Conviviendo con la soledad

Josep Maymí, Antropólogo. Observatori de la Realitat de Càritas Catalunya

Nos encontramos ante una lectura argumentada, absorbente, que no deja nada en el tintero. Noreena Hertz, pensadora, académica y economista inglesa, analiza en profundidad la que califica sin rodeos como la condición definitoria del siglo XXI, identificando su origen con anterioridad.

Sobre la base de la competencia despiadada que caracterizó a la década de 1980, época en qué el neoliberalismo pregonaba la no intervención del Estado, el interés personal pasó a un primer plano, dejando seriamente comprometida la idea del bien común. En consecuencia, cuando la COVID-19 irrumpió durante el primer semestre de 2020, ya hacía tiempo que muchas personas se sentían solas y aisladas.

En la actualidad, **las áreas urbanas son entornos donde arraigan tanto el anonimato como la despersonalización**. Huyendo de la frivolidad de ciertos estereotipos sobre el día a día en las ciudades, emergen ciertos estudios con afirmaciones categóricas y convincentes, como la que pregona que a más densidad de población, menos civismo. Las prisas inherentes a un ritmo de vida acelerado caracterizan una cotidianidad ensimismada, sin capacidad para percibir una vulnerabilidad real y manifiesta, y gobernada por interacciones efímeras que amplifican el sentimiento de soledad. Una cotidianidad, además, que tiende a verse condicionada por la emergencia de entornos físicos disuasorios que comprometen la existencia de espacios públicos que permitan el desarrollo de actividades sociales abiertas con todo tipo de personas. Si bien hay excepciones, las ciudades no siempre se diseñan para ser acogedoras.

La irrupción de las redes sociales condiciona el entramado de las relaciones personales. Cada vez que se dirige la atención a las pantallas la interacción humana pierde una oportunidad. La deriva adictiva que comporta el uso abusivo de los teléfonos móviles fomenta la creciente tibieza de las interacciones que, a su vez, ven mermada su capacidad de empatía. Complementariamente, dentro del ámbito laboral, la proliferación de entornos de trabajo diáfanos en que cierta intimidad se ve comprometida, así como el aumento del teletrabajo, inciden también en la sensación de aislamiento.

Huyendo de la tentación de idealizar la vida en comunidad —algunas pueden llegar a ser excluyentes—, es evidente tiene efectos beneficiosos; la relación con los demás es una tendencia natural. En consecuencia, **la soledad puede ser perjudicial para la salud**, con el riesgo de contribuir a desarrollar serios trastornos de ansiedad y depresión. Pero según escribe Hertz, aún hay más. Es especialmente revelador el capítulo del libro en que recurre a los escritos de Hannah Arendt para ahondar en **la relación de la soledad con la política de la intolerancia**. Arendt argumenta que la soledad *es una de las experiencias más amargas que puede vivir un ser humano*. En consecuencia, *la circunstancia de no formar parte del mundo (…) es la esencia del gobierno totalitario, el caldo de cultivo de sus verdugos y de sus víctimas*. Hertz concluye: *Uno de los principales motivos de por qué tanta gente ha votado a los líderes populistas en los últimos años es la soledad*.