. De ahí se desprende la idea de que la inquietud de sí es una tarea que puede ser aplicada por cualquier persona según el oficio o desempeño dentro de la ciudad.

Al respecto, los textos de los epicúreos y los estoicos son numerosos y reiterativos: después de todo, un esclavo puede ser más libre que un hombre libre, si éste no se ha desembarazado de todos los vicios, las pasiones, las dependencias, etcétera, dentro de los cuales estaba atrapado. Por consiguiente, como no hay diferencia de estatus, puede decirse que todos los individuos son en general ‘capaces’: capaces de ejercitarse, capaces de ejercer esta práctica de sí. (Foucault, 2014; p. 126).

Ahora bien, que todos sean *capaces* de ejercitarse en la práctica de sí, no quiere decir, que todos lleguen a hacerlo por los impedimentos existenciales que provocan la atrofia de la inteligencia espiritual (Torralba, 2016; p. 263—295), o porque, como dice Foucault, es un comportamiento que pertenece a la élite, es decir, a personas con capacidad cultural, económica y social para ejercitarse en la vida espiritual: de algún modo ocuparse de sí mismo tiene un efecto diferenciador respecto al conjunto del pueblo que por sus múltiples ocupaciones no disponen ni siquiera de tiempo para el cuidado de sí. (Foucault, 2014; p. 85).

De todos modos, el examen matinal, como una preparación de los oficios del día, es una práctica espiritual que además de considerar lo concreto de la jornada no pierde de vista los principios generales que rigen la vida y la meta a la cual se desea llegar. Ocuparse de sí, cultivar la vida espiritual como un estilo de vida coloca a la persona en una situación existencial de análisis que permite a la persona tomar conciencia de su lugar en el mundo y a la vez encaminar todas sus acciones en la consecución de la meta general: la constitución de un sujeto de verdad y de acción.

1.2. Examen de conciencia

Uno de los ejercicios espirituales clásicos es el examen de conciencia. En el cristianismo ha tenido un gran impacto como ejercicio de revisión de vida cuya finalidad está en la purga, en la confesión de los pecados (Ricoeur, 2011; p. 209-212). El examen de conciencia es una práctica, por lo general, nocturna, es decir, se aplica en el ocaso de una jornada. ¿Por qué antes de dormir? Si aceptamos la idea de que en un día de vida se condensa, de forma metafórica, la existencia entonces la noche es el momento en que la persona se prepara para la muerte. La meditación de la muerte, como un acontecimiento potencialmente posible en cualquier momento de la vida, inclusive cuando se duerme, justifica la práctica del examen de conciencia.

Antes 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. (Foucault, 2014; p. 61).

Con Pitágoras el examen de conciencia adquiere una función particular: que la persona logre tener una noche tranquila y en paz; que los acontecimientos de la jornada no sean un impedimento para conciliar el sueño. (Foucault, 2014; p. 459—460). El examen de conciencia sin *remordimiento* es quizás un notable avance en la comprensión de los ejercicios espirituales porque no se trata de recriminarse a sí mismo, ni reprocharse nada; tiene, más bien una finalidad purificadora que limpia el pensamiento de aquello que no resulta útil, sobre todo cuando no se puede dormir. ¿Cuántas preocupaciones anidan en una persona presa de la confusión, la decepción, el sinsentido, la angustia, el dolor y el sufrimiento? El examen de conciencia, como ejercicio espiritual, ayuda a la persona, tal como lo presenta Pitágoras, a alcanzar la paz y hacer una especie de *acto de abandono*, porque a cada día le basta su afán.

Séneca, por su parte, propondrá otra visión del examen de conciencia. Para él es un momento, también al final de la jornada, donde la persona hace una revisión de la jornada, en donde el tribunal interno, según la visión de Kant acerca de la conciencia (2008), examina minuciosamente los avatares que confluyeron durante el día. En este examen de conciencia la pregunta fundamental que debe hacerse la persona es: “¿En qué medida, hasta dónde, hasta qué punto soy efectivamente alguien capaz de ser idéntico como sujeto de acción y como sujeto de verdad?” (Foucault, 2014; p. 461). Siendo esta práctica espiritual un ejercicio de purificación y análisis personal, la revisión del día no se hará simplemente en función de lo alcanzado durante la jornada; sino más bien en qué medida toda la jornada constituyó un avance en el cultivo y cuidado de sí. No se puede perder de vista que estos ejercicios espirituales no son herramientas, sino que configuran, en toda su complejidad, un estilo de vida, una forma de ordenar la existencia (Torralba, 2016; p. 327). De ahí que tanto el examen matinal como el examen de conciencia, aunque traten asuntos circunstanciales, sobre cuestiones fortuitas que suceden en la jornada su objetivo central es el cultivo de sí. En un día pueden suceder muchas cosas, y podemos equivocarnos en varios momentos, o también triunfar en el momento de la prueba, allí donde acontece la persona en su total transparencia; en esos momentos, en la prueba, es donde tiene sentido todo el esfuerzo espiritual de la persona.

En los momentos de quietud y de paz tal vez no se alcance a dimensionar la exigencia del cultivo de la vida espiritual; es en la prueba, en el momento en que la acción y la verdad se vuelven un sujeto, donde se reconoce si una persona ha logrado avances en el cultivo y cuidado de sí; es decir, si ha podido dominar la ira, o ha logrado dominar sus pasiones, o ha adquirido la ciencia para responder a las múltiples vicisitudes que afectan la vida. En resumidas cuentas, es en la prueba donde la vida espiritual tiene su mayor esplendor porque allí se dará cuenta la persona si los ejercicios matinales de examen, y nocturnos de conciencia han logrado su efecto esperado.

Lejos de contraponer las dos visiones de examen de conciencia, tanto de Pitágoras, que la concibe como un ejercicio de purificación del alma que prepara para dormir, como en Séneca, que entiende este ejercicio como el momento final de la jornada de revisión de la vida, se puede tener una visión complementaria. El examen de conciencia, como práctica espiritual, tiene, en este sentido, dos funciones: 1) disponer a la persona al sueño tranquilo y sereno, y, 2) momento en el que se puede hacer un pare en el camino para revisar, evaluar ya sea la jornada o también la vida.

1.3. El acompañamiento existencial

Foucault en *La hermenéutica del sujeto* resalta, con particular relevancia, la necesidad del otro en la constitución de sí. “El prójimo, el otro, es indispensable en la práctica de sí, para que la forma que define esta práctica alcance efectivamente y se llene efectivamente de su objeto, es decir, el yo.” (Foucault, 2014; p. 131). El acompañamiento existencial se convierte en un macro ejercicio espiritual que conduce a la persona para que sea un sujeto de verdad y acción, en la paulatina, progresiva y dinámica configuración de sí, en la que se ven involucrados, necesariamente las demás prácticas espirituales. Al referirse a las prácticas pedagógicas afirma Foucault que “el maestro es un operador en la reforma del individuo y su formación como sujeto. Es el mediador en la relación del individuo con su constitución del sujeto.” (Foucault, 2014; p. 133).

El acompañante es, por su naturaleza, un mediador que ayuda a la persona en la tarea inacabada de la constitución de sí. ¿Y en qué consiste la ayuda del acompañante? Foucault la define de la siguiente manera: salir del estado de *stultitia*. Se entiende por *stultitia* todo lo contrario a la práctica de sí, que en último término es la relegación de la persona en un estado de estancamiento existencial, potencialmente superable, si se toman las medidas requeridas para favorecer la promoción del sujeto.

El *stultus* es quien no se preocupa por sí mismo. ¿Cómo se caracteriza el *stultus*? Si nos remitimos en particular al texto de principio de *De tranquillitate*, podemos decir lo siguiente: el *stultus* es ante todo quien está expuesto a todos los vientos, abierto al mundo externo, es decir, quien deja entrar a su mente todas las representaciones que ese mundo externo puede ofrecerle. Representaciones que acepta sin examinarlas, sin saber analizar qué representan. El *stultus* está abierto al mundo externo en la medida en que deja que esas representaciones, en cierto modo, se mezclen dentro de su espíritu— con sus pasiones, deseos, sus ambiciones, sus hábitos de pensamiento, sus ilusiones, etcétera—, de modo que es, entonces, la persona que está expuesta a todos los vientos de las representaciones externas y luego, una vez que éstas han entrado en su mente, es incapaz de hacer la división, la *discriminatio* entre el contenido de esas representaciones y los elementos que nosotros llamaríamos, si ustedes lo quieren, subjetivos, que se mezclan en ella. (Foucault, 2014; pp. 136—137).

Una traducción posible de *stultus* es la de necio. De esta forma, el acompañante espiritual tiene la tarea de conducir a la persona para que supere el estado de necesidad que lo hace vulnerable y expuesto a los vientos de la vaguedad y el sinsentido. No es una tarea nada fácil, no tanto para el acompañante, sino para la persona dirigida, porque exige de parte de él la responsabilidad de tomar las riendas de su propia

existencia, de lograr un grado de autonomía que le permita discernir las múltiples voces que recibe a diario (Kant, 2004), y que podrían desviarlo del camino.

