

La sociedad extenuada del siglo XXI: un recorrido desde byung-chul han - Artículo de reflexión

The exhausted society of the XXI century: A Journey from Byung – Chul Han

¹Luis Rafael Hutchison Salazar – Orcid: 0000-0001-5836-5916

¹Centro de Investigación en Actividad Física, Ejercicio y Deporte (CAFED); Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física; Universidad de Cundinamarca

Correspondencia: lhutchison@ucundinamarca.edu.co

Recibido: enero 30 de 2023

Aceptado: marzo 12 de 2023

Conflicto de interés: Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés

Palabras clave: Humanidad, Cuerpo Exhausto, Filosofía, Contemporánea, Globalización.

Keywords: humanity; exhausted body; contemporary philosophy; globalization.

Resumen

Este artículo de carácter reflexivo pretende aportar, con un comentario, a las sensaciones suscitadas a partir del texto la Sociedad del cansancio (2017), propuesto por el surcoreano Byung-Chul Han, con la inclusión de algunas ideas de autores afines a su pensamiento; respecto de las formas en las que el cuerpo se haya extenuado. Asunto que no puede desconocerse, si se pretende actualizar las implicaciones o significados que en la actualidad y a posteriori surgen con el devenir de las futuras generaciones sobre su concepción de vida.

Para ello, se acudió a las distinciones enunciativas propuestas por el filósofo señalado, respecto a los diferentes elementos en que se agota la vida en el siglo XXI; y la manera en que estamos condicionados por los dispositivos de control sobre el cuerpo que lo ubican en un espiral, donde el deporte y la salud quedan supeditadas a las lógicas de la competitividad y la fatiga.

Se recurre a las categorías conceptuales de la ontología de Byung-Chul Han, como una de las figuras principales de la filosofía contemporánea, quién en

el contexto de las críticas al capitalismo, formula interesantes cuestionamientos mediante la representación del ser y el estar de un individuo en la cotidianidad, pero a su vez, la vida activa y acelerada producida por la denominada modernidad tardía³.

Este intento, nace de un encuentro desde luego incompleto e inacabado con las ideas de este autor; la sensación que ellos nos genera, permite postular que estamos en una sociedad extenuada, y que ello es producido entre otras cosas; por la revolución tecnológica; las nociones de tiempo apresurado en el que convivimos; la construcción de un cuerpo transmoderno, capturado por una subjetividad que privilegia la autoexploración; sin que el sujeto sea enteramente conscientemente de esta ontología violenta.

Finalmente, queremos dejar abierta la posibilidad de entender a Byung-Chul Han como un nihilista activo; a partir de resituar la filosofía como una forma de vida que permite a los individuos oponerse a esta lógica de explotación

Abstrac

This reflective article aims to contribute, with a commentary, to the sensations aroused from the text *La Sociedad del cansancio* (2017), proposed by the South Korean Byung-Chul Han, with the inclusion of some ideas from authors related to his thought; regarding the ways in which the body has exhausted itself. A matter that cannot be ignored, if it is intended to update the implications or meanings that currently and a posteriori arise with the evolution of future generations about their conception of life⁴.

To do this, we resorted to the enunciative distinctions proposed by the aforementioned philosopher, regarding the different elements in which life is exhausted in the 21st century; and the way in which we are conditioned by the control devices on the body that place it in a spiral, where sport and health are subject to the logic of competitiveness and fatigue.

The conceptual categories of Byung-Chul Han's ontology are used, as one of the main figures of contemporary philosophy, who, in the context of criticism of capitalism, formulates interesting questions through the representation of the being of an individual. in everyday life, but at the same time, the active and accelerated life produced by the so-called late modernity.

³ Es importante profundizar otros autores para tener un acercamiento hacia la modernidad tardía. Se recomienda el pensamiento de Hannah Arendt, Foucault, Agamben, Hegel y Nietzsche, que con sus diversas propuestas nos ayudan a sensibilizar sobre el tema; ya que ellos logran clarificar los conceptos pensados con el ánimo de exponer la llamada "sociedad disciplinaria", en la que todos nos encontramos oprimidos o agobiados por agentes externos e internos que limitan nuestra vida.

