(in)autenticidad existencialista en tiempos de redes sociales

Laura Casasnovas de Vroomen | Tutora: Núria Vallès Peris | Máster en Filosofía para los Retos Contemporáneos | UOC | 27.6.2021

índice

1. Introducción **1**

1.1. Planteamiento y justificación del tema 1

1.2. Preguntas de investigación y justificación 1

1.3. Descripción del problema 2

1.4. Metodología 3

1.5. Marco teórico 4

1.6. Estado de la cuestión 5

2. Autenticidad existencialista **9**

2.1. Breve introducción al Existencialismo 9

2.2. El concepto de autenticidad y su relevancia en la actualidad 11

2.3. La 'mala fe' de Jean-Paul Sartre 14

2.4. La 'rebeldía' de Albert Camus 16

3. Usos inauténticos de las redes sociales **19**

3.1. El constructivismo tecnológico como punto de partida 19

3.2. El fin del olvido 20

3.3. La realidad algorítmica 24

3.4. La huida de la conversación 26

4. El usuario rebelde **31**

4.1. Resistencia y autenticidad 31

4.2. Las redes sociales dentro del proyecto existencialista 33

5. Conclusiones **35**

6. Referencias bibliográficas **39**

RESUMEN: Este Trabajo de Fin de Máster tiene por objeto estudiar el concepto de autenticidad tal y como se concibió en la filosofía existencialista del siglo XX y aplicarlo al mundo actual, en el que las redes sociales cobran gran protagonismo. Concretamente, el texto parte de una revisión general de la autenticidad y amplía su exposición con las aportaciones de dos pensadores existencialistas: Jean-Paul Sartre y Albert Camus. Luego, estos temas propiamente existencialistas, como la libertad, la responsabilidad, la 'mala fe' sartreana o la 'rebelión' camusiana, se ponen en diálogo con algunas de las problemáticas asociadas al uso de las redes sociales estudiadas por autores contemporáneos tales como Sherry Turkle, Jaron Lanier y Kate Eichhorn. Tras este análisis se concluye que determinados usos de las plataformas digitales pueden obstaculizar la búsqueda de la autenticidad; concretamente, es así cuando éstas son utilizadas para huir de la angustia existencial mediante la construcción de identidades y realidades simplificadas, cómodas y, en ocasiones, completamente distorsionadas. La investigación se enmarca dentro de una controversia académica más amplia, a saber, en el debate entre teorías deterministas y constructivistas de la tecnología. El Existencialismo, debido a su claro énfasis en la libertad y responsabilidad humanas, se alinea con el constructivismo tecnológico, lo cual, en el ámbito concreto de las redes sociales, se traduce a una visión de los usuarios como activos capaces de resistir las tendencias mayoritarias e inventar nuevos usos. Esta perspectiva implica que, si bien las redes sociales se utilizan a menudo de manera inauténtica, pueden servir también para lo contrario, es decir, para facilitar el logro de la autenticidad existencialista.

PALABRAS CLAVE: EXISTENCIALISMO, AUTENTICIDAD, LIBERTAD, REDES SOCIALES, CONSTRUCTIVISMO TECNOLÓGICO

EXTENSIÓN: 14.981 palabras

1. Introducción

1.1. Planteamiento y justificación del tema

El tema del que nos ocuparemos en el presente Trabajo de Fin de Máster (TFM) es la relación entre el uso de las redes sociales y un concepto clave de la filosofía existencialista: la autenticidad. Puesto que la cultura digital impregna nuestras vidas, entendemos que, al igual que el resto de nuestras acciones, también el uso de las plataformas digitales puede resultar en una vida más o menos auténtica. Así pues, la intención concreta de la que nace este trabajo consiste en aplicar este concepto extraído del Existencialismo del siglo XX al tiempo presente, en el cual los principales retos a los que nos enfrentamos no pueden comprenderse aislados de las redes sociales.

Al insistir en los *usos* de las plataformas digitales, partimos de una visión constructivista de la tecnología, con lo cual este trabajo se inscribe en el debate académico entre determinismo y constructivismo tecnológico. En esta línea, pensamos que el Existencialismo ofrece herramientas útiles y necesarias para situarnos en la acelerada realidad digital que nos rodea. La autenticidad en particular, vinculada a conceptos como la libertad y la responsabilidad humana, tiene un claro cariz ético, por lo que sostenemos que es una idea atemporal que vale la pena ser rescatada también en la sociedad actual.

En virtud de ello, consideramos importante estudiar cómo las redes sociales, según el tipo de uso, pueden suponer un obstáculo para la vida auténtica tal y como la entendían los existencialistas, y contribuir al malestar social que nos rodea. Por supuesto, no pretendemos caer en visiones fatalistas de la tecnología, sino que el objetivo es precisamente promover un uso responsable y positivo de las redes. En gran parte de la literatura actual sobre redes sociales, centrada normalmente en sus efectos (negativos), está implícita una visión determinista de la tecnología que aniquila la voluntad humana. Per contra, el Existencialismo, incompatible con determinismos de cualquier tipo, defiende que cada ser humano es libre de dotar su vida del significado que desea.

1.2. Preguntas de investigación y justificación

La pregunta de investigación principal que guiará este Trabajo de Fin de Máster es la siguiente: ¿De qué maneras dificultan los problemas vinculados al uso de las redes sociales el logro de lo que los existencialistas conocían como una vida "auténtica"? A fin de poder contestarla

correctamente, hemos derivado de ella tres subpreguntas correspondientes con los distintos elementos a los que hace referencia:

a) ¿Cómo problematizan los filósofos existencialistas –concretamente, Jean-Paul Sartre y Albert Camus– el concepto de autenticidad?

b) ¿Qué puede aportar el Existencialismo al debate actual sobre determinismo tecnológico?

c) ¿Cuáles son los problemas asociados al uso de las redes sociales que conectan con la cuestión de la autenticidad?

Puesto que la literatura filosófica sobre la autenticidad abarca distintas corrientes y períodos históricos, hemos centrado la pregunta de investigación en el Existencialismo y, concretamente, en el pensamiento de Sartre y Camus. Esto es así para respetar la extensión del TFM y enfocar con mayor precisión la metodología del trabajo, pero también por la coincidencia entre su filosofía existencialista y las visiones indeterministas de la tecnología. Asimismo, al estudiar los *usos* de las redes sociales, la pregunta de investigación busca una respuesta ligada a la responsabilidad humana que concierne a una gran parte de la población mundial: los usuarios de las redes sociales.

Las respuestas a las subpreguntas, en el orden en el que se han planteado, resultan necesarias para abordar correctamente la pregunta principal. En este sentido, la primera subpregunta hace referencia al concepto de autenticidad, el cual requiere ser definido pues es el marco filosófico en el cual se inscribe el trabajo. La segunda subpregunta se remite al debate académico mayor del cual forma parte el trabajo –determinismo vs. constructivismo tecnológico– y tratará de explicar por qué es importante estudiar desde la perspectiva existencialista los usos de las redes sociales para pensar los retos tecnológicos que éstas originan. Finalmente, la tercera subpregunta se corresponde con un análisis de algunos de los nuevos fenómenos que surgen con el uso de las redes sociales, un paso descriptivo importante antes de poder determinar si nos encontramos ante actos inauténticos.

1.3. Descripción del problema

Las preguntas de investigación responden a un problema cuya solución consideramos significativa para la comunidad de investigación. En esta línea, ya hemos apuntado el interés académico de esta propuesta: la contribución del pensamiento existencialista al debate académico entre determinismo y constructivismo tecnológico. Aun así, detectamos en este TFM

también un considerable interés práctico, por lo que podríamos hablar de cierto carácter aplicado de la investigación.

Siguiendo el modelo planteado por Booth, Colomb y Williams (2008: 64): [1] estoy estudiando la (in)autenticidad en la era digital (tema), [2] porque quiero descubrir qué usos de las redes sociales pueden constituir actos de "mala fe"[1] y, por lo tanto, dificultar el camino hacia una vida auténtica, tal y como la entendían los existencialistas (pregunta), [3] para comprender en qué medida el pensamiento existencialista, como alternativa a las teorías deterministas de la tecnología, puede ser útil para ofrecer respuestas a los retos tecnológicos contemporáneos (justificación racional) y, sobre todo, [4] para descubrir cómo usar las redes sociales adecuadamente (significación).

Según este esquema, nos encontramos ante un problema puro, es decir, una investigación guiada por intereses académicos (justificación racional), pero de cuyos resultados se pueden desprender también unas consecuencias tangibles (significación). En otras palabras, se trata de un trabajo académico con aportaciones significativas para el día a día y, en particular, para el uso práctico de las redes sociales. Éste era también un aspecto que distinguía el Existencialismo de muchas otras corrientes filosóficas y que pretendemos incorporar en este trabajo: la acción como foco de atención.

1.4. Metodología

La metodología de investigación que usaremos en este TFM es la revisión bibliográfica, cuyo objetivo consiste en seleccionar, analizar y sintetizar bibliografía y estudios ya existentes a fin de extraer unas conclusiones que respondan adecuadamente a la pregunta de investigación. Cabe recalcar que no se trata tan sólo de una recopilación de documentos, sino de una investigación documental en la que el material seleccionado se abordará de manera crítica, se establecerán relaciones entre conceptos y fuentes, y todo ello servirá para obtener planteamientos nuevos y resultados originales.

En particular, a través de una selección de referencias bibliográficas, pretendemos construir un diálogo entre el pensamiento existencialista de Sartre y Camus, por una parte, y el de Sherry Turkle, Jaron Lanier, Kate Eichhorn y otros autores actuales que analizan los usos y los efectos de las redes sociales, por otra parte. Se trata de determinar en qué medida los aspectos de las redes sociales estudiados por estos últimos autores se relacionan con la (in)autenticidad por la

[1] Concepto de Jean-Paul Sartre que se refiere a actos inauténticos. Se desarrolla en el apartado 2.3 de este TFM.

que se preocuparon los existencialistas en el siglo XX. En la conclusión, ubicaremos los resultados de esta investigación dentro de la controversia académica sobre determinismo y constructivismo tecnológico.

1.5. Marco teórico

Con respecto al marco teórico de esta investigación, podemos afirmar que se trata de un cruce entre el constructivismo tecnológico y el Existencialismo. La visión constructivista de la tecnológica surge en los ochenta como crítica al determinismo tecnológico, una doctrina según la cual la tecnología se desarrolla de manera autónoma y aislada de la sociedad y el ser humano tan solo puede adaptarse a ella (Aibar, 2006: 40). Por el contrario, la visión constructivista sostiene que "las tecnologías son un producto de su circunstancia, es decir, reflejan el medio social en que son creadas" (ibíd.: 17) y cree en la "posibilidad real de intervenir en la tecnología" (ibíd..: 40).

Dentro de la corriente constructivista de la tecnología, el enfoque más importante es el denominado SCOT, o *Social Construction of Technology*, desarrollada por los autores Trevor Pinch y Wiebe E. Bijker (1989), en los cuales nos basaremos en nuestro análisis Ampliaremos la visión con otras notables aportaciones al campo, como son las de Judy Wacjman, Andrew Feenberg o Bruno Latour. Asimismo, nos serviremos de las publicaciones del profesor doctor de la Universitat Oberta de Catalunya (UOC) Eduard Aibar, quien ha estudiado el recorrido histórico y las diferentes variantes del constructivismo tecnológico.

Conviene recordar que el principal problema del determinismo tecnológico es que no deja hueco alguno para la voluntad humana, sino que absuelve a la persona de cualquier responsabilidad en cuanto a las tecnologías que usa, algo que sirve a los intereses de las empresas que las desarrollan (Wyatt, 2002: 269). Este debate conecta así directamente con la filosofía existencialista, que, en defensa de la libertad y la responsabilidad, se opone a todo tipo de determinismo.

Si bien muchos pensadores conocidos como existencialistas rechazaron la etiqueta, existe cierto consenso que ubica los orígenes de esta corriente en el siglo XIX, en los filósofos Friedrich Nietzsche y Søren Kierkegaard. Martin Heidegger continuó en esta dirección a principios del siglo XX y dedicó una especial importancia al concepto que nos concierne en este trabajo: la autenticidad. Influenciados por él, pensadores como Jean-Paul Sartre, Albert Camus y Simone de Beauvoir terminaron de dar nombre al Existencialismo en la segunda mitad del siglo.

Todo ello está explicado en la reciente y exitosa publicación *El café de los existencialistas* (2016), de Sarah Bakewell.