Ahora bien, salir del estado de *stultitia* es, además, un ejercicio que necesita del otro (Ricoeur, 2015b; p. 21) por una sencilla razón: el *stultus*, necio, tiende a, en términos de Foucault, *polarizar la voluntad*. “Puesto que estructuralmente, por decirlo así, la voluntad, característica de la *stultitia*, no puede querer preocuparse por sí misma [se] requiere [...] la presencia, la inserción, la intervención del otro.” (Foucault, 2014; p. 138). La constitución de sí necesita del acompañamiento para formar en la voluntad, de lo contrario se puede caer fácilmente en *voluntarismos*, que es creer que solo la persona en su individualidad monádica se basta a sí misma para formarse. Quizás el mayor engaño que puede aceptar una persona es creerse que no necesita del otro para salir del estado de *stultitia*. El asunto, que es aún más complicado, es que la persona reconozca esa ayuda, y sea capaz de abrir su mente y su corazón para dejarse acompañar. De ahí que el director existencial tenga que estar provisto de discursos verdaderos para promover al sujeto (Velásquez, 2018; p. 108—112).

La intervención del acompañante espiritual no se puede realizar de cualquier modo, es necesario un tipo de discurso que logre penetrar de forma clara y concisa en el sujeto. La noción que introduce Foucault para responder a esta necesidad es la de *parrhesia*, que es, entre otras cosas, “la apertura del corazón, la necesidad de que ambos interlocutores no se oculten nada de lo que piensan y hablen francamente.” (Foucault, 2014; p. 142). El hablar franco del acompañado y del director existencial es una de las características que debe identificar este tipo de ejercicio espiritual, sobre todo porque no puede haber ningún tipo de ocultamiento que estropee el cultivo de sí.

Sí, como se dijo antes, el objetivo de las prácticas espirituales es la búsqueda de la verdad de sí, entonces, el hablar claro, la franqueza será una condición indispensable para que el sujeto escindido supere, de forma progresiva y respetando los ritmos de maduración personal, el estado de *stultitia*, de necedad al cual está condicionado a veces de forma inconsciente.

El papel del consejero, como ven, no es el de preceptor y tampoco, en modo alguno, el de confidente amistoso. Se trata más bien de lo que podríamos llamar un consejero de existencia, consejero de existencia que emite su opinión sobre las circunstancias determinadas. (Foucault, 2014; pp. 148—149).

No se trata de una opinión arbitraria, ni mucho menos palabras vacías desprovistas de referentes existenciales que soporten la conminación ilocucionaria del juicio (Velásquez, 2018; p. 101); es un discurso de verdad y de acción que involucra la persona en su integridad.

Los consejos, las sentencias sapienciales, los discursos de los cuales tiene que proveerse el sujeto para salir del estado de *stultitia*, esto desde la ascética filosófica, provienen de la palabra franca y diáfana del acompañante. Y no solo, por decirlo de alguna manera, los discursos que provienen de la articulación de palabras, sino aquellos discursos cuyo *decir* están expresados en la propia vida (Velásquez, 2018; p. 109). Así, el acompañante podría decir: “Digo la verdad, te digo la verdad. Y lo que

autentifica el hecho de que te diga la verdad es que, como sujeto de mi conducta, soy, en efecto, absoluta, íntegra y totalmente idéntico al sujeto de enunciación que soy, cuando te digo lo que te digo. [Según Foucault] con ello estamos en el corazón de la *parrhesia*” (Foucault, 2014; p. 387).

El acompañamiento existencial tiene que ser un camino que conduce a la libertad. Las relaciones entre discípulo y maestro, entre estudiante y profesor y entre acompañado y director deben estar basadas en la libertad, no en la dependencia, de tal forma que tiene que llegar un momento en que el dirigido ya no necesita el discurso del director (Kant, 2004); no porque prescinda de él, sino porque como ya se ha apropiado de discursos verdaderos, el sujeto es capaz de *autonomía*. Así lo expresa Foucault:

El objetivo de la *parrhesia* es actuar de modo tal que el interpelado esté, en un momento dado, en una situación en la que ya no necesite el discurso del otro. ¿Cómo y por qué no va a necesitar ya el discurso del otro? Precisamente, porque el discurso del otro fue verdadero. En la medida en que el otro haya dado, transmitido a aquel a quien se dirige un discurso verdadero, su interlocutor podrá, al interiorizar ese discurso verdadero, al subjetivarlo, prescindir de la relación con el otro. La verdad, que pasa de uno al otro en la *parrhesia*, sella, asegura, garantiza la autonomía del otro, del receptor de la palabra con respecto a su emisor. (Foucault, 2014; p. 361).

En últimas, el acompañamiento existencial, como práctica o ejercicio espiritual, es la forma en que el sujeto, paulatinamente, se constituye como un ser de verdad y acción. Con la dupla “verdad—acción” se hace referencia a la relación indisoluble entre discurso y vida, teoría y praxis, en donde la *parrhesia* juega un papel importante porque opera como un discurso franco, diáfano que se realiza por las vías de la libertad hacia la consolidación de la autonomía.

1.4. La ascética filosófica

La ascética filosófica tiene como objetivo principal equipar a la persona de las cosas necesarias para afrontar el momento de la prueba. Según Foucault, el equipamiento principal es dotar a la persona de *discursos verdaderos* que permiten al sujeto discernir de manera adecuada lo que conviene, en orden al cuidado de sí. Es notable la diferencia con la ascesis cristiana que tiene como fundamento la *renuncia de sí mismo* (Osorio, 2018; p. 45). Este precepto evangélico si bien apunta a poner en el centro de la vida a Jesús, como fundamento y motor de la vida del creyente, en cierta medida no es reconciliable con la idea de ascética del mundo grecolatino. Digo *en cierta medida* porque si analizamos a fondo puede haber puntos de encuentro. La ascética filosófica tiene como finalidad el cuidado de sí, la ascesis cristiana la renuncia de sí. Esta aparente oposición nos lleva a pensar el carácter dinámico, y dual del ejercicio espiritual, porque si por la vía de la ascética filosófica se busca la constitución de sí, en la ascesis cristiana también se busca la constitución de sí, pero arraigada en una persona: en Jesús, el Cristo. (Foucault, 2014; p. 210).

Foucault, al exponer la ascesis filosófica, lo hace en comparación con la ascesis cristiana. ¿Por qué? Según él, luego de que el cristianismo asumió esta práctica espiritual, el sentido original quedó en el olvido: la ascesis cristiana compendió las prácticas de la ascesis filosófica y de la conversión cristiana. Por eso afirma que:

[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, equipamiento de defensa para los acontecimientos posibles de la vida. Y esto es lo que los griegos llamaban *paraskene*. La función de las ascesis es constituir una *paraskene* [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. (Foucault, 2014; p. 316).

La ascesis filosófica, como ejercicio espiritual que propende el cuidado de sí, se caracteriza, en primer lugar, por coadyuvar en la consolidación del sujeto. No se trata de renunciar a sí, ni de sacrificios, sino de aunar todos los esfuerzos del sujeto que favorezcan su cuidado. En este orden de ideas, la ascética filosófica no cumple otro objetivo que favorecer la formación del sujeto. Ahora bien, siendo una práctica espiritual, su naturaleza es proveer, dotar a la persona de aquello que necesita para asumir la vida como una prueba. Al equipar a la persona de *paraskene*, como lo afirma Foucault, está preparada para afrontar las vicisitudes de la vida. El equipamiento no es en orden a las habilidades sino en la apropiación de discursos verdaderos que por un lado se convierten en clave hermenéutica de sentido para el sujeto, y, por otro lado, constituyen a la persona como un sujeto de verdad y de acción, es decir, consecuente en su manera de pensar, obrar y hablar (Velásquez, 2018; p. 109).

La ascesis es lo que permite, por una parte, adquirir los discursos de verdad que, en todas las circunstancias, acontecimientos y peripecias de la vida, se necesitan para establecer una relación adecuada, plena y consumada consigo mismo; por la otra y al mismo tiempo, la ascesis es lo que permite que el sujeto de esos discursos de verdad se convierta en sí mismo, lo que permite convertirse en sí mismo al sujeto que dice la verdad y que, por esta enunciación de la verdad, queda transfigurado, transfigurado por eso mismo: precisamente por el hecho de decir la verdad. (Foucault, 2014; p. 316).

La constitución de sí, la consolidación de la persona como un sujeto de verdad y de acción se logra, en el mundo grecolatino, por medio de la ascética filosófica. El

camino a la verdad de sí, el descubrimiento de sí mismo y el modo en que se resuelve la inquietud de sí tiene como fundamento espiritual la ascesis. Ahora bien, no era una ascesis que estuviera anclada a un *corpus normativo*, sino sobre todo a la verdad del sujeto, o sea, al sujeto en cuanto tal. No tiene sentido que la ascesis tenga como fundamento una ley, o un conjunto de normas que representan una institución o las creencias de un colectivo. En el mundo griego y romano la ascesis tenía como telón de fondo a la persona en toda su complejidad, y desde allí, desde la realidad misma de la persona, desde su verdad, se trabajaba en el ejercicio continuo de conversión y transformación personal, porque “la idea de la conversión es la única capaz, [en toda filosofía antigua] de dar acceso a la verdad.” (Foucault, 2014; p. 189).

