PsicoResúmenes

www.psicoresumenes.com

Resumen de Han, B.C. (2012). La sociedad del cansancio.

En la web encontrarás:

- Bibliografía
- Evaluaciones
- Resumen

Accedé a:

- Clases particulares de varias materias.
- Un tutor para ayudarte a planificar tus semestres.
- Un tutor que te corrija tus trabajos de facultad.

@PsicoResúmenes

@Psico.Resúmenes

Han, B.C. (2012). La sociedad del cansancio. Barcelona: Herder.

La violencia neuronal

Toda época tiene sus enfermedades emblemáticas. El comienzo del siglo XXI, desde el punto de vista patológico, tiene enfermedades neuronales, como la depresión, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, etc. Estas enfermedades son infartos ocasionados por un exceso de positividad.

Las enfermedades neuronales del siglo XXI siguen una dialéctica de la positividad. Consisten en estados patológicos atribuibles a un exceso de positividad. La violencia parte de lo idéntico. En un sistema dominado por lo identico solo se puede hablar de las defensas del organismo en sentido figurado. La resistencia inmunitaria se dirige siempre contra lo otro o lo extraño. Lo idéntico no conduce a la formación de anticuerpos. En un sistema dominado por lo idéntico no tiene sentido fortalecer las defensas del organismo. En este sentido, es relevante el *rechazo no inmunológico*, el cual va dirigido a la sobreabundancia de lo idéntico: al exceso de positividad.

La repulsión frente al exceso de positividad consiste en una abreacción digestivo-neuronal y en un rechazo. El agotamiento, la fatiga y la asfixia ante la sobreabundancia, todas son manifestaciones de una violencia neuronal.

La violencia de la positividad no presupone ninguna enemistad. Se despliega en una sociedad permisiva y pacífica. Debido a ello no es tan visible. Habita el espacio libre de negatividad de lo idéntico, ahí donde no existe ninguna polarización entre amigo o enemigo, entre el adentro y el afuera, o entre lo propio y lo extraño.

La positivización del mundo permite la formación de nuevas formas de violencia. Estas son inmanentes al sistema mismo. Y precisamente en razón de su inmanencia no suscitan resistencia. Aquella violencia neuronal que da lugar a infartos psíquicos consiste en un terror de la inmanencia. La violencia de la positividad es saturativa, exhaustiva. Por ello es inaccesible a una percepción inmediata.

Tanto la depresión como el TDAH indican un exceso de positividad. Este último significa el colapso del yo que se funde por su sobrecalentamiento que tiene su origen en la sobreabundancia de lo idéntico. El hiper de la hiperactividad es sencillamente una masificación de la positividad.

Más allá de la sociedad disciplinaria

La sociedad disciplinaria de Foucault, que consta de hospitales, psiquiátricos, cárceles, etc, ya no se corresponde con la sociedad de hoy en día. En su lugar se ha establecido una sociedad de gimnasios, torres de oficinas, bancos, shoppings, etc. La sociedad del siglo XXI no es disciplinaria, sino una sociedad de rendimiento. Sociedad que produce depresivos y fracasados.

La sociedad del disciplinamiento estaba marcada por el “deber hacer”, negativo. La sociedad del rendimiento está marcada por el “podemos hacer”, positivo. La positividad del “poder” es mucho más eficiente que la negatividad del “deber”. El sujeto del rendimiento es

más rápido y más productivo que el de obediencia. Pero no hay una ruptura entre el disciplinamiento y la productividad, entre el deber y el poder, sino una continuidad. El poder eleva el nivel de productividad obtenida por la técnica disciplinaria, el sujeto del rendimiento sigue siendo obediente, sigue estando disciplinado, pero ahora es, además, rendidor. Alan Ehrenberg sitúa la depresión en el paso de la sociedad disciplinaria a la sociedad del rendimiento:

El éxito de la depresión comienza en el instante en el que el modelo disciplinario de gestión de la conducta, que, de forma autoritaria y prohibitiva, otorgó sus respectivos papeles tanto a las clases sociales como a los dos sexos, es abandonado a favor de una norma que induce al individuo a la iniciativa personal: que lo obliga a devenir el mismo. El deprimido no está a la altura, está cansado del esfuerzo de devenir el mismo.

Sin embargo, lo que provoca la depresión no es solo el agotamiento de pertenecer a sí mismo, de devenir él mismo, sino la presión por el rendimiento.

El hombre tardomoderno es un hombre indefenso y desprotegido frente al exceso de positividad. Es aquel *animal laborans* que se explota a sí mismo, voluntariamente, sin coacción externa. El es, al mismo tiempo, verdugo y víctima. La depresión se desata en el momento en el que el sujeto de rendimiento ya no puede *poder* más. El lamento del individuo depresivo “nada es posible” solamente puede manifestarse dentro de una sociedad que cree que “nada es imposible”. La depresión es la enfermedad de una sociedad que sufre bajo el exceso de positividad.

El sujeto de rendimiento está libre de un dominio externo que lo obligue a trabajar o incluso lo explote. Es dueño y soberano de sí mismo. De está manera, no está sometido a nadie, mejor dicho, sólo a sí mismo. En este sentido, se diferencia del sujeto de obediencia. La supresión de un dominio externo no conduce hacía la libertad; más bien hace que libertad y coacción coincidan. Así, el sujeto de rendimiento se abandona a la libertad obligada o a la libre obligación de maximizar el rendimiento. El exceso de trabajo y rendimiento se agudiza y se convierte en auto explotación. Está es mucho más eficaz que la explotación por otros, pues va acompañada de un sentimiento de libertad. El explotador es al mismo tiempo el explotado. VÍctima y verdugo ya no pueden diferenciarse. Está autorreferencialidad genera una libertad paradojica, que, a causa de las estructuras de obligación inmanentes a ella, se convierte en violencia. Las enfermedades psíquicas de la sociedad de rendimiento constituyen precisamente las manifestaciones patológicas de está libertad paradójica.