⁴ It is important to deepen other authors to have an approach to late modernity. The thought of Hannah Arendt, Foucault, Agamben, Hegel and Nietzsche is recommended, which with their various proposals help us to raise awareness on the subject; since they manage to clarify the concepts thought with the aim of exposing the so-called "disciplinary society", in which we all find ourselves oppressed or overwhelmed by external and internal agents that limit our lives.

This attempt is born from an incomplete and unfinished meeting with the ideas of this author; the sensation that they generate in us allows us to postulate that we are in an exhausted society, and that this is produced among other things; by the technological revolution; the notions of rushed time in which we live together; the construction of a transmodern body, captured by a subjectivity that favors self-exploitation; without the subject being entirely conscious of this violent ontology.

Finally, we want to leave open the possibility of understanding Byung-Chul Han as an active nihilist; from repositioning philosophy as a way of life that allows individuals to oppose this logic of exploitation

Introducción

La filosofía contemporánea, de una forma directa o hasta indirecta independientemente de sus exponentes, ha mantenido la concepción que el propio Nietzsche en su momento planteó en el sentido de llevar a cabo una crítica a la modernidad con irradiaciones que se perciben hasta el presente (Nietzsche, 2011), esta crítica recae sobre las moralidades, las distintas formas de hacer política, la ciencia, la religión, y la cultura. A ello debe sumarse, como desarrollo posterior la visión posmoderna y su ruptura a los grandes metarelatos; en esta línea de pensamiento encontramos autores como Jean-François Lyotard y su posmodernismo; Zygmunt Bauman la sociedad líquida; Gilles Lipovetsky la era del vacío; que han permitido retomar el juicio existencial de los seres humanos a nivel teórico-práctico en relación a su propia realidad; con la posibilidad de que cada

sujeto construya su propia verdad, ética y moral o en otras palabras, sus propios microrelatos.

De manera breve, se rastrea algunas ideas que se creen están en la base del pensamiento de Byung-Chul Han.

En primer lugar, la crítica al dualismo cartesiano en la que propone considerar al sujeto como una unidad psicobiológica y orgánica, por lo que pensar en el individuo supone pensar en el otro. En segundo lugar, este individuo se haya -sujeto-a determinados campos sociales, por lo que recupera importancia la significación de desarrollo físico-mental planteada por Pierre Bourdieu en el que los procesos de socialización se “in-corporan⁵” con hábitos que perduran en el tiempo, con la finalidad de convertir o moldear la subjetividad del sujeto gracias a las prácticas sociales adquiridas (Pérez et al. 2008).

En tercer lugar, es indudable que Han retoma la propuesta de Michel Foucault sobre el biopoder

⁵ Se concurre al concepto de Bourdieu en cuanto al sentido de in-corporar o volver cuerpo todas las prácticas sociales adquiridas en un contexto mediático determinado (Bourdieu P. El oficio de sociólogo: Siglo XXI; 2008)

que se impone sobre la vida misma, en las sociedades punitivas y disciplinarias, como en las que habitamos hoy y, que dominan al cuerpo para acomodarlo a los mecanismos y formas de producción propias del neoliberalismo.

De esta manera, la cosmovisión filosófica de Byung-Chul Han, y en esto radica la novedad de su pensamiento, se pregunta por los efectos de estas políticas en el agotamiento del cuerpo.

Por lo que se considera que lo anterior, constituye un espacio propicio para que, a partir de las ciencias de la Actividad Física y el Deporte, se proyecte una reflexión desde el texto la *Sociedad del cansancio*; con la intención de entender la complejidad del asunto en cuanto a la libertad de formar nuestro cuerpo en una época histórica y diversa culturalmente; pero fatigada por convertirnos en una máquina de producción que responde a una empresa concebida desde el Estado, el trabajo, las relaciones interpersonales, la era digital, entre otras.

Para cumplir con este propósito, este escrito desarrolla las siguientes nociones de manera breve: el biopoder; el síntoma de los cuerpos cansados; y por último, se postula a la filosofía como una forma de rehabilitación y resistencia.

