

The book cover features a central white silhouette of a human head in profile, facing right. Inside the head, the title and author's name are printed. The author's name, 'José Carlos Ruiz', is at the top in a brown serif font. Below it, the title 'FILOSOFÍA ANTE EL DESÁNIMO' is written in large, bold, dark blue sans-serif capital letters. At the bottom of the head, the subtitle 'Pensamiento crítico para construir una personalidad sólida' is written in a smaller brown serif font. The background consists of abstract shapes in shades of teal, orange, and dark blue. A hand is shown holding the base of the head silhouette from the left side.

José Carlos Ruiz

FILOSOFÍA ANTE EL DESÁNIMO

Pensamiento crítico
para construir una
personalidad sólida

DESTINO

José Carlos Ruiz

Filosofía ante el desánimo

Pensamiento crítico para construir
una personalidad sólida

© José Carlos Ruiz, 2021

© Editorial Planeta, S. A. (2021)
Ediciones Destino es un sello de Editorial Planeta, S. A.
Diagonal, 662-664. 08034 Barcelona
www.edestino.es
www.planetadelibros.com

© del poema de Jaime Gil de Biedma «Que la vida iba en serio», *Las personas del verbo*, 1982, herederos de Jaime Gil de Biedma.

Primera edición: enero de 2021

ISBN: 978-84-233-5858-8
Depósito legal: B. 20.450-2020
Preimpresión: Realización Planeta
Impreso por CPI (Barcelona)
Impreso en España - *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como **papel ecológico** y procede de bosques gestionados de manera **sostenible**.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

ÍNDICE

LA IDENTIDAD

Conserva los rituales

Bulimia emocional	15
Cansado de mí: el exceso de identidad	19
La familiaridad del mundo	22
Rito y extranjero	24
Las ceremonias	28
El final de la aventura	29
Personalidad esparcida	32
Teseo y los calcetines	36
El problema de la identidad	37
El infierno de lo igual	39
Fanático y sin personalidad	40
Haciendo mundo	44
La máscara	48

EL AMOR

Ama con locura

Carecer vs. perder	55
El relato del amor	58
La intensidad de vivir	62

Relación vs. conexión	64
El recogimiento del amor	68
Amor sabio	70
Amor calculadora	73
Apolo y Dioniso	76

LA AMISTAD

Edifica la amistad a través de las vivencias

Impermeables	81
Aristóteles y Cicerón: códigos de amistad . . .	83
Caídos en la red	87
En directo, pero no en vivo	90
Independencia	92
Actores en lo digital	94
Mundo pantalla: la erótica continente/ contenido	96
La soledad de Narciso	100
Narcotizados	104

LA EDAD

Dignifica los años

Sabiduría: acumular vida en los años	109
El final de la edad: moda vs. tendencia	111
La profesionalización de la vida y la ligereza .	115
La energía de sentirse vivo: estar al día	121
Desheredados y sin maestros	125
«Después de nosotros, el diluvio»	128

EL ENTRETENIMIENTO

Reconoce la riqueza de lo real

Aburrimiento agitado	133
La austeridad	136
El tedio	138
Lo efímero y el grado zen del aburrimiento. . .	141
Desocupados.	143
La paciencia y la espera.	146
La esperanza y la caja Pandora	150
La agenda	153
<i>Streaming</i> y los recordatorios	157
La distracción	158
Que la vida iba en serio.	161

LA IGNORANCIA

Cuida de lo público

Sin mundo.	171
El tonto colectivo: la ideología	173
El antiguo idiota	174
Ingobernable e incompleto	176
El idiota hipermoderno.	178
Cuatro estereotipos de la estupidez humana . .	181
El imbécil	183

EL DOLOR

Separa los sueños de los deseos

La nueva violencia	189
Resignificar los símbolos.	193
Las nuevas cadenas.	194

Tragedias	196
Ilusos de voluntad débil	198
Masoquistas	202
Sádicos	204
Negligencia ante los viejos y no-válidos	206
La violencia y las mujeres	210
Desconfiados.	215

EL PLACER

Reclama la propiedad privada del placer

Placer e identidad	221
Pedagogía del placer: de los placeres rutinarios a la rutina del placer	222
Ilusionados con el deseo	225
El delirio y la entereza: la propiedad privada del deseo	226
Desear o morir	229
La desgana de lo real.	231
Inconformistas y desanimados	233
Epicuro: la necesidad de las periferias	236
Taxonomía del placer	239
Modelos de placer: sexual.	242
El imperio de los sentidos	245

EL PENSAMIENTO

Practica el hábito de la trashumancia

Lo urgente resta tiempo a lo importante	257
Turistas.	258
Sedentarios vs. trashumantes.	261
Peregrinos.	263

Pensar y caminar	265
Pobres y sin camino	267
Escalando ideas: Nietzsche	271
Construir la rutina: Kant y Schelle	274
Valorando el tiempo de vida: Thoreau	276
El andar y la política	279

EL RELATO

Vida sin biografía

Tiempo	283
Biografía y olvido	286
El relato del <i>timeline</i>	288
La naturalidad del caos	292
La atención	295
Optimismo inconsistente vs. esperanza	297
Enfermos de optimismo	302
Filosofía ante el desánimo	307
Agradecimientos	309
Notas bibliográficas	311



LA IDENTIDAD

CONSERVA LOS RITUALES

BULIMIA EMOCIONAL

Una extraña y opresiva sensación invade los tiempos actuales: la sensación de estar incompletos. Experimentamos la vida como una carencia, acompañados de la molesta idea de que siempre nos falta algo; y sabemos que no es una cuestión material. Andamos llenando y rellenando los días como buenamente podemos, sumidos en un estado de ansiedad que se agranda por momentos. El sistema lo sabe y no cesa de animarnos.

