

## Cox, Gary, *Cómo ser un existencialista o cómo tomar el control, ser auténtico y dejar de poner excusas.*

Trad. cast. Luis Noriega, Barcelona: Ariel, 2011. 171 páginas.

Por Juan J. Alcaide

jjac@riseup.net

Reflexionar acerca de la fragilidad de la condición humana es algo que nos incomoda. No queremos responsabilizarnos de nuestros actos y preferimos desempeñar el papel de víctimas. Por eso cuando la palabra *existencialismo* se oye en algún lugar cunde el pánico. A unos les entra sudor frío, les tiemblan las piernas y no saben hacia donde mirar. A otros se les dibuja una pequeña sonrisa y dictaminan que eso es cosa de intelectuales deprimidos que pasean por los parques atormentados con una nube negra sobre sus cabezas.

Cuando abres este libro de Gary Cox enseguida te das cuenta que no está escrito exclusivamente para expertos en la materia. Utiliza un lenguaje sencillo e incluso cómico buscando un público más amplio. Y todo ello sin perder la profundidad y la claridad de todo ensayo filosófico. Ya en su introducción comienza un diálogo en el que reta al lector a preguntarse por qué ha tomado este libro entre sus manos y por qué sigue prestándole su atención.

En un cortísimo primer capítulo, el autor advierte que para entender *qué es un existencialista* hay que comprender previamente *qué es el existencialismo*; sin embargo, decide señalar tres criterios básicos que todo aspirante a existencialista debería seguir. Es decir, conocer, creer y cumplir, en la medida de lo posible, la filosofía y la visión del mundo del existencialismo. Bastante obvio en la teoría, aunque algo más difícil en la práctica.

En el siguiente capítulo, retrocedemos y encontramos la dirección lógica que habríamos esperado inicialmente. Puesto que Cox examina, de forma más extensa que en cualquier otro capítulo, *qué es el existencialismo*. Con apenas una serie de datos históricos quién esté sumido en este texto descubrirá que este movimiento intelectual, desarrollado en



los siglos XIX y XX por personajes como Nietzsche, Sartre o Beauvoir, se define más por una serie de preocupaciones comunes que por un conjunto de principios; de hecho, para algunos carece de rigor filosófico, y cuando decimos algunos nos referimos a los filósofos analíticos. Sus verdades fundamentales manifiestan que todos hemos sido arrojados al mundo como seres indeterminados y expuestos a un continuo devenir; sin embargo, somos libres y no podemos dejar de serlo. Somos responsables de nuestras acciones en un universo absurdo donde nacemos sabiendo que vamos a morir. No obstante, por muy oscura que nos resulte esta realidad, esta corriente filosófica no es en absoluto pesimista, sino más bien una forma positiva de plantear que tenemos la oportunidad de *elegir* qué sentido queremos darle a nuestras vidas. Se advierte que esto no es una invitación a la búsqueda de la felicidad absoluta, tan de moda en los libros de auto-ayuda, ya que esto solo crea una gran decepción.

A continuación se presentan una serie de apartados. Primero, reflexiona acerca de nuestra *conciencia* como *relación* con el mundo, así como su *intencionalidad*. Ya que no somos observadores pasivos del mundo, sino que estamos interpretándolo y transformándolo en un producto de nuestra actitud. Y en ocasiones se manifiesta en un sentimiento de insatisfacción o *ausencia existencial* por proyectar nuestra conciencia en aquello que nos falta. Segundo, examina como la conciencia es la que temporaliza el mundo, y cómo este fluir de la temporalidad hace posible que seamos libres y no quedemos atrapados en el presente. Tercero, recapacita en nuestro *ser para si* y en nuestro *ser para otros*. Por un lado, nuestra autoconciencia, algo que también compartimos con otros animales y que debería transformarse en un síntoma de empatía y no de opresión. Y por otro, nuestra exposición al *otro*, que no es un *objeto* sino un *sujeto* que juzga nuestro mundo, así como nosotros juzgamos el suyo. Creando de esta manera un *conflicto* en la lucha de poder incesante por la dominación y la trascendencia. Cuarto, expone que el transcurso de la historia nos ha mostrado que la mayoría de los filósofos existencialistas se han preocupado por las libertades civiles y los derechos humanos, ya que su defensa de la libertad humana no es solo una posición política sino también filosófica; sin embargo, su pensamiento se basa en que todos somos irremediamente libres independientemente de nuestro contexto político, social y económico. Quinto, defiende que la libertad es ilimitada en el sentido que somos libres de elegir nuestras propias respuestas en cada situación. No sirve de nada apoyarse en la actual cultura de la excusa donde la responsabilidad individual queda relegada por las circunstancias que padece el sujeto. Sexto, repara en que ocasiones la libertad tiene ciertos límites, es decir,

momentos en que el sujeto no elige sino que da lugar un acto involuntario. Es el caso del sentido del humor, las preferencias sexuales, las reacciones de pánico o la locura. Y séptimo, se refiere a cómo la conciencia de ser libres puede llevarnos a sentirnos angustiados. Sartre lo denominaba la *angustia de la libertad*, y se traducía en actuar de *mala fe* buscando anular la libertad que poseemos.