El punto de partida en el presente diálogo interpretativo con

Han, es su diagnóstico que para el texto es asumido como cierto: porque él analiza y concluye que las situaciones en las que se encuentra inmersa la mayoría de la población actual, es una sociedad cargada de consumo y derroche, potencializado por la globalización e instrumentalización educativa, política, cultural, científica y fisiológica, entre otras, que da como resultado una colectividad saturada y supeditada a las políticas de rendimiento y los logros que se obtengan; por lo que toda actividad humana solo es útil si resulta cuantificada y representada en la estadística. En este contexto, la intuición que se pretende abordar es que la actividad deportiva es un claro ejemplo de esta lógica de dominación, explotación y agotamiento del cuerpo.

El biopoder

Es innegable que cada periodo o línea del tiempo, ha padecido diferentes enfermedades o males generados por las condiciones del medio y la época; sin embargo, Byung-Chul Han manifiesta que en pleno siglo XXI, estas afectaciones que atacan al cuerpo son originadas por las enfermedades neuronales y nerviosas especialmente tales como la depresión, el déficit de atención, la fatiga crónica, la hiperactividad, el límite de la personalidad o como el mismo autor la ha denominado: *el*

síndrome del desgaste ocupacional (Han, 2017).

Es posible que el origen de estas complicaciones que afronta el cuerpo humano en esta era, y que aborda de una manera integral lo físico, lo mental, lo espiritual y la interacción con los otros, puede ser atribuido al exceso de un activismo y el cumplimiento de roles que el poder impone para ser cumplidos, lo que genera una hipertrofia en la capacidad de decidir libremente lo que queramos realizar; como por ejemplo: si se práctica actividad física o no; si se accede a la tecnología; si se decide transformar el cuerpo a beneplácito propio (cirugías estéticas, implantes, células madre, tatuajes, piercings) entre otras dinámicas que implica la desaparición de la otredad; es decir, que los factores que atacan a los seres humanos en su individualidad, no vienen propiamente del exterior, sino del interior de cada persona, influido claro esta del medio que lo rodea.

Por ello, la violencia de ese activismo se traduce en una agresión neuronal que satura y exhausta la vida misma y que, como resultado o consecuencia, ha conllevado a que el cuerpo sea sometido a un rendimiento desmedido, especialmente en los ámbitos deportivos porque hasta la vida se ha puesto en peligro por los excesos en la carga, pero también por el tipo de nutrición que se utiliza en ciertos casos.

Lo anterior, se traduce en que la mayoría de los individuos están saturados entre sí mismos, en cuanto a trabajar jornadas exhaustivas para cumplir con las exigencias tanto personales como colectivas; de sobre entrenar el cuerpo para conseguir resultados deportivos, competitivos, o de estética e imagen; de estar conectados en la web hasta altas horas de cada día, entre otras situaciones que se imponen en las realidades de cada ser; y que marca la realización consumista de los pueblos en la saturación, el aburrimiento o la constante reflexión y que como resultado se padece en un sobrecalentamiento del yo, producido por una disciplina social impuesta por el biopoder (Quintero-Camarena, 2017).

Pero como el mismo Han plantea, solo es posible entender el alcance del pensamiento y del cuerpo desde la teoría del biopoder, como la habilidad de ampliar la voluntad propia en la de los demás. Es decir, el otro y el yo mismo como individuo que se sitúa al mismo tiempo como sujeto sometido y sometedor. En el que la técnica de control se ha refinado para no solo atacar los cuerpos, sino ante todo las conciencias y la mente. Sin embargo, aunque por ello el biopoder sea un fenómeno indeterminado, si es perceptible cada vez que el placer protesta contra el poder, y que afecta de manera especial la reciprocidad de los sujetos, lo que se traduce en el

incremento de las enfermedades neuronales y nerviosas de una humanidad subordinada y dependiente del control social impuesto (de Landázuri, 2017).

Aunque más allá del entendimiento del biopoder, la sociedad contemporánea avanza por un paradigma basado en el exceso de ese positivismo⁶ y activismo que conlleva al malestar tanto particular como general. Así, el enemigo referido a las enfermedades neuronales ya no solamente es las producidas por agentes externos o extraños al organismo, sino por el contrario las afectaciones nerviosas que padecen los sujetos y que se desarrollan por la cotidianidad estresante y acelerada en la que se enfrenta a diario.

