Sergio C. Fanjul

Cronofobia

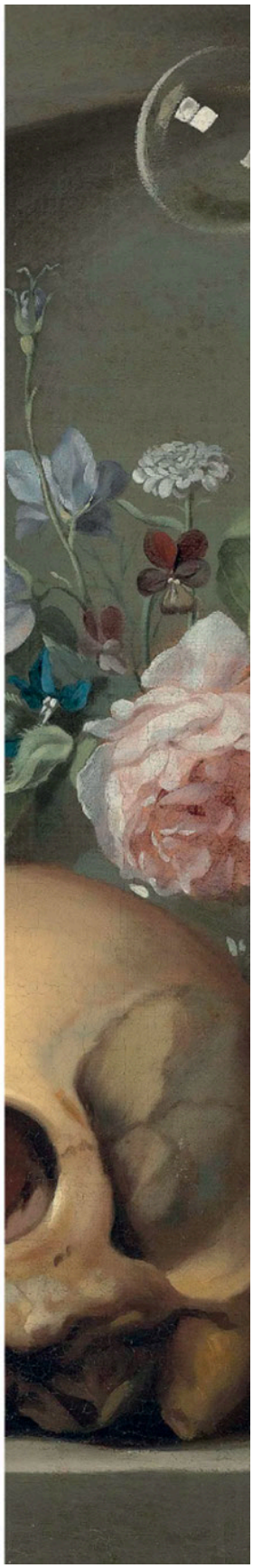
El miedo al paso del tiempo,
la aceleración, la nostalgia,
la edad o la muerte



arpa

Sergio C. Fanjul

Cronofobia

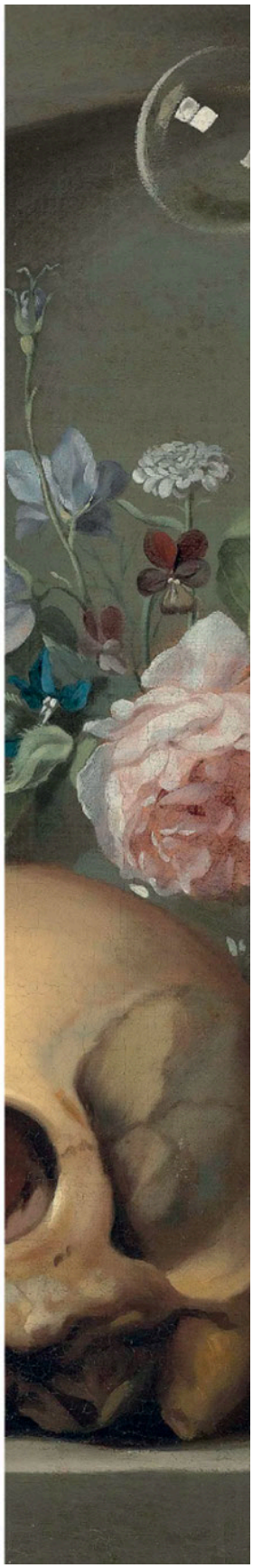


El miedo al paso del tiempo,
la aceleración, la nostalgia,
la edad o la muerte

arpa

Sergio C. Fanjul

Cronofobia



El miedo al paso del tiempo,
la aceleración, la nostalgia,
la edad o la muerte

arpa

CRONOFOBIA

Sergio C. Fanjul

CRONOFOBIA

arpa

© del texto: Sergio C. Fanjul, 2025

© de esta edición: Arpa & Alfil Editores, S. L.

Primera edición: noviembre de 2025

ISBN: 979-13-87833-40-4

Diseño de cubierta: Anna Juvé

Imagen de cubierta: Hendrick Andriessen, Skull Rose and Carnation

Maquetación: El Taller del Llibre

Producción del ePub: booqlab

Arpa

Manila,

65 08034 Barcelona

arpaeditores.com

Reservados todos los derechos.

Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada o transmitida por ningún medio sin permiso del editor.

Para Liliana y Candela,

que hacen que surcar el tiempo merezca la pena.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

1. EL MIEDO AL TIEMPO. LA CRONOFOBIA

2. EL TIEMPO SENTIDO. LA MENTE Y EL CUERPO

3. EL TIEMPO MEDIDO Y PENSADO. LA CIENCIA Y LA FILOSOFÍA

4. EL TIEMPO VITAL. LA EDAD

5. EL TIEMPO PASADO. LA MEMORIA

6. EL TIEMPO PERDIDO. LA NOSTALGIA

7. EL TIEMPO ACELERADO. EL AJETREO

8. EL TIEMPO FUTURO. EL FIN DEL MUNDO

9. EL FIN DEL TIEMPO. LA MUERTE

EPÍLOGO

INTRODUCCIÓN

¿Os dais cuenta de cómo pasa el tiempo? ¿Os dais cuenta de que ya hemos llegado hasta aquí, a este momento, y que todo lo demás se ha evaporado? ¿Qué ha sido del tiempo pasado? Es más, ¿qué es esa cosa llamada tiempo? ¿Por qué no podemos controlarla? ¿No es desesperante?

Estas son algunas de las preguntas con las que comencé a atosigar a mis amigos en torno a los 14 años. En aquella época, a mediados de los años noventa, mi padre se moría de tanto beber y yo pasaba de la Educación General Básica al Bachillerato. Dejaba de ser un niño para ser otra cosa que todavía no sabía lo que era y mi vida social sufría las extrañas metamorfosis que suele sufrir la vida social en esas latitudes vitales. Una metamorfosis solo comparable a la que sufría mi cuerpo y, por ende, mi mente: fue entonces cuando comencé a vivir experiencias cronófobas.

Me empezaban a preocupar cosas extrañas, como que las fotografías solo retratasen el pasado, ya fuera ese pasado de cinco días o de cinco años, pero nunca el futuro. Que los espacios que habitábamos permaneciesen más o menos igual, como la Catedral de Oviedo, de piedra impertérrita desde el siglo XVI, pero que las personas y las relaciones entre ellas fueran mutando constantemente. Que se pudiese volver a un lugar, pero nunca a un tiempo. Que mi madre fuese envejeciendo cuando nunca antes me había percatado de ese envejecimiento: eso quería decir que algún día se iba a morir. Y yo también.

Pasada la infancia borrosa, para mí desgraciada, pero para otros felizmente estática y atemporal, comenzaba a tener una conciencia más concreta de mí mismo y, sobre todo, de la vida. Es decir, del tiempo. Fue cuando empecé a notar que, en efecto, el tiempo

pasaba y pasaba como una máquina que iba triturando el futuro dejando apenas unas ruinas a su espalda. Algunas imágenes perdidas, algunas sensaciones que se recuperaban mediante un olor fortuito al entrar en una estancia o al mojar una magdalena en una taza de té, muchos huecos en los calendarios pretéritos, una vaga sensación de ser una persona continua y no un ser deshilachado sobre el marchar de los relojes. Todo lo cual se iba a perder un día para siempre.

Mis amigos, como correspondía a nuestra edad, llenos de ruido y de furia adolescente, con ganas de comerse el mundo sin mirar hacia los lados, me decían que en qué demonios estaba pensando: que me dedicase a vivir. Que eso molaba. Desde entonces me debato entre vivir de forma inconsciente y tranquila o sufrir porque sé que ahora estoy vivo, pero que no voy a estar vivo para siempre (lo cual también sería insoportable). ¿Cómo soportar el continuo tictac de la existencia?

Trato la cronofobia en este libro. El miedo al paso del tiempo, es decir, el miedo al tiempo, porque el tiempo lo único que hace es pasar. Quizás el fundamento de todos los libros sea la cronofobia, porque tal vez todos seamos cronófobos sin notarlo. El tiempo es fugaz y cualquier ejercicio de escritura es una expresión cronófoba: la necesidad de fijar algo, una idea, un recuerdo, una historia, contra el implacable paso del tiempo. La escritura es comunicación, pero también es necesidad de trascendencia. Como la Catedral de Oviedo.

En adelante exploro los síntomas de mi cronofobia, pero también las ideas que los seres humanos han desarrollado para comprender esa cosa incomprensible que es el tiempo. Las teorías científicas, filosóficas o culturales en torno al tiempo. La aceleración contemporánea que aumenta a cada rato la velocidad vital y que hace desaparecer el tiempo libre. Me intereso por los fenómenos de la memoria, por la nostalgia que caracteriza nuestra época y por las visiones que podemos albergar del futuro cuando el futuro parece abolido. La concepción del tiempo depende en cada época de las

concepciones culturales y los procesos históricos, el tiempo está condicionado por la tecnología, la economía y la política. Y, de hecho, es una cuestión política la forma en la que organizamos nuestro tiempo de vida, es decir, nuestra vida, y por eso ahí se abre un campo para el estudio y la reivindicación de otros ritmos temporales. La revolución temporal es la gran revolución del tiempo propio contra el tiempo del trabajo, de las obligaciones impuestas, de la explotación, el tiempo que tiene las manos de otros encima y que nos aprisiona: es la revolución más hermosa que podemos imaginar. Al final voy a dar a la muerte, qué nervios, a donde nuestras vidas van a dar igual que los ríos van a dar a la mar, que es el morir. Porque tal vez el miedo al paso del tiempo no esconda más que el muy comprensible y muy humano miedo a la muerte.

La sociedad contemporánea, sostengo, es de naturaleza cronófoba. Se nota en sus relaciones difíciles con el futuro abolido y la nostalgia creciente ante pasados que parecen dorados pero que seguramente no lo fueron. Se nota en la creciente aceleración que invade todos los ámbitos de la existencia. Se nota en los continuos debates en torno a la memoria o la absurda obsesión con la innovación, que con frecuencia confundimos con el genuino progreso. Es como si no supiéramos gestionar los aspectos temporales de la existencia de manera saludable. Se nota, por supuesto, en el oscuro tabú en torno a la muerte.

En este libro mezclo diferentes materiales, algunos divulgativos, otros autobiográficos, otros poéticos o periodísticos, para transitar el género del ensayo y tratar de sacar algo en claro en cuanto al plano temporal que nos atraviesa. Ensayo en el sentido de ensayar, probar, intentar, divagar, en el sentido fluido y cambiante de Michel de Montaigne, que se inventó el género desde una torre cerca del Burdeos del siglo XVI y, también con Montaigne, en el sentido de tratar de conocerme a mí mismo: «Yo mismo soy el contenido de mi libro», escribió el francés.

Cronofobia es un título sonoro, también misterioso, hay veces que me parece hermoso y otras horrendo. A Álvaro Palau, editor de Arpa junto a su padre, Joaquín, le encantó cuando se lo pronuncié, en la primavera del año 2023, tomando un refresco en una terraza de la Feria del Libro de Madrid (es preciso decirlo, fijar en la memoria aquella mañana soleada).

Yo quería escribir un libro sobre la cronofobia, pero un libro que no fuera como el rígido tiempo newtoniano, que va siempre hacia delante con paso militar, sino un libro que fuera como el tiempo extraño de la física moderna, como el tiempo que albergamos en nuestra mente, como los relojes blandos de Dalí: un tiempo elástico y reverberante, un tiempo raro. Yo quería escribir un libro lleno de meandros e intrusiones, un libro con muchas cosas que fueran una sola cosa, un libro raro.

Este libro es ese libro y trata sobre mis intentos infructuosos de comprender el tiempo.

1

EL MIEDO AL TIEMPO. LA CRONOFOBIA

Donde el autor expone el miedo y la perplejidad que le produce el paso del tiempo, los comparte con una estrella del pop rock nacional y los experimenta en una de las mejores pinacotecas del mundo.

Como vivo cerca del Museo del Prado casi nunca lo visito. Es el desinterés que nos provoca lo extraordinario cuando, a pesar de extraordinario, es cotidianamente accesible. Si viviera a 500 kilómetros estaría deseando pasarme allí la vida entera, admirando esas obras que he contemplado desde niño impresas en libros de texto y postales, entre lanzas, garrotazos y jardines habitados por pequeños monstruos. Sin embargo, está tan cerca, me resultaría tan fácil acudir cada tarde a pasar diez minutos admirando un solo cuadro (como dicen que visitan los museos los verdaderos entendidos), que nunca lo hago. Ya iré mañana, me digo, pero mañana nunca llega. Por eso al Museo del Prado, más que los vecinos, acuden los turistas. Pero hoy voy a ir. Hoy voy a salir a la calle e ir al Museo del Prado. Esta mañana voy a visitar el Museo del Prado porque el Museo del Prado es un contenedor de tiempo. Y voy a dar cuenta por escrito de la obsesión del cronófobo.

La gran pinacoteca, hogar de algunas de las obras más importantes de la Historia del Arte, se yergue a unos 15 minutos de mi casa. Recorro, sorteando a los camareros de las terrazas, la calle Argumosa, espinazo festivo del barrio de Lavapiés, subo por Doctor Fourquet, repleta de galerías de arte, cruzo la plaza que precede al

museo Reina Sofía, donde por las tardes, como si fuera un pueblo, los niños juegan a la pelota, desemboco en la glorieta de Atocha (llamada, en realidad, de Carlos V) y ya enfilo el paseo del Prado donde se encuentra el museo desde 1819, esperando a que yo salga de casa un día como hoy y vaya a visitarlo.

Es el jueves 17 de octubre del año 2024. Es importante decirlo: un día único que nunca más se repetirá en la historia del Universo. Me siento flex, aunque ha llovido por la mañana como si el mundo fuera una canción de los Smiths. He desayunado un sándwich mixto y un descafeinado con leche sin lactosa y sacarina (una bebida caracterizada por sus ausencias) en el restaurante cafetería Pando, que fue, ya no sé, un lugar de encuentro de los restos festivos de la noche y los taxistas insomnes. Es preciso decirlo. Es preciso hablar de ese sándwich mixto. Es preciso poner marcas en el calendario para saber que hemos vivido, que el tiempo ha estado relleno de cosas que han merecido la pena. El pasado es un fantasma, hay que completarlo con la realidad de este sándwich bikini, de este queso fundido que forma hilos gomosos al separar los dos triángulos de pan tostado, de este ciclamato que gotea sobre el vaso de café, de los coloridos carteles que muestran, muy artísticamente, el aspecto de los platos combinados.

Llego al Prado un rato después: ¿20 minutos? 20 minutos llenos de mínimas particularidades que ya nunca se repetirán, de configuraciones particulares entre las infinitas combinaciones que cabrían en la realidad. Observo ahora a los visitantes que esperan en la cola, hambrientos de arte al menos por un día, algunos entusiasmados por la aventura del viaje, otros perdidos, como siempre, en las entretelas de sus smartphones. Deslizan el pulgar sobre la pantalla como quien reza un rosario. Anoraks, capuchas, fachalecos, atuendos adecuados para lucir en Instagram o para deambular por el centro de Madrid rastreando experiencias, carcomiendo la vida vecinal con la eclosión turística. Ha salido el sol, pero es un sol de otoño.

No hay mucha gente esta mañana. Paso ahí unos cuatro minutos (es preciso decirlo) y consigo una entrada a cero euros con mi carné de prensa. Vengo a escribir sobre el museo, claro, vengo a tratar de captar la realidad tridimensional y plasmarla secuencialmente sobre la página plana. Es inevitable que se produzca un lost in translation, porque la realidad es múltiple y la escritura solo una, pero luego esa escritura levanta castillos de naipes en la mente del que lee, según qué mente sea. Lo más notorio es que vengo a captar este tiempo, este rato del día 17 de octubre de 2024, y a encapsularlo en palabras para su posterior reproducción en otro tiempo del futuro. Un tiempo que será diferente para cada lector. Mañana o el año que viene, tal vez nunca. Y que cada lector estirará o encogerá a su antojo. Pero que remitirá inevitablemente a este día, ya salvado para siempre. Un escritor, pongamos Rafael Chirbes, habla de un bolígrafo BIC en una entrada de sus diarios y ese humilde bolígrafo, salido de cualquier bazar o quiosco, un día anodino perdido en la memoria, es rescatado para siempre de la nada que dejamos a la espalda. Un sándwich, un café descafeinado, una cola de turistas, tampoco demasiados.

Supero ahora un elegante puesto de helados de coco, yogur y chocolate vegano, que ha puesto el propio museo como una extensión de su cafetería, y que, dada la climatología, a nadie parece interesar. Hoy no está el músico con sombrero de paja que suele vender CD sobre la funda de su guitarra. Entro por la Puerta de Sabatini. Son las 10.52 de la mañana, es preciso decirlo. Este museo lleva aquí 205 años, también es preciso decirlo. Se levantó en tiempos de Carlos III para ser un Gabinete de Ciencias Naturales y albergar los prodigios que se recolectaban por todo el mundo en aquella época de explotaciones y descubrimientos. Pero luego, con su nieto Fernando VII, se volvió pinacoteca.

Qué extraño es pensar eso. Qué extraño es pensar que toda la gente que vivía en la faz de la Tierra cuando este museo se puso en pie ahora está muerta. Solo quedan algunos nombres del pasado, sobre todo grandes hombres, reyes, generales, pintores, pocas mujeres,

como se ve en las colecciones. El museo sigue aquí, puede tocarse, como un mascarón de proa surcando los océanos del tiempo. Igual que persisten las ciudades. Escenarios construidos hace muchos, muchos años: vivimos en los cascos viejos, en los ensanches decimonónicos, en los barrios obreros levantados en la segunda mitad del siglo XX, pero no apreciamos el escenario anacrónico, porque estamos acostumbrados a vivir en una materialidad de tiempos diversos. No vestimos ropas de los años veinte, cuando se terminó la Gran Vía, sería extravagante, pero podemos vivir en edificios de esa misma época sin que nadie nos mire raro. Más bien al contrario.

Después de pasar airosamente los rayos X (hoy no llevo armas) giro a la derecha y me adentro en las entrañas del museo, paso una zona de librería donde se venden impresos a Tiziano, a Vermeer, a Caravaggio (ese asesino) y continúo caminando hasta una de mis galerías favoritas donde se exponen obras de temática histórica. Observar obras históricas es como pasear por la ciudad, también transitamos una multiplicidad de tiempos: el tiempo presente en el que las observamos, pero también el tiempo en el que el cuadro fue pintado, pero también el tiempo en el que sucedió la escena, y quién sabe si también otros tiempos, los tiempos en los que el cuadro viajó, se almacenó o se restauró, la cantidad de días que lleva aquí colgado a la vista, a veces interesada, a veces meramente instrumental, de quien lo mira. Eso sin contar un tiempo muy particular de los museos: el de los guardas de sala, que se pasan horas y horas mirando cómo la gente mira al arte y tratando de que no lo destruya: su tiempo mental, especulo, tiene que transcurrir de otra manera, como la mente de un monje zen, para soportar una tarea tan monótona.

Michel Foucault se interesó por la dimensión temporal de los museos: el pensador francés formuló el concepto de heterotopía para referirse a aquellos espacios que funcionan con reglas distintas a las del resto del mundo. En el Prado los objetos se convierten en reliquias y se exhiben o conservan de un modo que sería impensable

fuera de ese contexto. Pero, para Foucault, los museos (fundados en los siglos XVIII y XIX, momento de gran fascinación por la historia y el tiempo) son, ante todo, heterotopías temporales: lugares donde se almacena tiempo, se congela, se encapsula, lugares que están fuera del fluir cotidiano del tiempo. Ahora yo estoy en esa heterotopía.

El 11 de diciembre de 1831 el general Torrijos fue fusilado en las playas de Málaga. Antonio Gisbert recreó la escena en un enorme cuadro que pintó en 1888, las olas, la arena, al fondo un pueblo y las dos torres de una iglesia. Ahora los observo: una fila de hombres, liberales, leales a la reina Isabel II, que esperan la muerte (más tarde hablaremos de la muerte) con el pelo al viento y el gesto adusto de los que enfrentan el fin con dignidad. A algunos les están vendando los ojos, otros ya los tienen vendados. Torrijos, con patillas largas, agarra de la mano a los dos compañeros contiguos. Me gusta mucho el abrigo que luce Torrijos en el cuadro, yo me compré uno así en Zara, pero no pardusco sino azul marino, con doble abotonadura, con solapas y entallado en la cintura. Ya no encuentro otro igual. Me gustaría tener un abrigo como el del general Torrijos que da elegancia y estiliza la figura, lo malo es que a Torrijos le van a fusilar con sus amigos liberales. En otras épocas el liberalismo fue algo así como la izquierda que se enfrentó con los viejos poderes del Antiguo Régimen. Ahora ya es otra cosa, porque el flujo temporal también transforma las nociones políticas. Hay aquí tres tiempos, el del fusilamiento, el de la pintura, el de mi visita al museo. 1831. 1888. El 17 de octubre de 2024, hoy, que amaneció lloviendo, cuando llevé a la niña a la escuelita y luego me comí un sándwich que generaba hilos de queso gomoso. ¿Qué se piensa cuando estás a punto de morir?

Llevo cerca de media hora en el museo, es preciso decirlo, es preciso que quede aquí plasmado contra el tiempo. Continúo caminando, salgo de esta galería donde he admirado a Juana la Loca velando el cuerpo de Felipe el Hermoso, donde muere Séneca al lado de la batalla de Trafalgar, donde también mueren de amor los amantes de

Teruel, donde todo muere todo el rato y el tiempo hace un remolino absurdo, y me encamino a la sala de las pinturas negras de Goya, donde se reúne en la penumbra cierto ajetreo.

Qué miedo: brujas, machos cabríos, muchos turistas, un perro semihundido, viejos siniestros, hostias a garrotazo limpio, el tono lúgubre de estas pinturas al borde de la locura. Al fin, entre las cabezas independientes y los grupos de estudiantes, veo lo que he venido a ver, los ojos desorbitados de un gigante que devora un cuerpo inerte, ya decapitado a mordiscos. Es su hijo.

El gigante es Saturno, es decir, Cronos, es decir, el Tiempo, el titán que devora a sus hijos, aunque sus hijos sean dioses: Hades, Poseidón, Hestia, Deméter, Hera y Zeus que es escondido por su madre y regresa para vengarse y tomar el trono del Olimpo. Cronos, el tiempo que nos cría y nos devora, el monstruo de ojos saltones del que no podemos escapar. Me está mirando. Me va a comer.

Son las 11.27 del 17 de octubre de 2024 y el tiempo no se para.

*

Síntomas: La continua sensación de que el tiempo se me escapa. El continuo cálculo de los años que me quedan por vivir (según la esperanza de vida media del Instituto Nacional de Estadística). La comparación de mi edad con la edad de los demás: ¿qué estaba yo haciendo con esa edad o qué estaré haciendo cuando la alcance? Una comparación que se extiende a los personajes de las películas, a los tertulianos, a los músicos, a los diputados, a las personas que me cruzo por la calle. La tristeza durante las fiestas, porque sé que inevitablemente van a llegar a su fin. La continua sorpresa por el tiempo que ha pasado respecto a cualquier cosa. El inicio de la pandemia, el fin de la universidad, mi llegada a Madrid, la muerte de

mi madre, el nacimiento de mi hija. El continuo cálculo de la diferencia de edad que habrá entre mi hija y yo durante los años próximos. O qué edad tendrá ella cuando yo tenga una edad que considere razonable para morir. El miedo a morir antes. O el miedo a morir cuando sea que me muera. El horror ante la inexistencia de eso que llamamos ahora. El agobio porque las horas no dan para hacer todo lo que me propongo o me proponen o me obligan a hacer. El agobio por tener la agenda de mañana repleta de tareas. El agobio porque la siguiente tarea se acerca: ya solo quedan tres horas, ya solo quedan dos horas, ya solo queda una hora, ya solo queda un minuto. Ya pasó. El agobio. El aliento gélido de la muerte.

*

Agorafobia: miedo a los espacios abiertos. Hafefobia: miedo al contacto físico con otras personas. Coulrofobia: miedo a los payasos. Xantofobia: miedo al color amarillo. Uranofobia: miedo al cielo. Somnifobia: miedo a dormir. Dorofobia: miedo a los regalos. Escopofobia: miedo a ser mirado. Aracnofobia: miedo a las arañas. Talasofobia: miedo al mar. Sexofobia: miedo al sexo. Necrofobia: miedo a las cosas muertas. Eritrofobia: miedo a sonrojarse. Crematofobia: miedo al dinero. Brontofobia: miedo a las tormentas. Enoclofobia: miedo a las multitudes. Micofobia: miedo a los hongos. Hoplofobia: miedo a las armas de fuego. Amaxofobia: miedo a conducir. Gerascofobia: miedo a envejecer. Hematofobia: miedo a la sangre. Macrofobia: miedo a las esperas. Emetofobia: miedo a vomitar. Crisofobia: miedo al oro. Dentofobia: miedo a ir al dentista. Claustrofobia: miedo a los espacios cerrados. Ciberfobia: miedo a los ordenadores. Docefobia: miedo al fin del mundo. Hexakosioihexekontahexafobia: miedo al 666, el número de la Bestia.

Diagnóstico: Cronofobia. Miedo al paso del tiempo. O miedo al tiempo, porque el tiempo solo tiene un atributo: pasar.

*

La prestigiosa Clínica Mayo define así las fobias: «Un miedo extremo a objetos o situaciones que suponen poco o ningún peligro, pero que provocan gran ansiedad, por lo que el afectado intenta no acercarse al objeto de su fobia. A diferencia de la ansiedad pasajera que puedes sentir al dar una conferencia o al rendir un examen, las fobias específicas permanecen un tiempo largo. Sin tratamiento, las fobias específicas suelen durar toda la vida».

A mí la cronofobia me la diagnosticó Google (no tengo ni idea de la fecha) cuando inserté mis síntomas en el buscador. Apareció una lista de páginas web que describían mis síntomas con total exactitud y los bautizaban con esa palabra. Cronofobia. (Inciso: antes Google informaba del tiempo que le llevaba hacer una búsqueda, milésimas de segundo, una valiosa información para el cronófobo; en algún momento, a saber cuándo y por qué, ha dejado de hacerlo). Así que hay muchas fobias que atenazan la mente humana. Las hay muy raras y por eso a la gente le divierte conocerlas, para ver lo rara que es otra gente. La cronofobia no es muy común en las listas de fobias, quizá sea, pues, de las más raras, cosa que me resulta incomprensible, porque estamos expuestos al tiempo de forma brutal. Pero a veces sí se incluye. Aquel día que busqué en Google encontré una palabra, que es una red que atrapa diferentes aspectos del mundo y los hacen manejables para la mente, como una sola cosa. Así podemos pensar mejor, manejar conceptos, hacer malabares, que es lo que me dispongo a hacer.

Una conocida revista estadounidense describía la cronofobia como el miedo al paso del tiempo, y ahondaba en ello: «Quienes la sufren

sienten pánico a la idea de que los días, los años, los minutos y las horas pasan irremediablemente». La redacción es un poco deficiente, pero aun así comprensible. Quizá la palabra «pánico» sea exagerada, al menos en mi caso. Miedo, diría yo, sobre todo cierta obsesión. «Algunos cronofóbicos [yo hubiera escrito cronófobo] no pueden soportar ni la imagen de un reloj», añade. Algo exagerado, pero vivimos en tiempos de hipérbole. La cronofobia, además, tiene una particularidad que no contempla la definición de la prestigiosa Clínica Mayo cuando dice que las fobias «te provocan una gran ansiedad, por lo que intentas no acercarte a estas cosas». Y esa particularidad es la que hace que la cronofobia sea particularmente insidiosa: uno puede alejarse de las arañas o de los abismos, pero jamás puede alejarse del tiempo, del paso del tiempo, que siempre está ahí, de fondo, haciendo tictac. Por eso disfrutamos de actividades que nos hacen entrar en estado de flujo, olvidándonos del tiempo, o del consumo de drogas que nos saquen de nuestra temporalidad cotidiana y nos lleven a otras dimensiones estáticas y/o extáticas.

Se han registrado en la historia casos extremos de lo que yo consideraría cronofobia. Por ejemplo, de «pensamiento compulsivo referido al tiempo», como le sucedía a una paciente del psiquiatra Viktor Emil von Gebsattel (lo recoge Rüdiger Safranski en su libro Tiempo. La dimensión temporal y el arte de vivir). «Tengo que pensar incesantemente que el tiempo pasa», decía la paciente, que no conseguía percibir los acontecimientos por sí mismos sino por el tiempo que duraban. «Cuando oigo piar a un pájaro, pienso: eso ha durado un segundo». Las gotas de agua le resultaban insoportables y la ponían furiosa, porque le hacían pensar: «Ahora ha pasado un segundo de nuevo, y ahora de nuevo un segundo». Nunca he llegado yo a esos extremos.

En cuanto a la tradición literaria, no se dan muchas referencias explícitas a la cronofobia. Hay una muy notoria, en Vladimir Nabokov, cuando escribe al comienzo de sus memorias Habla, memoria (más tarde hablaremos de la memoria), después de

constatar que nuestra existencia es «una breve rendija de luz entre dos eternidades de tinieblas»: «Conozco, sin embargo, a un niño cronofóbico que experimentó algo muy parecido al pánico cuando vio por primera vez unas películas familiares rodadas pocas semanas antes de su nacimiento. Contempló un mundo prácticamente inalterado —la misma casa, la misma gente—, pero comprendió que él no existía allí, y que nadie lloraba su ausencia». Una vez me pasó algo parecido cuando, en un piso compartido en el que vivía cerca del Senado, en Madrid, encontré bajo el frigorífico una foto de los anteriores inquilinos celebrando una fiesta mexicana en mi casa, entonces suya: ¿Quiénes eran aquellos desconocidos que habían tomado mi cocina y no me habían invitado?

Por supuesto, la gran obra literaria en torno a la cronofobia, aunque no se cite explícitamente, es En busca del tiempo perdido, de Marcel Proust, un monumento literario al pánico a que la vida se evapore, al afán de dejar nota de lo que ha sucedido para que no se pierda en el tumultuoso océano del tiempo, a la nostalgia y a la memoria. Hablaremos mucho de Proust en las páginas que siguen.

En cualquier caso, ahora que sabía qué era eso que me pasaba, que me llevaba pasando tanto tiempo, ahora que sabía que se llamaba cronofobia (o al menos eso decía en algunas páginas web), podía pensar en mi condición (en mi cronofobia) de una manera más eficiente. Hubo un tiempo en que las cosas del mundo no tenían nombre y para referirse a ellas había que señalarlas con el dedo, escribió Gabriel García Márquez. Ese mundo de fantasmas anónimos había pasado para mí. Ahora, gracias a las tecnologías de la información, podía recordarlo yo y recordárselo a otros. Podía pensar más conceptualmente en mi ansiedad y explicársela a aquellos que la sentían alrededor. Al contar mis problemas con el tiempo por bares y restaurantes, la gente empatizaba. La gente decía «eh, a mí también me pasa eso». La gente a mi alrededor, y no solo en bares y restaurantes, sufría crisis de la mediana edad, miedo a la muerte, estrés constante, todo tipo de rozamientos con la crononormatividad, que es la forma en que la sociedad impone vivir

el tiempo. Diagnostiqué por ahí a muchos cronófobos inconscientes de su trastorno. No sé si les salvé la vida, pero les di una palabra.

Cronófobos, pensé, somos todos.

*

El psicólogo Philip Zimbardo (famoso por su experimento de la cárcel de Stanford, en el que dividió a los alumnos entre prisioneros y guardianes con resultados desalentadores) estudió nuestra relación con el tiempo en su obra La paradoja del tiempo, en coautoría con John Boyd. Las personas, encontraron estos expertos, tenemos diferentes orientaciones en cuanto a la dimensión temporal. Es el Inventario de Perspectiva Temporal de Zimbardo (ZTPI, por sus siglas en inglés).

Orientación al pasado. Las personas orientadas negativamente hacia el pasado lo ven como fuente de remordimiento y trauma. En el lado bueno, tienen conciencia crítica y pueden aprender de la experiencia. En el lado malo, pueden ser víctimas de sentimiento de culpa, baja autoestima o depresión. Las personas orientadas positivamente hacia el pasado lo ven con gratitud y satisfacción, pero corren el riesgo de idealizar ese pasado y ser reacios al cambio.

Orientación al presente. Las personas orientadas al presente de manera hedonista tratan de vivir la vida a tope, en busca del máximo placer y las mejores experiencias, en una actitud acorde con el dogma económico y el espíritu de esta época. Puede ser problemático cuando estas personas caen

en la irresponsabilidad o en las adicciones. Las personas orientadas al presente de forma fatalista tienen la sensación de que el destino está escrito y que no tienen demasiado control sobre su vida. La ventaja es poca: la aceptación de las cosas tal como son. Las desventajas tienen más envergadura: pasividad, desesperanza, apatía.

Orientación al futuro. Las personas que conciben un futuro orientado lo ven como un espacio que afrontar con determinación y planes para conseguir unas metas. En el lado bueno, esta orientación puede colaborar al éxito profesional (si no contamos todo lo de azaroso y de herencia que tiene eso que llamamos éxito), aunque puede conducir a procesos de estrés y ansiedad. Las personas que conciben el futuro de manera trascendental creen en una existencia más allá de la muerte, ya sea de forma religiosa o espiritual. La ventaja es que la vida parece tener un propósito y se genera una sensación balsámica ante el absurdo de la existencia. El riesgo es la negación de la vida presente en pos de ese ansiado futuro.

Como suele pasar cuando intentamos clasificar a los seres humanos, las categorías no son estancas: una persona puede participar en diferente medida de las diferentes orientaciones. Zimbardo recomienda buenas dosis de pasado positivo y futuro orientado, algo de presente hedonista, bajo presente fatalista y también bajo pasado negativo. En mi caso, mi perspectiva ante el tiempo estaría conformada por un cóctel de pasado positivo, presente hedonista y futuro orientado. Creo que es una combinación común en nuestro zeitgeist: mi visión del pasado tiene que ver con mi carácter nostálgico, común en estos tiempos de encerrona, mi visión del presente se relaciona con el capitalismo libidinal, que nos induce a llevar la vida más intensa posible, y también mi visión del futuro, lleno de metas, es congruente con los engranajes del sistema

económico, que nos impele a crecer sin fin y romper los propios límites.

Nada especial: me resulta triste haber encontrado que mi relación con el flujo temporal es un producto de nuestros tiempos. Nunca mejor dicho.

*

Mikel Erentxun: el célebre músico de Duncan Dhu. Le entrevisté en las oficinas de su compañía discográfica con motivo del lanzamiento de su disco El último vuelo del hombre bala: había pequeños cruasanes sobre la mesa y Mikel lucía gorra de visera y aspecto juvenil, a pesar de que rondaba la cincuentena. Me cayó bien Mikel Erentxun, al que tanto había escuchado por ahí y al que nunca había imaginado entrevistar. Me gustaba su versión del There is a light that never goes out de los Smiths, y en persona me pareció un hombre sencillo y sonriente, muy cercano.

Contaba, sorprendido, que, de pronto, había pasado de ser un artista mainstream de radiofórmula, donde siempre se le había clasificado, para ser invitado a los festivales indies, donde, hipotéticamente, pacían los modernos y los adictos a las nuevas tendencias musicales (aunque cada vez menos porque las diferencias entre el mainstream y el underground, como la que hay entre alta y baja cultura, se estaban derrumbando). Lo llamado alternativo había perdido su prestigio y el underground, más que una posición ideológica, había quedado para quien no podía ser otra cosa.

En un momento de la entrevista, Mikel Erentxun me contó que le daba miedo el paso del tiempo y que, ahora que rondaba los 50, quién lo iba a decir, ese miedo se había acentuado. Le expliqué,

orgulloso de mi conocimiento, que eso era cronofobia. «¿Se llama así lo que me pasa?», respondió sorprendido, aliviado de encontrar una palabra para ese sentimiento. Hizo una pausa y telefoneó a un ser querido, creo que a su pareja. «Ya sé lo que tengo», le dijo, «¡cronofobia!».

Luego comprobé en la prensa que lo siguió contando en otras entrevistas, como quien ha encontrado una revelación. Sentí cierto orgullo. Era el año 2019. Puede que mayo.

*

Me pone nervioso la barra de carga con la que las máquinas nos informan del estado de los procesos: es ese rectángulo horizontal que se va rellenando de color de izquierda a derecha, a veces acompañado de un porcentaje creciente, 10 %, 45 %, 97 %, que no suele aumentar de forma lineal, sino con prometedores acelerones y desesperantes paradas. Me pone nervioso porque es una metáfora de nuestro avance por la existencia y del comportamiento caprichoso del tiempo que, igual que ese porcentaje, avanza y se detiene a trompicones.

Se atribuye la creación de esta barra de progreso (también se llama así, más tarde hablaremos del concepto de progreso) a Brad A. Myers, investigador de la Universidad Carnegie Mellon experto en la interacción humanocomputadora, que la describió en una ponencia de 1985 como una forma de templar la ansiedad de los usuarios y mejorar su experiencia en los entornos gráficos. Pero, como cualquiera sabe, las barras de carga no son fiables: algunas aceleran al principio para dar sensación de avance (al contrario que la vida humana, que es más lenta en sus comienzos; también lo veremos) y luego pueden quedarse encalladas en un inquietante 99 %. En muchos procesos informáticos es imposible estimar los tiempos de

procesamiento, de modo que las barras no son más que un truco para tranquilizar… aunque a mí me intranquilizan, como me intranquiliza el mar.

En este primer capítulo comienza la barra de carga de este libro, que es un subconjunto de la carga de la vida del lector. ¿Qué porcentaje tenemos a nuestra espalda? Quién sabe: los tiempos vitales también son imposibles de estimar. Lo que también me gustaría estimar, como hacen algunos periódicos en línea con sus artículos, es lo que se tarda en leer este ensayo, pero no voy a engañar al lector con mi propia barra de progreso falsa como hacen esas máquinas traidoras. Esto es un comienzo: ya dispongo de mi diagnóstico de cronofobia. De aquí en adelante exploraré los vericuetos del tiempo, primero en sus dimensiones mentales y corporales. Sin prisa, pero sin pausa.

2

EL TIEMPO SENTIDO. LA MENTE Y EL CUERPO

Donde el autor, además de bajar a la oscuridad de una mina carbonífera, explora las diferentes maneras en las que experimentamos el tiempo y las formas en las que diferentes culturas lo han conceptualizado.

¿Qué es el tiempo?

«Si nadie me lo pregunta, lo sé, o por lo menos imagino saberlo. Pero si he de contestar a quien me lo pregunta, ya no lo sé».

AGUSTÍN DE HIPONA, Confesiones (398 d. C.)

«Según el Oxford English Dictionary, "tiempo" es el sustantivo más utilizado en lengua inglesa. Nuestras vidas transcurren en el tiempo, llevamos cuenta de él obsesivamente y luchamos contra él todos los días. Y, aun así, sorprendentemente, pocos podrían ofrecer una explicación de lo que es realmente el tiempo».

SEAN CARROLL, Desde la eternidad hasta hoy (2015)

*

Entre el filósofo Agustín de Hipona y el físico y divulgador Sean Carroll median 15 siglos. Se hace evidente, sin embargo, al leer sus reflexiones, que el conocimiento humano sobre el tiempo no parece haber avanzado demasiado. Lidiamos con el tiempo cotidianamente, tenemos una noción íntima de lo que significa, nos ajustamos a sus ritmos como a los ritmos de un amo: es la dimensión sobre la que se extiende y articula nuestra vida. Y, sin embargo, no tenemos ni idea de lo que es, ni hemos aprendido a manipularlo de ninguna manera, ni a variar nuestro viaje a través. No podemos ralentizar el tiempo, no podemos viajar por el tiempo, no podemos doblar el tiempo, y a duras penas logramos aprovecharlo, utilizando libros de autoayuda o aplicaciones tecnológicas casi siempre infructuosas, que, más que aplacar la ansiedad, la hacen más insoportable.

«Somos el tiempo que nos queda», escribió el poeta Caballero Bonald, y eso mismo replicó el rapero Kase. O en una de sus rimas. Somos tiempo, pero somos incapaces de entender lo que somos. El tiempo: un extraño e inaprensible flujo en el que se enhebra la existencia. Una misma cosa, o varias cosas a las que le ponemos el mismo nombre, que se manifiestan de formas muy distintas. La pesadilla del cronófobo.

No es lo mismo, por ejemplo, el tiempo histórico, que el tiempo físico, que el tiempo psicológico, que el tiempo biológico. El tiempo nos dice muchas cosas: 1. Cuándo ocurre un evento. 2. Cuánto dura un evento. 3. Cuál es el orden en el que suceden los eventos. Usamos la palabra tiempo de manera flexible y polisémica, pero (tal vez por eso) no sabemos de qué estamos hablando cuando hablamos de tiempo.

El tiempo tiene una particularidad inexplicable que no tiene el espacio: mientras que en este podemos movernos hacia delante y hacia atrás, a izquierda y a derecha, de arriba abajo, en tres dimensiones; aquel es unidimensional: solo nos permite ir hacia delante, hacia el futuro (por eso se habla de la flecha del tiempo), y al ritmo que el propio tiempo marque. Todavía no existe una máquina del tiempo como la que imaginaron el escritor H.G. Wells y algunos físicos audaces, una que nos permita regresar al pasado o dar un brinco hacia el futuro. Siempre envejecemos, nunca rejuvenecemos, aunque nos compremos un coche deportivo al cumplir 50 años y gastemos un dineral en cremas antiaging con ácido hialurónico y retinol. El tiempo no se para, no se puede parar, siempre está corriendo. Por eso, a poco que uno se fije, resulta desesperante.

Una cosa es el tiempo físico, que ha descrito la cultura científica en diferentes concepciones, desde el rígido tiempo absoluto newtoniano, aquel reloj implacable y universal que regía el universo en la física clásica, a los tiempos más borrosos y elásticos de las dos ramas principales de la física moderna, la relatividad y la mecánica cuántica. Pero otra cosa es el tiempo, más cercano, por el que se rige nuestro cuerpo, el orden y el ritmo en el que los diferentes procesos fisiológicos, de manera inconsciente, comienzan y acaban cada día. Y otra cosa bastante diferente es el tiempo psicológico, el más íntimo de todos, ese que se forma en la conciencia y mediante el cual nos relacionamos con el mundo. Estamos en sus manos.

El tiempo no solo está fuera, sino que surge de una oscuridad que está muy dentro.

*

Suena un chasquido cuando se cierra la puerta y empezamos a bajar a toda velocidad hacia las profundidades del planeta. A través de los barrotes de la jaula se ven pasar paredes de piedra oscura y la luz intermitente de las sucesivas galerías. A mi alrededor monos azules, cascos blancos, lámparas mineras, cuerpos apiñados. Descendemos al Pozo Sotón, a la orilla del río Nalón, en la localidad de El Entrego, Asturias. Lo llaman la catedral de la minería y a la entrada hay un grupo escultórico que simula la disposición geométrica de un cementerio. Son placas en honor a los miles de muertos en el ejercicio de la minería, por los derrumbes, por las explosiones de grisú, por la silicosis, esa enfermedad que, poco a poco, iba convirtiendo en piedra los pulmones.

Es el año 2019 (es preciso decirlo) y esta mina sigue en activo para labores de mantenimiento, aunque ya no se extrae carbón. La actividad minera en Asturias cerró el año pasado y ese cierre supuso un enorme cambio para la región: este escarbar la tierra para arrancar el negro mineral fue la base de la economía desde mediados del siglo XVIII, pero también uno de los pilares de su carácter. «Todo sale de la mina», se decía. De ahí salió el ferrocarril, la siderurgia, los astilleros, toda una industria subsidiaria, los puestos de trabajo y el fortísimo movimiento obrero asturiano, combativo, heroico y muchas veces torpe, la última vanguardia del proletariado. Con la mina todo esto acaba, pero también una cultura que vertebró las cuencas durante décadas, una identidad y una población, que escapa de estos lugares donde, entre las montañas escarpadas, la verde fronda y los cielos grises, es difícil ver el futuro. El Nalón ya no baja negro.

El Pozo Sotón tiene unos 560 metros de profundidad, que es la altura de un rascacielos de Manhattan (el Empire State Building mide 443 metros), por eso las cuencas asturianas son un Manhattan inverso horadado en el suelo y las montañas, interconectado, de unos 6.000 kilómetros de galerías: de aquí a Moscú, ida y vuelta. Por fin llegamos. Dejamos la jaula en la octava planta. Esto es la mina. No se ve a nadie, hay penumbra y humedad, se oyen ruidos a lo

lejos. El carbón espera aquí desde el periodo Carbonífero, es decir, hace unos 300 millones de años. Mucho tiempo. Más tarde arrancaré un pedazo de carbón con un martillo neumático y me llevaré esa cosa tan antigua en una bolsa de plástico, probablemente la cosa más antigua que nunca me he llevado a casa, y no sabré dónde ponerla y la acabaré perdiendo.

Iniciamos el camino por las galerías principales acompañados de mineros («somos mineros, no guías», ha dicho Nuria) que nos hablan de trabajo duro, derrumbes y explosiones de grisú. En una de las galerías encontramos un pequeño agujero a la izquierda, entre el suelo y la pared, y los mineros nos invitan a introducirnos. Ahí empieza una chimenea que conecta dos galerías, la octava y la décima. Introducirse por estos pasadizos puede causar angustia a los claustrofóbicos. Algunos prefieren quedarse fuera y continuar dando un rodeo por lugares más practicables. Dentro, estamos entre cuatro paredes de piedra, en un tubo de un metro de lado, en el que se suceden los pedazos de madera que los entibadores han colocado para asegurarlo. Es una situación extraña: estamos a cientos de metros de profundidad, muy lejos de todo, muy lejos del mundo, en un espacio muy pequeño y agobiante, bajando en silencio (solo algunas exclamaciones de sorpresa, algunos jadeos de esfuerzo), entre la nuca de quien nos precede y los pies de quien nos sucede. Nos recomiendan, para evitar caídas, tener siempre tres de las cuatro extremidades aseguradas: solo un pie o una mano en el aire. Las luces de las lámparas en los cascos forman una fila expedicionaria, como luciérnagas desfilando. Bajamos, a veces de culo, por una pendiente pronunciada. Cuando llegamos a un tramo más llano, la minera Nuria pide que nos detengamos. Se agradece el descanso: tengo los cuádriceps muy tensos. Ahora Nuria nos pide que apaguemos las lámparas.

Nunca se vio una oscuridad tan perfecta. Aun con los ojos abiertos ningún fotón mancha la oscuridad circundante. El silencio es cuasiperfecto, solo interrumpido por las respiraciones de los compañeros, quizás el propio corazón, tal vez los latidos del planeta.

Nada más. Así nos quedamos: en silencio y a oscuras, solos con nosotros mismos. Son apenas unos segundos, pero son místicos. Hay algo metafísico en esta oscuridad, en esta ausencia de todo lo que nos rodea, que es el mundo entero. Es como no existir. ¿Estamos realmente aquí? ¿Esto es la nada? ¿Así se vive la muerte? Es una experiencia propia del espacio profundo exterior, aunque estemos en el profundo espacio interior.

Cuando nada sucede lo único que sucede es el tiempo.

*

Michel Siffre se sumergió en las profundidades para aprender más del tiempo. En 1962, cuando tenía 23 años, este espeleólogo francés se adentró sin reloj en la grieta de Scarason, una cueva al sur de los Alpes que él mismo había descubierto un año antes. Su misión era averiguar cómo se percibe el tiempo cuando nada sucede alrededor y no hay nada, ni siquiera el sol cruzando el cielo, para darnos idea de la hora. Eran los tiempos de la carrera espacial entre Estados Unidos y la Unión Soviética, que hacía soñar a los niños, ponía nerviosos a los militares y fascinaba a Siffre: el astronauta Yuri Gagarin había permanecido, por primera vez en la historia de la humanidad, 108 minutos en el espacio. Siffre se preguntó qué pasaría si permaneciésemos más tiempo en el espacio. Cómo afectaría a nuestra percepción del propio tiempo.

En vez de viajar al espacio exterior, el joven geólogo viajó hacia el espacio interior, como un intronauta viviendo una aventura propia de Julio Verne. Se estableció a 130 metros de profundidad, con víveres y artefactos para sobrevivir unas semanas: una tienda de campaña, ropa, latas de comida, un bloc de notas, un lápiz. Como la batería de la linterna era limitada, pasó la mayor parte del tiempo sentado a oscuras, a solas consigo mismo. Su única conexión con el exterior

era un teléfono para comunicarse con sus ayudantes, que habían retirado la escalera para que Siffre no sintiera la tentación de escapar. Estaba atrapado, cara a cara con el tiempo.

El tiempo se convierte entonces en algo extraño. Cuando Siffre piensa que han pasado diez minutos, en realidad ha pasado más de media hora; cuando cree que ha pasado una hora, sus ayudantes le informan de que han pasado tres o cuatro. La diferencia entre el día y la noche desaparece, porque allí dentro la luz es siempre la misma y no es posible detectar de otra manera el giro de la Tierra. Todo es raro y esquivo, todo es incertidumbre. La existencia se hace borrosa y Siffre toma conciencia de ciertos ritmos establecidos que guían nuestra relación con el mundo. Sin embargo, lo que perciben los ayudantes desde fuera es de una regularidad pasmosa: los días de Siffre, ahí abajo, sin ninguna referencia externa, duran 24 horas y media, de las que pasa despierto 16. El geólogo ha bajado sin reloj, pero lleva un reloj dentro del cuerpo.

Cuando sacan a Siffre, el 14 de septiembre, el investigador cree que todavía no es el momento de salir, pero ya han transcurrido los 61 días previstos. Según sus cálculos llevaba solo 36. Su cuerpo tenía un reloj, pero su mente no. No hay un reloj dentro de nuestro cuerpo que nos permita saber la hora exacta, no hay una pantalla como la del radiodespertador que nos diga: «son las 7 y 27 otra vez». Uno puede estar toda una vida haciendo jornadas laborales de ocho horas, impartiendo clases de una hora, viendo episodios de 45 minutos, y, aun así, la mente no aprende, no es capaz de calcular estos tiempos. Seguimos teniendo que mirar el reloj, en la pared, en la muñeca, en el móvil, para saber cuándo es la hora de salir, cuando se acaba la clase, cuando, por fin, termina la jornada laboral.

En este experimento fundamental de la cronobiología, Siffre comprobó de primera mano la divergencia entre la percepción subjetiva del tiempo y su diferencia con los ritmos biológicos. Había encontrado evidencia clara de los ritmos circadianos (regulados por el núcleo supraquiasmático, en la base del cerebro, cerca del cruce

de los nervios ópticos) y de que estos son, además, independientes de los estímulos exteriores. Albergamos un tictac autónomo que regula con notable precisión la presión sanguínea, la frecuencia cardiaca, la segregación de hormonas, el sistema inmunológico, los jugos gástricos, en definitiva, la actividad rítmica de nuestro cuerpo. El hambre, el sueño, la regeneración celular. Pero la experiencia de Siffre también mostró que, además del frío tiempo de los relojes y del preciso tiempo del cuerpo, hay otro tiempo de la mente, que no se acompasa a ninguno de los anteriores. El tiempo interno.

*

Cuando empecé a vivir con Liliana (entonces me parecía que éramos mayores; ahora, en cambio, me parece que éramos jóvenes) me di cuenta de que, aunque vivíamos aparentemente juntos, aunque nuestras pieles se tocaban y dormíamos haciendo la cucharita, habitábamos mundos temporales paralelos que solo coincidían en ciertos puntos. Ella se despertaba fresca y alerta a unas horas muy respetables de la mañana, cuando cantaba el coro del alba en los árboles del balcón; yo tendía a despertarme más tarde, después de una dura lucha con las sábanas, que me atrapaban como los tentáculos de un monstruo lovecraftiano. De noche pasaba lo contrario: yo podía pasar tan fresco hasta la madrugada trabajando o viendo series, cantando en susurros con la guitarra, pero ella caía en los brazos de Morfeo prácticamente cuando se acababa el horario infantil de la tele. Era frecuente que, si poníamos una película, ella se quedase dormida como un pajarito en los primeros compases y yo no supiera si pulsar el stop para verla juntos en otro momento o seguir viéndola por mi cuenta, cometiendo una pequeña traición. Eran los dilemas que se me planteaban.

En ocasiones esta diferencia en nuestros ritmos era motivo de conflicto, porque yo no tenía demasiadas ganas de hablar en el desayuno, aún envuelto en las brumas del sueño, y ella solía insistir en recogerse pronto por las noches, cuando yo todavía estaba calentando motores en los bares de cañas para una gran aventura noctívaga. ¡Aguafiestas! Una de sus formas de sociabilidad favorita era desayunar con las amigas, cosa para mí inconcebible, que solo socializaba cuando las tinieblas cubrían el mundo. Un día, no recuerdo cuál, descubrí la razón de nuestros desvelos: ella se activaba por las mañanas, yo por las noches. Liliana era una alondra y yo era un búho. Teníamos diferentes cronotipos. Y tuvimos que aprender a aceptar con tolerancia y resignación el cronotipo del otro. Pero hay vida posible para las parejas intertemporales. Nuestra hija, lo siento, salió búho, como su padre, lo cual le causa a Liliana no pocos problemas.

Alondra es el cronotipo matutino y búho es el cronotipo vespertino. Los cronotipos no dependen de la voluntad o de la costumbre, aunque puedan moldearse, sino de la genética. Así que no es legítimo reprocharle a alguien que esté adormilado por las mañanas: sería como reprocharle su altura o su color de piel. La capacidad de rendimiento, la presión arterial, el sueño, la predisposición al sexo o la tolerancia al alcohol dependen de la hora y esa dependencia está dictada por nuestro reloj biológico. Desgraciadamente, los horarios contemporáneos no están adaptados a los cronotipos: si bien antes de la Revolución Industrial los ritmos de vida estaban conectados con las horas de luz solar, la llegada de la modernidad y de los relojes precisos supuso la uniformización de todos nuestros tiempos en un tiempo homogéneo y militar. La fábrica, la oficina, la guardería, de nueve a cinco (con suerte), seas quien seas y tengas el patrón de productividad que tengas. El teletrabajo, cuando se realiza con autonomía horaria, puede facilitar que el trabajador se adapte al cronotipo propio, algunas facilidades tecnológicas también hacen que seamos menos dependientes de los horarios de sucursales bancarias, tiendas o programas televisivos.

Internet permite que muchas gestiones y entretenimientos se produzcan fuera de unos horarios fijos. También desde internet algunos influencers nos animan a levantarnos varias horas antes de que salga el sol para ir al gimnasio, hacer burpees, empezar a trabajar antes de que el resto del mundo se despierte: solo con levantarse a las cinco de la madrugada y poniéndose cachas, asegura el gurú delirante, casi cómico, Amadeo Lladós, conseguiremos una vida llena de lujos, relojes Rolex, coches Lamborghini, mansiones y mujeres (a las que también concibe como productos de lujo). Atraeremos el éxito y la riqueza (que en su caso es lo mismo). Pero, aun dando por buena su estrafalaria teoría, sigue sin tener en cuenta el cronotipo de los miles de jóvenes adeptos a su secta de pensamiento mágico individualista.

Los adolescentes, en general, no se sabe con certeza por qué (puede tener que ver con la segregación de la hormona melatonina), tienden a estar activos por las noches y cansados por las mañanas. Y no es porque les guste pasar las noches de fiesta. Más bien al contrario: a los adolescentes les gusta trasnochar porque así se lo dicta su cuerpo. Y están cansados por las mañanas, no tanto porque salgan de noche (que también), sino porque su cronotipo es de ave nocturna. Recuerdo que en el bachillerato y en la facultad no éramos pocos los que aprovechábamos las noches, no solo para festejar, sino para absorber conocimiento libresco en bibliotecas y centros de estudio: en términos de rendimiento, la noche nos resultaba más provechosa que el día. De hecho, según un estudio de la Carnegie Mellon University, el horario de las clases es una razón de peso para elegir una asignatura u otra. Y preferir las asignaturas de tarde puede modificar la carrera académica y luego laboral de las personas. Sí, yo era de los que cogían las clases por las tardes, después de comer, aun a riesgo de sobrellevar una digestión pesada.

Los horarios escolares, como los laborales, no se adaptan a los cronotipos. Vivir a contrapelo de tu cronotipo puede acabar produciendo efectos negativos en la salud física o psíquica: alteraciones del sueño, aumento del estrés y la ansiedad,

enfermedades metabólicas o cardiovasculares o trastornos en los estados de ánimo. No hay mucha gente que piense en ello. Tal vez solo algunos cronófobos.

*

Nombre: Stefan Klein

Profesión: Físico y ensayista. Autor de El tiempo. Los secretos de nuestro bien más escaso

Fecha de nacimiento: 5 de octubre de 1965

Fecha de la entrevista: 24 de enero de 2024

Pregunta. Tengo 43 años. Según me adentro en la mediana edad, soy cada vez más consciente de mi propia finitud y de la escasez de mi tiempo. ¿Cómo puedo lidiar con eso?

Respuesta. Entonces, ¿qué debería decir yo? Tengo 57 años. Intento entrenar mi percepción para comprender lo valioso de cada momento. Ahora mismo acabo de regresar de una larga carrera a lo largo del río, mientras salía la luna. Fue hermoso. Paul Bowles pensaba que es un error creer que los momentos se repiten con frecuencia en nuestras vidas. No es así. ¿Con qué frecuencia experimentamos una luna llena saliendo o un encuentro especial? ¿Cinco veces, diez veces en la vida? No es mucho. Cuando tomamos conciencia del valor del momento, nuestra percepción cambia. Cuanto más percibimos y experimentamos de un momento, más tiempo sentimos. Al darle más vida a nuestro tiempo, le damos más tiempo a nuestras vidas.

P. ¿Cómo hacerlo?

R. La forma en que experimentamos los periodos de tiempo depende de cuántas cosas significativas vivimos. Vivir nuevas experiencias ayuda. Por ejemplo, siempre pensé que no servía para bailar. Hace unos meses, comencé a tomar clases de salsa con mi esposa. No solo es muy divertido, sino que también contrarresta la sensación de que el tiempo pasa cada vez más rápido a medida que envejecemos. Cuanta más información nueva almacena nuestra memoria, más largo parece un periodo de tiempo en retrospectiva.

P. Usted ha escrito sobre los diferentes aspectos del tiempo: el tiempo interno, el tiempo físico, el tiempo social… A veces es difícil conectarlos entre sí. ¿Ha llegado a una conclusión general sobre qué es el tiempo?

R. Un amigo filósofo bromea diciendo que el tiempo no es más que el tendedero en el que colgamos los eventos de nuestras vidas. Hay algo de verdad en eso. De hecho, solo experimentamos el tiempo cuando algo sucede. Pero lo que experimentamos como tiempo no es solo un fenómeno del mundo exterior, sino también uno de nuestra conciencia.

P. ¿Cómo?

R. La percepción del tiempo es una de las actividades más sofisticadas de nuestra mente. Casi todas las funciones del cerebro están involucradas. La sensación física y la percepción sensorial; la memoria y la capacidad de hacer planes para el futuro; las emociones y la autoconciencia: todas trabajan juntas. Si solo uno de estos mecanismos se ve alterado, la percepción del tiempo se distorsiona o desaparece. Finalmente, medimos el paso de los meses y los años por la memoria. Como hemos almacenado comparativamente muchas más impresiones de nuestra

infancia y juventud y recordamos menos y menos a lo largo de la vida; a medida que envejecemos parece que el tiempo pasa más rápido.

P. ¿Cómo se relaciona el tiempo interno, que gobierna nuestro cuerpo y mente, con el tiempo externo?

R. Es complicado. Poseemos relojes biológicos que guían nuestro organismo a lo largo del día. Hay un tictac en cada célula de nuestro cuerpo; los relojes son muy precisos y están sincronizados por el cerebro. Pero no somos capaces de leer estos relojes. Así que, para hacer el tiempo perceptible, el cerebro tiene que tomar desvíos complicados. El estudio del sentido del tiempo se ha convertido en una disciplina fascinante en la neurociencia. Y en cada experimento emerge el mismo resultado: no somos capaces de percibir el tiempo de los relojes. El ojo reconoce longitudes de onda de luz, el oído frecuencias de sonido y la piel temperaturas; pero no hay un órgano sensorial que pueda indicar la cantidad física del tiempo.

P. ¿Entonces?

R. La percepción de periodos cortos, en el rango de los segundos y los minutos, se basa en centros cerebrales que en realidad son responsables de controlar el movimiento. Es por eso que los músicos tocan automáticamente más rápido cuando respiran más rápido. Juzgamos periodos de tiempo más largos según cuánta y qué información ha procesado el cerebro. Por eso las horas en una sala de espera parecen no pasar nunca, mientras que una noche de buena conversación vuela. Y para construir un sentido de cómo pasan incluso periodos más largos de tiempo, el cerebro tiene que evaluar sus recuerdos.

*

Al pasear por los barrios periféricos, el tiempo cobra otro ritmo, se expande, se hace masticable, cada segundo adquiere un nuevo peso y vigor. El tiempo lánguido se convierte en tiempo puñetazo.