¿Qué se entiende por conversión? Foucault la define de la siguiente manera: “la conversión es un proceso prolongado y continuo que, más que de transubjetivación, llamaré de autosubjetivación. ¿Cómo establecer, al enfocarse a sí mismo como objetivo, una relación adecuada y plena de sí consigo? Eso es lo que está en juego en esta conversión.” (Foucault, 2014; p. 214). La autosubjetivación, el cuidado de sí, la inquietud de sí son realidades homologables en el discurso foucaultiano (Vignale, 2012; p. 316). De esta forma, la conversión, desde la visión griega y romana, es la búsqueda de los mecanismos espirituales necesarios para que la persona se enfoque en sí misma, en su objetivo existencial y tenga una relación plena y completa consigo misma. La verdad de sí acontece en la conversión por medio de la ascesis: ese es el camino de las prácticas espirituales.

Creo que en los antiguos la ascesis (*askesis*) [...] se trataba de la constitución de sí mismo mediante la *askesis*. O digamos, más exactamente: se trataba de llegar a la formación de cierta relación de sí consigo que fuera plena, consumada, completa, autosuficiente y susceptible de producir esa transfiguración de sí que es la felicidad que uno conquista consigo mismo. Ése era el objeto de la ascesis. (Foucault, 2014; p. 306).

Al alcanzar la plena relación consigo mismo, la ascesis no tenía otro resultado que la felicidad interior de la persona. La conquista de sí mismo, el lograr dotarse de discursos verdaderos para enfrentar la vida como una prueba, la formación consumada del sujeto de verdad y de acción es el resultado de la ascesis. Este ejercicio espiritual, junto con el acompañamiento existencial, lejos de generar lazos de dependencia ya sea con el director espiritual, o con asuntos externos al sujeto, se orienta a la libertad. En última instancia la ascesis filosófica tiene como objetivo a la persona y su constitución integral, de tal forma que pudiera afrontar la vida en toda complejidad, asumir las pruebas de la existencia como algo inherente al ser humano, entender el dinamismo intersubjetivo que comporta el vivir en sociedad y, por ende, responder a los retos del mundo: es el camino a la verdad de sí, de la transformación del sujeto y de la conversión personal.

1.5. La meditación

El objetivo de la meditación, al igual que la ascética filosófica, es ejercitar a la persona en el cultivo y cuidado de sí. Según Foucault, la actual comprensión de

meditación está lejos de parecerse a la que tenían los griegos y latinos, porque la entendemos “como intento de pensar con una intensidad particular en algo, sin profundizar su sentido; o bien, dejar que el pensamiento se despliegue en un orden más o menos regulado a partir de la cosa en la cual se piensa.” (Foucault, 2014; p. 338). Esta declaración pone de manifiesto algunas características de la meditación en la actualidad: (1) por un lado es un ejercicio del pensamiento, es decir, involucra la capacidad cognoscitiva de la persona; (2) el pensamiento de la meditación no se arroja al vacío sino que se sitúa en objeto particular; (3) sigue un método, unos pasos según la corriente espiritual en la cual la persona se desenvuelve; así por ejemplo, involucra ejercicios de silencio, relajación, respiración, correcta posición corporal, entre otros; y (4) aunque el pensamiento se centra de modo particular en algo, no profundiza en ello. La profundidad del pensamiento no se garantiza por la meditación, sino más bien por lo que suscita la meditación, es decir, en el enriquecimiento espiritual que la persona ha recibido por medio de la lectura, el acompañamiento existencial y el examen de conciencia. Si la meditación no viene acompañada de otros ejercicios espirituales está condenada a la superficialidad.

Lo anterior es respecto a la comprensión de meditación en la actualidad, según Foucault. Ahora bien, ¿cuáles son las características de la meditación según los grecorromanos? “El *meletan* está muy cerca del *gymnazein*, por ejemplo, que [significa] ‘ejercitarse’, ‘entrenarse en,’” (Foucault, 2014; p. 338), que, sin embargo, dista de la comprensión elaborada acerca de la ascética filosófica que la preparación para asumir la vida como prueba, sino más bien, según Foucault, como la ejercitación del pensamiento. “*Meletan* es hacer un ejercicio de apropiación, apropiación del pensamiento.” (Foucault, 2014; p. 339). Es importante resaltar que el supuesto de la meditación, para Foucault, es la lectura, y no cualquier tipo de lectura: la lectura filosófica. Ahora bien, si la primera característica de la meditación es la apropiación del pensamiento, quiere decir que es un ejercicio espiritual que permite, por un lado, aproximarse al objeto de la meditación no para tratarlo de manera superficial, sino en la profundidad de su sentido, y, por otro lado, hacerlo propio, es decir, asumirlo en la existencia (Ricoeur, 2001; p. 108).

De nada serviría la meditación si no tiene por finalidad la apropiación del pensamiento que no es otra cosa que la dimensión noética y existencial que confluye en ejercicio espiritual cognoscitivo de la meditación (Ricoeur, 1981). La meditación es “apropiación que consiste en hacer que, a partir de esa cosa verdadera, uno se convierta en sujeto que piensa la verdad y, a partir de ese sujeto que piensa la verdad, llegue a ser un sujeto que actúa como corresponde.” (Foucault, 2014; p. 339).

La acción, en este caso, no es fruto simplemente de buenos propósitos sino más bien, producto de la apropiación de discursos verdaderos, para que para Paul Ricoeur es la hermenéutica de la apropiación y para Gadamer la aplicación (Gadamer, 1998b). Para el primero, Ricoeur, confluye en el mismo dinamismo del discurso de verdad, la decodificación por la vinculación vital y referencial entre el mundo del texto, el mundo del intérprete y la instauración de un mundo posible dada la aplicabilidad del texto (Ricoeur, 2001; p. 127—148). Ricoeur no entiende la aplicación como un momento segundo, sino como parte integrante del proceso interpretativo (Ricoeur, 2015b; p.

21). Así, si el sujeto actúa como *corresponde*, como lo afirma Foucault, es porque, en términos de Ricoeur, ha comprendido en profundidad el texto, beneficio recibido por la meditación. Y para Gadamer la aplicación de los discursos de verdad es posible por la actualización comprensiva del texto en relación directa con la Tradición (Gadamer, 1998a).

En todo caso, la meditación hace posible que la persona se apropie de los discursos verdaderos, que no es otra cosa que las convicciones que se pueden expresar a través del *logos* ya sea discursivo o testimonial (Velásquez, 2018; p. 109). La segunda característica de la meditación es que “consiste en hacer una especie de experiencia, una experiencia de identificación. Me refiero a esto: en el caso de la *meditatio*, se trata no tanto de pensar en la cosa misma sino de ejercitarse en la cosa en la cual se piensa.” (Foucault, 2014; p. 339). En este orden de ideas, si la meditación filosófica tiene por finalidad la apropiación, la consecuencia que se desprende de ello es que lo que es objeto de este ejercicio espiritual se someta a un proceso de identificación que consiste en la ejercitación de aquello que ha sido objeto del pensamiento meditativo. Foucault, para ilustrar esta característica, acude al ejemplo de la meditación sobre la muerte, que tiene una estrecha relación con el examen de conciencia.

La meditación sobre la muerte no será, entonces, simplemente pensar sobre esta realidad tan propia de nosotros como seres existentes, sino que “meditar la muerte [en estos términos] es ponerse, a través del pensamiento, en la situación de alguien que está muriendo o que va a morir, o que está viviendo sus últimos días.” (Foucault, 2014; p. 339). La meditación, por tanto, está lejos de ser simplemente un ejercicio cognoscitivo, sino que implica, a como dé lugar, sentir en el pensamiento lo que es objeto de la meditación. La muerte, en este caso, si se medita sobre ella no será algo ajeno, sino que tendremos que apropiarnos de ese pensamiento hasta el punto de llegar a pensar que es mi muerte la que sucede. En la toma de conciencia de la muerte, como suceso potencialmente posible dada nuestra condición finita y vulnerable, se puede hacer camino de preparación hacia ella por medio de la meditación, y de igual modo, según su especificidad, en el examen de conciencia.

La meditación filosófica involucra un doble dinamismo: la apropiación y la identificación. La primera hace referencia a la asunción noética y existencial del objeto de la meditación que involucra un ejercicio de actualización y, de igual modo, la instauración de un mundo posible (Velásquez, 2015), en términos de Ricoeur (2001), no es más que la transformación de la persona en un sujeto de verdad y de acción. La segunda, la identificación, permite a la persona que por medio de la meditación se encarna en su propia existencia el objeto de lo meditado. De ahí que, en la meditación sobre la muerte, no piensa simplemente en ella, sino que se experimenta la muerte desde el pensamiento: “Y esta función meditativa como ejercicio del sujeto que se pone gracias al pensamiento en una situación ficticia en la que se prueba a sí mismo explica que la lectura filosófica sea —si no totalmente, si por lo menos en buena parte— indiferente al autor, indiferente al contexto de la frase o la sentencia.” (Foucault, 2014; p. 340). Como lo veremos más adelante, la lectura filosófica hace posible la meditación como un ejercicio espiritual de apropiación e identificación.