Como ya hemos apuntado, a fin de respetar la extensión máxima del trabajo y, para ello, enfocar con mayor precisión la metodología, hemos seleccionado tan solo dos pensadores existencialistas: Jean-Paul Sartre y Albert Camus. No solo fueron los últimos en tratar la autenticidad existencialista, sino que también hacen un énfasis especialmente fuerte en la acción y en la cotidianidad, más allá del plano teórico de su filosofía. En cuanto a Sartre, nos apoyaremos en *El ser y la nada* (2017 [1943]) y en *El existencialismo es un humanismo* (2016 [1946]), obras clave en las que explora la autenticidad propuesta por Heidegger e introduce conceptos nuevos tales como "mala fe", el cual hace referencia a los actos inauténticos que eluden la responsabilidad. De Camus utilizaremos sus ensayos *El hombre rebelde* (2018[1951]) y *El mito de Sísifo* (2015[1942]), en cuya filosofía "rebelde" la autenticidad cobra una especial importancia.

Con relación a las redes sociales, hemos escogido como pilares de la investigación tres recientes obras exitosas: *En defensa de la conversación. El poder de la conversación en la era digital* (Turkle, 2017), *The End of Forgetting. Growing up with Social Media* (Eichhorn, 2019) y *Diez razones para borrar tus redes sociales de inmediato* (Lanier, 2020). Turkle estudia los usos y efectos de Internet desde hace varias décadas y es una de las voces más reconocidas de nuestro ámbito. Eichhorn pone sobre la mesa la compleja cuestión de la identidad en tiempos de redes sociales, un tema íntimamente ligado con la autenticidad. Lanier, por su parte, es un informático de Silicon Valley que alerta de la pérdida de libertad como consecuencia del uso de las redes sociales, otro tema propiamente existencialista.

En definitiva, los autores seleccionados advierten de ciertos problemas ligados al uso de las redes sociales que bien podrían ser considerados "inauténticos" según la filosofía de Sartre y Camus. Se complementarán con ideas de otros pensadores contemporáneos tales como Judy Wajcman, autora importante del constructivismo tecnológico, y Laurence Scott, quien, a nuestro parecer, lleva a cabo un acertado estudio fenomenológico del mundo digital y aporta conceptos interesantes para nuestra investigación.

1.6. Estado de la cuestión

Si bien el concepto de autenticidad fue especialmente popular entre los filósofos existencialistas, ya en el siglo XVI Jean-Jacques Rousseau se mostró preocupado por los perjuicios de la sociedad en la "autenticidad personal", que para el pensador suizo hacía

referencia al yo natural, mientras que la inautenticidad sería consecuencia de influencias externas (Yacobi, 2012). Dos siglos más tarde, Heidegger (2012[1927]) afirmó que la autenticidad –su *Eigentlichkeit*– no podía conseguirse sin la conciencia de la posibilidad de morir, de la realidad de nuestro particular estar-en-el-mundo[2] -*Dasein*-, por lo que suele estar asociada con la angustia.

Unas décadas más tarde, Sartre (2016 [1943]), influenciado por Heidegger, defendió que para ser auténtico uno debía aceptar su radical libertad y entonces asumir plena responsabilidad sobre su vida, tarea difícil y angustiante de la que muchos intentan escapar a través de actos de "mala fe". En la misma línea, su contemporáneo Camus (2015[1951]) afirmó que para vivir de manera auténtica era necesario aceptar el carácter absurdo de la vida y luego construir un sentido de la vida propio, lo cual consideró un acto de rebelión.

Así pues, podemos afirmar que la autenticidad fue un concepto clave en el pensamiento existencialista del siglo XX. Esta idea está recogida en cualquier exposición completa del Existencialismo, como es la de Sarah Bakewell:

> Deberías tomar tus decisiones como si estuvieras eligiendo en nombre de toda la humanidad, aceptando toda la carga de responsabilidad por el comportamiento de la raza humana. Si evitas esa responsabilidad engañándote a ti mismo como si fueras la víctima de las circunstancias o del mal consejo de alguien, no estás consiguiendo hacerte cargo de las exigencias de la vida humana y eliges una existencia falsa, apartada de tu propia «autenticidad» (Bakewell, 2016: 22).

Aun así, pocos pensadores han tratado la autenticidad existencialista como protagonista de sus obras. El único autor que sí ha contribuido a la comunidad académica con una exhaustiva publicación sobre la autenticidad es el profesor de filosofía polaco Jacob Golomb. En su obra *In Search of Authenticity: Existentialism from Kierkegaard to Camus,* parte de la constatación de que "la comprensión filosófica de la 'autenticidad' es mucho más compleja de lo que sugiere su uso coloquial"[3] (1995: 5) para posteriormente hacer un recorrido por la autenticidad de Kierkegaard, Nietzsche, Heidegger, Sartre y Camus.

Con respecto a la relación entre Existencialismo y tecnología, cabe destacar al recién fallecido Hubert Dreyfus, quien estudió la tecnología desde la perspectiva heideggeriana. En *Mind over Machine* (1986), décadas antes de la llegada de las redes sociales, se preocupa por los

[2] Si bien en algunas traducciones al castellano aparece ser-en-el-mundo como traducción de Dasein, nos basamos en este caso en la propuesta de Jesús Escudero (2016): estar-en-el-mundo.

[3] Traducción del autor. Cita original: "The philosophical understanding of 'authenticity' is far more complex than its everyday use suggests" (Golomb, 1995: 5).

ordenadores y la Inteligencia Artificial, pues, a su parecer, pueden desembocar en la pérdida de habilidades físicas que conectan al ser humano con el mundo. En otras palabras, alerta de que la tecnología puede alejarnos del *Dasein* y, por lo tanto, de la autenticidad. Una década más tarde, el mismo autor estudia la relación entre Heidegger y la tecnología y asegura que la relación entre el ser humano y la tecnología debe ser "libre" (Dreyfus, 1995: 28), muy en línea con la visión constructivista que nos interesa en este trabajo. Destaca las siguientes palabras del propio Heidegger: "Podemos afirmar el uso ineludible de los dispositivos técnicos, y también negarles el derecho a dominarnos, y así deformar, confundir y devastar nuestra naturaleza."[4] (ibíd.).

En un sentido similar, los profesores David Gunkel y Paul Taylor publicaron en 2014 su libro *Heidegger and the Media*, el cual no hace referencia explícita al concepto de autenticidad, pero sí realiza una intersección entre el Existencialismo y el debate académico sobre determinismo y constructivismo tecnológico, al igual que buscamos en este TFM. Concretamente, los autores estudian las coincidencias y las diferencias entre el determinismo tecnológico de Marshall McLuhan y el pensamiento de Heidegger. A su parecer, la ontología heideggeriana aporta una nueva y profunda comprensión del ser mediado (2014: 22).

Asimismo, en los últimos años se han publicado dos obras que defienden el retorno del Existencialismo: *How to Be an Existentialist. How to get Real, Get a Grip and Stop Making Excuses* (Cox, 2020) y *How to Live Authentically in an Inauthentic Age. The Existentialist's Survival Guide* (Marino, 2018). Tanto Cox como Marino se muestran críticos con la huida de la autenticidad y proponen recuperarla como valor al que aspirar en un mundo cada vez más individualista, distraído y alejado de virtudes como la dignidad y la nobleza.

Por otra parte, varios autores (Qi et al., 2018) publicaron hace dos años un importante artículo académico sobre los fundamentos filosóficos de las redes sociales. Dedicaron un apartado a Heidegger y otro a Sartre, entre otros. Lo que resulta interesante de su estudio es que, sin utilizar el término, resalten los usos auténticos de las redes sociales. En referencia a la propuesta existencialista de Sartre, los autores sostienen que el uso de las redes sociales puede ayudar a uno a construir su propio proyecto, es decir, a dotar su vida de significado. Por ejemplo, a través de sus numerosas opciones de personalización o porque permite reivindicar ciertas identidades culturales o étnicas.

Finalmente, pensamos que una investigación sobre las redes sociales no debe ignorar que estas ayudan también a difundir contenido educativo o académico de alta calidad. En YouTube se han

[4] Traducción del autor. Cita original: "We can affirm the unavoidable use of technical devices, and also deny them the right to dominate us, and so to warp, confuse, and lay waste our nature" (Dreyfus, 1995: 28).

publicado muy recientemente dos vídeos con una temática parecida a la de nuestro trabajo. Así, en un videoensayo titulado "Kierkegaard Against Social Media | How To Live Inauthentically" (2020), del canal *Thoughts on Thinking,* se exponen tendencias negativas de las redes sociales que dificultan el logro de la autenticidad existencialista de Kierkegaard. El canal *Pursuit of Wonder,* por su parte, publicó hace dos años el vídeo "Existentialism & The Internet" (2019), cuya tesis es que la saturación informativa provocada por las redes sociales genera confusión y felicidad, y que un buen remedio podría ser el Existencialismo sartriano, pues éste ofrece las claves para que cada cual encuentre su propio sentido.

2. Autenticidad existencialista

2.1. Breve introducción al Existencialismo

El Existencialismo es una corriente filosófica a la que resulta complicado asignar una fecha de inicio concreta. De la misma manera, aún a día de hoy, existe una discusión sobre a qué pensadores etiquetar como existencialistas (Marino, 2018: 4). La autora Sarah Bakewell narra en *El café de los existencialistas* que las huellas del Existencialismo pueden encontrarse tanto en los "angustiados novelistas" del siglo XIX –Dostoyevski, Unamuno– como en Blaise Pascal, San Agustín o en el personaje bíblico Job; en definitiva, en cualquiera que "alguna vez se sintió insatisfecho, rebelde o alejado de algo" (Bakewell, 2016: 11).

No obstante, cuando se habla de Existencialismo, suele referirse a un movimiento iniciado en la década de 1930 por autores como Jean-Paul Sartre, Simone de Beauvoir y Albert Camus. Siguiendo el relato de Bakewell (2016: 12), todo comenzó cuando Sartre y de Beauvoir descubrieron la fenomenología alemana. A diferencia de la filosofía tradicional-platónica que versaba sobre teorías e ideas abstractas, fenomenólogos tales como Edmund Husserl o Martin Heidegger se interesaron por la vida tal y como la experimentaban ellos, sin preguntarse si las cosas eran reales o no y con el foco sobre el Ser.

Además de la fenomenología, los existencialistas modernos se hallaban también altamente influidos por dos pensadores "inadaptados" (Bakewell, 2016: 30) del siglo anterior que creían en una filosofía como forma de vida más que en una filosofía intelectual-académica. Nos referimos a Søren Kierkegaard y Friedrich Nietzsche, quienes, junto con Heidegger, asentaron las bases de lo que, unas décadas más tarde, otros pensadores llamarían Existencialismo (Crowell, 2020). Si bien nunca utilizaron la etiqueta, se preocuparon por cuestiones propiamente existencialistas, como la angustia, la muerte o la falta de sentido.

A modo explicativo, cabe destacar que el Existencialismo moderno se basa en una conocida máxima de Sartre: "la existencia precede a la esencia" (2016 [1946] : 30-31). Se entiende así que los existencialistas se oponían radicalmente al idealismo, pues no creían en esencias ni categorías metafísicas, sino que consideraban que las cosas sólo tenían sentido en relación a otras (Cox, 2020: 72). En cuanto a la realidad humana, los pensadores a los que nos referimos defendían que, en primera instancia, existe una persona sin significado ni sentido, y luego, a lo largo de su vida, trabaja en aras de crear, continuamente, su propia esencia (Cox, 2020: 17). En palabras del propio Sartre:

> El hombre, tal como lo concibe el existencialista, si no es definible, es porque empieza por no ser nada. Sólo será después, y será tal como se haya hecho. Así, pues, no hay naturaleza humana, porque no hay Dios para concebirla (Sartre, 2016 [1946] : 30-31).

En pocas palabras, el Existencialismo se centra en la libertad. De acuerdo con Sartre (2016 [1946]: 42), "el hombre está condenado a ser libre: condenado, porque no se ha creado a sí mismo, y sin embargo libre, porque una vez arrojado al mundo es responsable de todo lo que hace". Por decirlo de algún modo, la libertad es la única esencia humana, lo que le hace diferente del resto de especies y demás objetos. Lo que esto significa también es que en el corazón de la filosofía existencialista está la acción, puesto que "en el corazón de la libertad está la elección y en el corazón de la elección está la acción" (Cox, 2020: 5).