Al mismo tiempo, los manuales de autoayuda, amparándose en la filosofía, no paran de repetir una y otra vez el mantra que ha sido el epicentro de nuestra civilización, «conócete a ti mismo». Y así estamos. Llevamos más de 2.500 años convencidos de que la clave de todo está encerrada en esa frase, en el autoconocimiento, en saber quién soy, en resumidas cuentas, en el problema de mi identidad. Pero, en el siglo XXI, de todas las sentencias que ha ofrecido la historia de la filosofía, esa es la más cruel, la más rastrera, manipuladora y vil. Actualmente, la presión a la que una frase así nos somete es insostenible para cualquier persona.

Apenas nos conocemos, tenemos escaso control sobre

nosotros, nuestra voluntad es cada día más frágil y encima hemos asumido lo que Richard Sennett denomina la «condena moral de la impersonalidad»,¹ es decir, nos obsesionamos por distinguirnos, por mostrar una personalidad singular, diferente, única. El filósofo Gilles Lipovetsky² adjetiva nuestra época como «el reino de la personalidad», donde el yo presenta un deseo irrefrenable de revelar su ser verdadero, su autenticidad. No basta con conocerse a uno mismo, también hay que mostrarlo, exhibir nuestro mundo, narrar nuestros logros, contar nuestros anhelos, publicar nuestros sentimientos, hacer gala de nuestras opiniones, exponer nuestras creaciones, subir nuestras fotografías, «compartir» nuestras reflexiones... Todo está orientado a huir de lo impersonal, que se percibe como sustracción, como negatividad.

El problema aparece cuando nuestra personalidad, esa suma de temperamento (genético) y carácter (educacional), siente la presión de asumir una identidad exitosa, que por lo general está muy alejada de la realidad. A partir de ese momento ponemos todo nuestro empeño, atención, dedicación, ilusión... en fusionarnos con ella, sometiéndonos a un proceso contra natura que termina pasando factura.

Las consecuencias son múltiples, destacando la del declive del hombre público. Esta tiranía de la «personalidad» implica que dejemos de mirar hacia el otro y, por ende, de percibir el espacio externo como un lugar de sociabilidad. Si nuestra energía se focaliza en la esfera de lo privado, el área de lo público se desinfla. Hubo un tiempo en el que la convivencia y separación de estos dos espacios era natural. Pensadores como Georg Simmel³ postulaban la necesidad de preservar el «secreto de la intimidad» como un valor sociológico.

Pero ese tiempo ha terminado. Ahora experimenta-

mos la «ideología de la personalidad», que se manifiesta en forma de bulimia emocional, pues acumulamos y acumulamos experiencias para vomitarlas *ipso facto* en las redes sociales, sin dar tiempo al organismo para extraer sus nutrientes.

Cada uno de nosotros, cual velocistas, nos sometemos a una cadena infinita de carreras de corta distancia tratando de construir ese arquetipo de identidad exitosa que se nutre de un exhibicionismo emocional. Al igual que el culturista, inflamamos el ego de volumen a base de batidos de endorfinas que generamos en la medida en que somos capaces de contaminar a la aldea virtual de nuestras publicaciones. Pero a veces, en la soledad de nuestra intimidad, sufrimos la náusea y el vértigo del vacío, de la decepción y del desánimo porque intuimos lo artificial del proceso. Por mucho que queramos evadirnos usando los mecanismos de entretenimiento, en el fondo somos conscientes de que nos estamos dopando.

El truco que emplea el sistema es pura fantasía. Elabora un discurso tan racional y sensato que cala profundamente en cada uno de nosotros, provocando una fusión entre razón y emoción. Logran que un lema, un eslogan solitario sin contexto alguno, sea el encargado de orientar nuestra existencia. Nos dicen «sé el dueño de tu vida», «agarra las riendas», «toma la iniciativa», «sé proactivo», «persigue tus sueños»... Y allá vamos, poniendo el alma, la pasión y forzando si hace falta la llegada de un entusiasmo falsificado que nos empuje a tales propósitos.

Filósofos tan obtusos como Heidegger afirman que la verdadera libertad consiste en apropiarse de uno mismo. Si lo pensamos rápidamente, lo compramos. Nos quedamos con esa idea, la vemos tan evidente y nos parece, además, tan relevante, que es complicado creer que pueda

estar mal, o que pudiera tener una interpretación mínimamente nociva.