En otras palabras, esa sociedad del cansancio atribuido al rendimiento está sometida en su totalidad por el biopoder (Han, 2012; Han, 2014), pero paradójicamente, por una supuesta libertad que conlleva la humanidad y que se convierte en un mecanismo dominante, efectivo y aceptado hasta por cada individuo. Es decir, se elige la explotación de manera inconsciente.

Siendo conveniente remarcar, que esa analogía que Han utiliza sobre la filosofía como medicina para estos tiempos, se fomenta por el espacio que ha tomado la

enfermedad médica clínica (reducida solamente a las bacterias y los virus), en donde la solución solamente es combatir ese síntoma para preservar la salud, sin profundizar en lo ocasionado a nivel del sistema nervioso-central. De ahí, la construcción de un cuerpo social que ve al otro (personas, animales y plantas completamente disponibles para el agotamiento).

En otros términos, esa filosofía medicinal de Han entiende que todas las personas se auto explota en la propia empresa, que cada uno es amo y esclavo en un ser y que esa lucha de clases consigo mismo, ha conllevado directamente a un neoliberalismo desbordado y sometido por una explotación ajena (Han, 2014). Siendo necesario generar cambios sutiles y flexibles, que permita salir de ese sometimiento tanto mental como físico y conseguir una libertad que conceda tranquilidad emocional; pero la pregunta por resolver sería ¿Cómo alcanzar esa libertad en un mundo en donde la privacidad cada vez es menor, y prima la homogenización y dirección a la productividad?

Finalmente, Byung-Chul Han apunta que el cansancio neuronal del cuerpo que se afronta por esa sociedad disciplinaria (como lo remarco en su momento Foucault en el siglo XX), se logra frenar si se acude a una negatividad correcta

⁶ Se recomienda leer a los filósofos franceses Gilles Deleuze y Jean Baudrillard sobre las perspectivas de la positivización de las sociedades disciplinarias

concebidas y equipadas como máquinas energéticas de producción

en un contexto donde el rendimiento ha suscitado en que todo es posible, a que todo se puede (sin importar los medios para obtener los fines), por un exceso de positividad y activismo cargado de desgaste y energía (Quintero-Camarena, 2017) hasta el punto de dejar a un lado a la propia salud.

Toda esta compilación que realiza Han, la describe como un *aburrimiento profundo*, consecuencia de esa transmodernidad⁷ que llegó a la vida misma, cargada de actividades que pareciera que no finalizan, lo que recuerda el mito de Sisifo. En este sentido, se tienen dos opciones o ser nihilistas pasivos y destructores de la vida, o ser nihilistas activos e imaginarse como Sisifo cargando la piedra por la montaña de la existencia de manera feliz y creativa.

El síntoma de los cuerpos cansados

Indudablemente, las representaciones de pensamiento producidos en los diferentes momentos de la historia, ha proporcionado que las sociedades asuman estas posturas y hasta las conviertan en hábitos de vida; o como lo afirma el alemán Heilung Selbstbejahung citado por Esposito, en cuanto a que el poder de pensamiento, logra propiciar esquemas frente a las limitaciones

de las personas por el dominio sobre el otro; reforzado lo anterior, por la mediación de los individuos que integran las sociedades de rendimiento y que tienen una acción e intermediación en no generar una libertad consiente, sin la capacidad de tomar decisiones tanto a nivel individual como colectivo, lo que demostraría que el sujeto contemporáneo se haya dominado por todos los sistemas (2006).

De ese postulado, Byung-Chul Han retoma ese pensamiento alemán, arguyendo que la vida así experimentada es el efecto de la modernidad tardía, es una vida sin creencias; sin dogmas; que se vive el día a día sin medir consecuencias; condenada a la desolación, la nostalgia y el pesimismo; con una existencia efímera convertida en una desnudez, donde el sujeto sólo piensa o se afana por sí mismo y por el anhelo de tener control sobre los demás (Han, 2017).

