

TIEMPO Y ABURRIMIENTO

LA DISPERSIÓN COMO ENFERMEDAD DEL ESPÍRITU

Jesús Baiget Pons

Excelentísimo Señor Rector Magnífico,
Excelentísimo Padre,
Excelentísimas e Ilustrísimas Autoridades,
Claustro Académico,
Señoras y Señores:

Querría empezar agradeciendo el inmenso honor de estar aquí a quienes lo han hecho posible. Muchas gracias a Marcelo López por confiar en mí y proponerme para dar la lección inaugural. Y muchas gracias también a Óscar Elía, que apostó por mí para que entrara a formar parte de este claustro y desde el primer día ha sido fuente de sabiduría, consejo y sobre todo amistad.

He elegido dedicar esta lección al aburrimiento. Creo sinceramente que hay pocos temas mejores que éste debido a la alta probabilidad de triunfo final, ya que si al acabar la lección os ha gustado habré acertado, y si por el contrario genera el efecto adverso y os aburrís, habré transmitido el objeto de estas palabras, así que en cierta manera también habré tenido éxito. Espero, sin embargo, no acabar de este último modo.

Seguramente todos nosotros en algún momento de nuestras vidas nos hemos aburrido. Pero ¿qué es el aburrimiento? ¿Es bueno aburrirse? Pienso que para responder adecuadamente es necesario antes dilucidar algunos aspectos propios del ser humano.

Aunque pueda haber diferencias entre nosotros, compartimos al menos algo en común: algún día nos moriremos (con permiso de los transhumanistas más convencidos...). La muerte es inevitable. ¿Qué implica esto? Primero, que la muerte es el límite de nuestra vida terrena. Segundo, que somos seres temporales. Por ello, como decía el gran filósofo español Rafael Alvira, (a la par maestro y amigo), el tiempo es nuestro *activo vital*. Como no disponemos de tiempo ilimitado debemos decidir qué hacer con él, y eso hace que las cosas adquieran valor ante nuestros ojos. Pensadlo bien: aquello que puedo hacer siempre generalmente acabo por no hacerlo nunca. ¿Qué nos suele ocurrir, por ejemplo, al escribir un artículo? Que cuando se acerca el plazo de repente nos apresuramos y nos concentramos más en eso porque nos damos cuenta de que el tiempo se acaba. Esto significa que el tiempo es una dimensión esencial para comprender cómo somos.

Así llegamos a la gran cuestión antropológica que todos en algún momento nos hemos preguntado: ¿qué voy a hacer con el tiempo de mi vida? La respuesta nos permite descubrir dos elementos antropológicos esenciales: un *sentido* y un *proyecto*.

Qué hacer con mi tiempo implica buscarle un *sentido* a la vida. Sin un fin que dé sentido a la vida no sabré de verdad qué hacer con mi tiempo: podré hacer cosas, pero lo que haga no quedará *integrado* dentro de mí, y por lo tanto será tiempo *perdido*.

Integrar el tiempo en mí implica la idea de *proyecto* vital: nuestro vivir es una *continuidad* que se *desarrolla* en función del fin o del sentido de nuestra vida. Acertar

con ese sentido es lo que comúnmente llamamos *felicidad*. Aristóteles la define como la actividad del alma de acuerdo con la virtud. Toda actividad precisa de continuidad y de desarrollo.

Obtenemos así una primera conclusión: el ser humano es esencialmente una *continuidad vital de sentido*. De aquí surgen lo que podríamos denominar *las enfermedades del tiempo*, que son aquellas que implican un cierto desajuste temporal y por ello una ruptura de nuestra continuidad vital. Quería pararme en una de estas enfermedades: el aburrimiento. Como veis ya he adelantado una conclusión: el aburrimiento es malo porque, como enfermedad del tiempo, implica una ruptura de mi continuidad vital. Analicémoslo en detalle.

¿Es bueno aburrirse? No poca gente respondería que sí. Es común escuchar frases del tipo “debemos aprender a aburrirnos” o “hay que saber aburrirse”. El aburrimiento es visto a veces como algo bueno, como una oportunidad para desarrollar la creatividad o *volcarnos* en otros aspectos. Sin embargo, no pienso que esto sea realmente aburrimiento ya que éste, como intentaré mostrar, es incompatible con cualquier idea que implique cierta actividad del espíritu.

Pensemos en la diferencia entre “aburrirse con algo” y “estar aburrido”:
¿experimentamos lo mismo en los dos estados? Claramente no. En el primero tan sólo se expresa que hay algo que ya no me *llama*, que ya no me *atrae*, pero eso no significa que no pueda *volcarme* en otra cosa. Puede ser por ejemplo que a alguien le llegara a aburrir un partido de fútbol del atleti, pero eso no significa que no pueda disfrutar de otro partido. Esta idea es la que está detrás de cuando a veces se dice que el aburrimiento es bueno, porque nos permite descubrir otros aspectos alternativos de nuestra vida. Pero aburrirse con algo no supone que uno esté aburrido.

