

PENSAMIENTO >

Kierkegaard, el filósofo de la ansiedad que no se casó para poder dedicarse a pensar

Pionero en el estudio de la angustia, el pensador danés rompió su compromiso de matrimonio para poder escribir. Una reciente biografía da fe de la vigencia de su obra



JAIME RUBIO HANCOCK

03 MAY 2024 - 05:30 CEST

     12 



Søren Kierkegaard (1813-1855).
QUINTATINTA CON FOTO DE LA AGENCIA ALAMY (CORDON PRESS)

Vivimos en la era de la ansiedad. O, al menos, eso es lo que se nos dice en muchas ocasiones y no sin motivo: las incertidumbres económicas y vitales, además de catástrofes como la pandemia, hacen que sintamos menos control y seguridad en nuestras vidas. No sabemos si nos subirán el alquiler, el mercado laboral es incierto, [líderes como Putin y Trump debilitan la democracia occidental](#), la guerra amenaza con volver a Europa y podríamos hablar también de las pensiones si no fuera porque el cambio climático amenaza con convertirlas en innecesarias.

Este sentimiento de indefensión no es nuevo, aunque pueda parecernos que nunca se ha vivido con esta magnitud. Hace 180 años, el filósofo danés Søren Kierkegaard publicó *El concepto de la angustia*, el primer libro dedicado por entero a la ansiedad. [Kierkegaard anticipa nuestras ideas sobre esta emoción](#), aunque su concepción también es diferente a la contemporánea, y no solo porque psicólogos y psiquiatras sepan más sobre el tema. Para el pensador, la angustia es un miedo que no tiene un objeto concreto, es inseparable de nuestra vida y de nuestra libertad, y tiene una raíz religiosa. Además, su objetivo no era ni curar ni tratar este sentimiento, sino entenderlo e incluso abrazarlo.

Begonya Sáez Tajafuerce, profesora de Filosofía de la Universidad Autónoma de Barcelona, recuerda en videollamada que Kierkegaard puso el origen de la angustia en el pecado original de Adán y Eva. Esto significa que la ansiedad nace cuando el individuo es consciente de su libertad, de su responsabilidad y de sus posibilidades, una idea que influyó en el existencialismo del siglo XX, y en especial en la obra de Martin Heidegger y Jean-Paul Sartre.

Una obra que parte de la vida

Para Kierkegaard la vida tiene riesgos porque no sabemos cómo van a salir las cosas y nunca estamos seguros de si hemos tomado la decisión correcta. Pero como la ansiedad está ligada a nuestra libertad y responsabilidad, es un aspecto esencial del ser humano y no es nada que podamos o incluso debamos evitar.

El filósofo no hablaba en abstracto, sino que sus escritos surgen de la experiencia. Una de las claves de su angustia fue la ruptura de su compromiso de matrimonio con Regine Olsen. El filósofo dudaba de si sería capaz de llevar una vida convencional, casado y con un trabajo, o si debía

dedicarse a ser un escritor y un artista: “Se dio cuenta de que le era imposible unificar estas dos ideas”, explica en videollamada [Joakim Garff, autor de *Kierkegaard, el filósofo de la angustia y de la seducción*](#) (Tusquets), una reciente biografía de casi un millar de páginas. En esta decisión se dio “un choque entre la fascinación estética, por un lado, y el amor y el matrimonio, por el otro”.

También hay, como apuntábamos, una lectura religiosa: el “vértigo de la libertad” del que habla en [El concepto de la angustia](#) está relacionado con otro de sus libros, Temor y temblor, en el que parte de la historia de Abraham: Dios le pide al patriarca que sacrifique a su único hijo, Isaac. Abraham se dispone a matarlo en el monte Moriá, pero un ángel le detiene y le dice que Dios solo estaba poniéndole a prueba. Kierkegaard reflexiona sobre la fe a partir de este relato y llega a la conclusión de que implica un salto al vacío: Abraham creía en Dios, pero no tenía forma de saber si se trataba de una alucinación o un sueño.

Como escribe Juan Arnau en su [Manual de filosofía portátil](#), “la angustia puede ser paralizante (vértigo ante el abismo), pero también trampolín para el salto”. Damos saltos de fe como el de Abraham constantemente, aunque no sean religiosos: ¿cómo sabemos si tomamos la decisión correcta cuando cambiamos de trabajo, cuando nos compramos un piso o cuando comenzamos una relación sentimental?

Begonya Sáez Tajafuerce advierte del peligro de forzar las interpretaciones biográficas y recuerda que los textos de Kierkegaard no son solo relatos de su vida: el autor quiere entenderse y explicarse a sí mismo y, al hacerlo, nos da herramientas para que podamos intentarlo nosotros. Pero Sáez también apunta que la vida de Kierkegaard “está conectada con su trabajo de muchas maneras”. En sus textos, el filósofo intenta responder a preguntas cotidianas y establece con el lector lo que Garff llama “un diálogo existencial”: cuando leemos a Kierkegaard, “dialogamos con una persona que ha pasado por muchas experiencias que nosotros también podemos reconocer”.

Kierkegaard mantiene estos diálogos consigo mismo en sus obras, muchas de ellas firmadas con pseudónimos que a veces, como en [O lo uno o lo otro](#), se interpelan y responden. Esto aleja sus textos de la interpretación biográfica literal y al mismo tiempo nos ayuda a seguir leyéndole hoy en día. La profesora Sáez explica que Kierkegaard escribe desde perspectivas y puntos de vista concretos, con el objetivo de ofrecer textos poliédricos que

desafían las interpretaciones únicas. Su filosofía está anclada a una existencia cambiante, contradictoria y paradójica.

Vivir con angustia

Todo esto no quiere decir que leer *El concepto de la angustia* pueda sustituir al psicólogo, y más teniendo en cuenta que no es un libro fácil (Garff lo califica de “casi ilegible”). Pero sí nos ayuda a entender por qué todos, en mayor o menor medida, sentimos ansiedad y por qué este sentimiento también contribuye a hacernos humanos, igual que otras emociones que preferimos evitar, como el dolor y la tristeza. La ansiedad es parte de nosotros, es algo que tenemos que experimentar en mayor o menor medida para ser completamente humanos y para aprender de nuestras vulnerabilidades y, en caso necesario, de nuestros errores.

La [filósofa británica Erin Plunkett](#), editora del libro *Kierkegaard and Possibility* (Kierkegaard y la posibilidad, sin traducir al español), subraya en videollamada la importancia de tener presente esta lectura cultural y filosófica de la ansiedad sin, por supuesto, dejar de lado el tratamiento que necesiten las personas que pasen por ella. “La inestabilidad es un sentimiento doloroso y, por ejemplo, experiencias como la pandemia de covid son profundamente desestabilizadoras”, explica. Y leer a Kierkegaard nos ayuda a darnos cuenta de que siempre vivimos, al menos hasta cierto punto, “una vida precaria y contingente”, por mucho que intentemos distraernos de esta sensación con el trabajo, la penúltima serie de HBO o lo que nos ofrezca el móvil a cada momento. La ansiedad puede ser útil porque “nos despierta a la posibilidad de que mañana las cosas no sean iguales que hoy”. Hace que estemos más atentos a nuestra vida, a lo que nos ofrece y a lo que podemos hacer con ella.