Por tanto, los seres humanos no se encuentran plenamente conscientes de la propia existencia, de la construcción del cuerpo y pareciera que la vida no es considerada como lo más preciado en el camino terrenal; o sea que esa competitividad constante en la que se reside por el rendimiento, ha dirigido hacia un propio campo de concentración como diría Han; porque el miedo en los cuerpos se

⁷ Es conveniente profundizar el tema con una autoridad competente como lo es Rodríguez Magda en su artículo "Transmodernidad: un nuevo paradigma"; que propone

una sensibilización de a esta postura sujeta a debate, refutaciones, aprobaciones, entre otras.

ha apoderado de las dinámicas de la vida, especialmente en los sectores urbanos y de primer mundo, en los cuales hasta la noción de tiempo ha quedado perjudicada sin tener las posibilidades de escuchar, dialogar o compartir siendo una comunidad de ciegos, sordos y mudos (Han, 2015).

Es innegable que el siglo XXI, es el periodo de las comunicaciones y el desarrollo tecnológico; sin embargo, la contradicción de este periodo es que cada vez menos las personas se comunican con los demás, porque ese ejercicio se supedita a una pantalla, a ver o escuchar noticias en los medios (tanto falsas como verdaderas), a seguir entrenadores, Youtubers, Influencers, Coachings entre otros para la práctica de actividad física y deportiva (u otras actividades), por un afán de producir más que las mismas máquinas que la humanidad ha creado, generando un desgaste espiritual, físico y mental por la relación de sometimiento-sometido.

Es imposible ocultar, en que se vive con una extenuación por el trabajo (en sus diferentes dimensiones) en donde la propia identificación es un número o un dato como por ejemplo una credencial de elector, de empleo, de voto (en las urnas), de referencia para el pago de impuestos, de la cantidad de títulos académicos o reconocimientos deportivos, de compra de productos, entre otros, que establecen un patrón evidente

ante la crisis de identidad o narcicismo en todas sus formas de manifestación (Cisneros, 2018). Lo que ratifica el diagnóstico de Heidegger, de que la era de la técnica deshumaniza totalmente a los miembros de la especie humana.

En otras palabras, cuando se direcciona la obra de Han exactamente se cuenta con la certeza de que el cansancio social es atribuido a la competencia y el rendimiento, ocasionando en las comunidades en que cada ser vea y viva para sí, para su yo, en donde el egoísmo, la indiferencia, el egocentrismo, la apatía y la indolencia repercute en que no nos importa lo que le suceda a los demás: compañeros o pares (trabajo, deporte, académicos), vecinos, alumnos, colegas, al medio ambiente e inclusive a la propia familia o seres cercanos (Kammerer, 2018).

Sumado a este escenario, las redes sociales aportan a esta indiferencia porque han atacado a la privacidad, porque hasta la rutina de ejercicio y deporte que se realiza, el trabajo que se desarrolla, la comida que se consume, el nivel de estudio que es cursado, la pareja sentimental con se establece una relación amorosa, entre otras, se propende en generarlas como un intercambio de lenguaje con los demás, ya sea con uno o varios destinatarios que escuchan, pero no hablan, y que por ende no se acompañan; y esa dinámica ordinaria en la

cotidianidad causa una fatiga y cansancio por la preocupación constante en mantener al día o actualizada esta información en las plataformas digitales (Han, 2017), teniendo como ideal mostrar una noción de superioridad ante los suyos y desconocidos, sin importar que pasa con los demás.

La situación anterior, se entiende con mayor facilidad cuando se visibiliza en las redes sociales las prácticas de consumo, que afianzan y distribuyen la ideología capitalista, con lo cual las identidades quedan reducidas a los estereotipos sociales impuestos.

Inclusive y como se puede observar especialmente en el contexto latinoamericano, los/as niños/as, adolescentes y jóvenes ya están cansados de su entorno (escuela, familia, grupos sociales) especialmente de sus gobiernos, de las religiones, de los trabajos extenuantes, en fin, de pensar en un propio futuro cargado de unas situaciones sin esperanza lleno de burocracia y control ocasionado por el biopoder (Mallamaci, 2017). Por ello, se podría considerar que hasta el propio lenguaje como parámetro clave corporal, está o se encuentra cansado, porque en un medio donde lo igual, lo similar, lo idéntico es permitido; se quiere lo mismo que compra o adquieren los demás (implementos deportivos, tecnológicos, vehículos, viajes, en general todos los productos de consumo), desgastando los propios pensamientos, deseos y anhelos reflejado en un cansancio

colectivo y acentuado en las prácticas de auto explotación que el sujeto justifica como camino para lograr esos fines.

