

El pensamiento y los nuevos comportamientos

Los cambios sociales y la incertidumbre alimentan sentimientos de conservación y protección

# MIEDO

## La sociedad que teme

JOSEP MASSOT  
Barcelona

Para entender a una sociedad es más útil examinar sus temores que sus deseos. Dime a qué tienes miedo y te diré quiénes eres”, asegura el filósofo Daniel Innerarity. ¿Hemos pasado de la sociedad de la incertidumbre a la sociedad del miedo? El neurologo António Damasio fijó seis emociones primarias o básicas: miedo, ira, asco, sorpresa, tristeza y felicidad, una lista que no incluye las emociones sociales (vergüenza, culpa, etcétera) ni los estados de ánimo o sentimientos.

Las emociones están vinculadas a la adopción de decisiones rápidas. ¿Hasta qué punto las emociones —si algo te hace sentir bien, entonces debe ser verdad— pierden su sentido positivo, el de asistir a la razón, para volverse en su contra? Antes el miedo se vivía compartido y ahora nos enfrentamos a él cada uno aislado en nuestra burbuja. Una sociedad obsesionada con la seguridad, con el estar a salvo de mil peligros, es una sociedad desconfiada, temerosa. Una sociedad que teme no se aventura en las soluciones imaginativas que la sacarían adelante. Por el contrario, conserva y se cierra. Queremos estar tan seguros (alimentos adulterados, cambio climático, contagios, pedofilia, atentados terroristas, robos, despidos...) que incluso el accidente deja de ser visto como un desgraciado azar para ser considerado como consecuencia culpable de una irresponsabilidad y falta de previsión. ¿Cómo estar a la altura de la exigencia de ser felices, tener cuerpos atléticos, estar sanos, desfrazar la edad, triunfar, poseer... sin recurrir a un falseamiento de la realidad que se acaba creyendo veraz?

**Miedo al otro.** Uno de los principales miedos que han resurgido con

fuerza incontenible es el miedo al otro. No sólo por ser un competidor por un puesto de trabajo. Zygmunt Bauman dice que la aparición inesperada de miles de refugiados que hasta hace unos meses vivían como los europeos “nos hace conscientes de cuán frágil, inestable y temporal es la presunta seguridad de nuestras vidas. La inmigración nos provoca tanta ansiedad porque ese miedo a perderlo todo ya estaba ahí, latente, por la creciente precariedad de la vida occidental. Ya no son simples pesadillas, sino realidades que puedes ver y tocar”. George Gerbner acuñó el término *mean world syndrome* para definir el fenómeno por el cual la violencia relatada por los medios de comunicación convence a los espectadores de que el mundo es más peligroso de lo que en realidad es y fomenta un deseo de mayor protección. Y más protección siempre significa menos libertad, medidas más agresivas para garantizar la seguridad, una comunidad más cerrada, encastillada.

**Miedo a la emancipación de la mujer.** La ensayista vasca Edurne Portela, autora de *El eco de los disparos* (Galaxia Gutenberg) dice que “los procesos de convertir al ‘otro’ en enemigo siempre implican un temor hacia ese que es diferente: porque no entendemos su conducta, porque tiene intereses que no son los míos, porque su mera presencia es amenaza para mi estabilidad”. “Esta otredad —comenta— puede ser de género: del hombre a la mujer por ocupar un espacio que según la tradición no la pertenece, convirtiéndose así en rival. Puede ser racial o étnica (del hombre blanco anglosajón, por ejemplo, al hispano de color o del cristiano al musulmán); puede ser económica (del privilegiado frente a aquel que supone una amenaza para su clase y sus intereses)”.