El aburrimiento profundo

El exceso de positividad se manifiesta, asimismo, como un exceso de estímulos, informaciones e impulsos. Modifica radicalmente la estructura y economía de la atención. Debido a esto, la percepción queda fragmentada y dispersa. Además, el aumento de carga de trabajo requiere una particular técnica de administración del tiempo y la atención denominada como multitasking. Está técnica, sin embargo, no significa un progreso en la civilización, sino más bien una regresión. Este efecto multitasking está ampliamente extendido entre los animales salvajes, ya que es imprescindible para la supervivencia. El animal salvaje está obligado a distribuir su atención en diversas actividades. Este efecto que no deja lugar para la atención contemplativa es preocupante.

Los logros culturales de la humanidad se deben a una atención profunda y contemplativa. La cultura requiere un entorno en el que sea posible una atención profunda. Ésta es reemplazada progresivamente por una forma de atención muy distinta, la hiperatención. Está atención dispersa se caracteriza por un acelerado cambio de foco entre diferentes tareas, fuentes de información y procesos. Dada, además, su escasa tolerancia al hastío, tampoco admite aquel aburrimiento profundo que sería de cierta importancia para un proceso creativo.

Vita activa

La sociedad de trabajo se ha individualizado y convertido en la sociedad de rendimiento y actividad. El animal laborans tardomoderno está dotado de tanto ego que está por explotar, y es cualquier cosa menos pasivo. El animal laborans tardomoderno es, en sentido estricto, todo menos animalizado. Es hiperactivo e hiperneurótico.

La moderna pérdida de creencias, que afecta no solo a Dios o al más allá, sino también a la realidad misma, hace que la vida humana se convierta en algo totalmente efímero. Pero no solo está es efímera, sino también lo es el mundo en cuanto tal. Nada es constante y duradero. Ante está falta de Ser surgen el nerviosismo y la intranquilidad. El Yo tardomoderno está totalmente aislado, incluso las religiones, las cuales de alguna manera liberaban al hombre del miedo a la muerte y generaban una sensación de duración, ya no sirven.

La sociedad de trabajo y rendimiento no es ninguna sociedad libre. Produce nuevas obligaciones. La dialéctica del amo y el esclavo no conduce finalmente a aquella sociedad en la que todo aquel que sea apto para el ocio es un ser libre, sino más bien a una sociedad de trabajo, en la que el amo mismo se ha convertido en esclavo del trabajo. En está sociedad de obligación, cada cual lleva consigo su campo de trabajos forzados. Y lo particular de este último consiste en que allí se es víctima y verdugo a la vez. Así, uno se explota a sí mismo.

Así, la pérdida de la capacidad contemplativa está vinculada a la absolutización de la vida activa, es corresponsable de la histeria y el nerviosismo de la moderna sociedad activa.

Pedagogía del mirar

La vida contemplativa presupone una particular pedagogía del mirar. Aprender a mirar significa “Acostumbrar el ojo a mirar con calma y con paciencia, a dejar que las cosas se acerquen al ojo”, es decir, educar el ojo para una profunda y contemplativa atención, para una mirada larga y pausada. Uno tiene que aprender a “no responder inmediatamente a un impulso, sino a controlar los instintos que inhiben y ponen término a las cosas”. Reaccionar inmediatamente y a cada impulso es una enfermedad, un declive, un síntoma del agotamiento.

La vida contemplativa opone resistencia a los impulsos atosigantes que se imponen. En lugar de exponer la mirada a merced de los impulsos eternos, la guia con soberanía. En cuanto acción que dice No y es soberana, la vida contemplativa es más activa que cualquier

hiperactividad, pues está última representa precisamente un síntoma del agotamiento espiritual.

Existen dos formas de potencia. La positiva es la potencia de hacer algo. La negativa es, sin embargo, la potencia del no hacer, de decir No. Está última se diferencia de la mera impotencia, de la incapacidad de hacer algo. La impotencia consiste únicamente en ser lo contrario de la potencia positiva. La potencia negativa excede la positividad. Es una potencia del no hacer. Si solo se poseyera la potencia de hacer algo, pero ninguna potencia de no hacer, entonces se caería en una hiperactividad mortal. Si solamente se tuviera la potencia de pensar algo, el pensamiento se dispersaría en la hilera infinita de objetos. La reflexión sería imposible, porque la potencia positiva, el exceso de positividad, permite tan solo el “seguir pensando”.

La negatividad del “no” es un rasgo característico de la contemplación. La negatividad del “no” constituye un proceso extremadamente activo, es todo menos pasividad. Es un ejercicio que consiste en alcanzar en sí mismo un punto de soberanía, en ser centro. La hiperactividad es, paradójicamente, una forma en extremo pasiva de actividad que ya no permite ninguna acción libre. Se basa en una absolutización unilateral de la potencia positiva.

La sociedad del cansancio

El cansancio de la sociedad de rendimiento es un cansancio a solas, que aísla y divide. Estos cansancios son violencia, porque destruyen toda comunidad, toda cercanía, incluso el mismo lenguaje.

El cansancio del agotamiento es un cansancio de la potencia positiva. Incapacidad para hacer algo. El cansancio que inspira es un cansancio de la potencia negativa.