En esto desequilibrio en el que se vive, el cuerpo es relacionado como una máquina que es capaz de laborar por cualquier sueldo y extensas jornadas; de atacar a sus compañeros para lograr beneficios para sí mismo; de regalar un voto en las urnas por dinero o para mantener su trabajo; de utilizar sustancias prohibidas para alcanzar la élite deportiva, sin importar las consecuencias para el cuerpo; de ser complaciente con sus jefes y/o supervisores bajo el supuesto de obtener mejoras económicas; de satisfacer los deseos de bienes e inmuebles, entre otras, que en cierta medida hacen perder el humanismo y el respeto por los demás (Han, 2017).

Y ese agotamiento que se sufre, Han lo presenta como un cansancio propio del alma, que puede ser tan enérgico y que no permite brindar fuerzas para tener una vida social y comunitaria libre de las patologías de la razón, porque es un cansancio solitario que puede ser inclusive más peligroso para la vida, el cuerpo y los demás.

En definitiva, el objeto de recuperar el cuerpo ante ese cansancio, es con una posible acción que precisamente desde todos los escenarios de la vida pueda combatir la indiferencia, mediante el lenguaje, la comunicación, el deporte, el ocio,

la palabra, la educación, etc., usándolas como unas herramientas significativas del pensamiento, el espíritu y de la vida misma, para tener la convicción individual de que este cansancio puede cambiar por una mejoría de las emociones, para así, poder propiciar los ambientes con los demás. La tarea urgente, sin embargo, es pensar nuevos mecanismos que no reproduzcan los errores de la sociedad disciplinaria y del rendimiento.

Discusión: La filosofía como una forma de rehabilitación

Se acuerda que mientras persista la sociedad agotada y las causas que la generan, tiene validez el diagnóstico nietzscheano, readaptado por Byung Chul-Han, según el cual el nihilismo pasivo aboga por la depreciación de la vida por el cual los seres humanos se encuentran debilitados. De esta manera, surge la necesidad de emprender una filosofía y un saber científico que construya la relación intrínseca con la vida, de tal manera que esta merezca la pena ser vivida (Gallardo, 2018).

Byung Chul-Han en la obra que se enmarca, recupera las nociones platónico-nietzscheanas al referirse a los filósofos como los *médicos de la cultura* (2017); a su vez, incorpora su visión oriental en la que el individuo debe ser considerado como tal, es decir, una compleja unidad orgánica que funciona a partir de una noción un

tanto ambigua de energía; pues, por un lado, la tesis parece sugerir que cada ser vivo es energía; y por otro, que cada ser vivo es el resultado de sus energías psíquicas. Por lo que los sujetos inmersos en las lógicas de rendimiento, de producción y de explotación deben atender su salud y buscar su rehabilitación en dos escenarios: primero, el de la mente y la conciencia donde la filosofía renace como instrumento crítico capaz de oponerse a este poder; y segundo, el cuerpo donde la conservación y recuperación de su energía permite el desarrollo vital.

En este contexto, resulta interesante dejar abierta la pregunta por ¿cómo pensar una ciencia y una filosofía que deje a un lado el rumbo del progreso que agota los cuerpos, para postular una filosofía y una ciencia que no domine los cuerpos?

Esto quiere decir, que no solamente los filósofos sino los educadores, entrenadores deportivos, en fin, todos los académicos y científicos tienen el deber de convertirse en agentes que desvaloricen el nihilismo pasivo y destructivo, como una doctrina que considera que todo se reduce a la nada.

En tal virtud, la corriente de Han resulta interesante en el sentido que logra instaurar sus ideas entre el umbral del cansancio, el agotamiento, el rendimiento y el de la renovación (ibíd., 2018).

Ante esta particularidad, la medicina como se estipula en el acápite del biopoder centra su accionar en una filosofía de vida que respete al otro, que tenga componentes humanísticos en propiciar los derechos arraigados en los individuos y que constituya una salud no solamente física sino neuronal y nerviosa de la propia existencia.