¿En qué consiste entonces “estar aburrido”? Pensad un momento en vuestra vivencia de haber estado aburridos. ¿Qué experimentamos? La persona aburrida suele decir cosas como “no encuentro nada que me *atraiga*”, o “no hay nada que me *llame*”. A diferencia de “aburrirse con algo”, “estar aburrido” implica que soy incapaz de relacionarme con nada, lo que Heidegger llama “aburrimiento profundo”. Esto nos lleva a una idea clave: el espíritu aburrido es aquel que vive la incapacidad de cualquier tipo de *relación* con otra cosa.

¿Qué implica la incapacidad de relación? Para que se dé una relación es imprescindible que se dé una presencia. Esta presencia no tiene por qué ser material. Situémonos en clase. Le hablamos a un alumno, pero aunque nos mira no nos está *atendiendo*. Da igual que haya presencia material: existe una desconexión porque su espíritu no está presente. El caso contrario también se da: gente que lleva tiempo sin verse pero que no han dejado de estar conectados porque se han tenido continuamente presentes. De este modo, la relación implica una presencia espiritual de aquello con lo que me relaciono. Por lo tanto, el aburrimiento es la ausencia de toda presencia, no material (porque puede haber cosas frente a mí), sino de presencia espiritual, que es cuando el espíritu no puede atender a nada porque no hay nada presente frente a él.

Así, si el espíritu que se relaciona es el espíritu atento, el espíritu que se aburre es el espíritu disperso. La dispersión es lo contrario a la atención: en ella el espíritu se ve incapaz de volcarse con nada. Por ello la dispersión es un síntoma de enfermedad del

espíritu: uno desea atender a algo, pero se ve absolutamente incapaz. Quien desee experimentar la dispersión del espíritu lo tiene fácil: basta con navegar por la web de la ANECA sin un café encima.

¿Qué es entonces el aburrimiento? El aburrimiento es la absoluta dispersión del espíritu, incapaz de relacionarse, de atender, y de tener presente algo. El aburrimiento es una enfermedad del espíritu ya que rompe nuestra continuidad vital, por lo tanto, implicará discontinuidad vital. Se vive como una muerte: por naturaleza deseamos conocer, nuestro espíritu busca el bien, el amor, pero es incapaz de ello porque no puede relacionarse con nada. La muerte es de este modo la ausencia de toda presencia.

A pesar de que en sí el aburrimiento es malo, sí que puede ser terapéutico para replantearse el sentido de la vida y salir de un estancamiento vital, como dirá Kierkegaard.

¿Qué le queda entonces al espíritu aburrido? Si no hay ninguna presencia tan sólo me queda el mero transcurrir del tiempo. Filósofos como William James o más recientemente Safranski han advertido que en el aburrimiento se percibe el tiempo puro: un tiempo vacío de contenido donde lo único que pasa es el mismo tiempo, como cuando estás en una reunión larga que podría haber sido un simple correo.

Aunque no me da tiempo a exponerlos, querría mencionar algunos elementos propios del aburrimiento: la soledad (al no poder relacionarse con nada); el peso del tiempo (al percibir el paso de un tiempo vacío que como tal resulta imposible de integrar en mi continuidad vital); vivencia del instante (debido a la dispersión y atomización); y falta de sentido (al perder la continuidad, pierdo el sentido).

Ahora cabría preguntarse: ¿por qué nos aburrimos? Hablando el otro día de este tema con un amigo me dijo: si no quieres aburrirte ten hijos pequeños. Supongo que muchos de vosotros estaréis de acuerdo. Este ejemplo nos da luz sobre un aspecto interesante: cuando hay falta de tiempo no nos aburrimos. Por lo tanto, el aburrimiento tiene que ver con cierto exceso de tiempo. ¿A qué se debe el aburrimiento de hoy en día? Cabe mencionar al menos dos razones.

Por ejemplo: ¿somos capaces de ver una película sin mirar el móvil? A veces nos cuesta. Esto se debe en parte a que una sociedad materialista como la nuestra pivota sobre el instante, el ahora. La vida en el instante nos incapacita para disponer de tiempo, puesto que la sobreestimulación genera que nuestra atención cambie continuamente, lo que Han denomina “hiperatención”, y dificulta así la persistencia en una actividad.

Además se da una confusión entre el tiempo libre del trabajo con el tiempo de descanso del trabajo. Ya los antiguos distinguían el negocio, tiempo de trabajo y de obligaciones, del ocio, tiempo dedicado a desarrollar la libertad y el espíritu.

Pero en nuestra sociedad, debido en parte al consumismo, se tiende a absolutizar el tiempo del trabajo frente a otros aspectos de la vida. Eso genera inevitablemente que el tiempo libre quede degradado a un mero tiempo de descanso del trabajo, un tiempo de simple pasividad, ya que el tiempo de actividad lo asociamos al tiempo de trabajo. Así el ocio, como modo activo de cultivar y enriquecer el espíritu, es sustituido por un

descanso del cuerpo. ¿Qué es lo que pasa cuando el cuerpo se ha recuperado? Que seguimos teniendo tiempo libre, pero como no hemos educado al espíritu en el ocio, en la actividad fuera del trabajo, no sabemos qué hacer con él; y surge el aburrimiento. Incluso hay quienes, dramáticamente, eligen trabajar porque no saben qué otra cosa hacer.