Para Torralba la meditación es la forma en que el espíritu humano descubre la esencia vital de la existencia que a través del silencio y la serenidad se ha logrado alcanzar (Torralba, 2016; p. 50). No se puede meditar sin silencio y serenidad, porque son su condición de posibilidad. El bullicio no es simplemente el ruido externo de la técnica, sino el ruido interno que se instaura en el ser humano generando angustia, confusión y/o indiferencia ante el problema del sentido. La meditación es un ejercicio espiritual que conecta la vida con lo trascendente y se proyecta en la inmanencia de la vida en su forma simple.

Cuando uno medita, no tiene como objetivo resolver un problema o desatascar una situación conflictiva. El propósito es ejercitar el dominio del pensar, adquirir un modo de pensar perfectamente claro y la concentración, evitando la asociación mental involuntaria y el caudaloso río de las emociones y de los pensamientos (Torralba, 2016; p. 229).

Este ejercicio espiritual permite el conocimiento de sí mismo porque dispone el encuentro con lo otro en su forma indeterminada (Ricoeur, 2015b; p. 21). Es decir, en la meditación el ser humano se encuentra consigo mismo por múltiples caminos como una lectura o en la contemplación de un ícono que revela en su visibilidad la invisibilidad del ser (Marion, 2006; p. 21). Las múltiples formas de la alteridad no restringen las posibilidades de la meditación, sino que despierta la curiosidad al pensamiento meditativo. Si la meditación potencia el cultivo de la inteligencia espiritual entonces tiene sentido afirmar que en la meditación esclarece progresivamente el sentido de la vida, que acontece como posibilidad misma del despertar del pensamiento, la conciencia y la responsabilidad respecto al mundo.

En la meditación se consume el pensamiento reflexivo, que en el mundo contemporáneo es condición de posibilidad para el ejercicio del pensar sobre la vida. La consumación existencial del hombre garantiza el sentido, despierta el pensar meditativo y facilita el cultivo de la *inteligencia espiritual*, porque es en el *preguntar último* donde la vida cobra mayor sentido, cuanto más se vuelve preponderante la reclamación de lo humano.

Estas cuestiones emergen de lo más hondo de la conciencia humana, pero sólo pueden emerger porque en el ser humano hay un tipo de inteligencia diferencial. Esta inteligencia da la capacidad para penetrar en la más íntima estructura de la realidad, en esos interrogantes que trascienden el método científico y que están fuera del imaginario social (Torralba, 2016; p. 86).

Como ejercicio espiritual, la meditación ejercita la actividad del espíritu humano hacia el pensamiento reflexivo. No se trata simplemente de una actividad cognitiva en la que se piensan datos, o informaciones. ¡No! Es sobre todo el pensar meditativo que acontece en el silencio y la serenidad como respuesta al sentido de la existencia y el cultivo de la vida espiritual. Si pensar la vida es una actividad netamente del espíritu, se hace preponderante el cultivo de la inteligencia espiritual porque es allí donde se oculta el misterio de lo humano. No resulta fácil cultivar el pensamiento sobre la vida en el mundo contemporáneo por la asedia de la técnica que embelesa el pensar

meditativo y la imbrica hacia los fines del pensamiento calculador de la sociedad de consumo (Baudrillard, 2009b). El pensamiento ejercita el despertar de la conciencia y su conminación hacia lo auténtico.

1.6. El silencio

El silencio, como práctica espiritual en el mundo grecolatino, es un ejercicio que tiene por finalidad formar a la persona en la capacidad de escucha. Es interesante cómo en algunas comunidades o sectas griegas el silencio era algo fundamental, sobre todo, en los procesos de iniciación y formación:

En las comunidades pitagóricas se imponía cinco años de silencio a los integrantes que debían iniciarse. Cinco años de silencio no quiere decir, por supuesto, que tenían que callarse por completo durante cinco años, sino que, en todos los ejercicios, todas las prácticas de enseñanza, de discusión, etcétera, en fin, cada vez que había que vérselas con el *logos* como discurso de verdad, quien no era aún más que un novicio no tenía derecho a hablar. Era preciso que escuchara, que escuchara exclusivamente, que no hiciese sino escuchar sin intervenir, sin objetar, sin dar su opinión y, desde luego, sin enseñar. (Foucault, 2014; p. 325).

El silencio y la capacidad de escucha tienen un vínculo esencial en la consolidación de un sujeto de verdad y de acción que huya de la *charlatanería*, a la avidez de novedades, según Heidegger (2018). Se puede caer muy fácilmente en juicios arbitrarios, sin fundamento, cuando no se sabe escuchar. No hacemos referencia solamente al sentido de la audición, sino también a la capacidad crítica de lectura de la realidad. La persona que busca formarse en el cultivo de la vida espiritual tiene que sobrepasar los límites de la mediocridad para ser capaz de formar, lo que con Torralba se puede llamar la inteligencia espiritual (2016; p. 191-234).

En el mundo antiguo “la charlatanería era el primer vicio del que había que sanar cuando se comenzaba a aprender y a iniciarse en la filosofía.” (Foucault, 2014; p. 325). Se entiende por charlatanería la incapacidad de la persona de abordar profundamente un tema, de quedarse simplemente en los imaginarios colectivos, lugares comunes, lo que recibe de la opinión generalmente aceptada y masificada (Lipovetsky, 2010). Esta incapacidad imposibilita a la persona abrirse al mundo, comprender el sentido de las cosas y hace que la persona se quede una visión media, *mediocre*, de las cosas. Por eso para los clásicos, entre ellos Plutarco, el silencio era parte esencial del proceso educativo.

El charlatán es siempre un vaso vacío. Y es incurable, porque esta pasión de la charlatanería solo puede curarse, como las otras, por el *logos*. Ahora bien, el charlatán, justamente, no retiene el *logos*, lo deja derramarse de inmediato en su propio discurso. Y por consiguiente no lo puede curar, a menos que tenga a bien callarse. (Foucault, 2014; p. 327).

Foucault es muy enfático en la cura del charlatán: callarse. El silencio se aprende desde las condiciones externas, como el *callarse*, hasta los signos internos, como una actitud que poco a poco forma un estilo de vida (Torralba, 2016; p. 197). Si el charlatán no es capaz de callarse no podrá salir del estado de *stultus*, o necedad. Al emprender la vida espiritual, el cuidado de sí, y asumir el silencio como una práctica espiritual, exige de parte de la persona perseverancia y constancia en el ejercicio. Aunque parezca inofensivo, el silencio no es una práctica fácil, porque siempre hay la tendencia a decir algo, a dar una opinión, a responder muchas veces sin pensar antes aquello que se va a decir. Siendo un ejercicio espiritual requiere de parte de la persona, como ya se dijo, la responsabilidad en esta práctica.

Otra función del silencio, además de superar la charlatanería, es que favorece el proceso de interiorización (Torralba, 2016; p. 197). Si queremos que algo quede haciendo mella en la conciencia de la persona y tenga frutos espirituales es importante hacer silencio cada vez que se ha recibido una instrucción, se ha leído un libro, o analizado con atención la realidad. El silencio, además de ser una actitud contemplativa, es una práctica que conmina a la acción. Por eso, siguiendo a Plutarco:

[c]uando se ha escuchado algo, cuando se acaba de escuchar una lección o cuando se acaba de escuchar hablar a un sabio, recitar un poema o citar una sentencia, en ese momento es preciso, en cierto modo, rodear la reciente escucha con un aura y una corona de silencio. No convertir de inmediato en discurso lo que acaba de escucharse. En sentido estricto, hay que retenerlo, es decir, conservarlo y evitar reconvertirlo enseguida en palabras. (Foucault, 2014; p. 326).

La charlatanería convierte en palabras, de inmediato, aquello que ha sido objeto de la contemplación. En cambio, quien se ha cultivado en el silencio no da el paso tan rápido porque puede correr el riesgo de conceptualizarlo (Baudrillard, 2009a) o quedar provisionalmente estancado, en fase de discurso, aquello que es objeto de la acción (Velásquez, 2018; p. 98—100). En otras palabras: el silencio facilita que la persona pueda interiorizar lo escuchado, comprender el sentido y, de esta forma, llevar a la persona a la toma de decisiones. Es lo que Paul Ricoeur llama: *hermenéutica de la apropiación* (2001; p. 108—110).

En asuntos de la vida espiritual, del cultivo de sí, es importante formarse en el silencio y la capacidad de escucha. Para poder decir algo con sentido, justo y no arbitrario, primero hay que aprender a escuchar de manera crítica. Inclusive, no todas las veces hay que hablar, decir algo, o decir sentencias improcedentes que, en vez de ayudar a la persona, se convierten en un obstáculo notable en la práctica de sí. Hay que aprender a callar, a hacer silencio, a no poner en palabras aquello que es objeto de la contemplación. El silencio como ejercicio espiritual ayuda en la consolidación de un sujeto de verdad y de acción dado que lo ejercita en la capacidad de escucha, lectura crítica y en la capacidad de contemplación que no es otra cosa que ver en profundidad aquello que pertenece al reino de lo indecible.

