

**MANIFIESTO POR UNA VIDA VERDADERA**  
*Manifesto for a true life*

**Luis Roca Jusmet. Ned ediciones, 2023**

**Francisco Javier Gallego Dueñas**

Red Iberoamericana de Investigación en  
Imaginario y Representaciones (RIIR)  
[mua2001es@yahoo.es](mailto:mua2001es@yahoo.es)

**Resumen:**

Luis Roca Jusmet utiliza las aportaciones de Pierre Hadot, Michel Foucault y François Jullien para reivindicar una vida verdadera, con conciencia crítica a la que se suma la propuesta de psicoanálisis lacaniano.

**Palabras clave:** ejercicios espirituales, cuidado de sí, estoicismo.

**Abstract:**

Luis Roca Jusmet uses the contributions of Pierre Hadot, Michel Foucault and François Jullien to claim a true life, with a critical conscience, to which is added the proposal of Lacanian psychoanalysis.

**Key words:** spiritual exercises, the care of the self, stoicism.

Después de los *Ejercicios espirituales para materialistas* (Terra Ignota, 2021), Luis Roca Jusmet aboga por una propuesta radical. Pretende reivindicar una auténtica vida, la vida verdadera a partir de la hibridación de los textos –y actitudes– de

tres filósofos de muy distinta tradición e incluso de ideología. No se trata de reelaborar textos o ideas ajenas bajo un nuevo prisma o de enfrentar posiciones que puedan diferir pero que compartan similitudes. Este ensayo conjuga las tres dentro de un marco común y un objetivo concreto. Este libro no es un recetario, sino, dice el autor, una “caja de herramientas para pensar una ético-política de lo que llamo una vida verdadera” (p. 9).

Se agradece que el autor no haya tomado el camino tedioso de ir discutiendo diferentes acepciones de cada uno de las nociones de su propuesta. Parte, eso sí, de una concepción básica de lo que sería una “vida verdadera” a la que va añadiendo propuestas enriquecidas de un diálogo entre Oriente y Occidente. Parte de una cita de Rimbaud, “la verdadera vida está ausente” Rimbaud. Pero, ¿qué es una vida verdadera? Frente a la banalidad y la irreflexión la vida verdadera asumiría el mandato ilustrado sobre el saber aplicado a la búsqueda de la felicidad, poniendo los pies en la tierra tanto en los presupuestos como en el objetivo. El método es hacer corpóreos los procesos filosóficos. Como ya analizó en su libro anterior, los llamados “ejercicios espirituales”.

Comienza analizando las aportaciones de Foucault, en especial los procesos de subjetivación. La subjetivación implica, tomémoslo literalmente, tanto hacerse sujeto único como estar sujetado. A Foucault le interesa tanto uno como lo otro pues insistió en la cualidad *creativa* del poder –micro y macro–, al que siempre se describe como represivo y coartador: “Ese Otro que es la Ley que nos quiere normalizar”. Si aceptamos la sentencia de Marx sobre que todo lo sólido se desvanece, la modernidad conlleva la disolución de vínculos y certezas, más aún con la globalización. Tendríamos ahora un sujeto vacío de la modernidad con derechos: “El poder neoliberal no se opone a subjetividad, sino que la atraviesa con la propuesta de ser sujetos gobernados empresarialmente” (p. 15).

*La vía filosófica* es el nombre de la primera parte donde se presentan estos tres filósofos contemporáneos: Pierre Hadot, Michel Foucault y François Jullien en un diálogo con los antiguos. Tienen en común la filosofía como forma de vida. Hadot a partir de la lectura atenta de los antiguos, procurando desentrañar tanto el sentido original de cada concepto como de su transformación a través de la tradición filosófica. Así aparece el concepto de “ejercicio espiritual” que, *avant la lettre*, se rastrea en la manera estoica de entender el modo de vida estoico. Se trata de aprender a vivir, a dialogar, a morir y a leer lo que nos interpela para emprender una acción justa. Más bien podríamos decir que es un estoico que aprende del epicureísmo con el gozo. Hadot aconseja huir de la fantasía, que nos evade del presente, hacer con lo que se tiene, imaginar las posibilidades. La filosofía “es

una forma de vida que nos hace mejores y más sabios (...). Viene a ser, por tanto, la vía para una vida verdadera” (p. 29).