Como se ha mostrado, Byung-Chul Han relaciona a Nietzsche como el médico que diagnóstica, pero igualmente Gallardo afirma que Han es el especialista que prescribe la evolución de las enfermedades neuronales y nerviosas en las diversas partes del cuerpo tanto social como físico. Y ante esta cuestión, surge la necesidad de que la academia se convierta en una praxis, en un estilo de vida, en una forma de pensar, que una a las personas y que brinde bienestar tanto emocional como corporal, porque al leer el texto: *la Sociedad del cansancio*, se puede inferir que esa idea sea utilizada para lograr una desaceleración de la vida activa que afrontamos, gracias a la reflexión y análisis de lo que emerge en la realidad actual.

En resumen, una puesta en marcha es poner en práctica las denominadas pausas, el no hacer las cosas en un momento, en llevar a cabo sucesos fuera de lo común, entre otras, así sea por momentos cortos o pasajeros como alternativa para continuar con las rutinas que pueden ser difíciles de cambiar. Que se otorgue un sentido

simbólico a los pequeños momentos que se viven en lo personal o con los demás, que se cree una sensibilización frente al cuidado del medio ambiente y de los animales, que se valore más a la vida que a la economía, en fin, todo aquello que recobre a la humanidad la importancia por la otredad.

Conclusiones

Indubitablemente, entender a la humanidad desde su cansancio y más allá del biopoder, requiere abordar no solamente a este autor frente a las realidades contemporáneas y competitivas, que generan cansancio o fatiga generada por sí mismo y un control o dominio ejercidos por los otros.

Es por esto, que Byung-Chul Han despliega una percepción que centra su enfoque en las dificultades que afrontan las comunidades, bajo las dinámicas que acarrearán las labores o disciplinas impuestas. A su vez, esta situación viene inmersa por el constante uso de la era digital por las cuales la sociedad está expuesta a su utilización ya sea de manera voluntaria o inconsciente.

Sería interesante, examinar los mecanismos de producción impuesto por los Estados, el sector económico y deportivo que despliegan un dominio sobre su población, porque precisamente tienen la capacidad de encauzar las decisiones que se toman, por la configuración abrumadora en competir con los demás.

Sin embargo, la sociedad del cansancio puede estar compuesta por una colectividad anónima en cierta medida, porque la mayoría de las personas ingresan a una rutina que nos les permite la auto reflexión y se puede encaminar a una zona de confort aprobada con sometimiento del medio.

También, es válido destacar que una de las principales críticas referidas al autor abordado, es que generaliza las situaciones, utilizando como referencia las ejemplificaciones de existencia a las que están inmersas las poblaciones de su continente asiático, de la clase media-alta europea de occidente y en algunos casos la norteamericana para mencionar al cuerpo como máquinas agobiadas por el cansancio y la fatiga ocasionados por el rendimiento. Además, esa visión margina otras dinámicas. Aunque claramente el panorama latino y africano no es alentador, en el sentido de estar inmersos a una sociedad cansada e impuesta por los países desarrollados.

Como se ha podido advertir, todas las condiciones sociales y por lo tanto culturales que se viven a diario, repercuten sustancialmente a las realidades de cada persona y su círculo social que lo rodea, especialmente las presentes y nuevas generaciones, siendo mayormente afectados los jóvenes por los conflictos y tensiones que afrontan para la construcción tanto de su identidad como de su cuerpo. Teniendo en aumento en

las cifras de las enfermedades neuronales y nerviosas, que significan trastornos y que van en aumento en la población mundial (Bayón, 2019), llenos de ansiedad, depresión, angustia, enojo y estrés en el que se convive.

Esto se puede resumir, porque las comunidades son el resultado de una sociedad invadida de contradicciones y negaciones donde lo significativo es ganar, competir y hasta destruir, con el fin de obtener un reconocimiento y de victoria hacia los otros; siendo una noción enfermiza que rodea a la población y que acaba poco a poco con la salud misma, generando infartos agudos al miocardio, trombosis, escenarios depresivos que pueden conllevar hasta el suicidio, entre otras situaciones Psico-clínicas.

Por infortunio, en muchas ocasiones no se destina el tiempo necesario para descansar, porque se lleva una cotidianidad muy alterada en la cual se pretende ganar en todas las competencias deportivas; no se quiere tener llamados de atención en los trabajos; se convive con la publicidad arrolladora de las redes digitales, que hasta configuran la formación del propio cuerpo, pero que inclusive otorga como resultado a llevar una soledad alarmante o atemorizada. Esto reivindica la idea según la cual, es necesario modificar las relaciones que los sujetos y las sociedades tienen con el tiempo.