[...] para que el silencio del discípulo sea un silencio fecundo, para que, en el fondo de ese silencio, se depositen como corresponde las palabras

de verdad pertenecientes al maestro, y para que el discípulo pueda hacer con ellas esa cosa suya que lo habilitará algún día a convertirse en sujeto de veridicción, es preciso que, por el lado del maestro, el discurso presentado no sea un discurso artificial, fingido, un discurso obediente a las leyes de la retórica y que no aspire a suscitar en el alma de discípulo otra cosa que los efectos patéticos. Es preciso que no sea un discurso de seducción. Tiene que ser un discurso tal que la subjetividad del discípulo pueda apropiarse de él y que el discípulo, al apropiárselo, pueda llegar a su propio objetivo, a saber, él mismo. (Foucault, 2014; p. 351).

Lo que propone Foucault, como una de las funciones principales del silencio, es la capacidad de apropiarse de los discursos verdaderos de tal forma que se confundan, por decirlo de alguna manera, con el sujeto de acción. Se entiende la apropiación no solo en el sentido cognitivo, sino también existencial. En otras palabras: la apropiación permite a la persona desarrollar un dinamismo noético y existencial de los discursos verdaderos (Velásquez, 2018; p. 93). El sujeto al apropiarse de los discursos verdaderos no solo los retiene en la memoria, sino que es capaz de comunicarlos a través del testimonio y el discurso. Foucault entiende por discursos verdaderos, en *la hermenéutica del sujeto*, el conjunto sapiencial que permite a la persona dirigir la vida de forma loable en el mundo. Así, por ejemplo, la sentencia latina *“Afflictis lentae celeres gaudentibus borae”* (Ortiz, 2005; p. 20) apropiada como parte de los discursos verdaderos que permite comprender la sensación temporal de sentido a la que se ve expuesto el sujeto debido a la influencia externa que modifica los estados de ánimos de las personas (Velásquez, 2017a; p. 50).

Ahora bien, no se trata simplemente, como lo afirma Torralba, del silencio fáctico en tanto ausencia de ruido externo, sino de un silencio transcendental que acontece en el interior de la persona (2016; p. 197—199). Quizás la mayor dificultad que experimenta el sujeto es lograr ese estado de silencio interior debido, como ya se ha mencionado, por el estado de *stultitia*. Es en el silencio donde aflora la condición humana en su situación real, pura y transparente, es decir, permite el encuentro consigo mismo (Velásquez, 2017a; p. 63—65). Además, nos aclara la situación existencial de la conciencia en relación con el mundo, es decir, nos ayuda a indagar y resolver el problema del sentido:

El silencio es un ámbito especialmente idóneo para la irrupción de preguntas y de experiencias que están íntimamente conectadas con la vida espiritual. Cuando uno está en silencio consigo mismo y logra acallar las voces de la mente, se asombra a la realidad, experimenta el misterio de todo lo que hay y palpita en él, con ímpetu, la pregunta por el sentido. [...] El silencio juega un papel decisivo para la práctica de la oración, de la meditación, del encuentro con Dios y con el mundo (Torralba, 2016; p. 197).

El silencio hace audible el sentido de la vida porque permite la interacción dialógica con la conciencia que, como sí mismo, expresa el misterio. Así lo afirma Paul Ricoeur al analizar el fenómeno cognitivo de la conciencia desde Heidegger, describe

el proceso vocacional del profeta bíblico con su sí-respondiente: “si se pregunta quién llama, es preciso decir que “en la conciencia el *Dasein* se llama a sí mismo; dicho de otro modo, el llamado de la conciencia no es otra cosa que el llamado de la inquietud.” (Ricoeur, 2015a; p. 115). El silencio facilita el encuentro consigo mismo, con la narrativa existencial del *ser* que al pensar en la vida no le queda más remedio que encarar la acuciante pregunta por el sentido. El ser humano a través del silencio es capaz de comprender su existencia porque escucha la conciencia de sí, que no es otra cosa que la instancia cognitiva del yo, es decir, del carácter individual. “El silencio, en cuanto modo del discurso, articula en forma tan originaria la comprensibilidad del *Dasein*, que es precisamente de él de donde proviene la auténtica capacidad de escuchar y el transparente estar los unos con los otros.” (Heidegger, 2003; 188). En definitiva, pensar la vida en el mundo contemporáneo es posible desde el silencio porque permite la interacción dialógica con lo otro, que en su forma indeterminada, coadyuva en los procesos intelectivos que permiten el conocimiento de sí, la inquietud de sí, y la dinamicidad progresiva de la respuesta.

1.7. La lectura y la escritura

La lectura y la escritura, como ejercicios espirituales, fomentan y permiten el cuidado de sí. Foucault afirma, a propósito de la lectura filosófica “no es llegar a conocer la obra de un autor; su función ni siquiera es profundizar su doctrina. Mediante la lectura, se trata esencialmente -en todo caso, ése es su objetivo principal- de suscitar una meditación.” (Foucault, 2014; p. 338). La lectura no tendrá otra finalidad que conducir a la meditación (Torralba, 2016; p. 227). Como ya lo hemos mencionado la finalidad de la meditación es por un lado la apropiación y por otro lado la identificación.

En la lectura, desde Foucault, se fomenta en la persona la capacidad perceptiva del *logos* en la realidad, en los textos fijados en la escritura, en las disertaciones magistrales en el salón de clase, en el pulpito u otras instancias del *logos*. El sujeto es capaz de leer porque puede penetrar en profundidad en el sentido patente y a la vez latente de los discursos (Velásquez, 2018; p. 98—100). A través de la lectura, además de ampliar su horizonte de comprensión, el sujeto enriquece en igual medida su percepción de mundo, y de esta forma se abre a múltiples posibilidades existenciales que operan como facilitadores de la existencia.

Para Foucault hay una fuerte interdependencia entre lectura, meditación y escritura, porque “si la lectura se concibe de tal modo como ejercicio, experiencia, si su único fin es meditar, es indudable que estará inmediatamente ligada a la escritura.” (Foucault, 2014; p. 341). La lectura filosófica no tiene por objeto simplemente la comprensión analítica del autor, ni mucho menos ligada a su historia de vida. Al respecto afirma Ricoeur que el texto se independiza de su autor a tal punto que instaura un mundo: el mundo del texto (2001; p. 104—108). Se entiende por mundo del texto lo que constituye la cosa del texto en sí, su forma más específica que acontece al interior de la obra. Si hablamos, por ejemplo, de literatura el mundo del texto es el mundo ficticio de la obra literaria (Velásquez, 2015); pero si hablamos de filosofía el mundo del texto filosófico es la cosa del texto que suscita el pensamiento,

la meditación, el silencio y la escritura.

Desde Foucault el texto filosófico tiene una relevancia particular, y no es porque se trate de un tipo de escritura especial, ni mucho menos porque detenta un poder en el sujeto de acción. Podríamos decir, siguiendo a Marion, que la función del texto filosófico es dar a luz un pensamiento que tiene lugar en la persona (Marión, 2005); algo así como un ejercicio mayéutico cuya pretensión no es más que despertar. Así mismo, Foucault considera que en la escritura filosófica hay un modo particular de tratar los temas, no de forma parcial o arbitraria sino con la pretensión de verdad total y a la vez dinámica. Es total en virtud de la razón, y es dinámica porque siempre estará en construcción.

La lectura, por tanto, es un ejercicio espiritual que implica la apertura al mundo del texto que, como un despertar, suscita la meditación como apropiación e identificación. La escritura es la consecuencia inmediata tras la lectura y la meditación. Ahora bien, no es cualquier tipo de escritura, sino que es escritura de sí (Foucault, 1999; p. 289). “Se escribe tras la lectura para poder releer, releer para sí mismo e incorporar de ese modo el discurso de verdad que se escuchó de los labios de otro o se leyó con el nombre de otro.” (Foucault, 2014; p. 342). La escritura supone la apropiación e identificación, es decir, no se puede escribir sino aquello que hace parte integral de la vida y tiene como base un dinamismo intersubjetivo noético y existencial que procura la constitución de un sujeto de verdad y de acción.

La escritura es, por lo tanto, un elemento de ejercicio, con la ventaja de tener dos usos posibles y simultáneos. El uso, en cierto modo, para sí mismo. Puesto que, en el mero hecho de escribir, precisamente, asimilamos la cosa misma en que pensamos. Le ayudamos a implantarse en el alma, le ayudamos a implantarse en el cuerpo, a convertirse en una especie de hábito o, en todo caso, de virtualidad física. [...] Uso para sí; pero la escritura, desde luego, también es un uso, sirve para los otros. [...] Y en este intercambio flexible de los beneficios y las ventajas, en este intercambio flexible de los servicios del alma en los que se intenta favorecer al otro en su progreso hacia el bien y hacia sí mismo, podrán advertir con claridad la importancia de la actividad de la escritura. (Foucault, 2014; p. 342—343).