Desde que soy padre ya no tengo tiempo para practicar la psicogeografía paseando por ahí, pero, muy de vez en cuando, se abre un hueco en el horario y salgo a recorrer calles desconocidas. El otro día, en el verano profundo de 2024 (es preciso decirlo), caminé hasta los confines del distrito de Carabanchel, una vez allí crucé al de Usera y regresé surcando grandes avenidas desiertas, parques desconocidos donde se juega al vóley, plazas donde los chavales miran el cielo y comen pipas. Fueron tres horas de caminata, pero pareció un largo viaje en el Transiberiano. El mundo entero está en una ciudad grande.

La Física nos dice que el tiempo se ralentiza cuando adquirimos velocidad. A la velocidad a la que uno camina esa ralentización es inapreciable (solo se aprecia en el entorno de la velocidad de la luz); sin embargo, el tiempo psicológico se estira como un chicle, en una especie de teoría de la relatividad mental. Si hubiera pasado esas tres horas en casa, haciendo pequeñas tareas domésticas y remoloneando en el sofá, hubieran significado un suspiro perdido en el remolino de mi vida. Pero esas mismas tres horas, de 17 a 20, caminando libremente por la urbe, no solo generaron un espacio extra en mi experiencia (del mismo modo en el que, al recibir visita, despliegas la mesa del comedor y de repente surge un espacio nuevo), sino que crearon un recuerdo de exploración que nunca olvidaré, en parte, porque queda aquí plasmado, en este texto que es un mensaje para el futuro.

Todo quedará ya registrado para siempre. El menú lahmacun (¡la pizza turca!) con patatas fritas y Coca-Cola Zero que merendé por el

camino, la puerta art déco de la Ciudad de los Periodistas, el bullicio popular ya bajando Marcelo Usera, junto a la cafetería-hamburguesería Apolo, las inmobiliarias chinas, llenas de ideogramas que no puedo comprender, el recuerdo vívido del perrito Dako, el perdiguero andaluz que me domesticó en ese barrio hace algunos años (cómo le quise en qué poco tiempo) y que tal vez ya esté muerto.

*

El tiempo se pasa volando cuando estamos concentrados. El psicólogo Mihály Csíkszentmihályi llamó estado de flujo (o flow) a la concentración gratificante, esos momentos en los que parece disolverse nuestro yo y nos fundimos con la tarea que estamos realizando: el pensamiento fluye libre y liviano de una cosa a otra y parece que nada más importa en el mundo. Ni siquiera el tiempo. Pero, cuando llega el tedio, el terco goteo de los segundos se hace insoportable, pasan espesos, se atascan, y el aburrimiento o la espera no parecen tener fin. No es lo mismo un minuto cuando estás mirando Instagram (eso sí que es flow) que cuando estás haciendo una rutina de planchas y flexiones. No es lo mismo el vivaz tiempo de una fiesta, que enseguida llega a su fin, que el lánguido tiempo en la sala de espera del dentista, hojeando un ejemplar manoseado de la revista ¡Hola! Hay un tiempo de la mente, un tiempo diferente al que miden los relojes, un tiempo diferente al de las ecuaciones de la Física.

¿De dónde sale ese tiempo interno? No hay un reloj central en el cerebro, no hay un mecanismo que nos diga la hora exacta ni que origine la sensación temporal de manera específica. Se trata, más bien, de la interacción de varios sistemas. Contribuye el cerebelo, que, situado en la zona trasera del encéfalo, donde el cerebro se une

con la médula espinal, se dedica a regir de forma autónoma los movimientos repetitivos, como poner un pie delante de otro al caminar, sin que tengamos que pensar demasiado en ello. También colaboran a la sensación de tiempo los ganglios basales que, como marcapasos internos, producen una pulsación eléctrica que ayuda al cerebro a coordinar los movimientos: son una profesora de danza que golpea rítmicamente el suelo con el bastón para acompasar a las bailarinas. No somos conscientes de la complejidad que supone moverse, no ya en la danza o en el deporte, sino en acciones cotidianas como correr o caminar, en las que hay que, a la vez que mantenemos el equilibrio, coordinar decenas de músculos cuyos nombres ni siquiera conocemos. Nos tropezamos poco. Que no nos cueste esfuerzo tiene que ver con la actuación del cerebelo y los ganglios basales. Otras partes del cerebro relacionadas con el tiempo son la corteza prefrontal y la parietal, la amígdala, la ínsula o el hipocampo, que colabora en la ordenación de la memoria. En periodos largos, de años, la construcción del tiempo se hace precisamente desde la memoria.

La sensación de tiempo, como se ve, está íntimamente ligada al movimiento, no tenemos un reloj interno en el que mirar la hora como quien mira un reloj Casio de pulsera. Es común que los daños cerebrales debidos a un traumatismo, un tumor o a enfermedades como el Parkinson, que afectan a la función del movimiento, también lo hagan a la sensación del tiempo. La amígdala, una estructura en forma de almendra situada en lo profundo del lóbulo temporal, es responsable de esa sensación de tiempo ralentizado, de cámara lenta, que se produce en momentos de máximo estrés, cuando el cerebro registra más información por segundo, y que tan habitualmente se utiliza en las furiosas escenas de acción de las películas. Los practicantes del arte oriental del taichí, al realizar movimientos muy lentamente, como sumergidos en gelatina, perciben cambios en el ritmo del mundo: todo se ralentiza y por eso experimentan cierta sensación de desahogo y paz. Los maestros zen, permaneciendo inmóviles como témpanos y practicando la meditación, aseguran detener el flujo temporal, hacer eterno el

momento presente y abolir el pasado y el futuro. Aquí y ahora: «Cuando como, como; cuando duermo, duermo», se le atribuye al maestro Ejo Takata. Según el zen este es un modo de lograr el bienestar y conectar con lo trascendente. Los maestros en artes marciales también dicen ralentizar el tiempo, de modo que cuando reciben un ataque, por muy fugaz que sea, tienen tiempo de sobra para decidir cómo esquivarlo, encajarlo, detenerlo o contraatacar. Seguramente Bruce Lee veía a sus atacantes a cámara lenta (y, desde fuera, parecía moverse a cámara rápida).

Los atletas, los jugadores de baloncesto, los conductores de Fórmula 1, suelen relatar experiencias de ralentización del tiempo en momentos de máxima tensión. Es el caso del tenista Jimmy Connors, que aseguraba entrar en los momentos álgidos de los partidos en una «zona» donde el tiempo discurría más lento: la pelota era una bola enorme que avanzaba lentamente, suspendida en el aire, y Connors tenía todo el tiempo del mundo para decidir cómo abordar la respuesta, dónde lanzar la bola, con qué efecto y fuerza. Lo que en su mente transcurría con cierto sosiego, visto desde las gradas era una fracción de segundo.

No hay un órgano del tiempo, sino que el tiempo, a diferentes escalas, de los milisegundos al largo plazo, se trata cerebralmente por un conjunto de partes diferentes y relacionadas con diferentes funciones como el movimiento, la emoción, la memoria o lo sensorial. Así construye el tiempo el cerebro.

*

«Sabemos, por ejemplo, que las personas extrovertidas son calculadoras de tiempo más exactas que las introvertidas, las personas obesas son más precisas que las personas de peso normal y que los consumidores de drogas fuertes tienden a ser más exactos

que los consumidores de drogas livianas. También sabemos que el tiempo psicológico transcurre más rápido que el del reloj para los maníacos, histéricos, psicópatas, delincuentes y esquizoparanoides, mientras que parece transcurrir con mayor lentitud que el reloj para los melancólicos, neurótico-depresivos, personas con reacciones de angustia y esquizofrénicos no paranoicos».

ROBERT LEVINE, Una geografía del tiempo

*

La quietud… El cronófobo desea secretamente que se pare el tiempo. Pero es un deseo común. «¡Detente, instante: eres tan hermoso!», dice el Fausto de Goethe. O como en el bolero de Los Panchos: «Reloj, detén tu camino / porque mi vida se apaga».

¿Cómo imaginar el freno temporal? Si el tiempo es el número del movimiento, como propuso Aristóteles, si está íntimamente relacionado con el cambio, la detención temporal implicaría la inmovilidad del mundo. Por eso el cine escenifica el tiempo detenido a través del mundo detenido: los coches quietos de repente, una taza de café que, durante su caída, se para en el aire, la ciudadanía congelada en posturas raras, como en un museo de escultura al aire libre. El reloj, como en el bolero, inmóvil, haciendo esta noche perpetua, «para que nunca se vaya de mí / para que nunca amanezca».

Solo se mueve, eso sí, el protagonista que, a pesar del tiempo detenido, puede seguir viviendo, como si estuviera fuera del tiempo de los demás. Hay efectos físicos en los que no se suele reparar: si el mundo estuviera realmente detenido hasta las últimas

consecuencias, las moléculas permanecerían inmóviles y el aire sería una sustancia sólida que impediría el movimiento. Por no hablar de si es posible la total inmovilidad a un nivel microscópico, por consideraciones cuánticas, y qué supondría eso en cuestión de temperatura y oscuridad. Pero pasemos todo esto por alto, como lo pasan los cineastas. En nuestra imaginación el personaje principal puede aprovechar para reflexionar o urdir alguna maldad, pues tiene el privilegio de no estar preso en la férrea dictadura del reloj parado. A cambio de la detención del tiempo, el cronófobo quedaría preso en un infierno congelado. «Ten cuidado con lo que deseas, porque se puede cumplir», dice el proverbio chino.

Otras modalidades de detención temporal tienen que ver con la repetición ad infinitum de un periodo determinado. Un ejemplo paradigmático es la comedia Atrapado en el tiempo (Harold Ramis, 1993), protagonizada por Bill Murray en el papel de un periodista gruñón que viaja al pueblo de Punxstawnwey, Pensilvania, a cubrir el festival del Día de la Marmota: el día en el que una marmota sale de su madriguera y predice, con su comportamiento, la duración esperada del invierno. El reportero televisivo se queda, como dice el título, atrapado en ese día, congelado en 24 horas (bastante gélidas, por lo demás) que se repiten en bucle: siempre la misma sintonía en el despertador, siempre los mismos encuentros callejeros, siempre los mismos sucesos, de los que, al final, el protagonista sabe sacar provecho, pues posee información privilegiada sobre todo lo que va a acontecer. Puede leer el futuro porque conoce el pasado, y ambos son lo mismo.

No tan cómica es la experiencia de Tara Selter, una librera anticuaria especializada en obras del siglo XVIII que, al regresar a Clairon-sous-Bois después de hacer unos negocios en París, se ve atrapada en un bucle temporal un 18 de noviembre que no deja de repetirse sin motivo aparente. Cada amanecer tiene que explicarle a su marido, Thomas, que se encuentra atrapada en ese día y cada anochecer su marido se acuesta para despertarse otra vez en el mismo día, sin acordarse de nada. Él no envejece. Ella sí, día tras

día, aunque sea el mismo. «Si bien era evidente que el día regresaba a su inicio, sin embargo, sufría variaciones. No lo hacía de manera mecánica, se trataba de otra cosa. Aun siendo el mismo día que se repetía, no poseía un carácter absolutamente fijo. Yo recordaba. Thomas olvidaba. Yo me movía en el tiempo. Thomas permanecía quieto. Los objetos seguían diferentes patrones. No se reducía a algo tan simple, era como si las cosas dudasen, como si titubearan, como si oscilaran entre las posibilidades del tiempo, en el borde de un tiempo que pasaba y un tiempo que retornaba». La escritora danesa Solvej Balle escribió la historia de Tara Selter atrapada en un 18 de noviembre a lo largo de siete novelas, tituladas El volumen del tiempo, que tardó 40 años en escribir. Cuatro decenios escribiendo sobre un solo día.

La muerte es la forma más eficaz de parar el tiempo. Pero tiene un precio muy alto, el de la inexistencia. A veces fantaseo con la posibilidad de que el tiempo antes de mi nacimiento no haya existido nunca, y con que no vaya a existir tampoco el tiempo después de mi muerte. Como si el Universo naciese y muriese conmigo y el resto fuera una ficción decorativa diseñada para dar contexto a mi vida. Un solipsismo en el que todas las personas que me rodean son invenciones o intérpretes para hacer de mi vida una especie de show de Truman cósmico. Pensándolo bien, cada vez que alguien muere, muere un universo entero. Es una idea con una ventaja: uno no se va a perder el futuro (ahora, por lo demás, tan poco apetecible: hablaremos de eso más tarde). Pero es una idea muy triste. E irrelevante. Cuando alguien, en un alarde de cronofobia cotidiana, se queja de cumplir años, suele haber algún alma caritativa que le recuerda que siempre es mejor cumplirlos que no cumplirlos. O sea, mejor vivir que estar muerto. No parece un argumento satisfactorio, porque hace elegir entre el todo y la nada, y tampoco tenemos claro que sea mejor existir que no existir. Nos horroriza la idea de disolvernos en la nada el día de nuestra muerte, pero… ¿por qué no sentimos melancolía por haber sido nada antes de nacer?

En fin. Aunque deseemos parar el tiempo, ninguna de estas opciones parece deseable. Quizá sea mejor que el tiempo pase, quizá sea una suerte que no se hagan realidad nuestros mayores deseos. Lo que el cronófobo desea es que los días transcurran con normalidad, uno tras otro, desplegándose sobre ellos la vida cotidiana en su correcta evolución, pero sin cambiar de fecha el calendario. Algo así. Que nuestra vida transcurriese con normalidad, las flores brotando, los niños creciendo, los periódicos mutando, pero el amor sin marchitarse, los cuerpos sin envejecer, los seres queridos sin caer en las redes de la muerte. Que nunca dejase de ser 22 de julio de 2024 (es preciso decirlo), como es ahora mismo, aquí, en este mismo momento, sentado en la Biblioteca Pública Ramón Pérez de Ayala, en El Fontán, Oviedo, de buena mañana, rodeado de silenciosos estudiantes de Medicina, en un instante soleado e irrepetible, por decir algo.

*

«Si bien las medidas corrientes del reloj y el calendario tienen ingredientes astronómicos (año, mes, día), la selección del segundo como unidad objetiva del tiempo tiene también un referente psicológico, pues corresponde de manera aproximada a la frecuencia cardiaca humana, un ritmo biológico estrechamente vinculado a la sensación del tiempo, pues a mayor atención y emoción mayor frecuencia cardiaca y menor velocidad del tiempo subjetivo».

JOSÉ LUIS DÍAZ, Cronofenomenología:

El tiempo subjetivo y el reloj elástico

*

Mucho tiempo tuve taquicardias de noche. A veces, apenas había apagado la luz, se cerraban mis ojos tan rápido que ni tenía tiempo de decirme «ya me duermo», y media hora después me despertaba el silencio oscuro de la habitación invadido por los latidos de mi corazón desbocado. Tener un corazón siempre me había inquietado: prefería no pensar que llevamos en el pecho un reloj que nunca para de latir, todo el rato, sin descanso, en todos los momentos importantes, también en los banales, desde que te levantas hasta que te acuestas, cuando lloras, cuando miras Netflix, cuando te lavas los dientes. Tu músculo cardiaco, la metáfora más manida y más perfecta, el centro de tu cuerpo, tu máquina de baile. La kriptonita del cronófobo.

Prefería no pensar en este cuerpo, lleno de órganos autónomos que no podemos ver, que nunca hemos tocado, que conocemos por los modelos anatómicos del cole, que siguen directrices de partes ignoradas del cerebro, que van por libre, que pueden fallar en cualquier momento. Vamos montados en un muñeco manejado por algún comité oculto, somos una consciencia presidencial que ha delegado el control en algún gerente extraño. Que el cuerpo funcione por su cuenta es asombroso.

A veces siento que mi cuerpo no es mío, porque, en el fondo, no lo es: enferma y se cura sin que yo pinte demasiado, hace la digestión, respira, bombea sangre, todo funciona y se regenera sin que uno pueda hacer demasiado. Si aguanto la respiración tratando de matarme, el cuerpo se rebela contra mí y me obliga a respirar de nuevo. En un momento dado, no sabemos cuál, una célula del páncreas de mi madre comenzó a reproducirse salvajemente y a colonizar otras partes de su cuerpo. Mi madre, aunque tenía querencias místicas, no pudo controlar su cuerpo con su mente, ni pudo decirle a su cáncer: detente y disuélvete. Fuera de mí. A veces

siento que mi cuerpo no es mío, que nuestros cuerpos no son nuestros, que simplemente somos pasajeros que viajamos en un artefacto sobre el que no tenemos demasiado control, como cuando el avión enfila la pista de despegue y acelera a toda potencia.

Pero gracias a que el cuerpo es autónomo podemos ocuparnos en otras cosas. Sería agotador tener que dar órdenes mentales para regular el metabolismo o el sistema linfático. Probablemente moriríamos antes, cuando se nos olvidase hacer latir el corazón. Pilotamos un autómata cuyos engranajes pueden enfermar, que envejecen, que no nos hacen caso. Y tu corazón siempre latiendo, como una máquina tenaz ajena a tu control. Tu corazón siempre latiendo hasta que tu corazón se para y tú te mueres. De la muerte hablaremos más tarde.

Mucho tiempo tuve taquicardias de noche, así que fui al médico y me hicieron análisis de sangre, electrocardiogramas, pruebas de esfuerzo en cintas de correr y, sobre todo, una ecografía cardiaca. La ecógrafa cardiaca moraba en las profundidades del centro de salud de Pontones: allí bajé y, después de pasar por el mostrador y obtener mi ticket, me uní a la masa ciudadana que esperaba, muy temprano, mirando a la pantalla donde iban apareciendo combinaciones sin sentido de letras y de números, las contraseñas que daban acceso a los sabios.

En la sala de espera del centro de salud siempre me pregunto cuántas de esas personas recibirán, en solo unos instantes, un diagnóstico que les cambie la vida, que les acabe la vida, cuántas serán informadas (algunas ni siquiera lo imaginan) de que se requiere una operación a corazón abierto o que un tumor silencioso ha venido creciendo por la superficie del hígado. Tal vez, pienso, yo seré uno de esos, siempre me lo espero, no soy propenso a la sorpresa diagnóstica, siempre fantaseo con los peores resultados.

La ecógrafa cardiaca me tumbó en la camilla, untó un gel frío por mi pecho, y empezó a pasar la máquina. Yo notaba que se me

aceleraba el pulso, como siempre que me auscultan, que me toman el pulso, que me miran el corazón tan olvidado. La ecógrafa cardiaca miraba la pantalla por encima de las gafas y no decía nada. Yo le hacía comentarios amistosos: vaya trabajo más curioso, estar aquí, en este sótano, mirando corazones de la gente. Lo que para mí era un hecho insólito para la ecógrafa cardiaca era gris rutina, así que seguía absorta en mis latidos.

Giró la pantalla hacia mí y por primera vez pude ver mi corazón, como quien ve al bebé que viene. Nunca me había visto por dentro; tal vez, pensé, toda la anatomía que me habían contado era mentira, y lo que ahora me enseñaba la ecógrafa no era mi corazón sino un vídeo realizado previamente para hacerme creer que tenía corazón, igual que me hacían creer que tenía intestinos y riñones. Cosa de lejanas élites globales, que siempre están urdiendo sus mentiras. Pero esa cosa que se hinchaba y deshinchaba era el núcleo irradiador de mi existencia, el metrónomo que me daba la vida una vez cada segundo, aproximadamente. Tenía el mismo aspecto que los testículos de un toro. Por favor, no pares nunca.

La ecógrafa me dijo que mi corazón estaba bien, que todo era perfecto, tal y como me habían dicho en los análisis, en el electrocardiograma, en la prueba de esfuerzo, cuando bajé agotado y sudoroso de la cinta de correr. Gracias, amigos. Mucho más tarde le escribí un poema a la ecógrafa y lo puse en las redes sociales, no recuerdo si en un libro. Nunca volví a verla y nunca volví a ver mi corazón: lo siento todavía, dando brincos, aquí en el pecho.

*

Un amigo poeta daba talleres literarios para niños, que siempre tienen razón. En uno de ellos, me contó, crearon un diccionario, como un juego. Algunas de las definiciones halladas fueron estas.

—Abuelita: Señora mayor que me da lo que quiero cuando mis padres no me lo dan.

—Juguete: Cosa que me compra mi padre para no tener que jugar conmigo.

—Tiempo: Reloj que no existe pero que se nota.

*

A lo largo de la historia, en diferentes culturas, el tiempo se ha concebido de maneras diferentes, pero sobre todo de dos: el tiempo lineal y el tiempo cíclico. El círculo y la línea.

EL TIEMPO CIRCULAR

El tiempo cíclico es típico de sociedades arcaicas o del pensamiento oriental. No es extraño, porque la experiencia natural del tiempo es cíclica: los días se repiten, las semanas, los meses, las estaciones, los años, todo va girando. El tiempo es una rueda que gira, el Universo hace reset: en algunos modelos cosmológicos el Big Bang, la gran explosión, es sucedida por el Big Crunch, la gran contracción, y ese gran latido cósmico vuelve a empezar. El Universo como un corazón. No es muy diferente a la religión hindú, donde la Trimurti, la triada de esos dioses que se representan con la piel azulada y primorosamente engalanados, opera en la evolución del Universo: el dios Brahma crea, Vishnú mantiene y Shiva, el bailarín de cuatro

brazos, portando un tambor y un fuego, destruye. Y comienza de nuevo.

Siglos después, las ideas del tiempo circular reaparecerán en el eterno retorno de Nietzsche. Para el filósofo alemán esta idea sirve para evaluar nuestra existencia: si un demonio «se deslizara furtivamente en la más solitaria de nuestras soledades» (como escribe en La gaya ciencia) y nos dijera que nuestra vida se va a repetir indefinidas veces, «cada dolor y cada placer, y cada pensamiento, y cada suspiro, y cada cosa indeciblemente pequeña y grande de tu vida»… ¿Cómo reaccionaríamos? ¿Estaríamos satisfechos de nuestra peripecia? ¿O hubiéramos querido vivir de otra manera? La idea del eterno retorno nos puede llevar por varios caminos: a una reacción para cambiar de vida, para tomar las riendas, para hacerla deseable en su repetición; o al amor fati, el amor al destino, un término de raigambre estoica que supone la aceptación de la vida tal y como se nos presenta, con sus desafíos y adversidades. «El no querer que nada sea distinto, ni en el pasado, ni en el futuro, ni por toda la eternidad», según el filósofo.

La idea del eterno retorno, aunque recuperada en el siglo XX, es longeva, connatural al ser humano. «Al estudiar las sociedades tradicionales, un rasgo nos ha llamado principalmente la atención», escribe el historiador de las religiones Mircea Eliade en El mito del eterno retorno, «su rebelión contra el tiempo concreto, histórico; su nostalgia de un retorno periódico al tiempo mítico de los orígenes, al Tiempo Magno». La realidad cotidiana solo tiene relevancia en estas sociedades en la medida en la que participa de otra que la transciende: la vida es una repetición de acciones que ya fueron llevadas a cabo por otros.

Es preciso honrar a los ancestros, los que fueron antes que nosotros y vivieron lo mismo. Los objetos sagrados, las piedras, los amuletos, los fuegos, son venerados al verse imbuidos de una participación en un tiempo pretérito, y los rituales, que reproducen lo que hicieron los dioses, los ancestros o los espíritus, mantienen viva esa tradición.

Las acciones con sentido preciso, como la caza, la pesca, la agricultura, el sexo, tienen un carácter sagrado y perpetúan el ciclo eterno del mundo. Conectan con lo trascendente. Lo demás, lo que carece de un modelo mítico ejemplar, eso es lo profano.

Esta repetición de los arquetipos y los «gestos paradigmáticos» es una forma de abolición del tiempo: si todo ha pasado ya, si todo es repetición, ya nada pasa. No existe la historia como sucesión de hechos irreversibles. Si en el siglo XXI vivimos obsesionados con la novedad y todo muta con premura, la humanidad arcaica rechazaba con fuerza lo nuevo y lo irreversible, rechazaba la historia. Ante hechos históricos como catástrofes, guerras, epidemias, padecimientos, eventos que se salen de la rueda, el hombre arcaico despliega creencias para soportar la historia, como las influencias mágicas o demoníacas o la intervención de seres divinos. Intenta paliarlos con rituales mágicos o religiosos. O integrarlos en un sentido trascendente, darles un sentido. El mundo debe volver a su curso. Su curso circular.

Épocas en las que el tiempo pasaba y nada cambiaba sustancialmente. Se cultivaba el campo, se pagaban tributos a los nobles, se participaba de los ritos religiosos, un mundo cerrado y repetido. La experiencia de los abuelos era exacta a la de los nietos, los saberes y las historias se transmitían y todo resultaba familiar. Con la llegada de la Edad Moderna, caracterizada por la Revolución Industrial y las ideas ilustradas, no es solo que el viejo mundo sea sustituido, es que el nuevo no para de transformarse, primero lentamente, luego a toda velocidad. Hoy, los saberes de los abuelos difícilmente les son útiles a los nietos.

La concepción del tiempo lineal existía antes de los tiempos modernos, por ejemplo, en la cosmovisión cristiana, que parte de la Creación y llega al Juicio Final. Cada momento es único, irrepetible, cada instante cuenta y es contado. A pesar de eso, la mentalidad ahistórica seguía larvada en la civilización, enraizada en el cristianismo popular o en el surgimiento de concepciones mixtas

durante el medievo. Pero la modernidad, sobre todo a partir del siglo XVII, produce un fuerte cambio en la mentalidad temporal hacia la linealidad que no encontrará reacción hasta algunos pensadores del XX como Spengler, Nietzsche o Toynbee. No en vano, la obra de grandes literatos del XX, como T. S. Eliot o James Joyce, estará fuertemente atravesada por la idea de la repetición. Que todo gira y todo vuelve.

EL TIEMPO LINEAL

Desde la modernidad el tiempo se percibe como una línea. No es descabellado: es el modo en el que transcurre la vida, una línea desde el nacimiento hasta la muerte. Los relatos modernos como el marxismo, el liberalismo o el mito del avance tecnológico incorporan esta visión, que trata de paliar la ansiedad cronófoba dando un sentido al sinsentido del tiempo. Ahora el tiempo quiere ser histórico, el ser humano se declara autónomo y se rebela contra la determinación del eterno retorno. Puede cambiar el mundo.

«El hombre moderno, que acepta la historia o pretende aceptarla, puede reprochar al hombre arcaico, prisionero del horizonte mítico de los arquetipos, su impotencia creadora o, lo que es lo mismo, su incapacidad para aceptar los riesgos que lleva en sí todo acto de creación», escribe Mircea Eliade. Son tiempos, pues, de ímpetu, de creación, por qué no, de emprendizaje. Pero también escribe Eliade que a ese «hombre moderno» se le pueden bajar los humos reprochándole que, en realidad, la historia no se hace por su acto creador, sino sola, empujada por los acontecimientos pasados y los hechos ingobernables.

El marxismo, con su historia motorizada por la lucha de clases hacia la inevitable utopía igualitaria, es una forma de aplacar el «terror a la historia» que, a pesar de todo, no desaparece en la perspectiva

lineal. El materialismo histórico, como llamó Marx a su doctrina, trata de integrar los acontecimientos y darles un sentido más allá del mero acontecer; tal vez ese sea uno de los motivos de su éxito. Como el cristianismo, aporta un sentido a la historia, igual que las novelas hacen coherentes las vidas, que son en realidad una sucesión de eventos azarosa e incierta. Aunque en la perspectiva de Marx la linealidad estaba trufada de crisis y rupturas.

El liberalismo, por su parte, aunque no trate explícitamente el devenir de la historia, opera dentro de un marco temporal lineal: a través de reformas económicas, políticas y sociales, la humanidad avanzará hacia un estadio superior de bienestar y libertad. Al igual que el cristianismo y el marxismo, el liberalismo postula un objetivo último que se encuentra en el futuro, al que se llegará mediante el progreso. Hablaremos en otro momento del progreso. El relato tradicional de la ciencia, de manera similar, participa de esta narrativa: la describe como una cadena de descubrimientos y avances tecnológicos que no solo mejoran nuestra comprensión de la naturaleza, sino que también elevan los estándares de vida.

No todas las visiones coinciden: por ejemplo, el historiador Thomas Kuhn describió en los años sesenta la ciencia de una manera cíclica, caracterizada por revoluciones científicas seguidas de periodos de ciencia normal en los que se investiga dentro de un paradigma dominante. La ciencia, desde otros puntos de vista, aun aceptando el avance lineal, no tiene por qué ser uniforme: se acelera. En este contexto sucede la singularidad tecnológica, una idea seminal desarrollada por el ingeniero de Google Ray Kurzweil, según la cual el progreso tecnológico opera de forma exponencial. Se prevé que a mediados del siglo XXI se producirá esa singularidad, el momento en que la inteligencia artificial superará a la humana y se operarán cambios radicales en la civilización. Es una narrativa que rompe la idea de avance lineal, al considerar la exponencialidad y la llegada a un punto crítico donde todo se pone patas arriba.

La humanidad podría entonces evolucionar hacia una poshumanidad cuya forma exacta es difícil de predecir. ¿Serán cíborgs los humanos avanzados? ¿Descargaremos nuestras conciencias en dispositivos tecnológicos, abandonando para siempre nuestros cuerpos biológicos? ¿Nos fusionaremos con la inteligencia artificial? Y lo más importante, ¿qué harán los poshumanos con los humanos? Porque una preocupación emergente es el acceso desigual a los avances según la renta: puede que los más adinerados accedan a ese estado superior mientras que los más pobres no. ¿Se crearán diferentes castas? ¿Serán los humanos esclavos de los poshumanos? Son desigualdades que suenan a ciencia ficción y de hecho aparecen en la ciencia ficción: en la película Elysium (Neil Blomkamp, 2013) los ricos, aupados en los avances tecnológicos, se mudan a una apacible estación espacial dejando a los pobres en una Tierra sumida en un caos causado por la superpoblación, la pobreza y la contaminación.

Estas visiones aceleradas, exponenciales, con rupturas y cambio de fase, son propias de una época de crisis, como la nuestra, en la que se produce la sensación de futuro abolido. Hay un momento en el que el avance lineal parece darse cabezazos contra un límite insalvable.

¿EL TIEMPO EN ESPIRAL?

¿Qué prima en la vida cotidiana, la linealidad o la circularidad? Diría que en este día a día de vagones de metro, sofás blandurrios y comida basura, el tiempo se percibe notablemente cíclico y eso puede ser un alivio para el cronófobo… o no.

En La insoportable levedad del ser Milan Kundera comienza reflexionando sobre el eterno retorno nietzscheano: que todo se repita infinitamente hace que nuestras acciones tomen un peso desmesurado y que cada elección tenga una importancia infinita.

Una gran responsabilidad cae sobre nuestros hombros. Quizás el tiempo circular no sea tan buena idea. En el otro lado, una historia lineal se caracteriza porque las cosas suceden solo una vez, pero eso las hace en cierto modo insignificantes, nos proporcionan «levedad». La vida en el tiempo lineal es leve y eso puede convertirla en trivial y hacernos caer en la irresponsabilidad. Nada importa nada. Quizás ahí, en esa linealidad que se pierde por el sumidero del pasado, esté el germen de actitudes vitales como el carpe diem del poeta latino Horacio o su versión actual YOLO (You Only Live Once, traducido como 'Tú solo vives una vez'), popularizada por el rapero canadiense Drake.

La vida en el tiempo circular tiene sus ventajas: nos libera de la certeza de un fin y también de enfrentarnos con la insoportable idea de infinito. «El ciclo amortigua el posible horror ante una linealidad sin fin, en la que cada suceso es singular y no se repite, sino que desaparece como si nunca hubiera sido», escribe el ensayista Rüdiger Safranski. El tiempo cíclico es orgánico y familiar, se parece al funcionamiento del cuerpo, de la naturaleza, del cosmos, y nos quita las ansiedades de la fugacidad (el tempus fugit de Virgilio) que trae el tiempo lineal, irrepetible, irrevocable. «La perspectiva del tiempo cíclico desdramatiza y amortigua histerias», añade Safranski. Al contrario de la «levedad», que Kundera le atribuye al tiempo lineal, el tiempo circular puede ser ideal para el cronófobo. Muchas veces me consuelo metiendo la cabeza en él, aunque el mundo circundante lo desaconseje.

Pero el círculo también nos puede llevar al tedio. Uno se levanta y va a currar. Por las tardes recoge a la niña. Los viernes se emborracha moderadamente. La muerte se acerca sigilosa y Shiva, destructor del Universo, calienta en el banquillo. Las semanas resultan repetitivas y nuestra vida es una línea recta desde una nada a otra nada, envejeciendo, acumulando experiencias, viendo los ciclos pasar una y otra vez: la Navidad que ya casi empieza en verano, el Tour de Francia, las procesiones de Semana Santa, Arco y la Feria del Libro de Madrid, las sesiones de control al gobierno y el debate sobre el

estado de la nación. Y de verlo todo una y otra vez, parece que todo transcurre más rápido.

Visto así, más que un círculo o una línea, la vida parece una combinación de ambas: una espiral.

*

Sergio C. Fanjul. ¿Vosotros experimentáis el tiempo como una línea o como un círculo?

Luis Meyer. Una línea rectísima que ya va a toda hostia.

José Antonio Redondo Martín. Según mi experiencia y hasta donde llegan mis conocimientos, que son más bien de biofísico, no sería ni lo uno ni lo otro, es un atractor extraño. Hay partes que, si te fijas, se parecen a otras que se parecen a otras, como en los fractales, y también hay algo caótico y también inevitable, determinista.

Beatriz. Deseo experimentarlo como una línea, pero lamentablemente la depresión me columpia en una espiral de la que quiero bajarme sin éxito; demasiadas heridas y huesos rotos.

Fidinho. El semanal en círculo, el vital lineal.

MsHuxley. Como una serpiente de speed.

Elmiguelitoaby. Más bien como una espiral que parece que se va a cerrar en una circunferencia, pero al final siempre avanza.

Julio Tovar. Como un nivel de Super Mario donde a veces se acelera el contador.

Noemí Pájaro Luna. Como un agujero negro.

*

El psicólogo social estadounidense Robert Levine fue a Brasil, en los inicios de su carrera, a practicar la docencia durante un año. Allí sufrió un fuerte choque cultural relacionado con el tiempo: nadie llevaba el reloj en hora, los estudiantes llegaban tardísimo a clase y cuando la clase terminaba no acababan de marcharse (al contrario de los estudiantes estadounidenses, que se largaban pitando). Cuando acudía a una cita, la cita se retrasaba inevitablemente. Todo el mundo parecía muy tranquilo y se tomaba estas dilaciones con total naturalidad, fluyendo con el suceder errático de las cosas. Curiosamente, cuando Levine trataba de retrasarse con los demás era reprendido: había una red de significados culturales que no conseguía comprender y que era la que dictaba quién y en qué circunstancia tenía permitido retrasarse. Un lío.

Levine investigó sobre el tiempo social, los ritmos de vida que aprendemos del entorno de manera inconsciente, y lo hizo, como se muestra en el libro Una geografía del tiempo, de 1997, midiendo tres parámetros en diferentes países y ciudades: la velocidad de las personas al caminar, el tiempo que tardaban los empleados de correos en despachar unos sellos y la exactitud de quince relojes de bancos seleccionados al azar en el centro urbano.

Las concepciones del tiempo van por barrios (literal y metafóricamente). Las personas de grandes ciudades como Tokio o Múnich funcionan a una velocidad mucho mayor que, por ejemplo, los campesinos del medio rural griego. Es la manera en la que se mueven, hablan o reaccionan a los estímulos. Eso genera percepciones curiosas. En una ocasión fui invitado a guiar una visita por la ciudad de Madrid de los alumnos de la Universidad de Duke,

en Estados Unidos, hablando del urbanismo y la psicogeografía. Se dieron varios choques culturales: no entendían cómo podía ser que un desahucio en España no condonase la deuda con la entrega del piso (lo que se llama la dación en pago), como indica la lógica elemental. Tampoco entendían que me sorprendiera que empezaran a llegar a España los establecimientos comerciales abiertos 24 horas. Pero lo más llamativo, y lo que aquí nos atañe, es que la vida en Madrid, que en España es conceptualizada como apresurada, cruel y salvaje, le resultaba a estos estudiantes estadounidenses plácida como la de un pueblo apacible. «Qué bien se vive aquí, que la gente tiene tiempo para estar en las terrazas», decían. Los ritmos de cada lugar se perciben en contraste con el tiempo interno al que estamos acostumbrados por nuestra propia cultura. El ritmo de Madrid es jadeante para alguien procedente de un pueblo perdido de Asturias, pero bastante tranquilo para un visitante de Nueva York.

Levine encontró que había diferentes factores que influían en el tempo de la vida. La más evidente era el tipo de economía: en los lugares con una economía más vital e industrializada, los ritmos tendían a ser más veloces. «La gente de las naciones más ricas y las más pobres marchan al son de diferentes tambores», escribe Levine. Y también halló diferencias dentro de las subculturas que se dan en el seno de las naciones: como observó, dentro de Estados Unidos, los nativos americanos, los ciudadanos de origen mexicano o afroamericanos preferían los ritmos más pausados que los blancos anglosajones. Este efecto también lo observo a diario en Lavapiés, mi propio barrio, donde los vecinos senegaleses gustan de pasar tiempo tomando el fresco en la calle y charlando con el que pasa (como pude ver, cuando visité Senegal, que es costumbre en su país), al contrario que los españoles, que suelen pasar a toda prisa por su lado, muchas veces sospechando de su aparente inactividad: algo raro estarán tramando. En el mundo de la hiperproductividad, la calma solo puede significar algo malo.

Los avances tecnológicos, aunque hayan sido creados para ahorrar tiempo, muchas veces hacen que vayamos más apurados en las

sociedades tecnificadas: cuando no teníamos aspiradoras las expectativas en cuanto a la limpieza del hogar eran más bajas, cuando llegó la nueva tecnología fue posible erradicar el polvo de los suelos, y a ello nos dedicamos (fundamentalmente las mujeres) con más ahínco. Antes de la modernidad, de hecho, la gente era menos proclive al trabajo, el caso extremo se da en las sociedades cazadoras-recolectoras o agrícolas primitivas, donde el tiempo libre era muy extenso. Otros factores importantes, que comprendemos intuitivamente, son la cantidad de habitantes (a mayor población, mayor tempo, como se ve en el contraste entre los tranquilos pueblos pequeños y las ajetreadas ciudades grandes) o la climatología (los lugares calurosos son más lentos). Por último, las sociedades más individualistas funcionan a mayor velocidad que las colectivistas. Las primeras ponen mayor énfasis en los logros que en la pertenencia, de modo que la prisa hace predominar el ritmo del lema «el tiempo es dinero». Cada momento cuenta, pues puede ser rentabilizado. En el caso contrario, el sociólogo Pierre Bourdieu, por ejemplo, estudió la cultura colectivista del pueblo kabyle, en Argelia: no tienen interés por hacer las cosas rápido, consideran la rapidez como «una falta de decoro combinada con una ambición diabólica». Así que llaman al reloj «el molino del diablo». Hay culturas que se rigen por el tiempo de reloj, mientras que otras se rigen por el tiempo de los acontecimientos.

Las diferencias culturales con respecto al tiempo generan situaciones curiosas cuando alguien visita un país lejano. Por ejemplo, en India y Nepal es natural visitar la casa de un amigo y, en vez de pasarse la tarde charlando, permanecer en silencio. «A veces el silencio se alarga durante horas, luego de lo cual estalla la conversación, a menudo llena de risas, como por combustión espontánea», escribe Levine. Luego vuelve el silencio, que es incómodo solo para el extranjero. El psicólogo preguntó a esas personas si no se sentían incómodas estando ahí sin hacer nada: «Me explicaron que quedarse sentados ya era hacer algo». Los periodos de inactividad solo son absurdos para los occidentales, adictos al cambio rápido y el tiempo

lleno, al zapping y al scroll perpetuo; en otras culturas son «los precursores necesarios de cualquier acción significativa».

Y las variaciones que quieren hacer nuestra vida excitante no son tan importantes en otras culturas: Levine pone de ejemplo a los ciudadanos de Indonesia, aficionados a ver las mismas obras de teatro una y otra vez, año tras año, disfrutando de la sensación de sabérselas de memoria. O el viaje que hizo acompañado de sherpas por el Himalaya: durante siete días comieron tortitas de patatas, patatas hervidas y guiso sherpa, siempre lo mismo. Nadie pareció incómodo… excepto el propio Levine.

Sobra decir que, en la sociedad de la prisa, víctimas de la tiranía del reloj, la calidad de vida es menor. Empeoran las relaciones humanas, porque no hay tiempo para conversaciones reposadas, cuidados serenos o encuentros espontáneos (la vida social tiene que estar hiperplanificada). Y las personas son más proclives a la irritabilidad y la impaciencia, al estrés y al agotamiento, así como a sufrir cuadros de hipertensión, depresión o ansiedad.

*

Como cronófobo, siempre soy partidario de un tiempo que se estire y se comprima como un chicle antes que de un tiempo que transcurra con rígido ritmo militar. Así tal vez podemos encontrar un refugio en el que resguardarnos de la inclemencia del tiempo, un refugio que puede ser una ocupación absorbente que nos haga olvidarnos del segundero, una droga, una película, un libro que nos saque del torrente ingobernable de la vida para meternos en otra vida que no es la nuestra. O dormir. Se estira mucho el tiempo cuando duermes.

Me gustan esos domingos en los que no hay nada que hacer y me levanto temprano, y parece que las horas no acaban de pasar entre pequeñas tareas domésticas y juegos sobre el parquet. Por las tardes, cuando llegan las terroríficas tardes de domingo, esas que matan más que las pistolas, me pongo a cocinar para toda la semana porque cocinar, cortar materia, hervir, freír, rebozar, hornear, manipular el mundo con las manos, me abstrae de los dilemas temporales, me hace entrar en estado de flow, y no preguntarme una vez más por la circularidad o linealidad del tiempo.

Por eso me ha gustado saber, en la elaboración de este capítulo, que el tiempo tiene mucho de construcción mental y social: eso me da esperanza. Quizás el tiempo no existe. Quizás es solo una ilusión. Ahora quisiera saber, en un siguiente paso de esta investigación, qué nos dice la ciencia y el pensamiento sobre qué es el tiempo y cómo transcurre.

Ahora vamos, dame un segundo.

3

EL TIEMPO MEDIDO Y PENSADO. LA CIENCIA Y LA FILOSOFÍA

Donde el autor, además de relatar algunas experiencias con sustancias psicoactivas, expone algunas de las formas de medir el tiempo y las teorías científicas y filosóficas al respecto. Y constata que el tiempo es una cosa tan rara como parece.

«Piensa en esto: cuando te regalan un reloj te regalan un pequeño infierno florido, una cadena de rosas, un calabozo de aire. No te dan solamente el reloj. […] Te regalan la necesidad de darle cuerda todos los días, la obligación de darle cuerda para que siga siendo un reloj; te regalan la obsesión de atender a la hora exacta en las vitrinas de las joyerías, en el anuncio por la radio, en el servicio telefónico. […] No te regalan un reloj, tú eres el regalado, a ti te ofrecen para el cumpleaños del reloj».

JULIO CORTÁZAR, Preámbulo a las instrucciones para dar cuerda al reloj (1962)

Relojes de sol y clepsidras. Los primeros artefactos que se utilizaron para medir el tiempo, más allá del giro de los astros y su reflejo en las estaciones, fueron los relojes de sol y de agua, conocidos estos últimos bajo el hermoso nombre

de clepsidras. Los relojes de sol se extendieron por todo el Imperio Romano, ya se utilizaban en Babilonia, en las antiguas China e India, y llegaron hasta la Edad Media. Todavía hoy se usan de manera ornamental. La clepsidra (palabra que viene del griego «ladrón de agua») consiste, grosso modo, en un recipiente de agua que deja caer un chorro con regularidad. A través de ese goteo se mide el tiempo de dos maneras: cuando se vacía un recipiente o cuando se llena otro. Este artefacto también cae en grandes imprecisiones, debidas, por ejemplo, a los cambios de temperatura y sus efectos en la densidad del agua: la búsqueda de una mayor precisión ha sido uno de los mayores escollos para la medición del tiempo. Pero eso no siempre fue un problema. La Edad Antigua no era tan exigente en cuanto a la puntualidad. Hoy, vivir al ritmo impreciso de la clepsidra sería considerado un acto de rebelión contra el orden temporal establecido.

El reloj de arena. Con tantas resonancias poéticas, borgianas, esotéricas, frecuente en juegos de mesa y tiendas de antigüedades, el reloj de arena surgió en la Edad Media asociado al desarrollo de las técnicas de soplado del vidrio. Se utilizaban cotidianamente en los hogares o en las iglesias para medir tiempos pequeños, por ejemplo, tiempos de cocción, igual que ahora se usan en los juegos de mesa para delimitar los turnos. Yo lo uso para que mi hija sepa cuánto tiempo de juego le queda con los imanes o los muñecos. Eran especialmente fiables en alta mar, donde las clepsidras o los relojes de sol, con los vaivenes del mar, no eran operativos. La arena pasa, por un sinuoso cuello, de un recipiente a otro, animada por la gravedad, formando una creciente duna. Cuando toda la arena ha caído, en un gesto muy teatral, se da la vuelta al reloj y se deja sobre la mesa otra vez, a poder ser con determinación, dando así inicio a un nuevo ciclo temporal que, quién sabe, nos puede deparar cualquier cosa.

El reloj mecánico. Los relojes mecánicos, mucho más prosaicos, surgen en la Europa del siglo XVII y suponen un cambio en la tecnología y en el mundo. Es el nacimiento del tic-tac: ya no eran tan imprecisos ni necesitaban tanto mantenimiento. En el caso de los relojes mecánicos, la oscilación regular para medir el tiempo es producto de muelles y péndulos, del funcionamiento de complejos engranajes, esos que representan la Edad Moderna y las ideas mecanicistas: Dios como relojero del Universo. La aparición del reloj en el campanario del pueblo, y en otros lugares públicos (porque los relojes eran grandes y caros, solo se los podían permitir los gobiernos municipales o las clases adineradas), significó un cambio profundo en la vida y en la economía. El tiempo se hizo más rígido. De pronto, había una hora para despertarse, para ir al trabajo, para dejar de trabajar, para asistir a misa. Las campanas, que se podían oír a kilómetros en la silenciosa campiña, eran la señal sonora de los momentos señalados en el día. En general, la medición del tiempo hizo que los seres humanos se rigiesen por esquemas más rectos: ya no se levantaban al alba y se acostaban al anochecer, ya no comían cuando tenían hambre. La vida empezó a depender de los relojes y no de los ritmos naturales. Por eso hoy, en lo más profundo del invierno, vamos al trabajo, al colegio o a la universidad cuando aún no ha amanecido. Siglos después, aún nos sigue pareciendo extraño.

Relojes de bolsillo y de pulsera. A mediados del siglo XVIII, gracias a la miniaturización, aparecieron los relojes de bolsillo, piezas caras que los burgueses adinerados llevaban en el chaleco, agarrados por una pequeña cadena, como símbolo de distinción. Los relojes también llegaron a las muñecas: el primer reloj de pulsera fue creado a petición de María Carolina de Austria, reina de Nápoles, en 1812. Se trataba de un lujoso diseño montado sobre un brazalete de oro y piedras preciosas. Durante mucho tiempo el reloj de

pulsera fue cosa de mujeres, porque los hombres lo llevaban en el bolsillo de la manera antes descrita, hasta que en la Primera Guerra Mundial comenzó a utilizarse por aviadores y militares. En 1904, el famoso aviador brasileño Santos Dumont le pidió al famoso joyero francés Louis Cartier un reloj de pulsera, para consultarlo durante el vuelo, y Cartier lo hizo: así se creó un modelo clásico de reloj de aviador que aún se comercializa. Las marcas de lujo, como Rolex, siguen fabricando relojes mecánicos de pulsera y, con la llegada de los relojes electrónicos, estos siguen siendo un signo de distinción y elegancia.

Relojes de cuarzo. La tecnología del reloj de cuarzo, que llegó en los años setenta del siglo XX, es muy sofisticada, hija de los grandes avances de la física moderna. Por ella la palabra «quartz» aparece con frecuencia en los catálogos de las relojerías. En estos relojes no oscila un péndulo, sino algo más fundamental, casi abstracto en su pequeñez: la estructura del cristal molecular del cuarzo, excitado por un campo eléctrico oscilante que produce un circuito alimentado por una batería. La ligereza, la precisión y el bajo precio de estos relojes, que, además, apenas necesitan mantenimiento, contribuyeron a su éxito y a su producción masiva. Se convirtieron en el reloj de pulsera de varias generaciones, antes de la llegada de los smartphones que ahora sacamos del bolsillo (como un reloj de bolsillo) para consultar la hora.

Relojes digitales. Durante los años ochenta, de mano de la marca Casio, se popularizaron los relojes digitales. La esfera del reloj de agujas fue sustituida por una pantalla con números, como los números rojos del reloj despertador. Estos ingenios eran más exactos, aunque tenían un inconveniente casi poético: se perdía el encanto de dominar el tiempo de un vistazo, de ver el presente, el pasado y el futuro representados en un círculo. Como ventajas, los

relojes digitales permitieron contar con facilidad las décimas y centésimas de segundo, cosa útil en el ámbito científico, ingenieril o deportivo. Los relojes digitales se colgaron en la pared o se montaron en la muñeca (como el Casio de pulsera que vuelve a estar de moda entre la gente moderna, sobre todo en su versión con correas doradas); algunos tenían calculadora, con su pequeño teclado de números, o agenda, o cronómetro. Otros hasta videojuegos, por ejemplo, de coches de carreras o de plataformas. Hoy el reloj digital, como casi todo lo demás, está en la pantalla del smartphone: los relojes de pulsera van desapareciendo y el gesto para consultar la hora ya no es mirarse la muñeca, sino buscar el móvil en las profundidades del bolso o del bolsillo del pantalón, como quien busca un mechero. Aunque las muñecas vuelven a ser colonizadas por un artefacto aún más complejo, el smartwatch.

Los relojes atómicos. Son los relojes más avanzados que se han desarrollado y se fundamentan en la mecánica cuántica: lo que oscila es el átomo de cesio 133, que vibra unas 9.192.631.770 veces por segundo. Para llevar a cabo tal proeza es necesario enfriar los átomos hasta temperaturas cercanas al cero absoluto, ralentizándolos con láseres, para luego sondearlos y obtener la vibración que producen entre dos de sus niveles de energía. Difícil de imaginar, pero posible. De hecho, los relojes atómicos se utilizan en algunas tecnologías fundamentales, como la red GPS, la radioastronomía o la red de telefonía móvil. Si un reloj mecánico antiguo podía dar los segundos con precisión, el reloj atómico mide trillonésimas de segundo. La precisión es tal que solo retrasa un segundo en 300 millones de años. La forma de definir el segundo es ahora esta: «Un segundo es la duración de 9.192.631.770 oscilaciones de la radiación emitida en la transición entre los dos niveles hiperfinos del estado fundamental del isótopo 133 del átomo de cesio (133Cs), a una temperatura de 0 K». ¿Está claro?

*

«Allá al fondo está la muerte, pero no tenga miedo. Sujete el reloj con una mano, tome con dos dedos la llave de la cuerda, remóntela suavemente. Ahora se abre otro plazo, los árboles despliegan sus hojas, las barcas corren regatas, el tiempo como un abanico se va llenando de sí mismo y de él brotan el aire, las brisas de la tierra, la sombra de una mujer, el perfume del pan. […] Y allá en el fondo está la muerte si no corremos y llegamos antes y comprendemos que ya no importa».

JULIO CORTÁZAR, Instrucciones para dar cuerda al reloj (1962)

*

¿Cómo se inventó el tiempo moderno?

La Revolución Industrial cambió drásticamente la forma en la que nos relacionamos con el tiempo: de algo impreciso y fluido, tal y como era reflejado por los antiguos relojes de sol, de arena o de agua, pasa a adquirir rigidez y convertirse en una cuadrícula en la que, cada vez más, se apresa la vida y el planeta. El tiempo se independiza del mundo y es el mundo el que tiene que adaptarse a él. El tiempo, dijo el sociólogo Émile Durkheim, no puede ser pensado sin tener en cuenta los procesos mediante los que lo dividimos y medimos. Así, el reloj mecánico, autónomo y fiable en cualquier circunstancia, creó un nuevo tiempo que se podía medir

con precisión y numerar, un tiempo abstracto que se podía integrar en la economía y equiparar al dinero. Una jaula invisible.

(Curiosamente la usura, el hecho de cobrar un interés por el mero paso del tiempo, fue durante siglos considerada inmoral y pecaminosa: es una ganancia producida por la espera y no por el trabajo, y el tiempo era visto como una pertenencia de Dios. Con la llegada del capitalismo, el tiempo se convierte en un recurso económico y el cobro de intereses se normaliza. Hoy es el motor del mundo: el capital tiene un reloj incrustado que nunca para y que produce su reproducción constante. La idea de que el tiempo es dinero es estructural y está en el origen de la prisa generalizada y de la aceleración del mundo de la que hablaremos más adelante).

Los ritmos, a partir del gozne histórico de la modernidad, ya no tenían que ver con el mundo rural y la experiencia directa del cielo, sino con los negocios y la producción industrial en las fábricas. Todo al son de los implacables relojes mecánicos, que empezaron impartiendo su disciplina desde los campanarios y acabaron agarrados a las muñecas de los trabajadores. La concepción del tiempo pasó de estar orientada a las tareas, vinculada a las cosechas, la luz solar o las estaciones del año, a ser un elemento abstracto, el tiempo de reloj, que permite controlar y sincronizar la actividad laboral, como señala E.P. Thomson en su ensayo Time, Work-Discipline, and Industrial Capitalism.

En el primer capitalismo, los obreros llegaban a las ciudades condenados a una vida penosa: hacinados en viviendas insalubres, con jornadas larguísimas y salarios muy bajos. Desposeídos del campo, son entonces obligados a vender su fuerza de trabajo empaquetada en porciones de tiempo. Y es precisamente el tiempo de trabajo, según observa Karl Marx, lo que crea el valor de las mercancías: un valor del que el empresario extrae su plusvalía apropiándose de una parte. Esta apropiación constituye la base de la explotación en el sistema capitalista.

Las horas comienzan a ser una unidad demasiado amplia para la efectividad del sistema, hace falta fraccionarlas en minutos y segundos para organizar mejor la producción fabril, los viajes de negocios, los sistemas de transporte, las reuniones: nada de esto era necesario para las tareas del campo. Los primeros relojes mecánicos solo tenían la aguja horaria, pero luego aparecería el minutero y el segundero, el tiempo se cuartea, los relojes se hacen más detallados, y su imperio más sólido. El control del tiempo se va sofisticando: el taylorismo trata de eliminar los tiempos muertos a cambio de la pérdida de autonomía del obrero, cada vez más asimilado a una pieza del engranaje, como en el posterior fordismo, que introduce la cadena de montaje. En la actualidad son los algoritmos los que asumen ese papel de optimización temporal, a menudo en perjuicio de la experiencia de los trabajadores, ya sean los repartidores de Glovo o los trabajadores de los almacenes de Amazon.

«Aunque el paso a unas relaciones regidas por el tiempo de reloj se produjo lentamente a lo largo de unos cuatrocientos años, no puede sobreestimarse lo radical del cambio: el tiempo mecánico se filtró profundamente en el tejido de la vida social y se extendió como una telaraña por todo el planeta, dejando a quienes resistieron a este nuevo tiempo etiquetados como atrasados y anticuados», escribe la socióloga Barbara Adam en su ensayo Time. En efecto, hubo un momento en el que se hizo patente la necesidad de un tiempo universal y el tiempo de reloj, abstracto, vacío, supuestamente neutral, era ideal para aplicarlo en todo el planeta.

Cuando el transporte era lento, a pie o cabalgando, no tenía demasiada importancia coordinar el tiempo de cada localidad, que se regía por su tiempo local. Al mediodía solar, cuando el astro rey estaba en el cénit, se sincronizaban los relojes a las 12. Esas 12 eran diferentes, pues, en Madrid que en Valencia, en Nueva York que en Washington. Pero en el viaje lento, cuando a caballo se recorrían solo 30 kilómetros en una jornada, estas diferencias en la hora local no eran importantes: el tiempo era suficientemente elástico y amplio

como para poder acomodarse. Pero llegó la era de la velocidad y la sincronización: el transporte por tren, que comprimía el espacio y el tiempo, pudo unir las ciudades en lapsos razonables y fue preciso unificar la hora de la forma en la que hoy conocemos. Así era posible saber cuándo salía y llegaba un tren, y conocer los primeros retrasos (y considerarlos como tales: una lacra que aún continúa). De otra manera sucedía el caos ferroviario. El tren iba tan rápido para la mentalidad de la época que los agoreros comenzaron a alertar sobre los peligros para la salud de viajar a aquellas velocidades, que hoy nos parecen ridículas.

Ese tiempo coordinado tuvo que extenderse para orquestar la creciente globalización. Un solo tiempo para un solo mundo. En 1884, un acuerdo internacional firmado por 25 países en Washington D.C., fijó el meridiano de Greenwich como origen de 24 husos horarios de 15 grados de longitud: si la Tierra gira 360 grados en 24 horas, cada hora son 15 grados. Las potencias imperialistas podían así coordinar su actividad, mejorar el control y la eficiencia en el comercio, la administración o las operaciones militares. Dos nuevos inventos, el telégrafo y el teléfono, colaboraban aportando instantaneidad y aboliendo el espacio. No fue un tránsito fácil. En algunos lugares se inventaron relojes con dos agujas para señalar dos tiempos: el familiar tiempo local, el de toda la vida, y ese extraño nuevo tiempo que venía de fuera y que nos conectaba con el mundo.

El tiempo medio de Greenwich (GMT) se convirtió en la base para calcular la hora en otras longitudes. En las más importantes oficinas del planeta se ven relojes que dan la hora en Nueva York, en Bombay, en Ciudad del Cabo, en Berlín (muchas veces estos relojes se colocan para dar importancia a la propia oficina). En 1913 se emitió la primera señal horaria desde la Torre Eiffel de París, completando así el proceso de globalización del tiempo: se sincronizaba y estandarizaba el tiempo mundial. Ya no marcaban las horas las campanas de la iglesia de cada pueblo, ahora todo el planeta vibraba al mismo ritmo. Si antes el tiempo iba encima de

nosotros, ahora pasó a estar fuera, en los relojes y sobre el mapa, y no fueron pocos los que se extrañaron de que a su vida se le restasen o sumasen horas según se desplazasen por la superficie de la Tierra. Con los husos horarios y los viajes en avión a grandes distancias llegó el odioso jet lag.

De un tiempo solar, local, vivido, se pasó a un tiempo mecánico, global, negociado en conferencias y administrado por sistemas de transporte, telecomunicaciones y relojería atómica. Pero el tiempo de la máquina no ha cambiado los tiempos naturales: la Tierra sigue girando, se sucede el día y la noche, las estaciones, necesitamos dormir, crecemos, envejecemos, morimos. El cuerpo no ha desaparecido. Siempre habrá un fuerte rozamiento entre el tiempo mecánico y abstracto y nuestro tiempo propio, una lucha en la que, por lo general, salimos perdiendo: vamos con prisa, dormimos poco, trabajamos de noche, sufrimos estrés y cronofobia. El tiempo creado por los humanos no es compasivo con los humanos: es un tiempo único para homogeneizar la vida de personas muy diversas. Hoy sobrevivimos en ese tiempo exterior que nos sincroniza a todos, pero no siempre sincronizado con el que sentimos dentro.

*

Si un extraterrestre llegase en su nave espacial a la órbita de la Tierra observaría cómo, con el paso de la oscuridad a la luz, de oeste a este, las gentes del planeta se van levantando por turnos de la cama, desayunando, trabajando, almorzando, pasando la tarde y después volviendo a ser engullidos por la oscuridad nocturna, en un ciclo sin fin. Nuestra vida está cuarteada en jornadas. Estamos acostumbrados, pero, bien pensado, es muy raro que tengamos que parar cada poco a descansar. Nuestras baterías corporales son muy deficientes. Cuando posamos la cabeza en la almohada, en la cara

oculta de la esfera planetaria, las luces de eso que llamamos civilización se van encendiendo secuencialmente, mostrando grandes ciudades e infraestructuras, revelando a la especie humana como una carcoma que coloniza el planeta dejando pocos espacios en negro. El extraterrestre vería dentro de España un dónut oscuro: el vacío de las zonas interiores del país deshabitadas en contraste con la capital y las costas, donde se concentra el fulgor.

Cuando era niño, y me acostaba cada noche, y me levantaba cada mañana, me preguntaba qué había dentro de la noche. Algunas veces lograba asomarme a ese vacío misterioso: eran las noches que me dejaban trasnochar levemente porque ponían en la tele una película larga o porque una cena familiar se había extendido más de lo deseable. Entonces llegaban la una o las dos de la mañana y parecía que el mundo tenía una quietud extraña, una textura desconocida. Pero me dormía y volvían el vacío y el misterio hasta que me despertaba al amanecer, encarando otra jornada. Quizá fuera mentira que había una continuidad entre unos días y otros, quizá cada noche se acababa el mundo cuando todos estábamos dormidos y volvía a empezar para recogernos al alba. Por eso algunos niños preguntaban dónde se guardan las cosas del mundo por la noche o a qué hora ponen las calles. ¿Cómo saberlo?

