

VAN ZUYLEN, Marina. *A favor de la distracción*. Barcelona: Elba, 2019. 86 pp.

Marina Van Zuylen, profesora de Filología Francesa y Literatura Comparada en la Universidad de Bard (Nueva York), nos ofrece en este breve ensayo una interesante reflexión sobre los beneficios de la diversión y la relajación, de los desvíos e incluso del aburrimiento y la confusión. En *A favor de la distracción* hace un alegato por el derecho a desconectar del flujo informativo, por el placer de “perdersé” en estructuras mentales alejados de la norma y, por tratar de ser felices en cada recodo del pensamiento. A lo largo de las páginas del libro nos invita a considerar las divagaciones mentales, el aburrimiento y la obligación social de movernos bajo un sistema de pauta homogénea.

El punto de partida del libro es un texto de Charles Darwin en el que el gran científico se lamenta de haber perdido el gusto por la poesía y el teatro. Darwin confiesa que su mente se ha convertido en una máquina de datos, destinada a elaborar leyes universales; y declara: “la pérdida de estas aficiones supone una pérdida de felicidad, y puede que sea dañina para el intelecto, y para el carácter moral, que debilita la parte emocional de nuestra naturaleza”. En el libro se recogen las opiniones de varios filósofos que ya reflexionaron sobre el aburrimiento. Montaigne, Hume, Descartes y Rousseau, entre otros, entendieron que, sin aburrimiento, sin la ardiente selección de la espera, sin un sentimiento de anhelo, en último lugar, solo hay vacío. Michel de Montaigne, uno de los autores favoritos de Van Zuylen, estaba convencido de que nuestras divagaciones pertenecen a un estilo de pensamiento “que marcha a saltos y a zancadas”, que nos mantiene alerta, nos atrae y nos estimula mucho más que “un argumento expuesto de forma ordenada”.

En la cultura contemporáneo occidental la distracción es algo perseguido, algo a evitar por medio de fórmulas para lograr la concentración, entrenamientos varios y, de forma cada vez más creciente, con farmacopea. La distracción, culturalmente hablando, ha sido degradada al nivel de la pereza, en un mundo que ha perdido el “arte de la lentitud”. En una cultura cada vez más obsesionada y orientada a los resultados medibles, hemos olvidado lo valiosas que pueden ser las rutas indirectas y la libertad de perderse, y por ello la autora nos invita a unirnos a las filas del aburrimiento, del pensamiento disperso y el tiempo perdido.

En el mundo actual, sumido en un continuo cambio tecnológico, fundamentado principalmente en la conectividad, se nos invita a estar permanentemente alerta, a tener que ocupar cada minuto del día en pantallas digitales que nos ofrecen un amplio abanico de actividades e interacciones personales, dependientes del exterior, y alejándonos de nuestro “yo” interior, de no permitir divagar a la mente en plena y creativa libertad. Esta suerte de ética del trabajo proyectada al ocio está siendo interiorizada maniáticamente hasta tal punto que incluso la mantenemos activa cuando estamos a solas con nosotros mismos, momento que deberíamos, simplemente, dedicarlo a estar dedicados a nuestros pensamientos.

Desde un enfoque pedagógico el libro permite reflexionar sobre el aburrimiento como un estado de creatividad, de flexibilidad cognitiva. Una puerta que da acceso a los campos aún inexplorados, una puerta fantástica, maravillosa, que debería sorprender a la imaginación. Concebir la educación desde una perspectiva que pone el foco en el niño, en dejarle espacio y tiempo, en observarlo y estimularlo según sus necesidades, confiando en su inteligencia y su capacidad de aprender por curiosidad y no por imposición. El respeto a la individualidad de cada alumno. La paciencia para respetar sus tiempos de aprendizaje.

La profesora Van Zuylen da una llamada de alerta respecto a constituir un estado de quietud en medio de los cambios tumultuosos, un ejemplo de serenidad contemplativa en la que se manifiestan y decantan las grandes ideas de la tradición filosófica occidental.

La obra, a pesar de su brevedad y estar centrada en un relativamente limitado elenco de autores clásicos, es altamente recomendable solo por proponernos que dejemos fluir nuestro pensamiento de forma no lineal. En cierta forma también nos incita a considerar al aburrimiento

como una forma de felicidad, de fluir entre dos mundos –caminar, estar en silencio, divagar–, como experiencia terapéutica y, en última instancia, como manifestación de madurez y plenitud, de placer. Conquistar este libre albedrío para trazar un recorrido donde atrevernos a lo nuevo, de vez en cuando, sea un punto de partida de cosas mayores y mejores. Salgamos a buscar la verdad en caminos alternativos, ajenos a los de todos, lejos de lo científicamente correcto, y más o menos distantes de los rumbos socialmente aceptados, aunque con ello nos ganemos el mote de extraños o incomprensibles.

*Ana M.<sup>a</sup> Candelas Rodríguez Teixeira*  
UNED. Centro Asociado de Zamora