Foucault identifica dos beneficios en la escritura: uno dirigido hacia sí mismo, y el otro hacia los otros. La escritura de sí surge, como ya lo hemos dicho, de la lectura, la meditación, la apropiación y la identificación; no es un proceso que surge de buenas a primeras, es logro del cultivo de la vida en la ejercitación simultánea de las prácticas espirituales. Ahora bien, también la escritura tiene un beneficiario, podríamos llamar indirecto, el otro. Quien se acerca al escrito de alguien accede, en términos de Ricoeur, al mundo del texto donde reside, de forma metafórica, el autor en su pensamiento (Ricoeur, 2015b). Si bien el autor se independiza de la obra, de alguna manera entramos en contacto con él, no de manera física, sino en la virtualidad del texto (Velásquez, 2017b). Al participar de la escritura de otro, la persona se ve conminada al ejercicio de la meditación.

El otro se beneficia, como lo afirma Foucault, a modo de intercambio flexible *de beneficios y ventajas*. ¿En qué consiste este intercambio flexible? Es, ante todo, la dinámica misma de la lectura, de la apropiación y de la identificación. La flexibilidad del intercambio se da por la relación que se establece entre la escritura de sí, y la escritura para el otro. Si bien, cuando se escribe, por ejemplo, una reflexión, un texto filosófico o una aproximación conceptual sobre un tema, está de fondo la intención del sujeto. El lector, quien participa de la escritura del otro de sí, se dará cuenta del intercambio flexible que sucede en los beneficios y ventajas de la lectura. Es lo que Gadamer llama *fusión de horizontes* (1998a).

La lectura y la escritura como prácticas espirituales, junto con los demás ejercicios ya mencionados, el examen matinal, el examen de conciencia, la ascética filosófica, el acompañamiento existencial y el silencio, forman parte del único proceso existencial: el cuidado de sí en la resolución progresiva y dinámica de la *inquietud*. Lo que nos propusimos hasta aquí era presentar, a modo de aproximación, algunas prácticas espirituales desde Foucault, cuya exposición tuvo como escenario de lectura los siglos I y II d.C. No resulta fácil proponer algo que antaño era normalmente aceptado, ya sea por el influjo cultural o por las condiciones específicas del tiempo; sin embargo, no se trata solo de señalar cómo se aplicarían dichas prácticas en la actualidad, sino más bien cómo estos ejercicios espirituales, asumidos como un estilo de vida, fortalecen la vida interior de la persona, de tal forma que pueda superar la condición de *stultus*, es decir, de vulnerabilidad, falta de autonomía, autodeterminación y direccionamiento existencial. Como todo, no son la única alternativa, pero sí un camino viable para el fomento y cultivo de la vida espiritual, o lo que Torralba llama *inteligencia espiritual* (2016).

3. EL CULTIVO DE LA VIDA ESPIRITUAL: UNA NECESIDAD DEL MUNDO DE HOY

El pensamiento sobre la vida es una actividad netamente del espíritu. Responde a la necesidad cognoscitiva existencial de la *epimeleia heautou* (Foucault, 2014; pp. 28—29). La vida misma se convierte en objeto primordial del pensamiento en la que se ven involucrados ciertos procesos intelectivos producto de la toma de distancia de la experiencia cotidiana. Se especula sobre la vida siendo cotidianamente en el mundo sujeto y objeto del pensamiento (Foucault, 2014; p. 33). Ahora bien, no es una actividad intimista: el ser humano piensa sobre la vida en relación con lo otro, que se comporta como idea, libro, discurso, persona, director espiritual, sí mismo (Ricoeur, 2006) Dios, acontecimiento y otras formas de la alteridad. Tiene sentido, por tanto, entender la actividad del pensamiento como un dinamismo intersubjetivo. Paul Ricoeur lo expresa en los siguientes términos: “toda hermenéutica es, explícita o implícitamente, comprensión de sí por el desvío de la comprensión del otro” (Ricoeur, 2015b; p. 21). El comprender la vida es un ejercicio hermenéutico existencial que se desarrolla por el desvío y debido a la interacción dialógica con lo otro que, en su forma indeterminada, compendia el mundo como un conjunto de subjetividades que hacen posible la acción cognoscitiva espiritual del *ser* en cuestión.

Si pensar sobre la vida en el mundo contemporáneo requiere del ejercicio de las prácticas espirituales, ¿es posible resolver la inquietud de sí? La posibilidad misma del pensamiento humano, como condición *sine qua non* del ejercicio espiritual del sentido, se hace cada vez más urgente, cuanto más la vida queda sumergida en la superficialidad de la existencia (Torralba, 2016; p. 263). La vida del ser humano actual va en detrimento del cultivo de lo espiritual. En un mundo tecnificado, multidimensional y virtualmente posible (Velásquez, 2017b), en continua fase de recreación parece ser que el pensamiento sobre la vida no resulta fácil, y más bien se convierte en un impedimento a la actividad del pensamiento reflexivo porque no cabe la ínfima oportunidad para la toma de distancia, detenerse, reconocerse en el mundo y poder tomar decisiones. La eficiencia del resultado, la aceleración del mercado impulsada por el mito del progreso (Horkheimer, 1998; p. 62), la inmediatez de la vida virtualmente accesible en la sociedad red, y los mecanismos del control social, son dispositivos que consolidan un sujeto escindido y potencialmente esquizofrénico (Velásquez, 2018). Atreverse a pensar la vida, llevar a cabo el ideal kantiano del *sapere aude* (Kant, 2004; p. 33), no es una tarea fácil en un mundo cuya dinámica va en menoscabo del cultivo de lo espiritual.

No obstante, en el ser humano hay una sed ávida por autenticidad que, a pesar de las barreras existenciales y sociales, es posible un camino dada la naturaleza racional de la condición humana. En otras palabras: allí donde acontece el ser humano y sus posibilidades como ser potencialmente espiritual, es plausible el pensamiento sobre el sentido de la vida dada la naturaleza racional del ser humano. Lo plausible se diferencia de lo posible por su carácter derrotable. Si el pensamiento sobre la vida es plausible en el mundo contemporáneo quiere decir que no es una actividad factible en sí misma. Cobra sentido dirigir el pensamiento de la vida hacia el discurso originario existencial del cuidado (Torralba, 2002; p. 143).

La pregunta por el sentido de la existencia es el discurso originario existencial del cuidado. Procurar una vida auténtica que haga plausible el pensamiento meditativo es la forma como el ser humano contemporáneo hace factible el despertar de la conciencia de sí como instancia cognitiva meditativa que conduce al ser humano hacia la confrontación en la conciencia. La sobreabundancia de informaciones sobre la concepción del mundo entorpece la actividad del pensamiento y la eficacia del *logos* meditativo. Viktor Frankl en “psicoanálisis y existencialismo” (2010) resalta la dimensión espiritual de la psicoterapia en la que el hombre toma conciencia de las armas espirituales que le ayudan a afrontar la cuestión del sentido. “Lo que el hombre neurótico puede exigir, es una crítica inmanente de todo aquello que puede alegar a manera de argumentos espirituales, que derivan de una concepción de mundo.” (Frankl, 2010; p. 29). El mundo acontece como escenario existencial del *ser* y ámbito especializado del pensamiento meditativo. Una concepción de mundo auténtica va en consecuencia a consolidar la posibilidad misma del pensamiento reflexivo. El hombre piensa en el mundo su situación existencial y procura lo auténtico como estilo de vida.

Quien procura la vida busca a como dé lugar lo auténtico. Si en el mundo actual es plausible el pensamiento sobre la vida, vale la pena resolver el sentido de la existencia. La complejidad del asunto estriba en los mecanismos que disuelven, por no decir

aniquilan, la pregunta: la enajenación del pensamiento que se ubica en lo meramente inmediato, el hastío por la vida (Frankl, 2003; p. 33), y la angustia que provoca el encuentro consigo mismo (Torralba, 2016; p. 263); por eso pensar la vida es una actividad netamente del espíritu. Lo auténtico procura una vida plena, espiritual y trascendente. El ser humano por definición, desde la filosofía de la religión, es capaz de Dios como un hecho antropológico, es decir, esencial a la naturaleza humana (Torralba, 1998; p. 125). Lo espiritual responde a las necesidades internas en el ser humano y es la condición de posibilidad para confrontar la existencia en la angustiada tarea del pensamiento.

Pensar la vida nace de la pregunta por el sentido de la vida (Frankl, 2000; p. 88). El sentido mismo de la pregunta orienta el pensamiento hacia el silencio, la serenidad y la meditación. En la pregunta lo plausible queda superado por lo auténtico, es decir, queda anulado por la operación misma del pensamiento meditativo, en la que lo plausible pasa a ser posible. La pregunta por el sentido de la vida permite al ser humano tomar distancia, en la que se puede pensar el mundo sin él, y a la vez, en un mismo movimiento, involucrarse de lleno en el mundo. La existencia es el motor mismo de la indagación por el sentido (Torralba, 2016; p. 85). Sin embargo, es posible, como ya hemos dicho, la indiferencia a la pregunta (Frankl, 2002). Podemos pasar la existencia como una vida reducida a satisfacer las necesidades biológicas sin ningún sentido, sin autenticidad. En la contemporaneidad la indagación por el sentido se ha resuelto como mera sobrevivencia o permanencia del *ser*, como un asunto meramente biológico. En esta condición la mayoría de las personas se encuentran anquilosadas porque no les queda tiempo para tomar distancia.