Asimismo, los existencialistas hacen especial hincapié en la otra cara de la moneda: la responsabilidad. La libertad no significa ausencia de obligaciones, sino que se trata de que, tras ser arrojados al mundo, sobre las personas cae una fuerte responsabilidad por tener que elegir constantemente quiénes son a través de sus acciones (Cox, 2020: 48). Es más, como bien matizaba Sartre (2016 [1946] : 32) en su discurso, uno no sólo es responsable de sí mismo, sino de todos los seres humanos. Es debido a este peso que "el existencialista suele declarar que el hombre es angustia" (ibíd.: 36),

Fue en dicha conferencia, titulada *El existencialismo es un humanismo,* cuando Sartre se autodefinió como existencialista. Fue el único autor en aceptar la etiqueta, al menos durante un tiempo. La palabra fue polémica para sus compañeros porque el espíritu existencialista es contrario a las categorías unificadoras. Aun así, se les suele agrupar bajo el mismo movimiento, dado que hay una serie de temas que los conectan (Marino, 2018: 5). Estos temas son, en palabras de Cox (2020: vii), las "verdades existenciales atemporales de la condición humana"[5]: libertad, responsabilidad, elección, indeterminismo, ansiedad, contingencia, absurdismo, existencia y muerte, entre otros.

Además, con excepción de Heidegger, cabe subrayar que los existencialistas no eran académicos (Marino, 2018: 7). La filosofía, para ellos, era un estilo de vida. Así pues, puede afirmarse que el Existencialismo no se contenta con analizar la condición humana, sino que aporta una visión práctica acerca de cómo vivir lo mejor posible a pesar de esas complicadas verdades a las que nos enfrentamos, siempre partiendo de la aceptación. Se trata incluso de

[5] Traducción del autor. Cita original: "The philosophy of existentialism explores the timeless existential truths of the human condition: freedom, responsibility, choice, indeterminacy, embodiment, lack, desire, anxiety, contingency, absurdity, the existence of other people, ageing and death" (Cox, 2020: vii).

celebrarlas y, de ninguna manera, vivir como si no existieran, algo propio de la inautenticidad o la 'mala fe' (Cox, 2020: vii), conceptos que abordaremos en las próximas páginas.

En este sentido, los existencialistas tenían algo en común con los estoicos (Marino, 2018: 17; Bakewell, 2016: 30), que en el mundo clásico practicaron la filosofía como medio para vivir bien, a fin de ser más fuertes ante las adversidades y gestionar con calma las emociones difíciles. Al igual que el Existencialismo, el Estoicismo no era "una búsqueda intelectual ni tampoco una colección de trucos baratos de autoayuda, sino una disciplina para florecer y vivir una vida plena mente humana y responsable" (Bakewell, 2016: 30).

De hecho, los existencialistas han sido acusados con frecuencia de ser meros psicólogos, lo que se debe a que "toman las emociones mucho más en serio que la mayoría de los miembros de la Asociación Filosófica Académica"[6] (Marino, 2018: 17). Kierkegaard, Heidegger y Sartre sostienen que la ansiedad tiene un importante componente cognitivo (ibíd.: 231) y conduce así a una mejor autocomprensión. En vez de ignorar o anular sentimientos difíciles, los pensadores de esta corriente se enfrentan a ellos y los aprovechan positivamente. En la actualidad, este pensamiento puede resultar en una interesante alternativa a la tendencia de "medicalizar pensamientos, estados de ánimo y emociones inconvenientes"[7] (Marino, 2018: 230).

2.2. El concepto de autenticidad y su relevancia en la actualidad

Si la filosofía existencialista es un estilo de vida, la vida que los existencialistas buscaban era la *auténtica*. Tanto es así que, según Cox (2020: 9), la autenticidad es el "santo grial" del Existencialismo. De entrada, el término puede generar confusión puesto que su definición varía en función del ámbito en el que se emplea –psicología, publicidad, arte– e, incluso dentro de la propia historia de la filosofía, se ha utilizado de distintas maneras. Lo que está claro es que la autenticidad filosófica y, sobre todo, la existencialista es "mucho más compleja de lo que sugiere su uso coloquial"[8] (Golomb, 1995: 5).

La autenticidad existencialista se resiste a una definición, de nuevo, porque pertenece a un movimiento filosófico que rechaza todo esencialismo (Golomb, 1995: 7). Así pues, la autenticidad de la que hablaban nuestros filósofos no tiene una esencia fija e incluso resulta difícil de

[6] Traducción del autor. Original: "They take moods and emotions much more seriously than most of the members of the Academic Philosophical Association" (Marino, 2018: 17).

[7] Traducción del autor. Original: "We abide in a world that medicalizes inconvenient thoughts, moods, and emotions" (Marino, 2018: 230).

[8] Traducción del autor. Original: "The philosophical understanding of 'authenticity' is far more complex than its everyday use suggests" (Golomb, 1995: 5)

caracterizar (Marino, 2018: 113). Por ello, los existencialistas se dedican en sus ensayos a exponer la autenticidad como un término negativo, es decir, se centran en estudiar y criticar las acciones inauténticas (Golomb, 1995: 7). En su sentido positivo, aparece sobre todo en otros géneros literarios, tales como la novela o la poesía, formatos de ficción a través de los cuales buscan evocar en el lector el "pathos de la autenticidad" (ibíd.: 18-19).

Podemos afirmar que la autenticidad se refiere a cierta "transparencia" en cuanto a la situación en la que se encuentra una persona, es decir, a reconocer que alguien es responsable de lo que es. Ser auténtico es rechazar toda alienación, es no dejarse absorber por la planitud y la anonimidad de la masa. Heidegger trataba la autenticidad –su *Eigentlichkeit*– como la actitud de apropiarse de tus propios proyectos. Es decir, en vez de meramente ocupar un rol, ser auténtico es ser autónomo y elegir tus propias reglas (Crowell, 2020). Es reconocer tu particular *Dasein*, estar-en-el-mundo, y, con ello, aceptar también la posibilidad de morir.

En esta línea, de acuerdo con Kierkegaard, Heidegger, Sartre y otros existencialistas, la angustia existencial nos ofrece una oportunidad para entrar en una relación auténtica con nosotros mismos y con los demás (Marino, 2018: 117). O dicho de una forma más positiva, es porque soy libre que puedo tratar de adquirir autenticidad (Crowell, 2020). Entonces, vivir de manera auténtica significa crearse a sí mismo a través de cultura, sentimientos, experiencias. A esto se refieren Nietzsche y Heidegger cuando animan a cada uno a "convertirse en quien es" (Marino, 2018: 118)[9]. En esta línea, Marino recuerda que, etimológicamente, la autenticidad está intrínsecamente relacionada con hacer algo suyo a través de la acción:

> Kierkegaard creía que nos apropiamos de nuestros puntos de vista, no dando "me gusta" en Facebook, sino relacionándonos apasionadamente con esas ideas y expresándolas en el medio de la acción. Si hablas del amor universal será mejor que estés dispuesto a hacer sacrificios para ayudar a la mujer sin hogar que duerme en la reja frente a tu apartamento (Marino, 2018: 119)[10].

Grosso modo, ser auténtico consiste en asumir la responsabilidad que a cada cual le corresponde. Cuando uno la esquiva mediante el autoengaño y se considera una simple víctima de las circunstancias, elige una "existencia falsa" alejada de la autenticidad (Bakewell, 2016: 22). Esto suena angustioso, pero es también liberador y contiene optimismo. El Existencialismo

[9] Traducción del autor. Cita original: "When Nietzsche implores, "Become who you are", like Heidegger he is prodding us to create ourselves" (Marino, 2018: 118).

[10] Traducción del autor. Cita original: "Kierkegaard believed that we make our views our own not by hitting "like" on Facebook but by passionately relating ourselves to those ideas and expressing them in the medium of action. Carry on about universal love and you had better be ready to make sacrifices to help the homeless woman sleeping on the grate in front of your apartment" (Marino, 2018: 119)

sostiene que, mientras hagas el esfuerzo, puedes ser libre y auténtico o, al menos, acercarte a ello. Sartre, citado por Bakewell (2016: 22), dijo en una entrevista que el hombre debe inventar constantemente su propio camino: "Pero para inventarlo es libre, responsable, no tiene excusas, y en él reside toda esperanza".

Con frecuencia, se tacha el Existencialismo de nihilismo o de pesimismo. Sin embargo, los pensadores existencialistas defienden que una persona nihilista tiene también una vida inauténtica. Esto es así porque en la autenticidad subyace una ética que busca una actitud antidogmática frente a la vida (Golomb, 1995: 27). Una postura nihilista es, de hecho, lo que Sartre llamaría un gran acto de 'mala fe': creer que uno no es nada es igual de dogmático que creer en otras esencias fijas. Ambas posturas implican una visión esencialista de sí mismo que te exime de responsabilidad en cuanto a quién eres (Cox, 2020: 86).

Por otra parte, si se malinterpreta la autenticidad –la llamada a ser quién es cada cual y tener una relación sincera con uno mismo–, podría decirse que se trata de un ideal narcisista o, al menos, individualista. Sin embargo, como ya hemos apuntado, cada acción importa porque las decisiones se toman como si se eligiera para toda la humanidad, lo que lleva a la fuerte carga de responsabilidad y su consecuente angustia (Bakewell, 2016: 22). Las personas son seres relacionales, por lo que convertirse en lo que cada cual es está estrechamente ligado a las relaciones que uno tiene con su entorno. Charles Taylor, recogido por Marino (2018: 121), lo explica de la siguiente manera en *La ética de la autenticidad*:

> Si la autenticidad es ser fieles a nosotros mismos, es recuperar nuestro propio "sentiment de l'existence", entonces quizás sólo podamos lograrlo de manera integral si reconocemos que este sentimiento nos conecta con un todo más amplio. Quizás no fue un accidente que en el período romántico el sentimiento de sí mismo y el sentimiento de pertenencia a la naturaleza estuvieran vinculados[11].

Así pues, adquirir autenticidad no es una labor solitaria y no tiene sentido fuera de un contexto social determinado. La autenticidad existencialista significa acción y compromiso dentro de una comunidad (Golomb, 1996: 201). Es más, Taylor propone una ética de la autenticidad para luchar contra las "enfermedades de la modernidad" tales como el individualismo egocéntrico (ibíd.: 203). Si bien se dice que el Existencialismo terminó con Camus, vemos en los autores contemporáneos que este asunto está lejos de ser cerrado.

[11] Traducción del autor. Original: "If authenticity is being true to ourselves, is recovering our own "sentiment de l'existence", then perhaps we can only achieve it integrally if we recognize that this sentiment connects us to a wider whole. It was perhaps not an accident that in the Romantic period the self-feeling and the feeling of belonging to nature were linked."

En 1995, el profesor Golomb (1995: 3) defendía que en el mundo posmoderno, en la época de "la muerte de Dios" nietzscheana, las cuestiones de identidad y sentido son centrales. Aun así, afirma que hablar de autenticidad está pasado de moda y que nos encontramos, de hecho, ante la "muerte de la autenticidad". Las corrientes postestructuralistas y la cultura posmoderna, los medios de comunicación de masas y el mercado multinacional "disuelven" el pathos subjetivo de la autenticidad, tal y como la entendían los existencialistas, y la convierten en una cuestión objetiva. "Solo el regreso a nuestro pathos auténtico puede evitar la traición de lo que más nos importa a cada uno de nosotros: nuestra propia identidad" (Golomb, 1995: 205).

Por su parte, Cox (2020: 5), apunta a la actual "cultura de la queja", en la que se culpa a otras personas a fin de esquivar nuestra propia responsabilidad. Frente a esta constatación, el autor considera la autenticidad un "ideal heroico" por el cual merece la pena luchar. Las personas que lo hacen ganan autorrespeto, al contrario de otros individuos "cobardes" que no aceptan su situación ni se enfrentan a ella. Cox lamenta que virtudes como la nobleza y la dignidad murieran en algún momento del siglo XX y que, a cambio, en la actualidad se tienda a excusar el fracaso, la pereza y la irresponsabilidad (ibíd.: 89).

Finalmente, Marino (2018: 16) cita la era digital, concretamente, la de las redes sociales, como un período en el que las apariencias resultan más importantes que la realidad. En su libro no por casualidad titulado *How to Live Authentically in an Inauthentic Age* (*Cómo vivir de forma auténtica en una era inauténtica*) concluye que, hoy en día, ser auténtico está poco valorado. Además, el filósofo argumenta que, en nuestra época, la depresión, la ansiedad, el duelo y otras emociones "desconcertantes" son problemas que se deben arreglar con pastillas o con "ingenierías" cada vez más populares, como la autoayuda o el *mindfulness* (Marino, 2018: 31). Los existencialistas y su búsqueda de la autenticidad ofrecen una perspectiva alternativa.