"Eso no es poesía" como mejor piropo posible para un poema

@lunamiguel  
Luna Miguel Escritora

Lo que pedía Natalia Ginzburg para nuestros hijos —para los suyos— era que no se parecieran a nosotros, que fueran mejores y más fuertes

@jenn\_diaz  
Jenn Díaz Escritora

La CIA quejándose de que alguien interfiriera en unas elecciones

@juangomezjurado  
Juan Gómez-Jurado Escritor y periodista

La antropóloga Mercedes Fernández Martorell, que ha estudiado la violencia de género, dice que “miedo es el nombre que damos a nuestra incertidumbre, a nuestra ignorancia sobre lo que puede y no puede hacerse para combatir la amenaza”. “Durante siglos —sostiene—, la estructura del capitalismo —y también en gran medida la del comunismo— ha funcionado teniendo a la mitad de la población mujer viviendo en dependencia, en sumisión, se diría que entregada a la otra mitad, a la población hombre. Lo que supone que los hombres entre sí estaban jerarquizados, pero hermanados en el poseer todos lo mismo: una mujer. Esta estructura se rompió desde el feminismo a comienzos de los años setenta del siglo veinte. Hoy está irremediablemente despedazada en Europa y en toda América. La mujer trabaja, practica su autonomía, su libertad, independencia”.

Para la antropóloga, “no se trata de que esta situación provoque, en sí, miedo. Sino que tal metamorfosis está implicada en la profunda mutación del actual capitalismo. Transformación que los hombres de poder la gobiernan desahuciando al común de la población, desamparándola en la pobreza, en la falta de trabajo, rompiendo la llamada sociedad del bienestar, abandonándola. El hombre que asesina, el que maltrata a la pareja mujer es el inepto para autoestimarse al margen de tal alianza masculina que ahora perece; es el negado para vivir con una mujer libre, sin la creencia de que es un cuerpo a poseer”.

**Miedo a saber.** ¿Quién tiene miedo a saber? “El radicalismo —dice Edurne Portela— es incompatible con el saber. Por eso los poderes usan el miedo en combinación con la ignorancia para mover a las masas. Las escaladas de violencia tienen como correlato la privación del conocimiento. Y la ignorancia va ligada al silencio: cuanto menos se sabe, menos se articula y, cuando no queremos saber, reconocer la realidad, lo más fácil es guardar silencio. No articular el pensamiento significa esconder una realidad que intuímos: ‘Lo que no se dice, no existe’”.

**¿Cómo meter miedo?** Daniel Innerarity lo llama miedo fomentado. “La política sirve, entre otras cosas, para cultivar en la sociedad un miedo proporcional y razonable. Por supuesto que existe un ‘meter miedo’ antidemocrático, populista, que a través de la estigmatización pretende neutralizar las virtualidades democratizadoras del pluralismo; el miedo se puede provocar artificialmente para ofrecerse como salvador o para inducir el letargo en una sociedad de manera que sea más fácilmente gobernable. Pero hay un miedo que

puede ser fuente de lucidez y liberación. La oportuna dramatización de los riesgos es un antídoto contra ese presente obtuso que no sabe más que tirar para adelante”.

**Miedo a la libertad.** Victòria Camps afirma que hay miedo a la libertad. “Erich Fromm —dice— escribió un libro imprescindible, *El miedo a la libertad*. Veía los totalitarismos como una consecuencia del miedo de los hombres a decidir por sí mismos y ser autónomos de verdad, a forjar un futuro no tribal. Cuando hoy nos referimos a la incertidumbre, a la sociedad del riesgo, quizá estamos hablando del mismo miedo, el que hace que las personas busquen el amparo de un colectivo, unas identidades que les aseguren un futuro si no mejor, por lo menos no peor que el presente”.

**Miedo al futuro.** Edurne Portela opina también que hay miedo al futuro. “Como vemos últimamente, nuestras decisiones políticas en Occidente están guiadas por el miedo y la ignorancia. Tenemos miedo a un futuro en el que la incertidumbre laboral parece ser la norma, a llegar a la edad de jubilación sin el colchón que antes nos daba el estado de bienestar, a que todas las promesas de progreso resulten incumplidas. Y por eso estamos dispuestos a sacrificar nuestras libertades políticas, dárseles a líderes que aprueban la ley mordaza o quieren expulsar a millones de inmigrantes de nuestros países. Porque esos líderes prometen simplificar la realidad: la culpa es de los otros (musulmanes, hispanos, negros, mujeres que no cumplen con las obligaciones de su sexo, inmigrantes) y una vez arreglado el problema del ‘otro’, según ellos, todo mejorará”.