En la mitología griega, la diosa alada Eos, la aurora, abre las puertas del cielo cada mañana para que el dios del sol, Helios, lo pueda recorrer con su carro. Luego vendrá Selene, montada en su carro de caballos oscuros, arrastrando la noche y la luna. La primera vez que comprobé que el planeta daba la vuelta completa y la noche se convertía otra vez en día, la primera vez que pude observar con mis propios ojos la danza de los dioses del cielo, fue estudiando. Estaba en la carrera y solía trasnochar por los bares, pero todavía no era sorprendido en la calle por los rosados dedos del alba.

Fue en la casa de Oviedo. Recuerdo los folios reciclados de color pardusco que utilizaba para los apuntes de Física Cuántica, en segundo de carrera, probablemente el año 1999. La ecuación de

Schrödinger, la radiación del cuerpo negro, los niveles de energía del átomo de hidrógeno. Recuerdo que había tomado mucho café soluble con azúcar moreno. Mamá dormía arriba. Y recuerdo el amanecer entrando por el ventanal después de pasar yo toda la noche absorto en la materia, dibujando fórmulas y trazando gráficas con rotuladores de colores, a ver si así había forma de entender aquello.

Cuando sentí el ligero peso del alba sobre mi rostro formé parte de la gran danza cósmica: en efecto, la Tierra giraba, el mundo estaba rotando bajo mis pies y la realidad seguía su rítmico curso. El tiempo pasaba y yo era de los primeros despiertos, era el que no había dormido tratando de entender el funcionamiento interno de los átomos. Recuerdo que me levanté de la mesa, me acerqué al equipo de música y puse el disco Dummy de Portishead, del que sonaron Glory Box o It's a Fire, aquellas canciones azul oscuro. Salí al balcón, sentí el frescor del día mientras la gente empezaba a caminar por la calle, fumé un cigarrillo, estaba vivo.

*

Anduve tomando drogas unos años. Drogas recreativas. Speed, cocaína, ketamina, popper o, mi favorita, el éxtasis. El mejor momento de mi vida, desde un punto de vista sensorial, tuvo lugar en el verano de 2002 cuando, en la feria de Málaga, bailando música electrónica con mi pareja de entonces, ingerí por primera vez media pastilla de éxtasis (3,4-metilendioxi-N-metanfetamina). El resto de mi vida ha consistido en intentar replicar aquel momento. Sin éxito.

Como me había gustado comprobar que al pasar la noche entera estudiando al final volvía a aparecerse el día y que yo, estudiante insomne, era parte del movimiento del Sistema Solar, las drogas me permitieron recuperar esa sensación de hilar rotaciones cósmicas.

Aquellos fines de semana en que las fiestas, entre clubs de electrónica, bares de viejos y casas de amigos y desconocidos, se alargaban sin control más allá de las estrictas fronteras que establecen los calendarios.

Las drogas me hacían percibir múltiples distorsiones en el tiempo y les cogí un gusto superior a la media (y a lo conveniente) debido a mi raigambre cronófoba. Yo tenía miedo al tiempo, pero las drogas me demostraban muy íntimamente que el tiempo no era una entidad sólida e inapelable a la que temer, no era el tiempo riguroso e indiferente de Newton, sino que al tiempo podía ponerle pegas cerebrales mediante el consumo de polvos, humos o pastillas mágicas. En aquellos estados de ebriedad el tiempo se parecía más a la sustancia maleable y borrosa que describen la relatividad o la mecánica cuántica.

«Algunas drogas psicoestimulantes como la cocaína y la anfetamina aumentan la disponibilidad de catecolaminas cerebrales y aceleran el reloj interno de tal manera que los animales de laboratorio y los humanos sobrevaloren intervalos de tiempo. Los fármacos psicodislépticos como el LSD o la psilocibina alteran dramáticamente el tiempo subjetivo, por lo que la referencia cronológica se considera inútil para juzgar o evaluar los tiempos internos. Existe evidencia de un papel importante del neurotransmisor dopamina en la estimación del tiempo, en particular en el rango de los milisegundos», escribe José Luis Díaz en Cronofenomenología: El tiempo subjetivo y el reloj elástico.

Al salir de los garitos de techno, de madrugada, recalábamos en bares de desayunos por el centro de Madrid, y, mientras otros tomaban un café y un cruasán, nosotros y otros grupos de jóvenes continuábamos la fiesta nocturna mientras el día se iba poniendo claro. Las pintas escandalosas de los últimos restos de la noche se mezclaban con los atuendos normales y corrientes de la gente respetable, hasta que alguien, ya cansado de languidecer en el bar, ofrecía refugio a los vampiros. Tocaba pasar el día en tu propia casa

o en la casa de un desconocido que abría sus puertas a la hermandad noctívaga, haciendo la vida imposible a los vecinos, si los hubiere, normalmente con las persianas a medio bajar, donde se mantenía el consumo de sustancias regadas por litronas de cerveza Mahou que puntualmente algún enviado especial bajaba a comprar con monedas recolectadas entre la tribu. El tono de la charla era a veces aberrante y surreal, pero la gente festiva solía ser culta y creativa, y, en ocasiones, las discusiones eran propias de una tertulia política o literaria. ¿El Café Gijón del siglo XXI? En condiciones óptimas había un DJ en el salón, con su mesa de mezclas, que nos amenizaba con sus melodías. Estábamos de after.

Era una pequeña rebelión secreta: además de las alteraciones temporales de las drogas, que hacían que el tiempo pasase a veces volando y otras veces pareciese detenido, aquella laxitud en los horarios festivos se me presentaba como una rebelión contra el orden establecido de las cosas, como si fuéramos una banda de cronoterroristas que, al margen de la dictadura de los horarios y los calendarios, vivíamos solamente al ritmo de nuestras apetencias y del bombo apresurado del techno oscuro.

Durante los años que viví inmerso (no había otra manera de vivirlo) en este movimiento drogocultural me daba la impresión de que todo el mundo se iba de after, de que la juventud estaba perdida, con las pupilas dilatadas de Espinete, de que el centro de Madrid, y no poca de su periferia, eran, los sábados y domingos por la mañana, un after divino y perpetuo. Todavía hoy, cuando salgo a desayunar con mi familia, me gusta jugar a detectar a los ciudadanos de empalme, cronoterroristas vestidos de negro, con gafas de sol, los de las ojeras místicas, los del verbo florido, los que se meten en el baño del bar de desayunos a colocarse o a amarse, que hablan demasiado con los niños y los camareros. Nunca piden cruasán. Dan pena y alegría. Añoro esos momentos, y no los añoro al mismo tiempo.

*

Uno de los primeros pensadores en abordar la naturaleza del tiempo físico fue Aristóteles. En su Física, escrita en el siglo IV antes de Cristo, el sabio griego relacionaba el tiempo con el movimiento (de igual forma que lo hace el cerebro humano, pero esto el estagirita no lo sabía) y lo definía de esta manera: «El tiempo es el número del movimiento según el antes y el después».

El tiempo físico, pues, está relacionado con que las cosas del mundo cambien de lugar. Imagínense que todo, absolutamente todo, se detiene. Daría la impresión de que no pasa el tiempo, de que no existe el tiempo, ni siquiera haría falta pensar en tal cosa como el tiempo: no serviría para describir nada. ¿Podemos percibir cosas fuera del tiempo? ¿Existe el tiempo cuando no pasa nada, o es el tiempo solamente el orden en el cual pasan las cosas? Pero, de pronto, mientras uno está absorto en sus pensamientos, en ese mundo inmóvil, notamos que nuestro cuerpo sigue funcionando: se mueve el corazón, fluye la sangre, respiran los pulmones: ahí está el tiempo otra vez, asociado al movimiento. Para Aristóteles el tiempo es eterno, siempre ha estado ahí; siempre, claro, que ha habido movimiento. El tiempo, además, es imposible sin el alma, porque es esta la que se ocupa de numerar el movimiento. Es decir, hace falta un ser consciente que lo perciba, una idea que resonará más tarde en Kant o en la física moderna, que darán diferente importancia al observador. Para la socióloga del tiempo Barbara Adam, del pensamiento de Aristóteles derivan dos grandes líneas sobre el tiempo. Por un lado, la línea subjetiva, que recoge su idea de que el tiempo requiere un alma que lo perciba y, por tanto, es una construcción interna ligada a la conciencia humana. Por otro, la línea objetiva, que se basa en la noción aristotélica del tiempo como forma de medir el movimiento y las transformaciones del mundo físico. Esta concepción del tiempo como algo medible y externo, el tiempo de reloj propio de la ciencia clásica, también se da en

pensadores como Marx, Weber o Durkheim, figuras centrales de la modernidad ligadas al tiempo predominante en su época. La tradición subjetiva tendría sus hitos en pensadores como Husserl, Bergson o Heidegger.

Siguiendo la línea objetiva, siglos después de Aristóteles, Isaac Newton estableció una concepción del tiempo físico que durante mucho tiempo fue la prevalente y que solemos considerar como la más intuitiva, incluso contra nuestras percepciones cotidianas. Al menos es la que estudiamos en el colegio. Es la idea de un tiempo universal y absoluto que discurre con ritmo militar, ajeno al mundo, como un gran reloj que orquestase todo. «El tiempo absoluto, verdadero y matemático, fluye uniformemente y sin relación con ningún otro objeto exterior», escribió Newton, que publicó sus Principia Mathematica en 1687.

En la época de Newton la humanidad vivía fascinada por los relojes mecánicos: el reloj de péndulo fabricado por el astrónomo holandés Christiaan Huygens en 1657 era considerado por muchos como una obra divina y el ilustrado Diderot consideraba que el mundo se parecía a los relojes. Newton pensaba que aquel reloj maravilloso, lleno de tuercas, ruedas y poleas, tenía que funcionar al ritmo de otro reloj mayor, el reloj que estaba detrás de todos los relojes. La ciencia, como se comprueba en esta historia, no solo sale del pensamiento puro o el contraste con la experiencia, sino que también es producto de la mentalidad de cada época.

El tiempo de Newton es el tiempo de la física clásica, inmutable y cierto, y también el tiempo de la modernidad, de la Revolución Industrial, el tiempo del progreso alrededor de lo que todo lo demás baila. Los relojes reales, con sus fallos e imperfecciones, pensaba Newton, podían aspirar a recrear ese tiempo universal, pero no eran capaces de hacerlo con toda la precisión: el tiempo absoluto era el tiempo real, el otro tiempo, el tiempo huidizo y cambiante de nuestras vidas era solo un tiempo aparente.

Newton no consiguió resolver todos los problemas del tiempo, como la disociación entre el tiempo objetivo y el tiempo subjetivo o la conexión entre el tiempo absoluto y el tiempo medido. Ya en su propia época tuvo oposición, encarnada en el filósofo y matemático Gottfried Leibniz, que mantuvo una famosa discusión epistolar con Samuel Clarke, discípulo de Newton. Para Leibniz (autor también de la pregunta más importante del pensamiento humano: ¿por qué existe algo en vez de no existir nada?), el tiempo no era algo absoluto y separado del mundo, sino una relación entre los eventos, un orden de las cosas. Se impuso la visión absoluta de Newton, aunque la visión relacional de Leibniz tenía más conexiones con lo que posteriormente traería la física moderna. Es difícil infravalorar el impacto de las ideas sobre el tiempo de Newton y el cambio cultural que propiciaron: la filosofía sobre el tiempo de gigantes como Kant, Hegel o Bergson se hizo contra el tapiz que Newton urdió.

A principios del siglo XX un joven físico trabajaba en la gris oficina de patentes de Berna. Podemos imaginar que no era un trabajo muy frenético porque en 1905, el llamado «año milagroso», aquel joven Albert Einstein, que todavía no tenía el pelo cano y espantado, publicó tres artículos científicos que revolucionarían tres ramas de la ciencia. Uno era sobre el efecto fotoeléctrico, es decir, la forma en la que la luz sobre ciertos metales puede generar electricidad, que supuso una contribución fundamental a la naciente física cuántica. Otro era sobre el movimiento browniano, ese movimiento errático que sufre, por ejemplo, un grano de polen en un vaso de agua, debido al choque azaroso con múltiples moléculas. Era, de hecho, una evidencia palpable, y hasta visual, de la existencia de los átomos y las moléculas. Fue crucial en el desarrollo de la termodinámica y la física estadística. El tercer artículo, con el título anodino de Sobre la electrodinámica de los cuerpos en movimiento, es el que fundaba la teoría de la relatividad especial y cambiaba nuestras concepciones sobre el tiempo.

Para pensar la relatividad, Einstein primero tuvo en cuenta que la velocidad de la luz es siempre la misma: 299.792.458 kilómetros por

segundo. Esto resulta muy extraño: si vamos en un tren y lanzamos una pelota hacia delante, la velocidad de la pelota será la suma de la velocidad que le imprimimos a la pelota con la mano, más la velocidad del tren en el que vamos montados. De forma similar, cuando caminamos por una cinta transportadora en el aeropuerto, nuestra velocidad total es la velocidad que adquiere nuestro cuerpo al caminar más la velocidad de la cinta sobre la que caminamos. Por eso nos sorprendemos de lo rápido que avanzamos, camino de las tiendas de duty free. Pero la luz es especial: aunque uno vaya montado en una cinta transportadora, si uno enciende una linterna, la velocidad de los fotones de luz que salgan de ella será siempre la misma. Este hecho insólito hizo que Einstein tuviera que darle un martillazo teórico a las ecuaciones de la Física para que todo volviese a encajar de nuevo. El martillo que utilizó fue un ingenio matemático llamado Transformaciones de Lorentz. Y lo que resultó no se parecía nada al tiempo absoluto e indiferente de Newton. Al contrario, el tiempo einsteniano no fluía siempre al mismo ritmo y no era independiente de lo que pasaba en el mundo. En concreto, era relativo al observador. No había un tiempo universal. Dios no era un relojero. Más bien, iba drogado.

Algunas de las consecuencias más notorias de la relatividad especial son que, cuanto más alta es la velocidad de un objeto, más lento transcurre el tiempo para ese objeto en relación con otros en reposo. Y la longitud de los objetos cada vez es más corta en el sentido del movimiento, lo que se llama dilatación temporal y contracción longitudinal, respectivamente. Dos fenómenos completamente antiintuitivos porque no tienen lugar en nuestra vida cotidiana, donde hasta las cosas más rápidas se mueven muy lentamente en comparación con la luz. Que el tiempo pase de manera diferente para diferentes observadores, que el paso del tiempo sea relativo al observador, es un torpedo en la línea de flotación de la física newtoniana, en la que el tiempo se concebía como un ente apartado del mundo que siempre corría de forma uniforme y monolítica. ¿Ocurre realmente la dilatación temporal? Sí, y se ha observado, por ejemplo, en experimentos con unas

partículas subatómicas llamadas muones que se producen en la atmósfera de la Tierra cuando se forman al impacto de los rayos cósmicos procedentes del Universo.

Los muones tienen una vida media 2,2 microsegundos cuando están quietos, tras los cuales se desintegran. Desde el punto de vista de un observador terrestre, estas partículas viajan a velocidades relativistas (es decir, cercanas a la velocidad de la luz). Así, según Einstein, el tiempo transcurre más lentamente para las partículas en movimiento rápido, lo que alarga la vida del muón desde el punto de quien mira desde la Tierra. Los muones, que se desintegrarían a los 600 metros de crearse, tienen tiempo de recorrer hasta 10 kilómetros y llegar a la superficie terrestre, donde son detectados. Para los que miramos hacia arriba, su vida se ha alargado, el tiempo se ha ralentizado.

La dilatación temporal tiene otra consecuencia curiosa llamada la Paradoja de los Gemelos. Pensemos en dos hermanos gemelos, Alberto y Borja, uno de los cuales, Alberto, se queda en la Tierra, y otro, Borja, formado como astronauta, se da un viaje en una nave que llega a velocidades relativistas. Cuando Borja regresase de su viaje por el cosmos, Alberto habría envejecido más que Borja. Si el viaje fuese lo suficientemente largo, uno sería aún joven, otro sería un anciano. Y si el viaje fuera más largo aún puede que cuando Borja regresase la humanidad ya no existiese. ¡O incluso la Tierra!

Esto no es ciencia ficción: lo prueban experimentos realizados con relojes atómicos en reposo y otros montados en aviones. El tiempo, comparativamente, ha pasado más lento para el reloj que ha viajado en el avión. Un retraso mínimo, porque la velocidad del avión es muy pequeña comparada con la de la luz, pero un retraso coherente con las ecuaciones de la relatividad. Y aunque no sea ciencia ficción, la dilatación temporal sí que ha aparecido en la ciencia ficción: en la película Interestelar (Christopher Nolan, 2014), un filme de ciencia ficción hard (es decir, en el que se respetan las leyes de la física, no como en Star Wars, donde se escuchan explosiones y disparos láser

en el vacío interestelar: allí, en realidad, el sonido es imposible). El gran físico Kip Thorne, experto en relatividad y agujeros negros, premio Nobel, fue asesor científico de Nolan.

En este caso los astronautas visitan el planeta Miller, que está cerca de un temible agujero negro llamado Gargantúa, como el personaje de Rabelais, que era tan grande como grande era su apetito. Un equipo de astronautas baja al planeta, cubierto por mares y sometido al intenso campo gravitatorio del agujero negro. Al regresar a la nave Endurance (se llama igual que el barco de Ernest Shackleton que encalló en los hielos antárticos), el compañero Romilly, que se ha quedado de guardia, ya es mayor y canoso: cada hora en el planeta Miller equivale para él a siete años. La visita, que para los viajeros ha sido de unas tres horas, ha supuesto 23 años para Romilly. Pero ¿qué tiene esto que ver con la velocidad a la que se mueven los objetos? Nada. Esto nos lleva a la ampliación de la relatividad que logró Einstein diez años después, en 1915: la teoría de la relatividad general.

Según la teoría de la relatividad general, no solo la velocidad a la que se mueve el objeto provoca una dilatación temporal, sino también su posición dentro de un campo gravitatorio. Como la gravedad es producida por los objetos, lo que Einstein descubrió es que la presencia de masa también altera el paso del tiempo; por decirlo correctamente: la presencia de objetos modifica la curvatura del espacio-tiempo. Un resumen sencillo de la relatividad general es este: la materia le dice al espacio-tiempo cómo curvarse, y este le dice a la materia cómo moverse.

En el caso de la Tierra el campo gravitatorio no es intenso ni varía mucho con la altura, aunque se puede medir que los relojes son más lentos en un sótano que en lo alto de un rascacielos. Podría decirse, grosso modo, que quien habita pisos bajos vive más tiempo en comparación con los que viven en pisos altos (aunque el precio de los áticos suela ser mayor en el mercado inmobiliario). En este planeta esa diferencia temporal es muy pequeña. Pero en los

alrededores de un agujero negro, como Gargantúa en Interestelar, el campo gravitatorio es muy intenso y varía mucho con la distancia, de modo que la diferencia en la posición con respecto al agujero negro influye notoriamente en el paso del tiempo, como experimentó Romilly en su nave espacial, donde tuvo que esperar dos décadas en la soledad del espacio exterior.

*

Lista de asuntos que se tratan en la entrada «Time» de la Internet Encyclopedia of Philosophy:

—Si hubo un momento sin uno anterior.

—Si el tiempo existe cuando nada está cambiando.

—Qué tipos de viaje en el tiempo son posibles.

—Si el tiempo tiene una flecha.

—Cómo se representa el tiempo en la mente.

—Si el tiempo mismo pasa o fluye.

—Si las leyes fundamentales de la naturaleza dependen de qué momento es.

—Cómo distinguir un reloj preciso de uno impreciso.

—Si lo que ocurre en el presente es igual para todos.

—Qué características de nuestro sentido común de la palabra tiempo son, o deberían ser, capturadas por el concepto de tiempo en la física.

—Si las oraciones contingentes sobre el futuro tienen valores de verdad en el presente.

—El formalismo o la lógica adecuados para capturar el papel especial que juega el tiempo en el razonamiento.

—Si un instante puede tener duración cero y, aun así, tener un siguiente instante inmediato.

—Qué sucede con el tiempo cerca o dentro de un agujero negro.

—Qué mecanismos neuronales explican nuestra experiencia del tiempo.

—Si el tiempo es objetivo o un artefacto de la conciencia. — Si existe un sustrato atemporal del cual emerge el tiempo.

—Qué aspectos específicos del tiempo son convencionales.

—Cómo resolver las disputas entre los defensores de la teoría A y la teoría B del tiempo de McTaggart.

*

«Ludwig Boltzmann, que dedicó buena parte de su vida al estudio de la mecánica estadística, murió en 1906, por obra de su propia mano. Paul Ehrenfest, que continuó su trabajo, murió de manera similar en 1933. Ahora es nuestro turno de estudiar mecánica estadística». Es el comienzo de un manual de Física anglosajón que, entre risas, circuló por las redes sociales. Ignoro si se trataba de una muestra de

humor, voluntario o involuntario, pero el párrafo contenía una verdad: lo deprimente de ciertas disciplinas de la Física.

La mecánica estadística y la termodinámica tratan de explicar los mismos fenómenos desde aproximaciones diferentes (microscópica y macroscópica); esto es: los intercambios de energía, trabajo y calor en los diferentes sistemas. La termodinámica considera que los diferentes tipos de energía son transformables entre sí, trata de describir el mundo real más que generar idealizaciones y, frente a la simetría temporal de la ciencia newtoniana anterior, establece una clara distinción entre el futuro y el pasado. La termodinámica trata de la irreversibilidad de los procesos, una de las características más desesperantes de la realidad. Dijo Thomas Carlyle que la economía es una ciencia lúgubre, pero más lúgubre es la termodinámica, que se vertebra en el concepto de entropía, conceptualizado por primera vez por Boltzmann, el físico suicida. Según esta disciplina, todo en el Universo tiende a la mínima energía y el máximo desorden y es posible que así acabe todo algún día: completamente frío y desordenado. O sea, oscuro y muerto.

Cuando estudiaba Astrofísica en la universidad había asuntos que me causaban una notable ansiedad de fondo, una inquietud que, según el día, pasaba a primer plano: la posibilidad de la explosión de una supernova o un estallido de rayos gamma en nuestro entorno, que barrería la vida en la Tierra, la expansión del Sol en gigante roja, que engullirá nuestra órbita o, simplemente, la pregunta que se han hecho muchos filósofos: por qué existe algo en vez de nada, y por qué ese algo es como es y no de otra manera. Y por qué no lo entendemos. Por ejemplo, por qué las leyes de la física y las constantes universales son las que son y no otras. Hay quien dice que las cosas son como son porque tienen que ser compatibles con la existencia de la vida (es el Principio Antrópico), pero es un poco raro, porque todo tiende a matarnos todo el rato.

El Universo es hermoso, pero terrorífico, por eso algunos, como H. P. Lovecraft, no veían en los grandes espacios cósmicos una

fascinación o un deleite, sino la más pura esencia del horror, que luego encarnaba en monstruos de mil tentáculos y horrendos dioses antiguos. A mí, lo que más miedo me daba, además de los cuentos de Lovecraft y los eventos astronómicos antes citados, era otra cuestión relacionada con la entropía, uno de los finales más probables del Universo, su muerte térmica, también conocida como Big Freeze.

La entropía, una de las magnitudes más poéticas de la ciencia, está relacionada con el desorden de las cosas y la progresiva degradación de la energía. Según establece el Segundo Principio de la Termodinámica, es la magnitud que marca la dirección de la flecha del tiempo. Es decir, el tiempo corre según la entropía (el desorden) aumenta. Curiosamente, casi todas las leyes fundamentales de la física son invariantes frente a la inversión de tiempo, es decir, funcionan igual de bien con el tiempo transcurriendo hacia delante y hacia atrás. La ley de la entropía no: marca una dirección preferente en el tiempo y establece la irreversibilidad de muchos procesos. Los huevos se caen al suelo y se rompen, pero no vuelven a recomponerse espontáneamente, igual que el humo de los fumadores no vuelve a entrar en la boca o la gota de tinta no se recompone en el agua. Cuando la entropía aumenta, el proceso es irreversible.

La entropía es también esa cosa contra la que peleamos los seres vivos, que somos corrientes de orden dentro del desorden. Somos una victoria temporal, la muerte es el triunfo inevitable de la entropía. Nuestra vida podría metaforizarse por esa costumbre absurda de hacer la cama cada mañana sabiendo que se deshará de noche, ese ahínco en ordenar la casa sabiendo que volverá a desordenarse, acciones que, sin embargo, llevamos a cabo con una extraña fe, como Sísifo empujando montaña arriba la piedra que siempre se le volverá a caer.

El Big Freeze, el triunfo final de la entropía, sucederá si el universo se extiende sin límite. La alternativa es el Big Crunch, una especie de

Big Bang inverso, en el que el universo se contrae hasta volver al punto original, el punto en el que se originó el tiempo, porque antes del Big Bang no existía el tiempo, con lo que el concepto de antes deja de tener sentido. El universo podría funcionar como el latido de un corazón, con su expansión y su contracción, una y otra vez, en una imagen poética, el aliento del cosmos. El Gran Rebote. Pero desde que sabemos que la expansión del universo se acelera, parece menos probable.

Ahora estamos en la Era Estelífera, la de la existencia de las estrellas, la más brillante y prometedora de la historia del cosmos, pero cuando las estrellas se apaguen llegará una Era de los Agujeros Negros, cuando solo estos objetos persistan, y después la Era Oscura, cuando todos ellos se evaporen (según predice la teoría de la radiación de Hawking). Dentro de 10 elevado a 100 años (un 1 seguido de 100 ceros), se dará una eternidad en la que todo permanecerá oscuro y a una temperatura muy cercana al cero absoluto. Eventualmente, según algunas especulaciones, una fluctuación cuántica podría dar paso a un nuevo Big Bang, pero, aun así, la cosa es para deprimirse, porque, aunque hubiera vida después de la muerte, no puede haberla tras la muerte del propio Universo. Sigamos, pues, con nuestras cosas.

*

Vaysha es una mujer que ve el pasado con un ojo y el futuro con el otro, según cuenta un relato de Georgui Gospodínov. Y aunque tiene los dos ojos abiertos, es ciega, por eso la llaman Vaysha La Ciega. Anda a tientas por su jardín, extendiendo las manos. El cerezo, las zarzamoras y los cántaros son invisibles para ella: para uno de sus ojos, el izquierdo, aún no han emergido de la tierra; para el otro, el derecho, ya se han secado y convertido otra vez en polvo. Cuando

Vaysha ve a las personas, por un ojo ve a un bebé y por el otro ve a un anciano.

«Vaysha se hartó de vivir así», escribe Gospodínov. Un día decidió arrancarse uno de los ojos, pero no sabía cuál: la decisión equivalía a elegir entre vivir en el pasado o vivir en el futuro. El futuro es desalentador, no sabemos qué va a ocurrir y ahora tiene mala pinta. El pasado es acogedor, seguro, pero tampoco quería vivir en un mundo en el que sus padres eran aún unos mocosos. «No había salvación para Vaysha, ni en el pasado ni en el futuro», dice el autor.

Su historia no tiene final, porque no se ha encontrado nada en el mundo capaz de unir los dos mundos que ve Vaysha. Supongo que Vaysha es cronófoba, tal vez la cronófoba más rara del mundo. Los mundos de Vaysha se pueden unir en el presente. ¿Pero qué es el presente?

*

Mi tío César siempre fue viejo.

Vivía en el sexto, dos pisos más arriba, y yo subía a verle con frecuencia. César rebuscaba una moneda de quinientas pesetas en su monedero, que guardaba en la cómoda de la habitación, y me regalaba aquella pequeña fortuna que se acabarían tragando las máquinas recreativas. Luego se sentaba en la butaca del salón a contarme cosas. Me enseñaba dos dedos de la mano.

— ¿Qué ves aquí?

— Dos dedos.

—No… En realidad son cinco —decía mostrando el puño entero—, solo que los otros tres están plegados.

Así me enseñaba lo que llamaba «filosofía», como un maestro zen enseña koans que llevan al límite la mente de sus discípulos.

— Esto es la filosofía —decía.

El tío César murió de un cáncer de pulmón. Se fue quedando cada vez más pequeño y avejentado en aquella butaca del salón, mirando la tele en pijama. Un día su tiempo se acabó. Recuerdo, la mañana que murió, las sábanas revueltas en la cama donde dormía con la tía Vicen, y las zapatillas en el suelo, que nadie había recogido. Había muerto de madrugada, cuando los panaderos amasan el pan y los barrenderos riegan las calles, y se habían llevado su cuerpo al hospital con premura. Fue mi primer contacto con la muerte.

Otros días el tío César me había enseñado otros elementos filosóficos.

— ¿Qué es el ahora? —me preguntaba.

— ¡Ahora! —decía yo—, ¡ahora!

— Pero ahora no es ahora —me decía él—, ahora ya pasó, ahora ya fue. Y ahora también pasó. Y ahora también…

El tío César fue, tal vez, el primero que me hizo pensar en la fugacidad del tiempo y en lo inaprensible de la existencia. Quizá fue el iniciador de mi cronofobia, o al menos hizo aflorar ciertas dudas e inquietudes que me acompañarían siempre. ¿Qué es el presente? ¿Dónde está esa fina línea en la que el futuro se convierte en presente, y cuánto dura? ¿Cómo de pequeños son los fragmentos de los que se compone la vida?

¿Existe ese «ahora» que el tío César y yo jugábamos a cazar?

*

El presente puede entenderse de diferentes maneras. La más intuitiva es el presente psicológico, es decir, esta sensación de que ahora estamos en el ahora, en este justo instante. Es el ahora sobre el que me hacía reflexionar mi tío César. Las corrientes presentistas de la filosofía sostienen que el presente es lo único que existe, y que no existen ni el futuro ni el pasado. Es una idea audaz.

Buceando por el pensamiento sobre el tiempo encontré que las posturas filosóficas sobre el tiempo se pueden clasificar en dos grupos: las teorías A y las teorías B, según las definió un filósofo inglés, fallecido en 1925, del que nunca antes había oído hablar: John McTaggart Ellis McTaggart.

Los defensores de las teorías A piensan que el tiempo pasa o fluye, que solo existe un presente. Es el presentismo. Lo que va a pasar está condicionado por lo que hagamos ahora, en cierto modo tenemos cierta agencia sobre el porvenir y caben ideas sobre la libertad humana, la responsabilidad moral y la ética. La alternativa del growing block universe (algo así como el universo de bloque creciente) apunta que el pasado y el presente podrían existir, pero no el futuro: es decir, existe nuestra infancia, pero todavía no nuestra vejez. El presente es el momento justo en el que el futuro, que es borroso e indeterminado, se convierte en pasado y queda fijado para siempre (aunque sea difícil pensar en el pasado como algo inmóvil y definido, pues la memoria siempre tiene altas dosis de fantasía). El mundo se va creando en tiempo real, según lo vamos viviendo: es, quizá, la forma más instintiva de entenderlo. Por cierto, la idea de que solo existe el presente es incompatible con la relatividad general de Einstein, que demuestra que no existe un tiempo absoluto ni universal: el presente de un observador puede no

coincidir con el de otro. No hay un ahora universal; depende del sistema de referencia.

Los partidarios de las teorías B creen en el universo en bloque o el eternalismo; es decir, todo el pasado, el presente y el futuro son reales y coexisten. Es una idea reconfortante: la muerte no significa la inexistencia, sino que estamos existiendo siempre. Todo está existiendo a la vez. Desde el punto de vista del eternalismo se puede concebir la idea de un futuro prefijado, la idea de Destino que manejaban los antiguos griegos, tan presente en la mitología o las tragedias, o el determinismo, una concatenación de causas y consecuencias que hace que todo lo que va a suceder ya está contenido en el presente y nada puede suceder de otra manera. No hay libre albedrío. Aunque también desde el eternalismo puede concebirse una libertad incluida en ese bloque universal.

Otros pensadores han optado por pensar que la sensación de presente es solo una ilusión creada por nuestra conciencia. El propio McTaggart propuso dos formas de entender el tiempo, mediante la serie A (pasado-presente-futuro) y mediante la serie B (antes y después). A través de ciertos razonamientos que no reproduciré, llegó a la conclusión de que la serie A era incoherente y la B insuficiente. De modo que el tiempo era irreal. Así tituló su obra de 1908: La irrealidad del tiempo. Haré énfasis en esto: para McTaggart el tiempo no existe.

Durante una porción de mi vida, afortunadamente corta, me obsesioné con que todo estaba sucediendo al mismo tiempo, mi nacimiento, mi muerte, todos los eventos de la historia del Universo; y que el tiempo era una ilusión de mi conciencia que iba pasando ordenadamente de un momento a otro, igual que un abalorio del collar pasa a través del hilo. Había caído en las garras del eternalismo radical, el universo en bloque, las teorías B de McTaggart.

La cabeza se me quebraba: a cada momento mis seres queridos estaban agonizando y mi novia se estaba acostando con sus anteriores parejas que, de algún modo, lo seguían siendo. Me carcomían los celos retrospectivos que, en realidad, habían dejado de ser retrospectivos, porque todo estaba sucediendo ahora. Yo mismo estaba naciendo y muriendo, existiendo y no existiendo, porque todo estaba sucediendo a la vez, también las explosiones nucleares de Hiroshima y Nagasaki, y el catálogo completo de los horrores de la humanidad. Todos los momentos hermosos, las historias de amor, el ronroneo de los gatos, el triple de Michael Jordan en el último segundo en no sé qué partido de la final de la NBA de no sé qué año. Ahora que sucedía todo al mismo tiempo, sin embargo, me daba impresión de que el saldo neto era el del horror.

Con el tiempo se me pasó la neura y adopté una postura más convencional, pensando que las cosas ocurrían una detrás de otra, como piensa todo el mundo, como parece demostrar la evidencia empírica. Pero eso también me producía malestar porque las cosas que quedaban atrás se convertían en irrecuperables, y quién demonios sabía qué iba a pasar a continuación.

Así que tenemos la sensación de vivir en el presente, aunque no podemos decir con exactitud cuánto mide ese presente. Puede ser este instante, este segundo en el que aprieto una tecla del teclado, pero también puede ser esta hora, esta mañana o este día, dependiendo de la escala temporal a la que nos estamos refiriendo. Por ejemplo, si estamos hablando de Historia, el tiempo presente puede ser incluso esta década o este siglo.

Las investigaciones neurológicas dicen que el presente mental dura entre 200 milisegundos y 2 o 3 segundos; aunque también podemos decir que el presente es aquello que percibimos mediante los sentidos: lo que vemos, lo que oímos, lo que podemos palpar. La tele ahora mismo, el ruido de la retroexcavadora ahí fuera en la calle, el olor de la tostada, que se ha quemado mientras cavilo sobre el tiempo. Eso configura mi presente. La experiencia sensorial define

el presente. Así que el presente tiene su duración: «El presente no es un filo de navaja», escribió el psicólogo William James, «es como el lomo de una silla de montar con una determinada anchura que le es propia, sobre la que estamos sentados y desde donde miramos el tiempo hacia dos lados». James, pionero de la psicología moderna, describió un presente especioso (specious present) como el lapso de tiempo en el que permanecemos conscientes que, efectivamente, no es necesariamente momento puntual, sino una pequeña duración subjetiva.

La relatividad einsteniana nos dice que no existe tal cosa como un presente universal, porque cada observador tiene un tiempo propio, hecho que pone en dificultades a las corrientes presentistas, que solo conciben la existencia del presente. Lo que llamamos presente, según la teoría relativista, es un fenómeno local, definido por nuestra posición y las limitaciones de la velocidad de la luz: si la luz, y cualquier información, tarda cuatro años en llegar a Próxima Centauri, la estrella más cercana… ¿de qué manera podemos hablar de un presente común? Lo que observamos como su 'presente' pertenece en realidad a su pasado. El presente se va desvaneciendo conforme nos alejamos y la ausencia de un presente universal pone en cuestión nuestras intuiciones cotidianas sobre el tiempo.

¿Tiene el tiempo una unidad fundamental, como los bloques de Lego, como los quarks y los leptones que forman la materia? ¿Está el tiempo pixelado? ¿Es eso el verdadero presente, el átomo de tiempo en el que nos encontramos ahora mismo? Aristóteles pensaba que el tiempo era continuo, no discreto, de modo que no existía tal cosa como los átomos de tiempo: el ahora, para el filósofo, era un corte conceptual que realizamos los humanos, no una entidad física. La idea de átomos de tiempo vendría con atomistas como Leucipo y Demócrito, los primeros en pensar también en átomos de materia. El tiempo, según esta idea, no fluiría como un chorro de agua, sino que transcurriría de diminutos saltos infinitesimales: el mundo sería una sucesión de diferentes fotos, como una película está formada por diferentes fotogramas.

Esta idea viajaría a través de la historia hasta volver a materializarse en el tiempo de Planck, el tiempo más corto concebible según la física moderna (aunque no un «átomo de tiempo» en sentido estricto): 10–44 segundos. El tiempo más corto medido en un laboratorio son 247 zeptosegundos. Un zeptosegundo son 10–21 segundos, un uno seguido de 21 ceros decimales. Sin embargo, por pequeño que sea un zeptosegundo, es 18,6 mil trillones de veces más grande que el tiempo de Planck.

El tiempo de Planck es un tiempo por debajo del cual hablar del propio tiempo se convierte en un sinsentido: 10–44 segundos, es decir, un cero seguido de cuarenta y cuatro ceros decimales. Hay aproximadamente 1,85 millones de billones de billones de billones de tiempos de Planck en un suspiro, suponiendo que un suspiro dure un segundo. Un tiempo tan pequeño que es difícil de imaginar por la mente humana. Más allá de este punto, el espacio y el tiempo dejan de tener un significado definido según las teorías actuales.

El tiempo de Planck tiene relación con la teoría del Big Bang. Representa un horizonte teórico: no podemos describir qué ocurrió durante el primer tiempo de Planck del Universo, el que ocurrió justo después del Big Bang. La física que conocemos solo empieza a operar después. Por eso se investiga una teoría cuántica de la gravedad (como la gravedad cuántica o la teoría de cuerdas), una que una la relatividad y la física cuántica, que no funcionan bien juntas a esas escalas temporales.

Pero lo que es más importante: el presente, estar presente en el presente, es para muchos pensadores y tradiciones la clave para librarse de las ansiedades de la vida. Entre ellas, y sobre todo, la cronofobia.

*

Cuando era un periodista novato se me ocurrió la idea absurda de escribir un reportaje explicando qué es el tiempo. Contacté con algunos profesores de Física, preferiblemente esos que se dedicaban a enseñar las teorías sobre el espacio-tiempo, y me contaron, fundamentalmente, lo que yo ya había aprendido en la carrera y que, muy someramente, he repasado en este capítulo. Pero yo quería saber qué era el tiempo en su más profundo fundamento. Cuál era su naturaleza más íntima. Escribí, aun así, el reportaje. Nunca se publicó.

Cuando les expresaba esta inquietud ellos me miraban como si estuviera loco. El tiempo, para buena parte de la Física, era una coordenada: no estaba en el mundo, sino que era, como el espacio, el marco en el que el mundo sucedía. Kant tuvo una idea parecida sobre el espacio y el tiempo: decía que eran «intuiciones a priori», es decir, un escenario anterior al mundo y que servía para recibirlo en nuestra mente. En realidad, solo saliendo de la mente podríamos ver el mundo como realmente es, el noúmeno que se esconde detrás del fenómeno.

Esa idea siempre me reconfortó; que el tiempo no fuera algo físico, sino una estrategia propia para entender lo que sucede. El físico Carlo Rovelli, en su libro El orden del tiempo, argumenta que el tiempo podría ser una ilusión. Solo emerge como una forma de organizar eventos a gran escala. A nivel cuántico, no existe un flujo continuo de tiempo. Así, hay posturas realistas y antirrealistas sobre el tiempo: puede tener una existencia independiente de nosotros o ser una creación de nuestra mente. O existir solo a ciertas escalas, como un fenómeno emergente. Quizá después de tanto pensarlo, como hemos hecho en este capítulo, pensar en el tiempo sea pensar sobre la nada.

Aristóteles fue quien empezó a relacionar, desde una perspectiva filosófica, el tiempo con el mundo físico, en forma de movimiento. Newton concibió un tiempo ajeno al mundo, un reloj universal que marchaba a ritmo uniforme ajeno a los sucesos del mundo: ese

tiempo absoluto fue fundamental para el desarrollo de la mecánica clásica, que estudiamos en el colegio, y, en cierta forma, para el desarrollo del pensamiento moderno. La termodinámica investigó el concepto de entropía, que explicaba por qué el tiempo corría solo en una dirección, del pasado al presente, y puede que hasta un final lúgubre. Einstein observó que el tiempo no era rígido como pensaba el sabio inglés, sino que era elástico: se dilataba con la velocidad de los cuerpos o por influencia del campo gravitatorio, es decir, por la curvatura del espacio-tiempo. En la física cuántica, a escalas subatómicas, el tiempo perdía su continuidad y precisión, volviéndose incierto y «borroso». Y las últimas teorías, que tratan de combinar la relatividad y la cuántica en situaciones extremas, como en los albores del Big Bang, nos dicen que es posible que el tiempo sea una propiedad emergente y no fundamental. Es decir que el tiempo, directamente, no exista.

Michele Besso, un ingeniero italosuizo amigo de Albert Einstein desde su juventud en Zúrich, falleció en 1955. El físico le escribió una carta de condolencia a su familia con una célebre cita: «Para nosotros, los físicos convencidos, la diferencia entre pasado, presente y futuro es solo una ilusión persistente», escribió Einstein.

4

EL TIEMPO VITAL. LA EDAD

Donde el autor se lamenta por la pérdida de la juventud, aun aparentando ser más joven de lo que es (todo el mundo se lo dice) y trata de afrontar la edad adulta con un poco de optimismo.

En solo diez meses, entre 2021 y 2022, nació mi hija, murió mi madre, conseguí mi primer contrato indefinido tras más de una heroica década como freelance y me diagnosticaron un inicio de artrosis entre dos vértebras cervicales cuyo número no recuerdo. Le cogí las hechuras a la existencia: había visto a alguien nacer, había visto a alguien morir. Me sentía equidistante del alfa y el omega. Acababa de cumplir 42 años. Tenía miedo. Horror cronófobo. Ya era, por fin, adulto.

*

¿Importa la edad? A principios de 2025 publiqué una entrevista en El País en la que el entrevistado, por una mezcla de coquetería y, según me dijo, lucha contra el edadismo, prefería no revelar ese dato. Suele generarme cierto malestar preguntar la edad a las personas que entrevisto, sobre todo cuando acumulan años; ese malestar es mayor cuando la entrevistada es una mujer, porque la cultura patriarcal ha hecho que, tradicionalmente, los años sean una

losa aún más pesada para ellas. Y porque me crie rodeado de mujeres que preferían ocultar su edad o quitarse años; como mi madre, que dejó de contar a los 45 (su genética ayudaba: siempre aparentó 10 menos). Ahora la aversión a la edad, en tiempos de culto a la juventud, se ha vuelto transversal, la sufren personas de toda identidad sexual (como los crecientes caballeros que recurren a los implantes capilares) y también de cualquier edad: cada vez hay gente más joven, influida por las redes sociales, que demanda arreglos estéticos para permanecer en una eterna mocedad. Esas jóvenes que, en la veintena, ya se perfilan los labios con ácido hialurónico y recurren a rellenos faciales, bótox, rinomodelación o blanqueamientos dentales, superponiendo una juventud hermosamente sintética a lo que ya es joven.

Tras publicar aquella entrevista el 1 de febrero de 2025, me llamó Beatriz Nogal del programa A vivir que son dos días de la Cadena SER, que celebra las mañanas de los sábados una pausada tertulia de corresponsales (los sábados estivales, bajo la batuta de la periodista Lourdes Lancho, yo soy uno de los tertulianos habituales). Al director, Javier del Pino, le había llamado la atención que aquel entrevistado ocultara la edad, así que me convocaron a charlar sobre el asunto. Se dio la casualidad de que, aunque en el programa lo ignoraban, yo me hallaba redactando este libro. Del Pino me preguntó si realmente era importante la edad, por qué la teníamos que dar siempre en las entrevistas, si era un dato tan relevante a la hora de caracterizar a una persona. Yo respondí con este speech que duró 1:20 minutos.

«Yo he estado pensando y creo que la edad es uno de los datos más fundamentales para caracterizar a una persona. No somos iguales cuando somos jóvenes. No abordamos igual la política, por ejemplo, hay un refrán muy famoso que dice «quien no es comunista a los 20 no tiene corazón, quien lo es a los 40 no tiene cabeza». ¿No? Habla de cómo nos vamos moderando… En el amor no es lo mismo un amor adolescente que un amor maduro. Por supuesto, la salud: la edad es el mayor factor de riesgo para muchísimas enfermedades.

Entonces yo creo que cambiamos totalmente con la edad. Es curioso, es curioso, porque tampoco es esa nuestra percepción. Yo creo que hay mucha disforia de edad. Yo recuerdo hablar con las personas más mayores de mi familia, tías mías que cumplían, no sé, 70 u 80 años, y me decían: «Yo es que no siento que tenga esta edad, yo no siento que tenga 70 años». A mí me pasa, que tengo 44… Esta escena, que sale mucho en las películas y las novelas, del personaje que se mira al espejo y dice «¿qué me ha pasado?», «no me reconozco en el espejo» o «me empiezo a parecer a mi padre o a mi madre», es una escena que refleja esa disforia de edad que sentimos muchos, pero que yo creo que es una ilusión. Porque yo creo que no somos los mismos, aunque pensemos que somos los mismos. Yo creo que cambiamos mucho, y por eso a mí me parece un dato muy relevante, dar la edad».

La disforia de edad que mencionaba aquella mañana no es un término clínicamente reconocido como lo es la disforia de género, pero me parecía una metáfora acertada para describir la sensación de no tener la edad que dice en el DNI. En el momento de la publicación de este libro yo tengo 45 años (curiosamente, el mismo día que tecleo estas líneas, 14 de abril de 2025, es preciso decirlo, ha fallecido el escritor Mario Vargas Llosa a los 89 años, prácticamente el doble de mi edad, lo que ha acentuado mi sensación de estar a mitad de mi existencia, en el feliz caso de que alcance la longevidad del Nobel peruano).

Como dije aquel día en la radio, siempre me llamó la atención que mis mayores no comprendieran cómo demonios había pasado el tiempo, qué quedaba de todo lo vivido, por qué se les había escurrido entre los dedos, cómo podían haber llegado a esa edad, si ellos no se percibían tan viejos: si por dentro eran los mismos. Supongo que esa sensación crece ahora que los tramos estipulados de la vida han saltado por los aires y la juventud puede durar hasta pasados los cuarenta y, ondeando la bandera del envejecimiento activo, se nos apela a envejecer como si nos hiciéramos otra vez jóvenes. Por eso en los últimos años el edadismo, la discriminación

por cuestión de edad, ha surgido en la conversación pública como una nueva opresión, equiparable al machismo o al racismo, aunque aún no tan combatida.

Son síntomas de una cronofobia generalizada.

*

Nombre: Paca Tricio

Profesión: Presidenta de la Unión Democrática de Pensionistas y Jubilados de España (UDP). Autora de La rebelión de los mayores. Porque la indignación no se jubila nunca

Fecha de nacimiento: Barcelona, 1946

Fecha de la entrevista: 29 de enero de 2019

Pregunta. A lo largo de la vida, la visión sobre la propia existencia va cambiando. ¿Cómo se ve cuando uno empieza a ser mayor?

Respuesta. En mi caso, la visión sobre la vida no ha cambiado: no he tenido crisis de cumplir años, ni la tuve a los cuarenta, ni a los cincuenta, ni ahora. Creo que no hay que preocuparse por el paso de la vida, sino ocuparse de ella. Los años se van a cumplir sí o sí, sin remedio, y de nada sirve agobiarse. En cambio, hay que ocuparse de que los años vayan transcurriendo con calidad de vida, con ganas de hacer cosas. Lo contrario solo lleva a la melancolía, y la melancolía tiene muy poco recorrido.

P. ¿Qué es el «edadismo»?

R. Es tratar a las personas mayores de manera diferente por razones de edad. Siempre cuento la anécdota de la persona de 88 años que va al médico porque le duele la rodilla derecha y el médico le dice «es usted muy mayor, ¿qué quiere?». Pues quiere que no le duela, como la rodilla izquierda. No se puede mandar a la gente así a decaer sentado en el sofá. El edadismo es decirte que con tu edad no se puede contar contigo para ciertas cosas o que no vales para nada. Un maltrato psicológico que a veces la gente ejerce sin ser consciente.

P. Se propone el envejecimiento activo.

R. Es un modo de vida: que tu existencia no tiene por qué pararse en un sillón, viendo la tele. Tienes que ponerte guapa, sentirte bien contigo misma, salir a la calle y estar con todo tipo de personas, mover el cuerpo. Hacer cursos de reciclaje, hacer voluntariado o ir a la universidad de mayores. Morirnos nos tenemos que morir, pero, si podemos, hay que vivir la vida hasta el último momento.

P. ¿Cómo se ve la muerte cuando uno es mayor?

R. La muerte para los mayores no es una cosa tan tremenda, cuando llegas aquí ya no se le tiene tanto miedo. Lo que da más miedo es morir mal. A mí no me gustaría vivir un día más si tengo un Alzheimer o un Parkinson avanzado, quiero que los míos me recuerden como soy.

P. ¿Por qué tantos mayores se quedan solos?

R. Cuando uno es joven tiene a su pandilla, a sus amigos del colegio (aunque con las nuevas tecnologías no sé cómo será esto en el futuro), luego la gente crece y tiene más amigos, y conoce a sus parejas, forma familias, de alguna forma se va separando de los demás. Cuando eres mayor, tus hijos, a los que has dedicado muchísimo tiempo, hacen su vida,

como es normal. Y muchas personas se quedan viudas, jubiladas y solas. Se dice con frecuencia que a muchos mayores les mata antes la soledad que la edad o la enfermedad.

P. En otras culturas se venera a los ancianos.

R. En la UDP utilizamos la imagen de un baobab, que es el árbol en el que en las culturas africanas los mayores se reúnen con los jóvenes para pasarles la mochila de su sabiduría. El problema es que aquí se ha ido perdiendo ese respeto: vemos al mayor, pero no le miramos, le oímos, pero no le escuchamos.

P. Hoy las posibilidades para tener una buena vejez son amplias.

R. Sí, hoy sería posible que los mayores vivieran con una gran calidad de vida, pero no se ha conseguido del todo. Calidad de vida es estar bien alimentado, no tener que dormir con abrigo o gorro porque no se tiene calefacción. En el siglo XX hubo un gran éxodo de personas del campo a la ciudad. Se hicieron casas para los trabajadores que llegaron a las grandes ciudades pero que no estaban pensadas para el envejecimiento: las cocinas son muy altas, no hay ascensores y tienen bañeras y no duchas. Las bañeras son un peligro para las personas mayores, que sufren muchas caídas. Todo esto hay que cambiarlo: generaría empleo y animaría la economía.

P. ¿Qué pronóstico tiene para las próximas generaciones?

R. Hoy en día tenéis unas condiciones de vida peores que las que tuvimos nosotros. No podéis compraros una casa, tener hijos, sacarlos adelante. Tener que volver a vivir en la casa de tus padres es antinatural, y está pasando. Se están pagando sueldos indignos. Aunque te paguen un mes 3.000

euros, en el mejor de los casos, luego estás en la calle otro mes, sin trabajo: se necesita una estabilidad. Hay que pedirle más a las grandes fortunas. Es por eso que los mayores también estamos en las calles y necesitamos que los más jóvenes también empujéis. Nosotros no estamos luchando por nosotros que, más o menos, ya tenemos nuestra pensión, sino porque haya pensiones para vosotros.

*

Quizá por haber vivido una infancia desgraciada, viví mi juventud con desenfreno. Cifro el inicio de mi primera juventud, la primera de tantas, a los 14 años, el año en que mi padre murió alcoholizado en su pequeño apartamento de soltero, donde el centro comercial Salesas, en Oviedo. Tardaron meses en encontrar su cuerpo, allí encerrado, con la persiana bajada. Mi orfandad coincidía con el inicio del bachillerato y yo empezaba a interesarme por el punk y a portar por ahí, como seña de identidad, una carpeta zarrapastrosa cubierta de pegatinas, de frases airadas que no logro recordar y de postales: los Sex Pistols, los Clash o Green Day, la banda que por aquel entonces, a pesar de su tibieza popera, sirvió a muchos de introducción a la subcultura de la cresta y la tachuela.

Fui militante de la juventud, muy consciente de ella, dispuesto a desempeñarme en sus quehaceres minuciosamente, hasta la extenuación. Mi juventud fue (y no necesariamente por este orden): una nueva forma de relacionarme con los demás y de pensar sobre mí mismo, la carrera de Ciencias Físicas (en la orientación de Astrofísica), el corazón roto muchas veces, los bares, la noche, las drogas, irse a Madrid, la literatura en general y la poesía en particular, la política extraparlamentaria, los pisos compartidos (con más de 50 personas en un puñado de años), los pelos de colores, el

sexo asilvestrado, los inicios de internet y de la telefonía móvil (qué suerte que los gadgets llegaran entonces y no antes), la sordidez de los días laborables, los paseos, los blogs, las incomprensibles lecturas de la Internacional Situacionista, los ansiolíticos, cierto tipo de ropa, cierto tipo de gente, el punk rock y el techno oscuro. Pasarlo mal, pero con gusto.

Algunos amigos y amigas no lo tenían tan claro: estaban deseosos de que el tiempo avanzase, tenían ganas de estudiar, de formar familias y llegar a ser adultos. Eran futuros adultos encerrados en cuerpos jóvenes provisionales, mentes desplazadas, repositorios de esperanza. Vivían aquellos años algo incómodos como si, por algún tiempo, la vida les hubiera colocado una piedra en el zapato. Yo, en cambio, disfrutaba desproporcionadamente de ser joven y hacía las cosas que pensaba que caracterizaban a la juventud: explorarlo todo, probarlo todo, descubrirlo todo, hasta asustarme a mí mismo de las cosas que hacía y de lo joven que era. Nunca me he recuperado.

Pasado el tiempo, esos amigos y amigas, los ansiosos de adultez, arribaron por fin a lo que ahora alguien llamaría su zona de confort y formaron por fin sus carreras laborales y sus familias, en pisos relucientes con futuros prometedores. Pasada la juventud —era inevitable—, llegada esa juventud extendida que ya nadie sabe si lo es y finalmente la edad mediana, con su marasmo vital y sus rutinas, el que tenía la piedra en el zapato era yo, porque no me encontraba cómodo con los discursos, los ropajes y las responsabilidades de la edad adulta: charlar sobre el trabajo, los precios inmobiliarios, la declaración de la renta, y no de cómo fueron las fiestas pasadas o cómo serían las fiestas por venir. A partir de un momento, se empieza a morir gente, con la precaria fortuna de que esa gente aún no eres tú.

Tardé en tener un trabajo estable. Aunque me manejé bien como autónomo, tardé en sentar la cabeza, y, como tantos y tantas de mi generación, más que en una adultez vivimos en una adultescencia,

con unas prácticas menos tóxicas que años atrás, pero culturalmente no tan diferentes. Yo sabía que esa piedra iba a estar en mi zapato para siempre y que lo único que me quedaba por hacer era perfeccionar mis técnicas de disimulo ante los otros adultos. En eso permanezco. Es curioso: la paternidad, aunque colapse el tiempo y llene de responsabilidades extra (cuidar es madurar), también devuelve un ramalazo de frescura juvenil, o infantil, relacionada con la fantasía, el juego y el correteo. Pero mi hija también crecerá, y envejeceremos de nuevo y por partida doble.

Descubrí que la juventud solo se entiende a toro pasado, por contraste con la edad adulta, cuando aparecen las preocupaciones y restricciones que hacen aún más evidente el fulgor de la edad temprana. Hubiera sido más intensamente joven, si cabe, si hubiera comprendido más nítidamente lo que venía después. Que nunca se es joven del todo, porque nunca se entiende qué significa dejar de serlo, hasta que se deja. Que, de algún modo, solo se es conscientemente joven en el ejercicio de la memoria. Que nunca se es joven, solo se ha sido.

*

«Recuerdo mi juventud y aquel sentimiento que nunca más volverá. El sentimiento de que yo podría durar más que todo, más que el mar, más que la tierra, más que todos los hombres».

JOSEPH CONRAD

*

Con frecuencia personas sexagenarias, septuagenarias, octogenarias, han criticado mi cronofobia: «Tiene 20, 30, 40 años y ya anda angustiado por el paso del tiempo. ¡Si está en la flor de la vida!». Pero lo más triste de la cronofobia es que no tiene que ver con la edad: no es la angustia de aquel al que se le acaba el tiempo, es la angustia por el propio paso del tiempo.

Es una hipersensibilidad al flujo temporal.

Es la hiperconciencia de tu situación en el espacio-tiempo.

Es la hipersensación de que ningún momento es estable, de que nunca estamos quietos en ningún sitio, de que el tiempo siempre se está escapando hiperfrenéticamente hacia otro lugar.

*

La primera vez que tuve constancia del paso del tiempo fue en 1986 cuando, una mañana colegial, teniendo yo cinco o seis años, nos hicieron escribir ese número, el 1986. Recuerdo perfectamente el color oscuro de la madera del pupitre, el sol entrando en el aula por los ventanales a mi espalda, trazar el uno, el nueve, el ocho y el seis con un lápiz Staedler Noris a rayas negras y amarillas en el cuaderno cuadriculado. ¿Qué demonios era ese número tan largo? ¿A qué se refería? ¿Por qué se numeraban los años?

Entonces los días no se acababan nunca, los años pasaban lento, sobre todo en el colegio, atado al pupitre, clase tras clase, escuchando a una ristra de maestras. Las diferencias entre dos cursos contiguos (entre los mayores, a los que mirábamos con miedo y admiración, y los pequeños, con los que aplicábamos la

condescendencia) eran abismales. Parecía que los niños siempre íbamos a ser niños y los viejos siempre iban a ser viejos, y que esa inocencia con respecto a la fugacidad del tiempo y a la inevitabilidad de la muerte fuera lo mejor de la infancia.

Nuestra percepción y concepto del tiempo van evolucionando con el crecimiento. Los bebés son incapaces de manejar intervalos superiores a dos segundos hasta que desarrollan la capacidad de hablar. El tiempo, además de al movimiento, está asociado al habla, a la capacidad de contar, ya sean números o historias. El lenguaje implica ordenar secuencialmente en el tiempo los sonidos para formar palabras y el ritmo del habla está relacionado con el ritmo de la respiración. La narración, un entrelazamiento secuencial de los sucesos, se convertirá en una forma fundamental de comprender el mundo: el cerebro es una máquina de procesar relatos, como me contó en una ocasión Will Storr, autor de El arte de contar historias. Por eso ahora hablamos tanto de la importancia del relato, y por eso han sido tan importantes los relatos mitológicos, religiosos o políticos. Son historias, luego son tiempo.

El tiempo para los niños es maravillosamente estático. Según las célebres investigaciones de Jean Piaget, los pequeños no comienzan a comprender la duración objetiva de los sucesos hasta los 5 o 6 años y solo pueden comprender el tiempo de forma plena y abstracta a eso de los 11 o 12. En las primeras etapas son pequeños maestros zen a los que solo les importa el presente, tal vez por ello la infancia sea para muchos (no lo fue para mí) la etapa más feliz: porque estás ahí, en el ahora, donde nada más parece existir. Ninguna preocupación por el futuro, ningún remordimiento del pasado, ningún agobio por el paso del tiempo, que apenas pasa. «La verdadera patria del hombre es la infancia», escribió Rilke. Como demostró en los años sesenta el psicólogo Robert Ornstein, autor de Sobre la experiencia del tiempo, lidiar con mucha información nueva y compleja hace que la experiencia vital se ralentice, y los niños se pasan el día procesando novedades, tratando de recrear la intrincada arboleda del mundo en su cabeza.

Un día es un porcentaje muy relevante de la vida de un niño: cuando acumulas varias décadas, un solo día, una sola hora, es una porción despreciable. Un año a los 5 es el 20 % de tu existencia, pero a los 50 es solo el 2 %. Todo es novedad para los que son nuevos en el mundo, así el tiempo sucede lento, de igual manera que parece más largo el trayecto de ida, porque a la vuelta ya conoces el camino. Cuando era niño utilizábamos la hora para designar un tiempo muy largo: «Eso dura por lo menos una hora». Estas son algunas de las razones por las que la percepción del tiempo suele acelerase con la edad. De modo que, aunque uno piense que está en la mitad matemática de su vida, como lo pienso yo, en cuestiones de percepción uno está en una etapa más avanzada: lo que queda por vivir pasará mucho más rápido.