2.3. La 'mala fe' de Jean-Paul Sartre

Hemos apuntado que la autenticidad existencialista no es fácilmente definible, pues no se trata de ningún estado fijo, sino más bien de una actitud continua de aceptación de nuestra radical libertad y contingencia, características que nos distinguen del resto de cosas en el mundo. Debido a esta dificultad, los filósofos recurrieron en muchas ocasiones a la ficción para ilustrar la idea de autenticidad. En sus textos ensayísticos se dedican especialmente a esbozar las actitudes inauténticas. Es allí donde el concepto de 'mala fe' (*mauvaise foi*) de Jean-Paul Sartre cobra especial importancia. De acuerdo con el propio pensador, la mala fe es la "amenaza inmediata y permanente de todo proyecto del ser humano" (2017 [1943]: 125).

En este sentido, Sartre insiste en numeras ocasiones en que "soy lo que no soy y no soy lo que soy" (2017 [1943]: 364), una conciencia angustiosa de que "hasta mi propio yo se me escapa" y en la que se halla el origen de la 'mala fe', a través de la cual uno se concibe como un objeto en el mundo. "Ser lo que no soy y no ser lo que soy" es la tensión sobre la que descansa la ambigua condición humana. Significa que soy facticidad, igual que el resto de objetos que me rodean, pero también trascendencia, porque tengo una radical libertad que sobrepasa mi propio ser.

Así pues, abrumado por esta angustia, el ser humano tiende a la 'mala fe', es decir, a negar su libertad (Marino, 2018: 234). La 'mala fe' se asemeja a la mentira, aunque con una diferencia: el sujeto mismo se enmascara la verdad y desaparece; por lo tanto, no existe la dualidad engañador-engañado (Sartre, 2017 [1943]: 97). La 'mala fe' está, entonces, muy cerca del autoengaño. Dicho de otra manera, la 'mala fe' sartreana es un medio para evitar la *náusea* –no por casualidad se tituló así su más célebre novela– generada por la fuerte carga de responsabilidad que sufren las personas y por la conciencia de su propia contingencia.

Aun así, cabe matizar que la 'mala fe' no es antónimo de libertad. Esto es así porque es gracias a la libertad que existe la posibilidad de 'mala fe' como "proyecto de libertad donde la libertad apunta a su propia supresión y negación"[12] (Cox, 2020: 55). En cambio, la persona auténtica no huye de su libertad, sino que su sustancia se funda sobre la afirmación de su libertad inalienable (ibíd: 86).

En vez de aceptar la libertad, en la 'mala fe' una persona pretende ocupar un rol fijo y predeterminado. La metáfora más citada de Sartre es la de un camarero, quien, de una manera casi autómata, imita lo que considera debe hacer alguien en su rol: un interés forzado por el encargo del cliente, un paso "un poco demasiado vivo" (Sartre, 2017 [1943]: 111); en definitiva, "toda su conducta nos parece un juego". Igual que el actor que interpreta a un personaje, el camarero se comporta como un ser neutralizado, como un objeto, como si no estuviera en su poder actuar de otra manera. De la misma manera, el ser humano, a fin de escapar la infinita búsqueda de su identidad, tiende a colocarse una máscara, una identidad fija con un discurso y un comportamiento predeterminado (Golomb, 1995: 154)

Sin embargo, hay una trampa: también el que dice ser sincero, el "campeón de la sinceridad", puede estar cometiendo un acto de 'mala fe'. Alguien que hace un esfuerzo constante por adherirse a sí mismo y así poder afirmar que es lo que es, en realidad también se hace objeto

[12] Traducción del autor. Original: "Bad faith is not the opposite of freedom, it is freedom that gives rise directly to the possibility of bad faith in so far as bad faith is a project of freedom where freedom aims at its own suppression and denial" (Cox, 2020: 55)

para sí, lo que significa que "trata de constituir la realidad humana como un ser que es lo que no es y no es lo que es" (Sartre, 2017 [1943] : 115). El objetivo de esta supuesta sinceridad no difiere demasiado del de la 'mala fe', pues ambas constituyen huidas.

En resumidas cuentas, el objetivo último del Existencialismo es, según Sartre, superar la 'mala fe' y lograr la autenticidad, es decir, practicar una "forma honesta y realista de vivir, morir y tratar a los demás" (Cox, 2020: vii). Los que no lo hacen, los que ocultan su libertad por "excusas deterministas" (Sartre, 2016 [1946]: 79) son "cobardes"; los que, en vez de aceptar su contingencia, tratan de mostrar que su existencia es necesaria son "inmundos". En este escenario, la única actitud coherente frente a la vida es la actitud de buena fe, es decir, la autenticidad (ibíd.: 76). En la búsqueda de la autenticidad, la persona posee una "conciencia lúcida" de su situación y asume sus riesgos y responsabilidades sea como sea (Golomb, 1995: 149). Sartre lo explica así:

> En consecuencia, cuando en el plano de la autenticidad total, he reconocido que el hombre es un ser en el cual la esencia está precedida por la existencia, que es un ser libre que no puede, en circunstancias diversas, sino querer su libertad, he reconocido al mismo tiempo que no puedo menos de querer la libertad de los otros (Sartre, 2016 [1946]: 79).

2.4. La 'rebeldía' de Albert Camus

Si bien Albert Camus declaró que no se consideraba un 'existencialista' –ya hemos explicado la polémica en torno a la etiqueta–, la mayoría de autores sí lo incluyen en el mismo grupo, puesto que sus temas centrales son propiamente existencialistas: la libertad, el sentido de la vida y también la autenticidad. De hecho, cronológicamente, Camus fue el último pensador de la autenticidad (Golomb, 1995: 168). Aunque no solía utilizar este término, todos sus escritos están impregnados por lo que podría llamarse su 'autenticidad absurda'.

El pensamiento de Camus parte de la base de que el mundo es absurdo, en tanto que no contiene ningún sentido objetivo, y tampoco ofrece ningún tipo de salvación, una constatación que uno debe aceptar si pretende vivir de manera auténtica. Es cada individuo quien deberá creer su propio significado vital cuando se rebela contra esa absurdidad (Yacobi, 2012). Camus reconoce que no es un camino fácil, pues el mundo moderno exige siempre alguna que otra justificación, pero, altamente influido por Nietzsche, el pensador incita a sus lectores a dar forma a su vida sin buscar ese sentido externo (Golomb, 1995: 169).

En esta línea, Camus explica que el sentimiento del absurdo surge en algún momento de nuestras vidas. Los decorados del mundo familiar "se derrumban" y éste se convierte en un "un

universo privado repentinamente de ilusiones y de luces" (Camus, 2015 [1942]: 20). Una vez que se reconoce que no hay respuestas, el hombre no puede volver a su mundo familiar. En otras palabras, el que "adquiere conciencia de lo absurdo queda ligado a ello para siempre" (ibíd.: 49). Aceptar el absurdo es la única opción auténtica; sin embargo, es natural, considera el filósofo, que el ser humano intente liberarse de él a través de "metafísicas de la consolación" (Golomb, 1995: 175).

Así pues, antes de encontrarse cara a cara con el absurdo, el ser humano cree tener unos fines fijos en una vida que parece justificada y necesaria (Camus, 2015 [1942]: 76). Luego, tras enfrentarse a la realidad, se da cuenta de la enorme distancia que existe entre su propio deseo de sentido y lo que verdaderamente ofrece el mundo. Además, el sentimiento del absurdo implica también una incertidumbre constante respecto a su propio ser, que se encuentra en constante evolución. En palabras de Camus:

> Este mismo corazón mío me resultará siempre indefinible. Entre la certidumbre que tengo de mi existencia y el contenido que trato de dar a esta seguridad hay un foso que nunca será colmado. Seré siempre extraño a mí mismo (Camus, 2015 [1942]: 34-35).

A esta situación de despertar, de cuestionamiento completo de la vida rutinaria y maquinaria que uno lleva, le siguen dos posibles consecuencias: suicidio o restablecimiento (Camus, 2015 [1942]: 27-28). De hecho, en su famoso ensayo *El mito de Sísifo*, Camus dedica las primeras líneas a afirmar que tan sólo hay un problema "verdaderamente serio" (ibíd.]: 17): el suicidio. Sin embargo, el pensador apuesta en todo momento por la afirmación de la vida. La solución al absurdo no es escapar, sino aceptar: la vía auténtica es sobria y creativa (Golomb, 1995: 174).

Tampoco resulta casual su fascinación por el héroe mitológico Sísifo, que estaba condenado a subir sin parar una roca a la cima de una montaña, desde donde volvía a caer por su propio peso, y así continuamente, en bucle (Camus, 2015 [1942]: 151). Es un personaje que, a pesar de su mundo aparentemente trágico, crea su propia individualidad de manera auténtica, de forma similar a la que lo hace el superhombre nietzscheano que adopta la fórmula del *amor fati* (Golomb, 1995: 171 - 174).

Así pues, Sísifo es el "héroe absurdo" (Camus, 2015 [1942]: 156): odia la muerte y le apasiona la vida. Explica el profesor Golomb (1995: 169) que la vida sisifiana es la única actitud auténtica disponible a la hora de enfrentarse a lo absurdo. Así finaliza el ensayo de Camus: "La lucha por llegar a las cimas basta para llenar un corazón de hombre. Hay que imaginarse a Sísifo feliz" (Camus, 2015 [1942]: 156).

En definitiva, para Camus, en un mundo absurdo, el único valor posible es el de la autenticidad (Golomb, 1995: 176). No hace uso explícito de este término, sino que prefiere hablar de rebelión. Distingue la rebelión histórica (política) de la metafísica, siendo esta última la rebelión auténtica que nos interesa. A través de una actitud rebelde, el ser humano defiende su dignidad como ser libre y construye su vida desde la pasión y el autorrespeto (ibíd.: 193). El rebelde es, según Camus, "un hombre que dice no. Pero si niega, no renuncia: es también un hombre que dice sí, desde su primer movimiento" (Camus, 2018 [1951]: 27).

El esclavo puede rebelarse contra su amo, y el rebelde auténtico se rebela contra su condición al afirmar la absurdidad de la vida. El hombre rebelde reconoce: "No sé si este mundo tiene un sentido que lo supera, pero sé que no conozco ese sentido y que por el momento me es imposible conocerlo." (Camus, 2015 [1942]: 70). Esta es, de acuerdo con Camus, la única posición filosófica coherente –y auténtica–, una "presencia constante del hombre ante sí mismo" (Camus, 2015 [1942]: 73-74) enfocada en la creación, es decir, opuesta al suicidio.

3. Usos inauténticos de las redes sociales

3.1. El constructivismo tecnológico como punto de partida

Hemos apuntado que en el corazón del Existencialismo se encuentra la acción. Así pues, al colocar las redes sociales bajo la lupa existencialista, estudiaremos siempre los *usos* que las personas confieren a dichas plataformas. Los existencialistas, cuyo punto de partida es la radical libertad del ser humano, se oponen a todo determinismo, por lo que tampoco el determinismo tecnológico se considera, entonces, una visión aceptable. En nuestro caso, esto significa que no son las redes sociales en sí las que pueden generar, o no, autenticidad existencial, sino que la responsabilidad cae sobre el ser humano, que decide hacer algo concreto con ellas.

A modo de recordatorio, resulta conveniente señalar que la visión determinista de la tecnología "parece haber enraizado profundamente en nuestro sentido común y, actualmente, es fácil detectar su presencia implícita o explícita en la mayor parte de discursos u opiniones de los medios de comunicación" (Aibar, 2006: 10). No obstante, los existencialistas difícilmente estarían de acuerdo con esta doctrina, según la cual la actitud del ser humano hacia el desarrollo tecnológico, que se produciría de forma "incontrolada", "sólo puede limitarse a adaptarnos a sus cambios imprevistos o a aminorar sus consecuencias negativas" (Ibíd.: 40).

Entonces, en el ámbito de la tecnología y, más concretamente, en el de las redes sociales, el Existencialismo se alinearía con el constructivismo tecnológico al tener en consideración en todo momento el proceso histórico de diseño y uso de estas tecnologías y su relación con otros procesos económicos, políticos y éticos, entre otros, es decir, las diferentes esferas de la actividad humana. Esta postura cuenta con numerosos autores y corrientes, algunas más radicales y otras más moderadas, pero en todo caso sostiene que "las tecnologías son un producto de su circunstancia, es decir, reflejan el medio social en que son creadas" (Aibar, 2006: 17) y cree en la "posibilidad real de intervenir en la tecnología" (Ibíd.: 40).

