

Carlos Javier González Serrano

UNA FILOSOFÍA DE LA RESISTENCIA

Pensar y actuar:
contra la
manipulación
emocional



Carlos Javier González Serrano

Una filosofía de la resistencia

*Pensar y actuar:
contra la manipulación emocional*



La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor. La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías. Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor. Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47. Queda expresamente prohibida la utilización o reproducción de este libro o de cualquiera de sus partes con el propósito de entrenar o alimentar sistemas o tecnologías de inteligencia artificial.

© Carlos Javier González Serrano, 2024

© Editorial Planeta, S. A., 2024

Ediciones Destino, un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.edestino.es

www.planetadelibros.com

Adaptación de la cubierta: Booket / Área Editorial Grupo Planeta

Imagen de la cubierta: © Arianne Faber

Primera edición en Colección Booket: junio de 2025

Depósito legal: B. 8.579-2025

ISBN: 978-84-233-6801-3

Impreso en España

ÍNDICE

Prólogo	13
<i>Nota bene</i>	19
Introducción	21

FILOSOFÍA

La filosofía como actitud de resistencia contra la manipulación emocional	33
Servidumbre emocional: estrés, opresión y libertad.	41
Soledad, angustia y atomización del sujeto contemporáneo.....	69
Comunidad, cuerpo e individuo: recuperar la cercanía	85
Atención y distracción: la reconquista de nuestro deseo	107
El sujeto sedado: rapidez, polarización e imposibilidad para pensar.....	127

RESISTENCIA

Ruido y pantallas: ante la opresión del estímulo constante	153
---	-----

Contra la emotiocracia: sociedad algorítmica y predicción de nuestra conducta	167
Resistencia: más allá de la aceptación de la vulnerabilidad y la fragilidad	187
Un salutífero pesimismo frente a la dictadura felicifoide	199
Educación y resistencia: una propuesta (contra)pedagógica	209
Breve bibliografía para pensar y resistir	221

LA FILOSOFÍA COMO ACTITUD DE RESISTENCIA CONTRA LA MANIPULACIÓN EMOCIONAL

Filosofía y acción están ineludiblemente implicadas. Un pensamiento que no desciende a la realidad, que no se hace carne y que no guarda la intención de hacerse efectivo es un pensamiento estéril e infecundo. La filosofía encierra una vocación *agente*, es decir, una potencia irreprimible por actuar en el mundo a través de la reflexión comprometida con nuestras circunstancias. Por eso no es suficiente con enseñar historia de la filosofía, sino también enseñar a *filosofar* —como apuntó Immanuel Kant en una de sus lecciones más célebres—, un verbo que con asiduidad se ha banalizado. Filosofar implica tomarse en serio el escenario en el que hablamos y actuamos para asir con fuerza y decisión las riendas de nuestra responsabilidad y para emitir un juicio propio sobre cuanto sucede en el mundo. Implicar a la ciudadanía —a través de la educación y la enseñanza reglada— en este proceso conjunto de pensamiento nos impide sentirnos como seres aislados y constituirnos a través de la sana herida de lo común, que reclama de nosotros un hacer responsable derivado de un pensamiento libre y soberano.

La filosofía, como un pensar comprometido y emancipador, es asimismo un pensar político, es decir, una reflexión que se ejerce en el ineludible contexto de la *polis*,

de la ciudad. Como ya se ha señalado, Aristóteles distinguió el terreno doméstico o privado, donde desarrollamos nuestra vida íntima y personal, y el terreno público, allí donde intercambiamos palabras y acciones y donde se juegan los intereses de la ciudadanía. Mucho antes, en la *Ilíada*, Homero había pensado el campo de batalla como un escenario en el que los seres humanos defienden un parecer, una postura o convicción; para Homero, la valentía del guerrero no se queda en la demostración de violencia con la que emplea sus letales armas bélicas, sino que también *muestra* públicamente la legitimidad y validez con las que un individuo cualquiera presenta ante los otros sus propias certezas. La actual polarización de la política institucional y el parapeto que proporcionan las redes sociales y la digitalización de nuestra existencia nos priva hoy, poco a poco, de este marco público presencial, donde los cuerpos comparecen, y en el que el argumento y las razones esgrimidas exponen también el tipo de sujeto que somos —y que *decidimos* ser—. En definitiva, la filosofía nos recuerda que el creciente privatismo de nuestras vidas nos arrebató la oportunidad de encontrarnos con los demás para intercambiar palabras que no solo nos permitan sobrevivir y adaptarnos a los distintos imperativos de nuestro tiempo, sino, sobre todo, vivir mejor.