Con la edad el tiempo se va acelerando, pero no tanto. En la adolescencia y primera juventud la vida todavía parece interminable. La primera vez en la que reparé que había consumido un tiempo relevante de mi vida fue cuando cumplí 20 años: con mi incipiente lógica cronófoba le comuniqué a mis amigos que probablemente, con suerte, habíamos consumido un cuarto de nuestras vidas. Fue solo un pensamiento fugaz, pero, comprensiblemente, me mandaron a la mierda y siguieron bebiendo cerveza en aquella la terraza de La Calleja La Ciega. Son épocas en las que la idea de finitud todavía permanece en un nivel meramente teórico, épocas de intensos descubrimientos en las que uno no tiene miedo a perder el tiempo, porque parece infinito. Los jóvenes viven enfocados al futuro, en una constante sensación de potencialidad: todos está por ser, todo está por venir, ¿qué quieres ser de mayor? La juventud es un continuo prepararse, por eso es tan triste, como veremos más adelante, esta sensación de futuro abolido que anega el mundo.

En la adultez se supone que pasamos de potencia a acto: esto es ya la vida real y ya somos los que íbamos a ser. Por eso aparece la crisis de la mediana edad cuando se comprueba que el tiempo ha pasado y que las realidades no se corresponden con las expectativas, cosa habitual en la policrisis perpetua que llena los

periódicos. El tiempo empieza a pasar más rápido porque conocemos mejor el mundo: como señalaron Kahneman y Tversky, la rutina activa sistemas de automatismo mental que hacen que la experiencia subjetiva del tiempo se acelere y deje a sus espaldas menos recuerdos. Una vida más rutinaria, como suele ser la vida adulta, es una vida más inane.

La vejez es una edad también extraña, como todas (el tiempo siempre es extraño), en la que puede combinarse la fugacidad del tiempo propia del que ya ha visto mucho y no presencia nada nuevo, y el ensanchamiento temporal del que se queda sin nada que hacer y, muchas veces, solo. Se vive más en el recuerdo que en la potencialidad: queda refugiarse en los pequeños placeres y reflexiones de la vida cotidiana, como dicen que hacen los que envejecen bien. Ya veremos.

*

Sergio C. Fanjul. Cuando tenía 30 años me quedaban 15 para los 45 y eso me parecía lejísimos. Ahora que me quedan 15 para los 60 (aprox.) me da la impresión de que no queda nada.

Rafael Moral. No lo dudes. Ni te enteras. Los últimos 15 han sido un pestañeo. Si te gusta el vértigo vas a disfrutar. Si no, agárrate. A un reloj o a lo que sea. He probado, y funciona (!), planear menos cosas y hacer todo con más parsimonia, y parece que la cosa se ralentiza (un pelín). ;-)

Boquiviejuno. Y no pasa nada mientras el camino se disfrute y aprendas de él. Lo malo es no poder recorrerlo… ya conocerás, si no lo has hecho ya, a otros q se quedan en él o no lo disfrutan ni

aprenden porque no pueden o no saben… Por cierto, cada salto se hace más corto…

Martín Elomar. Pues yo tan feliz de que va quedando menos para la jubilación :-)

Kike Bloodygold. Exagerá !!!! Yo cumplo 50 este año y los veo lejísimos los 60!!! No hay ninguna prisa.

Cintia Dembalar. Yo a tu edad tenía tu edad.

*

El concepto de juventud no ha existido siempre tal y como hoy la concebimos: tradicionalmente los niños se convertían en adultos y se disponían a desarrollar una vida como tales, trabajando, saliendo adelante, formando una familia; eso cuando no trabajaban durante la mismísima niñez en el campo, en las minas, en los talleres o en las fábricas. Durante el origen del industrialismo, el cruel capitalismo manchesteriano, los niños eran considerados muy útiles para intervenir en las máquinas por sus pequeñas manos, que llegaban a donde no llegaban las de los adultos, su docilidad y su bajo precio.

En todas las civilizaciones los niños han trabajado en la agricultura, en la artesanía, como aprendices de oficios, etcétera, aunque ese desempeño laboral se intensificó durante la Revolución Industrial, cuando el trabajo infantil, que era muy duro en las factorías y los pozos mineros (donde se desempeñaban empujando vagones), comenzó a verse como un problema. El trabajo infantil fue uno de los motivos del establecimiento, en 1919, de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), que generó un convenio sobre el asunto. Aunque había precedentes: una centuria antes, en 1819, en Reino Unido se prohibió que los niños menores de nueve años

fueran empleados en las fábricas de algodón, y se estableció una jornada laboral de doce horas para los menores de 16. A trabajar doce horas al día no se le puede llamar juventud. A duras penas vida.

Así que las leyes que persiguen el trabajo infantil, que sigue existiendo (160 millones de niños trabajan en el mundo, según la OIT), no son tan antiguas. La juventud se fue perfilando, ya avanzada la Revolución Industrial, con la llegada de los sistemas de educación públicos, donde se reconocía que existía una etapa vital prolongada que debía destinarse a la formación, o con la legislación laboral que fue protegiendo a niños y jóvenes, lo que significó una de las primeras victorias del movimiento obrero.

Pero la juventud como hecho cultural surge en el siglo XX, cuando las condiciones materiales lo permiten, como explica Jon Savage en Teenage: la invención de la juventud. La juventud tal y como hoy la conocemos fue fruto de los procesos de industrialización y urbanización, también de la educación masiva, y fue fuertemente articulada por los medios de comunicación, la publicidad y el consumo. Basta ver a las pandillas de los T-Birds y las Pink Ladies de la película musical Grease, que da buena cuenta de aquellas primeras juventudes de los años cincuenta que adoptaban estilos característicos y rebeldes, en este caso el rock n' roll, y aprovechaban su etapa de formación en el instituto para vivir experiencias amorosas, como romances de verano, festivas, como bailes de fin de curso, o arriesgadas, como carreras de coches al borde del abismo.

Surgió así ese periodo mágico, entre la niñez y la adultez, que se dedica fundamentalmente a la educación (formal y sentimental), a forjar una identidad y a disfrutar de la vida, muchas veces bajo el paraguas familiar, siempre y cuando ese paraguas sea lo suficientemente espacioso. La cultura juvenil surgió después de la Segunda Guerra Mundial, sobre todo en los años sesenta, cuando hubo un gran número de jóvenes, los que ahora llamamos boomers

(hijos del baby boom), a los que ofrecerles una amplia panoplia de productos culturales y artículos de consumo, de modo que ser joven estaba relacionado con el pop, el rock y otros géneros de la música popular, con ciertos estilos de vestimenta y peinados, con cierta forma de hablar, con ciertas ideologías políticas, sobre todo de izquierda más o menos radical (aunque en los últimos tiempos estén creciendo entre los jóvenes las opciones de derecha y ultraderecha, como una nueva rebeldía o incluso como un pretendido y falso punk) y con el consumo de ciertas drogas recreativas. Fue un gran negocio venderles a los jóvenes discos, camisetas, complementos de moda, piedras de hachís, incluso aquella heroína que glosaban las canciones y que se llevó por delante buena parte de una generación. Un pack que se envolvía en una actitud despreocupada y rebelde. Así se conformó una oleada de subculturas que hoy parecen haberse ido disolviendo en una sopa juvenil posmoderna en la que todo cabe y todo es borroso, aunque fluorescente.

La cultura juvenil no solo afectó a los jóvenes, sino que juvenilizó el mundo: el capitalismo actual recoge la relajación de costumbres y el desenfado iniciado en los años sesenta, especialmente en las revueltas de 1968, como recogen Boltanski y Chiapello en El nuevo espíritu del capitalismo. Las corrientes políticas de la Nueva Izquierda hunden ahí sus raíces (el feminismo, el ecologismo, lo LGTB o el antirracismo; lo que ahora se engloba dentro de lo woke) e incluso la cultura empresarial y el management han adoptado criterios de creatividad, individualismo, emprendizaje y horizontalidad que serían impensables en las rígidas, grises y jerárquicas estructuras empresariales de los años cincuenta. Hoy las grandes empresas son de las primeras convencidas para ondear la bandera de la sostenibilidad, la inclusión, la diversidad, la creatividad o la horizontalidad (y por eso también se les critica haber sucumbido a la dictadura woke), aunque muchas veces solo sea como estrategia de marketing (greenwashing, pinkwashing y otros washings).

Una pieza interesante al respecto es la que publicó Tom Wolfe en el número de diciembre de 1983 de la revista Esquire sobre la peripecia de Robert Noyce, fundador de Intel y considerado inventor del microchip, también apodado como alcalde de Silicon Valley. Noyce reventó las viejas maneras de organizar empresas de la Costa Este, relajó los atuendos y las jerarquías, no disfrutaba de un suntuoso despacho sino de un cubículo pequeño y austero al alcance de cualquiera y no mostraba remilgos en mezclarse con los empleados, de hecho, promovía ese contacto. En Intel las ideas fluían libremente sin cortapisas jerárquicas y se avanzaba de modo colaborativo, enfocados en la innovación y sin miedo a tomar riesgos: el fracaso, como se repite ahora a modo de mantra, era una oportunidad para aprender y avanzar. Además de revolucionar el mundo con sus microprocesadores, Noyce revolucionó la forma de trabajar y de montar una compañía. La contracultura de los sesenta, la floreciente cultura juvenil, había permeado para siempre en el mundo empresarial, y aquí sigue: los bancos ya nos tutean en vez de tratarnos de usted. Silicon Valley, y la llamada ideología californiana, tuvieron mucho que ver en la difusión de esa nueva forma, más rebelde y juvenil, de entender el mundo de la economía y los negocios, y en la eclosión de millonarios alocados que visten sudaderas raídas como si fueran pobres y presumen de ideas y costumbres contraculturales, con Steve Jobs como epítome del emprendedor austero, genialmente creativo y de veleidades espirituales herederas del jipismo. Los actuales multimillonarios que dominan el mundo, Elon Musk, Jeff Bezos, Peter Thiel, son los últimos vástagos de esa estirpe, que ha dado un paso más hacia las posiciones conservadoras auspiciadas por Donald Trump.

Hoy la juventud no solo se restringe a un sector de la vida, sino que más bien es un modo de vida. Los adultescentes son los adultos que siguen viviendo como adolescentes: más allá de trabajo y responsabilidades, no siento que mis gustos, aficiones, mis formas de vestir y vivir hayan cambiado demasiado desde que era científicamente joven en los noventa y en los 2000. Las estéticas y adminículos de la juventud persisten en los adultos, en padres que

lucen tatuajes, asisten a festivales de música, juegan a la videoconsola, visten pantalones pitillo o camisas floreadas y, ocasionalmente, consumen drogas recreativas. Adultos que están a la última, casi más a la última que los jóvenes. De hecho, la juventud, como forma de estar en el mundo, se promueve hasta la muerte: lo que llaman envejecimiento activo no deja de ser una forma juvenil de ser viejo, viviendo experiencias y lejos de antiguas formas de envejecer más relacionadas con el descanso, el sosiego, la relectura y la reflexión sobre el tiempo vivido.

No es un fenómeno inocente porque el capitalismo neoliberal busca rentabilizar cada milímetro de la existencia, tanto física como temporal: al invertirse la pirámide poblacional, es decir, al haber más viejos que jóvenes, se hace un agujero en la masa de consumidores juveniles. Ya no hay tantos que se gasten el dinero en la cultura juvenil, y hay que reclutar a otras cohortes demográficas. Por eso, fantaseo, pronto la publicidad no estará plagada de modelos jóvenes, sino de gente mayor con buen aspecto, como esos maduritos interesantes y canosos que llaman grey foxes. Todo este proceso que trata de sacar rentabilidad al envejecimiento activo tiene un nombre: silver economy.

*

EL MÉTODO FARRER

Dirección y guion: Esther Morente.

Intérpretes: Bruce Farrer, Rosana Pastor.

Ciencia documental. España, 2023, 79 minutos.

Sinopsis: Desde 1997, Bruce Farrer, un maestro de instituto ya retirado, encargó a sus alumnos una tarea: escribirse una carta a ellos mismos sobre cómo imaginan su vida en 20 años. Él mismo guardó todas esas cartas, y dos décadas después, las envió de vuelta por correo postal. El documental retrata el impacto que produjeron en sus destinatarios y elabora una sorprendente reflexión sobre el niño que todos llevamos dentro y que, quizá, hemos olvidado.

En 2019 (no recuerdo la fecha exacta) recibí una convocatoria del Centro de Cultura Contemporánea Conde Duque donde se me invitaba a participar en el proyecto 21, en el que el artista Mats Staub grababa a personas de diferentes generaciones recordando el momento en el que tenían 21 años. Acudí al centro cultural y me senté, en una pequeña habitación, frente a la cámara del alemán, que había estado recopilando testimonios por ciudades como Basilea, Belgrado, Brighton, Frankfurt, Johannesburgo o Viena. Para Staub los 21 años, que significan la mayoría de edad en algunos países, son un punto de inflexión en la peripecia vital. Para mí, desde luego, lo fueron: fue el año en el que me mudé a Madrid para iniciar el segundo ciclo de la carrera, con todo lo que ello supone: la fascinación, no solo por la materia a estudiar y la nueva universidad (eso casi era lo de menos), sino por la nueva ciudad, la gran ciudad en la que venía a zambullirme desde la pequeña y apacible ciudad de provincias. El nuevo siglo acaba de comenzar, acababan de caer las Torres Gemelas (lo había presenciado en la tele de la sidrería Marcelino, mientras me enfrentaba a un menú asturiano de fabada y cachopo: todo el mundo se acuerda de dónde estaba en ese momento), y notaba un fuerte ímpetu vital que me llevaba a conocerlo todo y probarlo todo. Viví en tres pensiones de mala muerte hasta que encontré una habitación en la calle Atocha, exploraba las calles sin cesar, iba poco a la facultad y hasta cambié

de pareja. Lo recuerdo como la Revolución Francesa de mi existencia: el cambio radical que sembró todo lo que habría de venir.

Así fue y así lo conté delante de la cámara de Staub. Mi vídeo, junto con los de decenas de personas de todo el orbe, se expusieron juntos en el Conde Duque, y formaron un collage audiovisual que mostraba la historia reciente del mundo a través de diferentes personas que tuvieron 21 años en diferentes momentos.

La película El método Farrer también trata de un extraño viaje en el tiempo como el que proponía el artista alemán. El profesor Farrer sugirió a sus alumnos adolescentes, a partir del año 1962, que le escribieran una carta a su yo de 20 años después. Cuando pasaban esos 20 años, Farrer se ocupaba de enviárselas de vuelta a sus autores, ahora ya adultos (con las dificultades que implicaba localizarlos). Como en el caso de Staub, la directora Esther Morente selecciona a 13 alumnos que escribieron su carta en diferentes épocas y les confronta con su yo del pasado. En los relatos juveniles hay banalidades relacionadas con amoríos silvestres y juergas, pero también las durezas propias de esa edad de cambios e incomprensión: «Hago escondrijos en el bosque para esconderme y alejarme de la frustración», escribe uno, o «mi padre tiene problemas con el alcohol y desaparece durante días», escribe otro.

La emoción embarga a muchos de los que leen aquellas cartas enviadas por las que parecen otras personas, desde un tiempo ya perdido para siempre que solo se conserva en la materia borrosa de la memoria. Ahí se trasluce la inocencia y algunos sienten el impulso de regresar a ese pasado y explicarle algunas cosas a aquel chaval. Que aproveche mejor el momento, que trate mejor a sus seres queridos, que no se preocupe tanto por lo que digan los demás. Pero, aunque comunicarse con el futuro es posible, mediante estas cartas (como esas cápsulas del tiempo que algunos entierran en el bosque), no lo es comunicarse con el pasado, que de alguna manera está cerrado, aunque no lo esté del todo y de él se escapen los efluvios.

Ese orden temporal, el de la irreversibilidad, se trunca en la novela Todas las guerras empiezan en verano, de Diana Aller, en la que la protagonista, Mencía, por recomendación de su psicoterapeuta le escribe una carta a su yo de 1999. «Tía, vas a flipar. Te cuento esto desde 2025. Sí, sigues viva en 2025. Estás más gorda, pero no te has muerto», comienza la carta, que escribe en su teléfono móvil. Ahí le relata que hubo una pandemia, que la música latina lo peta en todo el mundo, los grandes cambios que ha traído internet y que la «chulita de la clase», Verónica Gómez, «se puso labios y parece un mero». La cosa se complica cuando la Mencía de 1999, la Mencía joven, le devuelve el mensaje.

*

En el tercer cumpleaños de mi hija juntamos en casa a unos cuantos niños y a muchos adultos, de esos amigos de toda la vida, de esos amigos de tu edad: los cuarentones. Dos ya habían superado un cáncer. La mayoría había dejado de fumar o de beber, o moderado radicalmente el consumo. La conversación giró en torno a la alimentación saludable y al ejercicio. Una de mis amigas, de naturaleza hipocondriaca, confesó estar arrepentida de haber comido demasiadas tostadas requemadas a lo largo de su vida, porque había leído que los alimentos quemados podían resultar cancerígenos. Mientras los nenes y las nenas jugaban por el parqué con los bloques de colores y los cuentos, nosotros nos habíamos dado cuenta de que éramos mortales. Habíamos entrado, ya llevábamos bastante rato, en la mediana edad.

La mediana edad es un territorio borroso, lleno de zozobra y responsabilidad. La mediana edad es como la clase media, que no está claro lo que es, que nadie la entiende del todo, y que tiende, eso sí, a la nadería y a la moderación. Uno no es joven ni viejo, sino

todo lo contrario. Uno ha renunciado a cosas: las fantasías se han concretado en un camino real, la posibilidad múltiple se ha concretado en una única realidad que muchas veces no nos reconforta. ¿Qué fue de nuestros sueños? ¿Vamos bien con eso? ¿Conseguiremos hacer todo lo que queremos hacer? ¿Nos arrepentimos de todo lo que no hemos hecho o de lo que, por haber sido chavales inconscientes, hemos hecho mal? ¿Esto, solo esto, es la vida? Son las preguntas que plantea la crisis de la mediana edad, según el exitoso término que acuñó el psicólogo Elliott Jaques en 1965. ¿Debo ponerme un pendiente, un tatuaje, comprarme un coche deportivo, como dice el cliché? De niño pensaba que la gente de mediana edad, que eran mis padres, los políticos del telediario, la gente famosa de las revistas, Felipe González y Lola Flores, lo tenían todo bajo control, y eso me hacía sentir seguro. Ahora que «el animal ha llegado a una edad» (como escribió el poeta Carlos Pardo) compruebo que no tenemos nada bajo control, tal vez menos que la generación anterior, y eso me hace sentir el horror. No hay nadie sensato al volante, por eso el mundo es como es.

Al comienzo de esta edad mediana descubrí la teoría de la U, según se relata en el ensayo En mitad de la vida. Una guía filosófica, del filósofo británico Kristian Setiya. Viene a decir que la vida transcurre en la forma de la letra U: es decir, los primeros años son, por lo general, bastante satisfactorios y también los últimos: eso me da esperanza, aunque contradice la idea extendida de que la vejez es una edad a la que todo el mundo quiere llegar pero en la que nadie quiere estar. Sin embargo, el punto medio es el más bajo. Como en la letra U. Ahí abajo estaba yo, y los amigos que asistieron al cumpleaños de mi hija para charlar sobre el agobio existencial tomando cerveza sin alcohol y jamón 50 % raza ibérica. ¿Por qué la mediana edad se encuentra en esas profundidades? Una razón es que nos damos de bruces con nuestra propia finitud. Sabemos desde niños que la vida tiene un límite, pero no es hasta la mediana edad cuando uno realmente le coge la medida a la vida: desde la mitad del camino se ve el final y uno puede imaginar cuánto queda, porque es lo que ya ha caminado.

Cuando llegué a la mediana edad dejé de ver la vida como un avance en el tiempo inexplorado, una intrusión en el territorio de lo desconocido, para verlo como una conocida cuenta atrás, la bajada que sucede a la subida al punto más alto de la montaña, la absurda carrera hacia la nada. Entraba en lo que Jung, al que tanto había leído en la primera juventud, atraído por esa mezcla de psicoanálisis y misticismo y tratando de emular sus sueños lúcidos, llamaba el «otoño de la vida», que sucede precisamente en esa segunda mitad y que conlleva nuevas reflexiones sobre la existencia, un balance sobre los propósitos y un reajuste de los roles y las responsabilidades.

Precisamente esas responsabilidades hacen que transitemos por la parte más profunda de la U. En la mediana edad tenemos que cuidar a los que nos preceden al mismo tiempo que a los que nos suceden, sobre todo en esta época en la que la paternidad suele darse a una edad avanzada, entre los 30 y los 40 años, y hace no solamente que los padres seamos más viejos, sino que los abuelos también lo sean y requieran más cuidados. Hoy es más probable que los abuelos enfermen y mueran cuando los nietos son pequeños. En mi caso, a los diez meses de nacer mi hija, murió mi madre, y ambos procesos solapados me provocaron, además de un tremendo dolor, una gran sensación de injusticia y una notable confusión existencial, la extraña impresión de ser mucha cosa y poca cosa: el imprescindible eslabón que transmite el fuego de la humanidad de una generación a otra, pero también un mimbre insignificante en el gran tapiz de la humanidad. La gente de mediana edad estamos ahí, sosteniendo el mundo por arriba y por abajo, al tiempo que se nos exhorta a dar el máximo desempeño en nuestra vida laboral y, no solo eso, vivir a una vida llena de experiencias excitantes y memorables con las que llenar nuestro perfil de Instagram y dar la sensación, tener la sensación, de que estamos vivos.

La edad del medio pesa en las conversaciones: han pasado de dedicarse al asombro del mundo, al descubrimiento del amor, al comentario de lo que pasó en la última fiesta, al trasiego de lecturas

u opiniones políticas, para ocuparse de los asuntos más prosaicos y aburridos: impuestos, hipotecas, legislación laboral, reparaciones caseras, trucos de mecánica, algunos consejos de crianza. Empiezan los achaques, las lumbalgias, los ardores, los diferentes ¡ays! al agacharse o al levantarse, que irán tomando mayor protagonismo hasta llegar a ese lugar preponderante en la conversación de la gente mayor adicta a los magazines televisivos en los que un médico sonriente responde a las dudas de su audiencia.

Dejamos de crecer, de ser cada vez más adultos, para envejecer, ser cada vez más viejos, como constatan las arrugas alrededor de los ojos, las canas en las sienes o en la barba, la ganancia de peso, que muchas veces se hace notoria en la falta de definición del rostro y en la aparición de inopinadas papadas, o la pérdida de cabello, que muchos hombres, entre los que me incluyo, combaten, con notable éxito, con un cóctel de finasterida y minoxidil para mantener ese pelazo.

*

Sergio C. Fanjul. Es desesperante: cuando uno se acostumbra a tener una edad, ya tiene otra.

Olga Ascaso Amapola-Azul. Jajajaja me pasa constantemente. Me pego unos sustos!

Camilo de Ory. He empezado a asumir mis pelos en la espalda a la edad en que comienzan a caerse.

Óscar Carriquí. Pos no te queda mili ni na…

Javier Gella. Yo sigo en los diecinueve, pero con cuarenta de experiencia.

Pepe Ramos. Pues verás cuando te acostumbres a vivir.

*

LUCAS 3:23-38 (RVR1960)

Jesús mismo al comenzar su ministerio era como de treinta años,
hijo, según se creía, de José, hijo de Elí, hijo de Matat, hijo de Leví,
hijo de Melqui, hijo de Jana, hijo de José, hijo de Matatías, hijo de
Amós, hijo de Nahum, hijo de Esli, hijo de Nagai, hijo de Maat, hijo
de Matatías, hijo de Semei, hijo de Josec, hijo de Judá, hijo de
Joanán, hijo de Resa, hijo de Zorobabel, hijo de Salatiel, hijo de
Neri, hijo de Melqui, hijo de Adi, hijo de Cosam, hijo de Elmodam,
hijo de Er, hijo de Josué, hijo de Eliezer, hijo de Jorim, hijo de Matat,
hijo de Leví, hijo de Simeón, hijo de Judá, hijo de José, hijo de
Jonán, hijo de Eliaquim, hijo de Melea, hijo de Mainán, hijo de
Matata, hijo de Natán, hijo de David, hijo de Isaí, hijo de Obed, hijo
de Booz, hijo de Sala, hijo de Naasón, hijo de Aminadab, hijo de
Aram, hijo de Esrom, hijo de Fares, hijo de Judá, hijo de Jacob, hijo
de Isaac, hijo de Abraham, hijo de Taré, hijo de Nacor, hijo de
Serug, hijo de Ragau, hijo de Peleg, hijo de Heber, hijo de Sala, hijo
de Cainán, hijo de Arfaxad, hijo de Sem, hijo de Noé, hijo de Lamec,
hijo de Matusalén, hijo de Enoc, hijo de Jared, hijo de Mahalaleel,
hijo de Cainán, hijo de Enós, hijo de Set, hijo de Adán, hijo de Dios.

*

La historia de la especie humana es una sucesión de generaciones, de olas que llegan a la bahía de la existencia y que se van marchando en silencio, cada una caracterizada por el tiempo en el que le ha tocado vivir, a veces sufrir. Cuando hablamos de relevo generacional no estamos hablando tanto de un cambio de unos individuos por otros, como si fuéramos muñecos intercambiables, sino del cambio de un tiempo por otro tiempo.

«Porque las personas son tiempo, tiempo que respira. Somos portadores de un tiempo, el nuestro, que desaparece a la vez que desaparecemos nosotros», escribe el politólogo Oriol Bartomeus en El peso del tiempo. Relato del relevo generacional en España. Cuando una generación se va marchando «representa la extinción de un periodo impreso en sus vivencias, en sus recuerdos, […] puesto que todos estamos conformados por nuestro tiempo, en el que nos ha tocado vivir y que ha dejado una huella en nosotros, la que acarreamos a lo largo de nuestra vida, que nos define». Se va la gente y se lleva con ella el mundo que la rodeaba.

Bartomeus señala varios grupos poblacionales en España según ese tiempo en el que le ha tocado vivir. Primero, las personas que nacieron tras la Guerra Civil, a partir del año 39. Para ellas la guerra fue un eco terrible que condicionaba por entero su existencia, pero que se iba desvaneciendo. Pasaron de un mundo austero y gris, de educación nacionalcatólica, a los comienzos de una sociedad de consumo. Algunos, pocos, fueron a la universidad, pero muchos no pasaron de primaria: trabajaron con ahínco y viajaron poco; eso sí, protagonizaron el Éxodo Rural y se asentaron en el cinturón obrero de las ciudades dejando atrás la España Vaciada. Los nacidos a partir de 1960, un momento de gozne demográfico, ya no pudieron participar en el referéndum constitucional de 1978, pues no habían cumplido la mayoría de edad, pero hoy son el grupo dominante en la población española. En concreto, el grupo nacido a partir de 1982 siente la Transición también como un eco, porque crecieron en una democracia plena.

Accedieron masivamente a la universidad, han vivido el comienzo de la última revolución tecnológica, también la revolución conservadora y el devenir individualista de la sociedad: del nosotros al yo. En un mundo de consumo, persecución del éxito y las experiencias, suelen tener hijos más tarde, si es que los tienen. El último grupo es el nacido a partir de la crisis de 2008, uno que ya solo ha conocido el mundo digital y que conocerá un mundo diferente, de incertidumbres encadenadas y futuro abolido. Uno que da miedo. Cada grupo ha hecho o hará su propia época. «No es lo mismo haber nacido en los años cuarenta del siglo pasado que nacer hoy o hace veinte años. El contexto es significativamente diferente. Y eso, el simple hecho de nacer en un momento histórico determinado nos define, nos deja huella, nos marca e impregna buena parte de nuestras posiciones y aspiraciones, nuestra idea del mundo y de nosotros mismos».

Su madre, cuenta Bartomeus, nacida en 1948, vivió en un mundo en el que había yogures, pero solo un yogur, de un solo tipo y una sola marca. El politólogo conoció un mundo ligeramente diferente, en el que había al menos tres tipos de yogur: el natural, el de limón y el de fresa. Sus sobrinos llegaron cuando las diferentes variedades de yogur (griego, con bífidus activo, de maracuyá, con cereales) llenaban lineales enteros del supermercado. En la actualidad todos tienen a su disposición una oferta casi infinita de yogures, pero lo hacen desde perspectivas diferentes. La madre, que ha vivido durante su vida una eclosión en la oferta, vive la elección de lácteos entre regocijada y mareada. En cambio, para los sobrinos es lo habitual y, si se contrarían por no encontrar su yogur favorito, no es porque sean caprichosos, sino porque se han criado en esa exuberancia láctea. A la madre no le causaría ninguna sorpresa: al fin y al cabo, en sus tiempos solo había un yogur, de un solo sabor y una sola marca. Somos personas de nuestro tiempo y de los yogures de nuestro tiempo.

*

El ascensor de mi casa en Oviedo, donde sucede mi primer recuerdo consciente, lleva más de cuatro décadas inmutable, así que siempre tengo la sensación de que, al detenerse, puedo salir a 1987, a 1993, a 2011… o a hoy mismo, que es, finalmente, donde siempre aparezco. Aunque ese hoy mismo cambie de forma vertiginosa.

Mi primer recuerdo, con cuatro años, sucede en este ascensor. Voy vestido con un mono verde pistacho, me saco un moco y lo pego en la pared. He crecido subiendo y bajando en ese ascensor, me he visto cambiar en ese mismo espejo y he visto el paso de las generaciones en mis seres queridos.

Recuerdo subir y bajar con mi padre, mientras se colocaba un paquete de Winston americano en la media: me parecía un gigante con su barba dura, su chaquetón de piel y su eterno olor a ginebra Gordon's. Vi envejecer a mi tía Vicen, que fue como mi abuela: ella menguaba con los años al tiempo que yo iba aumentando. En los primeros viajes me cogía de la mano y yo era tan pequeño que tenía que dar pequeños saltos para verme en el espejo. En su último viaje ella iba, convertida en ceniza, en una brillante urna de metal.

Saqué una foto de aquel momento, cuando me dirigía al funeral en la iglesia de San Juan a leer un obituario que acababa de escribir, tembloroso. En la foto estamos yo, ya convertido en un hombre, con mi cazadora vaquera de borreguillo, y aquel recipiente metalizado en el que viajaba el último residuo físico de Vicen. Creo que he perdido esa foto.

Mi madre, cuando estaba enferma, subió un día en ese ascensor, procedente del hospital, y pensábamos que ya no iba a volver a bajar, que acabaría en su cama. Finalmente hizo un último viaje, sujeta por dos fornidos celadores, que la llevarían en ambulancia a la planta de cuidados paliativos. Ya casi no pesaba nada.

Yo sigo subiendo y bajando. Ahora lo hago con mi hija, que va a ir creciendo mientras yo voy a ir menguando. Mamá, papá, la tía Vicen, están todos muertos, y no puedo preguntarles cómo era el mundo antes. Pero el ascensor permanece, con sus paredes que simulan madera, con ese sonido rítmico y mecánico que tengo grabado en el cerebro desde que era un crío, con ese espejo que nos ha visto pasar a todos, generaciones de esta familia, y que seguramente ya sabe cuándo será mi último viaje.

Porque este ascensor nos sobrevivirá, y seguirá subiendo y bajando hasta el fin de los días.

*

Entre las generaciones han existido brechas y conflictos. Se habla en los periódicos y las tertulias de conflicto generacional, no solo por el cambio de valores entre las generaciones, sino por la distribución desigual del poder y la riqueza: los más jóvenes se enfrentan a una precariedad y una incertidumbre inéditas, en contraste con los mayores que consiguieron con más premura y certeza una seguridad vital. Como suele decirse: los hijos ya no van a vivir mejor que sus padres, una máxima que parecía cincelada a fuego en la noción de progreso. Ahora los jóvenes les dicen «ok, boomer» a los mayores, y los mayores les acusan de ser «ninis» o una «generación de cristal».

Esta desconfianza hacia los jóvenes no es nueva: ya los caldeos, habitantes del sur de Mesopotamia, escribían en tablillas que la juventud estaba loca y que era peligrosa: «Nuestra juventud es decadente e indisciplinada. Los hijos no escuchan ya los consejos de los mayores. El fin de los tiempos está próximo». Es una inscripción de hace 4.000 años: no imaginaban todo lo que iba a pasar después. Esta ilusión se llama en inglés kids these days effect («el efecto "los chavales de hoy en día"»). Las personas más autoritarias tienden a

pensar que los jóvenes son menos respetuosos, mientras que las personas más inteligentes y lectoras tienden a pensar lo contrario, según una investigación de la Universidad de California. ¿La razón? Un problema de memoria: comparamos nuestro yo actual con los jóvenes sin recordar cómo éramos nosotros a su edad. Así se generan distorsiones: ni los jóvenes son como se cree que son ni los mayores eran como piensan que eran.

Desde un punto de vista cultural, no creo que el desfase entre generaciones haya crecido en tiempos recientes, sino todo lo contrario. Cuando yo era mozo, la generación de nuestros padres, tal vez por la grisura franquista, vivía en un mundo paralelo, ajeno a la cultura juvenil, es decir, a las actitudes y modos de consumo que surgieron cuando los jóvenes de posguerra eran muchos (el baby boom), disponían de dinero y formaron un nutrido mercado: esa cultura juvenil que se asoció con la compraventa de música popular, ropa, tecnología, también rebeldía.

España estaba a otra cosa. La cultura juvenil se generalizó antes en otros países: en mis viajes a Benidorm observo pandillas de jubilados cubiertos de tatuajes añejos que escuchan música excelsa y que, en su juventud británica, fueron punks, skinheads o mods. En la España dictatorial, la España de la Sección Femenina y el Frente de Juventudes, donde la censura y la represión campaban a sus anchas, donde la clase media tardaba en formarse, la cultura juvenil entró con dificultad y entre minorías: había que viajar a Londres a por la ropa y los vinilos; los Beatles en las Ventas fue un escándalo. Había excepciones: la música ye-yé (como Los Brincos y Los Bravos), los cantautores comprometidos (Paco Ibáñez, Raimon, Lluís Llach), algunos movimientos universitarios. Pero tras la muerte de Franco, lo juvenil entró en tromba, como si se hubiera roto un embalse: el punk, los movimientos sociales, las drogas, la prensa underground. Surgieron La Movida y las diferentes movidas. Todo lo larvado floreció de golpe.

Así que la cultura juvenil a la que yo fui expuesto, en los noventa y los 2000, no se parecía prácticamente en nada a la que vivieron mis padres. En cambio, la juventud actual es una evolución lógica y sin ruptura de la juventud precedente, de la juventud que fuimos. Aunque tengamos la idea de ruptura heredada de los contraculturales años sesenta (o del fin del franquismo en España), la idea de que todas las nuevas generaciones son disruptivas, destructoras de lo anterior y creadoras de lo nuevo, no tiene por qué ser así. No todas las generaciones tienen que ser portadoras de cambios profundos. Puede darse, y se da, cierto continuismo.

La música urbana que triunfa en todo el orbe se basa en elementos del hip hop y la electrónica que eclosionaron cuando yo era un chaval, y empezaban las pastillas de éxtasis y El príncipe de Bel Air. La pertenencia a una tribu urbana (los sociólogos prefieren hablar de subculturas) comenzó con la Movida y fue celebrada en los noventa por El País de las Tentaciones. Contra la sociología parda y gris del franquismo, esos colorines, tatuajes y piercings son, mutatis mutandis, los mismos que adopta la juventud actual, a la que le cuesta escandalizar a unos padres que hicieron lo mismo, y que en algunos casos lo siguen haciendo, porque el estilo de vida juvenil se ha generalizado. Basta con asistir a un festival de música indie: gente talluda con camisa hawaiana y bermudas, tal vez en un estado alterado de conciencia.

Los videojuegos, que llenan ahora buena parte del tiempo y los sueños de un sector no desdeñable de la juventud (sobre todo masculina), también se popularizaron en esas décadas de fin de siglo a base de Spectrums, Ataris, Mega-drives y SuperNintendos. No nací en internet, pero a los de mi quinta nos abdujo a los 15 años, de modo que viví como un joven el paulatino desarrollo de la Red, del Microsoft Messenger al Instagram, pasando por los blogs, Google, YouTube o los fotologs. Recuerdo aquellos módems que se conectaban a la línea telefónica emitiendo el mismo ruido que un ogro torturado. Y aunque los mayores no usemos internet igual que los jóvenes, ahora estamos todos rozándonos en el mismo sitio, y la

gente de cierta edad suele perseguir a las masas juveniles cuando estas, como exploradoras selváticas, se cambian de red social. De modo que los chavales ya no están en el parque haciendo sus cosas raras alejados de las miradas de sus mayores, sino en el mismo sitio, donde, aunque no les entendamos del todo, sí les podemos observar y compartir (e incluso pervertir) sus códigos. ¿Ok, boomer?

Las relaciones intergeneracionales, a pesar de todo, son ambiguas. «Por un lado, la sociedad es juvenófila, porque encumbra la juventud», me dijo una vez Carles Feixa, catedrático de Antropología de la Universidad Pompeu Fabra. «Por otro lado, la sociedad es juvenófoba. Critica, generación tras generación, los cambios que traen los jóvenes, sus pensamientos, estéticas y estilos de vida». El sentimiento de desconfianza es mutuo: los jóvenes de entre 15 y 29 años suspendieron a la democracia española con un 4,6 sobre 10, según un barómetro del Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud de 2019. Un 66 % de ellos reconocía desconfiar de los partidos políticos. Un barómetro global de Open Society Foundation encontró en 2023 que el 42 % de los miembros de la Generación Z y Millenial, cree que las dictaduras militares son formas de gobierno preferibles a la democracia y un 35 % preferiría vivir en un régimen civil pero autoritario. Tienen la impresión, y con razón, de que las generaciones precedentes han roto el contrato social mediante el cual, a través del esfuerzo y la aceptación de las normas, se podía conseguir una vida decente. Y de que les dejan el planeta hecho unos zorros.

Las crisis económicas son especialmente perjudiciales para la juventud, que ve su futuro truncado antes de poder asentarse: la sucesión de varias crisis en cortos espacios de tiempo puede conducir al desánimo, el nihilismo y la apatía. En la gran recesión de 2008 nació el término despectivo nini para definir a aquellos que ni estudiaban ni trabajaban, se habló de «generación perdida» y una parte del talento joven tuvo que emigrar. Durante la pandemia afloró la juvenofobia: se tachó a la juventud, sin matices, de irresponsable

ante una enfermedad que, además, tenía un importante sesgo generacional: afectaba mucho más a los mayores que a los jóvenes.

«Si no nos ocupamos de las nuevas generaciones, su descontento puede ser el sostén del populismo que venga», me dijo Jorge Benedicto, catedrático de Sociología de la UNED y expresidente del Comité de Investigación en Estudios de Juventud. Ya lo estamos viendo, sobre todo en esos hombres jóvenes entre los que está creciendo la simpatía por la ultraderecha (o, directamente, por el nazismo) como una forma de rebeldía que viene a sustituir al estereotipo de la contestación juvenil izquierdista, operante desde los inicios de la contracultura. Es necesario un nuevo pacto entre generaciones, y políticas que acaben con la precariedad y permitan a los jóvenes acceder a un trabajo y una vivienda dignos.

*

Cumplir años es la pesadilla de cronófobo. En aquella infancia estática, tenía la impresión de que yo era intrínsecamente un niño, y que siempre lo iba a ser, como Peter Pan en El País de Nunca Jamás, como los Ramones berreando I don’t wanna grow up, como Jordi Hurtado al frente de una nueva temporada de Saber y ganar.

Yo nunca iba a crecer. Los niños eran niños y los viejos eran viejos. Curiosamente, al darle vueltas al asunto, me he dado cuenta de que esa percepción no solo me rondó durante la tierna infancia, sino que me acompañó en los decenios siguientes. A los 20 años me refería (nos referíamos) a los de 30 como puretas y, en mi insolencia juvenil, miraba con desprecio sus ropas, sus garitos, sus trabajos, su forma de agarrar el whiskola y hablar de cosas serias que me parecían aburridísimas. Ahora es diferente: paso de los 40 y cuando un amigo se refiere despectivamente a los cincuentones siento el dolor sordo del que sabe que dentro de no mucho uno será uno de

ellos. Es decir: a los 20 años seguía convencido de que siempre sería joven. A los 40 me doy perfecta cuenta de que el tiempo pasará inevitablemente.

La edad es una circunstancia pasajera: todos estamos en diferentes momentos del mismo viaje.

Este cambio de mentalidad permite la empatía intergeneracional. Quizá por eso es más fácil mezclar a una persona que no es joven con gente de cualquier edad, con jóvenes, con viejos, con medianos. Porque a los jóvenes, por lo general, solo les gusta tratar con los de su quinta. No se sienten parte del flujo temporal, sino agraciados con una edad que en ese preciso momento les es muy favorable. Por eso creo, y es un pensamiento que he solidificado a lo largo de la escritura de este capítulo, que uno nunca sabe del todo lo que es ser joven hasta que deja de serlo. Lo que mejor caracteriza a la juventud es la ignorancia sobre el paso del tiempo y, por tanto, sobre la naturaleza de la propia juventud.

Ese desencantamiento que experimenta el que termina su juventud es el mismo que describe Jaime Gil de Biedma en su famoso poema: «Pero ha pasado el tiempo / y la verdad desagradable asoma: / envejecer, morir, / es el único argumento de la obra».

Ahora nos adentraremos en los vericuetos de la memoria.

5

EL TIEMPO PASADO. LA MEMORIA

Donde el autor recupera algunos de sus primeros recuerdos (relacionados con un moco y un ascensor), trata de comprender la relación del tiempo y la identidad con la memoria, y el porqué de esos recuerdos involuntarios que surgen, de pronto, como un puñetazo y te encogen el corazón.

«De la vida me acuerdo, pero dónde está».

JAIME GIL DE BIEDMA

*

En mi primer recuerdo tengo cuatro años. Estoy en el ascensor de casa, llevo un mono verde pistacho (en el salón tenemos un retrato al óleo que me hicieron con ese mismo mono), me saco de la nariz un notorio moco de un verde más oscuro y selvático y lo pego con total impunidad en una de esas planchas imitación de madera que recubren el interior del ascensor. Es un clip de apenas unos segundos, lo que hoy sería un Stories de Instagram: un suspiro perdido en el pasado que, sin embargo, ha sobrevivido al naufragio.

No tengo la menor idea de por qué ese es mi recuerdo más antiguo. Ni de por qué sé que ese, y no otro, es mi recuerdo más antiguo.

*

La memoria es el andamio que mantiene en pie nuestra identidad a través del tiempo, el hilo que permite conectar este que soy ahora con los que fui antes, el hilván que da sentido a eso que llamamos «yo». La memoria registra nuestras experiencias vitales y me permite saber que, sí, fui yo el que estuve allí, el que vio aquella escena, el que percibió aquel olor, el que palpó aquella textura o el que sufrió aquel dolor. La memoria es la forma en la que habitamos el tiempo, el lugar donde radica el pasado, aunque el pasado no esté unívocamente definido, aunque sea borroso, cambiante, siempre construido y reconstruido. Recordar (del latín re cordis: volver a pasar por el corazón) no solo consiste en echar la vista a un paisaje que dejamos a la espalda: es construir, con los mimbres de los que disponemos hoy, una versión más o menos verosímil de lo que una vez se vivió. Los recuerdos sufren extraordinarias mutaciones: hay historias que he contado tantas veces adornadas que ya las recuerdo nítidamente con los adornos que yo mismo fui inventando. Diferentes personas recuerdan diferentes versiones de un mismo hecho, que luego divierte cotejar en las reuniones de antiguos alumnos. Por eso la memoria es un magma, un magma personal y un magma colectivo.

*

Pero, más que memoria, hay memorias.

Según el tiempo de retención podemos hablar de varios tipos: la memoria sensorial, de unos instantes necesarios para procesar la información recibida mediante los sentidos; la memoria a corto plazo, que dura unos segundos y permite recordar una contraseña que te mandan al móvil o un número de teléfono mientras lo estás marcando (una memoria que a mí me empieza a fallar); y la memoria a largo plazo, cuya capacidad, al contrario que la anterior, no está limitada ni en objetos ni en tiempo.

Si nos fijamos en el tipo de información almacenada aparece otra tipología. La memoria implícita o no declarativa es esa cuyo contenido no se puede expresar con palabras, no se puede contar. Dentro de ella se encuentra la memoria procedimental que, como su nombre indica, almacena procedimientos: la habilidad para tocar el violín o andar en bicicleta (una habilidad que, por cierto, dice la sabiduría popular que nunca se olvida), o el condicionamiento, que nos hace asociar el sonido de una sirena al momento de salir de la fábrica (aunque sea poco probable en Occidente que en estos tiempos trabajemos en una fábrica).

Además, está la memoria declarativa, esa cuyos contenidos sí se pueden relatar verbalmente. Dentro de ella se encuentra la memoria semántica, encargada de almacenar conocimientos generales, como los que utilizamos para jugar una partida al Trivial Pursuit (¿se sigue jugando al Trivial Pursuit?): saber que Nairobi es la capital de Kenia o que el tomate, aunque lo tomemos por una hortaliza, es una fruta desde el punto de vista de la Botánica (atención, pregunta trampa). La memoria episódica es la que permite recordar hechos concretos de la propia vida: el primer beso o la visita de ayer al supermercado.

Por fin, la memoria autobiográfica, es decir, el recuerdo de la propia peripecia vital, es un cóctel de estas dos últimas, la memoria semántica y la episódica. Cuando construimos recuerdos de nuestra vida mezclamos saberes generales (propios de la memoria semántica), como que comencé mis estudios en la Universidad de Oviedo, con episodios concretos (propios de la memoria episódica),

como la imagen de aquel profesor que abría la ventana para fumarse un cigarrillo mientras impartía clase. Si lo episódico es lo vivido, lo semántico es el marco que le da coherencia.

Sobre esta memoria autobiográfica es sobre la que se funda nuestra nostalgia por los tiempos pasados (hablaremos largamente de la nostalgia en un futuro muy próximo) y nuestra identidad.

*

Nombre: José María Ruiz Vargas

Profesión: Catedrático emérito de Psicología de la Memoria. Autor de La memoria y la vida

Fecha de nacimiento: Octubre de 1946

Fecha de la entrevista: 26 de junio de 2025

Pregunta. ¿Cuál es el recuerdo más antiguo que conserva?

Respuesta. Es uno en el que estoy sentado a horcajadas sobre mi padre, que está tumbado en la cama con el torso desnudo y me coge de las manos. Me está enseñando a contar. Llego hasta el número 29, pero ya no me sé más y espero a que me ayude. Me acuerdo perfectamente.

P. Es muy bonito. Yo tengo una niña pequeña y eso me trae recuerdos muy antiguos, pero no sé si son reales: me acuerdo de la báscula de metal en la que me pesaban de bebé. ¿Es posible?

R. Puede que de más mayor vieras esa báscula en la farmacia y tu madre te contara la historia. Los bebés no pueden tener recuerdos en forma de narración, tal vez fogonazos o colores… Para elaborar una narración es necesario que exista la conciencia de uno mismo.

P. ¿Dónde guardamos los recuerdos?

R. En un principio se habló de la propiedad de las neuronas de mantener durante un tiempo las estimulaciones que reciben, un estado de reverberación, pero luego ya se entendió que el cerebro entero era un sistema de memoria.

P. ¿Pero conocemos el mecanismo físico por el que se almacena la información?

R. Ese problema no está resuelto. Ya se planteaba en la época de Ramón y Cajal, que propuso que la memoria estaba en las conexiones entre las neuronas, las sinapsis, que se forman cuando aprendes algo. Toda la información que llega al cerebro a través de los sentidos va dejando algún tipo de huella. No todas esas huellas se van a convertir en memorias permanentes: hay una serie de mecanismos que se encargan de limpiar.

P. ¿Cómo cuáles?

R. Durante el sueño hay una fase REM. Tiene una actividad eléctrica casi idéntica al estado de vigilia, pero cuesta mucho despertarse ahí. Y si te despiertan dirás que estás soñando. Pues bien, al menos una de sus funciones es reprocesar lo que has aprendido despierto. Así se va consolidando la memoria. Francis Crick, descubridor junto a James Watson de la estructura del ADN, decía que «soñamos para olvidar», aunque esa frase tiene mucho de eslogan. Pero esa fase va limpiando las memorias espurias,

sin importancia, que entraron en nuestro cerebro durante el día.

P. A veces recuerdo cosas que no sabía que recordaba. Es sorprendente.

R. Esas cosas pueden estar ahí sin tú saberlo, como si no estuviesen, pero vuelven cuando se da la recuperación, cuando algo las activa. Para que los recuerdos se vayan reforzando hay que usarlos, lo que no se usa está cada vez más débil. No se pierde, pero se debilita. Quizás eso explica la tendencia humana a contarnos historias, para reforzar la memoria, es decir, para reforzar nuestra identidad. Los humanos somos contadores de historias.

P. De hecho, el cerebro se ha desarrollado para procesar relatos.

R. Y al contarnos esos relatos tenemos que someternos a las normas canónicas de la narrativa: planteamiento, nudo y desenlace. Así modificamos las experiencias para hacerlas narrativas. Por eso el recuerdo nunca es un reflejo exacto de lo que ocurrió.

P. Existe la idea de que la memoria no es fiable.

R. Este encuentro que estamos manteniendo cada uno lo recordaremos de una manera. Cada uno se fijará en unas cosas y las recordará, y eso depende de quiénes somos, de lo que hemos vivido antes. Hay una serie de filtros: el conocimiento previo, las creencias, los valores, las emociones… La manera de mirar el mundo.

P. También es muy curioso que, cuando das con un recuerdo lejano, ese recuerdo trae otros, como si tiraras de un hilo.

R. Hay una metáfora interesante: el canasto de cerezas. Cuando coges una cereza, tira de otra, y esa de otro par… Al final sale un racimo. Los recuerdos se organizan así, por similitudes de diferentes tipos, circunstancial, afectiva, ambiental… Si te acuerdas de algo de cuando eras niño, saldrán otros recuerdos de la niñez.

P. Lo afectivo, la emoción, es muy importante.

R. Yo la llamo el superglue de la memoria. Las experiencias vividas con emoción son imborrables. Por eso la etapa de la vida que más recordamos es la juventud entre los 15 y los 25 años, el llamado pico de la reminiscencia , porque es la más intensa emocionalmente, llena de primeras experiencias. También porque es cuando se construye la identidad biográfica —nos damos cuenta de que comenzamos una andadura vital— y cuando las capacidades cognitivas están en su culmen. Por eso decimos eso de «en mi época»… como si nuestra época solo fuera aquella.

P. ¿Y en la vejez qué pasa?

R. Se producen una serie de fenómenos impresionantes. Hasta bien poco se pensaba que el envejecimiento era muy malo para la memoria, pero no es necesariamente así. En el envejecimiento hay pérdidas, pero también grandes ganancias. Por ejemplo, en torno a los 50 años viene una avalancha de recuerdos de la adolescencia que tiene un valor adaptativo: reforzar la identidad. Otro es la positividad de la memoria: la gente mayor tiene recuerdos más agradables que los jóvenes, en los que predominan los recuerdos negativos. También tiene valor adaptativo: contrarrestar las pérdidas que se dan en la vida. Es la paradoja de la felicidad: las personas mayores son más felices.

P. Hay muchos cambios en la vejez.

R. Sí, y hay otro fenómeno: la conciencia de tiempo futuro. A partir de cierta edad esa edad ya no define tu proyecto de vida, sino la conciencia del tiempo que te queda por vivir: el horizonte se acerca cada vez más. Eso hace que cambien los objetivos vitales: ya no importan tanto las metas, sino vivir en el día a día, disfrutar de los afectos.

P. ¿La tecnología está dañando nuestra memoria?

R. La tecnología es una ayuda externa para la memoria, como la escritura: la lista de la compra que llevas al supermercado. Pero ¿qué está ocurriendo en las aulas? Hay falta de motivación, de asistencia, la dificultad para el aprendizaje… Llevo 50 años y no había visto esto. Ahora las clases están diezmadas y llenas de ordenadores y móviles donde los alumnos están mirando otras cosas que no tienen nada que ver. Además, tomar nota a mano facilita el aprendizaje, es un trabajo cognitivo-motor, cosa que el teclado no hace. La tecnología no solo es un progreso para la humanidad, sino que puede tomar derivas indeseables.

P. Vivimos, ante el futuro abolido, en una sociedad nostálgica.

R. La nostalgia es un sentimiento ambivalente. El psicólogo griego Constantine Sedikides está reivindicando el lado positivo, porque, yo creo, la nostalgia se confunde a veces con la melancolía. Pero la evocación del pasado suele generar un sentimiento positivo: te das cuenta de que has tenido una vida. Para mí es una inyección de optimismo. Tengo un amigo de 88 años con el que hablo a menudo y recordamos los tiempos del colegio: eso le levanta el ánimo, es una inyección de vida. Esa es la nostalgia positiva.

P. A veces percibo un olor por la calle y me trae un recuerdo perdido como si fuera un puñetazo.

R. Para recuperar algo hace falta que el cerebro entre en modo recuperación y que haya una clave de recuperación. Esa clave puede ser, por ejemplo, una palabra, una conversación. Pero la clave más potente y rápida son los olores.

P. Es el aroma de la magdalena de Proust.

R. Y eso es porque hay una zona en el cerebro, el sistema límbico, que en el XIX se le llamó rinencéfalo, es decir, el cerebro de la nariz. Todas las entradas sensoriales, menos el olfato, pasan por el tálamo y luego se proyectan en la corteza. Pero el olfato va directamente al rinencéfalo, que no solo tiene funciones olfativas sino también relacionadas con la memoria.

*

«La pesadilla de los recuerdos insustanciales parece que es más común de lo que creía. Persigue, por ejemplo, a John Banville. Durante su estancia en Madrid (para el programa Escribir el Prado), conversó con Sergio Antoranz sobre el estado de confusión en el que vivimos y, partiendo de que es llamativo que algunos recuerdos secundarios predominan sobre los importantes, citaba uno muy personal que había tenido Praga como escenario. Hallándose Banville en esa ciudad, parado en una esquina, no ocurría nada, el lugar estaba desierto y de repente llegó un golpe de brisa. Y decía: "Nunca he olvidado ese momento. ¿Por qué? Durante mi visita a Praga me sucedieron cosas mucho más memorables, pero las he

olvidado. Sin embargo, ese instante lo recuerdo. La memoria es una facultad muy extraña, no la entiendo”».

ENRIQUE VILA-MATAS, «Recuerdos secundarios», El País (9 de diciembre de 2024)

*

Ireneo Funes es un hombre que lo recuerda todo, absolutamente todo, y eso le hace desgraciado. Es el protagonista de Funes el memorioso, un cuento de Jorge Luis Borges incluido en el volumen Ficciones, de 1944. Funes es un joven uruguayo que, después de una caída de caballo, a los diecinueve años, lo recuerda todo, cada mínimo detalle, sin olvidar jamás ninguna cosa: «Ahora su percepción y su memoria eran infalibles».

Es su maldición: ese recordar cada detalle e individuo particular hace que viva abrumado por la información y que sea incapaz de elaborar ninguna generalización o abstracción. Para él no existe la idea de perro, sino el sinnúmero de perros individuales que ha visto, cada uno con sus características particulares: «Le molestaba que el perro de las tres y catorce (visto de perfil) tuviera el mismo nombre que el perro de las tres y cuarto (visto de frente)». Su vida era una sucesión de instantes diferentes que se quedaban grabados para siempre. Al revés, por cierto, sucede en la película Memento (Christopher Nolan, 2000): en ella Leonard Shelby también sufre un accidente, pero en vez de empezar a recordarlo todo, como Funes, sufre una amnesia anterógrada que le impide formar nuevos recuerdos. Tiene que tatuarse la información esencial para no olvidarla: es importante, porque tiene que resolver el asesinato de su esposa.

«[Funes] Había aprendido sin esfuerzo el inglés, el francés, el portugués, el latín. Sospecho, sin embargo, que no era muy capaz de pensar. Pensar es olvidar diferencias, es generalizar, abstraer. En el abarrotado mundo de Funes no había sino detalles, casi inmediatos». Lo que intuye Borges en este relato es que la memoria absoluta impide el pensamiento, que requiere de cierto olvido, de un hueco para los conceptos generales. Y que esa memoria radical también obliga a Funes a vivir en un presente constante, aboliendo de alguna manera el tiempo.

Aunque la memoria absoluta tenga inconvenientes tan graves, me da la impresión de que ahora tratamos de recordarlo todo, más aún desde que disponemos de una cámara constantemente, montada en el teléfono móvil, esa extensión de nuestro cuerpo cíborg. Lo noté especialmente desde que nació mi hija: empezamos a acumular una cantidad de fotos difícilmente gestionable; más que información, se convertía en puro ruido. Miles de fotos de los momentos más infinitesimales de la existencia de aquel nuevo ser. Queríamos documentar los primeros años con una precisión milimétrica para luego poder recrearla con total fidelidad, como si fuera una película o la memoria todopoderosa y omnímoda de Funes. «Coleccionar fotografías es coleccionar el mundo», escribe Susan Sontag en Sobre la fotografía. Y coleccionamos mucho mundo, como si quisiésemos crear un mundo paralelo: en 2024 se tomaron 1,9 billones de fotos, según una estimación de la web Phototutorialist, es decir, unos 5.200 millones al día, es decir, 61.000 cada segundo. Es una cifra que aumenta año tras año.

Que las fotos retraten siempre el pasado y nunca el futuro fue una de las primeras ideas cronófobas que empezaron a atosigarme en mi adolescencia, cuando las fotos todavía se hacían en carretes de 12, 24 o 36 y se imprimían en papel mate o brillante. Guardo muchas de aquellas fotos en casa, me retrotraen a otro tiempo no solo por la imagen que congelan, sino por el formato en el que lo hacen. Son «a la vez una pseudopresencia y un signo de ausencia», escribe Sontag, quizá por eso son tan conmovedoras: nos traen

parcialmente algo que ya no está y que no podemos recuperar. Las fotos antes tenían algo de acontecimiento, eso se ha perdido en pos de la cotidianidad y la practicidad, pero siguen retratando el pasado y qué diferentes eran cuando no había tanta cámara y no existía el concepto de selfi (hay quien dice, eso sí, que lo inventó Alberto Durero con sus autorretratos).

Esa necesidad de registrarlo todo puede ser, en el fondo, un ejercicio cronófobo: «Queremos grabar, fijar, retratar… inmortalizarlo todo hasta convertir el selfi en un ejercicio de narcisismo ridículo. Si los héroes quisieron inmortalizarse a través de las gestas, nosotros hemos concedido que cualquier instante es digno de ser inmortalizado. […] Esa pulsión por inmortalizar se alimenta en gran medida de un pánico por el futuro y redunda en un saldo valorativo entre lo sido y el porvenir», concluye Diego S. Garrocho en Sobre la nostalgia. Lo más curioso es que, muchas veces, las fotos que más recuerdos me traen no son las fotos preparadas, con gente posando para inmortalizar un momento señalado, sino esas fotos prácticas y aparentemente caducas que se hicieron sin darles importancia: un cartel, un objeto hallado en el suelo, un cachopo, un muñeco en un escaparate. Por eso he dejado de borrar las fotos que me parecen banales: porque no lo son.

*

El poeta griego Simónides de Ceos fue contratado en un banquete en Tesalia para recitar un poema en honor al noble Escopas. Lo cuenta Cicerón en De oratore: un recitado en el que, como era costumbre, incluyó una loa a los dioses gemelos Cástor y Pólux (vinculados a la constelación de Géminis) que, en este caso, molestó al anfitrión. «Yo solo te pagaré la mitad por el poema», dijo Escopas, «el resto, pídeselo a esos dioses que tanto has elogiado».

Al poco apareció un mensajero y llamó a Simónides: dos jóvenes le requerían fuera. El poeta salió… pero no encontró a nadie.

Cuando regresó al salón comprobó que el techo se había derrumbado en su ausencia y matado a todos los invitados. Tal vez esos dos jóvenes que le requerían fueran Cástor y Pólux, que salvaban así a Simónides de su venganza por la falta de respeto de Escopas. Los cuerpos aplastados de los comensales habían quedado irreconocibles, pero el poeta, recordando el lugar que ocupaba cada uno en la mesa, pudo indicar a las familias qué cuerpo les correspondía recuperar. Por eso Simónides es el fundador del arte de la memoria: la mnemotécnica.

La historiadora Frances A. Yates también cuenta la historia de Simónides en su libro El arte de la memoria, en el que hace un repaso por la historia de la mnemotécnica, desde la Antigüedad clásica hasta el Renacimiento, cuando los sabios levantaban palacios en su mente para atesorar memorias. Imaginaban el palacio (el negocio inmobiliario dentro de la mente no tendría sentido) y guardaban los recuerdos en diferentes cajones, en diferentes estancias: cuando querían recordar solo tenían que imaginar el espacio e ir a buscar el recuerdo como quien visita una biblioteca. Como muestra Yates, estas no eran simplemente ayudas memorísticas, sino que podían fundamentar sistemas de pensamiento y vías al conocimiento.