Lo paradójico de esta representación trágica que llamamos vida es que hemos adquirido las entradas para asistir a un espectáculo de magia, hemos ido al teatro de lo digital ilusionados y nos hemos abandonado al hechizo, quedándonos boquiabiertos. Al acabar la función, cada uno ha vuelto a lo real maravillado, sabiendo que todo era un truco, que había gato encerrado, pero a la gran mayoría no nos ha importado, porque preferimos la distracción, la quimera, la diversión, el disfrute, a tomar conciencia del truco. La fascinación es tan fuerte y genuina que nos tiene hechizados y entregados, de tal manera que cada día repetimos función en busca de nuestra dosis diaria de dopamina, sin querer reconocer el diagnóstico que nos clasifica de ilusos sentimentales.

Esto es lo que nos sucede con esa idea de Heidegger de apropiarse de uno mismo, o aquella frase esculpida del templo de Apolo, en la ciudad de Delfos, que rezaba «conócete a ti mismo». Si nos indican que la verdadera libertad pasa por ser dueños de nosotros mismos, nos ponemos manos a la obra sin analizar más allá, sin la más mínima duda, sin elementos de sospecha. Las intenciones, los proyectos, los sueños, la organización de la vida que realizamos..., todo lo preparamos para que se produzca la magia que nos prometen, pero, con el paso del tiempo, esta no llega.

El objetivo final del truco pasa por mantener el hechizo el máximo tiempo posible. No hay que preocuparse, el éxito en la vida se puede lograr a los dieciocho años, a los veinticinco, a los treinta, a los cuarenta, a los cincuenta, incluso a los sesenta años, porque la idea es que el éxito no entiende de edades sino de identidades, de personalidades disciplinadas a ese proyecto, de gente que no pier-

de el optimismo, que no deja que la derroten, de personas que son positivas, que resisten, pero sobre todo, que insisten, que rehúyen la pasividad...

Si queremos construir una personalidad al margen de manipulaciones, habría que detenerse a analizar qué encierran estos eslóganes y qué intencionalidad existe detrás de cada uno. Sería conveniente preguntarse quién sale beneficiado.

Nos indican que nuestra vida es un elemento que se puede dominar, un producto susceptible de configurarse, y que todo es cuestión de determinación, de voluntad, de perseverancia, de crearse hábitos, de resiliencia... Conocerse y ser dueño de uno mismo son dos de las máximas aspiraciones que hemos tenido a lo largo de la historia (saber y poder). Pero en este proyecto nadie nos cuenta la importancia de elementos como el azar, el caos, la injusticia, la endogamia, la suerte... Y como estos se ocultan no es de extrañar que, llegado el momento (puede pasar a los dieciséis años, a los veintitrés, a los treinta y dos, a los cuarenta y cinco, a los sesenta...), nos percibamos como unos fracasados e inútiles, incapaces de tener dominio de nosotros o de hacer lo que sea necesario para encajar en esas identidades exitosas. Entonces nos sentimos incompetentes para domeñar nuestra voluntad y evitamos activar los mecanismos de pensamiento crítico en pos de una política de la distracción y del entretenimiento.

CANSADO DE MÍ: EL EXCESO DE IDENTIDAD

El «conócete a ti mismo» es una pesada losa que nos acompaña y nos impide liberarnos de lo que somos porque da por sentado que somos algo que se puede conocer

y agrupar en una identidad fija. En su discusión con Heidegger, el filósofo Levinas argumentaba que la verdadera libertad es escaparse de uno mismo. La identidad te encierra, te limita, pero sobre todo te condiciona, pudiendo llegar al extremo de la represión. Asimilar una identidad de manera inconsciente es asumir un modo de comportarte, de pensar, de sentir y de ver la vida que no deja espacio a otros «modos del ser». Desde esta perspectiva, ser libre no es conocerte y tomar el control de ti, sino todo lo contrario, descubrirte y re-conocerte.

Ese conocimiento de uno mismo no tendría que ser el objetivo final de una vida, sino el punto de partida. Implica romper los esquemas de una identidad que has asumido, que has importado, que has asimilado y que ha condicionado tu pensamiento, tu acción, tus emociones... de manera inconsciente y, a veces, en contra de tu propia personalidad. La reflexión en torno a aquellas cuestiones que nos configuran debería ser un hábito adquirido desde edades tempranas.

Nos gustaría ser valientes, o pacientes, o cariñosos, pero estos procesos solo se logran por medio de la acción (ni deseo, ni reflexión). No es cuestión de decir «Dios, dame paciencia», o esperar a que nos llegue el valor para tomar una resolución, se trata de reconocer las situaciones que la vida nos pone delante para poder ser pacientes, valientes o cariñosos. En algunas ocasiones, la construcción de la identidad es un sencillo asunto de atención.

La turbotemporalidad que todo lo invade, la pereza, el acomodo, los millones de apetitosos estímulos no favorecen el análisis de las situaciones en tiempo real. La atención en el día a día nos descubrirá momentos en los que poner en práctica la paciencia, nos situará ante escenarios que requerirán valentía, nos ofrecerá situaciones en las que tengamos la posibilidad de ser afectuosos... Ser

cariñoso, valiente o paciente no es un fin que lograr, es una acción que hay que realizar. Tenemos que saber interpretar los contextos y poner atención en cada una de las oportunidades que se nos presentan.

