



**UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CÓRDOBA**
JESUITAS

**Seminario de Formación Humanística I
Resumen de**

**La sociedad del Cansancio
Byung-Chul Han**

Profesor: Carlos Asselborn

Alumnos: Casermeiro Maria Silvia (2313430), Menel Angelo (1804789), Vargas, Micaela(1803112), Vietto Santiago (1802890)

Fecha: 18/04/2023

1. El Prometeo Cansado

Primero debemos saber que Prometeo es un personaje de la mitología griega, conocido por ser el titán que robó el fuego de los dioses para entregárselo a los hombres. Se considera que Prometeo fue el creador de la humanidad y se dice que, al robar el fuego, dio a los seres humanos la capacidad de utilizar la tecnología y progresar en la civilización.

El Prólogo hace referencia a dos metáforas, vinculadas al sujeto de rendimiento:

- Por un lado, se utiliza la metáfora de Prometeo para analizar la situación actual de la sociedad y la relación entre el hombre y la tecnología, entendiendo que no se trata de una emancipación sino de una subyugación del hombre por la tecnología. En donde el fuego robado por Prometeo es un fuego que ya ha sido procesado por los dioses, entendiendo así que la tecnología siempre ha estado presente en la relación entre el hombre y la naturaleza. Sin embargo, la tecnología se ha vuelto cada vez más poderosa y ha ido cambiando la relación entre el hombre y la naturaleza, así como la relación entre los seres humanos.
- Y por otro lado tenemos el Águila, que es una metáfora al alter ego del sujeto de rendimiento con el cual siempre está en una guerra interna, y en donde esta “devora su hígado”, haciendo referencia a un cansancio físico y psicológico.

Entonces, podemos concluir que el sujeto de rendimiento está “encadenado” como el Prometeo, es decir, la tecnología ha llevado a una sociedad del rendimiento en la que se espera que los individuos sean productivos y eficientes todo el tiempo. Y como consecuencia de esto la sociedad actual se encuentra en una situación de cansancio, producto de una autoexplotación, en la que los individuos se sienten abrumados y agotados por la sobreinformación y la hiperconectividad. El hombre ya no es capaz de reflexionar y descansar, lo que ha llevado a una sociedad del agotamiento. De igual manera se llega a un punto en donde la herida se cierra de cansancio, es decir, al estar saturado uno decide abandonar aquello que lo cansa, por ende, se considera a este cansancio como curativo, o sea, el medio por el cual uno considera que llegó a sus límites físicos y psicológicos sobre lo que sea que está sintiendo o realizando en su vida y lo abandona o busca un equilibrio.

2. La violencia neuronal

Podemos decir que toda época tiene sus enfermedades emblemáticas, pero actualmente no vivimos en una época viral, a pesar de la pandemia, y todo esto gracias a las **técnicas inmunológicas**, es decir, conjunto de técnicas que se utilizan en la sociedad actual para combatir los peligros y amenazas que se presentan, son similares a las que se utilizan en el sistema inmunológico del cuerpo humano para combatir las enfermedades y las infecciones. El siglo pasado era una época inmunológica, en donde se tenía bien en claro la división entre los siguientes conceptos:

- El adentro: que es el espacio privado, íntimo y personal.
- El afuera: que es el espacio público, social y compartido.
- Lo propio: que es lo que nos es familiar, lo que nos es cercano y que conocemos bien.

- Lo extraño: es lo desconocido, lo que nos es ajeno y que no comprendemos completamente.
- El amigo
- El enemigo: que no es simplemente un adversario o una persona con opiniones diferentes, sino que es alguien que representa una amenaza existencial para el grupo político en cuestión.

Además, predominaban las enfermedades y las guerras, por lo que las técnicas que regían eran de ataque y defensa y se extendía más allá de lo biológico, pero generaban una paranoia y a una cultura del miedo, y limitaban la libertad y la privacidad de las personas, cegando a la sociedad, es decir, repeliendo todo lo extraño. A partir del siglo XXI, desde un punto de vista patológico las enfermedades no serían ni bacterial ni virales, sino neuronales, haciendo referencia a enfermedades como la depresión y otros trastornos o déficits mentales. Por otro lado, cuesta diferenciar los conceptos anteriores ya que están mezclados entre sí, generando ansiedad e incertidumbre en las personas por el hecho de no saber en quién o en que confiar, que es lo propio y que es lo desconocido.