Del arte de la memoria que relata Yates, lo que más me interesa es la vinculación del espacio, aunque sea mental, con el recuerdo. Existen claves de recuperación que desentierran recuerdos, algunos de los cuales creíamos olvidados. A mí me ocurre en mis paseos por Madrid, por los lugares donde antes he vivido o, por supuesto, cada vez que regreso a mi Oviedo natal. No importa las veces que regrese: los lugares siguen trayéndome recuerdos con los que sigo aburriendo a Liliana. El portal donde vivía la mujer que me ayudó a aprobar Álgebra. El edificio raro en el que vivía aquella novia. La taberna a la que mi madre me llevaba a tomar una caña. La calle

donde esperaba el autobús para ir al cole. Es como si todavía pudiera cerrar los ojos y regresar a aquel tiempo. Si el olfato es el sentido más evocador, por su conexión directa con una zona del cerebro vinculada al recuerdo, para mí no lo son menos los lugares.

Y hay una cosa muy extraña en cuanto a los lugares: puede uno regresar a ellos y siguen ahí, pero, sin embargo, el tiempo ha pasado irreversiblemente. ¿Cómo es posible?

*

Georges Perec tenía una mirada alucinada y un aspecto particular: enorme perilla y pelo alborotado. Un aspecto contracultural propio de los años sesenta en los que fue joven. Ganó fama por su escritura experimental, lúdica, extraña, irreverente, por su habilidad para jugar con las estructuras narrativas y lingüísticas. Trabajó como archivista y de ahí probablemente le viene la obsesión con la clasificación y la enumeración literaria. Fue miembro del OuLiPo, siglas que, traducidas, significan Taller de Literatura Potencial: un grupo de escritores que se imponían jaulas literarias de las que luego trataban de escapar.

Perec es especialmente conocido por La vida, instrucciones de uso, de 1978, donde utiliza un formato innovador para contar la historia de un edificio parisino y sus habitantes. Cada capítulo está dedicado a una habitación y cada habitación contiene una historia diferente. Es un rompecabezas donde las piezas se van ensamblando para revelar un panorama completo y fascinante. En su escritura, Perec explora técnicas como el palíndromo, las listas exhaustivas o la lipogramática, que es la práctica de omitir una o varias letras del abecedario. Por ejemplo, en la novela La desaparición prescinde de cualquier palabra que contenga la letra e, y aun así consigue narrar una historia policiaca. Eso es escapar de una jaula autoimpuesta.

Pero lo importante aquí, lo importante para nuestros fines cronófobos, es otro libro titulado Me acuerdo, una obra fragmentaria donde Perec recoge 480 recuerdos breves que, amontonados, en apariencia banales, dan una idea del tiempo que vivió y generan una memoria personal, pero también colectiva.

«Me acuerdo de cuando volvíamos de vacaciones, el 1 de septiembre, y de que todavía quedaba por delante un mes entero sin colegio».

«Me acuerdo de que Kruschev golpeó la tribuna de la O.N.U. con su zapato».

«Me acuerdo de que Alain Delon era charcutero (¿o era ayudante de carnicero?) en Montrouge».

«Me acuerdo de lo que me costó comprender lo que quería decir la expresión «sin solución de continuidad»».

«Me acuerdo de un amigo de mi primo Henri que se pasaba todo el día en pijama cuando estaba preparando los exámenes».

«Me acuerdo de los agujeros de los billetes de metro».

«Me acuerdo de que De Gaulle tenía un hermano llamado Pierre, que dirigía la Feria de París».

*

El pasado es un naufragio, he escrito esto un poco antes, y me ha gustado el símil: solo quedan algunos restos que han conseguido llegar, a duras penas, a las playas del presente. Una de las cosas que más aterrorizan al cronófobo es mirar los calendarios atrasados y no

recordar prácticamente nada de lo que se ha hecho en esos días pretéritos, ni un solo tablón al que aferrarse en el océano del olvido.

Miro ahora en el calendario de Google una fecha al azar: 12 de junio de 2006. No tengo ni la más remota idea de lo que hice ese día. Otra fecha: 3 de octubre de 1997. Tampoco. Otra: 19 de febrero de 2015. No lo puedo recordar. En los últimos años tengo algunas tareas apuntadas, cuando empecé a utilizar la aplicación Google Calendar para organizar mi jornada. Pero, en muchos casos, ni aun así aflora el recuerdo. Leo «entrevista» a las 13 horas. Leo «compra» a las 17 horas. Leo «llamada abogado» a las 9 horas. Tareas clónicas que no consiguen llevarme a esos lugares de la existencia pasada, porque la vida es una sucesión de tareas banales trufada con algún hecho extraordinario. O infraordinario. Pienso entonces en una fecha ineludible: Nochevieja. ¿Se pueden olvidar las nocheviejas?

Sí. Me vienen imágenes de las últimas, la cena en casa de Álvaro y Tamara, con los niños y esos amigos suyos que no conocíamos, y también de algunas de mi infancia y juventud, como aquellas en las que se reunía toda la familia y yo gateaba por debajo de la mesa como quien hace espeleología, o las primeras veces que salimos de noche, muy trajeados, a un cotillón postadolescente en La Gruta, que tenía nombre de garito de rock n' roll pero que era un hotel de lujo.

No sé atribuirlas a ningún año en concreto. Hay alguna excepción: por ejemplo, la noche que recibimos el año 2000, cuando empezaba oficialmente el futuro, y pasamos la fiesta en La Calleja La Ciega, entonces nuestro bar de referencia, donde recibimos nuestra educación etílica y sentimental. Recuerdo las fotos: yo lucía una camiseta negra, una corbata del diablo de Tasmania y unas gafas de plástico y purpurina plateada, compradas probablemente en un bazar, con la forma del número 2.000. Recuerdo más nítidamente las fotos que el momento, porque desde entonces las he mirado muchas veces, fotos importantes y mal encuadradas, como eran cuando se

imprimían en papel y no se podían elegir ni editar en pantalla de un smartphone. Cuando no había tantas fotos. Se iba a acabar el mundo por aquellas fechas, por el vaticinado Efecto 2000, un caos apocalíptico en el entramado informático. Pero sobrevivimos. El mundo, lo veremos dentro de un rato, sigue a punto de acabarse.

Los calendarios viejos, desiertos de la memoria, nos muestran que lo que dejamos atrás es un vacío que recuerda al vacío de la materia. Si el núcleo de un átomo fuera un balón de fútbol en mitad del estadio Santiago Bernabéu, los electrones serían moscas revoloteando por sus aledaños. Eso es un átomo: un balón, unas moscas, un enorme espacio vacío. La materia es un gran vacío que se sostiene gracias a las fuerzas eléctricas.

Nuestro pasado es un vacío estructurado por las fuerzas de la memoria que, aquí y allá, con algunas imágenes, sensaciones y recuerdos, levantan la catedral de los recuerdos.

*

Me acuerdo del primer debate electoral celebrado en España, entre Felipe González y José María Aznar, y me acuerdo de verlo por la tele en una habitación de un hotel de Madrid en el que me alojaba con mi tía Vicen. Me acuerdo de cuando fui el primero en el colegio que tuvo la consola portátil Game Boy porque mi tío me la trajo de Estados Unidos. Me acuerdo de cuando los mineros llegaron a pie a Madrid, de noche, cantando Santa Bárbara bendita, durante el 15M. Me acuerdo de los bocadillos de chocolate del colegio. Me acuerdo de cuando Liliana se ponía las mallas de leopardo. Me acuerdo de mi padre cayéndose borracho sobre mí en el salón de casa. Me acuerdo de los tazos que venían en las bolsas de patatas fritas. Me acuerdo de Montse despertándome cada mañana para ir a clase. Me acuerdo de comer gambas en la playa de los Caños de Meca. Me acuerdo de

José María Ruiz Mateos. Me acuerdo de la luz en el descansillo y del sonido del ascensor cuando por fin mamá llegaba a casa. Me acuerdo de La Hoja del Lunes. Me acuerdo de cuando abrieron el McDonald's de Oviedo. Me acuerdo de Mikel Erentxun el día que le diagnostiqué cronofobia. Me acuerdo de los mensajes que me enviaba la gente la mañana del atentado de Atocha. Me acuerdo del olor que desprendía mi primer ordenador, un 386, cuando arrancaba. Me acuerdo del sonido de ogro del módem cuando se conectaba a la línea telefónica. Me acuerdo del serrín en el suelo de las sidrerías. Me acuerdo del cementerio de Moreda cuando enterramos las cenizas de mi madre. Me acuerdo de salir de un after hours y no poder regresar a casa porque la zona estaba acordonada por la boda de Felipe y Letizia. Me acuerdo de un póster de Spiderman que tenía colgado en la habitación. Me acuerdo del Rey del Cachopo. Me acuerdo de los apuntes de álgebra mil veces fotocopiados en la facultad. Me acuerdo de Pedro Sánchez decretando el Estado de Alarma. Me acuerdo de mi primer abono de transporte: OCT 2001. Me acuerdo de las costillas del Gaucho Fierro. Me acuerdo de las sesiones de electro en el Coppelia. Me acuerdo de Hulk Hogan. Me acuerdo de los libros de Elige tu propia aventura. Me acuerdo del Rockdelux en papel. Me acuerdo de quedarme dormido en el regazo de mamá cuando veíamos una película. Me acuerdo del momento exacto en el que nació Candela.

*

Ser padre permite explorar los archivos más escondidos de la memoria: vivir con tanta atención los primeros compases de la vida de otra persona hace inevitable revivir lo que fue la vida propia. Así, según fue creciendo Candela, mutando inexplicablemente de comadreja a persona, se me iban presentando nuevos recuerdos viejos, imágenes y momentos que creía haber olvidado o que no

había recordado nunca, surgían aquí y allá igual que resurgen de las profundidades los ingredientes de un potaje en ebullición, soltando su grasilla. Por ejemplo, llevando a la bebé Candela a la farmacia de la calle Argumosa para pesarla (cuando todavía no pesaba ni cuatro kilos), se me presentaba en el teatro de la mente la imagen de la báscula clásica y metálica en la que me pesaban cuando yo era bebé, cosa harto extraña, porque uno, por lo general, no guarda recuerdos de cuando era bebé. Probablemente fuera un recuerdo construido o, más probablemente, fuera el recuerdo de cuando, en años subsiguientes, mi madre me recordaba, al ir a la Farmacia Estrada que, cuando yo era un bebé, me pesaban en esa báscula, como concluí en un encuentro con el psicólogo José María Ruiz Vargas.

Otro recuerdo que brotó de unas profundidades inopinadas, cuando llevábamos a Candela al médico del centro de salud, era el del pediatra ovetense Zapico, un hombre que volvió a presentarse ante mí con sus gruesas gafas y su pelo negro peinado hacia atrás, y recordé el miedo infantil que me provocaba ir a su consulta, que justo estaba cruzando la calle, sobre todo porque me chequeaba los testículos y me echaba hacia atrás el prepucio para prevenir la fimosis, una exploración de territorios secretos del cuerpo que a mí, como a tantos otros niños, me provocaba una grima infinita. Posteriormente, cuando el periodista Tito Montero se leyó mi libro El padre del fuego, donde también rememoro a Zapico, me contó que ese no había sido un pediatra cualquiera, sino que había estado metido en política, en el partido Izquierda Democrática, y que había llegado a senador en la primera legislatura tras el franquismo. Incluso tenía nombre completo: Atanasio Corte Zapico, y también una entrada en la Wikipedia. Mi pediatra había sido un hombre importante.

El recuerdo más raro que se me apareció fue el de unas cabezas borrosas asomadas en el plano cenital, como si yo estuviese en la cuna, recién nacido, y los parientes se acercasen a darme la bienvenida al mundo. Son siluetas oscuras y nubladas que se ciernen

sobre mí, casi amenazantes, como en las películas de extraterrestres cuando un personaje es abducido: el plano subjetivo, desde la camilla, en el que los aliens están a punto de experimentar con su cuerpo humano. Si el recuerdo no es real, ¿cómo saberlo?, debe haber sido adaptado de una de estas películas.

Desde entonces, articulados en la crianza de mi hija y el duelo por mi madre, me van apareciendo recuerdos polvorientos, esquivos, ambiguos, como si mi subconsciente hubiera entrado en ebullición y ese chup chup estuviera removiendo el fondo de la memoria.

*

Sergio C. Fanjul. Me vienen flashes de recuerdos muy antiguos y sepultados. Me pregunto si nuestra vida está grabada en nuestro cerebro como una película que dura exactamente lo mismo que nuestra vida, pero a cuya versión completa no tenemos acceso. Estaría guay saber que está ahí.

Vidal Romero. O no: el Director's Cut es casi siempre peor que el original.

J. S. Valero. Está comprimida y en baja resolución.

Luis Cremades. Está grabada en el cuerpo, el cerebro es RAM y pantalla… Sospecho que es más larga que la propia vida, fuente de experiencias.

*

Henri Bergson trató de derrumbar los límites entre pasado, presente y futuro. Para el filósofo francés, el tiempo cronológico de los científicos y los relojes era una ficción útil, lo que en realidad existía era una duración (durée) continua e indivisible, imposible de fraccionar en horas, minutos y segundos, y en la que el antes y el después se fundían. El tiempo de Bergson es el tiempo tal y como lo experimenta la conciencia: el pensador critica el tiempo cronométrico por ser un intento de convertir el tiempo en una dimensión análoga al espacio, contra la experiencia que realmente vivimos. El tiempo no se puede partir en segundos como el espacio en metros. Por ello tuvo una gran controversia con Albert Einstein, que derivó en un debate público en París el 6 de abril de 1922: «El tiempo de los filósofos no existe», dijo el físico, que defendía un tiempo objetivo y medible. Y también por ello se puede trazar una relación con Marcel Proust, porque la obra proustiana refleja fielmente la forma bergsoniana de conceptualizar el tiempo.

No hay pruebas de que Bergson tuviera relación personal con Marcel Proust, ni este lo cita en su obra, pero fueron coetáneos en París, tanto que tenían cierto parentesco: el filósofo estaba casado con Louise Neuberger, prima hermana de Jeanne Weil, madre del escritor. En la obra de Proust pareciera que el pasado y el presente, más que sucederse, coexistieran en planos paralelos y que volvieran a tocarse cuando sucede el momento mágico del recuerdo. Esta es una de las intuiciones de Bergson en su teoría. ¿Quién no ha sentido cómo un recuerdo le embarga tan vívidamente como si estuviera teniendo lugar en ese momento, como si un túnel temporal se hubiera abierto? Yo sí.

En un libro sobre el tiempo, y sobre el tiempo perdido, y sobre la memoria y la nostalgia, es obligatoria la comparecencia de En busca del tiempo perdido, la gran obra proustiana, la más larga de la historia de la literatura según el Libro Guinness de los Récords (alrededor de 9.609.000 caracteres, contando los espacios), y una

de las más importantes, que lleva la palabra tiempo en el título, en la primera frase (al menos en mi traducción predilecta) y acaba con esa misma palabra. La vida es tiempo y Proust trata de recuperar esa vida utilizando la herramienta de la memoria. De la memoria involuntaria que provoca una simple magdalena mojada en té y que levanta una catedral literaria. De la memoria como una forma de eternidad.

Hay partes conmovedoras en este libro, por ejemplo, los sufrimientos del Narrador (trasunto del autor) cuando es un niño y espera en su habitación a que su mamá suba a darle un besito de buenas noches. Me recuerda a cuando yo esperaba, a oscuras en la cama, a que se encendiese la luz del descansillo anunciando el regreso de mi madre del trabajo, bien entrada la noche. Y la tristeza que sentía cuando tras esa luz no escuchaba las llaves entrando en la cerradura, porque quien llegaba en realidad era otro vecino. En mi recuerdo, y en la espera del besito de Proust, se refleja la fragilidad de la infancia, la ansiosa dependencia primigenia, los gigantescos dramas que originan las pequeñas cosas, la importancia de los rituales mínimos: por eso hay que tratar a los niños con suma delicadeza. Muchas veces he recordado esa sensación como si estuviera volviendo a vivir la experiencia. ¿No es extraño cuando recordamos una sensación pasada que es imposible de describir con las palabras, y que no se puede aprehender por los sentidos? Se ha llamado memoria emocional.

En el momento en el que tecleo estas líneas, abril del año 2025 (es preciso decirlo), Proust vive un momento de recuperación, si es que un clásico de su talla no está recuperado para siempre. Es, curiosamente, como si Proust no estuviera contenido en el pasado, sino que conviviera con nosotros (otra vez Bergson). Aparecen nuevas traducciones (como la de Mercedes López-Ballesteros), se inauguran exposiciones, se publican libros (como Proust, novela familiar, de Laura Murat) o artículos relacionados; yo mismo he publicado dos de ellos: uno sobre las casi infinitas maneras de traducir la primera frase: Longtemps, je me suis couché de bonne

heure. Mi predilecta: «Durante mucho tiempo, me acosté temprano». Otro sobre la exposición Proust y las artes que tuvo lugar en el Museo Thyssen-Bornemisza.

En esa exposición, entre otras cosas, se exponen retratos de las personas reales que inspiraron los personajes de Proust y a través de los cuales se relatan las tensiones entre la decadente aristocracia de la época y la pujante burguesía, los ambientes selectos en los que el Narrador desea integrarse (aunque luego el postureo y la frivolidad acaben por decepcionarle). Por ejemplo, Charles Swann, el crítico de arte judío, atractivo y erudito, que logra hacerse un lugar en la alta sociedad, estaba inspirado en parte en Charles Haas, que aparece con sombrero de copa gris en el cuadro El Círculo de la Rue Royale (1866) de James Tissot. El mismo sombrero, por cierto, que luce Jeremy Irons en algunas secuencias de la película Un amor de Swann, de Volker Schlöndorff. En la misma sala colgaba la efigie de la mujer que inspiró a la cocotte Odette de Crécy, gran amor de Swann, trasunto de la escultora Laure Hayman, retratada por Raimundo de Madrazo.

Me resultó impactante ver los rostros de las personas que Proust conoció personalmente y que, sin ellos saberlo, se han convertido en figuras inmortales de la literatura universal. También algunos lienzos ante los que el propio Proust estuvo presente: el objeto que ha viajado de un tiempo pretérito, cuando el escritor estuvo a un metro y medio, hasta ahora, cuando soy yo quien lo contempla. Otros retratados son la Condesa de Noialles, una mujer de aspecto enigmático, adinerada y rompedora, inmortalizada hermosamente por Ignacio Zuloaga en 1913. O el decadente poeta y aristócrata Robert de Montesquiou-Fézensac, trasunto del barón de Charlus, representante de la homosexualidad masculina, del que se presentaban dos retratos. «Un decadente», me explicó el comisario Fernando Checa, «era el que se levantaba tarde, tenía en su casa buenas telas y obras de arte, se preocupaba por la elegancia, por ir a los mejores restaurantes y codearse con lo mejor de la sociedad». ¿Hoy lo llamaríamos hípster?

Al final de la novela, en el tomo El tiempo recobrado, el Narrador descubre que los caminos de Swann y de Guermantes, que representan a la burguesía rampante y la aristocracia desvaída, acaban confluyendo, y se celebra una gran fiesta tras la Primera Guerra Mundial. Es en ese tomo final cuando el Narrador decide dejar la vida disoluta de las clases altas francesas y se propone crear una novela, con el fin de recuperar el tiempo perdido: es, precisamente, la novela que el lector está terminando de leer. La decisión es resultado de la convicción de que el tiempo puede fijarse mediante el acto creativo.

«Proust hace una descripción implacable de cómo el tiempo y el dolor han destruido a las personas», me dijo Checa. Pero la magia de la literatura radica en su lucha contra el poder destructor del tiempo. El escritor recogió multitud de momentos y de personas que vivió y conoció y que de otro modo se hubieran perdido para siempre en las corrientes temporales, en esos calendarios vacíos que tanto me inquietan. Hay quien dice que el pasado no existe, pero Bergson pensaba que recordar no es más que reactivar algo que sigue ahí y conectarlo con el presente. Para Proust, la literatura es la mejor manera de hacerlo.

*

Un día mi tía Vicen empezó a preguntar las cosas una y otra vez. Al principio no le dimos importancia, así son los mayores, es normal que haya pequeños fallos en la memoria, pero llegó un momento en el que comenzó a preocuparnos que, cada vez que la visitaba, me preguntara una decena de veces cuándo había llegado a Oviedo o cuándo iba a volver a Madrid. Al poco le diagnosticaron Alzheimer y poco a poco fue saliendo cada vez menos de casa, hasta no salir nunca más por miedo a que la familia la ingresara en una residencia

de mayores. Este era un terror que le acompañaba hace tiempo: mucha gente quiere morir en su casa.

Así pasó algunos años, puede que ocho, no sabría decirlo, en los que su dieta se fue reduciendo a dos platos: huevos fritos con patatas y solomillo de ternera. Al tiempo que perdía la memoria iba adquiriendo nuevas manías. La mirada se le iba poniendo vacía. Se acordaba de las cosas que habían pasado hace mucho tiempo, pero no de lo que había ocurrido hacía un rato. Se le aniñó el carácter: las partes más severas, que solían juzgar y mandar, se iban disolviendo: Vicen cada vez se reía más, hubo etapas en las que su expresión era risueña. Mi madre le regaló un flamenco rosa de peluche, le llamamos Montoya, que hablaba y se movía, y le hacía mucha gracia.

Un día estuvo a punto de provocar un incendio grave en la cocina, así que se hizo inevitable ingresarla en la tan temida residencia. Cuando fui a verla se estaba peleando con las trabajadoras, se negaba a comer y a no comer, todo era una batalla. Tenía cara de enfado y la mirada ya totalmente vacía. Estaba sentada frente a mí, con la mirada esquiva, mascullando, y las pocas veces que me miraba era como si no viera nada, solo a un extraño o a un mueble. Me puse a hacerle un masaje en los hombros, que era algo que en los últimos tiempos le aliviaba el sufrimiento, tal vez por el contacto estrecho más que por el malestar muscular. Entonces, volvió en sí durante un instante. Me abrazó.

— ¡Sergio, hijo, con lo que yo te quise!

Vicen había regresado a su cuerpo y había sustituido momentáneamente a aquella mujer extraña y enfadada. Habló en pasado, «lo que yo te quise», como si ya no estuviera, como si viniera desde otro lugar a despedirse. Luego volvió a su estado ausente, a su desmemoria: el desvanecimiento de todo recuerdo le había arrebatado su identidad. Aquel era el cuerpo de Vicen, y estaba vivo, pero ella no estaba dentro. La identidad se había

disuelto con la memoria. Las cuidadoras se la llevaron de nuevo, entre quejas, a la habitación. Murió a los pocos días.

*

La memoria es una facultad extraña. A través de ella recordamos un pasado que no fue, aunque ¿cómo fue el pasado? ¿Quién puede asegurarlo? A través de ella formamos nuestra identidad. A través de ella recuperamos momentos que no sabíamos que conservábamos y que, una vez hallados, se enganchan con otros, abriendo espacios de recuerdo que nos resultan más novedosos cuanto más lejanos sean. La memoria es la manera en la que lidiamos con el tiempo que ya fue, aunque haya quien piense, como Bergson y Proust, que el pasado no fue, sino que sigue siendo.

Fuertemente conectada con la memoria está la nostalgia, una emoción que se tiende sobre ella. Ambas son puentes entre el pasado y el presente. La primera es la materia prima de la segunda. Una emoción agridulce y selectiva, entre la dulzura y la melancolía, que ahora permea la sociedad y que, al mismo tiempo, genera dolor por el tiempo perdido, pero también satisfacción por el tiempo vivido. Me dispongo a abordarla en el próximo capítulo.

Algún día recordaremos todo esto: tal vez nos resulte emocionante.

6

EL TIEMPO PERDIDO. LA NOSTALGIA

Donde el autor explora la naturaleza ambivalente de la añoranza, entre el dolor y el placer, que tantas ganas le da de beber, y trata de no emocionarse ante el recuerdo del que una vez fue, sin éxito.

Cuando tengo una muela suelta nunca puedo parar de juguetear con la punta de la lengua, provocando pequeños pinchazos y molestias que, sorprendentemente, me proporcionan un templado bienestar, una perversión blanca, casi prohibida. Así funciona el placer nostálgico, un placer mezclado con melancolía frecuentado por los cronófobos, un placer que yo asocio a mirar la tarde nublada a través del ventanal, fumando un rubio americano. A observar el orbayu tomando un té en un bar de madera mientras alguien, cerca, juega al ajedrez. A pasear los portales donde he vivido, tratando de atisbar en los balcones a los nuevos habitantes, siempre a punto de subir y llamar a la puerta, a ver quién demonios ha usurpado el escenario de mis recuerdos. A la bruma, a la niebla, no sé, al terciopelo rojo. La ciudad, con su infinita superposición de planos temporales y vitales, y su constante cambio de cafeterías de corazón por franquicias, y su incesante recambio de turistas por vecinos, es una avanzada máquina para la producción de nostalgia. Ser nostálgico no solo es una condición, sino también una afición, o un vicio. Una variante color sepia de la cronofobia cotidiana. Y un cliché. La nostalgia siempre me da ganas de beber.

*

Las emociones tienen orígenes inciertos. ¿Cuándo nació la alegría? ¿Cuándo la ira? Quién sabe. Pero hay una cuya fecha de nacimiento conocemos perfectamente: la nostalgia. El origen del término se documenta el 22 de junio de 1688, cuando Johanes Hofer, un estudiante de 19 años, presentó su tesis doctoral en la Universidad de Basilea: Dissertatio medica de nostalgia oder Heimweh (Disertación médica sobre la nostalgia o añoranza del hogar).

La nostalgia (del griego nóstos, regreso, y algía, dolor), explicaba el joven médico, era una afección que sufrían los soldados suizos que luchaban en Francia y que consistía en la añoranza de su montañosa tierra, los verdes valles y el tañido lejano de las campanas, un sentimiento que los franceses bautizarían como mal du pays. Estos mercenarios experimentaban tristeza profunda, pérdida de apetito, insomnio ¡e incluso la muerte! por su intenso deseo de regresar a casa. Así que, en sus orígenes, la nostalgia no era una emoción vaga o poética, sino una dolencia letal: la melancolía por la lejanía de la patria. El término inglés homesickness, de aire similar, se puede traducir como enfermedad del hogar. Escribo esto y me viene de golpe la fuerte nostalgia que sentía en los campamentos veraniegos de mi infancia, en Covaleda, Soria, o en Pola de Siero, Asturias, que me resultaron infernales al embargarme una necesidad imperiosa, muy dolorosa, de volver a mi casa y estar con mi mamá. Alguna vez mi mamá tuvo que venir a buscarme: su llegada era un alivio como el Almax Forte apagando el ardor en la boca del estómago. Como decía el poeta, una ducha en el infierno.

«El ser humano es un ser que añora», escribe Diego S. Garrocho en Sobre la nostalgia. Si en sus orígenes la nostalgia estuvo relacionada con la añoranza por un lugar geográfico, pronto amplió su significado y pasó a designar la añoranza por un lugar temporal, por un tiempo pasado que siempre fue mejor. Entroncó bien con la

naturaleza arrebatada y sentimental del héroe romántico. «La antigua enfermedad se consolidó como un rasgo de sensibilidad de carácter. De este modo, es hacia finales del siglo XIX cuando la nostalgia pasa a reconocerse como un tópico esencialmente literario», explica Garrocho. Se recrea en Balzac, en Clarín, en Rosalía de Castro, que escribe sobre la «nostalgia de aquel pasado, de aquellos días y noches en los que se oía su voz». La nostalgia del pasado y la nostalgia de los otros.

De ahí hasta la nostalgia del infinito, el deseo imposible de colmar, de conexión con lo eterno, lo absoluto, un sentido de lo trascendente. O la nostalgia del absoluto, famosamente descrita por George Steiner: tras la muerte de Dios, que constató Nietzsche, los seres humanos occidentales seguimos buscando algo que rellene el hueco que dejó. Le echamos de menos. Estamos solos en el universo, arrojados heideggerianamente a la existencia. Muchos de nuestros sistemas de pensamiento (el marxismo, el psicoanálisis o la antropología estructuralista, también el auge del esoterismo y la pseudociencia) funcionan, para Steiner, como mitologías laicas. Nos negamos al regreso de la religiosidad tradicional, pero no podemos superarla: he ahí una tensión irresoluble de la modernidad.

En tiempos de pensamiento positivista, relata el filósofo Grafton Tanner en Posiemprismo, la nostalgia fue juzgada como peligrosa por su capacidad de abstraer a las personas del presente y el sujeto nostálgico, según Michel Foucault, se volvió un «individuo a corregir». Se consideraba una faceta en el estudio de la mente criminal: un nostálgico necesitado de desahogo podría llegar a cometer un asesinato, un incendio intencional o un infanticidio. Era una amenaza a la civilización: en tiempos de progreso ilustrado, el que anhelaba, el que añoraba, el que miraba hacia detrás en vez de hacia delante, necesitaba ser enderezado en el sentido correcto de la Historia. «¿Qué ocurrió con la nostalgia?», se pregunta Tanner, «¿cómo pasó de ser una condición de anormalidad, incluso de criminalidad, a comienzos del siglo XX, a constituir una táctica de marketing en la actualidad?»

La nostalgia, en efecto, pasó de enfermedad a emoción, y más tarde se convertiría en un fenómeno sociocultural. Esta añoranza, explica Garrocho, es un sentimiento que, paradójicamente, corre parejo a la modernidad: la época en la que la humanidad empieza a mirar hacia adelante, en la que acomete el tiempo lineal y genera la noción de progreso, es, al mismo tiempo, la era del nacimiento de la nostalgia, la melancolía hacia un pasado mejor, o que recordamos falsamente como mejor (o que, más extraño, recordamos objetivamente como peor, pero, aun así, genera un recuerdo que nos sobrecoge íntimamente). «La nostalgia nunca fue otra cosa que una suerte de utopía, un recuerdo ficticio —valga la redundancia— en el que recrear algo que nunca existió, un no lugar idílico, un territorio fabuloso con el que poder medir la precariedad de nuestra experiencia presente», escribe Garrocho. La nostalgia es, pues, una actitud esencialmente moderna.

«La nostalgia y el progreso son Jekyll y Hyde: alter egos, los brotes de nostalgia suelen seguir a las revoluciones», coincide la teórica Svetlana Boym, autora de El futuro de la nostalgia. Ahora vivimos en la revolución constante, pero la obsesión por los tiempos pretéritos no es única en la historia: el Renacimiento se caracterizó por el revival de la cultura clásica grecolatina, en el Romanticismo se dio el gusto por lo medieval. Es un fenómeno propio de las épocas de cambio, turbulencia e incertidumbre. La nostalgia se liga a las migraciones, a la memoria colectiva o a los traumas históricos, a procesos de cambio social o cultural, como la globalización o los procesos de aceleración social. Boym distingue dos modalidades: la nostalgia restauradora y la nostalgia reflexiva.

La nostalgia restauradora cree que es realmente posible reconstruir el pasado, un pasado idealizado, y revivirlo, y en esa tenacidad literal puede resultar peligrosa. Es característica de los nacionalismos, que fabrican una historia a la medida de sus aspiraciones y, en ocasiones, difunden teorías conspirativas. Un ejemplo sería la nostalgia imperial que sufre la ultraderecha española, el ansia de una grandeza pasada que se vehicula mediante

la manipulación de la historia (su relato suele tener origen en la mítica Batalla de Covadonga), la lucha contra la Leyenda Negra o la recuperación de héroes como Blas de Lezo, que perdió un ojo, una pierna y la movilidad de un brazo defendiendo el Imperio Español de la pérfida Albión.

En cambio, la nostalgia reflexiva es consciente de la imposibilidad de reconstruir el pasado y más bien se recrea en su ausencia, en cómo el paso del tiempo ha operado sobre ese pasado, generando ruinas, historia, una leve capa de polvo que se posa sobre todas las cosas y amarillea las fotos. Es, por supuesto, la nostalgia propia de los artistas, motor de creación, es la nostalgia de Marcel Proust, o la que Boym estudia en Vladimir Nabokov o Joseph Brodsky. La nostalgia, en estas modalidades, no tiene solo que ver con la contemplación del pasado, sino que influye decisivamente en nuestras expectativas, temores o deseos con respecto al futuro. La restauradora pretende repetir el pasado de manera mecánica y literal; la reflexiva ayuda a elaborar una crítica del presente e imaginar otros futuros en los que, por poner un ejemplo, se recupere el sentido de comunidad.

Después de ser conceptualizada como una enfermedad, o una emoción personal, o una experiencia cultural, la nostalgia ha pasado, desde mediados del siglo XX, a ser un negocio. Se aprecia en el campo de la cultura: los festivales que recuperan a músicos de décadas pasadas, los libros que recuerdan los tiempos escolares, las reuniones de viejas glorias musicales que interpretan sus viejos éxitos, el gusto por el vinilo o los videojuegos pixelados. Lo retro y lo vintage en interiorismo o en moda: el eterno rumor sobre el retorno de las hombreras o los pantalones de campana; las bombillas de filamento. La nostalgia es una buena fuente de rentabilidad. «El futuro es más incierto que nunca y el presente resulta banal y superficial. Solo queda mirar al pasado», me dijo en una ocasión Eduardo Bericat, catedrático de Sociología de la Universidad de Sevilla.

Grafton Tanner señala hitos de la mercantilización de la nostalgia como la película American Graffiti (George Lucas, 1973), un ejercicio de nostalgia hacia los primeros años sesenta y el paso de la juventud a la edad adulta: el fin de la inocencia que precede al asesinato de J. F. Kennedy, los grandes movimientos sociales de la época y los momentos más duros de la guerra de Vietnam. Tras su éxito, el sector del marketing posó sus ávidos ojos en ella. Y el profesor Donald W. Hendon acuñó el término «espiral de la nostalgia»: una forma de que las ventas, después de declinar en el ciclo habitual de un producto, volvieran a aumentar. Una especie de rescate comercial. El musical de Broadway Grease, luego famosa película en 1978 (en mi pandilla había partidarios de Kenickie y otros de Danny Zuko: yo fui fluctuando entre ambas querencias), ejemplificó cómo rentabilizar la estética y la música de los años cincuenta dos décadas después. «Al plantear el pasado como algo digno de ser anhelado, el capitalismo corporativo podía prometer un retorno a él a través de sus productos», escribe Tanner. La caja registradora comenzó a sonar.

La nostalgia también campa, y muy notoriamente, en el campo de la política: la socialdemocracia suspira por los gloriosos años del capitalismo de posguerra, cuando se conjugaba fuerte crecimiento económico con la construcción del Estado del bienestar. No pocos derechistas nostálgicos levantan el brazo con el recuerdo del franquismo, de su nacionalcatolicismo y su desarrollismo. El lema de Donald Trump es netamente nostálgico: Make America Great Again. «Mientras resulte verosímil, […] la promesa de construir un futuro a la altura de un pasado mítico será una estrategia demasiado rentable en el escenario político como para renunciar a ella», escribe Garrocho. Los remolinos en el flujo de la sociedad líquida nos marean y el individualismo contemporáneo nos deja sin apoyo ni red de seguridad. «El mundo del pasado nos parece seguro, cohesionado, con algo de encanto, de mito o de emoción», dice Bericat. Hoy, el futuro no se ve nítido, más bien hay sensación de fin del mundo.

Perfecto material de la nostalgia.

*

«Perfecto material de la nostalgia / guardar la casa en las cajas / moverme a otro sitio / tirar a la basura las cosas que olvidasteis / recordar lo que queda dormido / entre estas cuatro paredes / que pintamos en rojo / cuando llegamos aquí.

Mañana otros vivirán en este sitio / el tiempo cubrirá todas las cosas / como una fina capa de ceniza / se disolverán en la memoria las palabras / que dijimos tantas noches / las fiestas aberrantes / lo mal que a veces lo pasamos / todo aquello.

Todavía queda mucho por hacer / arreglar una persiana / fregar muy bien los suelos / devolver cuatro juegos de llaves / que vosotros usasteis / cuando llamabais a esto hogar / y ahora queda vacío.

Tal vez algún día encuentren / una foto nuestra extraviada bajo un mueble / y se pregunten quién era aquella gente / con la mirada colmada de futuro.

Lo mismo nos preguntaremos entonces / cuando el paso de los años / nos haya hecho irreconocibles / incluso ante nosotros mismos / y nada en este piso parezca ya / pertenecer a nuestras vidas / tan familiar y tan lejano / tan extraño, al fin y al cabo».

SERGIO C. FANJUL, «Mudanza», de Pertinaz freelance (Visor, 2016)

*

¿Dónde está el futuro?

Hay quien ve el futuro a la espalda, porque la conceptualización del tiempo también es cultural. El psicólogo cognitivo Rafael Núñez estudió cómo conciben espacialmente el tiempo las tribus aimaras. Si en el mundo occidental consideramos que el pasado queda a la espalda y el futuro al frente, como algo que inevitablemente se acerca y se nos echa encima, los aimaras lo ven de otra manera: nosotros estamos mirando al pasado, mientras que el futuro nos sobreviene por la espalda. No es descabellado: al fin y al cabo, el pasado es lo que ya ha pasado, lo que conocemos, lo que podemos ver (aunque esa visión del pasado esté deformada por la fantasía que conlleva todo recuerdo) y el futuro es aún ignoto, por definir, es aquello a lo que aún somos ciegos. Por eso, añado yo, el futuro puede ser terrorífico, como es terrorífico todo aquello que no se ve en los primeros compases de las películas de terror. Los aimaras consideran que no merece la pena pensar demasiado en el futuro. Nosotros, sin embargo, lo encaramos todo el rato, porque pensamos que está ahí delante, y muchas veces lo tenemos más presente que el propio presente.

Conocer la concepción temporal de los aimaras me recordó a un animal legendario, el goofus bird, que recogen Jorge Luis Borges y Margarita Guerrero en su Libro de los seres imaginarios, procedente del folclore de los leñadores norteamericanos, y cuya naturaleza se me quedó grabada desde que leí ese bestiario en mi adolescencia de cronofobia incipiente.

Es el pájaro que vuela marcha atrás porque le importa más de dónde viene que hacia dónde va.

Esa es también la naturaleza del nostálgico.

*

Alguna música me produce el puercoespín estomacal que asocio a la nostalgia.

El olfato es el sentido más evocador: cruzas la calle, un día cualquiera, y te llega, no se sabe por qué, el aroma de alguien que ya no está. Y el recuerdo irrumpe como un bofetón y te noquea. He estado a punto de morir así, atropellado por el tráfico. La música, en cambio, no me produce una nostalgia tan repentina, quizá por su previsibilidad, pero me induce en ese estado de ensoñación, a veces dolorosa, que me inclina a los narcóticos. Por eso hay música que me cuesta escuchar.

Desde el Había una vez un circo, de Los Payasos de la Tele, que me cantaba mi madre y que, debajo de su aparente viveza infantil, esconde una extraña melancolía, hasta discos de mis años de descubrimiento como el Is this it de The Strokes o el Dummy de Portishead o el Nada de Los Enemigos o el Surfer Rosa de los Pixies, o casi toda la discografía de los Surfin' Bichos o los Smiths. Todo el punk y el hardcore de los noventa, sin excepción. Hay canciones que me resulta profundamente perturbador volver a escuchar, que me revuelven. Algunas de las canciones más tristes de la historia, como Fade into you de Mazzy Star o Qué nos va a pasar de La Buena Vida.

Pero, por supuesto, Los Planetas.

Los Planetas fueron un día el frescor drogotonto de la juventud noventera, pero en su trigésimo aniversario son ya un grupo para puretas, que es la forma boomer de llamar a los boomers: en sus conciertos, donde antes predominaba el nutrido flequillo ahora manda la coronilla pelada. La banda granadina está inevitablemente conectada a muchos momentos de mi juventud, que fue tan hermosa y melancólica, extática y rara: quizás es que me esforzaba en que mi vida fuera una canción de Los Planetas. Curiosamente, no escuchaba esa música en los momentos a los que la tengo asociada, sino en otros, fundamentalmente solo en casa o paseando con los auriculares, pero así se asocian los recuerdos, como una banda sonora a una película. Los Planetas me recuerdan a los corazones rotos y zozobras de los años silvestres, a la fascinación por irse de casa y conocer las cosas del mundo, a la irresponsabilidad de la fiesta interminable, a la sensación de que nada iba a acabar, a la húmeda sordidez de las resacas.

Esta nostalgia melómana debe producirse porque, aunque vivimos sometidos al flujo totalitario del tiempo, la música grabada lo sortea, está fijada en los bits de un archivo electrónico, es idéntica para siempre. Cuando escucho un disco de hace 30 años escucho exactamente lo mismo, aunque todo lo demás alrededor haya cambiado. A veces experimento: me pongo la canción aquella, cierro los ojos, e imagino que nada ha cambiado alrededor, y que, cuando los abra, habitaré un tiempo pretérito. Lo más curioso de la nostalgia es que, muchas veces, ese tiempo pretérito no fue mejor que el presente.

¿Por qué debería yo emocionarme recordando tiempos donde todo era más difícil e incierto? Podría responderme lo que solemos respondernos: que el tiempo actúa como un filtro benevolente, que hace que lo bueno permanezca en la memoria y que se disuelva lo malo. Dándole vueltas y más vueltas comprendí que quizá la razón de mi nostalgia no era echar de menos tiempos más heroicos, sino la simple emoción ante la belleza de estar vivo, de existir y haber existido. De haber estado allí.

La experiencia estética de la vida pasada concebida como una película: ese es el dolor placentero de la nostalgia, bailando en la boca como una muela suelta.

*

Nombre: Clara Ramas

Profesión: Filósofa. Autora de El tiempo perdido

Fecha de nacimiento: 8 de mayo de 1986

Fecha de la entrevista: 25 de mayo de 2024

Pregunta. Ha estudiado usted la idea de una Edad Dorada irrecuperable.

Respuesta. Bajo este capitalismo ingobernable, donde decide el dinero antes que las personas, vivimos en una situación de desamparo: ni siquiera están las cosmovisiones religiosas o de valores que daban una explicación, eso ya no nos sirve. Entonces, una salida es mirar al pasado y pensar que ahí tuvimos todo lo que ahora echamos en falta: unos valores, una familia, una clase, una patria, una identidad… Así, la única salida sería repetir el pasado.

P. Un pasado que nunca existió.

R. Un pasado que, efectivamente, no fue así porque toda la humanidad lleva anhelándolo desde el principio. Ya en la Antigüedad se pensaba en una Edad Dorada previa. Y que no puede repetirse porque los problemas que enfrentamos ahora son otros.

P. Hay quien identifica esa idea de la Caída con la salida del útero materno.

R. Todas las religiones y mitos fundacionales tratan de acolchar ese hecho brutal que es llegar al mundo saliendo de un seno materno y encontrarnos completamente desamparados. Incluso la filosofía tiene que ver con eso, con tratar de recuperar algo que está detrás del lenguaje y un sentido de pertenencia perdido. Se trata siempre de poder volver a casa.

P. Usted es una estudiosa de la modernidad. ¿Cómo se compagina la idea de la Caída con la del Progreso?

R. La modernidad hizo la apuesta optimista de que, aunque fuéramos animales desnudos, teníamos la Razón, de la que salían ideas de libertad, de emancipación, de ciencia, que daban sentido a la historia. Pero esa confianza moderna en el progreso se ha perdido: ahora tenemos la angustia de la pérdida del origen unida a la falta de fe en el futuro. ¿Qué fines nos marcamos en la ausencia de esos grandes relatos?

P. ¿Qué fines?

R. Hay que construir un sentido colectivo nuevo, que ya no puede ser el gran relato moderno del progreso de la Razón, pero tampoco la vuelta a cosmovisiones compactas y cerradas premodernas, que es la solución que hoy proponen muchos.

P. La idea del Fin del Mundo ha sido común en la historia. ¿Esta vez es más verosímil?

R. La idea de que estamos en el ocaso final, de que estamos llegando al fin de los tiempos, se encuentra ya en la cultura de masas, y tiene que ver con posibilidades de destrucción

real que antes no existían, ya sea una bomba atómica, un colapso ecológico, una pandemia…

P. Hoy es difícil encasillar las ideologías, dice usted que vivimos entre «híbridos y centauros».

R. Las viejas categorías de izquierda y derecha ya no sirven. Sigue existiendo una derecha y una izquierda más clásicas, pero los nuevos actores que surgen y han cambiado el tablero político, desde ambos lados, son híbridos. Por ejemplo, en la derecha posmofascista, que es como una versión retrowave del fascismo, se mezclan los valores morales reaccionarios con una estética y una ética del aceleracionismo de las redes. También tenemos la izquierda rojiparda que utiliza una retórica izquierdista u obrerista unida a valores conservadores en asuntos como la seguridad, la familia o la inmigración.

P. En una reciente cumbre del partido ultraderechista Vox se aplaudían al mismo tiempo posturas proteccionistas y ultraliberales…

R. Hay posiciones incluso opuestas. Pero señalar estas contradicciones no nos debe impedir reparar en que están sabiendo organizarse formando una verdadera internacional reaccionaria. Han absorbido el espíritu de la Internacional Comunista. Le Pen y Milei coordinados para un mismo objetivo: frenar los avances que se han logrado.

P. Todos estos híbridos de la derecha tienen un punto en común: el rechazo al feminismo.

R. Los ladrillos que componen en cada momento al sujeto reaccionario se combinan de diferentes maneras. Uno puede ser más o menos patriota, más o menos capitalista… Todo se mueve en estos reaccionarios melancólicos excepto su oposición al feminismo. La identidad tradicional binaria de

género es vista como el último bastión en el que refugiarse: por eso la reacción contra el feminismo ha sido fuerte, sobre todo en hombres en posiciones vulnerables.

P. La lectura de En busca del tiempo perdido , de Marcel Proust, ha sido fundamental para usted.

R. Estuve un año y medio enfrascada en Proust: hasta que no lo lees parece que no te has enamorado de verdad o que no has perdido a un ser querido de verdad o que no has echado de menos a tu abuela de verdad. Todas las cosas de la vida cobran su verdad porque Proust las hace así de vivas. Pero, además de eso, me interesaba porque plantea la duda de si podemos recuperar ese tiempo perdido, que para Proust tiene que ver con la infancia: las miles de páginas que escribe son el intento de hacer eterno ese momento en el que mamá le arropaba. Todos somos niños a la intemperie que queremos que nos arropen. Pero Proust es muy inteligente porque deja claro que esa sensación de estar arropados solo se puede construir desde la literatura. No hay atajos para esa sensación de hogar.

*

¿En qué tiempo me hubiera gustado vivir si no me hubiera tocado vivir en este?

Me asaltan dos momentos históricos. Los años setenta del siglo XX, desencantados y deprimentes, de ciudades sórdidas e historia turbulenta, caldo de cultivo de una música que siempre estaba a punto de romper algo y de un cine sombrío y crepuscular. Y el final del s. XIX, quizá por todo lo contrario: por ser, a pesar de los múltiples conflictos, una época preñada de esperanza y prodigios

(basados, por lo demás, en la opresión de otros que estaban en otros lugares). Aunque quizá no es que quiera vivir en esas épocas, sino que, simplemente, disfruto de los productos culturales ambientados o generados en ellas.

A comienzos de junio de 2022 (es preciso decirlo), un día soleado, sentado en los bancos del parque del Retiro, en los alrededores de la Feria del Libro, charlé sobre habitar otras épocas con el escritor búlgaro Gueorgui Gospodínov, flamante ganador del Premio Booker Internacional con su novela Las tempestálidas. El término que le da título es un neologismo acuñado por la editorial Fulgencio Pimentel para adaptar lo que en inglés se tituló Time Shelter, algo así como «refugio temporal» o «cronorrefugio». La historia gira en torno al psiquiatra Gausín que monta en Zúrich una clínica para personas que pierden la memoria: en ella se reproducen, en diferentes habitaciones, diferentes décadas de la historia: los años sesenta, los ochenta, etc. Cada uno puede vivir, cómodamente instalado, en su época favorita. «Supongo que la mayoría lo hacía por nostalgia de sus años felices, pero otros, por el temor a que el mundo hubiera iniciado un declive irrefrenable y que el futuro fuera cancelado. Una extraña zozobra flotaba en el aire», dice el narrador.

Así, los afectados de desmemoria, de alzhéimer, de demencia, pueden vivir en un confortable pasado. La idea tiene tanto éxito que las personas sanas también demandan esos pasados y la fiebre sobrepasa los límites de la clínica y se forman poblados, ciudades y hasta países enteros que viven en otro momento temporal. Todo a la vez por todas partes. Se acaba por celebrar un referéndum en Europa en el que cada país tiene que elegir el momento histórico en el que desea vivir, lo que acaba provocando un nuevo conflicto mundial. Las tempestálidas es una novela extraña, fragmentaria, desestructurada, rara, que orbita la memoria, la nostalgia, el miedo a un futuro abolido. «La gran tragedia no es la muerte, la gran tragedia sobre la que nadie escribe odas es el proceso de envejecimiento», me dijo el escritor, «por eso tengo un diálogo con el paso del tiempo: creo que narrando las cosas lo ralentizamos. El

tiempo se distrae si nos ponemos a contarle algo». Tanto le obsesiona el tiempo que ya a los 10 años escribía poemas sobre envejecer. Los mayores le reñían: un niño tan pequeño no debía ocuparse en esas cosas. «Pero a los niños les interesa la muerte».

Gospodínov nació en la Bulgaria comunista y en su libro habla de cierta nostalgia del comunismo entre la juventud, que lo entiende como un lifestyle (un estilo de vida). «Hay ciertos traficantes que venden un pasado falso, ficticio, no elaborado; son políticos populistas que intentan reavivar un nacionalismo ligado al comunismo, siempre entremezclados», me explicó el autor. Por eso, en su novela, tantos países eligen los años ochenta como un buen lugar donde vivir: en España se acababa una dictadura, en Bulgaria y los países del este, el totalitarismo. Sin embargo, Gospodínov elegiría pasar una tarde en 1968: fue el año en el que nació, sus padres eran jóvenes, todo el mundo era joven, hasta Mick Jagger. Pero sería diferente a lo esperado, porque nadie es consciente de que vive un momento histórico hasta que no ha pasado el tiempo. En el libro aparece un personaje al que le gustaría tener 12 años en cada una de las décadas.

Gospodínov señala la conexión entre la nostalgia colectiva y la nostalgia personal. Las generaciones comparten una memoria común que las cohesiona, por eso se celebran eventos musicales en los que miembros de una misma generación se reúnen para escuchar los grandes éxitos de su juventud. Esa nostalgia compartida crea un nosotros. Son los medios, los productos y las modas los que crean una identidad generacional, una memoria común.

*

Sergio C. Fanjul. ¿Qué os produce nostalgia?

Xel Díaz. Recordar cuando podía ir a la tienda Natura del Hipercor a ojear los pósters de delfines y de jefes indios y preguntar si tenían algo de helicópteros de combate o fusiles de asalto. Ahora la tienda ya no existe. Eran buenos tiempos.

Mar Minkoff Jr. Las Ruffles Fresco Pepinillo.

Becky Gijón. Nada.

Inés Muñoz Martínez-Mora. La juventud ajena.

José Antonio Rojo. Los olores.

Javier L. Manzano. Windows 95.

Carolina África. Heidi, los caramelos violetitas y los de café con piñones, las pastelerías que aún envuelven con papel y atan con cordón, Pippi Calzaslargas, los cuadernillos de Micho y los libros del Barco de Vapor.

Eva Güimil. A mí me provoca nostalgia recordar cuando no se hablaba de nostalgia a todas horas.

*

Se llama porsiemprismo, un término algo confuso en castellano que viene del inglés foreversim. De forever, «para siempre». Es una forma de enfrentar la nostalgia, según el pensador británico Grafton Tanner. Consiste en mantener las cosas del pasado siempre vivas, nunca muertas. Un síntoma de la sociedad cronófoba.

Tanner es discípulo del crítico cultural Simon Reynolds que puso en boga otro fenómeno precedente, el de la retromanía. Para Reynolds,

la cultura popular, especialmente la música, había llegado en el siglo XXI a una situación de estancamiento en la que solo cabía mirar hacia atrás: estaba obsesionada por su propio pasado. De ahí los continuos remakes y revivals, la reedición de discos clásicos, las modas vintage, las nuevas giras de las viejas bandas, aunque esas bandas con solera hubieran prometido no juntarse nunca más. «Nunca existió en la historia humana una sociedad tan obsesionada por los artefactos culturales de su propio pasado inmediato [...] ¿La nostalgia obstaculiza la capacidad de avanzar de nuestra cultura? ¿O somos nostálgicos porque nuestra cultura ha dejado de avanzar?», escribe Reynolds, quien se adelantó unos años a la sensación general de no futuro (el no future que también había predicho el punk) que permea las sociedades contemporáneas.

En lugar de crear, los artistas se dedican ahora a reciclar y remezclar lo anterior, estilos musicales pretéritos, corrientes pasadas, atuendos ya vistos combinados y utilizados de formas diferentes, una tendencia que se hace más pronunciada cuando internet permite acceder con facilidad a cualquier material pasado como un archivo casi infinito y a golpe de clic. Y, lo que es llamativo, cada vez se necesita menos tiempo para la recuperación nostálgica de una época. Ya no hacen falta tres décadas, basta con que pasen cinco o diez años para que la maquinaria nostálgica, y su negocio asociado, se pongan en marcha.

Tanner parte de esa base para añadir algunos matices: cuenta cómo, una vez dada la nostalgia, la industria la promueve para sacar la máxima rentabilidad. Nos deja atrapados consumiendo lo familiar y evitando lo nuevo, con las consecuencias sociopolíticas que se pueden extraer de ello: el consuelo y la trampa. Por un lado, la nostalgia puede funcionar como refugio ante la incertidumbre del presente. Por otro, paraliza la imaginación colectiva y la acción social, es una forma de evasión: la imposibilidad de actuar en el presente.

Pero ante la decadencia de la idea de progreso, como un «mito poco fiable», hacía falta otra manera de lidiar con la nostalgia: reiniciar el pasado y hacerlo omnipresente.

El porsiemprismo.

«Prometería eliminar la posibilidad de pérdida manteniendo vivo el pasado en el presente, y, como resultado, la nostalgia sería finalmente conquistada», escribe Tanner. En la práctica el porsiemprismo se materializa en la ampliación sin límite de universos cinematográficos como los de Marvel o Star Wars: no es posible la nostalgia cuando están en constante renovación. El historial de las redes sociales, ese que se revisa cuando un político o artista adquiere notoriedad, el archivo fotográfico en la nube o incluso las tecnologías de clonación de la imagen y la voz son otras de sus expresiones. Lola Flores murió en 1995, pero puede seguir presente en anuncios de cerveza andaluza (esa que algunos norteños dicen que no merece el nombre de cerveza). Es inquietante la posibilidad de reproducción de ciertos aspectos de los seres queridos muertos, pero se prefigura como una alternativa de negocio. Incluso la revisión de obras clásicas para corregir sus mensajes irrespetuosos o retrógrados y hacerlas acordes con las aspiraciones identitarias actuales puede verse como una manera de mantenerlas siempre aptas para el presente.

Esto tiene sus derivadas políticas: en una sociedad porsiemprista, a juicio de Tanner, se privilegia el statu quo antes que el progreso. «Las leyes para mejorar la vida de la clase trabajadora nunca se aprueban; la deuda mantiene a la gente atascada en su sitio, incapaz de avanzar; las personas sienten que no tienen control de sus propias vidas. Mientras tanto, el capitalismo protege el crecimiento de las ganancias de las élites, al tiempo que al resto de nosotros nos dice que actualizaciones insignificantes y graduales son todo a lo que podemos aspirar. La acción es limitada, predeterminada, predecible. Parece que no hay nada que puedas hacer».

*

La nostalgia, qué extraño afecto: a veces la experimento como una sensación indescriptible, que no se aprehende con los sentidos (no es un olor, ni una imagen, ni un temblor), sino con un órgano metafísico del cuerpo. Además de ese placer culpable, además de ese dolor gustoso, además de ese puercoespín en el estómago, además de todo lo que he aprendido en este capítulo, también es una forma de identidad. Quizás echamos de menos aquello que nos define. Y no solo un tiempo y un lugar, sino cómo éramos entonces, cómo experimentábamos la existencia. Volvemos a los viejos bares de siempre, pero ya no está la misma gente ni nosotros somos los mismos. Ya no es lo mismo, nunca es lo mismo. «Al lugar donde has sido feliz no debieras tratar de volver», escribió el poeta Félix Grande (y luego popularizó Joaquín Sabina).

Quizá sea imposible volver.

Y no todo lo pasado nos produce nostalgia, solo aquello que consideramos auténtico, significativo, lo que se revela irrepetible. La parte de nuestra vida que nos hace decir: «Yo soy aquel». La nostalgia no como regreso al pasado, sino como reafirmación del yo, como un back up de nosotros mismos que queremos conservar. La existencia que se va cincelando con las renuncias: los lugares que dejamos, las personas que abandonamos y las que nos abandonan, las puertas que se van cerrando en el camino, la colosal cantidad de instantes perdidos. La nostalgia, que actúa al mismo tiempo como embellecedor y conservante y así ayuda a construir una biografía con emoción y sentido. Y esa biografía es la nuestra.

7

EL TIEMPO ACELERADO. EL AJETREO

Donde el autor reflexiona (apresuradamente) sobre las causas y las consecuencias de esta vorágine vital en la que el todo parece acelerado y el tiempo se convierte en un bien escaso.

Un hombre me ofreció sentarme tranquilamente en una habitación solitaria antes de ser atendido por el Instituto del Tiempo Suspendido (ITS). En aquella ocasión el ITS, una institución itinerante cuyo campo de acción superpone el arte, la teoría política y el activismo, había recalado en el museo Reina Sofía, Madrid, a escasos minutos de mi casa, aunque su primera materialización había tenido lugar en el MUSAC de León, donde yo había tenido primera noticia de su existencia. Su objetivo declarado es lograr la «emancipación temporal», es decir, la reapropiación «del tiempo de vida expropiado, constante y diariamente, en nuestras sociedades capitalistas». Suena como una causa por la que dar la vida heroicamente. Con matices: aunque hay quien nos llama a recuperar la «soberanía» sobre nuestro tiempo, en esta institución saben que nunca somos soberanos, porque el tiempo transcurre a su bola sin que podamos intervenir de ningún modo. Lo máximo a lo que podemos aspirar es a emanciparnos del régimen temporal del poder de cada época. ¡Abajo con él!

A pesar del silencio que retumbaba en las paredes blancas y en los techos altos del museo, sentado en aquel sofá negro donde debía esperar tranquilo, no fui capaz de serenarme, así que saqué el móvil

y me puse a hacer scroll compulsivamente en alguna red social que me transportara a otro lugar. Después de un rato llegó mi turno y me hicieron pasar a las dependencias del Instituto, una gran sala, en penumbra, que normalmente se utiliza para albergar exposiciones temporales. Esto, en otro sentido, también era temporal, rematadamente temporal. Me atendió, primero, la artista Raquel Friera, artífice del ITS junto a Xabier Bassas, el filósofo (experto, por cierto, en la obra de Jacques Rancière) que me atendería más tarde.

—¿Cómo es tu relación con el tiempo? —me preguntó Friera.

— Soy cronófobo.

Riera me escuchó con atención, como si en aquel ambiente no funcionaran los malditos relojes. Me sentía comprendido: nunca había tenido la oportunidad de hablar con gente que pareciera tan concernida por el tiempo como yo. Estaba en casa. Hablamos de la fugacidad de todo lo que existe, del progreso de la edad, de la dictadura de los relojes. Ella me explicó algunas cosas sobre el ITS: «Detectamos que los problemas relacionados con el tiempo se van agravando. El confinamiento, cuando la pandemia, supuso un respiro para muchos. Un punto de inflexión en cuanto a la percepción y gestión temporal». Yo fui de esas personas que, a pesar de la catástrofe mundial que sucedía más allá de las ventanas, a pesar de las miles de muertes y el miedo (ese miedo que nos hacía rociar con gel hidroalcohólico hasta los paquetes de galletas que traíamos del super), sintió una satisfacción íntima al pasar un par de meses sin compromisos sociales, casi sin trabajo, viviendo al ralentí, encerrado en casa. A muchos no les interesaba demasiado volver a salir al mundo exterior, y hasta les producía angustia el regreso a las actividades cotidianas, es decir, a la crononormatividad que denuncia el ITS. Se llamaba el síndrome de la cabaña.

En su consulta del Instituto, Friera suele encontrarse con personas que son perfectamente conscientes de su relación problemática con el tiempo: sienten que les devora como un monstruo atávico o que

les recubre como un tsunami asiático. Que no encajan. Hay quien sufre problemas temporales pero no conoce la razón por la cual algo en su vida no funciona. Hay quien se encuentra bloqueado: inmóvil como una liebre asustada ante los faros de un coche.

El siguiente departamento del ITS era un repositorio llamado Desacelerador de Neuronas donde el visitante podía obtener diferentes referencias literarias o cinematográficas, desde El derecho a la pereza, de Paul Lafargue, a En busca del tiempo perdido, de Marcel Proust, pasando por las Instrucciones para dar cuerda a un reloj, de Julio Cortázar. Películas como Arrebato, de Iván Zulueta, Dans le noir du temps, de Godard, o In time, de Andrew Niccol. Pasé un rato curioseando los libros que allí se ofrecían (algunos de los cuales utilizaría tiempo después para escribir este libro) y, a continuación, me encaminé al tercer departamento, donde se informa al visitante sobre los cronodelitos.