Esto implica realizar un análisis que parta de lo real, de lo concreto, y se dirija hacia la identidad y no viceversa. Cada día somos afectuosos con nuestro hijo cuando se levanta, con la mascota, con el amigo que te llama preocupado... La suma de esas acciones concretas, específicas y reales es la que configura el genérico «ser cariñoso». Pero si lo hacemos a la inversa lo más probable es que fracasemos porque ese genérico conlleva unas fórmulas universales configuradas al margen de nuestra realidad, lo que nos forzará a actuar de un determinado modo, con una alta probabilidad de violentarnos. La consecuencia de seguir esas consignas prefabricadas en torno a una determinada identidad es la «estandarización de nuestra personalidad».

Puede que lo que nos esté sucediendo sea que nos hemos uniformado demasiado y, al darnos cuenta, nos invade la angustia existencial de saber que somos del montón. El filósofo Baudrillard⁴ lo decía así:

Es la cultura la que nos clona y la clonación mental anticipa cualquier clonación biológica... A través de los sistemas educativos, los medios de comunicación, la cultura y la información de masas, los seres singulares pasan a ser copias idénticas de los otros.

Estamos experimentando un exceso de identidad. La complicación aparece cuando este exceso se acrecienta, generando ansiedad y, en el peor de los casos, depresión. Una de las definiciones de depresión más acertadas la ofreció Alain Ehrenberg⁵ cuando alegó que la depresión era «la fatiga de ser uno mismo».

Percibimos que existe demasiada realidad (hiperrealidad) y queremos abarcarla todo el rato y a toda costa. La exuberancia de información (hiperinformación) provoca que cada vez que tomamos una decisión, seamos conscientes de que abandonamos muchas otras que también nos habría gustado ejecutar. Si no teníamos bastante con esta presión, también soportamos un exceso de celo por construir una personalidad que nos destaque del resto, padeciendo de hiperidentidad.

Estamos ante una realidad excesiva y nuestro conocimiento sobre la misma también lo es. Hay demasiado de todo, demasiados viajes por hacer, demasiadas experiencias por vivir, demasiadas comidas por probar, demasiadas personas que deberíamos conocer, demasiadas redes sociales a las que acudir... Cada vez es más complicado obviar todas esas maravillosas oportunidades que la vida nos pone por delante. A todo esto le sumamos la carrera por lograr una identidad tan excesiva que puede terminar superándonos.

LA FAMILIARIDAD DEL MUNDO

Antes de que las redes sociales nos diesen la posibilidad de que nuestro avatar fuese un altavoz para comunicarnos con la aldea global, salíamos al mundo con la intención de conocerlo. La realidad era un lugar extenso y atractivo donde el yo se descubría a la vez que se dejaba sorprender. Antes de la hiperconexión y de internet, la identidad de cada uno estaba muy condicionada por sus contextos y circunstancias. El foco de atención y lo importante no se centraban en el ego, sino que pasaban siempre en el exterior de esa identidad. Se intuía la inmensidad del mundo, pero no se había digitalizado. Abrir

la puerta y salir de casa era un ejercicio de asombro constante, el inicio de una aventura que iba edificando nuestra personalidad a la vez que configurábamos la identidad a cada paso que dábamos.

Pero cuando la omnipantalla se apodera de nuestras vidas todo parece estar «bajo control», la realidad es googleable y tenemos la sensación de que el mundo es cercano, familiar y cognoscible.

Esto implica que el «factor asombro» disminuye y la atención hacia lo externo se destensiona. Empezamos a sentir que no hay exceso de mundo, sino «deber de mundo». Acudimos a los sitios que vemos fotografiados en las redes sociales y la repetición de esas fotos se convierte en una misión que hay que cumplir, una especie de deber que nos autoimponemos. Cuando tenemos oportunidad, llevamos el trayecto prediseñado desde casa, los restaurantes reservados, los tickets comprados, las guías leídas, hemos visto en 3D el alojamiento donde estaremos, hemos dispuesto los recorridos por donde iremos, concertado los guías, leído todas las opiniones... de manera que apenas dejamos espacio para el asombro. Estamos enlazados con esa realidad incluso antes de salir del hogar, y cuando realizamos el viaje, percibimos una familiaridad que se forjó mucho antes de coger las maletas. Hacemos recorridos, pero no viajamos. Como justificó Baudrillard, somos víctimas de una ausencia de destino, de una carencia de ilusión (yo diría más bien de asombro) y de un exceso de realidad.

En muchas ocasiones, experimentamos el ciberviaje como un preparativo detallado que nos apacigua la ansiedad previa de la marcha. Una vez que arrancamos el coche el objetivo ya no pasa por salir a conocer el mundo, sino que consiste en reafirmar ese preconocimiento del mismo que hemos elaborado desde la pantalla del

smartphone, la tableta, la computadora... Cuando emprendemos el viaje, lo que en realidad hacemos es un ejercicio de reconocimiento. Pero lo hacemos acompañados del avatar. Realizamos el trayecto con un extra de presión desde el momento en el que, aparte de nosotros, debemos tener en cuenta a nuestro yo virtual. El nuevo avatar, la imagen que nos hemos creado para internet, es una manifestación de ese exceso de identidad, al que le interesa la realidad siempre que esta pueda ponerse a su servicio. Aquello que no sea exportable, exhibible o fotogénico carece de interés. No podemos olvidar que, en la hipermodernidad, toda configuración de una identidad exitosa lleva consigo ligada la figura de un avatar ideal.