La dinámica acelerativa del mundo actualmente no permite este distanciamiento porque podría perder sentido la vida y sucumbir, inevitablemente, en la angustia y provocar el vacío (Velásquez, 2017a; p. 64). “Una de las penosas consecuencias de la atrofía de la vida espiritual es el vacío existencial. Esta verdadera enfermedad, que afecta a miles de personas en nuestro mundo, genera depresiones y neurosis” (Torralba, 2016; p. 280). El vacío es consecuencia de la falta del cultivo de la inteligencia espiritual. En otras palabras, si el ser humano cultiva la inteligencia espiritual está potencialmente predispuesto a resolver la progresiva tarea del pensamiento vital del sentido.

El vacío desnaturaliza la existencia humana y la esencia misma del ser queda oculta por la inoperancia del discurso existencial del cuidado. “El vacío existencial puede quedar larvado, permanecer enmascarado; y [pueden haber] varias máscaras bajo las que se oculta” (Frankl, 2003; p. 89). Hay un temor generalizado al pensamiento, como si apareciera en él, metafóricamente hablando, el monstruo que es cada uno. El temor a lo que es cada uno impide el ejercicio espiritual del pensamiento en el silencio, la serenidad y la meditación. Se prefiere acudir a otras instancias que resuelvan el problema del sentido tales como: una utopía totalitaria, un líder que consuma las expectativas existenciales, una ideología que dirija la forma de pensar, actuar, consumir y conducir la vida. “Desbordados por el complejo de vacuidad, expuestos y entregados indefensos a un vacío total de sentido, se arrojan de cabeza a la aventura, para llenar su vacío con sinsentidos y absurdos” (Frankl, 2003; p. 134).

Es posible vivir indiferentes a la cuestión del sentido y probablemente nunca preguntarse si vale la pena vivir. El ser humano al evitar la angustiada tarea del pensamiento evade la cuestión del sentido. Por eso se vuelve perentoria la necesidad de cultivar la inteligencia espiritual como una forma que garantiza el desarrollo pleno de la vida humana.

El cultivo de la inteligencia espiritual es la forma más loable de encarar la pregunta por el sentido y develar el misterio de lo humano. El misterio es ante todo silencio categorial que lanza al ser humano hacia algo que carece de códigos o parámetros, lejos del pensamiento calculador; el sentido mismo de la vida es un misterio. La conciencia es una modalidad propia de lo espiritual que resuelve, en su dinámica progresiva, la cuestión del sentido. Ella está abierta al misterio porque en ella opera, como algo innato, el asombro hacia lo desconocido. Lo desconocido colinda con el misterio, aunque no se integra totalmente, dado que en lo desconocido opera un “ya” “pero todavía-no” de la develación. Por eso se hace vital el cultivo de la inteligencia espiritual porque es la forma en que la vida puede tornarse con sentido en un mundo colonizado por lo caótico. La ciencia parece que tuviera los datos lógico—gramaticalmente contruidos para abordar el sentido aparente de lo que hay; sin embargo, no puede ir más allá de lo evidente porque en el sentido no hay fórmulas que den cuenta del misterio que desborda la existencia (Fazio, 2017).

Ahora bien, ¿es el cultivo de la inteligencia espiritual la causa racional del sentido? ¿La vida con sentido es posible en su forma intuitiva? ¿No equivaldría la culminación del sentido con la muerte? La inteligencia nos capacita para abordar el misterio de lo humano y de esta forma responder a la cuestión del sentido; esto no equivale a que la cuestión sea resuelta de forma definitiva. La culminación del sentido de la vida equivale al sentido mismo de la muerte, porque en ella está fundado el abordaje pleno del sentido de lo que somos: finitud y vulnerabilidad. Allí donde acontece la muerte culmina la pregunta por el sentido (Heidegger, 2003). La causa racional del sentido es la inteligencia espiritual porque es a partir de ella que inicia la búsqueda y opera como una modalidad propia del intelecto humano que, en su función articuladora, compenetra las otras habilidades cognitivas (Torralba, 2016; p. 27). La inteligencia espiritual es fruto del cultivo de la interioridad porque todo ser humano está potencialmente capacitado para vivir plenamente feliz, lo cual no significa que todos lleguen a lograrlo, no como una fórmula del destino, sino por el acto mismo de la voluntad. La plena felicidad, al igual que el sentido, no se resuelve definitivamente porque hay una fuerte correlación entre el sentido y el misterio. La potencia vital del existente se encuentra en la inteligencia espiritual como una fuerza que mueve al ser humano a convertirla, en su forma progresiva, en acto consumado.

Pensar la vida, abordar el misterio de lo humano, encarar la cuestión del sentido, confrontar la angustia y ser acto espiritual consumado es algo que se logra con el cultivo de la inteligencia espiritual. Parece que no se trata de cualquier cosa, ni mucho menos de algo que se puede deliberadamente dejar de lado: la conciencia arroja al ser humano hacia el misterio que, en su inabarcabilidad, se alcanzan destellos cotidianos de luz, que día a día resuelven el sentido y el significado del devenir existencial del hombre. El tiempo, en su forma misteriosa, es el gran maestro que resuelve en cada

persona la cuestión del sentido. El espacio, como condición de posibilidad de la existencia, es la forma como la persona se comprende en el mundo.

Tanto el tiempo como el espacio influyen en la determinación y los alcances de inteligencia espiritual. A cada momento de la historia le corresponde una forma de resolver la cuestión del sentido, y al parecer, actualmente se ha vuelto una indagación acuciante cuanto más la vida está acechada por el sinsentido, que paradójicamente, resuelve en su forma aparente el sentido mismo de la vida. El sinsentido parece ser un modo como resuelve el ser humano actualmente la cuestión del sentido, caracterizado por lo aparente, y cuya ilusión vital (Baudrillard, 2002), desvía lo auténtico por la denegación existencial de la pregunta: evadir la angustiada tarea del pensamiento de la vida.

Si el sentido de la vida se fundamenta en el sinsentido mismo, ¿Puede la vida tener significado en el sinsentido? ¿A caso no es una contradicción discursiva? ¿Es el sinsentido de la vida la forma como se resuelve la angustiada tarea del pensamiento actualmente? Si es así, ¿tiene sentido pensar la vida desde lo auténtico? El sinsentido constituye la esencia misma de la indagación nihilista de la existencia (Velásquez, 2018; p. 95). La nada comporta un problema tradicional en la filosofía. El sinsentido de la vida es la vacuidad existencial del significado, cuya dinámica opera en la indiferencia frente a la vida, la aniquilación del ser y el simulacro de una vida feliz. El suicidio se ha convertido en una práctica habitual porque se ha vuelto en la salida más fácil ante los altibajos de la existencia: el pensamiento humano está permeado por el vacío, que deja desprovista a la persona del significado de la existencia.

El vacío, en este sentido, desnuda al ser, lo aliena, para darle sentido mismo en la destrucción de la vida, como el “poder” de acabar con la angustia vital de la existencia porque no se quiere encarar la vida en su condición angustiada y en su forma vulnerable. En esto radica la cuestión del sinsentido: no hay en el mundo ningún tribunal humano que pueda resolver de forma definitiva la cuestión del sentido, por tanto, para no dar espera a la angustiada tarea del pensamiento se prefiere acabar con el motivo mismo de la pregunta: la existencia. La pregunta abre horizontes, la respuesta restringe posibilidades. Esto quiere decir que, si la interpelación existencial está latente, las posibilidades siempre serán infinitas; si, por el contrario, la respuesta es definida, en este caso, desde el sinsentido, no vale la pena vivir.

Se hace cada vez más urgente el cultivo de la *«inteligencia espiritual»* que resuelva la cuestión del sentido en su dinamicidad propia: la paulatina tarea del pensamiento cotidiano no especializado que aborda la cuestión como una tarea ineludible y auténticamente humana. El sentido mismo de la vida comporta la angustia como la esencia misma de la divagación; por eso encarar la vida desde el sentido será problemático, dado que exige la tarea del pensamiento angustiada. Si la *inteligencia espiritual* coadyuva en la resolución progresiva de la vida, tiene sentido abordar la cuestión existencial del significado desde la oración, como una dinámica propia del espíritu humano.