Por eso el uso del lenguaje es tan importante. Ninguna de nuestras palabras es inocente. Cuando elegimos pronunciar una palabra y no otra estamos eligiendo el tipo de mundo que queremos crear. Nuestra realidad común, pero también la esfera individual e introspectiva, se configura a partir de nuestro discurso, porque el lenguaje instauro y fomenta la realización de una realidad determinada y una forma de estar en ella, de habitarla. Por eso nuestros silencios son igualmente poderosos. Aquello de lo que no se habla, aquello que no nos atrevemos a nombrar, desapare-

ce del escenario de lo posible, de lo que está sujeto a debate y, por tanto, a elección.

Una filosofía de la resistencia no solo nos empuja a escoger las palabras más pertinentes para transmitir un mensaje, sino que invita a buscar y cuestionar los conceptos con los que representamos y calificamos nuestro mundo circundante. Hoy, por ejemplo, hablamos poco de la tristeza, condenada como un sentimiento «negativo» bajo la tiranía felicifoide; todo debe estar teñido por el incandescente deseo de ser felices y funcionales, y con ello olvidamos referir y estudiar emociones como el tedio, la desidia, la frustración o el sufrimiento, que quedan ocultas por el dominio del gobierno emocional, que nos quiere resilientes y productivos. Por eso, cuando hablamos no solo mostramos, sino que también ocultamos. Ejercer la resistencia filosófica nos ayuda, pues, a sacar a la superficie numerosas categorías que incitan a reflexionar sobre qué aspectos de la realidad estamos dejando de percibir y, en consecuencia, de pensar y cuestionar.

Por todo ello, la filosofía —y en particular esta filosofía de la resistencia que aquí se presenta— no es un saber frío, desapasionado o aséptico que se conforma con el conocimiento anacrónico, erudito y académico de la historia de las ideas. Ese pensar comprometido, por tanto, ha de traducirse *necesariamente* en acciones: en nuestra vida cotidiana, en el ejercicio de la docencia, en el trato diario con nuestro círculo de proximidad, en la capacidad para ejercer la crítica, que es la auténtica cultura. Como dejó anotado Antonio Gramsci en su texto «Socialismo y cultura» (1916), «hay que dejar de concebir la cultura como saber enciclopédico para el cual somos un recipiente que hay que rellenar y apuntalar con datos empíricos. Esto no es cultura, sino pedantería; no es inteligencia, sino intelecto, y es justo reaccionar contra ello». Porque, continuaba el

pensador italiano, la cultura consiste en la «apropiación de la personalidad propia, en la conquista de una superior consciencia por la cual se llega a comprender el valor histórico que uno tiene, su función en la vida, sus derechos y deberes».

Una filosofía de la resistencia, como revolución intelectual que se presenta como motor de una conciencia crítica y de contundente penetración en nuestros andamiajes culturales hegemónicos, nos ofrece herramientas especulativas para analizar y después cuestionar e intervenir en aquellas estructuras sociales, políticas y económicas que generan cualquier tipo de opresión, malestar o desigualdad. A la vez, nos empuja a asumir nuestra responsabilidad como individuos que forman parte de una comunidad ciudadana. Es decir, y como sostuvo Gramsci, la filosofía permite que no seamos indiferentes y corta las alas de la indolencia, la insensibilidad e incluso de la negligencia y la pereza intelectual. La reflexión filosófica no pretende arremeter contra el poder establecido por un afán pueril o gratuito, sino pensar de manera irrenunciable el funcionamiento y las implicaciones de ese poder para, llegado el caso, oponernos a él con razones y argumentos. Como declaró Simone Weil en diversos escritos, el individuo puede prescindir de la reflexión sobre la injusticia. Ahora bien, si cae en las garras del desinterés y de la apatía, correrá el riesgo de ser cómplice de los mecanismos que permiten la aparición y el desarrollo del aparataje que produce esa injusticia. Lejos de lo que quieren hacernos pensar, la historia humana no es una historia natural, metafísica, incólume o irremediable; nuestra historia es la historia que hacemos y, lo importante aquí, la historia que *nos dejamos* hacer. «Vivir significa tomar partido», señaló en una de sus reflexiones el dramaturgo y poeta alemán Friedrich Hebbel, a quien Gramsci cita. Porque el desinterés y la insensibilidad nos

hacen abdicar del ejercicio de la libertad y de la voluntad. Bajo su hábil embrujo, nos abstenemos de decidir con independencia y de estar a la altura de la responsabilidad que se nos da.