Cuando se viajaba, uno ponía su personalidad en modo «abierto» de cara a contagiarse. La identidad se situaba al servicio de lo exterior, y los viajes podían suponer una iluminación. Pero con las nuevas personalidades, la identidad permanece más hermética y procura que sea el exterior el que se someta a la naturaleza de cada uno. Ya no nos interesa la realidad a secas, ahora pretendemos que exista una «realidad para mí y para mi avatar», es decir, una realidad al servicio de una identidad excesiva orientada a una constante reafirmación que nos impide fluir y nos cercena toda posibilidad de descubrimiento.

RITO Y EXTRANJERO

Antes de que la hipermodernidad, sumida en plena tecnoglobalización, atropellase nuestras vidas, existía un dilatado sentido de lo extraño, de lo raro, de lo insólito... acrecentado por un modo de ser muy asentado en las circunstancias que habían envuelto nuestra vida. Cargábamos con el lastre del lugar en el que nacíamos y crecía-

mos, el barrio, el colegio, la clase social... Era un peso que se terminaba incorporando y que nos acompañaba allá donde fuésemos. Y cuando salíamos del nido, ya habíamos asimilado una serie de rituales de conexión con ese origen que nos solían acompañar durante gran parte de nuestra vida.

Este nexo con las raíces se presentaba como un hecho necesario: cartas semanales a la amada, postales, llamadas de teléfono todas las noches a la misma hora para hablar con la familia, temas rutinarios..., nos resistíamos a perder esa lengua de terreno que nos unía a la tierra donde se conformó nuestra identidad. Era una conexión preñada de los contextos en los que nos habíamos criado, y que implicaba el establecimiento de unas liturgias enfocadas a mantener un vínculo con los demás, un protocolo que implicaba al otro. Eran ritos que consolidaban nuestra cotidianeidad y que, según el filósofo coreano Byung-Chul Han,⁶ transmitían y representaban aquellos valores que mantenían cohesionada una comunidad.

Desde esta perspectiva, el rito se configuraba como un modelo muy particular de disponer nuestras comunidades, de ahí su significado: «aquello que está conforme al orden». El contacto con los orígenes solía tener un halo tradicional entre el deber y la celebración, y se constituía como una formalidad que nos ayudaba a seguir con paso sólido, que implicaba una liturgia de horarios, de estilos, de ánimo... que favorecía el mantenimiento de las señas de identidad.

Pero con el paso del tiempo, las nuevas generaciones se han acostumbrado a viajar desde temprana edad, a estudiar fuera de casa, a compartir piso en cuanto la situación económica se lo ha permitido, a ir de Erasmus a otros países y a concebir el mundo a través de la pantalla. Esto implica que el extranjero les es familiar, que lo ex-

traño se percibe menos ajeno y más atractivo que antes, y que la búsqueda de una identidad exitosa ya no se circunscribe al terreno de lo próximo. Si a eso le unimos que los nuevos dispositivos electrónicos nos permiten conectarnos en cualquier momento y desde cualquier sitio, la sensación de ruptura con el nido apenas existe.

Cada vez estamos menos necesitados de reconectar con el lugar de origen, si bien el sentimiento de nostalgia aparece por momentos. Hemos abandonado el ritual y destensado el hilo de la identidad que nos mantenía unidos a nuestros hogares. La tensión de ese hilo era la que avivaba la resistencia hacia lo extraño, hacia todo aquello que no éramos nosotros. Esa tensión nos provocaba que, al salir de nuestra zona de confort, todo nos resultase raro, chocante o insólito. Esa rigidez había que vencerla para ir alejándose del núcleo de la identidad, y con cada paso que se daba hacia delante, el ovillo se desenredaba una vuelta, volviendo a recuperar su tirantez gracias a los rituales, que nos mantenían unidos al campo base.

Salir de casa, echarse novia o novio, tener un hijo, irse a trabajar a la capital abandonando el hogar, viajar al extranjero... tenían un peso significativo en la vida de las personas gracias a esa conexión rígida que iba configurando la vida. Pero no impedía que las personas se lanzasen al mundo. Cuando era necesario, el sujeto se adentraba en el exterior experimentando el verdadero sentido de aventura. La aventura era entendida como los hechos inciertos que estaban por venir, y esa incertidumbre se calmaba por medio de los rituales que repetíamos allá donde estuviésemos.