El ITS ha desarrollado una tipología de cronodelitos (un Código Cronopenal) que colabora con la crononormatividad que se nos impone. Algunos ejemplos: el empeño de algunas personas en la cronometrización y optimización de la vida cotidiana, por ejemplo, mediante el uso de dispositivos inteligentes o la maximización de tareas por segundo. Estos cronodelincuentes pueden ser identificados fácilmente por utilizar expresiones como «yes!», «¡vamooos!» o «¡grande!». Otro cronodelito consiste en la extensión voluntaria de la jornada laboral o el uso del tiempo libre para «desconectar» o «cargar las pilas», lo que constituye prueba suficiente de estafa temporal (falso ocio con dolo o por imprudencia). La acumulación de rabia (incluso con proferimiento de insultos de pensamiento, palabra, gesto obsceno o acción) en el curso de una espera (por ejemplo, en la cola del supermercado o en cualquier aglomeración indeseada), también está tipificada como cronodelito. Así, como la imposición de nuestra prisa a los demás (las cronovíctimas) en cualquier desplazamiento con el fin de maximizar el aprovechamiento del tiempo (supone un agravante que el agredido sea menor de edad o que el agresor lleve tatuadas

frases como carpe diem o tempus fugit). Los cronodelitos de la ITS, aun enunciados con humor, son un incisivo análisis de algunas prácticas perniciosas que hemos integrado en nuestra conducta.

Más existencialmente, también se considera un cronodelito agobiarse por cumplir los ritmos vitales que se exigen. Esos ritmos vitales hegemónicos consisten en el paso por diferentes fases bien establecidas. A saber:

1. Infancia feliz : nacimiento sin oxitocina, amor familiar, juegos y primeras amistades para siempre, desarrollo según tablas y memorables aventuras.

2. Adolescencia rebelde : vestimenta tribal, actividades vistosamente transgresoras, vocabulario liberado, desafíos constantes sin consecuencias irrevocables.

3. Juventud prometedora : sueños de éxito personalizados.

4. Madurez aspiracional : matrimonio estable, trabajo progresivamente exitoso, prole debidamente encaminada.

5. Vejez digna : muerte sin degeneración temporal ni mental, con herencia simbólica o pecuniaria, y siempre rodeado afectuosamente de los suyos.

Después me senté en el Departamento de Justicia Temporal, donde despacha Xavier Bassas. Ahí relaté más detalladamente mis problemas cronófobos y nos enredamos en algunas cuestiones filosóficas. Pero tampoco esos asuntos son el principal objetivo del ITS. «No nos interesa el tiempo tanto desde un punto de vista metafísico, como en cuanto a la relación de cada persona con el tiempo: las diferentes cronopsicopatologías, y también la forma en la

que la sociedad trata lo temporal», me dijo Bassas que, a modo de juez, invita al visitante a someterse a un juicio.

Me preguntó si me identificaba con alguno de los cronodelitos tipificados en su legislación temporal. Me preguntó si suelo reincidir en ellos. Incluso me tentó a caer en la delación de otros cronodelincuentes. Pero supe mantenerme callado, no quería traicionar a todas esas personas que en el periódico donde trabajo practican la prisa (¡la empresa se llama justo así!). A partir de ese intercambio, Bassas impone la pena, que consiste en una serie de acciones adecuadas al caso. La sentencia me llegaría por correo en unos días. Sin prisa. «A veces, personas que llegan asegurando tener buenas relaciones con el tiempo sufren curiosas evoluciones a su paso por los diferentes departamentos y acaban revelándose como unos auténticos cronodelincuentes», me dice Friera a la salida.

Fuera, abandonada la penumbra del Instituto del Tiempo Suspendido, en la ronda de Atocha, entre el tráfico maníaco y los turistas recién llegados y las terrazas del fast food y el bocata de calamares, el tiempo seguía rugiendo tan agresivo como siempre. Quita, bicho.

*

«Todas las desgracias del ser humano se derivan del hecho de no ser capaz de estar tranquilamente sentado y solo en una habitación».

BLAISE PASCAL, Pensamientos

*

Recuerdo cuando el mundo era (un poco) más tranquilo. Solo había un par de canales de televisión. Las cartas postales cuidadosamente manuscritas tardaban días o semanas en ir de una mano a otra (yo me carteaba con Celia, a la que había conocido en un campamento de verano y se decía revolucionaria). Los periódicos contaban lo que había pasado ayer. Y a los amigos los veíamos de tarde en tarde alrededor de la mesa de algún bar de madera, como La Calleja La Ciega, en Oviedo, donde pasábamos tantos ratos muertos, es decir, tantos ratos vivos. La vida era más plácida, y eso que estoy hablando solo de finales del siglo XX. No hace tanto. O sí, según como se mire. Ahora tengo la sensación de que todo va muy rápido, de que no logramos centrar nuestra atención, de que avanzamos sin resuello por este campo de minas: «¡Es que no me da la vida!». Curiosamente, las horas estipuladas de jornada laboral no han aumentado en las últimas décadas, más bien al contrario, pero aun así nos vemos más apurados. Es lo que se llama la paradoja del tiempo. ¿Dónde se ha ido el tiempo?

Una explicación tradicional para esta sensación de escasez y aceleración temporal es la tecnología. Es muy extraño, porque su promesa era darnos más tiempo, hacer nuestra vida más fácil y serena facilitándonos las tareas, trabajando por nosotros, pero no está claro que así sea: nos asalta con sus notificaciones, demanda nuestro casito tirándonos del brazo, nos pone delante un nutrido menú de maravillas en las que perdernos. Y está diseñada para engancharnos. Es curioso: si quiero leer un libro con atención necesito dejar el smartphone bien lejos, preferiblemente en la habitación de al lado, donde su influjo maligno no me alcance. En caso contrario es inevitable que acabe consultando alguna información que aparezca en el libro (el rostro de algún personaje histórico, algún término desconocido, algún suceso de la biografía del autor) y que, a continuación, no regrese a la lectura, sino que

acabe vagabundeando por cualquiera de las redes sociales, el correo electrónico o los videos de YouTube: siempre hay otra cosa más que ver dentro de esa cajita endemoniada.

La tecnología, efectivamente, influye en el agobio temporal, pero no es la única causa. Otras razones sociales, culturales y económicas colaboran, como la organización del trabajo (tanto remunerado como doméstico) o las expectativas vitales que la sociedad impone. «Las demandas temporales no son inherentes a la tecnología», escribe la socióloga Judy Wacjman, «se incorporan a nuestros dispositivos por proyectos y deseos absolutamente humanos». La percepción de la aceleración, sin embargo, no es nueva. Se viene señalando al menos desde tiempos de la Revolución Industrial, cuando tanto se alarmó de que las velocidades que alcanzaba una locomotora de vapor eran incompatibles con la vida humana. Ahora da risa.

Karl Marx observa, con más fundamento, la aceleración de la sociedad industrial provocada por las dinámicas del capitalismo incipiente, cuando los trabajadores empiezan a producir más en menos tiempo y a vivir en un régimen temporal completamente reglado y alienante, como luego retrataría Charles Chaplin en Tiempos modernos: el ser humano subyugado por el ritmo de la máquina. La racionalización de la sociedad en busca de la máxima eficiencia, que teorizó Max Weber, también puede verse como una contribución a una velocidad creciente en los procesos. Martin Heidegger escribió que cuando el tiempo fuera solo «rapidez, instantaneidad y simultaneidad» cabría preguntarse hacia dónde se dirige todo esto. Quizás este sea el momento. Lo es para Paul Virilio, quien señala que la aceleración es un eje fundamental de la modernidad y la historia no depende solo de los hechos, sino de la velocidad con la que se producen. La velocidad es fundamental en la economía, en la guerra o en la información, la tecnología abole el espacio, acelera el tiempo. Siempre ha sido así, pero nunca se ha sentido como ahora, cuando, como dice Virilio, la velocidad gobierna el mundo y vivimos en un presente continuo.

«Desde hace unos años la propia aceleración se ha acelerado bastante. Se da un incremento de la sensación de que el tiempo se nos escapa, de no tener tiempo, lo que genera inquietud y angustia», me dijo Jorge Moruno, autor de No tengo tiempo. Geografías de la precariedad. Según el sociólogo, las nuevas formas de organización del trabajo son acompañadas por un contexto cultural que las justifica, y viceversa. La economía se basa en el continuo crecimiento, pero también la política, el arte, la ciencia, la moda, las costumbres o la industria editorial tratan constantemente de ir más allá, de conquistar nuevos territorios a los que es preciso llegar cada vez con más premura. La obsesión con la innovación hace que todo resulte provisional y evanescente. Y todo huye hacia delante como en una bicicleta que, cuando se detiene, se cae. El dogma económico neoliberal, que no es solo económico, sino un sentido común generalizado, está en la base de la aceleración de la propia aceleración. «No se trata solo de un sistema económico ni político, es el aire que respiramos», dicen la artista Raquel Friera y el filósofo Xavier Bassas, artífices del Instituto del Tiempo Suspendido.

La obsolescencia programada hace la tecnología caduca antes de lo necesario (o, precisamente, justo cuando es necesario) para mantener el giro de la economía. La industria textil ofrece la «moda ultrarrápida» (ultra-fast fashion) en la que las nuevas colecciones no se lanzan en cuestión de meses, sino en cuestión de semanas. Cada vez son más comunes los supermercados abiertos 24 horas (como el pionero Carrefour de Lavapiés, mascarón de proa del barrio, frente a mi casa) para satisfacer la demanda nocturna de aquellos consumidores a los que no les llega el día para consumir. Algunos estudios encuentran que los progenitores cada vez pueden dedicar menos tiempo al cuidado de sus hijos. El speed dating es una modalidad en boga para encontrar el amor en encuentros de unos pocos minutos (aunque luego ese amor sea sustituido por otro a la mayor celeridad). Hay quien ve películas y series a una velocidad 2x. Y proliferan las aplicaciones para lograr una mejor gestión del tiempo, para frenar la vorágine mental mediante la meditación e incluso para «optimizar» el descanso. La economía global

financiarizada siempre quiere más y más rápido y nos hace estar aquí y en todas partes. La tecnología ha invadido el presente, pero también el futuro: por una parte, la constante estimulación y, por otra, la presión laboral, nos someten a ritmos que no concuerdan con nuestra naturaleza, que nos son ajenos, pero que tenemos que seguir.

Curiosamente, carecer de tiempo también puede ser motivo de distinción. La agenda encajada a presión es símbolo de estatus, una demostración cotidiana de poder: la posibilidad de hacer esperar a los demás, de hacer que los demás tengan que pugnar por un hueco en tu horario. «Muchas gracias por atenderme, me imagino que alguien como usted debe tener una agenda muy apretada», le dice el becario a la directora general. El que no tiene tiempo es que está muy demandado y hoy estar muy demandado es algo deseable y glamuroso. No siempre fue así. «Un noble de hace unos cientos de años nos habría declarado completamente estúpidos: si no tenías tiempo es que tenías que trabajar porque eras pobre», me dijo el físico y filósofo Stefan Klein. Recuerdo un tuit del multimillonario Elon Musk, luego copresidente del mundo en los inicios de la era Trump, en el que afirmaba con orgullo que trabajando 40 horas a la semana nadie cambia el mundo: algunos megarricos del presente no desean disfrutar de su riqueza y formar parte de las clases ociosas (como las teorizó el economista Thorstein Veblen), sino desarrollar una actividad frenética para llegar a Marte, propiciar la llegada de la poshumanidad, pasar a la Historia. Viven en una carrera contrarreloj contra la muerte, el único límite para los multimillonarios, que también pretenden abolir: cuando leo el periódico, pienso con frecuencia que sería preferible que se quedaran en la piscina tomando cócteles.

El tiempo es hoy la mercancía más valiosa y su escasez la más limitante. La ampliación de la oferta del mundo en tantos sentidos hace que nos enfrentemos constantemente al dilema de la elección y la renuncia. En ocasiones, como cuando navegamos por plataformas audiovisuales, la abrumadora oferta nos bloquea: no sabemos qué

poner. O la búsqueda de contenido se convierte en el propio contenido: podemos pasar el rato buscando una película, colocando otras en listas de visionados pendientes, curioseando en las diferentes categorías, sin llegar a ver ninguna, como si el entretenimiento radicase en la propia búsqueda. Porque siempre hay algo mejor que no es lo que estamos viendo y que debemos encontrar.

Vivimos constantemente tentados (u obligados) a saltar de una actividad a otra, siguiendo los dictados de las diferentes aplicaciones. El físico Alfons Cornellá llamó a esto infoxicación: la intoxicación de información y estímulos que nos impide concentrarnos en una sola cosa. Atentos a todo y a nada. Ahora ya percibo que, aunque deje el teléfono en otra habitación, cuando me pongo a leer una novela mi cerebro se distrae y pide un nuevo estímulo a cada pocos párrafos, porque así lo han educado los gadgets. Algunos estudios en la industria informática estadounidense arrojan que los empleados cambian de actividad, de media, cada tres minutos. Algo agotador para lo que nuestro cerebro no está diseñado.

«La temporalidad está estructurada por relaciones de poder, reproduciendo un tiempo vivido que está atravesado por el género, la clase y la raza», me dijo Judy Wacjman, profesora de la London School of Economics y autora de Esclavos del tiempo. Vidas aceleradas en la era del capitalismo digital. Lo que encontró esta socióloga es que, más que la tecnología, el género tiene un papel preponderante en la presión temporal: un porcentaje mayor de mujeres se sienten estresadas y apuradas, porque su tiempo está más fragmentado y realizan más tareas simultáneas que los hombres. «Como ha documentado la literatura feminista, las mujeres realizan una cantidad desproporcionada de trabajo doméstico no remunerado; y a medida que más mujeres ingresan al mercado laboral, experimentan un mayor conflicto trabajo-familia que los hombres», dice Wacjman. Eso provoca que las mujeres trabajadoras, especialmente las madres trabajadoras, suelan estar mucho más

ocupadas que sus colegas o parejas masculinas. Ocurre incluso en parejas progresistas o en las que piensan que reparten equitativamente las tareas (y luego, objetivamente, no es así), como señaló la psicóloga Darcy Lockman en el ensayo Toda la rabia. De modo que esa inequidad en el reparto está tan profundamente enraizada en nuestra cultura que muchas veces nos resulta invisible… aunque nos esforcemos por verlo.

La sensación de aceleración tiene mucho que ver, por supuesto, con las condiciones laborales: el trabajo se desparrama fuera de los horarios establecidos (de ahí la reivindicación del derecho a la desconexión), sobre todo para los trabajadores más precarios y de la gig economy, donde se requiere una disponibilidad total a través de las aplicaciones. Son, por ejemplo, los precarios riders que surcan las calles sobre sus bicicletas siguiendo las órdenes que les dicta su smartphone en pos del reparto de carbohidrato a domicilio. Ahí «tienes que estar constantemente disponible para hacer entregas o para conseguir trabajo, con horarios fijados por algoritmos, y tienes poco control sobre tu tiempo y tu agenda. Aquí es evidente que no se trata solo de una sensación de falta de tiempo, sino de un resultado objetivo de cómo se organiza el trabajo», dice Wacjman. El precariado, la nueva clase social teorizada por el economista Guy Standing, se caracteriza precisamente por esa falta de control sobre el propio tiempo, tanto a corto como a largo plazo, porque la inestabilidad complica hacer planes de vida futura. Buena parte de su tiempo lo pasan esperando a ser requeridos, sin ser remunerados por ello y no pudiendo dedicarse a otras ocupaciones. Los trabajadores en general cada vez tienen menos control sobre su tiempo, cada vez tienen menos capacidad de desconexión y jornadas más fragmentadas, y sus tareas cada vez son más interrumpidas por otros estímulos.

Un fenómeno curioso, y triste, es el de la «cultura del exceso de trabajo» o los «esclavos voluntarios», una actitud que no se circunscribe solamente al precariado, sino que afecta a otras clases sociales: cada vez estamos más dispuestos a trabajar más tiempo,

incluso fuera de la jornada, y sin recibir nada a cambio. En España el gobierno tuvo que intervenir creando una regulación más estricta para la medición de las horas de trabajo y la remuneración de los 2,5 millones de extras que se regalan al año, según los sindicatos. Curiosamente, en las grandes consultoras de las Big Four, sitas en grandes rascacielos llenos de gente encorbatada, muchos trabajadores sedientos de éxito no entendían que sus horas extras mereciesen ser pagadas: estaba en la cultura de la empresa darlo todo al 200 % con la promesa de una promoción. Un futuro glorioso a base de esfuerzo sin restricciones. Tiene relación con la percepción del ajetreo como símbolo de estatus contemporáneo: ir de culo está bien visto. Dejar caer el bolígrafo en el preciso instante en el que acaba la jornada es considerado en muchos lugares como una actitud poco comprometida, casi anacrónica. Los nuevos estilos de vida no consideran el trabajo como un trámite engorroso para ganarse el sustento, sino que el trabajo se coloca en el centro y se debe priorizar incluso a la vida familiar. En el reverso, no solo se exige un fuerte compromiso laboral, sino también un fuerte compromiso con el ocio: la sociedad, redes sociales mediante, exige una vida chispeante que compartir en Instagram. Probar nuevos restaurantes, viajar a destinos exóticos, asistir al concierto de la temporada, ya sea de Rosalía o de Taylor Swift, o estar completamente al día de la novedades literarias o teatrales, para los más culturetas. Vivir experiencias.

«Desde Silicon Valley intentan vendernos la idea de que, adoptando más y más tecnología, resolveremos nuestro problema de presión temporal. Esto es un error. La tecnología puede estar contribuyendo al problema, pero ciertamente no es la solución. ¡Ni siquiera ChatGPT puede decirnos cuáles son las prioridades importantes de la vida y cómo deberíamos gastar nuestro tiempo!», añade Judy Wacjman. La aceleración, al final, puede repercutir en la salud mental, como se ve, por ejemplo, en el alto consumo de antidepresivos y ansiolíticos, particularmente señalado en España. También consumimos pastillas a marchas forzadas.

*

Sergio C. Fanjul. Una pregunta: ¿De qué modo os afecta la creciente aceleración cotidiana?

Vicente Luis Mora. No tengo tiempo para leer tu estado.

Cristina Morano. La echo de menos algunas veces, ya no tengo ninguna aceleración. Antes, cuando trabajaba en una agencia de publicidad y gráfica, sí la tenía.

Luisa Peral. Que se rían de mí por lenta.

María Prieto Varela. Tengo un hueco a las 7 para contestarte a la pregunta. ¿Te va bien?

Enrique Bueres. En que el día ha pasado de tener 24 horas en el siglo XX, a tener 19 en el XXI.

Nacho Gancedo. Ya pasó casi medio siglo y no me dio tiempo a casi nada.

Mario54. A mí me afecta mucho a la memoria. Siento que no soy capaz de prestar atención a las cosas porque todo va muy rápido, siento que me olvido de todo, que no soy capaz de estar presente en el día a día.

Ángeles. Al estar jubilada cobro plena conciencia de que el estrés laboral era insoportable. No añoro nada la dichosa aceleración.

Almirouge. En que hago la comida por la tarde para el día siguiente y cuando me la voy a comer no me acuerdo de lo que hay.

*

Parte de la sensación de la aceleración radica en la autoexigencia de aprovechar el tiempo al máximo: que ningún resquicio de la vida sea improductivo o supuestamente inservible. FOMO (fear of missing out) es el nombre que se le ha dado al pánico a estar perdiéndonos algo. El sistema capitalista siempre ha sido proclive a fomentar la productividad personal, a generar un culto a la productividad, y no solo en el tiempo de trabajo, sino también en ese que llamamos libre. «Los desarrollos más recientes han eliminado algunos de los amortiguadores que evitaban la colonización de toda la vida por el impulso de ser productivo: los sindicatos y el Estado de bienestar están en declive», me dijo el escritor Oliver Burkeman, autor de 4.000 semanas: Gestión del tiempo para mortales.

Así que tratamos de sacar el máximo provecho al tiempo de ocio a través de la creación artística, las clases de pilates o el noble oficio de la panadería doméstica. Hay miedo a «perder» el tiempo y la frustración crece cuando no conseguimos alcanzar el espejismo de la productividad total. Durante los confinamientos pandémicos, mientras mirábamos desde el balcón las calles vacías de gente y llenas de miedo, hubo quien recordó a la ciudadanía que Shakespeare escribió El rey Lear durante una reclusión por peste bubónica. Había que tomar ejemplo del bardo de Stratford-Upon-Avon. Hoy, influencers cuasicómicos como Amadeo Lladós nos incitan a levantarnos a las cinco de la madrugada y matarnos a burpees mientras el resto del mundo, conformado por panzas y mileuristas, pobres fracasados víctimas de sus apetitos más carnales, aún duermen, desaprovechando su vida. Esta es la receta del éxito que conduce inevitablemente a la posesión de mansiones millonarias, Lamborghinis («lambos»), Rolex y mujeres (que también considera posesiones). Este es el modelo de éxito que se propone a un sector amplio de los jóvenes.

El objetivo general es trabajar más, consumir más, formarnos más o vivir más experiencias. El minuto se exprime al máximo y la vida se acorta con respecto a su contenido deseado, por eso muchos millonarios invierten millonadas en la investigación de la eterna juventud o de la vida ilimitada. En vídeos de YouTube o en los anaqueles de las librerías se nos ofrecen manuales o tutoriales para sacar todo el jugo a nuestro tiempo y, paralelamente, métodos para intentar frenar: el veneno se encuentra, como siempre, junto al antídoto. Y la infelicidad de Blaise Pascal, que ya notó en el siglo XVII que el problema del ser humano radicaba en no conseguir estarse quieto, sigue ahí.

Curiosamente, el empeño en la productividad constante no tiene por qué redundar en una productividad efectiva mayor, o en una vida mejor: tenemos límites y necesitamos descansos corporales y mentales. «Aunque pensemos que corriendo y ocupados estamos haciendo mucho más y siendo más virtuosos, la ciencia del comportamiento ha descubierto que la escasez de tiempo crea un fenómeno llamado túnel», me explicó en una ocasión Brigid Schulte, autora de Overwhelmed: Work, Love and Play When No One Has the Time y directora del laboratorio Better Life Lab at New America. Resulta como si la visión periférica se oscureciera (metafóricamente) y avanzásemos en una tiniebla en la que es difícil tomar decisiones acertadas, teniendo en cuenta el gran cuadro y no solo la pincelada. Según informa Schulte, cuando estamos metidos en ese túnel nuestro cociente intelectual puede llegar a caer 13 puntos. «Así que el follón no nos hace productivos. No mejora nuestras vidas. Pero es muy difícil para las personas salir del ajetreo porque vivimos en culturas que lo valoran mucho», dice la autora.

Más que la cultura de la productividad, necesitamos una nueva cultura del tiempo, como proponen, entre otros, el físico y filósofo Stefan Klein. Una nueva cultura que respete, por ejemplo, los diferentes ritmos de las diferentes personas (los cronotipos genéticos, como los búhos, vespertinos, y las alondras, matutinas) y de las diferentes actividades. Una mayor libertad para organizar la

jornada laboral y una mayor disposición de las personas para vivir su tiempo libre y, por supuesto, para vivir en el momento presente, como sugieren tantas tradiciones de pensamiento. Vivir menos preocupados por escarbar en el pasado y planificar el futuro. «Lo que percibimos como estrés temporal, en la mayoría de los casos, no es una falta de tiempo, sino el resultado de un miedo a no cumplir con las expectativas. El factor decisivo es el grado de control que tenemos sobre nuestras decisiones y, por lo tanto, también sobre nuestro tiempo», señala Klein.

La lucha cronoactivista por la cronodiversidad, como propone el Instituto del Tiempo Suspendido, es una forma de atender a todos los tiempos de la vida y no solo a la monocronía acelerada del sistema: tenemos que preguntarnos si realmente deseamos comunicarnos de la manera en que nos comunicamos, o gastar en redes sociales el tiempo que gastamos o aceptar la división entre vida laboral y de ocio en la manera en la que la aceptamos, entre otras muchas cuestiones. Algunas de ellas nos llevan al territorio de lo político donde, como señala Jorge Moruno, en la lucha por el tiempo deben ser objetivos irrenunciables una renta básica incondicional, servicios públicos de calidad, vivienda accesible o jornadas laborales a tiempo parcial. El concepto de libertad, capitalizado en los últimos tiempos por la derecha, también debe ser enarbolado por la izquierda, cuando habla de un ingreso para todos por el mero hecho de estar vivos, o de limitar las horas de trabajo, o de aumentar los salarios. Todo eso tiene que ver con la libertad, y con la soberanía sobre el tiempo, es decir, sobre la vida.

Un anuncio del Cuponazo de la ONCE («puedes ganar hasta 6.000.000 euros todos los viernes») propone «ser rico en vivir»: una vida con sobremesas, rayos de sol, desayunos largos, buenos momentos y tranquilidad, con tiempo para leer y para no hacer nada, pero una vida a la que no podemos solo aspirar individualmente a través de lotería, sino de forma colectiva a través de la acción política. «Aspirar a la democracia como aristocracia igualitaria no pasa por redistribuir los yates, sino por socializar el

tiempo libre y la buena vida. Una sociedad con tiempo es una sociedad liberada. Ese debe ser el horizonte», concluye el sociólogo.

*

IN TIME

Dirección: Andrew Niccol.

Guion: Andrew Niccol.

Intérpretes: Justin Timberlake, Amanda Seyfried, Cillian Murphy, Vincent Kartheiser, Johnny Galecki.

Ciencia ficción. Estados Unidos, 2011, 109 minutos.

Sinopsis: Ambientada en una sociedad futura. El hallazgo de una fórmula contra el envejecimiento trae consigo no solo superpoblación, sino también la transformación del tiempo en moneda de cambio que permite sufragar tanto lujos como necesidades. Los ricos pueden vivir para siempre, pero los demás tendrán que negociar cada minuto de vida, y los pobres mueren jóvenes. Tras conseguir, por casualidad, una inmensa cantidad de tiempo, Will (Timberlake), un joven obrero, será perseguido por unos policías corruptos, «los guardianes del tiempo». En su huida, toma como rehén a una joven de familia adinerada (Seyfried).

La película In Time, como tantas otras del exitoso género de la ciencia ficción distópica, toma nuestros miedos y contradicciones

presentes y las proyecta, exageradas, en un futuro cercano. Es común que los géneros de la ciencia ficción o el terror hablen de nuestras sociedades de forma más solvente que muchos dramas realistas. En el caso de In Time se representa nuestra actual ansiedad temporal y también la manera en la que el sistema explota nuestro tiempo y, por ende, a nosotros.

Sucede en el año 2161, cuando el gen que regula el envejecimiento ha sido localizado y desactivado, de modo que la gente se estanca en su biología de los 25 años y nunca conoce la vejez: la inmortalidad, sin embargo, es solo potencial. Existen unos años de vida garantizados por el sistema, una especie de sueldo mínimo o cobertura social, pero, a partir de ahí, cada uno tiene que «ganar tiempo», literalmente, para vivir más. En nuestra sociedad el dinero es una forma de mediatizar el tiempo, porque el dinero se obtiene con tiempo y puede comprar tiempo. En el escenario que se propone, el tiempo se intercambia directamente: cuando te pagan con tiempo este aparece en el contador que cada ciudadano puede consultar, como una cuenta atrás, en su propio antebrazo. Nunca se había explicitado tanto la naturaleza de la existencia como una cuenta atrás.

«Las metáforas que usamos habitualmente para hablar de nuestra relación con el tiempo se vuelven literales», escribe Amador Fernández-Savater en «Cronopolíticas: ¿alguna vez te han regalado tiempo?», un capítulo de su libro Capitalismo libidinal. «Solemos decir, por ejemplo: «no llego», «no puedo más» o «no me da la vida». Pues bien, en la película los personajes mueren cuando su tiempo se agota. Ni siquiera mueren, se consumen. Se les acaba la batería».

Así, en este mundo, como en el capitalismo precarizador, todo lo ineficiente a la hora de producir es abolido, y todo se enfoca a la constante producción de ese tiempo que se va desvaneciendo décima a décima de los antebrazos. Los ricos tienen mucho (lo acumulan a base de explotación), los pobres tienen poco, hay una

lucha de clases por el tiempo y todo el mundo lucha literalmente contra su propio reloj. Algunos tratan de robar el tiempo a los otros. La cronofobia es el estado general de la sociedad en In Time, también en nuestra sociedad precarizada. «La explotación de tiempo en el mundo real se llama precariedad», escribe Fernández-Savater, «el precario, en primer lugar, es pobre en tiempo».

Un personaje destacado de In Time es un millonario que sabe que el quid de la cuestión es que todos quieren ser inmortales, pero para que unos lo sean, los otros deben morir. Cada cual se consuela pensando que será uno de los elegidos, una forma de pensar que se asemeja al capitalismo aspiracional basado en la promesa de la meritocracia y la cultura del esfuerzo: la desigualdad es inevitable, pero, con esfuerzo y dedicación, quizá yo pueda conseguir estar en la parte alta de la estructura social. ¿Cuál es el deseo de inmortalidad de In Time en nuestra realidad? Fernández-Savater responde: «La idea de que la buena vida consiste en acumular experiencias, actividades, relaciones. No queremos perdernos nada, entonces corremos. Corremos consumiendo experiencias, actividades, relaciones, pero el tiempo se acelera y nunca llegamos».

*

«¡Aférrate al tiempo! ¡Guárdalo, vigílalo, cada hora, cada minuto! Se va sin ser notado cuando es desatendido, como la lagartija, suave, escurridiza, desleal… Considera sagrado cada instante. A cada uno dale claridad y sentido, a cada uno el peso de tu conciencia, a cada uno su verdadera y auténtica plenitud».

THOMAS MANN, Carlota en Weimar

*

El profesor Hal E. Hershfield, de la Universidad de California en Los Ángeles (UCLA), recibió una invitación para participar en un seminario en otro estado, muy lejos de su hogar. Tenía una niña de apenas doce semanas. El dinero que le pagasen serviría para ayudar a la crianza de la criatura, pero también perdería un fin de semana de disfrute compartido en esa etapa tan sensible de los bebés en la que parecen cambiar cada día.

La pregunta que se le planteó fue clara: ¿qué le hacía más feliz, el tiempo o el dinero?

Fue el germen de un estudio luego publicado en la revista Social Psychological and Personality Science, en el que se preguntó a casi 4.500 personas si valoraban más el dinero o el tiempo para alcanzar la felicidad. El 64 % declaró que prefería tener dinero; sin embargo, la investigación también arrojó que aquellos que daban más importancia a disponer de tiempo resultaban ser más felices en la práctica.

El éxito, asociado al consumo y al culto a la productividad, podría conceptualizarse como tener más de todo. Más cosas, más reconocimiento, más sueldo. Pero ¿y el tiempo? Al estereotipo de persona exitosa normalmente va unido el de trabajador ajetreado que apenas tiene tiempo para dedicar a sus aficiones, a sus amistades, a su familia. Si el objetivo en esta vida es, digamos, ser feliz, ¿lo conseguiremos a base de amontonar euros o será necesario disponer de tiempo libre para dedicarnos a nosotros mismos y a nuestros seres queridos?

«Si tuviéramos a dos personas que fueran por lo demás iguales, aquella que decidiera que el tiempo es más importante que el dinero

sería más feliz que la que solo optara por el dinero», explican Hershfield y su colega Cassie Mogilner Holmes en un artículo de The New York Times. No es el único estudio de este tipo: una investigación de la Universidad de British Columbia en Vancouver arrojó que valorar el tiempo sobre el dinero está asociado a mayores niveles de felicidad, sobre todo cuando para conseguir ese dinero son precisas amplias jornadas laborales. También concluyó que, según aumenta la edad, el tiempo pasa a cobrar un lugar más preponderante entre las prioridades de las personas. Tiene lógica: cada segundo que pasa se convierte en un bien más escaso.

Los millenials (nacidos entre 1980 y 1995) parecen haber tomado nota: esta horquilla de edades prefiere disponer de más tiempo libre y poder compatibilizar su vida laboral y personal antes que tener un gran salario, según un estudio de la consultora Price Waterhouse Coopers. Después de la pandemia se dio el fenómeno de la Gran Renuncia, en el que millones de estadounidenses renunciaron a trabajos muy demandantes o mal remunerados en el intento de vivir una vida mejor: la existencia, habíamos descubierto, consistía en algo más que trabajar. Los millennials consideran el trabajo un medio para tener estabilidad y bienestar, pero no el único. De hecho, un 21 % de las mujeres y un 15 % de los hombres, según el estudio, estarían dispuestos a renunciar a parte de su salario en pos de más flexibilidad.

Además, llegados a cierto límite, cubiertas las necesidades básicas, el dinero cada vez proporciona menos felicidad extra, según explica el psicólogo Dan Gilbert, profesor en la Universidad de Harvard y autor del superventas Tropezar con la felicidad. Ese límite son los 60.000 euros. A partir de ahí, en cuestión de bienestar, da igual ganar 60.000 euros que 60.000 millones. Por eso los multimillonarios no disfrutan, comparativamente, de tanta felicidad como de riqueza: nada nos dice que Amancio Ortega o Bill Gates sean personas tan felices como adineradas.

«Una vez cubiertas las necesidades básicas, un aumento en nuestra riqueza puede generar algo de felicidad, pero solo a corto plazo», me dijo la psicóloga Silvia Álava. Después tiene lugar la adaptación hedonista: nos acostumbramos a lo que tenemos, que ya nos parece poca cosa, nos comparamos con los demás y queremos más. La rueda eterna del deseo: uno consigue un coche un poco más potente, una casa un poco más grande, un smartphone con mayores funcionalidades, pero, pasada la primera satisfacción, no es más feliz que antes. Es preciso volver a empezar, como Sísifo levantando la piedra. «Lo que sí puede incrementar el bienestar de forma duradera es invertir en cosas que nos hagan crecer como personas o mejoren nuestras relaciones con los demás», me dijo la psicóloga. Por ejemplo, un curso de guitarra, las excursiones a la montaña o el deporte habitual son actividades que pueden hacer más por nuestro buen ánimo que el Lamborghini y el Rolex. Así, las cuatro actividades cotidianas que más felicidad aportan, según Gilbert, no cuestan un duro: practicar sexo, hacer ejercicio, escuchar música y charlar. No cuestan dinero… pero sí requieren tiempo.

Por cierto, el profesor Hershfield, al que se le proponía al principio un viaje a otro estado, decidió quedarse en casa y disfrutar de los días con su hijita antes que de los dólares. Algunos de los entrevistados también acabaron de acuerdo con la investigación: un 25 % de los que eligieron dinero; preguntados un año después, cambiaron de idea y optaron por el tiempo.

*

La aceleración aliena. Esa alienación consiste en no poder conectar con los lugares y con las personas porque vamos todo el rato corriendo de un lugar a otro, de una tarea a otra, de un pensamiento a otro. Es la doctrina de Hartmut Rosa, otro de los

grandes pensadores contemporáneos de la aceleración (junto con Paul Virilio, fallecido en 2018). Como solución a la ubicua celeridad propone el concepto de resonancia, que viene a ser la conexión con el mundo, el sentimiento de presencia que provoca afectos, emociones o transformación. Una buena sociedad, piensa Rosa, no es la que consigue mayor desarrollo material, sino la que proporciona mayores experiencias de resonancia: con los seres queridos, con las instituciones, con el mundo en general.

Ejemplos de resonancia:

—Un paseo con calma por la ciudad, por el mero hecho de pasear, al modo de los psicogeógrafos, en estado de presencia y de conexión emocional con el entorno. No es que uno pasee por la ciudad, es que se siente parte de ella.

—Una conversación con un amigo, una conversación sin tema y sin prisa, una de esas en las que se siente una conexión profunda y especial que genera empatía y bienestar.

—Permanecer un rato largo al lado de tu hija mientras juega. No necesariamente jugando con ella, sino observando cómo ella se concentra y parece absorta en otro mundo imaginado mientras tú solo la observas en silencio.

—Leer un libro que te enganche. Participar en una asamblea exitosa de la que va a surgir algo más grande. Escuchar una canción que te atraviese, no como la que suena en el hilo musical del restaurante y a la que apenas le prestas atención, escuchar una canción que te atraviese y que te toque el corazón.

*

En una ocasión la socióloga Judy Wacjman viajó a Papúa Nueva Guinea, justo antes de comenzar sus estudios universitarios. Cuando llegó le pareció experimentar lo que Marx y Engels llamaban el «comunismo primitivo», una cooperación natural previa a toda civilización, donde se comparten los recursos sin jerarquías. Aquellos tiempos en los que los cazadores-recolectores vivían de obtener el sustento de la naturaleza y trabajando muy poco cada día, entre tres y cinco horas diarias.

(El economista John Maynard Keynes predijo en 1930 que, a estas alturas de la historia, debido a los adelantos tecnológicos y al aumento de la productividad, solo trabajaríamos entre tres y cinco horas, volviendo a la jornada, miles de años después, de los cazadores-recolectores. Predijo mal.)

En la isla de Papúa Nueva Guinea había muchos mosquitos, pero abundaba la pesca, las frutas tropicales y el taro y la batata que crecían en las huertas. Y no había relojes. Cuando se acercaba la Navidad, Wacjman se pasó un día entero haciendo leche de coco. «Joven e ignorante como era, sugerí que, si cambiábamos el método que utilizábamos para exprimir la carne de coco con el paño, podríamos hacer la leche mucho más deprisa y aumentar la productividad». Los jóvenes le respondieron con burla: hacer leche siempre había requerido un día entero.

Y así seguiría siendo.

*

Los hay que resuenan y los hay que, directamente, no se adaptan a los ritmos requeridos. En su ensayo Los lentos. La resistencia a la

aceleración en nuestro mundo del siglo XV a la actualidad el historiador francés Laurent Vidal traza una genealogía de la aceleración y relata cómo los lentos, esos que no se adaptan, fueron progresivamente conceptualizados como holgazanes, inadaptados e incluso criminales: los vagabundos en el espacio urbano, los indígenas en las colonias o los trabajadores que en la Revolución Industrial, llegando de sus campos comunales o de sus talleres de artesanía, donde disfrutaban de cierta autonomía temporal, no se adecuaban a las nuevas formas de trabajo fabril: rígidas, monótonas, a las órdenes de alguien y sin sentido aparente (para hacer eso soportable se fomentó la ética del trabajo: el trabajo es bueno en sí mismo). Algunos, los luditas, se liaban a hostias con las máquinas que venían a cambiarles la vida y hacérsela imposible. Dice Vidal que, ya en el siglo XX, buena parte de los que murieron en los campos de exterminio nazis formaban parte de la categoría de los lentos: parados de larga duración, personas de etnia gitana, vagabundos, prostitutas, todos ellos calificados por el Reich como «vagos y holgazanes».

Pero también da cuenta de las resistencias a la velocidad: los luditas que destruían las máquinas, los esclavos negros que disminuían el ritmo de trabajo en las plantaciones (como canta Nina Simone en la canción Mississippi Goddam: do it slow, hazlo lento). La huelga, arma fundamental del movimiento obrero, hoy no tan bien vista: ni siquiera es ir más lento, es directamente parar. El modesto escribiente Bartleby de Herman Melville, que se oponía al curso del mundo cuando decía: «Preferiría no hacerlo». Una frase que ahora se ve hasta en las ubicuas tote bags… aunque, por lo general, hoy todo el mundo prefiere sí hacerlo.

Más recientemente el movimiento slow nació en Italia, en 1986, cuando el periodista Carlo Petrini se indignó por la apertura de un McDonald’s en la Plaza de España de Roma. El Big Mac, tan refulgente en las fotografías pornográficas de la publicidad (el food porn), es otra materialización de la sociedad acelerada. De ese rechazo a la comida rápida nació el llamado slow food, que promovía

la alimentación tradicional, sostenible y de calidad. Lo slow, no solo en la comida, también en el trabajo, en la moda, en el periodismo, en las costumbres, venía a reivindicar lo lento ante la aceleración contemporánea: por fin lo lento y los lentos no eran mirados como algo a erradicar sino, al contrario, como una forma de vida virtuosa. El periodista Carl Honoré se convirtió en una figura mundial de lo slow a través de obras como Elogio de la lentitud. Aunque el movimiento también cosechó sus críticas, por ejemplo, al privilegio de clase, pues solo las clases mejor posicionadas pueden permitirse un estilo de vida slow, a la comercialización del concepto, utilizado para vender bienes o experiencias, o a su ingenuidad o imposibilidad en un mundo altamente acelerado y tecnologizado.

Yo a los lentos añadiría los distraídos y los ociosos: admiro a la gente que se sienta en el parque y se queda mucho rato mirando a las hojas de los árboles y el movimiento de la sombra que proyectan sobre el suelo (ese delicado tililar de la luz que los japoneses llamaban komorebi), sin necesidad de hacer nada más. Siendo un poco más joven, en mis constantes viajes en autobús entre Asturias y Madrid, miraba con desaprobación a esas personas que no llevaban ningún adminículo cultural (un libro, un disco, un videojuego) para pasar las hasta cinco horas y media que podía durar el trayecto (ahora en tren de alta velocidad se puede hacer un poco más de tres: todo se acelera). ¿Por qué no aprovechaban el tiempo para trabajar, entretenerse o culturizarse? Pues no: se sentaban en el vagón con el único fin de pasar unas cuantas horas mirando primero las verdes colinas asturianas, luego los agrestes picos de la cordillera Cantábrica y luego la larga meseta, como un patchwork pardusco, hasta que el skyline cutre de Madrid se dibujaba en el horizonte. Eran, sobre todo, personas de cierta edad y completamente carentes del contemporáneo culto a la productividad. Ahora les admiro.

La hiperconexión digital hace que sea casi imposible conectar con el mundo en esos pequeños tiempos muertos (o tiempos vivos) que produce en sus intersticios la vida cotidiana: la cola del

supermercado, el viaje en metro, la sala de espera. Son momentos y lugares donde antes muchas personas, me incluyo en ellas, se dedicaban a mirar alrededor, observar al prójimo, posar los ojos sobre los mínimos detalles del mundo o perderse en ensoñaciones. Ahora parece que la verdadera realidad, lo que verdaderamente importa, transcurre dentro de la maquinita que llevamos en la mano. Y hace mucho, mucho tiempo que no me aburro de verdad. Añoro aburrirme.

*

«Me aburro / como un insecto aún no identificado, / en comparación conmigo, / una nube, un grifo que gotea toda la tarde / de un domingo, una misa en jueves santo, / son como nadar con dos actrices porno / en una piscina llena de leche / y choco crispies. // Me aburro como un moco / que dejé hace treinta años / pegado bajo una mesa del colegio. // Cada día más largo // cada vez más lejos de todo // un ángel que olvidó pestañear / una mariposa presa en un tupper / un segundo, un segundo y un segundo / que no llegan a completar nunca un minuto.

El bostezo de Dios / que traspasa el mundo».

SERGIO C. FANJUL, «El aburrimiento explica a los aburridos de forma aburrida», de Pertinaz Freelance

*

El aburrimiento es una forma de percibir el tiempo en estado puro. Es curioso cómo, cuando nos aburrimos, experimentamos una suerte de dilatación temporal; parece que el tiempo no avanza, que el minutero avanza a duras penas por una sustancia gelatinosa. El aburrimiento puede coincidir con niveles bajos de dopamina que generan la sensación de que el tiempo pasa lentamente. El mundo acelerado e hiperestimulado no solo deja cada vez menos espacio para el aburrimiento, sino que, las raras veces que se presenta, parece aún más intolerable: hay que hacer algo.

Dicen que, en épocas pretéritas, las personas podían pasar el rato mirando una hoguera o un paisaje en la lejanía sin sentir esa ansiedad por llenar el vacío. En sociedades más pausadas, como las africanas, la gente puede pasar el rato en la calle tomando la fresca o esperar sentada en el autobús sin saber a qué hora va a salir y sin la necesidad de hacer nada en concreto. Simplemente estando. Lo vi cuando visité Senegal, y lo veo en los senegaleses que pasan el rato en las plazas de mi barrio y que, a ojos del urbanita occidental, resultan sospechosos, porque no están haciendo nada en concreto, más allá de estar vivo. Intolerable en una sociedad altamente productivista. Es como si tuviéramos miedo a la vida en estado puro, sin aditivos ni distracciones. Como si nos fuera insoportable el ser por el mero hecho de ser.

En la Edad Media cristiana se perseguía la «acedía», una especie de aburrimiento apático, una desgana espiritual, un hastío con respecto al mundo. Pascal, ya lo sabemos, pensaba que no saber estarse quieto en una habitación era el mayor problema de los humanos. Para Kierkegaard el aburrimiento era la raíz de todos los males: lo llamaba «panteísmo demoníaco»; demoníaco porque está vacío y panteísmo porque todo lo impregna. Uno de los motivos más comunes de la acción humana es huir del aburrimiento, por eso muchos de los productos que se nos ofertan se dedican a intentar aniquilarlo, incluso algunos dioses mitológicos trataban de sacudírselo entrometiéndose en las peripecias humanas.

Pero el aburrimiento es profundamente humano: «El ser humano, a diferencia del animal, es un ser que puede aburrirse», escribe el ensayista Rüdiger Safranski en Tiempo. La dimensión temporal y el arte de vivir. Cree que la mejor forma de entender el tiempo no es recurrir a la ciencia, sino a la experiencia del aburrimiento: ese momento en el que, como dijo William James, no dirigimos nuestra atención al contenido del tiempo, sino a su propio paso. Por eso el aburrimiento, si no sabe gestionarse, puede ser muy dañino para los cronófobos. Y quizá por eso la sociedad contemporánea no lo tolera: porque nos hace notar el esparto de los minutos… y al final de todo está la muerte.

La modernidad puede entenderse como una reducción paulatina de los tiempos de espera: la aceleración del mundo implica precisamente la desaparición de esos tiempos muertos. Todo está «a golpe de clic», las cartas no las traen los carteros después de largo tiempo, las compras se hacen desde el sofá, las frutas se encuentran fuera de su temporada sin esperar a los tiempos naturales de maduración y los deseos se tratan de satisfacer al momento, generando nuevos deseos en una espiral infinita, porque el deseo nunca se colma, porque cuando se colma ya no es deseo.

La espera está comúnmente asociada al aburrimiento. Lo primero que me viene a la cabeza cuando pienso en la espera es, claro, Esperando a Godot, de Samuel Beckett. En esta obra teatral, Vladimir y Estragón, Didi y Gogo, dos vagabundos, están embarcados en una espera, esperando a Godot, pero no se sabe ni quién es Godot, ni si existe, ni para cuándo se le espera, ni si realmente llegará. Vladimir y Estragón, fundamentalmente, pasan el tiempo hablando de cosas y haciendo cosas: la obra se enmarca en el llamado teatro del absurdo y representa la vida que, precisamente, es absurda. Pasamos la vida esperando una cosa u otra; por debajo de todo está la espera a la única cosa cierta, el incierto final de la vida, y lo demás no tiene demasiado sentido.

Para los vagabundos de Beckett el tiempo vacío es insoportable, por eso tratan de llenar absurdamente el tiempo de espera, al menos mientras hay espera hay esperanza (que suenan parecido, pero que, como veremos, no son lo mismo). Pero la espera puede verse de otra manera. La espera puede no ser un parón en la vida, sino parte de la vida misma, argumenta Andrea Köhler en su ensayo El tiempo regalado, donde aboga por que recuperemos la capacidad de esperar. En su ensayo (que comienza así: «Esperar es una lata»), la autora alemana hace un repaso de las esperas: la insoportable espera a que telefonee el ser amado, llena de incertidumbre; la espera de los niños, a los que siempre emplazamos a más tarde, o a mañana, y que, más que a tiempo dilapidado, asocian a la «impotencia»; la espera de los jóvenes, en general, que viven preparando un futuro que tiene que llegar pero no llega; la maldición de la espera de los presos, que miran por el ventanuco ansiando la libertad; las esperas burocráticas que retrató Kafka, pero que todos sufrimos en interminables despachos, salas de espera y ventanillas. Vivir es también esperar.

Y, como decía antes, no es lo mismo la espera que la esperanza, como escribe Köhler: «La esperanza está del lado del futuro; la espera está atrapada en el instante. Uno tiene esperanza, uno confía en que ocurra esto o aquello, quizá no de inmediato, pero muy pronto. Cuando uno espera, en cambio, uno permanece en un estado de continua presencia, espera que algo que sucede en aquel momento pase, aunque quizá no pase nunca».

*

«Cuando nació mi hijo, en lo primero que pensé fue en la muerte».

Me lo dijo un amigo

*

Un día nació mi hija, como una comadreja húmeda que venía a cambiarlo todo. Hacerse padre inunda de zozobras existenciales, sobre todo en la mediana edad, ese momento en el que descubrimos, sorprendidos, que la vida es finita, que era cierto eso que decían y que ya se ve en el horizonte: estamos, con suerte, a mitad de camino. Ser padre es una nueva marcha en la aceleración vital y una fuente infinita de escasez de tiempo.

Como cronófobo, me preocupaba cómo la paternidad iba a afectar a mi cronofobia. Una hija es un artefacto sumamente sensible al paso del tiempo: en pocos años las niñas pasan de no existir a ser jóvenes adultas, adquiriendo un sinfín de habilidades, generando un nuevo universo dentro de su cráneo, un nuevo punto de vista sobre el mundo, mutando ante nuestros ojos a una velocidad de vértigo. Es el cambio constante materializado ante tus ojos, la prueba siempre presente de la irreversibilidad. Son la evolución ingobernable.

Uno no las ve crecer directamente, igual que uno no ve abrirse a una rosa o no percibe el tránsito de un petrolero por el horizonte. El movimiento es imperceptible, pero cuando mira las fotos de días atrás resultan milagrosos los cambios que se han operado, en pocas semanas, en pocos días, incluso en pocas horas. Puedo acostar a mi hija al anochecer, después de leerle dos cuentos, y que esos dos cuentos sean una despedida para siempre, porque la que se despierta al alba ya es otra, la siguiente de mis hijas. Una niña pequeña es un constante recordatorio de la fugacidad del tiempo. Ella se arroja a la vida a la vez que tú te acercas a la muerte. Una niña es un tic-tac.

Se dice que con los niños los días pasan lentos pero las semanas rápido. A mí los primeros meses con Candela me resultaron muy lentos, porque todo era nuevo, intenso y había toneladas de faena. Estaba estresado y abrumado, pero contento: todo lo que hace que el tiempo fluya lento me da paz, un respiro dentro del vórtice imparable de la existencia.

El estrés era otro de los efectos que el bebé producía sobre la dimensión temporal: de pronto nuestro tiempo no era nuestro, sino suyo, lo habíamos sacrificado en el altar del dios recién nacido. Y como las personas somos tiempo, como estamos fabricados de tiempo, los sacrificados éramos nosotros mismos. Perdimos totalmente la soberanía sobre nuestro horario y nuestro calendario, con la consiguiente sensación de ajetreo. Curiosamente, antes de tener a Candela ya llevábamos una vida al límite del minutero en la que no cabía un alfiler, de hecho, nos preguntábamos cómo demonios íbamos a encajar la crianza, si no quedaba hueco. Pero el tiempo es extraño, y dentro de sí tiene cuevas, pasadizos, recovecos, se estira y se encoge, gira y se retuerce. Pronto comprobé que dentro del tiempo siempre cabe más tiempo, de igual manera que siempre cabe un plato más en un lavavajillas abarrotado.

Decía Liliana que, antes de ser madre, de ser padre, por mucho que te lo cuenten, es imposible entender la magnitud real del desafío. Esa incomprensión previa debe de ser una estrategia evolutiva para que la especie se perpetúe: en caso contrario nadie lo haría. Yo, en mi ingenuidad, pensaba que a una niña la puedes dejar ahí en el salón y que se apaña sola mientras tú estás leyendo, escribiendo o cocinando. No tardé en descubrir que una niña pequeña necesita atención constante, probablemente de varias personas, de una tribu entera, como dice el proverbio africano. Y como no había tribu, ni siquiera tíos ni abuelos, nuestro tiempo estaba ahora colmatado. Qué extrañas parecían entonces aquellas tardes pretéritas tumbado en el sofá, de libro en libro, las noches jugando al Grand Theft Auto V, el cenar cualquier mierda para salir del paso o los largos paseos

por la periferia madrileña. Lo más angustioso era la certeza de volver a casa baldado de currar y saber que lo que esperaba era más trabajo, en un bucle sin fin (o al menos hasta que llegase la temida adolescencia de la niña).

Al final no es que sacásemos tiempo para Candela sino que, de un día para otro, se convirtió en la prioridad absoluta alrededor de la que todo giraba. Y gira. Tuve un padre ausente (alcohólico primero y muerto después) y una madre sola con un trabajo demandante: me faltó tiempo con mis padres, y eso me hizo daño. Y eso me hace daño. Así que a Candela quería darle todo el tiempo del mundo, todo el tiempo que no me quiso dar mi padre, todo el tiempo que no me pudo dar mi madre. No ese tiempo que llaman «de calidad» en el que vivir experiencias significativas, sino tiempo a granel, tiempo cotidiano en el que no pasa nada extraordinario, tiempo en el que no se hace nada, sino en el que simplemente se está. Para una niña cualquier tiempo en compañía de sus padres es de calidad premium.

Yo quiero dar a Candela mi existencia pura, mi ser más íntimo, nada menos que mi tiempo, ese del que estoy fabricado, que se agota a cada segundo y que es mi mejor regalo, porque soy yo mismo.

*

No me acordaba de la serie, pero sabía que aparecía un personaje oriental, algo así como un villano, aunque un tanto ambiguo, que me causó gran impacto. El personaje estaba obsesionado por el paso del tiempo y la eficiencia, de modo que adjudicaba a las personas que trataba y a las actividades que realizaba un tiempo muy limitado y detallado: esto lo voy a hacer en 2.45 minutos, tienes para hablar 37 segundos. Era una forma radical de gestionar el ajetreo y la aceleración con voluntad férrea y disciplina militar. Este personaje no

dejaba ni el más mínimo instante sin utilidad, que es un poco la forma en la que ahora nos proponemos vivir.

No recordaba la serie, así que describí al personaje a la inteligencia artificial ChatGPT, pero no supo decirme de cuál se trataba. Al contrario, cuando lo puse en la red social Twitter (no recuerdo si ya era X), un usuario, en un par de minutos, me dijo que se trataba de la serie Mr. Robot. El intelecto colectivo había vencido al intelecto digital.

En la serie, un hacker anarquista insurreccional pretende derribar a una gran corporación financiera. Whiterose, el personaje que me había impactado, es una mujer transgénero, lideresa del grupo hacker Dark Army y, en una vida paralela, en su faceta masculina, ministro de Seguridad de Estado de China. Así la describe una web wiki de los fans de la serie: «Whiterose tiene una obsesión con el manejo, rastreo y ahorro del tiempo, cronogramando al milímetro cada acción y actividad por minutos, otorgando plazos estrictos e inquebrantables a estos».

Motivada por un oscuro trauma de su pasado, su proyecto secreto es un experimento de mecánica cuántica, sito en una planta nuclear abandonada en el Congo, que puede resetear la realidad y permitir a la gente vivir una segunda oportunidad mediante la creación de realidades alternativas y universos paralelos.

Whiterose es una cronófoba extrema, como yo, pero además tiene dinero y poder para desarrollar su cronofobia de las formas más radicales posibles.

*

Durante la escritura de este capítulo he sido víctima de un estrés asalvajado, porque yo escribo este libro compaginándolo con mil otros asuntos: la crianza de mi hija, los artículos del trabajo, las guardias en el periódico, las tareas domésticas, por supuesto, la vida social, que a estas alturas ya casi se convierte en una carga (con frecuencia siento un alivio secreto cuando los planes sociales se cancelan a última hora).

Escribo en los intersticios más raros de la vida.

La existencia se me plantea ahora como una secuencia infinita de tareas que hay que llevar a cabo algorítmicamente, con la determinación de Whiterose, el personaje de Mr. Robot. Aunque, en realidad, yo la afronto como una constante lucha contra la desidia, contra ese insistente deseo de mariposear, contra las ganas de perder días enteros haciendo nada, como podía hacer en mi cada vez más lejana juventud.

A veces debato con Liliana sobre cómo abordar esta avalancha de ocupaciones y recados que la vida adulta nos arroja sin piedad, qué debemos priorizar, qué debemos aceptar como imposible, en qué ámbitos debemos desistir. El tiempo no solo pasa constantemente, sino que es limitado. Mi teoría es que debemos priorizar la crianza y la pareja, luego el trabajo, finalmente las tareas domésticas, muchas de las cuales pueden esperar. Añoro cuando tenía tiempo para dar largos paseos o pasarme una tarde entera asomado a los mundos tridimensionales de la PlayStation 4. ¿Al final, no es eso la vida? Pero eso se acabó.

Estoy de acuerdo con mucho de lo que he aprendido respecto a la aceleración cotidiana. Me he dado cuenta de la importancia de tener cierto control sobre nuestros horarios (ser totalmente soberanos del tiempo, tan indómito, quizá sea pedir demasiado, porque el tiempo transcurre indiferente a nuestros planes) y lo necesario de alejar los gadgets tecnológicos como un vampiro aleja el ajo, aunque estén diseñados para pegarse al cerebro como un pulpo. Lo que no acabo

de entender, lo que me parece una soberana estupidez, es que estar falto de tiempo sea hoy considerado por muchos como glamuroso: si yo fuera millonario, mejor dicho, cuando este libro me haga millonario, me dedicaré a la vida más ociosa posible.

Si el fin del mundo lo permite: pasemos a ese tema.

8

EL TIEMPO FUTURO. EL FIN DEL MUNDO

Donde el autor se asusta ante las múltiples formas de apocalipsis que se ofrecen y detecta un presente ciberpunk de poder corporativo, comida oriental y pelos de colores.

El Reloj del Apocalipsis es un reloj metafórico.

El Doomsday Clock, en inglés, fue creado en 1947 por el Boletín de los Científicos Atómicos, una organización fundada dos años antes por investigadores procedentes del Proyecto Manhattan, donde, durante la Segunda Guerra Mundial, se habían desarrollado las primeras bombas nucleares.

Los fundadores del Reloj del Apocalipsis pretendían alertar a la humanidad de los peligros que la amenazan: este ingenio sirve para ejemplificar visualmente lo cerca que está la civilización de una catástrofe fatal.

Son los llamados riesgos existenciales, que pueden ser de carácter nuclear, ecológico, tecnológico, biológico, aquellos que pueden acabar con el mundo tal y como lo conocemos. El Reloj del Apocalipsis mide los «minutos» o los «segundos» (metafóricos) restantes para la materialización de uno de estos riesgos.

La medianoche simboliza la catástrofe global.

El Reloj se ajusta anualmente y tiene una particularidad: las manecillas pueden acercarse hacia el fin, cuando las cosas se presentan complicadas en el panorama global, pero también, al contrario que los relojes reales, pueden retroceder si la situación mejora. Cuando el Apocalipsis se ve un poco más lejano.

No es lo habitual.

Cuando el Reloj fue creado, en 1947, la aguja estaba a siete minutos de la medianoche. Solo habían pasado dos años de los bombardeos estadounidenses en Hiroshima y Nagasaki.

En 1953 se adelantó a dos minutos para la medianoche, cuando Estados Unidos y la Unión Soviética comenzaron las pruebas con bombas de hidrógeno, mucho más potentes que las bombas nucleares convencionales.

En 1960 retrocedió a los siete minutos, cuando ambas potencias comenzaron sus negociaciones sobre armas nucleares. En los años siguientes se fue acercando y alejando, dependiendo, sobre todo, del desarrollo de nuevas armas o del avance de las negociaciones de desarme.

En 2007, además de la preocupación nuclear, entra en la ecuación el cambio climático, y el Reloj se coloca a cinco minutos.

Uno de los momentos más sensibles fue en 2020, durante la pandemia de coronavirus, cuando el segundero se colocó a solo cien segundos del momento final.

Pero el más cercano fue en 2025, poco antes de la publicación de este libro, cuando se colocó a solo 89 segundos, por la concatenación de sucesos como la guerra de Ucrania y la posible escalada nuclear entre Rusia y la OTAN, el riesgo de pandemia, el cambio climático y las inestabilidades geopolíticas (también de riesgo nuclear) en torno a Taiwán y Corea del Norte. Todo agravado por

nuestra dependencia tecnológica, la difusión de desinformación on line y la guerra digital.

Los teléfonos móviles, las aulas escolares, los hornos microondas, deberían incluir, además de su reloj tradicional, su Reloj del Apocalipsis.

Haría las delicias de un tipo muy particular de cronófobo: el cronófobo existencial, angustiado por la llegada del Fin del Mundo.

Nunca la humanidad había estado tan cerca de su autodestrucción.