En este tercer capítulo, el autor explica *cómo no ser un existencialista* y advierte que el mayor peligro que puede encontrarse un aspirante a existencialista es la *mala fe*. A menudo esta es confundida con el autoengaño; sin embargo, nadie puede engañarse a si mismo. En todo caso, puede elegir ocultar la verdad que conoce. Por ello, la *mala fe* podría considerarse más como un acto de *autodistracción* o *autoevasión*. Así lo explica en las siguientes páginas, cuando expone el caso de una persona que *elige utilizar a otra*, es decir, tratarla como un medio para un fin sin respetarla como ser libre. Este es un claro ejemplo de *mala fe* que puede identificarse como negativa a la *autenticidad vinculada al otro*. En otro ejemplo, ocurre lo mismo cuando el personaje niega *su* ser en situación, es decir, niega aquello que ha elegido hacer; sin embargo, si lo aceptara y lo llevara a cabo con pasión estaría actuando de forma *auténtica*, lo cual es por completo necesario para ser un existencialista. De esta manera, el sujeto debe ser la trascendencia de *su* facticidad. En otras palabras, tiene que aceptar lo que es, sin etiquetarse como *cosa*, como resultado de su conducta, *asumir* esta *elección*, y abandonar el objetivo de ignorar deliberadamente su responsabilidad. Posiblemente, la mayoría de las personas no están preparadas, o *eligen* no estarlo, para admitir que la existencia es *contingente*. Que no existimos de forma independiente, sino solo como una *relación* con esta contingencia. No somos más que un accidente que no aporta nada, o al menos nada bueno, al universo. Dar el paso para aceptar este terrible descubrimiento provocará una ruptura con los valores absolutos de la sociedad, y un acercamiento hacia la *autenticidad*. De lo contrario, lo más probable es que se busque refugio en la identidad de un grupo que diga qué se tiene que hacer, así tampoco habrá que preocuparse por la actitud hacia lo que se hace. Obviamente esto es mucho más cómodo, y también se elude la responsabilidad al abrigo de la *mala fe*.

En el siguiente capítulo, el autor se ocupa de exponer algunos aspectos que ayudarán a resolver la incógnita de *cómo ser auténticos*. En un primer momento, hace una invitación a *ser realistas* y a aceptar la verdad existencial fundamental de que somos libres y responsables. Nuestras acciones han tenido una elección previamente y no podemos ignorarlo. De igual

forma, advierte que se ha de asumir el control de nuestras emociones y actuar de acuerdo con lo que se está haciendo. De nada sirve huir de la situación que se nos presenta si de verdad queremos ser auténticos. La libertad ha de ser un ejercicio de afirmación constante, un valor último, que se dirija hacia el deseo de *tener que ser* auténticos y no simplemente ser auténticos. Posteriormente, Cox admite la imposibilidad de ser un verdadero existencialista, de *ser* auténtico, ya que solo se puede ser auténtico cuando nos *comportamos* de forma auténtica, es decir, tendríamos que comportarnos de forma auténtica cada segundo de nuestra vida. No obstante, es posible elegir la autenticidad como aspiración, como herramienta de continua superación para afrontar la vida. Los filósofos existencialistas piensan que basta con una inteligencia limitada para comprender las verdades existenciales de la condición humana; sin embargo, como ya hemos visto, no todas las personas deciden enfrentarse a ellas. Por otro lado, la autenticidad también requiere cierto grado de conformidad social, ya que somos productos de nuestro contexto social, político e histórico. De esta manera, también debe existir cierta empatía con quienes desconocen que están actuando de mala fe, en lugar de una actitud de superioridad que sería del todo inauténtica. Llegados a este punto, el autor acude a la figura de Nietzsche y a su *voluntad de poder*, ya que este ha ejercido una notable influencia entre los pensadores existenciales. Pero, ¿qué es la *voluntad de poder*? Como muchos sabrán, la voluntad de poder es la idea principal del pensamiento nietzscheano, y pone de manifiesto nuestra capacidad de *elegir* y el deber de *responsabilizarnos* de nuestras acciones. Por consiguiente, quien ha afirmado positivamente su poder y sin arrepentimientos ha elegido llevar a cabo una acción concreta, jamás temerá al *eterno retorno*, y deseará vivir la totalidad de su vida una y otra vez, porque se ha transformado en creador de sus propios valores y se ha superado a sí mismo. Por el contrario, quien se niega la posibilidad de expandirse quedará atrapado y reprimido en una vida de arrepentimiento. La vida tiene que ser digna de ser vivida mientras que la muerte no sea un hecho. Todos vamos a morir algún día, eso lo sabemos todos, pero pocos lo tienen presente y lo aceptan. Fue Heidegger quien dijo que estamos expuestos a nuestra mortalidad de forma constante y que de ninguna forma podemos escapar a ella; sin embargo, si cabe la posibilidad de aceptar de este hecho, de *ser auténticos para la muerte*. El filósofo alemán es conocido por su idea del *Dasein* o *ser ahí*, que viene a constatar que cada persona tiene una situación temporal y espacial únicas. Por lo tanto, igual que es necesario afirmar la forma en que decidimos vivir nuestras vidas, también lo es afirmar nuestra mortandad como algo inevitable y que hemos de asumir. Desafortunadamente, si evitamos

hacer frente a nuestra mortandad es muy probable que la muerte nos llegue sin haber vivido nunca realmente.

En el último capítulo, Cox abre un apartado de *consejería existencial* que sirve como conclusión y explicación a este ensayo. Su objetivo es manifestar que no somos lo somos de forma inalterable, sino que somos lo que hemos elegido ser. De esta manera, cabe la oportunidad de un proyecto personal de superación a través de nuevas elecciones e incluso una *conversión radical*.

En resumen, hemos de dejar de poner excusas, esforzarnos en la búsqueda de la autenticidad y responsabilizarnos de nuestros actos. Porque la vida es lo que nosotros queremos que sea.