Pero ¿qué mantiene a ese hilo en tensión en la sociedad hipermoderna? Nuestros jóvenes (y no tan jóvenes) han crecido percibiendo que hay tanto hilo en su madeja que, vayan donde vayan y hagan lo que hagan, este apenas

se tensa. Como dice el refranero popular, hay cuerda para rato. Los rituales de ligazón con el origen se suprimen por las rutinas de conexión con el ego. La globalización les ha facilitado que allá donde estén puedan comer la misma comida, beber la misma bebida, comprarse la misma ropa, realizar el mismo tipo de diversión... La trabazón con el «campo base» del hogar ya no se circunscribe ni al espacio ni al tiempo. Se puede realizar con el ordenador desde el patio de la biblioteca, con el smartphone desde la torre Eiffel o con el smartwatch desde las ruinas de Pompeya. No están necesitados de mantener aquellas costumbres que ordenaban o configuraban su mundo. Ahora todo es mucho más impulsivo. Este envite apenas tensa el hilo por unos minutos, los que dura el contacto con el hogar, pero no tiene nada que ver con el ritual.

Un ritual implica una presencia constante de la hebra a lo largo del día. Desde que te despiertas, sabes que todos los días a las 21.00 h tienes que llamar a tu marido, a tu mujer, a tu madre, a tu hermano, a tu novia, que cada vez que sales de viaje debes traer un regalo para tus hijos, que todos los días a las 7.00 h vas a darle un beso de buenos días a la familia, o que después de cenar todos se sientan en el salón a compartir un rato de televisión... El individuo preglobalizado percibía que tenía toda la vida por delante, pero sus raíces estaban marcadas por esas liturgias de proximidad, de tal manera que, allá donde iba, llevaba consigo sus hábitos, que le ayudaban a mantener el hilo tenso (el embutido en la maleta cuando uno salía al extranjero, la botella de aceite, la música...). Tanto el recordatorio como los rituales fortalecían una identidad asentada y otorgaban orden, dotando de seguridad. Pero las nuevas tecnologías promueven el impulso, la apetencia, el capricho y el instante, eliminando cualquier necesidad de tensionar el hilo.

LAS CEREMONIAS

Poco a poco estamos sustituyendo los rituales que han configurado la madeja de cada personalidad por la ceremonia, que se orienta hacia el exterior. La ceremonia es un ejercicio formal que se realiza delante de la comunidad. Es el espacio donde uno se expone a través de una serie de patrones reglados. Lo que atrae de ella es la pompa en la que se envuelve y la facilidad a la hora de participar. Todo se presenta de cara a la galería y se realiza dentro de los preceptos. Cuenta con la ventaja de ser conocida y compartida por los participantes y, si hablamos de la galaxia de internet, hay que decir que su *modus operandi* facilita que allá donde vayamos podamos sentirnos como en casa. Lo único que tenemos que hacer es repetir los pasos ceremoniales cada vez que interactuemos con la comunidad virtual.

Desde este punto de vista, concibo la ceremonia como pública y notoria y el rito como un asunto de intimidad. Cada uno, en su hogar, tiene unos rituales con los que se siente cómodo y, al llegar a casa de un amigo, percibe con asombro lo extraño de los rituales de este.

Pero la ceremonia nos proporciona una protección de la intimidad. Nos sentimos conminados a hacer acto de presencia, a mostrarnos, a evidenciarnos, pero siempre dentro del espíritu ceremonial. Participamos expresando la emoción adecuada, de ahí la importancia de conocer el protocolo. Cuando llegamos por primera vez a una red social, observamos e investigamos en busca de las claves, de las formalidades. Al principio nuestras publicaciones o participaciones son escasas, pacatas o intrascendentes. Pero a medida que asimilamos el *modus operandi*, cobramos actividad y tratamos de integrarnos de manera productiva.

Al contrario de lo que sucede en el rito, en la ceremonia sabemos que, durante el tiempo que esta dure, estamos siendo observados y juzgados. Esto también ocurre cuando introducimos las pantallas en nuestra intimidad y rompemos nuestro ritual para poder participar de las ceremonias. La singularidad del hogar se convierte en un lugar protocolario donde buscar el mejor ángulo para grabar ese tiktok, la mejor iluminación para hacernos esa foto, escoger la ropa más adecuada, elegir la comida y la distribución de la mesa correctas para Instagram... Hemos pasado de los rituales de nuestra intimidad, que eran distintivos, a los ceremoniales, donde cada uno, conectado desde su residencia, trata de participar en un acto en el que puede prescindir de los otros habitantes de la casa, pero no de los internautas.

Las ceremonias poseen la ventaja de ser muy claras en lo que respecta a sus procedimientos, facilitando la abstracción del proceso. Giran en torno al individuo y al libro de instrucciones. No hay más: es un empobrecimiento de lo social porque desune. Cuando participamos en ellas la principal preocupación recae sobre el papel que tenemos que representar, autopresionándonos para hacerlo lo mejor posible.

El rito pierde terreno. Hemos pasado de recuperar la conexión con los orígenes por medio del rito a desconectarnos de nuestras circunstancias reales, orientando una parte de nuestra vida a los protocolos de las ceremonias. De estar íntimamente acoplados con los otros a formar parte del «infierno de lo igual»,⁷ como dice Byung-Chul Han.