*

El mundo siempre va a mejor. A mayores cotas de bienestar, de respeto, de felicidad. Esta idea, la idea de progreso, ha parecido natural al ser humano durante los últimos tres siglos. Está incardinada en nuestra psique y tenemos una forma cotidiana de pensar en ella: los hijos siempre vivirán mejor que sus padres. Pero la idea de un progreso lineal y ascendente, aun siendo amable para los cronófobos, ni ha existido siempre, ni tiene beneficios indiscutibles, ni parece sostenerse en estos tiempos de futuro abolido, cuando la civilización se da de bruces contra un muro. Los hijos, descubrimos con sorpresa, vivirán peor que sus padres. El menú de apocalipsis cotidianos nunca pareció tan nutrido. Es difícil imaginar un futuro. Y más difícil imaginar un futuro apetecible. ¿Tiene sentido pensar hoy en el progreso?

Hubo un tiempo en el que el mundo parecía estático. La gente nacía y moría, no se movía del terruño, no sabía lo que pasaba en el resto del planeta y todo permanecía más o menos igual. Los cambios sucedían lentamente y predominaba la idea de un tiempo circular. El tiempo lineal, y con él la idea de progreso, llega con la modernidad,

fruto de la Ilustración, las revoluciones científica e industrial y sus consecuencias sociopolíticas: el capitalismo y la democracia liberal. El mundo empieza a marchar a velocidad creciente al hilván de los pensadores ilustrados y su tríada razón-progreso-bienestar. Es la época de las luces que vencen a la oscuridad medieval (una oscuridad que hoy se pone en solfa) y que conducen a nuestro mundo de avances y prodigios. Emerge la actual idea de futuro: un futuro glorioso al que nos dirigimos casi por necesidad.

«La idea de progreso creó el mundo moderno», me explicó Johan Norberg, el historiador sueco, considerado parte de los nuevos optimistas, corriente a la que también se asocia al célebre psicólogo Steven Pinker. Pone ejemplos de sus beneficios: la disminución de la pobreza extrema global, el aumento de la esperanza de vida o la reducción de la mortalidad infantil. Para Norberg estos logros son fruto de la riqueza y la tecnología, pero nadie habría trabajado duro para invertir, innovar y crear si no creyera que sus esfuerzos podrían dar resultado en un futuro mejor. «Necesitamos una cultura de esperanza y posibilidad si queremos que el progreso humano continúe», me dijo.

Pero esa luminosa idea de progreso ha cosechado fuertes críticas. Los románticos del XIX consideraban el progreso industrial como motivo de la desconexión con el medio ambiente y la deshumanización, reduciendo a las personas a meras piezas del proceso productivo. Ya en el siglo XX, miembros destacados de la Escuela de Frankfurt, como Adorno y Horkheimer consideraron el afán de progreso, a través de la razón instrumental, como un camino hacia la dominación de la naturaleza y la alienación del ser humano; una línea que siguieron los pensadores posmodernos, críticos con los grandes metarrelatos (en palabras de Jean-François Lyotard), entre los cuales se incluía la idea de progreso (junto con el cristianismo o el marxismo). La historia no se encaminaba en línea recta hacia un futuro mejor, sino que era un tejido de procesos más complejos e impredecibles.

En suma: la civilización capitalista occidental se presentó como progreso, mientras que otras culturas eran consideradas incivilizadas y atrasadas. «Aunque el mito de la modernidad retrató la expansión occidental como una misión benevolente, en realidad estuvo relacionada con grandes atrocidades: desde la colonización genocida y la esclavización del mundo extraeuropeo hasta una cadena interminable de guerras cada vez más devastadoras o el ecocidio planetario que enfrentamos», me dijo el historiador alemán Fabian Scheidler.

El mundo actual se funda sobre las injusticias y destrozos de esa visión del hombre ilustrado que excluía, deshumanizaba y dominaba a todo lo demás, armado con las armas de la razón y la ciencia. El fin palpable del progreso, para sus críticos, son las bombas atómicas, los campos de exterminio, la destrucción del planeta. En el siglo XX, pues, la idea de progreso entra en crisis y se da una ironía: quienes han luchado contra este tipo de progreso son los que hoy llamamos progresistas.

Porque no hay una única forma de entender el término: por un lado, está el progreso económico y tecnológico que persigue una mayor producción y dominio; por otro, el progreso en la manera que lo entiende el progresismo: el alcance de mayores cotas de justicia social y bienestar común. Son visiones muchas veces contradictorias. «El progreso en el sentido de desarrollo económico ya se acabó, hemos entrado en una época en la que toda expansión económica implica un deterioro de las condiciones ecológicas. Lo que necesitamos es una redistribución de la riqueza sin expansión ecodestructiva. Pero sabemos que eso no puede acontecer porque el paradigma de la acumulación y del provecho lo impide», me dijo el pensador italiano Franco Bifo Berardi. Es un callejón sin salida: Bifo, y tantos otros, no ven posible ninguna de las dos caras del progreso, ni la que promete la abundancia del crecimiento, ni la que promete una vida mejor. Estamos en un callejón sin salida.

Se extiende, entonces, una nostalgia imposible por el modelo de los cazadores-recolectores: quizá todo se estropeó hace 7.000 años, cuando, en el Neolítico, la especie humana desarrolló la agricultura y se hizo sedentaria. Es la que muestra Christopher Ryan en Civilizados hasta la muerte, donde pelea contra la idea neohobbesiana que considera el estado previo a esta civilización como una lucha caótica de todos contra todos. Reivindica aquellas sociedades arcaicas (todavía se dan en tribus no contactadas) más integradas en el ecosistema, más igualitarias, en las que, además, se trabajaba menos aprovechando los dones de la naturaleza. En el Neolítico no fue el ser humano quien dominó la naturaleza mediante la agricultura, sino al contrario: nos domesticó el trigo, según expone el ensayista best seller Yuval Noah Harari en Sapiens. La transición de una vida nómada con pocas horas de trabajo en tribus cazadoras-recolectoras a una vida sedentaria y ardua ligada a la agricultura llevó al control sobre la tierra y la esclavitud. La agricultura rompió el nomadismo, generó excedentes, y, con ellos, la riqueza, la propiedad y las relaciones de poder que todavía se mantienen.

Hoy la idea de progreso se tambalea en la profusión de futuros distópicos en novelas, ensayos o productos audiovisuales. Elige tu propia aventura: guerra nuclear, cambio climático, reto migratorio, desigualdad creciente, amenaza tecnológica, crisis de la democracia, auge del autoritarismo y un largo etcétera de posibilidades en las que las cosas pueden salir fatal. En 2017 un libro colectivo con aportaciones de figuras como Bruno Latour, Nancy Fraser, Eva Illouz, César Rendueles, Marina Garcés, Zygmunt Bauman, Slavoj Zizek o Santiago Alba Rico, ponía un nombre muy gráfico a la coyuntura: El Gran Retroceso.

El curso de las cosas, según este concepto, no va hacia delante, sino que se ha estancado, o, peor, va hacia detrás. «Nuestro mayor reto es que parece haberse cancelado la idea de futuro. Creo que un sentido rescatable de progreso es imaginar los futuros que se han hecho imposibles, que existieron como intentos fallidos y han

quedado sepultados en el capitalismo dominante», me dijo la filósofa Clara Ramas. Pone como ejemplo, siguiendo a la pensadora feminista británica Helen Hester, los intentos en los años veinte del siglo pasado (en Viena, en Nueva York, en Moscú) de organizar el trabajo doméstico y de cuidados colectivamente. «Lo interesante no es tanto repetir el pasado tal y como ocurrió (lo que por otra parte es imposible, dada la dimensión de los retos que enfrentamos) sino apelar a lo que no pudo ser como programa de futuro», argumenta la filósofa. Otras alternativas al progreso entendido como crecimiento económico ilimitado surgen en corrientes como el decrecentismo abanderado por Serge Latouche, que propone abandonar la obsesión por el PIB creciente (un índice que ignora muchas facetas de la realidad) y disminuir la actividad económica de forma sostenible, por ejemplo, reduciendo la fiebre consumista y potenciando la economía circular.

Algunas ideas de progreso actuales están vinculadas a la tecnología y a los idearios tecnoutópicos difundidos desde Silicon Valley, muchas veces mezclando injustificadamente la noción de innovación tecnológica con la de progreso social. Raymond Kurzweil, ex ingeniero de Google, propuso el camino de la singularidad: el crecimiento exponencial del desarrollo tecnológico, especialmente la inteligencia artificial, nos llevará a mediados de este siglo a ese punto de singularidad en el que lo humano dará paso a lo poshumano. Una visión deslumbrante para algunos, pero preocupante para otros, concernidos por las futuras desigualdades en el acceso a las mejoras, la pérdida de las esencias humanas o la dominación de la humanidad por formas de vida poshumanas, para las que seremos banales e inservibles.

«Lo que queda de la idea de progreso está muy vinculado a la tecnología, pero me preocupa qué tipo de individuos crea una sociedad que no puede ver su futuro», dice Albert J. Ribes, autor de Luz, terror, esperanza. La idea de progreso (1800-1968). Cuando este sociólogo pregunta a sus estudiantes en la Universidad Complutense de Madrid, comprueba cómo, año tras año, se reduce

el número de aquellos que creen en el progreso, mientras que crece el número de los que piensan que no puede haber un futuro mejor. Es decir, que las cosas solo pueden ir a peor. «Veo muy preocupante el abandono de cualquier proyecto colectivo. Íbamos a hacer un mundo mejor, y lo íbamos a hacer entre todos. Ahora vivimos en un presente perpetuo, aislados, sin capacidad de acción colectiva. Estaría bien que pudiéramos hablar del futuro. No de un progreso automático, como el que se pensaba en el siglo XIX, pero sí de un proyecto ilusionante que realizar», opina Ribes.

La idea de progreso, pues, tiene su defensa. «Si el progreso sucediera automáticamente, podríamos simplemente sentarnos a ver Netflix todo el día», dice Norberg. Opina que son precisamente las dificultades las que hacen necesaria la convicción de que las cosas pueden mejorar, incluso cuando algunos de los problemas actuales, como el cambio climático, fueron provocados por soluciones previas. «Necesitamos pensar que existe una manera de avanzar e invertir en el trabajo y las innovaciones que pueden ayudarnos a enfrentar estos problemas, como las alternativas no basadas en combustibles fósiles. Si abandonamos la idea de progreso simplemente nos rendiremos, y entonces los problemas prevalecerán y nuestra civilización estará condenada», añade. Sin olvidar que el verdadero progreso no consiste solo en avanzar ciegamente, sino también en repensar a dónde queremos llegar.

*

Sergio C. Fanjul. En casa estamos muy bien, pero en vez de disfrutarlo con alegría, vivo sufriendo por la posibilidad de que ocurra algo inesperado y estemos muy mal.

Victor Guillot. No te creo, la última noche juntos, bien que disfrutabas con alegría, ¡cabronazo!

Esther López Barceló. Amén

Señora Tela de Perita. Same

Vítor Zuazua. Más razón que un santu, Sergio. Y si uno pasa una mala racha, más tovia.

*

Del mar surgieron cuatro animales. Primero un león alado. Luego un oso. Luego un tigre con cuatro alas y cuatro cabezas. Por último, una bestia aterradora, indescriptible, con diez cuernos. Los cuatro animales representan a cuatro imperios: el babilónico, el persa, el griego y el romano. El apocalipsis también tiene su historia. Uno de sus inicios es el libro bíblico de Daniel, en el Antiguo Testamento, donde se contienen estas visiones. La esperanza es que el Reino de Dios prevalezca sobre todos los imperios.

Se dan relatos apocalípticos en otros textos antiguos, religiosos o mitológicos. En la religión del zoroastrismo o en la mitología nórdica, por ejemplo. Aunque el texto genuinamente apocalíptico de la tradición judeocristiana es el Apocalipsis de Juan, escrito en la isla de Patmos a finales del siglo I: sus visiones se refieren al fin de los tiempos, el Juicio Final y la victoria definitiva de Dios sobre las fuerzas del mal. Se abre el séptimo sello. Aparecen sobre el mundo los cuatro jinetes del Apocalipsis. Todo tiembla. Se oscurecen el sol y la luna. Suenan las siete trompetas. Cristo regresa como un guerrero que libra la batalla final. El Armagedón. Se enfrentan el Bien y el Mal. Satanás es apresado y arrojado al abismo. Los muertos son resucitados y se celebra el Juicio Final. Etcétera. Al final, llega la Nueva Jerusalén, un reino de paz y gloria eterna donde todo se renueva. La victoria del Bien se consuma.

El texto es tremendo: no me gustaría pasar por eso. Pero, es curioso, el Apocalipsis tiene un final feliz.

El pensamiento utópico, por su parte, siempre acaba bien. Puede rastrearse ya en la idea de sociedad ideal, regida por reyes-filósofos, que propone Platón en La República, escrita en el 380 a. C. En la Ciudad de Dios, en torno al siglo V, Agustín de Hipona propone una ciudad celestial que alberga una comunidad perfecta para los fieles. La Ciudad de Dios agustiniana se refiere a la vida después de la muerte, pero ese carácter metafísico no fue óbice para que inspirase otras ideas utópicas terrenales. La primera utopía moderna es la Utopía de Tomás Moro, 1516, que inaugura el término (u-topos, lo que no está en ninguna parte): una isla ficticia donde se ha logrado una sociedad perfecta, justa e igualitaria, en contraste con la Europa de la época, sumida en conflictos bélicos, religiosos y una creciente y cruel desigualdad.

La reflexión sobre el futuro, aunque hoy la veamos con normalidad, no siempre ha sido común. En épocas previas a la modernidad las cosas cambiaban tan poco en la vida de las generaciones que el tiempo parecía estático. Solo en la Edad Moderna la civilización empieza a evolucionar de manera perceptible para los individuos y comienzan a surgir visiones del futuro. «Las primeras imaginaciones sobre el futuro eran muy optimistas, buscaban representar sociedades ideales, con el tiempo van surgiendo ciertas preocupaciones y se producen, ya no tanto sueños, sino posibles pesadillas, como si hubiéramos perdido la inocencia», me dijo en una ocasión Jorge Camacho, comisario de la exposición La Gran Imaginación, historias del futuro, que pude ver en Madrid. La muestra exploraba las imágenes del futuro que la humanidad ha ido concibiendo, que han sido muy dependientes de cada presente.

La ciudad del sol, de Tommaso Campanella, de 1602, seguía la senda de Moro, y describía una ciudad ideal, organizada racionalmente en pos de la igualdad y la justicia, donde no existía la propiedad privada y todos los ciudadanos trabajaban por el bien

común. Algo similar describía La nueva Atlántida, de Francis Bacon, publicada en 1627 y centrada en el poder benefactor de la filosofía natural y la ciencia experimental. Curiosamente se trataba de relatos que no sucedían necesariamente en el futuro sino en otros lugares del presente, en islas perdidas o al final de viajes exóticos, como también ocurre en Los viajes de Gulliver de Jonathan Swift.

Uno de los primeros relatos propiamente futurista podría ser el de Louis-Sébastien Mercier, titulado El año 2440 y publicado en 1771, con una diferencia entre realidad y ficción de 669 años. El autor se despierta en un futuro donde pervive la monarquía en París, pero la economía es más justa, escasean las guerras, se ha limado la desigualdad y se trabaja menos. Eran los tiempos de la Ilustración, cuando las cosas empezaban a cambiar y se generaba la idea de progreso: se empieza a comprender la utilidad de pensar en el futuro, porque el futuro se puede construir desde el presente. Es la filosofía de la actual industria del futurismo, que ocupa a numerosos expertos, y de los ejercicios de prospectiva, comunes en los gobiernos y empresas, como el informe España 2050, que encargó el gobierno español en 2021.

Si comparamos la fecha de concepción de una obra con el futuro que imagina se comprueba que los relatos cada vez se sitúan en fechas más cercanas, una muestra del creciente pesimismo ante el porvenir. Series como Black Mirror o Years and years tratan de futuros posibles en un puñado de años: los problemas que plantean en cuestiones como el desarrollo tecnológico, la emergencia ambiental, la crisis migratoria o el auge del totalitarismo resultan tan verosímiles que dan miedo. Algunos ya están aquí, los líderes autoritarios, las guerras, la amenaza nuclear, las páginas de los periódicos ya son distópicas. Es difícil imaginar hoy un futuro tan lejano como el que imaginaba Mercier o H.G. Wells en La máquina del tiempo, que situaba la acción en el remotísimo año 802.701. Aunque autores como el chino Cixin Liu en su trilogía El problema de los tres cuerpos se aventuran también cientos de miles de años más allá.

Mucho antes habían llegado las utopías socialistas, en el siglo XIX, con Robert Owen, Saint-Simon o los falansterios de Charles Fourier, comunidades autogestionadas de entre 1.500 y 2.000 personas donde la pasión creativa sería el motor de una existencia armónica. Eran los tiempos de aquel primer capitalismo que aplastaba al proletariado en la mugre de las infraviviendas y las jornadas extenuantes. Este socialismo utópico francés fue una de las principales influencias para Karl Marx, junto con la filosofía alemana y la economía política inglesa. De esa mezcla, y con la colaboración de Friedrich Engels, surge el materialismo histórico, una teoría que explica el desarrollo de la historia a través de las contradicciones materiales y la lucha de clases que conducirá a la inevitable caída del capitalismo y el establecimiento de una sociedad sin clases. Marx no describe tanto el comunismo como una utopía, sino como el resultado de un proceso histórico necesario y científico basado en el análisis materialista de la historia.

Con el avance del capitalismo, que sigue en pie y desatado, las utopías fueron perdiendo fuerza, y tomaron relevancia los relatos distópicos. Estas visiones pesimistas reflejan temores sobre los abusos del poder y la alienación humana, como en 1984 de George Orwell, publicada en 1949, con su idea de una sociedad totalitaria que, en una crítica al estalinismo y al nazismo, era controlada por el Partido y la figura del Gran Hermano. Un poder omnímodo que anula la libertad de los individuos y utiliza perversas técnicas de tergiversación (lo que se ha llamado lenguaje orwelliano) para preservar su dominación: «La guerra es paz, la libertad es esclavitud, la ignorancia es fuerza». O Un mundo feliz, de Aldous Huxley, cuyos personajes viven oprimidos, pero narcotizados por una droga llamada soma que les mantiene conformistas y manipulables.

En la segunda mitad del siglo XX se transforman en distopías muchos de los temores de la época, como el miedo a una guerra nuclear en plena Guerra Fría, los peligros de la destrucción del medio ambiente o de la tecnología avanzada, que se reflejan en los géneros de la ciencia ficción y también del terror: Terminator, El día

después o Cuando el destino nos alcance. En la actualidad, las visiones del futuro están muy imbricadas en lo tecnológico. Es el caso de las tecnoutopías difundidas por las grandes empresas y gurús de Silicon Valley, según las cuales la tecnología salvará al mundo y nos convertirá en versiones mejoradas de nosotros mismos. Como Google que, además de organizar el conocimiento humano y digitalizar la realidad, parece tener también una misión más trascendental, la creación de algo así como una conciencia cósmica. O las corrientes transhumanistas que, con un aire mesiánico y pseudorreligioso más que científico, imaginan una humanidad (o poshumanidad) mejorada por la tecnología… al menos aquella parte de la humanidad que pueda pagarlo.

Sabemos que muchos ricos, milmillonarios de Silicon Valley (Elon Musk, Jeff Bezos, Peter Thiel, etc.), conscientes de los destrozos que el sistema económico está causando al planeta y las sociedades que lo habitan, invierten en la salvación individual: la construcción de búnkeres (o mansiones-fortaleza), la huida de la Tierra, el alargamiento de la vida o incluso la inmortalidad. El ensayista Douglas Rushkoff ha acuñado un término para esas ideas: la Mentalidad.

Consiste en, más que en salvar el mundo, escapar dejando al resto atrás.

*

«El tiempo presente y el tiempo pasado / acaso están presentes en el tiempo futuro».

T. S. ELIOT, Cuatro cuartetos

*

El futurista estadounidense Jim Dator desarrolló el concepto de los «cuatro futuros», escenarios recurrentes en el pensamiento sobre el futuro:

1. Crecimiento continuo: El mundo sigue progresando a través del crecimiento económico y tecnológico. Es un escenario de utopías digitales, como las que se promueven desde Silicon Valley, aunque también pueden ser fuente de conflicto como muestran las películas Minority Report o Ready Player One . La dualidad entre la promesa de un futuro mejor y los posibles efectos perniciosos es un debate central en la actualidad ante tecnologías como la inteligencia artificial o la cibervigilancia.

2. Colapso: Una crisis global conduce al colapso de los sistemas sociales, económicos o ecológicos, y se pone de manifiesto la debilidad de una civilización que damos por segura. Las películas de la saga de Mad Max o los productos culturales basados en apocalipsis zombis (por ejemplo, The Last of Us o The Walking Dead), son ejemplos de este escenario colapsista, donde la escasez de recursos y la hostilidad del medio provocan un regreso al estado de naturaleza hobbesiano, donde la única ley es la supervivencia.

3. Disciplina: El futuro se centra en el control, la sostenibilidad y el equilibrio, muchas veces con restricciones para evitar el colapso. Hay autoritarismo, represión y pérdida de libertades fundamentales. La película Gattaca , donde hay un control estricto sobre el nacimiento y la genética para asegurar la «perfección», es un ejemplo. También El cuento de la criada , de Margaret Atwood, muestra la sombría posibilidad de una dictadura ultraconservadora que esclaviza a

algunas mujeres para asegurar la reproducción de la especie, priorizando la natalidad por encima de los derechos individuales.

4. Transformación: Se dan cambios radicales, fundamentalmente de orden tecnológico, que transforman completamente la sociedad: la humanidad logra colonizar otros planetas o llegar a la singularidad tecnológica, donde la inteligencia artificial supera a la humana y transforma la sociedad. El concepto de ser humano cambia completamente, llegando el turno a una poshumanidad, que podría concebirse como un siguiente paso de la evolución más basado en el silicio que en el carbono, y que todavía cuesta imaginar. Algunas películas relacionadas pueden ser Her o Transcendence , donde hay transformaciones profundas en la relación del ser humano con la tecnología.

*

«El cielo sobre el puerto tenía el color de una pantalla de televisor sintonizada en un canal muerto». Es la primera frase de la célebre novela Neuromante, de William Gibson, considerada el inicio del ciberpunk y publicada en 1984, curiosamente el año en el que George Orwell ambientaba su distopía autoritaria del Gran Hermano. Como cronófobo, siento que el ciberpunk es el género de la ciencia ficción más inquietante, porque se parece mucho a nuestra realidad.

En la década que Gibson imaginó su distopía la tecnología comenzaba a infiltrarse en la vida cotidiana a través de los primeros ordenadores personales y videojuegos (Pac-Man salió en 1980) y al capitalismo le quedaba poco para liberarse de las cadenas que contenían su poder arrollador. El género nació como un hijo rebelde de la ciencia ficción clásica, un futuro sombrío al que, como en una profecía autocumplida, nuestro mundo se asemeja cada vez más. El crítico cultural Fredric Jameson consideraba el ciberpunk como un

nuevo realismo: «La expresión literaria suprema, si no de la posmodernidad, sí del capitalismo tardío».

Algunas innovaciones como el Metaverso de Mark Zuckerberg se inspiran en novelas ciberpunk como Snow Crash, de Neal Stephenson, según explica el escritor Michel Nieva en Ciencia ficción capitalista. Esta novela «adquirió en pocos años el estatuto legendario de oráculo en Silicon Valley, ya que inspiró tecnologías que luego serían iconos del capitalismo digital». Se refiere a las criptomonedas, Google Earth, las aplicaciones de envío a domicilio o la Wikipedia. El capitalismo tecnológico ha ido tomando como propio el lenguaje de la ciencia ficción. Por eso el personaje que protagoniza ese imaginario corporativo es el mismo que protagoniza los relatos ciberpunk: «El hacker, un intrépido forajido que, debido a su talento individual, su capacidad emprendedora y su pericia en el manejo de la tecnología, logra evadir la presencia corrupta e inepta del Estado en el desarrollo de sus negocios», escribe Nieva.

En Neuromante se cuenta la historia de Case, uno de los mejores hackers que pululan por el ciberespacio, caído en desgracia tras robar a sus empleadores, quienes, a modo de revancha, dañan su sistema nervioso y su capacidad para conectarse. Aparecen los elementos clásicos del género: las grandes corporaciones que controlan el mundo ante la debilidad de los Estados (ahora se denomina tecnofeudalismo), el poder de la inteligencia artificial en una sociedad hipertecnologizada, la amenaza a la ciberseguridad o la gran desigualdad socioeconómica. Las ciudades son oscuras, aceleradas, sucias, despiadadas, una idea de decadencia urbana probablemente influenciada entonces por la crisis urbana de los años setenta.

Es el llamado high tech / low life, es decir, la conjunción de una tecnología muy avanzada con una vida miserable, porque es de necios confundir innovación y progreso. Todo resulta muy familiar. Es notoria la claridad con la que Gibson, en Neuromante, prevé el ciberespacio más de una década antes de su popularización como

internet. «La ciencia ficción no pretende predecir el futuro, solo se imagina un futuro posible. Verne no imaginó el submarino, se inspiró en unos pequeños submarinos que ya existían. Se han anticipado cosas, pero siempre partiendo de algo existente. Lo que nunca se ha predicho son los teléfonos inteligentes», me dijo el novelista Rodolfo Martínez, pionero del género en España.

De hecho, en los ochenta ya existía la red primigenia Arpanet y en algunas películas aparecían redes informáticas, como en Juegos de guerra, de 1983, en la que el protagonista entra en las computadoras militares utilizando un módem telefónico y está a punto de iniciar una guerra nuclear, como si fuera un juego online. La idea de las redes informáticas flotaba en el ambiente militar, tecnológico y académico de la época. El ciberpunk, eso sí, suele ir muy pegado al presente: no ocurre «hace mucho tiempo, en una galaxia muy lejana», sino casi aquí y casi ahora. Con su aparición, el tecnoutopismo que vehicula buena parte de la ciencia ficción de la segunda mitad del siglo XX se convierte en una sucia pesadilla que espera a la vuelta de la esquina. O que ya está aquí. Ese futurismo pesimista describe un mundo oscuro que toma numerosos elementos del género noir, del hard boiled de Raymond Chandler o Dashiell Hammett: personajes marginados, perdedores y rebeldes, ambientes nocturnos y decadentes, mucha lluvia y mucha bruma, una sociedad cruel donde cada uno se saca las castañas del fuego como puede. Pero todo con muchos cables y muchos neones. En este caso, los personajes, antes que sombrero y gabardina, suelen tener modificaciones tecnológicas en su cuerpo o en su mente, y consumen más dextroanfetamina que whisky on the rocks.

«Es como si en los ochenta el ciberpunk no hubiese surgido como una distopía que evitar, sino como un plan perverso que teníamos que completar», me dijo el escritor de ciencia ficción Luis Carlos Barragán. Al enumerar las características del mundo ciberpunk (el retroceso del Estado ante las grandes corporaciones, la sociedad hipertecnificada, la inteligencia artificial, la centralidad del ciberespacio, la creciente desigualdad o el deterioro de las

condiciones de vida) es inevitable pensar en lo mucho que se parece a nuestro mundo, en aquel «realismo» que decía Fredric Jameson.

Hay algún paralelismo curioso: las grandes ciudades ciberpunk tienen un fuerte toque oriental, porque en los ochenta Japón se prometía como la gran potencia de vanguardia tech, donde proliferaban las megalópolis y los robots. Los restaurantes japoneses de Blade Runner o el hecho de que Neuromante transcurra en Japón o Akira en NeoTokio llenan las noches brumosas de ideogramas de neón, igual que ocurre ahora mismo con el auge de la fast food oriental, que florece por doquier ofreciendo ramen y dim sum en el corazón de la urbe contemporánea. Las ciudades ciberpunk son ajetreadas, diversas, llenas de gente de todo pelaje, como en la actual fiebre del turismo y la globalización. Y algunas tribus juveniles adoptan una estética futurista de flúor, prendas metalizadas o pelos de colores, claramente inspirada en el ciberpunk, que nos dicta qué aspecto debe tener el porvenir. El futuro se convierte en lo que se espera que sea.

Podría observarse que, aunque nuestra realidad es netamente ciberpunk, su envoltorio no es tan siniestro: hay una pátina de hiperdiseño cuqui y optimismo ingenuo. Pero quizá solo sea así en ciertos lugares de eso que llamamos Occidente. «El mundo no parece tan bonito en otras partes, solo hay que dar un paseo por los callejones abarrotados con cables de la vieja Delhi, los barrios sobrepoblados de Lima o de Bogotá. El futuro ya está acá, solo que no está distribuido igualmente», opina Barragán. Y cita la falta de alternativa que se da en el capitalismo: la adicción a los smartphones, el ciclo de hiperproductividad, consumo y autoexplotación. «El sistema se ha instalado en nuestra mente, y desde allí nos opera. No hay diferencia con el ciberpunk».

*

«La verdadera nostalgia, la más honda, no tiene que ver con el pasado, sino con el futuro. Yo siento con frecuencia la nostalgia del futuro […] cuando todo merodeaba por delante y el futuro aún estaba en su sitio».

LUIS GARCÍA MONTERO

*

Una variante muy particular de la cronofobia es la que se tiende hacia el porvenir: la futurofobia. «El término no se refiere tanto al miedo al futuro, sino al miedo ante la incapacidad de pensar futuros mejores al presente que tenemos», me explicó el periodista Héctor García Barnés, autor de un libro del mismo título: Futurofobia.

Los síntomas: desilusión, arrebatos de nostalgia, agotamiento, cinismo, falta de perspectiva vital. Uno de los mayores miedos que tuve antes de tener a mi hija, quizás el mayor, fue el miedo a que el porvenir de mi pequeña fuera un infierno. Me preguntaba si merecía la pena traer a una nueva persona a un mundo crepuscular. Todavía me lo pregunto. Y pienso mucho en cómo es para la juventud vivir en tiempos de futuro abolido, cuando ser joven es estar siempre enfocado en el futuro, prepararse para el futuro, vivir para el futuro.

Como apunta la más célebre cita de nuestra época, atribuida a Fredric Jameson, y popularizada por Mark Fisher: «Es más fácil imaginar el fin del mundo que el fin del capitalismo».

Ante los relatos sobre el colapso de la realidad, la política no consigue ofrecer alternativa. La imaginación ha llegado a un límite y la sociedad parece hastiada y resignada. En muchas series, películas y novelas distópicas, el tema no es la distopía en sí misma; la distopía es, más bien, el escenario en el que trata de desarrollarse la vida de los personajes. Esa conversión de la catástrofe en escenario podría entenderse como una normalización, una aceptación de lo inevitable, un intento de entender qué podremos hacer entonces.

«Durante la pandemia me sorprendió la naturalidad con la que, después de un primer momento, aceptábamos la situación», rememora García Barnés, «como si ya estuviéramos acostumbrados a vivir con una sensación de shock continuo». Pero aquello no fue todo: aminorando la pandemia, cuando las cosas parecían volver a una (nueva) normalidad, se desató la guerra de Ucrania, el pavoneo atómico, el genocidio de Gaza, la inflación rampante, el descontento social, la llegada de Trump al poder, la amenaza a las democracias, el nuevo e incierto tablero geopolítico, y aquí seguimos, esperando con la media sonrisa a los próximos y novedosos riesgos existenciales, para enchufarnos a las tertulias y emitir nuevos memes.

«La historia humana ya conoció varias crisis, pero la así llamada «civilización global» —nombre arrogante para la economía capitalista basada en combustibles fósiles— jamás enfrentó una amenaza como la presente», escriben Danowski y Viveiros de Castro, «el futuro próximo, en la escala de algunas pocas décadas, no solo se vuelve imprevisible, sino también inimaginable por fuera del marco de la ciencia ficción o de las escatologías mesiánicas». Da la impresión de que el retroceso en muchos aspectos es inevitable, y que la tarea de las próximas generaciones consistirá, más que en progresar y construir su propio futuro, en deshacer los entuertos que les dejamos como herencia sus mayores, si es que todavía están a tiempo.

«Nuestra casa está en llamas, quiero que entren en pánico», espetó la joven activista medioambiental Greta Thunberg ante la Eurocámara en 2019.

El miedo, la futurofobia, puede ser, para el filósofo australiano Roman Krznaric, incluso más motivadora que la tierna esperanza. «Históricamente, las élites se han visto motivadas por el miedo para cambiar sus actuaciones. Necesitamos aprovechar este miedo y ponerlo a trabajar para la transformación económica y política, por ejemplo, para ir más allá de nuestras economías obsesionadas con el crecimiento para crear economías regenerativas», me dijo en una ocasión. De la futurofobia puede surgir la idea del buen antepasado: el que se pregunta cómo seremos juzgados por las generaciones venideras según lo que hicimos o no hicimos cuando tuvimos la oportunidad. Krznaric aboga por el largoplacismo en tiempos instantáneos. Por el pensamiento catedral: una visión amplia y ambiciosa a largo plazo, como la que tenían los planificadores de las catedrales medievales, cuya construcción podía demorarse varios siglos. Es una metáfora para describir proyectos que trascienden el esfuerzo individual y requieren generaciones para completarse, con una visión más allá de lo inmediato.

«Un buen antepasado», piensa Krznaric, «es alguien que reconoce que colonizamos el futuro, que lo tratamos como un puesto colonial distante donde podemos arrojar libremente degradación ecológica y riesgos tecnológicos como si no hubiera nadie allí, un buen antepasado participa en la lucha por descolonizar el futuro tratando de llevar las voces de las generaciones futuras en las decisiones que tomamos hoy». No lo somos y no está claro que lo lleguemos a ser.

Al final fui padre, revolviéndome contra la futurofobia, y aunque el futuro se vea muy feo. No sé. Quizá traer a una nueva persona al mundo sea el mayor ejercicio de esperanza.

*

Nombre: Franco Bifo Berardi

Profesión: Filósofo

Fecha de nacimiento: 2 de noviembre de 1949

Fecha de la entrevista: 15 de julio de 2022

Pregunta. Cuando yo era un niño, en los años ochenta, el futuro era un lugar apetecible. Ahora es un lugar inhóspito, difícil de imaginar. ¿Qué nos ha pasado?

Respuesta. Cuando yo era un niño, en los años cincuenta, la expresión «el año 2000» parecía un encantamiento: un futuro de paz universal con satélites soviéticos rodeando el planeta. Viví una infancia feliz en un barrio obrero, donde todos o casi todos participaban en las actividades de la célula local del Partido Comunista. La idea de un futuro progresista era compartida a pesar de los peligros geopolíticos (y recuerdo bien el miedo de mis padres durante la crisis de los misiles de Cuba).

P. ¿Cuándo se agrietó para usted esta espera progresista?

R. Fue durante 1977, el año de una revuelta estudiantil anarco-comunista en Italia que se inspiraba más en los dadaístas y en Maiakovski que en Lenin. Era una revuelta contra el poder capitalista y contra el conformismo estalinista que pesaba sobre la vida social de la ciudad de Bolonia, gobernada desde 1945 por el Partido Comunista Italiano. En marzo, después del asesinato de un estudiante por parte de la policía, explotó una insurrección que ocupó la ciudad durante tres días hasta que vinieron los tanques y

arrestaron a 300 jóvenes, sofocando la esperanza. Ese año fue un viraje esencial en mi vida, pero no solo en mi vida: 1977 es el año en que Margaret Thatcher empieza su marcha hacia el poder proclamando que no hay nada que se pueda definir como sociedad, que solo hay individuos que compiten en la esfera económica. Desde el triunfo del neoliberalismo (que fue posible gracias a la traición de la mayoría de la izquierda), el mundo se transformó paulatinamente en un lugar de guerra de todos contra todos.

P. ¿Cómo vivir con la sensación de futuro abolido?

R. Una investigación sobre la depresión en Estados Unidos, con 18.000 entrevistados, arrojó que el 27 % de la población manifiesta síntomas de depresión clínica. Pero si analizamos los datos resulta que son el 54 % de las personas entre 15 y 25 años. Estamos viviendo una epidemia de depresión. En una condición de depresión masiva, lo que puede acontecer, lo que pasó en los años veinte del siglo pasado y está pasando de nuevo, es una explosión de violencia. El fascismo es una cura para la depresión. La guerra es una cura para la depresión. Pero es como tomar anfetaminas en una crisis de tristeza. Funciona al momento, pero el día después puedes lanzarte de una ventana del décimo piso. Yo creo que estamos en el medio de una pandemia depresiva con posibles salidas suicidas.

P. ¿Cómo nos afecta a nivel colectivo?

R. La furia heroico-demencial que estamos viviendo, la determinación homicida de los gobiernos de todo el mundo blanco (Estados Unidos y Europa, no menos que Rusia, los unos y los otros blancos, cristianos, imperialistas) es una evolución totalmente previsible de la depresión masiva que la dictadura financiera ha producido. La guerra es el resultado de la depresión, un intento de reaccionar a la depresión a través de la violencia.

P. ¿Hay salida?

R. En este momento no la veo. Puedo equivocarme, pero no la veo. Con excepciones, no veo signos de una subjetividad política capaz de subvertir la tendencia hacia la autodestrucción. Lo que veo es la incapacidad de salir de la episteme del capitalismo moderno: la obsesión con la expansión, entendida como crecimiento económico infinito, como continua extensión del dominio sobre la naturaleza. Eso nos hace incapaces de adaptarnos al agotamiento de los recursos físicos del planeta, y también de los recursos nerviosos de la mente humana. La cultura blanca moderna ha identificado el futuro con la expansión, así que el fin de la expansión se nos aparece como el fin del futuro. Las políticas económicas se fundan sobre la idea de que solo el crecimiento puede garantizar la vida social y el futuro. Pero el crecimiento hoy significa devastación de la naturaleza y patología del sistema nervioso colectivo.

P. ¿Estamos necesitados de utopías?

R. No creo que precisemos nuevas utopías, lo que precisamos es una nueva relación entre la potencia subjetiva y lo posible. Nunca me interesó la utopía, lo que me ha interesado es la posibilidad del conocimiento científico-técnico. La alianza entre capital y trabajo produjo en el pasado siglo la posibilidad de un bienestar compartido, de una reducción del tiempo de trabajo, pero esta posibilidad solo puede actualizarse en condiciones de igualdad, de democracia sustancial. Si el poder de decisión solo pertenece a los que viven sobre la explotación del trabajo ajeno, perdemos todo, vamos a la guerra y a la destrucción del planeta.

P. Prefiere hablar de posibilidad antes que de esperanza. ¿Qué es la posibilidad?

R. La posibilidad es una evolución que se encuentra inscrita en el presente, una entre muchas. En cada instante podemos elegir entre diferentes posibilidades. Pero necesitamos de una potencia subjetiva que sea capaz de traducir lo posible en realidad. La posibilidad de una vida colectiva feliz no se ha disuelto en la época tardomoderna. Lo que se ha disuelto es la potencia de la subjetividad. La ofensiva cultural del neoliberalismo ha destrozado las energías culturales y psíquicas, ha destrozado la solidaridad social, ha creado las condiciones de la guerra, de la devastación del planeta, de la extinción de la civilización social. Es un proceso al que asistimos impotentes.

*

Aquel día hacía sol y yo estaba contento. Tenía la oportunidad de entrevistar al legendario Francis Fukuyama, el intelectual que, después de la caída del Muro de Berlín y la Unión Soviética en 1989, había decretado el Fin de la Historia. Según la idea estrella del joven Fukuyama de los noventa, después de la desaparición del bloque soviético y el mundo bipolar, las sociedades humanas entraban en un nuevo periodo bajo el dominio de Estados Unidos, del capitalismo y de la democracia liberal. Todo bajo control. No quería decir Fukuyama que nunca más fuera a ocurrir nada, ni que los libros de historia se fueran a quedar en blanco, pero sí que la evolución de las ideologías y de los conflictos entre modelos políticos había llegado a su punto final. Non plus ultra.

Fukuyama me esperaba en pose meditativa en un salón en penumbra de la Fundación Rafael del Pino, que ocupa en Madrid un aristocrático palacete de aires neorrenacentistas, cerca del Paseo de la Castellana. Viéndolo así, aquel hombre menudo, solo en aquel

elegante salón, agarrándose la barbilla entre sombras mientras pensaba en silencio, absorto en la moqueta, me pareció un sabio antiguo. O el maestro Yoda. Luego se sentó y respondió mis preguntas con voz queda, con la mirada asiática entrecerrada, como desde otra dimensión. Parecía un oráculo. Fukuyama, como muchos le habían criticado, reconoció que la historia no se había acabado, ni siquiera en el sentido que él había predicho: el sistema liberal estaba en crisis, agarrotado entre dos fuerzas, la del populismo de izquierdas, que identificaba con las políticas identitarias, y el populismo de derechas, como Donald Trump y sus adláteres.

Reconoció que el neoliberalismo había traicionado las ideas del liberalismo clásico con su obsesión por el libre mercado, la no intervención y el recorte del Estado a toda costa. Esa nueva corriente, fundamentada en teóricos como Friedrich Hayek, tomó relevancia, precisamente, después de la caída de la Unión Soviética y fue abanderaba por políticos como Margaret Thatcher o Ronald Reagan, y condujo a mayores cotas de desigualdad y polarización. Fukuyama incluso defendió aquella mañana una vuelta a las posturas socialdemócratas que, tras la Segunda Guerra Mundial, lograron generar prosperidad y crecimiento a través del Estado de bienestar. Después de hablar con Fukuyama, salí del palacete y me fui a comer un bocadillo en un bar cercano, porque mi historia también continuaba, pese a los grandes vaivenes sociopolíticos de las últimas décadas.

Ahora, tres décadas después de aquel del fin de la historia, emerge de nuevo una sensación de fin de la historia. Pero no como el triunfo de un paradigma político universal y eterno, sino, al contrario, como el agotamiento de ese paradigma y la imposibilidad de imaginar otros. Mark Fisher introdujo la idea de realismo capitalista al hilo de una famosa frase de Thatcher: «No hay alternativa». La Dama de Hierro quería expresar, con la contundencia férrea que se le presuponía, que ya no había otra posibilidad de imaginar la vida fuera de este sistema, su sistema, el sistema triunfante. Eso es el realismo capitalista: la idea de que no hay nada en el exterior de lo

presente y de que no merece la pena intentar imaginarlo. Es asimilable a la vieja idea de Leibniz (luego satirizada en el Cándido de Voltaire por el personaje del profesor Pangloss): aunque presenciemos el mal y la injusticia, vivimos en el mejor de los mundos posibles gracias a un Dios benévolo y omnipotente que tiene sus razones ajenas a nuestro entendimiento. Pero, en el siglo XXI, ese Dios hace tiempo que está muerto.

Las ficciones resolutivas son, según Jorge Lago y Pablo Bustinduy, historias que nos contamos para habitar los conflictos actuales con la esperanza de una resolución: el liberalismo, el socialismo o el comunismo. Las ficciones resolutivas son cuentos que ofrecen un futuro próspero y estable, incluso la emancipación de la especie humana, y hasta las instrucciones para alcanzar tal objetivo. Y hacen posible la vida social en este mientras tanto. Un mientras tanto que se asemeja al fundamento de la vida individual: el ir haciendo cosas pensando en un futuro que quizá nunca llegue, porque la vida es lo que ocurre mientras haces otros planes y Dios se carcajea. Que las ficciones resolutivas se llamen ficciones no quiere decir que sean mentira, que oculten la realidad como se les ocultaba a los presos de la caverna de Platón, sino que esos relatos son nuestra forma de relacionarnos con el mundo. Recuerdan a las grandes historias que nos contábamos y que se desplomaron iniciando una nueva época, según señaló Jean-François Lyotard cuando decía definía la posmodernidad como la desconfianza en las grandes metanarraciones.

El cerebro humano es una máquina de procesar historias, como explica Will Storr: la realidad es un lío muy gordo, demasiado complejo para el cerebro, y este ha evolucionado para generar narrativas que le den sentido. Por eso nos gustan las historias de ficción de la literatura o el cine, donde las cosas tienen sentido, no como en la vida real, que es caótica. Estas ficciones resolutivas integran los conflictos sociales en una trama con sentido, del mismo modo que las vidas de los personajes de las novelas tienen cierta lógica, una cadena causal identificable, mientras que las vidas reales

son un flujo caótico donde las cosas ocurren sin motivo y nada termina de empezar o de acabar del todo. Esta novelización del mundo ayuda a comprenderlo y aceptar sus vaivenes como parte de un relato más grande, igual que antes las contingencias incomprensibles o inesperadas o insoportables (la muerte de una hija o la enfermedad terminal que brota un día cualquiera) pertenecían al pensamiento inescrutable de Dios.

La caída del mundo bipolar, el fin de la hegemonía socialdemócrata y el surgimiento de la neoliberal, y las posteriores crisis sistémicas (primero la de 2008 y luego la producida por la pandemia, que echan abajo la predicción de Fukuyama) han puesto en solfa esas ficciones resolutivas que nos permitían vivir en el presente pensando en el futuro. Ese cuestionamiento es parte de las revueltas que se han vivido en los últimos años y también de la confusión generalizada, intensificada por el flujo caótico de información y desinformación. Una confusión en la que, a modo de sustitución, están medrando otras cosmovisiones relacionadas con las teorías de la conspiración que, desde la extrema derecha, ofrecen explicaciones simples y maniqueas a los terrícolas desesperados. Son relatos sobre un poder oculto que, en forma de sociedades secretas o magnates perversos, maneja el mundo sin que nadie lo advierta, excepto aquellas mentes despiertas (son pocas) que saben ver los escasos símbolos que enmascaran a los malvados y la causalidad en lo que parece la coincidencia.

La ficción resolutiva vigente, el neoliberalismo, que ya critica hasta Fukuyama, no resuelve demasiado. Ya no hace falta, pues, que la ficción resolutiva sea resolutiva, esa es la diferencia entre el liberalismo clásico y el neoliberalismo: ya no es sensato esperar nada mejor, hay que vivir en un eterno presente que no va a ningún sitio. Ante la crisis eterna se propone la fría aceptación y el sálvese quien pueda. Una vez más, con Thatcher, «no hay alternativa». O con Antonio Gramsci: «El viejo mundo se muere, el nuevo tarda en aparecer. Y en ese claroscuro surgen los monstruos».

Pero, ¿y si el nuevo mundo no aparece y los monstruos se quedan a vivir?

*

«Cualquier tecnología suficientemente avanzada es indistinguible de la magia».

ARTHUR C. CLARKE

*

La quiromancia es el método de adivinación del futuro a través de la lectura de las líneas de la mano. Algunas de las líneas más importantes a la hora de componer la adivinación son la línea de la vida, que predice la longevidad y la vitalidad; la línea de la cabeza, que indica la capacidad intelectual; la línea del corazón, que nos informa sobre la intensidad emocional y sexual; el anillo de Venus, que habla del encanto personal; la línea del Sol, que determina el éxito, o la de Mercurio, que determina la salud, también conocida como línea del hígado. La taseomancia utiliza los posos del té, del vino o del café. La oniromancia se basa en la interpretación de los sueños. La nigromancia explora el futuro en base a las vísceras de los muertos y la invocación de los espíritus. La cartomancia es el método de adivinación que utiliza las cartas, ya sea una baraja de juego tradicional o las diferentes variantes del tarot. La molibdomancia se basa en la interacción de un metal fundido como

el estaño o el plomo con el agua: la forma de la gota sólida que se forme en el agua contiene información sobre el porvenir, o bien la sombra que esa gota proyecte sobre una pared al iluminarla con una vela. Una forma de barco indica un viaje, una forma rota indica desgracia. La kindermancia, que se inventó Liliana, mi pareja, consiste en la predicción del futuro mediante la interpretación de los pequeños juguetes que vienen dentro de los huevos Kinder de chocolate con leche. Funciona con notable precisión.

*

Los relatos mitológicos suelen hablar de la caída a una época oscura desde un tiempo dorado al que algún día, con suerte, habremos de regresar. De un Edén sin tiempo, sin muerte ni preocupaciones, hemos sido arrojados a un mundo cruel donde hay tiempo, hay trabajo, hay finitud. Sabemos que hay muerte, pero no conocemos nuestro destino: el futuro nos resulta opaco, por eso la cultura humana está atravesada de intentos de conocer el porvenir, tanto en las culturas arcaicas como en las modernas. Profetas, adivinos, druidas, oráculos, brujos y brujas, astrólogos. El oráculo de Delfos, centro del mundo, en el que una sacerdotisa de Apolo, la Pitia, emitía enigmáticas profecías. Merlín, el mago ficticio que pudo predecir muchos de los hitos de la vida de Arturo. Nostradamus, el autor real de casi un millar de cuartetas poéticas que describen muy ambiguamente los siglos por venir. El majestuoso edificio de la ciencia se dedica, entre otras cosas, a predecir el futuro con una precisión que no se encontraba en las bolas de cristal ni en el vuelo de los pájaros. Hoy, en la sociedad del eterno presente, es llamativa la necesidad constante de anticipar el futuro: en las tertulias de actualidad se hacen continuas cábalas en torno a los hechos por suceder, se publican constantemente las previsiones económicas, como la del Producto Interior Bruto, se recogen frecuentes

encuestas sobre la intención de voto, como si, además de las elecciones propiamente dichas, necesitáramos conocer a cada momento el resultado de las futuras elecciones o el de unas hipotéticas elecciones que se celebrasen hoy mismo. Las apuestas, los teasers, las muestras de regalo, los tests genéticos, los espoilers. Las crecientes disciplinas de la prospectiva y la futurología. Por no mencionar la que tal vez será la predicción más requerida (y discutida) por la ciudadanía: la previsión meteorológica.

*

Huele a incienso y suenan unos tambores rituales. Hay un señor que no se sabe si está meditando o durmiendo la siesta. Abundan clásicos como las piedras mágicas, la lectura de las runas o el tarot (una lectura completa, 40 euros) pero últimamente los ángeles, incluso los arcángeles, parecen ser tendencia. La Feria Esotérica de Madrid se celebra cada año en la estación de Chamartín y casi nunca me la pierdo. Es octubre de 2024 (es preciso decirlo) y en un puesto te ofrecen fotografías del aura, al lado esperan los videntes de nombre exótico y un hombre, muy orgulloso, ofrece una «tecnología cuántica» que, asegura, aumenta el aura de energía entre tres y cuatro veces (algo indispensable para aquellos que están en el camino del «despertar espiritual»). Una modesta exposición ahonda en los ciclos de la reencarnación. En un panel se plantea este debate: «¿Es la reencarnación de John Travolta o una coincidencia?», refiriéndose al parecido del actor con una persona fotografiada en 1860. Hay quien dice que es, más bien, un viaje en el tiempo. Aquí todo es posible.

Por allí y por allá giran péndulos, se practica el reiki con grandes aspavientos o se cruzan varillas metálicas que detectan energías misteriosas. ¿El público de este esoterismo trash? Pues gente

normal, mucha de ella joven: la astrología y otras pseudociencias lo petan en ciertas franjas de edad. Un compañero del periódico, que tiene la suerte y la desgracia de ser veinteañero, me ha contado que, en su generación, aunque a uno le parezca una patraña el horóscopo, mejor no decirlo. Está mal visto, porque seguir el designio de los astros es guay.

El horóscopo había sido erradicado en muchos medios de comunicación y arrinconado en la tele a esas franjas de madrugada donde los videntes seducen a la cámara con mirada intrigante y desparpajo almodovariano, pero hete aquí que, redes sociales mediante, vuelve a ser cosa cool, divertida, colorida, moderna. El argumento, entiendo, es el siguiente: sí, ya sabemos que el horóscopo no es conocimiento científico y que probablemente no sea muy eficaz en su propósito de predecir el futuro y catalogar a las personas, pero no seas un plúmbeo cientifista y déjanos echarnos unas risas con esta cosa tan simpática de los géminis y los piscis. Mis bendiciones.

Lo cierto es que el horóscopo puede ser muy divertido y, en general, hay mucha belleza en las ciencias ocultas y el esoterismo. Basta leer a Jorge Luis Borges, amigo de la cábala, la gnosis, los infinitos y los laberintos para descubrir lo que tiene de estético lo misterioso, o deleitarse con las imágenes que produjo la alquimia o el tarot. La magia natural, la alquimia o la astrología, fueron, además, siguiendo a la historiadora Frances Yates y su hipótesis hermética, fundamentales para el desarrollo de la ciencia moderna en el Renacimiento. En tiempos en los que el conocimiento solo se buscaba en los textos sagrados o los sabios griegos (también sagrados de algún modo); los magos naturales, los alquimistas y los astrólogos decidieron dejar de escrutar lo escrito e interrogar directamente a la naturaleza. Por eso Johannes Kepler o Isaac Newton, además de padres de la ciencia moderna, pasaron bastante tiempo dedicados a la pseudociencia, todavía no considerada como tal.

Pero del goce estético o el interés como manifestación cultural a tomarse en serio estas disciplinas hay un trecho: sería como seguir confiando en la teoría del flogisto o el éter luminífero. El conocimiento avanza, aunque no para todos, como se ve en la feria de Chamartín, donde se sigue fiando el futuro a velas olorosas y filtros de amor: el futuro es el gran objeto de este esoterismo ferial. Y es natural que cuando el porvenir se ve tan turbio se acuda en busca de pociones y pirámides que lo aclaren. El mercado global de la astrología fue valorado en 12.800 millones de dólares en el año 2021, según cita Yuval Noah Harari en su ensayo Nexus, antes de explicar la influencia que esa pseudociencia, a pesar de su carácter supersticioso, ha tenido en la historia de la humanidad. Por ejemplo, condicionando las decisiones de tantos reyes y emperadores. Algunos gobernantes todavía se la toman en serio.

Que el horóscopo esté de moda y el esoterismo se mantenga en un mundo eminentemente científico-técnico (para bien y para mal) es algo que horrorizaría a Carl Sagan, pero que no es tan extraño. Una razón estriba en lo que Max Weber llamó desencantamiento del mundo: en una sociedad cada vez más racional y con menos espacio para lo espiritual, necesitamos aferrarnos a algo. La mentalidad posmoderna, que nivela todo tipo de discursos, científicos y pseudocientíficos, como construcciones sociales, allana el camino. La citada sensación de futuro abolido hace que, ante la incertidumbre, nos refugiemos en creencias obsoletas que prometen que cualquier cambio está en nuestra mano, o en la de nuestro mago de referencia.

Hay muchas fuerzas que, rebotadas en el muro del futuro, nos empujan a tiempos preilustrados, y no solo en cuestión de creencias: el ascenso de la extrema derecha asilvestrada y digital también propone un regreso a un estado previo a la Ilustración. El rechazo del racionalismo, el abrazo del autoritarismo y el nacionalismo, la injerencia de la religión en la política o la nostalgia de tradición. Y esto ya no tiene tanto brilli brilli como las cartas astrales. En la Feria

Esotérica, un simpático duende da la bienvenida, pero unas temibles brujas son las que nos dicen adiós.

*

En la exploración de este capítulo me he sentido triste. A los cronófobos siempre nos ha asustado el futuro, que se abalanza sobre nosotros como una bestia hambrienta, pero hoy asusta todavía más: es un futuro repleto de colmillos. A veces se presenta tan tremendo que la perspectiva de envejecer rápido y morir relativamente pronto puede ser hasta balsámica. Pero, ay de los críos.

Cuando era niño (esta historia no sé si ocurrió realmente o es un recuerdo construido por un relato que escuché muchas veces en mi infancia), mi tía Vicen me llevó a visitar a una vidente gitana, en una feria, a las afueras de Oviedo. La recuerdo (¿es cierto ese recuerdo?) dentro de una tienda de colores, sentada al borde de una mesa camilla con mantel. Mediante no sé qué mancia, predijo mi futuro. Un futuro que llenó de satisfacción a mi tía y a mi familia entera. Me lo contaron muchas veces.

«Este niño será un hombre de pro», dijo la vidente.

9

EL FIN DEL TIEMPO. LA MUERTE

Donde el autor concluye que el miedo al paso del tiempo incluye o parte del miedo a la muerte y constata la imposibilidad de pensar en la muerte como Dios manda.

Espóiler: al final te mueres.

*

Al fondo de la cronofobia está la muerte, la cosa más recta.

«No me gusta la muerte porque es recta, es la cosa más recta, lo escondido detrás de las cosas rectas», escribió Jesús Lizano, el poeta anarquista que amaba a las personas curvas. No sé si la vida sería posible sin la muerte, no sé si la cronofobia sería posible sin la muerte.

¿No es el miedo al paso del tiempo el mismo miedo que el miedo a morir?

Me pongo a escribir sobre la muerte y me tiemblan las manos y me asedian las dudas y me doy cabezazos contra un muro. Me resulta imposible imaginar la no existencia desde mi existencia, esa

imposibilidad me genera ataques de ansiedad y levanta ese muro contra el que me estrello una y otra vez. Solo en una ocasión vislumbré la experiencia subjetiva de la muerte (si es que se puede hablar de tal cosa): cuando, para hacerme una gastroscopia e investigar mis frecuentes ardores estomacales, me sedaron con Propofol en la Fundación Jiménez Díaz. Salió bien, gracias. En cuanto me suministraron la droga caí repentinamente, y de manera radical, en un hoyo negrísimo; al despertar, como si no hubiera pasado una décima de segundo, le decía cosas inconexas a unas enfermeras acostumbradas a gente que vuelve a la vida diciendo cosas inconexas. No fue como dormir: cuando uno duerme siente que sigue vivo, se despierta un poco, sueña, se revuelve, siempre hay algún signo de existencia y todo ocurre de manera progresiva. Aquel lapso de Propofol, un blackout repentino, fue como no existir. Como estar muerto.

Tampoco estuvo tan mal.

Precisamente fue contra un muro, contra la pared de mi dormitorio, una pared blanca al gotelé, a eso de los 14 años, una noche en la que trataba de embarcar en la nave del sueño, cuando me di cuenta de que me iba a morir. No en aquel momento, pero algún día. Ya había oído hablar de la muerte, claro, ya sabía que iba a morir, pero no lo sabía de verdad, no me había dado cuenta de lo que eso significaba. Y aquella noche, una noche cualquiera, mediante algún clic existencial desconocido, lo entendí todo, o al menos una porción de todo. Fue como asomarse a un abismo que era el cosmos entero y que se desplegaba en la superficie interior de mis párpados. Más allá, lo desconocido. Y el gotelé.

Es extraño cómo conocemos la muerte. De niños empezamos a hablar de ella porque vemos un gorrión muerto sobre las baldosas del parque, porque el personaje de un cuento se muere, porque la abuelita se va al cielo. Mi hija de tres años habla de gente y animales que mueren y lo hace con cierto desenfado: todavía no es consciente de que la muerte es universal y definitiva, es decir, que

ella también va a morir y nosotros, sus padres, también. En mi libro El padre del fuego recogía esta anécdota:

«El otro día, jugando sobre la alfombra con los 22 arcanos mayores del tarot Visconti-Sforza, apareció el Arcano 13. Habíamos sacado el Mago, el Colgado, la Papisa, la Templanza, la Rueda, y entonces salió la Muerte, la única carta que no lleva nombre. Candela, después de mí, pronunció por primera vez la palabra muerte. No sabía qué era eso, se rio, se quedó tan tranquila y sonriente, y enseguida se dio cuenta de que en la carta se veía un esqueleto.

— ¡Mira, e-queleto! ¡Mira, e-queleto!

Eso fue todo. Algún día tendremos que explicarle a Candela qué es eso de la muerte. Por el momento me conmueve esa inocencia, no solo alejada de la tecnología, sino también de su propia finitud».

Los niños sufren un intenso terror ante la posibilidad de que sus padres se mueran, es el miedo a quedarse solos, sin el amor y la seguridad que les ofrecen los que, sin pedirles permiso, les han arrojado al mundo. Les importa más que su propia muerte, porque el tiempo por delante parece infinito. «Para eso queda mucho tiempo», le diremos a la niña. Luego, cuando uno va creciendo, se da cuenta de que no es tanto. Pero qué otra cosa se puede decir.

Eso es lo más desesperante de la muerte: que nadie tiene las respuestas, que nadie ha vuelto de allí para contarla, que no hay quien nos pueda consolar.

A cierta edad los niños piensan que la muerte es algo reversible o temporal, como en los dibujos animados. O que es algo mágico, de modo que pueden matar a alguien con un pensamiento. Entre los 6 y los 9 años entienden que ellos también caerán bajo la guadaña y se hacen preguntas sobre el alma, sobre lo que hay después, sobre todo lo referente a los cadáveres. ¿Cuando muera, se comerá el gato mis ojos? Sin embargo, en la niñez, aunque sepas que te vas a morir, nunca entiendes que te vas a morir.

Eso sucede un poco más tarde, cuando eres un adolescente y tratas de conciliar el sueño frente a una pared de gotelé, o más tarde aún, cuando comienzas a desarrollar tendencias cronófobas, o más tarde todavía, cuando llegas al punto medio de la vida y eres definitivamente consciente de tu finitud. Hay un momento, al que yo ya he llegado, en el que han muerto tus abuelos y tus padres, y uno ya ha hecho tres cuartos de hora de cola en el parque acuático, y es el siguiente en tirarse por el tobogán.