Frente a los usuarios pasivos del determinismo tecnológico, el constructivismo social de la tecnología cuestiona este modelo lineal de la innovación tecnológica y transfiere agencia a usuarios, diseñadores, empresarios, responsables de políticas de innovación y otras figuras implicadas en el proceso. Dicho de otro modo, los dota de libertad y responsabilidad. Pinch y Bijker (1989), los autores que definieron el enfoque SCOT (*social construction of technology*) –uno de los más importantes de este campo– concibieron al usuario como un grupo social que participa de la construcción de la tecnología (Oudshoorn y Pinch, 2003: 3). Es así porque existe

una "flexibilidad interpretativa" a la hora de integrar los artefactos tecnológicos en nuestras vidas (Pinch, Bijker, 1989: 421).

En breve, lo que quieren decir Pinch y Bijker (1989: 422) es que los artefactos tecnológicos se construyen e interpretan culturalmente (Pinch, Bijker, 1989: 422). Diferentes grupos sociales dan distintos significados a dichos artefactos y condicionan así su uso y su diseño (ibíd.: 414). Esta idea conecta con la afirmación existencialista de que el ser humano es libre de dar a su vida el significado que desea y que éste nunca le vendrá dictado desde fuera. Así pues, queda claro el contraste entre el el modelo lineal de la innovación tecnológica que adoptan las posturas deterministas y el carácter multidireccional del modelo SCOT (ibíd.: 410).

Partiendo de esta base, abordaremos en los próximos apartados algunas problemáticas asociadas al uso de las redes sociales que pueden ser resultado de usos inauténticos de dichas plataformas y complicar el proyecto existencialista. En particular, los puntos 3.2, 3.3. y 3.4 hacen referencia al uso de las redes sociales como vía de escape de una realidad compleja. Puesto que comprendemos que estos usos no son los únicos posibles porque los usuarios no están determinados, en el capítulo 4 trataremos de promover una aproximación auténtica a las redes sociales.

3.2. El fin del olvido

Tratar de ser auténtico significa, ante todo, aceptar la máxima existencialista definida por Sartre (2016 [1946] : 30-31): la existencia precede a la esencia. En otras palabras, si queremos ser auténticos debemos aceptar que no existe ninguna esencia humana fija más allá de nuestra radical libertad y contingencia, y que estamos en una continua evolución impulsada por nuestras propias decisiones –de las que somos responsables–. A menudo, esto resulta angustiante y el ser humano busca distraerse o se refugia en categorías y teorías simplificadoras.

En la actualidad, las redes sociales permiten almacenar imágenes y acontecimientos en nuestros perfiles de forma permanente y, con ello, construir una identidad o una narrativa aparentemente sólida. Sobre este asunto se preocupa la autora y profesora de comunicación Kate Eichhorn en su libro *The End of Forgetting: Growing Up with Social Media* (2019), en el cual trata el "fin del olvido" en la era digital. Eichhorn explica que, tras varias décadas de convivencia con las redes sociales, ya no es fácil dejar atrás la infancia y la adolescencia, épocas que quedan grabadas en las plataformas y que, además, dificultan también que los demás olviden nuestra versión más joven (2019: 2).

La autora afirma que la juventud se mantiene "perpetuamente presente" (Eichhorn, 2019: 3). Si bien se centra especialmente en la edad temprana porque considera que olvidar es parte del proceso de crecer, es un problema al que nos enfrentamos en todas las etapas de nuestras vidas. Es más, no solo son las imágenes que ponemos en circulación las que se conservan, sino también la red de contactos asociados a dichos momentos. Es decir, lo que uno arrastra consigo al futuro no es solo un archivo de fotografías y vídeos, sino todo un contexto social, que no siempre se desea conservar (ibíd.: 23).

Así pues, cuando se utilizan las redes sociales de esta manera, es decir, para crear, de forma acrítica, una narrativa fija y, dentro de ella, conceder una desmesurada importancia a los momentos que comparte, lo que hace el usuario es, en palabras existencialistas, huir de su contingencia y también de su trascendencia, es decir, de la angustia que siente cuando acepta que su propio ser se le escapa (Sartre, 2017 [1943]: 364). Dicho de otra manera, trata de definir su vida, contenerla dentro de las paredes digitales, a la vez que puede seleccionar –o, incluso, inventar– momentos de su vida a los que dar un carácter necesario.

Si bien la persona que utiliza las redes sociales de esta manera seguramente no sea consciente de que se encuentra en la 'mala fe', hacer persistir en el tiempo imágenes y contactos constituye una forma eficaz de esquivar el absurdo. Recordemos que, según Camus, la única opción vital auténtica es aceptar el absurdo, no escaparlo, pero es natural que el ser humano trate de liberarse de él a través de algún tipo de consolación (Golomb, 1995: 175).

Este sentimiento del absurdo que Camus propone abrazar tiene que ver también con la angustiante incertidumbre respecto a nuestro propio ser. "Este mismo corazón mío me resultará siempre indefinible [...] Seré siempre extraño a mí mismo" (Camus, 2015 [1942]: 34-35), afirma. Esta es la trascendencia a la que se refería Sartre, la continua búsqueda de la identidad de la que el ser humano tiende a huir mediante una máscara, un rol propio de la 'mala fe' (Sartre, 2017 [1943]: 111). Construir en la realidad digital una narrativa propia controlada y consistente puede ser, entonces, un mecanismo de evasión eficaz que, aunque todavía no existía en la época de nuestros existencialistas, no resulta complicado situar dentro de su pensamiento.

En su libro, Eichhorn recuerda a Nietzsche –uno de los padres del Existencialismo–, quien defendía que la felicidad no era posible sin el olvido. Para él, el ser humano es un animal necesariamente olvidadizo para quien el olvido es una fortaleza y es igual de importante que la memoria. Dicho de otra manera, una persona logra gestionar su vida mediante un equilibrio entre el olvido y la memoria. Además, el olvido es una capacidad activa, positiva, utilizada para

reprimir lo que uno decide olvidar (2019: 54). Nos interesa este apunte, pues la capacidad de olvido en el sentido nietzscheano es una condición necesaria para la libertad:

> Olvidar, como hemos visto a lo largo de este libro, no es un fenómeno enteramente negativo; de hecho, a veces es una necesidad. A pesar de su mala fama, el olvido tiene una función. Olvidar puede ayudar a asumir riesgos, explorar nuevas identidades, abrazar nuevas ideas; puede ayudarnos a crecer [...]. Olvidar y ser olvidado por los demás es, en este sentido, sinónimo de libertad. No estar atado al pasado por los propios recuerdos o, peor aún, los recordatorios de los recuerdos de otra persona, es tener la libertad de reinventarse en el presente y en el futuro. Precisamente porque el olvido y la libertad están vinculados, el fin del olvido tiene tanta trascendencia, sobre todo para los jóvenes (Eichhorn, 2019: 143)[13].

Las palabras citadas tienen mucho que ver con la autenticidad que defendían los existencialistas. Buscar la autenticidad es, en todo caso, aceptar nuestra libertad y sacar el máximo provecho de ella. Significa abrirse al mundo y a sus infinitas posibilidades. Olvidar, en el sentido de Nietzsche y Eichhorn, es necesario para "explorar nuevas identidades", una tarea puramente existencialista, pues entendemos que nuestra identidad no contiene ninguna esencia, sino que ésta radica en el devenir, en la acción, en la contingencia.

Eichhorn explica que el problema actual reside en que tanto olvidar como ser olvidado son opciones cada vez menos viables debido a los cambios tecnológicos y económicos de las últimas décadas, que ya no permiten la distancia con el pasado (2019: 139). En el pasado, cuando alguien quería ir más allá de su red social, bastaba con dejar de reunirse con dichas personas. En el siglo XXI, nuestra red de contactos nos acompaña vayamos donde vayamos. Además, imágenes del pasado pueden entrometerse en nuestro presente en cualquier momento. Debido a este uso de las redes sociales, el pasado se filtra en el presente con más facilidad. Espacio y tiempo ya no funcionan como barreras (2019: 142).

Con relación a esta nueva forma de experimentar el tiempo, la socióloga australiana Judy Wajcman, fuerte defensora del constructivismo tecnológico, analiza en *Pressed for Time* (2016) una curiosa paradoja que caracteriza nuestros tiempos digitales: las nuevas tecnologías se

[13] Traducción del autor. Original: "Forgetting, as we have seen throughout this book, is not an entirely negative phenomenon; indeed, it is sometimes a necessity. Despite its bad reputation, forgetting has a function. Forgetting can help one take risks, explore new identities, embrace new ideas; it can help one grow up [...]. Forgetting and being forgotten by others are in this sense synonymous with freedom. To not be tethered to the past by one's own memories-or worse yet, reminders from someone else's memories is to have the freedom to reimagine oneself in the present and the future. It is precisely because forgetting and freedom are linked that the end of forgetting is of such great consequence, above all for young people" (Eichhorn, 2019: 143).

diseñan con el objetivo de vivir de manera más eficiente –en otras palabras, para ahorrar tiempo y energía–, pero experimentamos hoy en día más que nunca una sensación generalizada de prisa y falta de tiempo. Esta aparente falta de tiempo está relacionada con el hecho de que el pasado se ha convertido en presente, algo que complica el estar-en-el-mundo existencialista, necesario para la autenticidad.

En línea con las ideas de Eichhorn, también la socióloga y psicóloga Sherry Turkle defiende que, si bien las redes sociales pueden facilitar una reflexión que nos acerque a nosotros mismos si son utilizadas "intencionadamente" (Turkle, 2019: 115) –es decir, auténticamente–, la tendencia es emplearlas para diseñar una narración parcial o incluso ilusoria de nuestras vidas. Así, las plataformas digitales pueden "inhibir el diálogo interior y hacer que nuestra atención pase de la reflexión a la autopresentación." (ibíd.: 115). Si bien es cierto que el ser humano siempre ha inmortalizado el pasado en cartas, diarios, fotografías y otros formatos analógicos, las redes sociales son una extensión de este proyecto de "historización" (Qi et al., 2018) y buscan, con más fuerza que nunca, la "unidad del yo" (ibíd.).

Cabe matizar que, según Turkle, presentar una imagen digital alejada de la realidad no es necesariamente algo negativo. Esto es así porque utilizar un yo aspiracional puede también catalizar la introspección puesto que aporta información sobre quiénes queremos ser (2019: 117). Algo parecido ocurre con los avatares en los videojuegos. No obstante, lo que pasa actualmente en las redes sociales es que los usuarios representan "por entero" el papel de ese yo aspiracional y fingen que es quiénes son realmente.

Así como en el videojuego el jugador sabe que tan solo "interpreta" a un personaje que no se corresponde con él, en plataformas como Facebook las personas parecen representarse a sí mismas (2019: 118). Aunque cada cual debería saber distinguir entre su yo y su "yo de Facebook", las líneas se difuminan cada vez más: "Es como decir mentiras muy pequeñas a lo largo de mucho tiempo. Al final te olvidas de la verdad porque se parece mucho a las mentiras" (Turkle, 2019: 118). Se establece una clara relación con la idea sartreana de que una persona comete un acto de 'mala fe' cuando busca ocupar un papel fijo y, entonces, su conducta parece un juego en el que interpreta a un personaje como si fuera un objeto (Sartre, 2017 [1943]: 111).

Además, como hemos explicado, no hay autenticidad posible sin compromiso ni acción real, por lo que el usuario auténtico de las redes sociales no se conformará con un mero Me Gusta o una publicación en su perfil, sino que se relaciona con la situación a través de la acción (Marino, 2018: 119). Una vida auténtica implica crearse a sí mismo por medio de experiencias. En este

sentido, no basta con presentarse de una cierta manera en redes sociales, sino que hace falta trasladar esa imagen a acciones concretas.

En *The Existentialist's Survival Guide*, Marino (2018: 108) lamenta que la autenticidad se haya perdido en *selfies* y *branding* en las redes sociales, "como si todo el mundo se hubiera convertido en su propio publicista descarado" (ibíd.)[14]. A su parecer, la prueba de la autenticidad podría ser la distancia entre quienes sentimos que somos y cómo nos presentamos. Camus decía: "Para ser, nunca intentes parecer" (ibíd.: 112). No obstante, en tiempos de redes sociales, "no se trata de quién eres, sino de quién parecer ser" (ibíd.: 108). Y esto no es una tarea demasiado complicada: las redes sociales, gracias a la posibilidad de editar y seleccionar que no existe fuera de la realidad digital, son herramientas extremadamente útiles para asentar una identidad fija, así como para interpretar el rol con gran facilidad.