Llegados a este punto: ¿cómo escapar del aburrimiento? En lo que queda quisiera ofrecer unas ideas que nos acompañen a lo largo de este curso.

En primer lugar, es esencial que el tiempo de no trabajo no sea mera pasividad, no sea un simple descanso del trabajo. Hay que llenarlo de actividad para cultivar el espíritu. La diversión (*vertirse* de otro modo) puede ser un parche temporal, pero un ocio donde sólo haya diversión lleva al vacío y al sinsentido. Aristóteles afirma que en el ocio está la felicidad y será la actividad contemplativa la que más nos llenará. Por lo tanto, debemos ocupar el tiempo de ocio con actividades que nos perfeccionen, que nos formen y a la vez también de otras que nos diviertan y nos descansen.

Otra solución la encontraremos siguiendo el hilo de lo dicho hasta ahora. Si el aburrimiento es la ausencia de toda presencia, el remedio consistirá en aquello que implica una completa presencia. En ese estado el espíritu ya no estará disperso, sino absolutamente atento a lo dado. Pensadlo: ¿en qué momentos de nuestra vida estamos absolutamente volcados ante algo hasta el punto de que nos olvidamos de nosotros mismos? La respuesta es: cuando amamos, ya sea una persona, una actividad o un saber.

En el amor se da la plena atención. El amor supone un olvido de sí para darse al otro. Así lo expresa San Juan de la Cruz: “el amor hace semejanza entre lo que ama y es amado”.

No hay mayor antídoto contra el aburrimiento que el amor. El amor es la pura presencia de lo amado, por lo que es imposible que se dé una ausencia mientras haya una presencia. Al ser pura presencia, el amor implica la máxima continuidad. Y así llegamos a la prueba del amor que tanto le gustaba señalar a Alvira: el detalle. Sólo el amor, al ser presencia constante nos permite percibir el detalle. Por ello un amor en el que no hay detalles está incompleto.

De lo anterior obtenemos esta idea clave: quien vive en el amor nunca se aburre. Por esto por ejemplo será imposible que cuando estemos en el cielo nos aburramos: amor y aburrimiento son incompatibles. Podemos comprobarlo desde varios puntos.

En primer lugar, el aburrimiento implica ausencia y soledad, mientras que el amor implica presencia y comunión. Es imposible un aburrimiento compartido y es imposible amar en soledad (entendidos los dos casos como presencia espiritual, no material). Por ejemplo, si dos personas se aman y de repente en una el amor decae, la otra lo notará y le afectará: habrá tensión en la relación. Pero si hay dos personas juntas que están aburridas y una deja de estarlo la otra seguirá igual de aburrida si no hace nada: no le afectará.

La misma conclusión la alcanzamos desde una filosofía del tiempo. Pensad en esto: ¿en el amor cómo percibimos el tiempo? Algunos diréis: que pasa rápido; pero de eso sólo nos damos cuenta cuando ya hemos salido de esa vivencia. Mientras amamos no

notamos el paso del tiempo. El amor es la vivencia de la eternidad en el presente. El amor busca hacer eterno lo temporal.

Platón define el tiempo como imagen móvil de la eternidad. El aburrimiento, en cuanto discontinuidad, supone la desintegración del tiempo en instantes; el amor, en cuanto máxima continuidad, supone la integración del tiempo y el acercamiento a lo eterno. Aburrimiento y amor son incompatibles.

Volvamos a la experiencia cotidiana. Dos personas se acaban de conocer. No hablarán de temas profundos, sino de asuntos superfluos. Sin embargo, a medida que se conozcan la conversación variará de lo irrelevante a lo esencial. Y cuando después de un tiempo surge un nexo de amor o de auténtica amistad, ¿qué se siente? Que a aquella persona parece que la conocemos desde toda la vida (pasado) y que esa relación durará para siempre (futuro). Ahí se da la integración del tiempo.

A su vez cuanto más se ama a alguien más se quiere conocer cómo es (es decir, cómo ha sido hasta ahora: pasado); además, brotarán en la relación los ritos. ¿Qué es un rito? Es un recuerdo de promesa de eternidad. Pero también se mirará hacia el futuro; aparecerá la importancia de la novedad: hacer planes, un futuro abierto y expectante. ¿Qué es la novedad? Es el futuro renovado desde el amor. Por eso Aquel que es el Amor en mayúscula todo lo sabe (pasado) y hace nuevas todas las cosas (futuro).

Me gustaría finalizar esta lección animando para este nuevo curso a cultivar el ocio y tener un espíritu atento, que busquemos conocer y amar los detalles del día a día: de nuestros compañeros, de nuestros alumnos, de nuestras asignaturas. Cuidar el detalle es cuidar el amor. Para evitar el aburrimiento hay que vivir un amor concreto, anclado en la tierra, para así poder ir de la tierra al amor, y del amor al cielo. Muchas gracias.

Jesús Baiget Pons