**Miedo a hablar.** La ensayista vasca, en su libro *El eco de los disparos*, como en narrativa hizo Fernando Aramburu en *Patria*, recupera la memoria de los que no fueron ni verdugos ni víctimas en los años de violencia de ETA. No quieren el olvido, cerrar las heridas en falso, y llegar por medio de la cultura “a las partes más ocultas y olvidadas de este conflicto, las que afectan a las relaciones humanas y sociales que han sido atravesadas por la violencia”.

“El silencio —afirma la pensadora— también se produce en las sociedades donde hay una violencia implícita o explícita. En el contexto vasco esto es obvio: la violencia explícita del ETA y la violencia implícita del discurso radical nacionalista, que invadía las relaciones sociales hasta los niveles más íntimos, ejercía una coacción e invitaba a no posicionarse públicamente contra los más violentos porque esto suponía ser víctima de una violencia directa (desde el tiro en la nuca hasta la quema del negocio o la casa) e indirecta (las amenazas, las pintadas en las paredes acusando de ‘enemigo del pueblo’), el aislamiento social, etcétera”.

“Pero el silencio como defensa ante la coacción ambiental o para evitarse problemas —añade— se puede dar en muchos otros con-

textos, como el laboral. Hay gente que soporta humillaciones de sus superiores o humillaciones a otros compañeros por miedo a perder el trabajo; que es testigo de abusos o de prácticas indecentes y se calla porque tiene miedo a las represalias. Supongo que es parte de la naturaleza humana, que bajo presiones ambientales fuertes nos volvemos más cobardes de lo que nos gustaría reconocer y buscamos la zona de confort”.

Victòria Camps comparte la opinión. “El miedo de los jóvenes a decir su edad, de las mujeres a decir que están o pueden quedarse embarazadas cuando buscan trabajo, es fruto de la desconfianza. También es fruto de la desconfianza el miedo que impide una cooperación sana, en el trabajo o en el desarrollo del conocimiento. Todos los ámbitos sufren la influencia de un sistema económico que educa para competir, no para cooperar”.

**Miedo a conocerse a sí mismo.** Hay más miedos. Como el miedo a conocerse. Miedo a sí mismo, a conocerse realmente sin autoengaños, sin la coacción del ego que juzga, agudizado ahora por las posibilidades de crear máscaras que ofrecen las redes sociales al estar expuestos más que nunca a una intimidad expuesta las 24 horas. Miedo, también, al miedo. “Los dos principales dispositivos para liberar al hombre del miedo —la técnica y la política— han perdido buena parte de su eficacia. La técnica se ha convertido en una multiplicadora del riesgo y la incertidumbre, mientras que la política, en su clásica forma estatal, es incapaz de hacer frente a los desafíos de la globalización”, dice Innerarity.

**El miedo que nubla.** “Hay una clase de miedo, que tenemos en común con los animales, el que muestra una reacción saludable ante una situación peligrosa en la que nuestra producción hormonal nos ayuda a luchar o escapar. Este tipo de miedo nos ayuda a hacer instintivamente lo correcto. La reacción del sistema hormonal volverá a la normalidad tan pronto como esté de nuevo en un espacio seguro”, dice la psicoanalista y psicoterapeuta Claudia Barbara Mohler.

“El segundo tipo de miedo es el miedo constante a cualquier cosa: a perder el trabajo, a ser traicionado, a que nuestro hijo no pase el examen final, a la situación mundial, de la mujer a los hombres y viceversa...”, prosigue Mohler. La mayoría de la gente vive constantemente bajo el arma de este sistema de lucha y escape y el nivel de su cortisol y adrenalina está constantemente en un engranaje muy alto. Tan pronto como estamos bajo esta influencia, neurológicamente es imposible tener pensamientos claros y estar centrados en nuestra sabiduría (porque nuestro cerebro sólo funciona en ondas Beta, que son muy incoherentes), y tenemos más miedo abrumados por el mismo vivir. La publicidad y la política utilizan este conocimiento muy bien para influenciar a la población en la dirección que quieren”.



#tuitsdecultura

Yo pondría los partidos de fútbol a las 9 de la mañana. Así luego aprovecharías más el día para lo que quieras

@buenafuente  
Andreu Buenafuente Comunicador