Posiblemente, esta sea la causa que impone un miedo a verse feos, viejos, sedentarios, obesos o flacos, o en últimas sentirse enfermos, instaurando un patrón de vida que captura como las personas llevan su cotidianidad. Se vive como afirma Byung-Chul Han como los *Zombies* sin la capacidad de sentir dolor o comprometerse con los demás, porque lo que verdaderamente importa es el yo personal y no colectivo (2017), siendo una afectación para las comunidades en perder el sentido de lo humano.

Este recorrido, permite comparar en cierta manera a las personas con una máquina; y siguiendo con esta analogía, los seres humanos también necesitan de unos cuidados para tener un correcto funcionamiento homeostático, es decir, que, así como las mismas máquinas requieren de un mantenimiento para poder cumplir con sus funciones; el cuerpo humano requiere de esta misma capacidad de autorregulación, que no es ajena a esta particularidad; porque en el descanso, la recuperación y el equilibrio puede ser alcanzado mediante el baile, la recreación, el ejercicio físico, la actividad física, el deporte, la música, el teatro, el arte, y la renovación de la cultura, entre otras manifestaciones que permite un reencuentro con los demás, pero lo más importante el respeto por cualquier manifestación de vida o de existencia.

Por todo lo anterior, con esta exposición se quiere dejar abierto el interrogante ¿qué se puede hacer? o ¿cómo asumir esta situación de cansancio que la misma sociedad ha conllevado? Siendo importante retomar la confianza por los demás, reivindicando el lenguaje y las teorías sociales de la comunicación que atente contra la inequidad y la injusticia, siendo la educación la herramienta propicia que se cuenta para edificar o solidificar un mejor legado.

Referencias

Bayón, A. (2019). Demencias degenerativas: ¿un dilema de síndromes o de enfermedades? Neurología.

Cisneros, J. L. (2018). La Sociedad del Cansancio de Byung-Chul HAN. Actores y autores. Microsociología de la cultura y la educación. Ediciones y Gráficos Eón, S.A. de C.V. Av. México-Coyoacán, (421), 33-55.

de Landázuri, M. C. (2017). De la biopolítica a la psicopolítica en el pensamiento social de Byung-Chul Han. *Athenea Digital*, 17(1), 187-203.

Esposito, R. (2006). Bíos. Biopolítica y filosofía. Buenos Aires: Amorrortu. 202.

Gallardo, J. D. (2018). La filosofía como medicina: Nietzsche y Byung Chul-Han frente al nihilismo y la sociedad del rendimiento.

Protrepis. Revista de Filosofía, (14), 167-179.

Han, B.C. (2012/2014). La agonía del eros. Barcelona: Herder Editorial, S. L., trad. de Raúl Gabás, 74 pp.

----- (2015). El aroma del tiempo. Un ensayo filosófico sobre el arte de demostrarse. Barcelona, Herder Editorial.

----- (2017). La sociedad del cansancio: Segunda edición ampliada. Herder Editorial.

Kammerer, B. (2018). “École publique, un monopole contesté”. Sciences Humaines núm. 307, octubre, France.

Mallamaci, M. (2017). “El poder psicopolítico en las sociedades postdisciplinarias del homo digitalis. Apuntes sobre el pensamiento de Byung-Chul Han”. Revista Latina de Sociología vol. 7(1).

Nietzsche, F. (2011). La genealogía de la moral. Un escrito polémico.

Intr., trad. y notas de Andrés Sánchez Pascual. (Madrid: Alianza.)

Orozco, J. (2019). Han y su vida contemplativa. México, etm.

Quintero-Camarena, G. (2017). De la sociedad de los locos a la sociedad de los cansados; un abordaje desde Byung-Chul Han. Editorial Culturales, Barcelona, España (2), 321-328.

Vásquez-Rocca, A. (2017). Byung Chul Han: la sociedad de la transparencia, autoexplotación neoliberal y psicopolítica. De lo viral-inmunológico a lo neuronal-estresante”. Reflexiones Magistrales, año 6, núm. 41, octubre-noviembre