

## La inmovilidad frenética



“Y si llueve saldremos a la lluvia, a vaciar el semillero de sonrisas y esperar cosechas...  
En la silla de parar las prisas, tanto correr, tanto asentir, tanto quemarse...”

*Manolo García, “Saldremos a la lluvia” (2008)*

Nuestro endiablado ritmo de vida nos produce ansiedad, estrés e infelicidad. ¿Cómo conseguir la felicidad en esta carrera contrarreloj que nos deja extenuadas y extenuados?

No sufráis más, pequeñas mortales, el propio sistema que nos marca el ritmo ha conseguido hacernos creer que la felicidad está al alcance de cualquier bolsillo, sí, incluso del tuyo que está más bien medio vacío.

La felicidad es fácil de alcanzar, sin esfuerzo, de forma inmediata, en lo que tardes en sacar tu tarjeta de crédito y realizar una transferencia del dinero de tu bolsillo a sus arcas...

Sólo debes acercarte a sus tiendas, sus centros comerciales, sus megasuperficies, o mucho más cómodo, desde cualquier lugar en el que estés, basta con una conexión a internet, o una zona wifi y, en menos que canta un gallo, poseerás unos maravillosos momentos de felicidad, maravillosos, intensos, ¿breves?.

Tienes poco tiempo disponible: tras finalizar tu agotadora jornada laboral, consigues llegar a tu residencia habitual, tras un largo periplo en transporte colectivo o en tu flagrante bólido, y te mereces lo mejor, un sucedáneo de felicidad, de consumo inmediato y que te postergue la sensación de vacío que te embarga en cuanto paras y tomas consciencia de tu no felicidad, qué mejor que ponerte en modo consumidor, televisión, de relaciones superficiales, de... da igual

siempre que estemos receptivas para desconectar de nosotras mismas y convertirnos en inconscientes en modo consumista.

Es una espiral, antinatural y convulsiva, que incrementa nuestra angustia que sólo revertirá en una mayor urgencia en comprar bienes materiales.

Angustia, sentimiento de culpa al ser conscientes de que en el fondo, y muy a nuestro pesar, somos dependientes.

Que necesitamos a las y los demás para seguir sintiéndonos vivas.

Que pasar cada vez más tiempo lejos de las personas allegadas que nos enriquecen como entidades sociales, con el fin de conseguir más dinero, más y más, porque la sociedad nos dice que cuanto mayor sea nuestra capacidad económica, más felices seremos.

Pretenden convencernos de la estrecha relación entre felicidad y volumen de consumo. Los mercados, los vendedores de felicidad, son muy eficaces... les va sus dinerillos en ello.

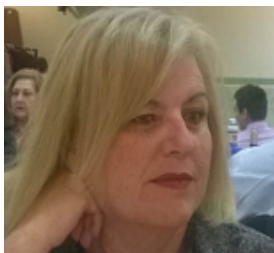
¿Pero cómo lo han conseguido? ¿Qué teclas han sabido tocar para convencernos de que somos independientes, autosuficientes económicamente y por ende emocionalmente? y sobre todo, ¿Cómo han conseguido que caigamos en esta dialéctica una y otra vez aunque sepamos que no nos produce la felicidad anunciada?

Puede, quizás, que el truco de este sistema ilusionista se base en tenernos todo el día corriendo y ocupadas en banalidades: si llegamos exhaustas al final del día, si el tiempo que dedicamos a las relaciones no monetarias es el de peor calidad, si “los problemas cotidianos” se convierten en “subidas al Kilimanjaro” ante la que necesitamos un gran aporte de energía, energía que ya no tenemos, ¿cómo no vamos a comprar “la ilusión” de conseguir nuestra satisfacción, nuestro bienestar sin esfuerzo y de forma inmediata?

Hagamos una última compra, al alcance de cualquiera, que nos permita crear espacios de disfrute de las relaciones personales, de contacto con la naturaleza, de paz, de momentos de relajación, de armonía....

Compremos una silla de parar las prisas...

## REFERENCIA CURRICULAR



**Araceli Benito de la Torre** es Socióloga e Informática de profesión. Le apasiona la naturaleza y cree en la ecología política y en la egoecología -la necesidad de gestionar de forma más natural nuestro yo interior-. Por eso, imparte cursos de Inteligencia Emocional y Técnicas de Autoconocimiento. Disfruta aprendiendo de las y los demás y realizando cosas nuevas, por lo que considera que este espacio es una oportunidad para seguir disfrutando y creciendo.

Secciones: Medioambiente, Tomando conciencia