Fruto de esta indiferencia, adquirida mediante diversos artificios que examinaré a lo largo de este libro, nos hemos distanciado unos de otros. Nuestros cuerpos se han alejado. Conectados pero aislados. Tradicionalmente, la historia de la filosofía ha condenado el cuerpo como un lugar en el que el alma o la razón quedaban prisioneras. Nuestra dimensión intelectual ha prevalecido sobre nuestras categorías corporales. Pero solo podemos pensar *desde* un cuerpo, desde las coordenadas que dictan las emociones, sentimientos y sensaciones que derivan de un cuerpo singular, sufriente, consciente de sí. Nuestro pensar es un pensar ineludiblemente corporeizado. El paulatino alejamiento de los cuerpos del ámbito público, colonizado por las redes sociales y los ritmos y reglas del universo digital, nos obliga así a repensar el papel de nuestro cuerpo en las relaciones humanas. El espacio común ha quedado constituido por multitudes solitarias que se comunican desde el aislamiento autoinfligido de sus domicilios, convertidos en presidiarios voluntarios. Ahora bien, sin la presencia de unos cuerpos con y frente a otros perdemos un imprescindible componente *material* de la realidad; sin la comparencia de nuestras mutuas miradas quedamos expropiados de un modo único de comunicación y con ello nos acostumbramos a la ausencia del otro, al desierto de un mundo hiperconectado pero deshabitado. El alejamiento nos entristece y, poco a poco, nos sume en la apatía y la desidia. Esta ausencia siempre nos remite a una presencia perdida, a una presencia extraviada.

Como veremos, a causa de la silente digitalización de nuestra vida y de la pérdida de nuestra atención, la realidad

ha sufrido un proceso de desencantamiento. Nos cuesta mucho mantener despierta nuestra capacidad para sorprendernos por lo que acontece a causa del continuo bombardeo de noticias, ruidos, interrupciones y notificaciones que sufrimos cada día. Por eso, una filosofía de la resistencia puede ayudarnos a *erotizar* la realidad, a llenarla de un impulso erótico entendido como un interés activo y un compromiso efectivo con cuanto sucede a nuestro alrededor. Esta resistencia filosófica nos sacude en lo más hondo y nos impide transitar el mundo de manera indolente. Reerotizar la realidad implica volver a hacerla atractiva —en tanto que atendemos a ella deliberadamente— como escenario en el que debemos introducirnos a través de nuestras acciones. El erotismo que encierra la filosofía de la resistencia nos impele a *dejarnos asombrar* por lo cotidiano y acogerlo como elemento ineludible que debe ser pensado y con el que, lejos de permanecer pasivos, tenemos que entregarnos a la acción responsable.

Vivimos, pensamos y sentimos desde un cuerpo determinado. Un cuerpo que goza y sufre, que se duele en la enfermedad y que se solaza en el placer. En paralelo, esto quiere decir que existimos *entre* cuerpos y que nuestra relación mutua supone el choque, la caricia, el abrazo o el beso. En definitiva, los cuerpos son el emplazamiento insustituible desde el que nos encontramos.

Sin embargo, el privatismo y la soledad a los que nos han entregado numerosos dispositivos digitales y diversos artilugios disciplinantes del gobierno emocional hacen que este encuentro entre cuerpos resulte cada vez más prescindible y que, incluso, llegue a contemplarse como una amenaza. Las redes sociales y el afán por hacerse ver y admirar por el Otro nos transforman en peligrosos y desafiantes contendientes que puján por el relumbrón, la fama o la celebridad. Por el «capital social». Por eso, frente al aleja-

miento y la domesticación disciplinaria de nuestros cuerpos, promovidos por la digitalización de nuestra vida, debemos recuperar un sano encuentro entre cuerpos, allí donde las miradas, las palabras y las acciones convierten nuestro mundo privado en un escenario irremediablemente compartido.

Hoy, más que nunca, la pregunta kantiana por autonomía sobrevuela nuestro cielo intelectual: ¿qué nos cabe hacer? A través de un sincero e incontenible pensamiento comprometido con nuestro presente, y en contra de la aflicción y la indolencia a la que nos somete el paradigma ideológico de la idiotocracia, la filosofía de la resistencia que aquí se propone intentará contagiar un denodado entusiasmo por volver a despertar la alegría de la reflexión individual que conduce a un pensar y a un actuar en comunidad. Porque, como dejó escrito María Zambrano, nuestra acción más propia es la de crear camino, y nadie, en absoluto, puede llevarla a cabo por nosotros. Salvo que, por supuesto, queramos delegar en otros lo más propio de lo humano, lo más genuinamente nuestro: pensar y actuar.