

**Sobre el amor a sí mismo como presupuesto de las relaciones con los otros.**

**About myself love as a budget of the relationships with others.**

Claudia María Maya<sup>1</sup>

**I**

**“ Y en verdad, no es un mandamiento para hoy y para mañana el de aprender a amarse a sí mismo. Antes bien, de todas las artes es ésta la más delicada, la más sagaz, la última y la más paciente...”**

Actualmente ha habido un despliegue de exhortaciones por parte de la psicología que insisten en la necesidad de amarse a sí mismo. Estos discursos de la autoestima que van volviéndose fastidiosos, tienen sin embargo un substrato teórico que va más allá de la autoayuda salvífica, tan necesaria a finales de siglo. Antes de que especializaciones como la psicología, la dietética, la medicina... vinieran a tomar a su cargo el cuidado del hombre, ya la filosofía había incluido en sus temas los imperativos a partir de los cuales los individuos deben establecer una relación consigo mismos. La filosofía es la que desde siempre, a partir del imperativo socrático “ocúpate de ti mismo” ha insistido en un interés que liga el amor

---

<sup>1</sup> Docente Programa de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Institución Universitaria de Envigado, Medellín, Colombia, [clmaya@eafit.edu.co](mailto:clmaya@eafit.edu.co)

propio al conocimiento de sí mismo. De este modo las relaciones entre ética y filosofía son estrechas y fundamentales.

En la antigua Grecia el imperativo socrático era asumido por los filósofos y por los ciudadanos sin la intervención de instituciones y fue en aquella época en la que el cuidado de sí alcanzó una importancia decisiva para la consolidación de las ciudades y la vida en sociedad. Paradójicamente al amor a sí mismo se le vio más adelante como una práctica que ponía en riesgo las relaciones con los otros, parecía incompatible un excesivo cuidado de sí y una vida en comunidad, ya que si los intereses propios primaban sobre los intereses de los otros sobrevendría el mayor caos posible. El cristianismo juega un papel fundamental aunque no es la única causa del olvido en que se ha sumido al cuidado de sí. Sin embargo el cristianismo ha fundado un modo de constitución de la identidad que implica una renuncia de sí mismo como condición de la salvación.

De este modo una moralidad basada en el cuidado de sí, por ser riesgosa, dio paso a las morales que privilegiaban a los otros y el tema de los deberes para consigo mismo pasó a ser un simple apéndice de la moralidad. Los riesgos fundamentales que trata de evitarse mediante un olvido del propio sujeto son el egoísmo y la ambición de dominio. Nietzsche en el trabajo de instaurar nuevos valores y romper las viejas tablas, da a estos dos presuntos males el

68

Citacion de artículos: Maya, C. (2006). Sobre el amor a sí mismo como presupuesto de las relaciones con los otros. *Revista Psicoespacios*, Vol. 1, N. 1, pp. 67-76. Disponible en <http://www.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios>

Recibido 22. 04. 2006

Arbitrado 12. 05.2006

Aprobado 30.05.2006

estatuto de virtudes. Ninguna maldad habría pues en un egoísmo que convierta al propio sujeto en espejo de los demás hombres, en un egoísmo que se regocije en su propio valor. Por el contrario, una entrega desinteresada al prójimo, que da cuenta de un afán de olvidarse de sí mismo, antes que de un gran amor a los hombres, aparece como lo más despreciable: rebajarse ante los otros, rendir la fortaleza, el propio amor, y establecer relaciones de servidumbre con los otros, eso es para Nietzsche, lo más despreciable. También la ambición de dominio, ese gran riesgo del amor a sí mismo aparece por el contrario como una bondad que se prodiga a los hombres. El que los poderosos descendan de su altura para ejercer el dominio sobre los otros, da cuenta más bien de un rebajamiento que se hace por amor y no por abuso o explotación que de un abuso de la fuerza.

## II

**“Ambición de dominio: ¿más quién llamaría ambición a que lo alto se rebaje a desear el poder! ¿En verdad, nada malsano ni ambicioso hay en tales deseos y descensos!”**

Ya Kant insiste en la necesidad de volver a dar importancia al propio sujeto así como funda la posibilidad de una vida en sociedad en la observancia de los deberes para consigo

69

Citacion de artículos: Maya, C. (2006). Sobre el amor a sí mismo como presupuesto de las relaciones con los otros. *Revista Psicoespacios*, Vol. 1, N. 1, pp. 67-76. Disponible en <http://www.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios>