Hoy en día la sociedad está más que nunca organizada inmunológicamente, y se caracteriza por la desaparición de la **otredad** y la **extrañeza**, estos conceptos hacen referencia a la relación que existe entre el sujeto y el otro, entendiendo "otro" como aquel que es diferente a uno mismo, es decir, con "otredad" se refiere a la condición de ser diferente, mientras que "extrañeza" hace referencia a la sensación de extrañeza o extrañamiento que se produce ante lo diferente o desconocido. Entonces, en la actualidad, en vez de la otredad prevalece la **diferencia**, es decir, la diversidad y las diferencias individuales que existen entre las personas. Y lo extraño se sustituye por lo **exótico**, es decir, algo atractivo y agradable, en donde un **turista**, que ya no es un **sujeto inmunológico**, lo recorre. Entendemos como turista a una figura que representa la mentalidad de la sociedad actual, caracterizada por el deseo de consumir experiencias y sensaciones sin profundizar en ellas, que promueve el individualismo y la superficialidad, y además decimos que no es un sujeto inmunológico, ya que no se construye como una figura que busca protegerse de lo extraño y de lo desconocido, cerrándose sobre sí mismo y evitando el contacto con lo que se considera amenazante. Entonces podemos decir que la extrañeza es la resistencia a lo inmunológico valga la redundancia.

Si bien todos los problemas pueden separarse en ámbitos como la medicina, seguridad nacional o ciberseguridad, pero en sí, la acción para prevenir cada problema en su área, todos juntos conforman la inmunización, es decir, respuestas de protección ante un peligro. También decimos que el paradigma inmunológico no es compatible con el proceso de globalización, por lo que el mundo inmunológicamente organizado está limitado por fronteras, ya que impiden el proceso de cambio o intercambio universal de culturas. Por lo tanto, la idea de oponerse al intercambio promueve la aparición de la **negatividad** que es un rasgo fundamental de la inmunidad. Lo otro penetra en lo propio y trata de negarlo, es decir, lo propio se afirma en lo otro negando su negatividad. Con negatividad nos referimos a la capacidad del sujeto para decir "no" a las demandas y estímulos del entorno, o a la capacidad de resistir y de protegerse de aquello que se considera amenazante o dañino. En este sentido, el sujeto inmunológico se caracteriza por una negatividad excesiva, es decir, por una actitud de defensa cerrada y de rechazo a todo lo que se considera extraño o diferente.

Pero actualmente, el concepto de la **negatividad a lo extraño** a cambiado, ya que lo extraño o desconocido ha perdido su carácter negativo y se ha convertido en algo positivo, pero esta nueva percepción de lo extraño tiene consecuencias negativas en la salud mental y cognitiva, debido a la sobreestimulación constante del cerebro, en donde lo extraño se ha vuelto común y fácilmente asimilable.

Entonces, la violencia no parte solo de la negatividad sino también de la **positividad**, es decir, la capacidad del sujeto para abrirse al mundo y para recibir los estímulos y las experiencias que ofrece el entorno, y también no solo de lo extraño sino también de lo **idéntico**, es decir, la tendencia de la sociedad actual a uniformar y homogeneizar a las personas, imponiendo modelos y estereotipos que limitan la capacidad de cada individuo para expresarse y desarrollarse libremente. Por ende, surge la **violencia de la positividad**, a una forma de violencia que se ejerce a través de la presión y el exceso de estímulos positivos, cuando se presiona a las personas para que se adapten a estos estándares de positividad y productividad, incluso si esto significa renunciar a sus necesidades, deseos y límites personales. Esta violencia puede llevar a una sobrecarga de trabajo, estrés y ansiedad, así como a una sensación de despersonalización y alienación. Lo idéntico no conduce a aplicar técnicas inmunológicas, por ende, la sobre abundancia de lo idéntico o **exceso de positividad** (cuando el sujeto se abre de manera indiscriminada a todas las experiencias y estímulos del entorno sin establecer límites claros, en donde ese exceso de apertura puede llevar a una sobrecarga de estímulos) no implica ninguna negatividad. La violencia de la positividad no es viral, es decir, es de uno mismo y se genera una **negatividad inmunológica**, es decir, un mecanismo de defensa del sujeto que le permite establecer límites claros entre lo que es propio y lo que es extraño, lo que es saludable y lo que es perjudicial, esta negatividad no es una actitud pesimista, sino una actitud crítica y reflexiva que permite al sujeto cuestionar y evaluar su entorno de manera equilibrada, y esta resistencia se activa ante sensaciones como fatiga, asfixia, agotamiento producidos por la sobreabundancia, manifestando entonces una violencia neuronal, en donde enfermedades como la depresión indican un exceso de positividad.