De Foucault podemos aprender a cómo pasar de sujeto *sujetado* a sujeto *activo*. La subjetivación puede ser un camino para la libertad. Dependería de cómo el sujeto se trata a sí mismo. Foucault propone, en especial a partir de la segunda y tercera parte de su Historia de la sexualidad, un combate para ser libre, contra las pasiones (a nivel interno) y contra las formas de dominio (a nivel externo)<sup>1</sup>. En su práctica como activista y en su literatura, Foucault empuña la virtud de la parrésia, el valor para decir la verdad frente a posturas acomodaticias. Ese sería uno de los ejercicios, de las técnicas, de la gimnasia para fortalecer al sujeto. Otras serían la escritura, como las *hypomnemata* de Marco Aurelio. A este tipo de prácticas, ejercicios espirituales incluidos, es a lo que llamamos ejercicios espirituales, concepto actualizado.

François Jullien, en lugar de partir de Grecia, parte de China. La civilización oriental prefiere basarse en el texto, no en la palabra. La vida buena, sostiene, es buscar las raíces, nutrirse y que circule el principio vital (*qi*) y evitar obstrucciones (p. 40). La referencia china es la *agricultura*, un proceso, la “persistencia de lo ordinario” y de “maduración, sin las prisas del *carpe diem*. “Vivir existiendo” Es un flujo, en fin, cultivarse a sí mismo. Esta visión, añadimos, conecta con las propuestas de Sloterdijk, e incluso con la razón vital de Ortega cuando propone vivir para superar el *cogito* cartesiano. Para Jullien sería una “segunda vida”, entendida como una transformación. Utiliza la metáfora de un “buen invierno”.

El diálogo entre Foucault y Hadot es fecundo en sus diferencias. Hadot no escribe para transformar al yo (Foucault), “sino para eliminarlo” (p. 55). Foucault descubre el cuerpo y los placeres. Otra diferencia está en la versión política, el cuidado de los otros.

En la segunda parte, *La vía psicoanalítica*, Luis Roca Jusmet introduce en el juego el psicoanálisis. En principio podría considerarse que el psicoanálisis es una forma de sujeción, es decir, una relación de dominio como forma contemporánea del poder pastoral (Foucault), o, por el contrario, una práctica que posibilita formas éticas de subjetivación. En el primer caso partimos de un ideal del Yo, que siempre nos han presentado como dependiendo del “Otro”. En el segundo habría que construir un deseo propio, plantear el psicoanálisis como superación de la alienación, el conformismo y sometidos al amor del otro. El Psicoanálisis de La-

---

<sup>1</sup> Cabría preguntarse si el autodomínio no podría comportarse como una forma de tiranía extrema al servicio de un sujeto no consciente de cómo es inducido a desear en una dirección concreta.

can, en este sentido, aboga por el discurso como alternativa a la sujeción, frente a la uniformización: “Todos estamos locos, todos deliramos”.

Tanto Lacan como el autor toman con todas las precauciones el carácter de *cartel* de *psi* y la “catarsis” como método. El psicoanálisis aborda técnicas son “prácticas meditadas y voluntarias mediante las cuales los hombres no solo se fijan reglas de conducta, sino que procuran transformarse a sí mismos, modificarse en su ser singular y hacer de su vida una obra de arte” (Foucault, citado en p. 68-69). En el proyecto de sublevación, Lacan intentaba (1) liberar el psicoanálisis de su vinculación con las técnicas *psi* y con el discurso médico; (2) “que el psicoanálisis no fuera un proceso de normalización, sino una teoría del sujeto”; (3) liberarse de la visión tradicional del sujeto y (3), utilizar un lenguaje hermético para hacer trabajar.

Como conclusión, *La apuesta por la vida verdadera*, termina por condensar los ingredientes propuestos. La filosofía es la gran enemiga de la retórica y las prisas del mundo contemporáneo no dan tiempo a elaborar experiencias y no da tiempo a que aparezca el deseo y de ahí el sectarismo y la violencia. Se pregunta Luis Roca Jusmet, ¿cómo pararse a pensar? Las técnicas heredadas de los estoicos vía Hadot y Foucault incluyen la lectura, escritura, examen de conciencia y visión global. Y, con el psicoanálisis lacaniano, “atravesar el fantasma” y responsabilizarnos de nuestro deseo. No se trata de un proceso solipsista, hay un compromiso político, “un yo con los otros”, no *contra* los otros ni con el sujeto aislado. Somos individuos dependientes que queremos autonomía. De ahí que debemos estar en defensa siempre de los derechos de los gobernados, de la vida digna, y reivindicando lo singular para vivir la pluralidad. Una vida verdadera.