

# A tenerse fino

escrito por Juana Botero

Ya no hay vuelta atrás. Estamos ante un cambio radical de paradigma. Atrás empiezan a quedar los que han vivido del status quo y del viejo sistema de creencias y ficciones religiosas, económicas, familiares, laborales y democráticas. Este año ya venía con la promesa de derrumbar las viejas estructuras que estaban fracturándose desde antes de la pandemia, pero que se exacerbaron con las movilizaciones juveniles en todo el mundo y que apenas ahora empezamos a comprender.

Algunos siguen diciendo que no aprendimos nada, que nada cambió. Debe ser su temor para observar que el cambio es tan radical que nos implica, nos incluye, nos cambia nuestras comodidades y certezas.

Frente a muchos asuntos de la vida de los humanos el sistema se resquebrajó y aún no sabemos cómo enfrentarlo. En lo relativo a lo laboral, ya pocos quieren trabajar de manera desenfrenada porque ya sabemos que este planeta y este sistema es frágil y puede parar mañana y que no pasa nada; pero también hay un despertar de la consciencia frente al propio bienestar personal que es nuestra única responsabilidad y que ya no hay ninguna intención de sacrificarlo ni por dinero, ni por reconocimiento ni por poder.

Este no es solo un asunto de jóvenes incomprendidos como algunos les llamarán porque, aunque en ellos se agudiza, es una problemática de los y las adultas que no siendo capaces de expresarse “desparpajadamente”, se enferman, somatizan sus ideas en los cuerpos que ya no resisten.

Sobre esto el otro cambio: el auge en la conversación de la salud mental. Celebro que hablemos más de ella para reconocer las enfermedades, pero la conversación debería estar más puesta en las causas detonantes de la enfermedad colectiva que en las consecuencias de ellas. Ya es hora de hablar sobre lo que nos detona ansiedad o depresión, que son dos caras de la misma moneda: la angustia del pasado o el miedo al futuro.

No queremos seguir en un sistema que ha demostrado su absurdo.

Es apenas normal que, en un planeta lleno de información y tecnología, cada vez más acelerado con narrativas apocalípticas por asuntos de cambio climático y brechas sociales, las personas estemos sufriendo de la llamada eco ansiedad o tecnoestrés, que son solo palabrejas para decir que ya no queremos vivir de la misma manera.

Es normal la reacción que estamos teniendo ante esta creación, lo que no es normal es lo que estamos creando. Y ya es demasiado evidente. No se cuánta más información se necesita para que entendamos que el mundo no aguanta el viejo paradigma.

Hay que parar, definitivamente hay que bajarle el ritmo al frenesí de ideas, proyectos, festivales, congresos, charlas, contenido, etc. Somos parte de la contaminación, somos parte del problema cuando nosotros no aportamos algo de silencio y pausa.

Este mundo no se va a acabar mañana, pero estamos viviendo como si así fuera. Con la diferencia de que ahora nos damos cuenta del absurdo y ese es el cambio radical. Verlo es el cambio. Verlo sin pandemia, sin que todavía nos estemos achicharrando o congelando por el calentamiento global.

Algo no cambió, cambió todo. Y por primera vez lo saben más los ciudadanos del común que los líderes sociales, políticos, religiosos y empresariales. Esta vez la transformación del mundo y la consciencia es mucho más colectiva que representativa. No sé si hay un llamado a la acción de los líderes, porque las acciones ya están sucediendo en las personas. La cantidad de nómadas digitales son un síntoma de ello, el aumento de los intentos de suicidio, de divorcios, la inversión de la pirámide poblacional, la pérdida de confianza en las democracias y en las empresas; pero también los proyectos nuevos (de jóvenes o no) tendientes al cuidado de la salud mental y del medio ambiente.

Ya pocos se creen las historias que se cuentan como estrategias de mercadeo, la curaduría personal ante el consumo es mucho más grande y al tiempo más cínica. Ahora nadie necesita que le digan que el azúcar es malo o que la Coca-Cola oxida tornillos; pero tampoco que nos

cuenten de voluntariados sin impacto o de altruismos egocéntricos. Hoy ya se sabe qué se está consumiendo, el asunto ahora no es de más consciencia, ni de más acciones, es del cambio de las que ya se hacen y de la desaparición de algunas.

Esto ya cambió y quienes no lo quieran ver enfermaran de ceguera. Hoy ya no se trata de hablar del cambio sino de habitarlo coherentemente. Comunicarlo ya no basta, hablar de ellos tampoco, el cambio ni siquiera nos necesita, es ya una ola y quien no se monte en ella vivirá en la orilla.

Otros escritos de esta autora: <https://noapto.co/juana-botero/>