3. Más allá de la sociedad disciplinaria

El autor lo que intenta describir en este capítulo son 2 comportamientos de la sociedad en diferentes épocas, estas son: *sociedad disciplinaria o de obediencia y sociedad de rendimiento*.

Mientras que la primera está asociada a la *negatividad*, es decir, al **no poder** y a la obligación, la segunda sociedad es todo lo contrario, tal es así que se identifica con el **poder sin límites**.

La disciplinaria al tener el NO implantando, está tiene un límite al cual se supera cambiando a la del rendimiento, ya que los límites pasan del deber al poder.

El cambio de sociedad no implica que exista un cambio drástico, la persona de la sociedad de rendimiento fue disciplinada para poder ser hoy productiva y eficaz dentro de su entorno.

Igualmente no todo es color de rosa en la sociedad de rendimiento. Al tener la libertad del poder y emprender en lo que uno quiere hacer, esto podría tener un efecto negativo que produciría personas depresivas o fracasadas. En la disciplina uno se realiza a causa de un

deber u obligación, en cambio, en el rendimiento está en uno poder realizarse, es decir, es un esfuerzo relativamente individual por poder cumplir las metas y objetivos. En este caso, una persona deprimida es aquella que se cansa de hacer este esfuerzo.

4. El aburrimiento profundo

Han comenta que en esta época, en este siglo 21, en la modernidad tardía, el no lo llama *postmodernidad*, el acuña el término *modernidad tardía* parece que prolifera la "**atención dispersa**" que está fomentada por el multitasking. De pasar de una tarea a la otra, haciendo muchas actividades en simultáneo y, que se opone de alguna manera en la atención dispersa, a que la vida contemplativa como era la vida de los budistas, donde se favorece la concentración. A mayor concentración, por un lado, la persona aprende a estar enfocada en una sola cosa. Por otro lado, también aprende a aburrirse. Del aburrimiento surgen los movimientos creativos.

La persona postmoderna, a diferencia de las que llevaban una vida contemplativa, no quiere aburrirse y su **atención está fragmentada** en múltiples partes pero, no puede haber creatividad si todo el tiempo se está pasando de una cosa a la otra no pudiendo concentrarse en una única cosa o no poder permitirse tiempo para aburrirse.

Según Han, el multitasking, la atención fragmentada y la renuncia a la vida contemplativa de nuestras sociedades postmodernas fomentan también lo que se conoce como **déficit de atención** donde la persona aparece con la positividad en exceso sumada al exceso de estímulo y una no negatividad de poder inhibir esos estímulos externos que llegan. Esto implica que la atención queda completamente fragmentada. Esto es, la persona toma todo lo que viene de afuera, dejándose llevar de acá para allá y que, al final, no termina estando en ningún lado

5. Vita activa

Para Hanna Arendt, la sociedad moderna es la del trabajo, en donde se aniquila toda posibilidad de acción y se degrada al ser humano a un mero animal trabajador el cual se ve sometido pasivamente ante los nuevos procesos y avances. Dejamos de reconocer la individualidad y creatividad de las personas y pasamos a enfocarnos en su capacidad de producir y trabajar.

Sin embargo, esta visión de Arendt no sirve para explicar los desarrollos sociales más recientes ya que según ella el ser humano abandona toda individualidad con el fin de poder "funcionar mejor", es como si entregará todo su ser a su trabajo. Arendt incluso agrega que en el futuro los humanos pasarán por un tipo de mutación en donde realizarán tareas de forma casi automática, de forma similar a un robot. Pero estas ideas no se sostienen si observamos a la actual sociedad de rendimiento, en donde el "animal laborans" no renuncia a su individualidad ni a su ego para consumarse trabajando en el proceso vital anónimo de la especie. La sociedad se ha individualizado y convertido en la sociedad de rendimiento y actividad, el ser humano moderno está muy lejos de ser un animal ya que su ego e individualidad lo llevan a ser hiperactivo e hiper neurótico.