3.3. La realidad algorítmica

En los últimos años, autores de distintas disciplinas se han interesado por esta tendencia de construir identidades distorsionadas en las redes sociales, a la vez que han constatado que no solo es nuestra propia vida la que puede verse trastornada mediante el uso de dichas plataformas, sino también las vidas a nuestro alrededor, es decir, la realidad en la que vivimos. Entre ellos, cabe mencionar al informático Jaron Lanier, quien, desde Silicon Valley, publicó en 2018 [2020] un exitoso libro con diez argumentos provocadores a favor del borrado completo de las redes sociales. Concretamente, su mayor preocupación es lo que llama la "modificación algorítmica de la conducta" (Lanier, 2020: 17) y la adicción en la que deriva.

Si ignoramos la perspectiva determinista y fatalista de este autor, podemos extraer de su libro apuntes importantes sobre las redes sociales y, concretamente, sobre las consecuencias de sus algoritmos. *Grosso modo*, lo que hacen los algoritmos es establecer correlaciones entre lo que hace un usuario con lo que hacen los demás (Lanier, 2020:18). Aquello que en otros tiempos era simple publicidad, ahora es una "modificación continua de la conducta" (2020: 19) que permite a las redes sociales ganar dinero. A través de estos algoritmos, cuando un usuario utiliza su teléfono móvil, recibe estímulos personalizados sin descanso. Puesto que son adaptativos, realizan pequeños cambios en función de las acciones del usuario para generar así un resultado lo más preciso posible (2020: 27).

---

[14] Traducción del autor. Original: ""Among my suburban cohort and students, the once-urgent issue of authenticity seems to have been lost to the selfies, social media branding, and managing your profile on KinkedIn and Facebook, as though everyone has become their own unabashed publicist. It is not who you are but who you seem to be!" (Marino, 2018: 108)

A este contenido hiperpersonalizado se suma otro factor adictivo: las recompensas en forma de consideración social, ya sean comentarios halagadores o Me Gustas en nuestras publicaciones. Según Lanier (2020: 25), cuantos más recibamos, con más frecuencia publicaremos. Curiosamente, se sirve de una referencia sartreana para problematizar este punto. El capítulo se titula "el cielo y el infierno son los otros" (2020: 29), puesto que existe en las redes sociales una fuerte presión social que suele ser negativa, y es así porque son las emociones negativas tales como el miedo las que enganchan al usuario de forma más longeva y se tienden a amplificar (2020: 31).

Así pues, al sesgo generado por los algoritmos se suma nuestra propia autocensura. A este respecto, Turkle concluye en sus investigaciones que "a la gente no le gusta publicar cosas con las que sus seguidores no estén de acuerdo: a todos nos gusta gustar" (Turkle, 2019: 75). Por ello, el uso de las redes sociales puede generar burbujas de información en las que tan solo nos exponemos a contenido que encaja con nuestros gustos e ideología y publicamos en función de los intereses de nuestros amigos o seguidores. Por supuesto, si queremos, podemos también utilizar estas plataformas para lo contrario: compartir y recibir informaciones y opiniones variadas que reflejan la complejidad del mundo.

Con relación a la adicción, Lanier sostiene que ésta hace que los usuarios acepten la manipulación y el "espionaje" por parte de las TIC. La adicción priva al usuario de su libre albedrío porque lo convierte en zombi (Lanier, 2020: 37). Dejarse llevar por esta inercia –seguir exponiéndose de manera acrítica a estos estímulos adictivos y, con ello, tratar de esquivar su responsabilidad– es todo lo contrario a lo que haría el sujeto rebelde, libre y auténtico que defiende Camus. Aun así, cabe remarcar que, desde una perspectiva existencialista, no es aceptable la generalización de Lanier, puesto que no todos los usuarios se lanzan de forma irreflexiva a la adicción digital.

En virtud de lo explicado, Lanier asegura que mediante el uso de las redes sociales se trastorna nuestra comprensión del mundo. Esto es así, entre otras cosas, porque no sabemos lo que experimentan los demás usuarios en sus *feeds* personalizados ni viceversa. No conocemos el contexto en el que se va a interpretar nuestra publicación, por lo que es improbable que el otro empatice con nosotros. En sus palabras, "se ha degradado tu capacidad de comprender el mundo, de saber la verdad, mientras que se ha corrompido la capacidad del mundo de comprenderte a ti" (Lanier, 2020: 151).

Tal y como hemos explicado, el camino a la autenticidad implica aceptar el carácter absurdo del mundo y reconocer la realidad tal y como es. El deseo de sentido y consistencia que pueda

tener una persona no coincide con cómo es el mundo verdaderamente (Camus, 2015 [1942: 76]). Así pues, el que huye del absurdo puede encontrar en las redes sociales una vía de escape ideal, una plataforma en la que puede diseñar su propia realidad, ordenada y acorde a sus propias ideas. En cambio, el que quiere ser auténtico no utilizará las redes sociales con este objetivo para no dejarse absorber por la planitud de la masa (Crowell, 2020).

Cuando uno busca la autenticidad, posee una "conciencia lúcida" (Golomb, 1995: 149) de la situación en la que se encuentra y asume sus responsabilidades. En el caso de las redes sociales, esto significa aceptar que la realidad digital algorítmica puede constituir una visión simplificada o incluso distorsionada de lo que ocurre fuera de ella y saber mirar más allá. Como critica Marino (2018: 230), existe en la sociedad actual tiende a erradicar pensamientos inconvenientes que pueden provocar malestar o emociones difíciles, pero un existencialista en busca de la autenticidad hace todo lo contrario: acepta el mundo de la forma más realista posible.

Con unas palabras convenientes para este trabajo, Lanier defiende en su libro lo siguiente: "Para liberarnos, para ser más *auténticos*, para ser menos adictos, para estar menos manipulados, para ser menos paranoicos… por todas estas excelentes razones: borra tus cuentas" (Lanier, 2020: 39). Asegura que, para que uno se conozca a sí mismo, lo cual mucho tiene que ver con la autenticidad existencial, éste debe experimentar. En este caso en concreto, anima a los usuarios a borrar sus redes sociales al menos durante una temporada. No obstante, si bien a priori "experimentar" parece tener mucho que ver con la actitud auténtica, la propuesta de Lanier no tiene por qué ser la más auténtica, como veremos a continuación.

3.4. La huida de la conversación

Sherry Turkle no cree en la solución radical de Lanier, sino que, en vez de borrar las redes sociales, propone la conversación presencial como cura. Tras décadas de investigaciones sobre Internet, tecnología móvil y sus efectos psicológicos, la autora publicó en el año 2015 una extensa defensa de la conversación en la era digital. En su obra explica que, a pesar de estar constantemente "hablando" en las redes sociales, nos enfrentamos a una huida de la conversación que es, a su vez, una huida de la introspección (Turkle, 2019: 25). Este fenómeno tiene importantes consecuencias que se relacionan con la autenticidad existencialista.

Turkle sostiene que el uso masivo de las redes sociales ha generado una "nueva vida indirecta" (Turkle, 2019: 15) repleta de problemas. Es a través de la conversación cara a cara, cuando estamos "plenamente presentes ante el otro" (ibíd.), que aprendemos a escuchar, comprender y

empatizar con el mundo que nos rodea. Y no solo se trata de escuchar a los demás, sino también de ser escuchados y, por lo tanto, comprendidos. Según Turkle, la conversación impulsa la introspección, es decir, la conversación con nosotros mismos que posibilita nuestro desarrollo a lo largo de toda nuestra vida (ibíd.: 16).

En su investigación, Turkle se inspira en el escritor y filósofo Henry David Thoreau, en cuya cabaña había tres sillas: una para la soledad, otra para la amistad y una tercera para la sociedad (Turkle, 2019: 24). Son tres componentes de un círculo virtuoso: "En la soledad, nos encontramos a nosotros mismos y nos preparamos para acudir a la conversación con algo que decir que sea auténtico, nuestro" (ibíd.: 24). En otras palabras, la soledad no es negativa, sino todo lo contrario: ofrece la posibilidad de conversar con nosotros mismos y, así, conocernos a nosotros mismos y pensar en quiénes queremos ser (ibíd.: 111).

Parece, así pues, que la soledad es una condición necesaria para la autenticidad. Debemos dedicarnos tiempo y espacio a nosotros mismos si queremos comprender nuestro lugar en el mundo y, a partir de allí, emprender la búsqueda de la autenticidad. Solo nosotros mismos somos responsables de aquello que decidimos hacer, y son éstas decisiones las que debatimos en soledad, eso es, mediante la introspección. El que busca la autenticidad no solo tiene que comprender el mundo en el que se encuentra, sino también entenderse a sí mismo y hacer suyas todas sus acciones (Marino, 2018: 119).

Además, el sentimiento del absurdo que, según Camus (2015 [1942]: 20), surge en algún momento de nuestras vidas, es una condición necesaria para poder aceptar ese absurdo, paso que abrirá el camino a la vida auténtica. Para reconocerlo, al igual que ocurre con el resto de sentimientos, debemos escucharnos a nosotros mismos. En este sentido, el filósofo defiende que la posición filosófica auténtica es la "presencia constante del hombre ante sí mismo" (ibíd.:: 73-74).

No obstante, pese a las claras ventajas de la conversación que hemos descrito, Turkle afirma que hoy en día queremos evitarla. Si bien estamos siempre conectados, en realidad nos escondemos los unos de los otros –y de nosotros mismos– y nos presentamos en nuestras redes sociales como nos gustaría ser, tal y como hemos explicado en el punto 3.2. Es cierto que en todo encuentro hay siempre algo de interpretación, pero, según enfatiza la autora, en Internet esto ocurre de una forma exagerada debido a la facilidad de editar y componer lo que publicamos (Turkle, 2019: 16). Por todo ello, en palabras de Turkle, la tecnología nos está "silenciando" (ibíd.: 23).

En esta misma línea, la autora explica que el "flujo constante de conexión, información y entretenimiento" hace que estemos siempre en otra parte (Turkle, 2019: 16), es decir, alejados de la realidad no digital. La mera presencia del teléfono nos puede hacer sentir más desconectados de los demás (2019: 17). Refugiarnos en las plataformas digitales, especialmente a través del siempre presente teléfono móvil, constituye, luego, un claro acto de 'mala fe', pues, en vez de absorber la realidad que nos rodea y conversar con ella, procuramos distraernos. Como dice la propia Turkle, "a menudo es cuando titubeamos, tartamudeamos o nos quedamos callados, cuando más revelamos a los demás. Y también a nosotros mismos" (Turkle, 2019: 41).

En pocas palabras, la autenticidad requiere ser conscientes de nuestra situación y relacionarnos con el mundo a través de la acción. Esta tarea parece complicada si, por medio de determinados usos de las plataformas digitales, estamos siempre desconectados o "en otra parte", algo que imposibilita la verdadera conversación. Ya decía el estoico Séneca que "no está en ningún lugar quien está en todas partes"[15]. Con relación a este punto, el autor Laurence Scott (2015: 1) considera que el que usa las redes sociales se convierte en un *everywhere-person* y que este *everywhereness* altera nuestra relación con aspectos humanos de la lejanía o el aislamiento (ibíd.: 4).

En particular, el *everywhereness* puede generar una sensación de agobio, como si estuviéramos en medio de una muchedumbre, y, a la vez, nos puede causar una inmensa soledad (Scott, 2015: 9). Además, el estar en todas partes puede significar estar siempre ausentes y no habitar completamente ninguna de ellas (ibíd.: 15). Dice Scott que los seres humanos siempre han soñado despiertos, pero, en el pasado, cuando lo hacía mientras estaba en compañía, se veía como mala educación o incluso como un síntoma de locura. Hoy en día, sin embargo, "nos permitimos viajar de un lado a otro desde otro lugar dentro del tramo de una conversación, entrando y saliendo de nuestros cuerpos físicos ante los ojos del otro"[16] (ibíd.: 20).