4. CONCLUSIÓN: LA SERENIDAD, UNA APUESTA COTRACORRIENTE

La serenidad es la consecuencia inmediata de la confrontación vital del silencio y de la tensión entre ser y su negación que se logra por medio del cultivo de la vida espiritual en el ejercicio de las prácticas como el examen matinal, de conciencia, el silencio, el acompañamiento existencial, la ascesis filosófica, la lectura y la escritura expuestas desde Foucault al inicio del artículo. La violencia existencial del ser que es provocada por la angustia de la pregunta por el sentido es condición de posibilidad para que surja la experiencia de la serenidad. Se entiende por *violencia existencial* los procesos que irrumpen en la vida, según Torralba, y provocan la angustia por el sentido e incitan a conducir la vida de manera auténtica (2016; p. 167). La violencia existencial, como un acontecimiento espontáneo que invade la cotidianidad de la persona, provoca la inestabilidad del sentido cuando no son claras las perspectivas de proyecto en relación con el mundo. La tensión entre el ser y el no-ser violenta la conciencia de la persona y provoca la angustia existencial. La serenidad, vista desde Foucault y Torralba, es el culmen de la irrupción violenta del sinsentido y fruto de la práctica asidua de los ejercicios espirituales.

La búsqueda del sentido de la vida es un ejercicio de escucha. [...] Cuando uno es capaz de auscultar [la voz de la conciencia] y de vivir conforme a ella, vive una existencia feliz. Vive acorde con su ser más íntimo y esta adecuación entre la vida exterior y la vida interior es la felicidad. La infelicidad radica, precisamente, en desconocer la propia vocación o en vivir de tal modo que uno está permanentemente en conflicto con lo que naturalmente experimenta en su ser (Torralba, 2016; pp. 166—167).

El conflicto es condición de posibilidad para consolidar la serenidad porque solo se puede reconocer esa calma espiritual cuando ha estado ausente. En otras palabras: la ausencia de serenidad, como manifestación del conflicto interno que hace violencia al *ser*, es la expresión de la conminación existencial hacia lo auténtico actualmente por la vía de las prácticas espirituales. Los obstáculos del sentido (Frankl, 2003; p. 93) son una oportunidad, porque la insatisfacción de la vida impulsa a buscar la plenitud existencial en la serenidad. La calma espiritual del ser humano permite tener claridad cognoscitiva de la situación existencial cotidiana. Se piensa sobre la vida en el mundo que acontece en el bullicio (Velásquez, 2017a; p. 64). La serenidad permite tomar distancia para ejercitar la actividad del pensamiento en las prácticas espirituales. El bullicio existencial, realidad contraria al silencio, violenta la calma espiritual de la persona y quebranta su serenidad. Si la serenidad, como plenitud existencial del *ser* que ejercita la actividad del pensamiento, no es posible, conduce al sinsentido: la frustración existencial de la persona. Por eso pensar la vida en el mundo contemporáneo requiere de la serenidad para tomar distancia del asedio cotidiano que avoca a la ruina al ser humano.

Heidegger, al explicar lo que significa la serenidad, hace un llamado de atención al hombre contemporáneo porque ha sido conminado al sinsentido por la anulación del pensamiento. “La creciente falta de pensamiento reside así en un proceso que

consume la médula misma del hombre contemporáneo: su huida ante el pensar. Esta huida ante el pensar es la razón de la falta de pensamiento.” (Heidegger, 2002; p. 18). El pensar en la contemporaneidad, según Heidegger, tiene dos modalidades: el pensar meditativo y el pensar calculador. (Heidegger, 2002; p. 19). El primero implica un esfuerzo superior porque es una actividad netamente del espíritu. El pensar meditativo confronta la vida con el sinsentido y es causa esencial de la serenidad. A nuestro juicio, si al hombre contemporáneo no le resulta fácil la serenidad, como un estado existencial de plenitud, es por la falta del cultivo de la inteligencia espiritual por medio del pensar meditativo.

Por su parte el pensar calculador es la modalidad propia del pensar de la ciencia y la técnica. El cálculo del mercado, de las operaciones militares, de la política representativa, del consumo, entre otros, no permiten el florecimiento del pensar meditativo que, según Heidegger, pertenece a la esencia misma del pensamiento auténticamente humano. Frente a la huida del pensamiento Heidegger propone la serenidad.

En la serenidad el ser humano experimenta el rescate del pensamiento meditativo: “la serenidad para con las cosas y la apertura al misterio nos abren la perspectiva hacia un nuevo arraigo” (Heidegger, 2002; p. 30). El misterio se da en el pensamiento meditativo; el peligro con el influjo y predominio de la técnica, reside en la aniquilación del pensamiento reflexivo; por eso, ejercitar el pensamiento por medio de las prácticas espirituales garantiza la asunción de mecanismos que rescatan lo auténticamente humano, de este mundo imbuido por el consumo y la tecnología (Velásquez, 2017a; p. 64). En definitiva, el pensar la vida en el mundo contemporáneo requiere de los ejercicios espirituales para que el pensar meditativo y reflexivo sea el punto de apoyo para el despertar existencial que no es otra cosa que el cultivo de la *inteligencia espiritual*.

5. BIBLIOGRAFÍA

- Baudrillard, J. (2009a) *¿Por qué no todo ha desaparecido ya?* Medellín: Universidad de Antioquia.
- _____. (2009b) *La sociedad de consumo, sus mitos y sus estructuras*. Madrid: Siglo XXI.
- Fazio, Mariano. (2017) *Historia de las ideas contemporáneas. Una lectura del proceso de secularización*. Madrid: Rialp
- Fernández, A. (2016) *Con Jesús recorramos juntos la aventura del Espíritu*. Bogotá: Serie de animación Salesiana.
- Foucault, M. (1999) *Estética, ética y hermenéutica*. Barcelona, Paidós
- _____. (2014). *La hermenéutica del sujeto*. Buenos Aires: FCE.
- Francisco. (2018). *Exhortación Apostólica Gaudete et exsultate sobre el llamado a la santidad en el mundo actual*. Bogotá: San Pablo
- Frankl, V. (2000) *En el principio era el sentido*. Barcelona: Paidós
- _____. (2002) *Psicoterapia y humanismo ¿Tiene un sentido la vida?* México D.F: FCE
- _____. (2003) *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*. Barcelona: Herder
- _____. (2010) *Psicoanálisis y existencialismo: de la psicoterapia a la logoterapia*. México: FCE
- Gadamer, H. (1998a) *Estética y hermenéutica*. Madrid: Tecnos
- _____. (1998b). *Verdad y método II*. Salamanca: Sígueme.
- Heidegger, M. (2002) *Serenidad*. Barcelona: Ediciones del Serbal
- _____. (2003) *Ser y tiempo*. Madrid: Trotta.
- Horkheimer, M y Theodor Adorno. (1998) *Dialéctica de la ilustración*. Madrid: Trotta
- Kant, I. (2004) *Filosofía de la historia, qué es la ilustración*. La Plata: Caronte Filosofía.
- _____. (2008). *Metafísica de las costumbres*. Madrid: Tecnos
- Lipovetsky, G. (2010). *La era del vacío, ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Barcelona: Anagrama
- Marion, J. (2005). *El fenómeno erótico*. Buenos Aires: Literales.
- _____. (2006) *El cruce de lo visible*. Castellón: Ellago Ediciones

Ortiz, J. (2005). *Diccionario Akal del Refranero Latino*. Madrid: Ediciones Akal.

Osorio, J; Cardona, Hernán. (2018) *El seguimiento de Jesús desde la negación de sí mismo. Un giro en la comprensión de Marcos 8*, **34**. Medellín: Editorial Universidad Pontificia Bolivariana.

Ricoeur, P. (1981). *El discurso de la acción*. Madrid: Cátedra.

_____. (2001). *Del texto a la acción, ensayos de hermenéutica II*. México: FCE.

_____. (2006) *Sí mismo como otro*. Madrid: Siglo XXI

_____. (2011) *Finitud y culpabilidad*. Madrid: Trotta

_____. (2015a) *Amor y justicia*. Ciudad de México: Siglo XXI

_____. (2015b) *El conflicto de las interpretaciones*. Buenos Aires: FCE.

Torralba, F. (1998) *Poética de la libertad, lectura de Kierkegaard*. Madrid: Caparrós

_____. (2002) *Ética del cuidar. Fundamentos, contextos y problemas*. Madrid: Institut Borja de Bioética

_____. (2016) *Inteligencia espiritual*. Barcelona: Plataforma Editorial.

Velásquez, E. (2015). “La sociedad de consumo en *La Caverna* de José Saramago: la aplicación de la función purgativa de la obra literaria. *Escritos*, **51**, pp. 497—524.

_____. (2017a) “La dimensión temporal del Dasein en la era virtual, para una hermenéutica existencial del tiempo”, *Versiones 2º época*, 11 enero—junio; pp. 40—68

_____. (2017b) *La virtualización en el escenario contemporáneo de la educación*. Saarbrücken: Editorial Académica Española

_____. (2018). “Discursos vacíos para oídos estancados. Hacia una hermenéutica de la acción.” *Revista de filosofía UCSC*. 17.1; pp. 91—115

Vignale, S. (2012). “Cuidado de sí y cuidado del otro. Aportes desde M. Foucault para pensar relaciones entre subjetividad y educación.” *Revista internacional de Filosofía*. 17; pp. 307—324