EL FINAL DE LA AVENTURA

Esto supone un debilitamiento de la identidad con respecto a nuestro origen, a nuestra base, a las raigambres

que nos anclan en lo familiar. Las raíces implican aumentar la intensidad de la aventura cuando uno sale al exterior. En la sociedad hipermoderna existe una necesidad imperiosa por vivir «experiencias intensas», se busca amplificar la dosis de adrenalina casi de manera irracional (selfis peligrosos, saltos en paracaídas, *puenting...*); esa obsesión por experimentar sentimientos penetrantes, por buscar una constante fascinación, esa adicción al asombro, delata una falta de tensión interna en nuestra vida y pone de relieve la ausencia de aventura.

Al tener los anclajes con nuestro pasado debilitados y los referentes de partida borrosos, carecemos de elementos para contrastar. No debemos confundir la tensión interna, que nos mantiene activos y vigilantes en nuestro microcosmos, con la tensión externa, que nos arrastra al desequilibrio y nos somete a la dinámica de la hiperacción. Cuando la tensión externa se impone, la aventura se convierte en un calvario, en una lucha por recuperar el control de la vida, por volver al amparo de las resistencias internas que nos mantenían fuertemente unidos a lo nuestro.

La aventura, como ya hemos apuntado, se entiende como los hechos que están por venir o, más en concreto, las cosas que están por llegar, y puede repercutir de manera negativa (desventura) o positiva (buenaventura). Esta significación se ha debilitado porque la actitud del sujeto hipermoderno es la de no aceptar el papel de receptor, se niega a estar «a la expectativa», rehúye la espera, pero sobre todo olvida la importancia de «estar expectante».

Las diferencias estimulaban y potenciaban el pensamiento crítico, servían para fomentar la capacidad reflexiva gracias a la confrontación. Lo raro, lo extraño, se sentía muy lejano y esto ayudaba a realizar análisis críticos sobre el modelo de vida, a tomar distancia, a pensar.

Puestos a ser exquisitos, podemos entender el rito como un elemento provocador que ayuda a incrementar ese asombro con el que la filosofía comenzó hace más de 2.500 años en Grecia. Solo se necesita tiempo y un poco de práctica para lograr que ese asombro se convierta en curiosidad y acabe en un cuestionamiento, alcanzando así los tres pasos del protopensamiento (asombro-curiosidad-cuestionamiento). La mejor manera de recuperar el rito es por medio de la repetición, del recordatorio constante. Si queremos que algo se asiente en nuestra identidad, la repetición facilita el proceso. Así lo llevan haciendo las religiones durante milenios: recordar y repetir para tener el hilo de la identidad siempre tenso. De lo contrario, nuestra tendencia es olvidar, un olvido promovido y apoyado por una industria de la novedad que huye de la rutina.

Pero el hombre hipermoderno ha sido educado en la hiperacción, en la dinámica del progreso infinito, en tomar la iniciativa. Esta necesidad de aprehender el futuro, de apoderarse de él, de tratar de condicionarlo como si fuera un elemento más de la conquista, ha eliminado la aventura de nuestras vidas. La aventura supone una actitud expectante y abierta hacia lo que pueda pasar, implica estar atento a lo que llega, a lo que uno se encuentra, mirar alrededor, no solo hacia adelante, y esperar a ver qué sucede.

En la globalización, estar a la expectativa es sinónimo de derrota, de pasividad. En el proceso de construcción de la identidad, la tecnoglobalización homogeneiza lo extraño por medio de la virtualización del sujeto y de la participación en ceremoniales. Las pantallas nos acercan el mundo al bolsillo, y Amazon y AliExpress nos los traen a casa desde China. Antes de cumplir los cinco años de edad ya tenemos pasaporte y al llegar a los dieciocho

hemos visitado el extranjero, volado en avión, probado todo tipo de comidas forasteras, hemos hecho el amor, nos hemos tatuado... y este constante «hacer», unido al «aparecer» (no se nos olvide que si no lo publicitamos la experiencia sería incompleta), no deja tiempo para sedimentar los ritos, convirtiendo así la aventura en mera anécdota.

PERSONALIDAD ESPARCIDA

El debilitamiento del rito se produce desde el momento en el que se elimina la repetición. El rito se origina en la intimidad, fuera de la mirada del extraño, y crea unos vínculos tan particulares que nos sentimos violentados e incómodos cuando algún foráneo aparece por allí. No queremos ser observados durante su ejecución porque sabemos de su singularidad. Los repetimos hasta convertirlos en costumbres y empujamos a nuestra comunidad a participar de ellos. Nos preocupamos para que estén cómodos y procuramos que les proporcionen tranquilidad y estabilidad, reforzando así los vínculos.

Pero al darle preminencia a las ceremonias hemos dejado de ocuparnos de los demás. Estas ceremonias se producen por doquier, pero especialmente en el mundo virtual. Son muy específicas, poseen un tiempo limitado, cada vez que se mira el smartphone, el ordenador, la tableta..., la información que se consume es distinta. Cuando subimos un vídeo, una foto, una frase, procuramos que sea diferente a la anterior, pero siempre dentro de los signos que codifican cada ceremonia. Son microprocesos que poseen una significación propia y que desaparecen cuando apagamos la pantalla. Repetimos la metodolo-

gía, y si bien el contenido es diferente, sin embargo, sabemos que no podemos salirnos de los márgenes dictados por la comunidad, so pena de ser señalados, de ahí que todo se parezca. Esta constante adicción a participar, unida a la presión por publicar algo «ligeramente» distinto, pero, a la vez, similar, logra que estemos más preocupados por nuestra aportación que por las aportaciones de los demás.