Así pues, en estos casos, el deterioro de la conversación, tanto con los demás como con nosotros mismos, es claro. La conversación entendida así requiere, según Turkle, de vulnerabilidad; sin embargo, en esta nueva cultura digital, tener un móvil en la mano nos permite evitarla (2019: 45). De acuerdo con su estudio, las personas se sienten incómodas cuando se encuentran a solas con sus pensamientos (2019: 25). Esto se evidencia cuando

[15] SÉNECA (1986). Epístolas Morales a Lucilio. Madrid: Gredos. Pág. 98: https://www.pieresko.net.ar/libros/Gredos/Epistolas-morales-a-Lucilio-t-1-por-Seneca.pdf

[16] Traducción del autor. Original: "Today we allow each other to travel back and forth from elsewhere within the stretch of a conversation, moving in and out of our physical bodies before each other's eyes" (Scott, 2015: 20)

alguien está parado en una señal de *stop* y "parece que le entra el pánico y saca inmediatamente su teléfono móvil" (ibid.). En un mundo en el que estamos siempre conectados, estar solos parece un problema que la tecnología tendría que resolver:

> He dicho que, hoy en día, estar solo parece un problema que necesita resolverse, y la gente trata de resolverlo mediante la tecnología. Pero en este caso, la conexión digital es más un síntoma que una cura. Expresa el problema subyacente –la incomodidad que se siente al estar a solas con uno mismo–, pero no lo soluciona. Y, más allá de ser un síntoma, la conexión constante está cambiando la forma en que las personas se ven a sí mismas. Está alumbrando una nueva forma de ser. Yo la llamo "comparto, luego existo". Compartimos nuestros pensamientos y sentimientos para sentirnos completos (Turkle, 2019: 71).

Scott se refiere a la era de Internet como la "mirilla inversa" (2015 : xvii) porque se invirtieron las mirillas sin que lo supiéramos. Sin embargo, asegura que un fenómeno todavía más interesante es que, en los últimos años, esta inversión se produce de forma voluntaria: habilitamos todo tipo de mirillas en nuestros espacios privados para evitar la soledad. En esta línea, también Turkle sostiene que la adicción a la tecnología móvil no significa que las personas sean tan solo adictas a lo que esta les aporta, sino que tiene que ver también que no querer lo que el uso del teléfono permite evitar. Las personas tienden a pensar que el móvil puede prevenir el aburrimiento o la ansiedad, pero "estas dos cosas podrían ser indicios de que estás aprendiendo algo nuevo, algo que está vivo y es perturbador" (Turkle, 2019: 59). Esto mismo dice el Existencialismo acerca del componente cognitivo de la angustia existencial.

No obstante, como hemos apuntado, no solo nos da miedo estar solos y conversar con nosotros mismos, sino que también huimos de la angustia que genera la espontaneidad de las relaciones humanas. Por mensaje, podemos decidir cuándo responder, editar nuestras respuestas y hacer preguntas cómodas que puedan ser respondidas en un mensaje (Turkle, 2019: 40). Sostiene Turkle que utilizamos la tecnología para "limpiar" relaciones humanas que en realidad son "diversas, caóticas y exigentes" (ibíd.: 38) y, de esta forma, la conversación pasa a ser una conexión eficiente y se nos olvida la diferencia, algo especialmente preocupante para aquellas generaciones que no saben que hay otras opciones fuera de sus pantallas.

A este respecto, recordemos que la autenticidad no es un ideal individualista, pues presupone que somos seres relacionales y que la vida auténtica sólo tiene sentido como tal dentro de un contexto social determinado (Golomb, 1996: 201). Autores como Charles Taylor proponen la autenticidad incluso como modelo ético para luchar contra el individualismo propio de la posmodernidad (ibíd.: 203). Decía Sartre que cada persona auténtica toma cada una de sus

acciones como si legislara para toda la humanidad. Todo este proyecto auténtico se complica, entonces, cuando huimos de las relaciones.

4. El usuario rebelde

4.1. Resistencia y autenticidad

En las páginas anteriores hemos esbozado problemas relacionados con el uso de las redes sociales que, a nuestro parecer, pueden relacionarse directamente con la cuestión de la inautenticidad. Sin embargo, tal y como hemos dejado entrever a lo largo de esta investigación, la mezcla entre Existencialismo y tecnología resulta en una visión constructivista de la tecnología. Esto quiere decir que las redes sociales no determinan al usuario puesto que éste es libre. Significa también, por lo tanto, que no todos las personas usarán la tecnología de la misma manera (Wacjman, 2016: 17).

A pesar de ello, hemos optado por los usos inauténticos debido a la dificultad de exponer la autenticidad como término positivo, un problema con el que ya colisionaron los propios filósofos existencialistas, que se dedicaron a analizar las acciones inauténticas y solo lograron ilustrar la autenticidad a través de la ficción (Golomb, 1995). Aun así, cabe remarcar que las problemáticas descritas surgen tan sólo en determinados usos de las redes sociales y, pese a que parece existir un consenso entre los académicos a la hora de afirmar que estos casos constituyen una tendencia mayoritaria, es posible que los usuarios se aproximen a las redes sociales de manera libre y responsable y, con ello, facilitar el logro de la autenticidad.

Sherry Turkle, por ejemplo, reconoce a pesar de sus preocupaciones que la tecnología móvil comporta "maravillas" (2019: 21). De acuerdo con la autora, la clave está en valorar adecuadamente "en qué modo puede interferir en otras cosas que consideramos valiosas" (ibíd.) para, luego, proceder a la acción, es decir, rediseñar la tecnología, así como aprender a incorporarla de forma diferente en nuestras vidas. Así pues, al contrario de Lanier, Turkle no considera que eliminar las redes sociales sea la única solución, sino que propone construir una "relación más consciente" (ibid.: 41) con ellas. Es decir, se trataría de acercarse a la tecnología desde la autenticidad.

En resumidas cuentas, lo que quiere decir Turkle es que uno debe comprender los posibles efectos y las implicaciones del uso de las redes sociales para utilizar esta tecnología de manera más "deliberada" (2019: 43), es decir, para desarrollar un uso auténtico de las redes sociales. El mundo digital ofrece grandes oportunidades para recibir información y comprender mejor la realidad, pero la tendencia es retirarse a la realidad *online*, donde uno puede escoger qué personas e ideas entran en su mundo (ibíd.: 379). En este contexto, Turkle, de manera muy camusiana, afirma que "nuestra mayor esperanza es nuestra resistencia" (ibíd.:: 66).

Incluso el propio Lanier afirma, a pesar de su pesimismo: "Las redes digitales realmente nos proporcionan un valor. Posibilitan grandes mejoras de eficiencia y comodidad" (2020: 35). En este sentido, Wajcman (2016), defensora clara del constructivismo tecnológico y altamente crítica con las posturas deterministas, insiste en tener presentes los distintos efectos según las circunstancias de cada usuario. Desde su punto de vista, la conectividad constante con la que tantos académicos se muestran críticos también ha estrechado las relaciones y ha ampliado nuestros círculos sociales, pues en muchos casos sirven como complemento al encuentro físico y pueden incluso fortalecer la intimidad.

También en el texto de Qi et al. (2018) queda claro que las redes sociales pueden usarse en beneficio del proyecto existencialista. Entre otras cosas, en contextos intolerantes o sociedades cerradas, el uso de las redes sociales puede contribuir a experimentar con identidades culturales, sexuales y étnicas; es decir, pueden servir para recobrar libertad y rechazar falsas esencias. Además, en ocasiones, estas plataformas facilitan también las relaciones con los demás pues amplían la agenda de contactos y, a la vez, ayudan a mantener relaciones en caso de distancia.

En este contexto, cabe destacar algunas teorías constructivistas que hacen referencia al rol del usuario, es decir, a su libertad como agente activo en el proceso de la innovación tecnológica. Por ejemplo, Madeleine Akrich y Bruno Latour afirman que la tecnología es un "guion" (script), que incluye una concepción prefijada del usuario pero que no niega su participación. Los usuarios son agentes activos en el desarrollo de la tecnología y, por lo tanto, capaces de "antiprogramar" una tecnología (Oudshoorn y Pinch, 2003: 11).

Asimismo, desde los estudios culturales proponen ir un paso más allá, puesto que, si bien Latour otorga al usuario la capacidad de rechazar el uso y el significado de los diseñadores, ignora las dinámicas totales de la innovación tecnológica, en la que los usuarios pueden inventar usos y significados totalmente nuevos o, incluso, pueden estar involucrados en el diseño mismo (Oudshoorn y Pinch, 2003: 15-16). En cambio, la rama de los estudios culturales trasciende la "brecha artificial" entre diseño y uso (ibíd.).

Con relación a esta idea, resulta interesante mencionar la teoría de la instrumentalización de Andrew Feenberg. Es una versión crítica del constructivismo tecnológico que entiende que, desde que una tecnología se inventa, esta pasa por distintas etapas de instrumentalización en función de las iniciativas que se producen en la sociedad (Feng, Feenberg, 2008: 114). La pregunta a la que se enfrenta la sociedad es, a su parecer, "cómo se pueden incorporar valores

alternativos al proceso de diseño para que los códigos técnicos que determinan el diseño sean humanos y liberadores en lugar de opresivos y controladores (Feng y Feenberg, 2008: 117)[17].

Según estas visiones, vemos entonces que puede surgir resistencia en situaciones en las que los usos prescritos y los significados simbólicos que vinculan los productores a sus tecnología no se corresponden con los valores culturales o las identidades de grupos sociales específicos (Oudshourn y Pinch, 2003: 19). En el caso de las redes sociales, los usuarios pueden resistirse a los problemas descritos e introducir en su uso, por ejemplo, el valor de la autenticidad. Esta resistencia se parece a la rebelión auténtica que defendía Albert Camus (2018 [1951]: 116), que consiste en afirmar nuestra libertad y emprender un viaje creativo.

4.2. Las redes sociales dentro del proyecto existencialista

Según hemos constatado en las páginas anteriores, el Existencialismo ofrece herramientas conceptuales que sirven para acercarnos a las redes sociales y, más concretamente, nos permite introducir el concepto de autenticidad en el debate sobre los buenos usos de estas plataformas. Por ello, ya en la introducción de esta investigación hemos subrayado el carácter aplicado del problema, que consiste en buscar un uso responsable de las redes sociales con la ayuda de la autenticidad existencialista.

Así pues, a modo de cierre, proponemos a continuación una serie de ideas prácticas sobre cómo apropiarse de la tesis existencialista para construir relaciones más auténticas con las redes sociales, es decir, para convertirnos en usuarios rebeldes, en el sentido camusiano de la palabra:

a) Comprender el funcionamiento de las redes sociales, como los algoritmos, los intereses de las empresas y sus posibles efectos. Entender que el contenido de nuestros *feeds* suele ser sesgado y no confundirlo con lo que ocurre fuera de las pantallas. Además, podríamos buscar relaciones con puntos de vista diferentes al nuestro o limitar la publicidad personalizada si hiciera falta.

b) Evitar estancarse en una sola narrativa vital. Revisar periódicamente nuestras publicaciones y contactos, que pueden se pueden eliminar o archivar si fuera necesario. Subordinar la imagen digital a la identidad real, que está en constante evolución.

[17] Traducción del autor. Original: "If we understand technologies to be underdetermined, then the question facing society is not whether to accept or reject technology, but rather how alternative values can be brought into the design process so that the technical codes that determine design are humane and liberating rather than oppressive and controlling." (Feng, Feenberg, 2008: 117)

c) No sustituir la conversación por las conexiones digitales ni abandonar la acción fuera de las redes sociales. En cambio, utilizarlas para reforzar las relaciones humanas, así como para catalizar o complementar la acción.

d) Asegurar suficientes momentos de desconexión a fin de dar espacio a la introspección.

5. Conclusiones

En suma, tomando como base la pregunta y las subpreguntas de investigación, podemos extraer de esta investigación una serie de conclusiones. En primer lugar, es posible afirmar que la autenticidad existencialista no resulta fácil de definir, puesto que no es un estado fijo que alcanzar, sino que se encuentra en el corazón del devenir. Pese a ello, constatamos que la búsqueda de la autenticidad implica aceptar la situación en la que uno se encuentra y hacerse responsable de ella.

Además de esta "transparencia" (Crowell, 2021) en cuanto al mundo que nos rodea, la vida auténtica significa también abrazar la angustia existencial y comprender que a través de ella podemos construir una relación más consciente con nosotros mismos y con nuestro entorno. En ningún caso, el que aspira a la autenticidad huirá de ella a través de actos de 'mala fe', el concepto que utiliza Jean-Paul Sartre para referirse a las acciones inauténticas, entre las cuales la más común es la de refugiarse tras una máscara y pretender ocupar un rol esencialista.