La sociedad moderna también sufre una pérdida en cuanto a las creencias, que no solo afecta a Dios o al más allá, sino también a la realidad misma, lo cual lleva al hombre a

desligarse de su propio Ser y lo lleva vivir una vida efímera en donde nada es constante y duradero y lo cual causa que aparezcan el nerviosismo y la inquietud. La vida del hombre se encuentra en desolación y se convierte en una vida desnuda. Cuando la vida es desnuda, la vida se convierte en el principal problema, porque al vivir en aislamiento, el sujeto solo puede preocuparse por sí mismo y procurar una vida sana. La vida desnuda nos lleva a convertirnos en "homini sacri", es decir, un individuo excluido de la sociedad, en donde los individuos son absolutamente inaniquillables y en cierto modo se convierten en "muertos vivientes".

6. Pedagogía del mirar

En este capítulo se explica la importancia de llevar una *vita contemplativa* en donde el ser humano utiliza su razonamiento y conciencia antes de llevar a cabo una acción, no se deja guiar puramente por instinto.

Nietzsche propone aprender 3 tareas básicas: aprender a mirar, a pensar y a hablar y a escribir, ya que según él esto le permite a las personas entrar en contacto con su espiritualidad y las alejan de comportarse como un simple animal. También se dice que uno tiene que aprender a "no responder inmediatamente un impulso, sino a controlar los instintos que inhiben y ponen término a las cosas" ya que para Nietzsche actuar impulsivamente es una enfermedad, un síntoma del agotamiento. Seguir estas prácticas nos ayudarán a revitalizar la *vita contemplativa*, la cual nos hace reflexionar antes de actuar.

Sin embargo, automatización de la vida activa han llevado a que las personas se conviertan en una máquina de rendimiento autista, en donde nos alejamos de las emociones negativas tales como la tristeza o la rabia las cuales, según Byung-Chul, son necesarias para la vida contemplativa. La potencia negativa nos ayuda a decir No, es la potencia del no hacer, nos lleva a reflexionar sobre si queremos hacer o no hacer algo. Si solo tuviéramos potencia positiva seríamos incapaces de decir No y actuamos ante todos nuestros impulsos e instintos haciendo que ninguna espiritualidad sea posible, nos veríamos obsesionados con determinados pensamientos o tareas, seríamos incapaces de vaciar nuestra mente de las cosas que nos atosigan lo cual desataría ansiedad e hiperactividad. Si el hombre es capaz de reflexionar y deja fluir tanto su potencia negativa como la positiva, éste será capaz de llevar una vida con más serenidad.

7. El caso Bartleby

Es un cuento sobre un empleado contratado por un abogado para su estudio en EEUU. Bartleby era un empleado modelo y queda perplejo de repente sin saber qué responder. Todo el trabajo que el abogado le pedía decía "prefiero no hacerlo" hasta que un día deja de responder.

Hay una historia de agotamiento, que otros autores la describen como una característica de las sociedades disciplinarias.

Este sujeto que, en principio el jefe le exigía, directamente, queda completamente fatigado y quemado del todo. Está en un agotamiento que no tiene reversibilidad.

8. Las sociedad del cansancio

En este capítulo, Han expresa que la sociedad de rendimiento se está convirtiendo en una sociedad de dopaje, es decir es tan grande el nivel de rendimiento que se necesita hoy en día que se recurre a sustancias farmacológicas para elevar ese nivel. El exceso de positividad que existe en la sociedad provoca un cansancio excesivo que aísla y divide los individuos, impidiendo poder ver mas haya del Yo.

Esto prolongado en el tiempo produce una nueva normalidad en la sociedad, la cual el individuo está cómodo en el sofocamiento del rendimiento máximo. A esto se le llama *cansancio fundamental*. Y este cansancio pasa de ser individual a uno más amplio o grupal llamado *cansancio de nosotros*.

Éste último lo que genera es como dice Handke “Te estoy cansado”, el cual se puede interpretar que en el conjunto de las cosas, te producen un agotamiento general y hace que te impida el *hacer* por lo que la sociedad creada por Handke se opone a la sociedad activa.