Cada vez es más complicado evitar la tentación. Sacamos el móvil mientras desayunamos, miramos las redes sociales, siempre las mismas y casi siempre en el mismo orden; dependiendo del momento, buscamos la imagen adecuada para subirla, nos hacemos una foto, sonreímos, posamos, examinamos nuestra mejor pose, repetimos la foto, pasamos un rato retocándonos con el editor de imágenes, metemos filtros, pensamos una frase para acompañarla durante un rato, averiguamos el *hashtag* adecuado, y entonces ya estamos dispuestos a dar los buenos días a nuestra comunidad virtual, cumpliendo así la ceremonia completa. Hemos consultado algunos perfiles de Twitter, repasado las tendencias, nos hemos puesto al día con las *stories* de Instagram, hemos inspeccionado las fotos, contestado algunos wasaps, nos hemos «arreglado» para presentarnos y hemos posteado nuestro saludo matutino; en definitiva, un ceremonial completo sobre la esfera de lo virtual.

¿Imaginan si hiciéramos algo parecido en el mundo real, si pusiéramos tanto empeño, dedicación y esmero en hacer lo mismo con la gente con la que convivimos? Qué pasaría si al despertarnos saludásemos a nuestros familiares con una sonrisa, mostrásemos nuestro mejor perfil, pensáramos las palabras antes de decirlas, buscando frases estimulantes y reflexivas que los motivaran o les provocaran una reflexión... Pero no lo hacemos por múlti-

ples motivos. Entre otros, porque somos conscientes de que todo el ceremonial que realizamos para el mundo virtual en realidad es un simulacro que tiende a la falsificación. Una falsificación consciente que agota. Es muy cansino participar porque, entre otras cosas, no eres tú quien la ha organizado. No eres tú quien ha dictado las normas, quien ha impuesto el criterio ni quien ha decidido el procedimiento. Y como no queremos quedarnos fuera, acatamos minuciosamente los pasos. Sabemos que no podemos dejarnos llevar, especialmente si hablamos de redes sociales. Nos vemos obligados a cumplir escrupulosamente los procesos para no sufrir represalias, lo que nos somete a un plus de tensión con lo externo que nos termina agotando.

Este agotamiento pasa factura en la vida real porque no deja espacio para sedimentar nuestros rituales. Al invadir el hogar con las ceremonias apenas queda hueco para el reposo en la intimidad. Todo ese tiempo de interacción con la pantalla suele ser tiempo que restamos a estrechar lazos con las personas con las que vivimos, a los amigos que tenemos, a los compañeros que forman parte de nuestra cotidianeidad.

A esto se le añade la presión de la novedad. Lo digital facilita que las imágenes, las noticias, las *stories* estén en una fase de constante renovación, con muy poco margen de pervivencia, de ahí la presión por estar más tiempo conectados. Cuando salimos de la red, el agotamiento pasa factura y se debilita nuestra capacidad de interactuar con el otro. Lo real va perdiendo, sutilmente, su capacidad de afectarnos.

En algunos casos asistimos a un progresivo deterioro de las relaciones personales, especialmente cuando son íntimas. El índice de separaciones y divorcios no cesa de crecer al tiempo que aumenta el número de personas que

optan por vivir en soledad. Si bien hay múltiples motivos por los que esto sucede, no debemos pasar por alto que la pérdida del rito en nuestras vidas nutre esta problemática. Cuando el rito estaba asentado y formaba parte de esa pedagogía de nuestra identidad, nos preocupábamos por nuestra comunidad, con la que compartíamos costumbres. Eso implicaba que, al comenzar una nueva relación, entrásemos en contacto con otros hábitos, con otras intimidades. La preocupación por complacer al otro era recíproca y la consciencia que se tenía sobre la transcendencia de los ritos nos empujaba a ser tolerantes. Cuando se iniciaba un nuevo proyecto de vida en común se establecían nuevos rituales de unión, se acordaban nuevos cultos y se incorporaban otros que ya se poseían, siempre bajo el mismo denominador común: que complaciesen y reforzasen a todos los integrantes. Una vez en marcha, los nuevos ritos se constituían como una seña de identidad de la convivencia y eran el lugar de refugio para todos. La creación de una pareja o de una familia implica una fusión ritual que se negocia, a la que se le otorga una importancia crucial, porque cada uno de los miembros tiene bien arraigadas sus tradiciones y comprende la importancia de la convivencia con el otro, de los puntos de unión.

Pero al destensarse el hilo de los rituales, hemos perdido el compromiso de la intimidad, de la tolerancia, de la comprensión. A la vez hemos esparcido la personalidad, poniendo el foco en la participación del ego en las ceremonias, y, entre otras consecuencias, cada vez nos resulta más complicado entablar una relación personal e íntima con alguien.