Recibido 22. 04. 2006

Arbitrado 12. 05.2006

Aprobado 30.05.2006

**Revista Virtual de Ciencias Sociales y Humanas "PSICOESPACIOS"**  
**Vol. 1- N 1/enero-diciembre 2006**  
<http://www.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios>

mismo. Se busca que sea a partir del ejercicio sobre sí mismo que se elabore un modo de acceso al propio ser. Cuidar de sí mismo no significa privilegiar los propios intereses y arrasar con todo obstáculo, cuidar de sí mismo no es, como podría pensarse, una tarea fácil o de simple satisfacción irresponsable de impulsos. El cuidado de sí mismo es por el contrario, la tarea más ardua, ya que amarse a sí mismo implica la observancia de una serie de normas y prescripciones que hacen imposible el antiguo temor por las consecuencias que un egoísmo exacerbado podrían conllevar a la vida en comunidad ya que quien se ama y se conoce se alegra a sí mismo y se olvida de andar haciendo males a los otros. Paradójicamente quien se conoce a sí mismo no podría abusar de los demás, conocerse a sí mismo es también conocer las propias limitaciones y los propios abismos, pero a su vez implica conocer las normas de conducta, los principios y las verdades que se aprenden de la cultura en la que se está inserto y que hacen posible la regulación de las relaciones con los otros. Para ocuparse de los otros es necesario ser capaz de cuidarse a sí mismo, para gobernar a otros es necesario gobernarse a sí mismo, no ser presa de las pasiones, de los impulsos. Nada más difícil que mandar, y aún más difícil que esto, mandarse a sí mismo.

Quién emprende la ardua labor de amarse a sí mismo, de conocerse a sí mismo y pretender de este modo acceder a un cierto modo de ser, adquiere también conciencia de su

70

Citacion de artículos: Maya, C. (2006). Sobre el amor a sí mismo como presupuesto de las relaciones con los otros. *Revista Psicoespacios*, Vol. 1, N. 1, pp. 67-76. Disponible en <http://www.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios>

Recibido 22. 04. 2006  
Arbitrado 12. 05.2006  
Aprobado 30.05.2006

propia muerte y aprende a no temerla y a lograr prescindir de redenciones más allá de la tierra, logra estar a gusto consigo mismo, para lo cual se requieren muchas guerras, y a no lanzarse al amor de los otros para no ver a los fantasmas de frente. El lanzarse a los otros aparece de este modo como una huida de sí mismo disfrazada de amor desinteresado. Más ¿dónde podría haber mayor interés que en la cercanía con la que se pretende ahuyentar a los propios fantasmas? El amor a sí mismo no ha sido ejercido, ha habido modos eficaces de disuadir de tales intentos, se ha elogiado la modestia, se ha condenado el narcisismo, el egoísmo... Pero podría pensarse que más allá de las prescripciones cristianas para el acceso a la bienaventuranza eterna, que mas allá de los temores por los estados de dominación, no se ha dado la suficiente importancia a los deberes para consigo mismo porque amarse a sí mismo es lo más difícil de todo.

Es más fácil amar a los demás que a sí mismo, es más fácil rodearse de personas, vivir la vida de otros, que vivir la propia vida. ¿Qué hay de grandioso o de noble en un huir de sí mismo por facilidad? Ha habido desde siempre cosas que los hombres han tenido en mayor valía que la vida misma, y cosas que se han amado más que a sí mismo, pero esto no es gratuito. Occidente particularmente, lo dice Foucault se ha preocupado mucho más por la verdad que por los hombres, y a su vez los hombres se han preocupado más de la verdad que

de sí mismos. Lo que pone de relieve Foucault es que la preocupación por la verdad, contrario a ser excluyente de la preocupación por el sujeto, es condición de esta última: quien se ocupa de sí debe hacer acopio de verdades y crear las propias, de modo que los juegos de verdad y el cuidado de sí son íntimamente cercanos e incluso se implican mutuamente.

En los juegos de verdad se instauran relaciones de poder, no de dominación, y estas relaciones de poder vienen dadas por el mismo marco teórico que implica una ciencia o los intereses, que en un cuidado de sí ponen en marcha las estrategias de cada individuo por la construcción o el mantenimiento de una cierta verdad. De este modo se emparentan el cuidado de sí, los juegos de verdad, y las relaciones de poder que sólo son posibles entre individuos que cuidan de sí mismos y que por lo tanto son individuos libres. Los juegos de verdad no son siempre relaciones de poder.

### III

Los sujetos entran en los juegos de verdad a través de instituciones, de prácticas de control, de modelos científicos. El arte, la ciencia, las relaciones interpersonales como la amistad, el

72

Citacion de artículos: Maya, C. (2006). Sobre el amor a sí mismo como presupuesto de las relaciones con los otros. *Revista Psicoespacios*, Vol. 1, N. 1, pp. 67-76. Disponible en <http://www.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios>

Recibido 22. 04. 2006

Arbitrado 12. 05.2006

Aprobado 30.05.2006

amor, son espacios en los que se establecen juegos de verdad y relaciones de poder que los regulan, espacios en los que a partir de un consenso se construyen verdades.

“...la ciencia no es un acaecer originario de la verdad, sino en cualquier momento, la elaboración de un terreno de verdad ya abierta, y sin duda mediante la concepción y justificación de lo que en su ámbito se muestra en lo cierto posible y necesario. Cuándo y hasta dónde una ciencia llega más allá de lo cierto a una verdad, y esto significa, a un descubrimiento esencial de lo existente como tal, es filosofía.”