Pero quizá ni siquiera llegue en la mediana edad la total conciencia de la muerte, sino ya en la vejez, cuando el cuerpo decae o cuando uno hace cuentas y puede que se muera ese mismo año y no dentro de 20 (aunque, en realidad, uno se pueda morir en cualquier momento). O quizás uno no acepte nunca la muerte, como esas personas muy mayores, muy enfermas y muy cansadas que, cuando llega el momento final, todavía tratan de aferrarse a la vida con todas sus fuerzas, las pocas que les quedan, y que sacan una electricidad inaudita para agarrarse a las sábanas y revolverse ante los brazos de las enfermeras. Esas personas a las que hay que susurrar al oído, en su lecho de muerte:

— Déjate ir, déjate ir.

Sí, ¿pero a dónde?

*

«En los últimos cincuenta años, más de dieciséis millones de personas han abandonado las listas del censo, mientras que se han incorporado a ellas casi veintiún millones. Desde el inicio del siglo XXI en España se registra una media de mil defunciones diarias, una tasa de mortalidad anual que en los últimos cuarenta años ha oscilado entre el 8 y el 9 por mil. Es un goteo permanente, tan

cotidiano que no reparamos en él a no ser que nos toque de cerca. Estamos tan acostumbrados a ello que la demografía lo llama «movimiento natural». La gran mayoría de las defunciones son de personas de edad avanzada. En España, la tasa de mortalidad se dispara a partir de los ochenta años, sobre todo de ochenta y cinco. A esa edad mueren cien personas de cada mil, doscientas a los noventa y trescientas a los noventa y cinco».

ORIOL BARTOMEUS, El peso del tiempo. Relato del relevo generacional en España

*

¿Cómo vivir con la perspectiva de la muerte?

La muerte es un señor de frente despejada y vestido de negro que se aparece en la playa empedrada donde descansa el caballero Antonius Block, ya regresado de las Cruzadas a una Suecia asolada por la peste. La mirada al cielo, la espada en la mano, los oscuros caballos se adentran en las olas en blanco y negro. La muerte le anuncia al caballero que viene a buscarle: sin odio, pero también sin compasión.

— ¿Quién eres tú?

— La muerte.

— ¿Vienes por mí?

— Hace ya tiempo que camino a tu lado.

— Ya lo sé.

El caballero le propone jugar al ajedrez: sabe que la muerte juega, lo ha «visto en pinturas y oído en canciones». Es una de las secuencias más icónicas de la historia del cine, al comienzo de El séptimo sello (1957), de Ingmar Bergman. Eso es la vida, jugar al ajedrez con la muerte.

Vivimos haciendo un malabar: proteger la vida a toda costa, tratando de ignorar que el fin inevitablemente llegará. «Es más fácil soportar la muerte sin pensar en ella, que soportar el pensamiento de la muerte», escribió Blaise Pascal. Aun así, tal vez sin reparar en ello, dedicamos buena parte de nuestra actividad a preservar la vida y, por ende, ahuyentar la muerte: trabajamos para ganar dinero y ese dinero lo invertimos en procurarnos un techo (que cada vez se lleva una parte mayor de los ingresos), en vestirnos y alimentarnos. Para algunos, la reproducción, otro de los grandes asuntos de la existencia, funciona como bálsamo ante la parca: viviremos para siempre en nuestros descendientes. Tiene sentido si es cierto que somos transmisores de genes egoístas, un mero envoltorio temporal para el material genético, pero no es gran consuelo cuando pienso que ni siquiera conocí a mis abuelos y que es difícil que nadie se acuerde de nosotros cuando hayamos muerto y pasen un par de generaciones.

Los seres humanos ansiamos eso: la transcendencia, dejar huella y permanecer de alguna manera después de nuestra muerte. Buena parte de la actividad cultural, desde las pinturas rupestres hasta las últimas novelas, pasando por los rituales, los mitos y las religiones, las catedrales góticas o las sinfonías clásicas, tiene que ver con esa necesidad de trascendencia. «Paradójicamente, es precisamente la conciencia de que la vida se desvanece con el paso del tiempo lo que orienta la actividad humana hacia la creación de artefactos que poseen la durabilidad de la que carecen sus creadores: imágenes talladas en piedra y mármol, palabras escritas en libros, belleza tejida con sonidos, ideas capturadas en películas. La mayor parte de la civilización es un subproducto de la búsqueda de la inmortalidad, escribe el biólogo molecular Darryl Reanney en The Death of

Forever. Pero es complicado: mi madre tenía una colección de libros de tapa azul oscura que recogía textos de los premios Nobel de Literatura: siendo yo un buen lector, no conocía el nombre de la mayoría. Ni ganando un Nobel estaba asegurada la posteridad: personas de gran fama y transcendencia en una época son olvidadas poco después, como se ve al revisar, por ejemplo, la lista de presidentes de Estados Unidos. Pero aunque fuéramos Miguel de Cervantes o William Shakespeare… ¿Qué beneficios tiene la posteridad para alguien que ha muerto y del que la mayoría solo conoce el nombre?

Tal vez esa ansia de trascendencia sea un síntoma del individualismo, cuando quizá no seamos tan individuos. A veces pienso en cómo está de entrelazada la madeja de la humanidad: tenemos dos padres, cuatro abuelos, ocho bisabuelos, 16 tatarabuelos, 32, 64, 128, y así crece exponencialmente el número de antepasados: no sabemos quiénes fueron, dónde vivían, con qué soñaban, si fueron herreros, lavanderas, soldados, tejedoras, no sabemos sus nombres, son solo hilos en la urdimbre de la existencia. Por eso desconfío cuando alguien afirma que desciende de un antiguo noble, artista o rey: la descendencia es multitudinaria y borrosa, todo se mezcla en el tapiz humano. Cuando era niño ayudé a mi tía Vicen a elaborar un árbol genealógico de nuestra familia que iba generando con información recogida en parroquias y registros. Cuanto más nos adentrábamos en el pasado, más se abría el árbol y menos sentido tenían los nombres de aquellas personas desconocidas, perdidas para siempre en el marasmo del tiempo.

Evitar la muerte a toda costa es una actitud constante en la historia de la humanidad, es parte de lo que nos hace humanos, pero en la contemporaneidad, además, surge un interés extra en lograr estilos de vida saludables que nos permitan vivir más y mejor. Aplicaciones para hacer deporte en casa, secciones de comida ecológica en los supermercados, dietas antioxidantes, tratamientos de belleza: el cuerpo, sustento material de la vida, se trata como un templo, al tiempo que las nuevas generaciones son cada vez menos proclives a

los hábitos tóxicos que tanto enarbolaron sus predecesoras: alcohol, tabaco, drogas. Se encuentran excéntricas corrientes en internet que promueven el celibato y la no eyaculación con el fin de preservar no sé qué «energías» vitales. Se da, en general, un instinto de supervivencia que atraviesa la vida y, pese a todo, vivimos como si nunca fuéramos a morir. La certeza de la muerte parece nunca definirse completamente, aunque vayamos cobrando mayor conciencia según cumplimos años.

La muerte no es, sin embargo, lo peor que podemos imaginar: de hecho, hay personas que prefieren quitarse de en medio antes que vivir una vida infernal. Algunas corrientes filosóficas, como los epicúreos, piensan que no deberíamos preocuparnos en absoluto por la muerte, porque la muerte no es nada, o es la nada: «Acostúmbrate a pensar que la muerte nada es para nosotros, porque todo bien y todo mal residen en la sensación y la muerte es la privación de los sentidos», escribe Epicuro. Alguna vez he sentido tristeza ante la muerte por la perspectiva de echar de menos a mis seres queridos o las cosas buenas de la vida. Sin embargo, cuando uno muere, que sepamos, ya no está, ya no hay un sujeto nostálgico o añorante. La muerte es la experiencia que tuve la vez que me sedaron con Propofol, una nada muy nada.

A este respecto suele hacerse una comparación inteligente: si no nos importa no haber estado vivos en la Edad Media, ¿por qué debería importarnos dejar de existir de aquí en adelante? Es un argumento que utilizaba Schopenhauer. Sin embargo, existe una incomprensible asimetría entre una inexistencia pasada infinita, que no nos angustia, y una inexistencia futura infinita, que nos llena de zozobra. Nos aferramos a existir, y eso que existir tampoco es para tanto: pero es lo que hay. Lo único que hay y todo lo que hay.

«Nada temible hay en el vivir para quien ha comprendido realmente que nada temible hay en el no vivir», escribe también Epicuro. Es una idea que siempre me ronda, porque creo que el gran problema de mi crono-necro-fobia no es la muerte, que es inevitable, sino el

miedo a la muerte, que sí se puede evitar. Esa es la auténtica libertad: el no tener miedo a morir. Es el camino que ansío: la vida como un aprendizaje para la muerte. «Filosofar es prepararse a morir», escribió Michel de Montaigne.

Un amigo mío, que es médico, me cuenta que, por viejo y enfermo que esté un paciente, siempre se echa por delante muchos más años de los que probablemente vaya a vivir. Yo mismo, de joven, pensaba que viviría 75 años. Ahora, que ya navego la mediana edad, prefiero calcular que viviré 95. Aunque pueda morir mañana. También lo recoge Montaigne: «No hay ningún hombre por decrépito que sea que, acordándose de Matusalén, no piense tener por lo menos todavía veinte años en el cuerpo». Pero este consuelo de la posible longevidad no es conveniente: lo óptimo sería aceptar la caducidad de nuestra vida. Es curioso: cuando enfrentamos la madurez sabemos que, con los años, iremos viendo morir alrededor a los amigos. Lo que no solemos pensar es que nosotros seremos uno de esos amigos que se van antes de tiempo. En vistas del final, fantaseo con que, cuando me llegue la muerte, me encuentre tan aburrido o tan preparado que no me importe en absoluto. Eso sería la sabiduría.

Para tratar ese miedo al fin, sin embargo, se han intentado otras vías. Por ejemplo, las religiones, que más que proclamar la indiferencia de Epicuro y sus discípulos, los hedonistas, trataron de dar bálsamos a la existencia finita a base de promesas de una vida eterna después de esta vida corta y dolorosa. Con el inconveniente de que se justificara la insatisfacción actual con el Paraíso futuro, normalmente a favor de los poderosos. Las religiones ofrecen un sentido a la vida y la comunidad, los rituales y el relato para hacer la muerte soportable. Los muertos no están solos sino en compañía de otros muertos y cuidados por una deidad bondadosa, y ahí también iremos nosotros. Un final feliz. Pero algunas veces me he imaginado que lo único que existe fuera de la vida es el Infierno y que después de la muerte, por mucho que digan, solo nos espera un dolor infinito. Es un pensamiento insoportable que me recuerda al horror

cósmico que H. P. Lovecraft sentía al imaginar a unos horrendos dioses en las profundidades del universo, aunque para Lovecraft el universo no era maligno, sino indiferente y ajeno, y eso resultaba aún más terrorífico.

Los filósofos, claro está, se han ocupado de la muerte. Kierkegaard, existencialista, se asombra ante lo inabarcable de la muerte, de la incertidumbre, de la posibilidad de la nada. Era ese abismo al que mi yo adolescente se enfrentaba aquella noche en la cama, admirando el gotelé infinito, y que Kierkegaard reconoce que enfrentamos en soledad. Es aquella idea que me ha rondado con frecuencia: nadie puede consolarme del hecho de morir porque nadie está exento, nadie lo comprende y nadie ha regresado para contarlo. Es un trance, el gran trance de la existencia, que tenemos que enfrentar solos. Lo «serio», para el filósofo danés, no es la indiferencia ante la muerte, sino «vivir cada día como si fuera el último». Para Heidegger somos arrojados a la existencia y somos seres-para-la-muerte: la muerte no es un hecho lejano o el final del camino, sino algo siempre presente, siempre posible (la posibilidad de la imposibilidad), que estructura y limita la existencia (como sabe cualquier cronófobo). Para Camus la muerte convierte la vida en una experiencia absurda a la que tenemos que encontrar sentido, por eso la pregunta sobre el suicidio es la pregunta más importante que puede formularse:

¿Vale la pena vivir?

David Benatar es conocido popularmente como «el filósofo más pesimista del mundo». Tal vez, con mucha menos fama, haya ocupado el lugar de Emil Cioran, aunque menos literario y más al estilo metódico de la filosofía analítica anglosajona. Cultiva un aura de misterio, pues no se deja ver ni fotografiar. Piensa que la vida no tiene sentido, que es irrelevante y de mala calidad: la vida es horrenda, sí, pero más horrendo es morir. Benatar es un furibundo antinatalista, porque tener descendencia es propagar el virus de la existencia.

Lo óptimo, en realidad, hubiera sido no haber nacido.

*

Nombre: Juan José Millás

Profesión: Escritor

Fecha de nacimiento: 31 de enero de 1946

Fecha de la entrevista: 27 de octubre de 2022

Pregunta. En su libro con Juan Luis Arsuaga, La muerte contada por un sapiens a un neandertal, hablan del envejecimiento y la muerte. No es un tema que se trate mucho.

Respuesta. No se habla, da mal rollo, y sin embargo los libros sobre la muerte venden mucho. Hay interés, pero hay poca información. De hecho, en la vejez entras a ciegas. Yo la voy descubriendo poco a poco.

P. ¿Cómo es?

R. A veces se parece mucho a la adolescencia. En las memorias de John Cheever se dice que en la vejez hay misterio, hay confusión. Yo digo: como en la adolescencia. Haciendo el libro con Arsuaga, yo envejecí. Es decir, hasta entonces yo era objetivamente mayor, pero no era consciente. Ahí vi la disparidad que hay entre cómo te ves y cómo te ven los demás. Yo muchos días tengo la sensación de ser un muchacho. Pero te miras en el espejo…

P. A mí de niño me daba la impresión de que la vejez era un momento corto, puntual, de la vida, pero ahora veo que

tiene muchos tramos.

R. Una persona que se jubile a los 65 tiene otra vida por delante, es que cada vez se vive más tiempo. Hay muchos momentos, muchos tragos… Puede uno dedicarse a algo, al estudio… o a la vigorexia.

P. ¿Le ha preocupado la muerte durante su vida?

R. Siempre he pensado en ella, porque fui un joven trágico. Me dijo El Gran Wyoming que, como yo había sido un joven viejo, estaba condenado a ser un viejo joven. Pero no ha habido día de mi vida en que no haya pensado en la muerte. Creo que es bueno coquetear con ella. Así la vas conociendo, y el roce genera cariño.

P. ¿Se lleva uno mejor con ella cuando se acerca?

R. Te acostumbras. Leí en algún sitio que la muerte para el niño no existe, para el joven es trágica (para la mediana edad no me acuerdo qué decía), y para el viejo… es un trámite administrativo. Algo que resolver. Por eso a partir de cierta edad vamos al notario, hacemos testamento, porque empieza a vivirse como un trámite. Es algo absolutamente banal: le ocurre a todo el mundo.

P. ¿Hasta cuándo planea usted vivir?

R. Pues Arsuaga me calculó, cuando hicimos el libro, con una aplicación de móvil, lo que me queda de vida. Me daban unos 12 años. Enseguida hice el cálculo: me quedan tres novelas. Así cuento el tiempo, en novelas. Pero esto nunca lo sabe uno, ni el día ni la hora. Y eso es bueno.

P. Claro, mucho mejor.

R. Eso sí, yo le he ganado ya seis años a la muerte, como esos países que ganan terreno al mar. Porque la longevidad de nuestra especie es de 70 años. No confundir con la esperanza de vida: esta es más alta porque no tenemos depredadores, hay avances médicos, etc.

P. Otra cosa sería que se muera la humanidad entera: pandemias, cambio climático, tecnología desbocada… Existe una amenaza nuclear y no parecemos alarmados. ¿Por qué?

R. Supongo que porque estamos acompañados. Si pasa, nos va a tocar a todos. A mí me parece increíble que Putin hable de iniciar una guerra nuclear porque todo el mundo sabe que una guerra nuclear no la gana nadie. Aunque fuera un arma táctica, sería el mismo desastre. E iniciaría una escalada. Por un lado, espero que funcione la disuasión, pero por otro pienso: esta especie es tan autodestructiva…

P. No sé si en otras épocas hubo un horizonte tan incierto.

R. El lugar en el que más tiempo pasamos es el futuro: el niño piensa en ser joven, el joven en ser adulto, etc. Incluso por la mañana pensamos qué haremos por la tarde. O en Navidades. Y ahora nos hemos arrebatado el futuro. Los jóvenes no pueden emanciparse, comprarse un piso, tener hijos… Esto del posfuturo, como lo llama la filósofa Marina Garcés, es una novedad.

P. Con este panorama, igual estamos trabajando en balde. Igual cuando esta entrevista se haya publicado, se ha iniciado la guerra nuclear.

R. Si alguien lee esto, son buenas noticias.

*

Quizá la muerte es hoy un tabú porque no hay un relato alternativo a la nada. Pero durante milenios la muerte tuvo vital importancia en las sociedades humanas: ya los neandertales y los primeros Homo sapiens se distinguieron por dar sepultura a los muertos y celebrar ritos en torno al fin de la vida. La vida fue vista desde entonces como un tránsito a otros mundos, por eso en ocasiones en la sepultura del finado se guardaban algunos de sus enseres y riquezas, que le serían de utilidad en el Más Allá. En el dualismo occidental, ya sea en Platón o en el cristianismo, el alma inmortal se separaba del cuerpo terrenal para continuar su existencia. La muerte no era un final absoluto, sino una transformación, un paso a otra forma de ser.

En la Edad Media, una mortífera época de guerras, hambrunas y epidemias, se acentuó el carácter colectivo de la muerte, que conducía al juicio, a la salvación o la condena: cielo, infierno y purgatorio. Surge entonces una potente iconografía: las danzas macabras, los gusanos y las calaveras que susurran «lo que tú eres, yo fui; lo que yo soy, tú serás», el memento mori («recuerda que morirás») o el ars moriendi; los manuales sobre el arte de morir, con consuelos para el moribundo, advertencias sobre las posibles tentaciones y el consejo de imitar a Cristo en sus últimas horas.

Con la modernidad ilustrada la muerte comienza a abordarse desde una perspectiva científica y racional, lejos de las facetas simbólicas y comunitarias precedentes. Es el desencantamiento del mundo del que habla Max Weber, cuando el mundo pierde su aura de misterio y trascendencia, y el comienzo de la medicalización de la muerte, que pasa del hogar al hospital, de la religión a la ciencia. La muerte deja de concebirse como el último paso del ciclo de la vida, para considerarse como un fallo a evitar, una derrota.

El Romanticismo, en reacción, devuelve a la muerte su carácter misterioso, poético, estético o macabro, no es una visión

estrictamente religiosa pero sí espiritual, de fusión con la naturaleza y retorno a lo absoluto. El joven Werther, de Goethe, se quita la vida por un desamor que cataliza su malestar existencial, como luego se la quitan muchos émulos románticos: la muerte joven y melancólica se idealiza; ronda las novelas góticas y atraviesa la obra de Edgar Allan Poe, donde las mujeres que regresan del Más Allá tienen un lugar central.

Con la actual decadencia de las creencias religiosas en las sociedades seculares europeas, la muerte se ha vuelto tabú. Se esconde, vivimos de espaldas a ella, como si no tuviese nada que ver con nosotros, con la vida y con los vivos. El hecho de que todos hayamos de morir, curiosamente, no hace que se incremente ese interés (¿en qué estima nos tendría Michel de Montaigne?). Aunque, paralelamente, surgen movimientos en pro del buen morir: los buenos cuidados paliativos, la eutanasia o la preparación psicológica para la muerte y el duelo. También la rentabilidad llega a los borrosos límites de la existencia, en forma de turismo oscuro (dark tourism), necromarketing o necrotainment, porque el neoliberalismo silvestre todo lo mercantiliza, hasta el Más Allá.

*

PERSONAS QUE HE CONOCIDO Y A LAS QUE HE ADMIRADO PORQUE TRATAN CON LA MUERTE EN SU VIDA COTIDIANA

El enterrador del cementerio de la Almudena. Visité al enterrador Eduardo Sesma para una entrevista en la edición española de la revista Vice: la publicación cerró, pero se conservan los restos en internet. Eduardo vivía en el barrio de San Cristóbal, muy al sur, uno de los más pobres de

Madrid, y de joven había sido sparring de boxeo (tenía que dejarse ganar) en lo que ahora es el parque del Gasómetro. Sus hijos eran, pues, fans del luchador de lucha libre estadounidense conocido como El Enterrador. Su trabajo era mover restos, huesos, pero también cadáveres más frescos, como un repartidor de Amazon. Cuando le pregunté qué pasa después de la muerte me dijo: «Que vengo yo y te entierro».

La doula de muerte. Conocí a la periodista y poeta Ana Vidal Egea en un viaje a Nueva York, donde reside. Además de sus otras actividades profesionales, Ana es doula de final de vida: estas, de forma análoga a las doulas que ayudan a nacer, acompañan a los que se van. En su libro Cómo acompañar a morir observa la autora una asimetría: mientras que el nacimiento y la primera infancia están rodeados de conocimiento y divulgación, libros, cursos, documentales; la muerte está opacada por el miedo y la oscuridad. «Acompañar a alguien en la fase final de su vida, al igual que cuidar a un bebé, es probablemente el acto de generosidad y amor más sublime que pueda hacerse por otro ser humano», escribe.

El médico forense. Philippe Boxho llevaba 30 años como forense en la ciudad belga de Lieja cuando se puso a escribir sobre sus experiencias… y vendió un millón de ejemplares. En sus libros hay muertos que no están muertos, gente que muere sola y cuyo cadáver nadie encuentra o reflexiones sobre el hedor de la putrefacción: «Es un olor repulsivo, muy fuerte, se huele perfectamente, se mezcla con la saliva y acabas saboreándolo. Es insoportable», me contó. Le conocí cuando vino a presentar su último libro al Institut Français de Madrid. Tanto tratar con la muerte y Boxho no tenía miedo de morir. Curiosamente, antes de ser médico iba para cura. «Cuando era creyente, tenía fe en la vida eterna, esperanza respecto a lo que pudiera ocurrir después, y sigo

envidiando mucho a los creyentes por ello. Pero la muerte no me asusta en absoluto porque es inevitable. Lo que sí me asusta es la forma de morir», me dijo. La más dulce es un infarto en plena noche, mientras uno duerme, abrigado por las sábanas. Las peores son quemado o ahogado. «No me gustaría morir de esas maneras», me dijo. «Pero ¿no le asusta la Nada?» «¿Por qué? Ya era así antes de nacer».

La tanatopractora. «Morirse, si lo piensas, es bastante gracioso», me dijo Caitlin Doughty, escritora y funeraria estadounidense, a través de la pantalla del ordenador. La entrevisté en calidad de autora de libros sobre las diferentes culturas de la muerte por todo el mundo o sobre las preguntas que los niños le hacen sobre la muerte: ¿Se comerá el gato mis ojos? ¿Puedo quedarme con el cráneo de mi padre cuando muera? ¿Por qué, si comemos pollos muertos, no comemos personas muertas? ¿A qué huelen los cadáveres? ¿Es posible despedir a la abuela como en un funeral vikingo (es decir, en una barca en llamas)? Doughty luce un vistoso flequillo de pinup, y tiene pinta de fan del rock and roll y los Munsters. Cuando tenía ocho años, vio a un niño caer de un segundo piso y estamparse contra el suelo. Se fue corriendo, muy impresionada. Nunca supo si aquel niño murió o salió malherido, pero la idea de la muerte comenzó a rondarle y nunca la ha abandonado.

*

Connor MacLeod es un hombre nacido en las Highlands escocesas del siglo XVI, que, tras sobrevivir a una herida letal en una batalla, descubre que es inmortal. Es el protagonista, interpretado por Christopher Lambert, de la saga cinematográfica Los inmortales,

muy popular en mi infancia. Hay otros como MacLeod: nunca mueren, solo fenecen si les cortan la cabeza. Y lo peor de todo: están condenados a enfrentarse los unos a los otros a lo largo de los siglos. «Solo puede quedar uno».

La inmortalidad es una idea inevitable para los que tenemos que morir, pero no está claro que sea deseable. «La muerte es mala, pero no por ello ser inmortal tendría que ser bueno», escribe el filósofo David Benatar, «es posible que la muerte sea mala, pero que la vida eterna fuera peor».

En una primera aproximación podemos pensar que, si vamos a vivir eternamente, pero seguir sufriendo el envejecimiento, llegaríamos a un punto de decadencia que no merecería la pena. Si fuéramos intrínsecamente inmortales, pero, aun así, pudiéramos morir en un accidente, la vida sería insoportable: tendríamos demasiado que perder y temeríamos pasear por la calle, no nos fuera a caer una maceta en la cabeza (en torno al año 2005, subiendo el madrileño Paseo de las Delicias, una maceta cayó de un balcón un metro a mi espalda y se desintegró contra el suelo: tal vez sea la ocasión en la que más cerca he estado de morir). Algunos pensadores, como Bernard Williams, han explorado otra consecuencia horrenda de la inmortalidad: que sería tremendamente aburrida y que nos hartaríamos hasta de nosotros mismos. También se ha argumentado que la falta de urgencia en una vida eterna nos quitaría el aliciente para hacer las cosas. No habría hambre de trascendencia. A estas consideraciones se ha respondido que los intereses humanos se pueden ir renovando con el tiempo o que algunas actividades (curiosamente relacionadas con la supervivencia, como comer o tener sexo) nunca nos hartan.

Las películas de vampiros suelen tratar de la inmortalidad y de la soledad que esta genera: si uno fuera inmortal, pero no los demás, iría viendo cómo a su alrededor mueren sus seres queridos, generación tras generación. ¿Qué ocurre cuando uno no muere pero todo alrededor desaparece? El género vampírico nos habla, además

de sobre el deseo y el daño, sobre la importancia de nuestros vínculos con el mundo que nos ha tocado vivir. Para algunos vampiros la eternidad es una repetitiva condena. Algo parecido le ocurre al robot doméstico protagonista de El hombre bicentenario, llamado Andrew Martin e interpretado por Robin Williams, que entra en una profunda melancolía cuando la gente alrededor se va muriendo: al final Martin consigue su sueño: lograr morir como un humano, a los 200 años. Ser humano es saber que algún día morirás.

¿Y si no se muriera nadie? En la novela Las intermitencias de la muerte, el nobel portugués José Saramago explora las consecuencias sociales de la inmortalidad. En este caso los inmortales envejecen y enferman, así que, aunque la desaparición de la muerte primero se celebra como una victoria, luego la sociedad se colapsa, con hospitales y residencias de mayores abarrotadas, con todo tipo de problemas legales y la pérdida de legitimidad de la Iglesia, que no puede prometer una vida eterna en otro mundo cuando ya la hay en el nuestro. Saramago muestra como la inmortalidad generalizada supondría numerosos problemas colectivos: por lo pronto, los seres humanos tendrían que dejar de reproducirse para evitar la hiperpoblación (contra este problema se ha dado la alternativa de colonización de otros planetas).

Aunque parezca ficción, en el mundo real hay una fuerte búsqueda de la inmortalidad o la longevidad extrema. Algunos millonarios de Silicon Valley, obsesionados con las teorías transhumanistas, que, según se ha señalado, tienen más de credo religioso que de ciencia (la resurrección de la carne, la vida eterna, etc.), invierten grandes sumas en alargar la vida o, directamente, erradicarla. En el libro Cómo ser un robot: aventuras entre cyborgs, utopistas y futuristas que intentan resolver el problema de la muerte, Marc O'Connell hace un recorrido por el mundillo transhumanista. Los transhumanistas piensan que la muerte es, sencillamente, un problema técnico (una idea que parece heredera de la modernidad ilustrada).

Ahí comparecen diferentes iniciativas en pos de la vida eterna (o larguísima). Por ejemplo, Calico, la empresa biotecnológica de Google dedicada a investigar el alargamiento de la vida y evitar las enfermedades relacionadas con el envejecimiento, o las empresas dedicadas a la biopreservación. El caso paradigmático es el de Walt Disney: desde niño me contaron mis mayores que Disney había «congelado» su cuerpo para que lo reviviesen en el futuro. Era una leyenda urbana: el cuerpo de Walt Disney fue en realidad incinerado. Otras opciones son el mind uploading (algo así como subida de la mente), es decir, la búsqueda de la tecnología necesaria para, después de mapear completamente el cerebro, descargar la mente de los cuerpos orgánicos, basados en el carbono, en los chips de silicio: ¿sería hermoso vivir como una inteligencia pura en el espacio digital? ¿Nos pasaríamos la vida dando a like y teniendo cibersexo? No lo tengo claro.

La idea más extraña: existen empresas, como Alcor Life Extension Foundation o Cryonics Institute, que ofrecen el servicio, no solo de criogenizar el cuerpo, sino de seccionarte la cabeza (lo resultante se llama cefalón) y también criogenizarla en nitrógeno líquido a –196 grados. Es la neuropreservación: se basa en la idea de que el cerebro es lo único relevante para reconstruir a la persona porque la identidad reside en las estructuras neuronales, en la esperanza de que en el futuro podremos disponer de cuerpos biónicos… y en el hecho económico de que congelar la cabeza es mucho más barato que congelar el cuerpo entero. Tal vez en el futuro convivamos con esas cabezas parlantes que aparecen en la serie Futurama.

Aunque, ¿qué sentido tiene despertar dentro de un par de siglos, si es que la humanidad sobrevive, y encontrarse en un lugar totalmente desconocido, totalmente solo y sin ningún vínculo ni con el mundo ni con las personas? Bien mirado, parece aceptar voluntariamente la pesadilla que sufren los vampiros.

Pensar la inmortalidad, sin embargo, nos lleva a una conclusión que solemos olvidar: que no todo depende de nosotros mismos. Nuestra

supervivencia está unida a la de la especie humana que, justamente en época de sueños de vida eterna, se enfrenta a un completo menú de posibilidades del Fin del Mundo. Pero, aun aceptando que la humanidad sobreviviese indefinidamente, cosa harto improbable, existe un límite físico, más bien astronómico: dentro de unos 5.000 millones de años el Sol entrará en su fase de gigante roja y engullirá (o casi) a la Tierra, haciendo la vida (y la inmortalidad) imposible.

*

«Miedo a la luz. Miedo a la primera vez que haces algo por primera vez. Miedo al aire, llanto. Miedo a la oscuridad. Miedo al pasillo. Miedo al monstruo en la oscuridad del pasillo, o debajo de la cama, o dentro del armario. Miedo a los insectos al fondo de las sábanas.

Miedo al colegio, a los otros niños del colegio. Miedo a que mamá se muera. Miedo al acné, al semen, a la patada en la espinilla. Miedo a no ser suficientemente guay, a no llevar marcas. Miedo a ser miope, a ser pies planos, a la halitosis. Miedo a llegar borracho dos horas más tarde de la hora. Miedo al futuro, a qué elegir. Miedo a la carrera, a la formación profesional, al examen final. Miedo a ser un fracasado. Miedo al paro, a que te den mal las vueltas, miedo a que se cuele una señora en el supermercado. Miedo al banco, a la hipoteca, miedo a engancharte con la coca. Miedo al contrato basura, al freelancismo, a un contrato indefinido hasta la tumba.

Miedo a los antidisturbios, a los abogados, a los videntes de la tele, a la Crisis.

Sed temerosos de Dios y los mercados. Miedo a los 30, a los 40, al consejero delegado, al sindicato. Miedo a las almorranas, a los cojines calientes, a los váteres sucios. Miedo al ataque al corazón, al colesterol malo. Miedo a la canción del verano. Miedo a los taxistas

que te dan rodeos, a los terroristas. Miedo a los mosquitos, a que me vean desnuda los vecinos. Miedo a los aviones, a parecer tonto, al fin de la conversación.

Miedo a tener hijos, a tenerlos y que mueran o que vivan en un piso de 30 metros cuadrados, o que se hagan neonazis. Miedo a las arrugas, a la alopecia, a tener un coche más pequeño que el del vecino. Miedo a la reforma laboral y de pensiones, miedo al parlamento. Miedo a Javier Ortega Smith… y a Nosferatu. Miedo al atardecer, al punto medio de la vida, a la lenta decadencia de todo lo que existe. Miedo al aburrimiento, a la esclerosis, a la barriga y las ojeras. Miedo a no conocer a los grupos de moda en el momento, a no entenderlos. Miedo a enviudar, a los atascos de hora punta. Miedo a acabar estrellado en la cuneta. Miedo a jubilarte. Miedo al cáncer, al alzhéimer, a olvidarte de quién eres y babear y no reconocer a los que quieres. Miedo a acordarte de Espinete y que hayan pasado 80 años. Miedo a acabar en un asilo. Miedo a ser el último en morir y quedar solo en un banco, en un parque, mirando una obra. Miedo a morir.

A vivir acojonado».

SERGIO C. FANJUL, Miedo. La crisis, econopoemas (Ya lo dijo Casimiro Parker, 2013)

*

Los romanos lo llamaban memento mori: al regresar, los generales victoriosos que desfilaban por las calles de la capital imperial llevaban un esclavo que les recordaba, al oído, que ellos también iban a morir. Que todos vamos a morir.

Era un día de universidad, en los últimos cursos, y yo era correspondientemente joven y salía de un examen de Mecánica Estadística que había resuelto con extraordinaria eficacia (obtendría una matrícula de honor: no era lo normal en mi expediente). Recuerdo que era viernes, y se acercaba el verano, y esa tarde no tenía otra cosa que hacer más que quedar con mis amigas y correrme una juerga o dos, y sentía el sol en mi rostro fundiéndose como miel templada mientras caminaba rumbo al metro de Ciudad Universitaria y en los auriculares sonaba un disco precioso de hip hop abstracto…

Creo que era uno de esos momentos en los que, a posteriori, uno diría que ha sido feliz.

Y entonces, como un puñetazo que viniera de la constelación de Orión, recordé la verdad más siniestra: que todas esas nimiedades, de exámenes, de amigas, del sol en el rostro fundiéndose como miel templada y el hip hop abstracto en los oídos no tenían la más mínima importancia, eran un aspecto insignificante de la vastedad opresiva del cosmos y de la más opresiva certeza de que algún día, tampoco tan lejano, todo esto desaparecería: el día de mi muerte. Porque un universo entero, incluso con sus disciplinas científicas más sofisticadas y sus muchos gigabytes generados en recuerdos, se extingue cada vez que alguien se muere.

Yo, Steven Spielberg, las galaxias espirales, las imágenes de mi mamá, el marxismo, las hojas del olmo siberiano del balcón, mis amigas, la especulación inmobiliaria, Bluey y Doraemon, los Premios Princesa de Asturias, los bistecs a la plancha: todo eso desaparecerá para siempre cuando yo me muera.

Si me dicen que el mundo va a continuar, o que ha existido antes de mí, no me lo creo.

Este chasco existencial, ser consciente de pronto del sinsentido de la existencia en un momento dulce, me sucede con frecuencia. Ni

siquiera sé por qué me ha quedado grabada aquella mañana tras el examen de Mecánica Estadística (tal vez por la exposición académica al funesto concepto de entropía). La mente, o al menos mi mente, me dijo la psicoterapeuta, es un gato que siempre necesita un ovillo con el que jugar: a veces es que llueve, a veces que he discutido con Liliana, a veces es que algún día todos vamos a morir.

Cuando aparecen los problemas mundanos, cuando sufro una jaqueca o estrés por la entrega de un trabajo, mi mente se recrea en ese malestar, a veces hasta la obsesión. Pero cuando todo va aparentemente bien, cuando la vida parece sonreírme y alcanzo la alegría, la tranquilidad e incluso atisbo a ver algo de eso que llaman felicidad, siempre me acuerdo, automáticamente, como el emperador victorioso al que le susurra el esclavo, del absurdo de estar vivo. Y de la muerte.

*

Sergio C. Fanjul. ¿Con qué frecuencia piensas en la muerte y de qué modo te afecta?

Isabel Escobar. Todos los días, en algún momento. Pero más que en la muerte, en la vejez y la decadencia física. Me afecta preocupándome inútilmente.

Marta Díez San Millán. Yo la tengo presente constantemente y me afecta convirtiéndome en una frívola del averno. Justifico cualquier decisión con un «total, nos vamos a morir» desde la compra de un vestido de marca a la consumación sexual con un tipo cuestionable por la razón que sea. Pero me mantiene de muy buen humor, esto es así.

Marc Collel. Cuando veo una película de Almodóvar.

Miguel Herranz Farelo. Casi continuamente. Durante un breve tiempo, con temor; después como una excusa para hacer lo que me da la gana. Me cago en las normas.

Dori Flores. Yo sí pienso mucho en la muerte, y sobre todo, desde hace dos meses que murió mi padre, te das cuenta de lo corta que es la vida y del tiempo que desperdicias.

Pau Atienza. Pienso en la muerte cuando leo tus posts. Lo siento como un alivio.

Lou Guerrero. Soy consciente de que moriré, pero no es algo en lo que habitualmente piense. No me parece dramático, me parece real.

Oscar Carriquí. Jamás.

*

Fui a comprar dos manzanas y perdí el miedo a morir. Pero solo un poco.

Iba camino del metro de Acacias para hacer guardia en la redacción y paré en una pequeña frutería. Había olvidado las frutas que me calman la ansiedad que me produce el periódico y que no quería calmar ya más con basura de la máquina expendedora. Encontré a una frutera con el rostro amoratado, como si las ojeras fueran más allá de su curso normal e invadiesen otros cauces del rostro, las comisuras de la boca y las sienes. Estaba hablando con una clienta habitual.

—Pues nada, parece que me he librado otra vez —le decía.

Entendí que tenía una enfermedad grave y recurrente que le hacía ingresar cada poco y que la ponía al borde del abismo.

—Yo ya no le tengo miedo, después de tantos problemas. Cuando sea mi hora, pues me voy para el otro lado. Pero parece que todavía no ha llegado.

Mientras hablaba iba sirviendo peras y melocotones en bolsitas de plástico. La clienta la miraba con interés y compasión. Y no decía demasiado, porque la frutera hablaba mucho.

—Total, que ya sé lo que hay después, así que no me da miedo.

—¿Qué hay después? —pregunté, uniéndome a la conversación.

Contó que en una ocasión había estado sedada, desahuciada, esperando la muerte y había visto «una llanura muy verde, con un cielo muy azul». Lo imaginé como un fondo de pantalla de Windows.

—Yo estaba feliz, ni siquiera me acordaba del pasado. No echaba de menos a nadie, solo quería estar allí. Luego alguien vino a buscarme, igual era un ángel o algo, y me dijo que tenía que volver aquí. Pero yo no quería, allí estaba fenomenal.

Había vuelto a aquella frutería, donde servía peras y melocotones, aunque, con tanta cháchara, no me había servido mis manzanas, y llevábamos cerca de quince minutos. Entonces llegó el marido y, viendo mi espera, se decidió a atenderme, mientras la frutera seguía hablando de sus experiencias al límite. Me hacía gestos como diciendo «no le hagas caso, que está un poco loca». Le pedí dos manzanas golden, pero me dijo que las ambrosía estaban más ricas. Le hice caso.

El Más Allá que esa mujer observó en su ECM (Experiencia Cercana a la Muerte), lo observé antes, parece el clásico fondo de pantalla de Windows, una imagen titulada Bliss (felicidad en inglés), tomada en 1996 por Charles O'Rear para National Geographic. Fue comprada

por Bill Gates en 2000. Esas colinas verdes y suaves, esos cielos azules manchados por las justas y necesarias nubes blancas, sugieren una paz honda y serena, y por eso la colocaron ahí, y por eso cuando enciendes el ordenador y la ves te sientes a gusto, y más proclive a usar Windows.

Probablemente la muerte sea el asunto en el que más he pensado en mi vida. Una dedicación diaria a lo largo de los años que seguramente sume una brutalidad de horas a lo largo de mi existencia. Qué nervios. El día de mi muerte probablemente será el día más importante, cuando llegue el momento más temido, pero también más esperado. Eso en el caso de que muera con previo aviso, después de una enfermedad que, por favor, no sea muy penosa. Existe también la posibilidad de morirse súbitamente (ahora mismo, por ejemplo) sin ser consciente de que uno se muere, la que dicen que es la opción más deseable. Aunque no lo tengo claro: quizás el momento final requiera algo más de ceremonia que un ataque al corazón a medianoche, como murió mi padre, o un accidente de coche en la A6. En cualquier caso, las preguntas son las mismas.

¿Será realmente el Más Allá como un fondo de pantalla? ¿Nos iremos todos a vivir a esas colinas verdes tras la muerte? Las manzanas, tenía razón el frutero, estaban especialmente sabrosas: ¿Las traerían de una pomarada secreta en el dulce país de los muertos?

*

La artista catalana Camila Cañeque estaba obsesionada con los finales. Con los finales de todas las cosas, entre ellos, con el final de la vida, que es un continuo acabarse.

También con los finales de los libros.

Sabemos, se dice en cualquier taller de escritura o en cualquier redacción de periódico, que lo más importante de un texto es el comienzo. El primer párrafo, dice la sabiduría literaria popular, es el último que se escribe y al que más vueltas se le da. La primera frase es la frase que tiene que cogerte de las solapas y zambullirte en el texto para siempre. La primera frase debe ser un billete para la eternidad.

Durante mucho tiempo, me acosté temprano…

En un lugar de la Mancha de cuyo nombre no quiero acordarme…

Era el mejor de los tiempos, era el peor de los tiempos…

Pero, ¿qué hay de los finales? Cañeque estudió los finales de los libros y escribió un libro que tituló La última frase. Siempre que encontraba un libro iba al final, leía la última frase, la apuntaba o le hacía una foto. Las recopilaba, las releía: «Las últimas frases estaban cargadas de un extraño magnetismo, eran como cuerpos textuales posando en el borde de un precipicio», observó. En su libro recogió 452.

La primera es «Amén», de la Biblia.

La última frase del libro La última frase es «Vale», de El Quijote.

Por en medio hay muchas.

«Entonces el aeroplano dio la vuelta y empezamos a perder altura», de Mirando al sol, de Julian Barnes. «No inventamos nada, ahí queda eso, sí, sí, sí, sí», de Economía libidinal, de Jean-François Lyotard. «Esto he grabado en la montaña, y mi venganza está escrita en el polvo de la roca», de La narración de Arthur Gordon Pym, de Edgar Allan Poe.

Hay finales famosos. «¡Proletarios de todos los países, uníos!», acaba el Manifiesto Comunista de Marx y Engels. «¡No me dejen tan

triste!», termina El Principito, de Saint-Exupéry. «De lo que no se puede hablar hay que callar», finaliza el Tractatus de Ludwig Wittgenstein. El Ulises de Joyce acaba con el célebre monólogo de Molly Bloom, cuyos últimos compases son estos: «…y el corazón le latía como loco y sí dije sí quiero Sí».

Hay finales curiosos, algunos banales, algunos poéticos. «Esperá que me termine el pitillito», en Rayuela de Julio Cortázar. «Y al día siguiente no murió nadie», en Las intermitencias de la muerte, de José Saramago. «Siempre me ha encantado tu nuca», en Gótico carpintero de William Gaddis. «Y a mí no se me pudo poner dura» en Factótum, de Charles Bukowski.

Cañeque encuentra patrones en las últimas frases con la misma solvencia que un adicto a las teorías de la conspiración. Encuentra, por ejemplo, mucha lluvia: «La lluvia cae silenciosa, despacio», en La mirada indiscreta de Georges Simenon. «Al final, bajo un cielo entristecido, comienza a llover», de Reflexiones para jinetes, de Franz Kafka. «Y volví al hotel bajo la lluvia», en Adiós a las armas, de Ernest Hemingway. Además de la lluvia abundan en los finales otros elementos acuosos, como los mares, la nieve o la lluvia. «Y lloró, al fin», acaba El camino, de Miguel Delibes.

Además de clasificarlas, Cañeque pone «a bailar» a las últimas frases, las mezcla a la manera surrealista, y surgen nuevos significados. A veces parecen pequeños poemas, otras veces pequeños relatos.

«Me reconfortaba sentir el peso de la pistola en mi bolsillo / El aire estaba lleno de música / Ignorando los gemidos de mi estómago vacío, me puse el rifle bajo el brazo y me arrastré hacia la abertura de la ventana más próxima / Volví a ponerlo en su sitio y seguí cantando / Como si no pensara en nada / ¿Dónde te metiste?». Este pequeño texto está formado por últimas frases de diferentes libros, sin conexión entre ellos.

El destino a veces hace poesía, aunque sea poesía triste. Al finalizar su libro sobre finales, también finalizó la vida de Cañeque. Falleció el 14 de febrero de 2024, a los 39 años, de forma súbita, mientras dormía. «En una coincidencia trágica, este libro fue lo último que vio. Estaba trabajando en él, dejó el ordenador, se fue a dormir y falleció», me dijo Carlos Rod, su editor en la editorial La Uña Rota. El libro estaba acabado.

*

La última frase de este libro todavía está por llegar.

A lo largo de este recorrido, lleno de digresiones y meandros, como el propio flujo temporal, he intentado comprender algo más sobre el tiempo y sobre el miedo al tiempo, que marca mi existencia cotidiana. Es una idea obsesiva, como esas campanitas que hay sobre las recepciones de los hoteles, y que va sonando a lo largo del día.

Ping, ping, ping.

Tempus fugit.

Memento mori.

La verdad, es un incordio. Creo que, aun de forma inconsciente o en diferentes manifestaciones, es un miedo que la mayoría compartimos.

He aprendido cosas. También he sufrido escribiendo, especialmente sobre la muerte en este último capítulo. ¿A quién le gusta pensar en la muerte? Creo que si hablásemos de ella más a menudo, sino fuese un tabú, la convivencia con la nada por venir sería más

sencilla. En algunos países, he leído, se abren death cafes, cafeterías para charlar sobre nuestra condición mortal. Nunca he ido a uno.

Esto no se acaba todavía. En el epílogo nos esperan algunas conclusiones, pocas, y algunas ideas sobre cómo vivir más serenamente en presencia de un tiempo colmatado que se extingue a cada segundo mientras tecleo cada una de estas letras.

EPÍLOGO

Donde el autor se da por vencido y comprende que todo es incomprensible y que es preciso aceptar nuestra finitud y tratar de hacer la vida cotidiana lo más rica y amable posible.

Los ojos perdidos de Saturno devorando a sus hijos. La mañana del jueves 17 de octubre de 2024, en el Museo del Prado de Madrid, a unos 15 minutos de casa, rodeado de curiosos y turistas, me miraron los ojos de Saturno, los ojos del tiempo, a la vez furiosos e indiferentes, como furioso e indiferente es el propio tiempo, que todo lo devora. En ese momento, frente al dios hambriento pintado por Goya, me vi atrapado entre el arte y el mito, como si el tiempo mismo me susurrara su historia más antigua: la de Cronos, que es el tiempo y odia al tiempo al mismo tiempo.

Saturno se llama Cronos en la nomenclatura griega. Según el mito, Urano (el cielo) y Gea (la tierra), deidades primordiales, matrimonio cósmico surgido del Caos, fueron padres de los titanes. Ante la tiranía insoportable de su marido, Gea pidió ayuda a su prole para acabar con él. Cronos, el hijo más joven, aceptó el desafío: castró a Urano con una hoz (cuando arrojó sus genitales al mar nació, entre la espuma de las olas, la diosa Afrodita), separó el Cielo de la Tierra y reinó entre los titanes.

Pero la profecía auguraba que la historia se repetiría y que, igual que él había derrocado a su padre, el nuevo rey sería derrocado por uno de sus hijos.

Cronos se casó con su hermana Rea y fue padre de los dioses, a los que, como muestra Goya, fue devorando uno a uno por miedo a la

rebelión profetizada. Así fue hasta que Rea huyó con el último bebé, de nombre Zeus, a una cueva en el monte Ida, en la isla de Creta, para evitar que su padre le devorase. Cuando Cronos les halló, Rea hizo pasar una piedra envuelta en pañales por su hijo: Cronos cayó en la trampa y se tragó la piedra.

Zeus pudo crecer en secreto y se hizo fuerte y decidió vengarse de su padre. La ninfa Metis le otorgó una poción mágica para provocar el vómito en Cronos y hacerle expulsar a sus hermanos: Poseidón, Hades, Démeter, Hestia y Hera. Una vez liberados, los dioses iniciaron una guerra contra los titanes, la Titanomaquia, de la que salieron victoriosos. Así se fundó el reinado de los dioses con Zeus, dios del rayo, monarca del Olimpo, a la cabeza. Y luego pasó todo lo demás.

Cuando pienso en Cronos, en el acto desesperado de engullir a su prole, me parece que simboliza el intento fútil de detener el curso natural de la existencia. Goya plasmó a Saturno despojado de toda gloria mitológica, como un ser primitivo de manos crispadas, casi animal, que devora el cuerpo de su hijo con desesperación salvaje. Cuando pinta sus pinturas negras (entre 1819 y 1823), que decoraban las paredes de la Quinta del Sordo, el artista vive momentos crepusculares.

En su vejez, marcado por la enfermedad y la soledad, Goya creó esta obra como un espejo de su angustia. No es solo un mito, también puedo interpretarlo como un reflejo desgarrador de su lucha contra el tiempo y la muerte, derrotado por la oscuridad del mundo alrededor. Saturno devorando a sus hijos es un grito contra el tiempo que todo lo destruye. Goya me recuerda que todos somos devorados por el tiempo, pero también me da una clave para enfrentarlo: mirar lo eterno a través de lo efímero, como se mira un cuadro o como se cuenta un mito.

Saturno devorando a sus hijos es el cuadro cronófobo por excelencia.

*

Asistí a terapia para solventar mis problemas con el tiempo y otros asuntos subsidiarios con dos psicoterapeutas distintas. Es difícil encontrar consuelo: nadie, que sepamos, se ha salvado del inexorable paso del tiempo. Nadie puede dar ejemplo ni esperanza. Nadie sabe qué es el tiempo ni qué pasa después del último suspiro de una vida. Es la gran desgracia de la condición humana. Leí en alguna parte, no recuerdo, que la aparición de la conciencia no era más que un enorme error cósmico: la certeza de nuestra finitud es la gran tortura de la vida, el precio que tenemos que pagar por un cerebro avanzado que se entera de que existe.

Las psicoterapeutas se pusieron a rebuscar en los traumas de la infancia. Quizás, aventuraron, mi caso se debía a una infancia desgraciada provocada por un padre alcohólico. Curiosamente, mis problemas con el tiempo se inician en torno a los 14 años, justo en el momento en que mi padre, alcoholizado, fallece en su apartamento, una noche, en una cama de noventa, y nadie sabe nada de él en cuatro meses, hasta que la casera, ante el impago, entra en casa y halla el cuerpo. El no haber ido cerrando las etapas de la vida, decían las psicólogas, me había hecho ir descabalgado, preso de una especie de disonancia temporal. Es posible. Desde la muerte de mi padre mi vida fue más amable, pero mis preocupaciones por los vericuetos del tiempo fueron en aumento.

Quizá por eso, de forma inconsciente, sentí interés por estudiar la carrera de Ciencias Físicas, donde el tiempo es una variable fundamental y donde se estudia su origen, funcionamiento y simetría. O quizá por eso nunca soporté los horarios predeterminados y realicé buena parte de mi carrera profesional como periodista freelance, en una modalidad laboral en la que nadie

me decía cuándo tenía que hacer cada cosa y yo mismo decidía, con flexibilidad, el orden en el que sucedían los eventos. O quizá por eso sentí genuino interés por las drogas recreativas, que evidenciaban esa naturaleza elástica y esquiva del tiempo que también establecen las disciplinas de la Física moderna.

No tengo claro si la escritura de este libro me ha servido para algo. Sigo en la confusión, sin saber si el tiempo existe en realidad o es un artefacto de la mente para poner en orden los sucesos, si es lineal o circular, si es infinito o algún día llegará a su fin. Jorge Luis Borges en El jardín de los senderos que se bifurcan habla del tiempo como una trama de infinitas dimensiones que abarca todas las posibilidades, una red de tiempos divergentes, convergentes y paralelos. «No existimos en la mayoría de esos tiempos; en algunos existe usted y no yo; en otros, yo y no usted; en otros, los dos. En este, que un favorable azar me depara, usted ha llegado a mi casa; en otro, usted, al atravesar el jardín, me ha encontrado muerto; en otro, yo digo estas mismas palabras, pero soy un error, un fantasma».

Por muy fantasma que uno sea o por mucho que uno se acerque a estos temas siempre quedan a una distancia infinita y cada respuesta genera preguntas cada vez más complicadas. En algunos pasajes me he sentido cómodo y liberado, en otros, documentándome sobre la muerte y sus alrededores, he sentido el miedo del que se asoma a un abismo. Como la muerte es inevitable, creo que lo único que podemos hacer, más que tratar de alargar la vida eternamente, como intentan ahora algunos millonarios, o como intentamos tantos mejorando nuestros hábitos, es aceptar la existencia como es, abrazar la finitud con cierta paz.

Dicho así, parece fácil.

*

«Soy el que pese a tan ilustres modos / de errar, no ha descifrado el laberinto / singular y plural, arduo y distinto / del tiempo, que es uno y es de todos».

JORGE LUIS BORGES, Soy

*

El ensayista Stefan Klein propone una nueva cultura del tiempo basada en el creciente conocimiento sobre cómo nuestro cerebro percibe y lidia con el tiempo en la vida cotidiana. Por ejemplo, una cultura que respete los ritmos de cada persona, que no siempre son los mismos, más allá de la imposición de calendarios y relojes.

Para frenar la ansiedad y el estrés es necesaria una mayor soberanía sobre nuestras actividades, porque la sensación de que las tareas son inabarcables no tiene tanto que ver con no disponer de tiempo suficiente, sino con no disponer de él de la forma en que queremos. El tiempo no es nuestro y no logramos cumplir las expectativas. Si el tiempo es un caballo desbocado, hay que ponerle las bridas, pero eso no está siempre en nuestra mano, sino que depende de la organización de la sociedad entera: de la economía y la política.

Es necesaria la reducción de la jornada laboral: subir los salarios y bajar las jornadas son luchas por la libertad que debe practicar la izquierda, ahora que la derecha pretende apropiarse, de manera algo pueril, de ese término. Es necesario fomentar el teletrabajo, que aumenta la soberanía temporal, ahorra desplazamientos y reduce la huella de carbono. Es necesario practicar el derecho a la

desconexión digital, evitando los requerimientos fuera de las horas laborales y luchar en contra de la cultura del «siempre disponible». Son necesarias políticas reales de conciliación con la vida familiar (más allá de aparcar a los niños en campamentos y guarderías), pero también con la vida social y cultural: tenemos que poder criar a nuestros hijos, pero también cultivar la amistad o asistir a los museos y a los teatros. Y fomentar la corresponsabilidad en las parejas: las madres siguen ocupándose del grueso de las tareas de cuidados, incluso, como señala Darcy Lockman en Toda la rabia, en las parejas más progresistas. La propuesta de la ciudad de los 15 minutos, donde todo lo necesario para la vida diaria esté a un cuarto de hora a pie, es una apuesta urbanística que contempla la soberanía temporal. La vida es tiempo y solo nos pertenece cuando tenemos cierto control sobre las horas, minutos y segundos que la forman.

Es preciso dejar de ser presos de los estímulos que la sociedad tecnológica nos ofrece por doquier, que trituran nuestra atención y colaboran a la sensación de extravío y fugacidad. Y es preciso llenar la vida de cosas nuevas y memorables: la rutina gris y excesiva, aunque es útil para la organización, también nos lleva a días clónicos que no graban nada en la memoria y generan la percepción de que el tiempo vuela sin dejar huella.

Cuando se escucha esto uno no puede dejar de pensar en la nueva cultura de las experiencias, es decir, la obsesión por hacer planes increíbles de los que luego dejar constancia en Instagram para maravilla de los followers. No creo que eso tenga que ver con hacer la vida memorable. Basta con enriquecer la vida cotidiana y practicar eso que llaman autocuidado: preocuparse por cocinar comidas ricas, dar largos paseos por zonas inexploradas de la ciudad, leer libros que uno no acostumbra a leer o aprender a tocar un nuevo instrumento musical. Hacer nuevos amigos. Bailar. No es preciso tirarse en paracaídas o viajar a una playa paradisíaca en el océano Índico: basta con preocuparnos por hacer amable y diversa nuestra cotidianidad más allá de las demandas externas que nos arrasan.

Pero para eso, como se explicó previamente, es necesario que seamos soberanos en nuestro tiempo.

«Una nueva cultura del tiempo», me dijo Klein en una entrevista, «implica valorar la importancia del momento». Nuestro cerebro invierte gran parte de su actividad recordando el pasado o planificando el futuro, preocupándose antes que ocupándose. Y, por supuesto, eso es necesario, pero también es necesario que nos enfoquemos más en el presente, signifique el presente lo que signifique. Esta idea, la idea de estar presente para vivir sin ansiedades temporales es central en muchas tradiciones. Por ejemplo, la meditación, de raigambre budista, aunque ahora secularizada y occidentalizada en el mindfulness, es precisamente la búsqueda de una conciencia plena en el aquí y el ahora, domando a nuestra mente.

Practiqué la meditación durante una temporada y tuve la oportunidad de entrevistar en septiembre de 2015 al británico Andy Puddicombe, exmonje budista y graduado en artes del circo, creador de la exitosa aplicación de meditación que yo utilizaba en aquella época, Headspace: entre sus usuarios, me explicaba en la entrevista, estaban grandes compañías como Google, los marines del Ejército estadounidense o celebridades como Gwyneth Paltrow o Emma Watson. La historia de Puddicombe es curiosa: en 1994, cuando tenía 22 años, perdió a su hermanastra, que fue arrollada cuando iba en bicicleta, y a su exnovia, que falleció en una operación de corazón. No fue todo: dos amigos murieron atropellados por un conductor borracho en una fiesta de Navidad en la que estaba presente. Impactado por el dolor y la fragilidad de la vida, decidió dejar su carrera y viajar hacia Oriente, donde pasó diez años preparándose en lugares como India, Tíbet o Nepal. Y regresó a Occidente con la buena nueva.

Durante aquellos meses de meditación me di cuenta de cómo, cuando trataba de apaciguar mi mente y concentrarme, me asaltaban pensamientos y recuerdos sin ninguna lógica y control, sin

tener ni la más remota idea de por qué aquellas imágenes asaltaban mi mente sin permiso: una anécdota de la infancia, un viaje con una expareja, una tarea que realizar, una canción, sin orden ni concierto, como si mi mente, más que una balsa de aceite, fuera un cocido madrileño en plena ebullición, donde muchas cosas dispares se entrechocan en un caldo burbujeante. Era una extraña sensación, como si mi mente no fuera mía, como no lo es mi cuerpo. Supongo que es la sensación que tiene el director de una gran corporación o el presidente de un gobierno: que tiene poder para hacer cosas, pero que hay demasiadas cosas fuera de su control. «Es algo muy extraño, ¿no?», me dijo Puddicombe, «pero es parte del ser humano y no es nada negativo, solo tenemos que estar cómodos con ello». Esto es la meditación: vivir concentrado en el momento, aquí y ahora. «Cuando como, como. Cuando duermo, duermo», resume un proverbio zen.

La necesidad de enfocarse en el presente no es solo promovida por el budismo y la meditación. Prácticamente todas las filosofías orientales y varias escuelas psicológicas la predican. Y el estoicismo, tan de moda, también hace hincapié en esta práctica, y la renuncia a controlar todo lo que nos sucede. Aunque la vida parezca corta, no lo es tanto, como señala Séneca en La brevedad de la vida, una carta que le envió a su suegro Paulino en el año 49 d. C.: lo importante es no malgastarla, no perder el tiempo en asuntos sin importancia ni en sufrimientos inútiles. Ignoramos si Paulino le hizo caso. Pero es preciso, para Séneca, vivir enfocados en el momento. Existe consenso, pues, en diferentes tradiciones de pensamiento, sobre la necesidad de atar corto la cabeza y vivir en el aquí y ahora.

Dicho así, también parece fácil.

*

Escribir sobre el tiempo, vivir en el tiempo, supone una constante sensación de derrota.

Ahora, sin embargo, compro flores.

Paso por las floristas de la plaza de Tirso de Molina o me paro con esa mujer que guarda algunos ramos en cubos, como explosiones en el plástico, a la puerta del Carrefour de Lavapiés, abierto 24 horas, frente a mi casa.

Compro margaritas, claveles, lirios, compro violetas.

Nunca antes compré flores: me parecía un gasto inútil, una inversión en algo muy fugaz, una belleza momentánea e inservible. Ahora pongo en agua las flores como si pudiera dilatar su aliento efímero, las coloco en la mesa del salón, o encima de los libros, o en el suelo, junto a la ventana, donde la luz alimenta su estallido. A Liliana le gustan las flores y a mí me gusta Liliana.

Observo cómo el tiempo inevitable va pasando sobre ellas y se van apagando lentamente y van soltando pétalos y pierden consistencia y miran hacia el suelo y se derrumban. Qué puedo hacer para salvarlas. A veces meto alguna entre las páginas de un libro grueso y las seco y les doy eternidad. También así son bellas.

Las flores nos traen una alegría temporal y luego una tristeza.

Yo antes no quería comprar flores porque me ponían cara a cara contra el tiempo. Me daban miedo. Ahora trato de entender el tiempo a través de ellas.

Ahora me rebelo con las flores contra el tiempo.

FIN