Plató escriu un diàleg anomenat Fedó, que ens explica els últims moments de la vida de Sòcrates, l’ultima conversació que manté amb els seus amics filòsofs. Aquest diàleg ens explica el concepte que tenien de l’anima. Sòcrates parla amb Cebes i Simmias de l’anima, de que no es il·lícit suïcidar-se. Sòcrates els explica que la mort es la separació de l’anima del cos, i que els filòsofs estan més preparats, perquè alliberen la seva anima al màxim de la vinculació del cos a diferencia dels altres homes, perquè deixen els plaers a un costat i es dediquen a buscar el saber de les coses. Sòcrates deia que l’anima aprenia la veritat reflexionant, percebin la realitat amb el pensament, que no dona ninguna visió al reflexionar i només utilitzen l’ intel·ligència, llavors l’anima adquireix la veritat. També ens vol explicar l’immortalitat de l’anima i ho fa a través de la teoria de la reminiscència, que vol dir-nos que aprendre no és sinó recordar, ja que l’anima avia viscut abans que el cos, i que només el que fèiem era recordar els coneixements que ja teníem, i també parla del procés generatiu rectilini, que es la teoria dels contraris, en la que Sòcrates explica que un contrari neix d’un altre contrari , per tant de la mort neix la vida i així mateix de la vida neix la mort per tant ens torna a corroborar la seva idea de que l’ànima es va reencarnant fins a aconseguir arribar al món intel·ligible. Sòcrates diu que l’anima es per complet i en tot més afí a lo que sempre es idèntic que a lo que no ho es. Defineixen l’anima com una cosa divina, intel·ligible, indissoluble i uniforme, i al cos tot al contrari com una cosa mortal, multiforme irracional i soluble, diuen que l’anima es sempre idèntic amb si mateixa i que en canvi el cos mai es idèntic a si mateix. L’anima pot ser pura o impura, segons els plaers i els cuidats que li donis al cos, i l’interes que li donis al saber i a l’aprenentatge. Per últim Sòcrates deia que quan algú es mor passa a l’Hades, un món millor on podria adquirir el saber complet, on hi ha el coneixement pur. Llavors Sòcrates no tenia por al morir, perquè ell pensava que aniria a aquest món per ser filòsof i haver passat dels plaers de la vida, i haver estat purificant la seva anima, i creia que en aquest lloc disfruitaria molt més perquè hi haurien deus i altres morts amb molts coneixements com ell, amb qui podria discutir fins arribar a un coneixement complet.