Hay relaciones de poder en las prácticas coercitivas pero también las hay, e incluso con mayor frecuencia e intensidad, en los juegos de verdad en los que participan los sujetos, en las prácticas de autoformación que implica el cuidado de sí y que no tienen que ver con lo lúdico o lo poco serio, ya que la búsqueda de la verdad es una de las cosas más serias a las que se dan los sujetos, sino con el conjunto de normas que regulan dicha búsqueda, con los criterios a partir de los cuales se establece la veracidad o falsedad de los resultados. Los juegos de verdad son móviles, occidente se ha caracterizado por no dar respuestas últimas a los asuntos sino por dejar siempre abierta la posibilidad de las modificaciones, del ingreso de una nueva verdad. Por otra parte, no se ha exclusivizado el juego, ha habido juegos con sus normas

propias y sus resultados. La verdad en este espacio tiene que ver con la palabra que surge de individuos libres que han creado un consenso y no con imposiciones arbitrarias.

Quien dice la verdad tiene un poder, la verdad y poseerla dan poder a los individuos. Pero el poder no es malo, como se lo ha visto durante mucho tiempo, ni tiende a una dominación de los otros. Las relaciones propias de las instituciones humanas, familia, matrimonio, escuela... Son relaciones de poder en las que los individuos, en virtud de la libertad de que gocen planean las estrategias que determinan su posición frente al otro, así como el funcionamiento de las comunidades afectivas, científicas, pedagógicas, políticas... Este tipo de relaciones, contrario a dar cuenta de un estado de dominación creciente, dan cuenta de un ejercicio creciente de la libertad y del poder de influencia de unos individuos sobre la conducta y el comportamiento de los otros. No se trata de disolver las relaciones de poder entre los hombres y de buscar una transparencia en la que no sea posible el engaño, la estrategia, la mentira incluso, se trata más bien de reglamentar de un modo que favorezca los juegos de verdad entre los sujetos, las normas del juego.

Hay que conocerse para participar en estos juegos, que son sin embargo ineludibles pues mediatizan las relaciones humanas. Si se es incapaz de defender la propia verdad, de aceptar el fracaso, de mantener el equilibrio entre las posiciones de ventaja y desventaja, las



relaciones de poder pueden devenir, por la ley del más fuerte, que en este caso podría ser fácilmente, la del mejor estrategia, relaciones de subyugamiento o de servidumbre voluntaria.

#### IV

**“En lo que se refiere a la sexualidad es evidente que es únicamente a partir de la liberación del propio deseo como uno sabrá conducirse éticamente en las relaciones de placer con los otros.”**

Ya que la condición de las relaciones de poder es la libertad de los individuos, la dominación aparece cuando la estructura propia de determinado juego de verdad no da espacio a los individuos o cuando por falta de fortaleza los individuos acceden a estados de dominación por parte del más fuerte. En los estados de dominación no es posible para alguna de las partes revertir la influencia que sobre su conducta se ejerce de modo que su participación se anula y por tanto también la relación de poder llega a su fin. Frente a los estados de dominación no existe una utopía que lance a los sujetos a un estado de neutralidad al margen de las estrategias, la liberación es posible pero abre espacio a nuevas relaciones de

75

Citacion de artículos: Maya, C. (2006). Sobre el amor a sí mismo como presupuesto de las relaciones con los otros. *Revista Psicoespacios*, Vol. 1, N. 1, pp. 67-76. Disponible en <http://www.iue.edu.co/revistas/iue/index.php/Psicoespacios>

Recibido 22. 04. 2006

Arbitrado 12. 05.2006

Aprobado 30.05.2006

poder que es necesario de nuevo controlar e inscribir en preceptos morales y prácticas de libertad que las hagan posibles. La liberación sin embargo, tiene que ver más con un cambio de posición subjetiva que con una liberación de un yugo exterior. Se trata de liberar el deseo, la enunciación, de arrogarse el derecho de detentar la verdad...

Se trata de una liberación pero de una liberación subjetiva, del propio deseo, del propio querer y de la capacidad para gobernarse a sí mismo, de este modo adquiere la ética la forma de una práctica reflexiva de la libertad frente a sí mismo, que se convierte en liberación frente a los otros. Quien es presa de sus impulsos y no ha hecho un trabajo reflexivo que los encauce, los potencie, los dirija a favor de si mismo será por siempre un esclavo y por tanto estará al margen de toda ética.

Para acceder a este nuevo espacio ético es necesario poner en entredicho la radicalidad de ciertos conceptos que han caído en la niebla a fuerza de ser repetidos insistentemente. La moralidad y el poder no son dos fardos con que carga el hombre y a partir de los cuales se le domina y se le irrespeta, son por el contrario condiciones necesarias de todo amor saludable a sí mismo. De otro lado la libertad no es la utopía ni el opuesto del poder o de la moral, es, paradójicamente, la condición para participar en las relaciones de poder.