Según Albert Camus, una persona que busca la autenticidad debe aceptar el absurdo, es decir, adquirir conciencia de que el mundo no contiene ningún sentido objetivo ni ofrece ningún tipo de salvación externa, sino que está en sus manos crear su propio destino. La actitud auténtica frente a la vida es la del rebelde. Este acepta su radical libertad –reconoce que está "condenado a ser libre" (Sartre,2016 [1946] : 42)– y se hace dueño de su vida. Aunque no es una tarea fácil, es un "ideal heroico" (Cox, 2020: 5) que merece la pena perseguir.

Como explica el profesor Golomb (1995: 177), en línea con Camus, "la búsqueda de la autenticidad es una apuesta personal en un mundo donde otros resultados no son más probables, pero si esta apuesta única tiene éxito, nuestro premio es óptimo: la auténtica individualidad"[18]. En una "cultura de la queja" (Cox, 2020: 5) en la que está de moda no responsabilizarse de nuestras propias acciones, en un mundo que "medicaliza pensamientos, estados de ánimo y emociones inconvenientes" (Marino, 2018: 230), el Existencialismo constituye un estilo de vida alternativo que vale la pena explorar.

[18] Traducción del autor. Original: ""But in a world devoid of value why grant any meaning at all to authenticity? This is, of course, an arbitrary and free personal choice with no objective or logical validity. In making this choice Camus affirms something stressed by other philosophers of authenticity: the search for authenticity is a personal wager in a world where other outcomes are no more probable. But if this unique gamble succeeds, our prize is optimal: authentic selfhood" (Golomb, 1995: 177).

En segundo lugar, a fin de situarnos en el ámbito concreto de la tecnología y responder la segunda subpregunta, podemos afirmar que el Existencialismo ofrece una salida a los retos tecnológicos contemporáneos. A diferencia de la visión determinista de la tecnología que está implícita en la mayor parte de los discursos de hoy en día y que impide buscar soluciones reales porque anula la voluntad humana, la filosofía existencialista vuelve a colocar el foco de atención sobre la libertad y la responsabilidad humana. Con ello, esta perspectiva abre un margen de mejora, incluso de esperanza, para (re)diseñar la tecnología en aras de una vida mejor.

Puesto que el Existencialismo es una corriente práctica, enfocada a la acción y pensada para ser adoptada como estilo de vida, todo lo que uno hace puede obstaculizar o facilitar el camino a la autenticidad. En este sentido, dado que la cultura digital impregna todos los ámbitos de nuestras vidas, pensar la autenticidad en el plano de las redes sociales parece inevitable. También los usos concretos de las plataformas pueden contribuir, o no, a un estilo de vida más o menos auténtico.

En tercer lugar, entonces, tras revisar la literatura actual sobre redes sociales, hemos seleccionado, para poner en relación con la autenticidad existencialista, varias problemáticas relacionadas con el uso actual de las redes sociales. Todos parten de una misma constatación: "Los estudios muestran un mundo que no está más conectado, sino que sufre de una agudizada sensación de aislamiento" (Lanier, 2020: 103). Hemos dividido este problema en tres partes:

La primera se corresponde con nuestra propia identidad. Kate Eichhorn (2019) asegura que la era de las redes sociales supone el "fin del olvido" porque almacenamos imágenes y redes de contactos de distintas etapas de nuestras vidas y, de esta manera, el pasado es también el presente. Esto significa que, al contrario de la tesis existencialista de que "la existencia precede a la esencia" (Sartre, 2016 [1946] : 30-31), las redes sociales pueden utilizarse para construir una narrativa esencialista de nuestras vidas, a saber, para esconderse tras una máscara a fin de escapar la infinita y cambiante búsqueda de la identidad que tanta angustia existencial genera: un claro acto de 'mala fe'.

La segunda parte se refiere no a nosotros mismos sino a la realidad en la que habitamos. En este sentido, Jaron Lanier (2020: 17) alerta de que la realidad que se refleja en las redes sociales es una versión sesgada de la que existe fuera de la pantalla. Esto se debe a los algoritmos de estas plataformas, que proporcionan contenido en función de nuestros propios intereses y evitan aquello que pueda contrarias nuestras ideas, pero también nosotros mismos podemos contribuir a este mundo cómodo mediante la autocensura. Dado que la autenticidad implica una "conciencia lúcida" (Golomb, 1995: 149) de la situación en la uno se halla para poder actuar

libremente y asumir responsabilidades, usar las redes sociales como vía de escape de una realidad compleja conduce, sin duda, a la inautenticidad.

La tercera parte consiste en lo que Sherry Turkle llama la "huida de la conversación" (2019: 25), que hace referencia tanto a la conversación con nosotros mismos –la introspección– como a la conversación cara a cara con los demás. Existe una fuerte tendencia de utilizar las redes sociales como distracción constante para evitar la soledad, la vulnerabilidad, la intimidad o la espontaneidad de las relaciones interpersonales. Tanto la introspección –que posibilita la autocomprensión– como las relaciones con los Otros son condiciones necesarias para la autenticidad, por lo que también este problema se considera un acto de 'mala fe' opuesto al proyecto existencialista.

Pese a estos posibles usos inauténticos, cabe remarcar que, desde la perspectiva constructivista que se adopta en este TFM, resulta inaceptable generalizar y se entiende que cada persona utiliza las redes sociales de manera diferente, en función de sus propias metas y circunstancias. Si bien el uso de dichas plataformas ha generado nuevos problemas de inautenticidad, también pueden utilizarse de manera auténtica. De lo que se trata, en cualquier lugar, es de relacionarse con estas tecnologías de manera "consciente" (Turkle, 2019: 41), es decir, de ser responsables de las consecuencias de determinados usos.

En definitiva, y como respuesta a la pregunta de investigación principal, cuando se usa una red social para refugiarse en una cómoda realidad alternativa, ese uso puede ser calificado como inauténtico, según la terminología existencialista. Todas las cuestiones descritas giran en torno al mismo problema: usar las redes sociales para crear una realidad simplificada o distorsionada, tanto de nosotros mismos como de los demás y el mundo que nos rodea. La vida auténtica rechaza todo esencialismo e implica una actitud realista ante el mundo que uno habita.

A modo de cierre, recordemos que la filosofía existencialista propone aceptar la vida tal y como es y construirse sobre sus complicadas verdades en vez de sobre mentiras cómodas (Cox, 2020: 35). Es una filosofía que es siempre relevante, en cualesquiera épocas o circunstancias sociopolíticas o tecnológicas, puesto que se centra en cuestiones existenciales atemporales de la condición humana. El Existencialismo nos proporciona herramientas para aceptar que la vida no es un viaje romántico sino un camino extremadamente difícil, pero también es un "regalo

incomparable" (Marino, 2018: 227-228)[19]. Como escribió Camus: "En medio del invierno descubrí que había, dentro de mí, un verano invencible" (ibíd.). En este mismo sentido, decía Sartre:

> No hay doctrina más optimista, puesto que el destino del hombre está en él mismo; ni como una tentativa para descorazonar al hombre alejándole de la acción, puesto que le dice que sólo hay esperanza en su acción, y que la única cosa que permite vivir al hombre es el acto. En consecuencia, en este plano, tenemos que vérnoslas con una moral de acción y de compromiso (Sartre, 2016 [1946] : 61- 62).

Finalmente, consideramos que este TFM abre camino a futuras líneas de investigación. Ante todo, podría ampliarse esta misma investigación con los matices de otros existencialistas que trataron la autenticidad: Nietzsche, Kierkegaard, Heidegger o De Beauvoir. Asimismo, podrían analizarse otros temas relacionados con las redes sociales, dado que los estudios son cada vez más frecuentes y profundos. Por ejemplo, podría relacionarse la inautenticidad existencialista con el *fake news* o con los perfiles anónimos. A la vez, sería interesante profundizar en los usos auténticos de las redes sociales, puesto que es innegable que son poderosas herramientas para catalizar la acción fuera de ellas, así como para ayudar a personas en contextos desaventajados a relacionarse con determinados contenidos que amplíen su visión del mundo.

[19] Traducción del autor. Original: "Despite all his moans about and trenchant critiques of modernity, Camus tellingly confided, "in the midst of winter, I found there was, within me, an invincible summer." From Kiergegaard to Camus, the existentialists are profoundly aware that life is an incomparable gift, albeit a gift that is also a challenge" (Marino, 2018: 227-228).

6. Referencias bibliográficas

AIBAR, E. (2006). *La visión constructivista de la innovación tecnológica. Una introducción al modelo SCOT*. Barcelona: UOC

BAKEWELL, S. (2016). *En el café de los existencialistas.* Barcelona: Ariel

BOOTH, Wayne., COLOMB, Gregory y WILLIAMS, Joseph (2008). *Cómo convertirse en un hábil investigador*. Barcelona: Gedisa

CAMUS, A. (2015 [1942]). *El mito de Sísifo*. Madrid: Alianza

CAMUS, A. (2018 [1951]). *El hombre rebelde*. Madrid: Alianza

CARR, Nicholas (2010). *Superficiales: ¿Qué está haciendo Internet con nuestras mentes?*. Barcelona: Taurus

COX, G. (2020). *How to Be an Existentialist*. Londres: Bloomsbury

CROWELL, S. (2020). "Existentialism". Stanford Encyclopedia of Philosophy. Disponible en: https://plato.stanford.edu/entries/existentialism/#KieSinInd

DREYFUS, Hubert y Stuart (1988). *Mind over Machine. The Power of Human Intuition and Expertise in the Era of the Computer.* New York: The Free Press

DREYFUS, Hubert (1995). "Heidegger on Gaining a Free Relation to Technology". *Technology and the Politics of Knowledge* (eds. Freenberg, Hannay). Indianapolis: Indiana University Press

EICHHORN, K. (2019). *The End of Forgetting. Growing up with Social Media*. Cambridge: Harvard University Press

FENG, P., FEENBERG, A. (2008). "Thinking About Design. Critical Theory of Technology and the Design Process". *Philosophy and Design*. Nueva York: Springer. Págs. 105-118

GOLOMB, J. (1995). *In Search of Authenticity. From Kierkegaard to Camus*. Londres: Routledge

GUNKEL, David y TAYLOR, Paul (2014). *Heidegger and the Media*. Cambridge: Polity Press

HEIDEGGER, Martin (2012). *Ser y tiempo*. Madrid: Trotta

LANIER, J. (2020). *Diez razones para borrar tus redes sociales de inmediato*. Madrid: Debate

MACKENZIE, Donald y WAJCMAN, Judy, eds. (1999). *The social shaping of technology*. Buckingham: Open University Press

MARINO, G. (2018). *How to Live Authentically in an Inauthentic Age*. The Existentialist's Survival Guide. Nueva York: Harper One

OUDSHOORN, N., PINCH, T. (2003). *How Users Matter: The Co-Construction of Users and Technology*. Cambridge: MIT Press

PINCH, T., BIJKER, W. (1989). "The Social Construction of Facts and Artifacts: Or How the Sociology of Science and the Sociology of Technology Might Benefit Each Other". *The Social Construction of Technological Systems*. Cambridge: MIT Press

QI, Jiayin., MONOD, Ammanuel., FANG, Binxing y DENG, Schichang (2018). "Theories of Social Media: Philosophical Foundations". Engineering, Volume 4, Issue 1, 2018, pp. 94-102

SARTRE, J-P. (2016 [1946]). *El existencialismo es un humanismo*. Buenos Aires: Edhasa

SARTRE, J-P. (2017 [1943]). *El ser y la Nada*. Buenos Aires: Losada

SCOTT, Laurence (2016). *The Four-Dimensional Human: Ways of Being in the Digital World*. Nueva York: W. W. Norton & Company

TURKLE, S. (2019). *En defensa de la conversación*. Madrid: Ático de Libros

YACOBI, B. (2012). "The Limits of Authenticity". Philosophy Now. Disponible en: https://philosophynow.org/issues/92/The_Limits_of_Authenticity

WAJCMAN, J. (2016). *Pressed for Time: The Acceleration of Time in Digital Capitalism*. Chicago: The University of Chicago Press

WYATT, S. (2002). "Technological Determinism is Dead: Long Live Technological Determinism". *The Handbook of Science and Technology Studies*. Cambridge: The MIT Press

Recursos audiovisuales

Pursuit of Wonder (2019). "Existentialism & The Internet - Why We're Getting More Anxious". Youtube: https://youtu.be/sLLQVB7Z0Uc

Thoughts on Thinking (2020). "Kierkegaard Against Social Media I How To Live Inauthentically I Philosophy & Psychology". Youtube: https://youtu.be/Lg3iz7sT2d0