

+ Cartografía de la soledad contemporánea

SOLEDADES URBANAS

Lo que necesitamos no es menos ciudad, sino más y mejor ciudad. Necesitamos más espacio público, no genérico, sino cuidadosamente diseñado y rigurosamente implementado. No es la ciudad la que falla, sino todos los que estamos de alguna manera involucrados en su creación y pensamiento -políticos, académicos, diseñadores, constructores y otros- los que aún estamos en deuda.

POR TOMÁS FOLCH
 DESIGN LAB UAI



La ciudad es el mejor invento de la humanidad. Esta afirmación se reconoce en múltiples líneas de pensamiento, tanto clásicas como contemporáneas, y, por un cierto apego disciplinar, los arquitectos, paisajistas y urbanistas solemos asumirla como una obviedad. Aristóteles y la polis; Einstein y su idea de la vida urbana como fuente de creatividad y pensamiento libre; Le Corbusier y su optimismo

respecto a la ciudad como oportunidad de mejora en la vida de las personas; Jane Jacobs y su defensa de la buena ciudad de escala humana; Richard Florida y la relación entre ciudad y atracción de capital social creativo; o Ed Glaeser y su visión de la ciudad como motor de innovación, creatividad y prosperidad económica. Pero la ciudad es también como una gran ola, de energía avasalladora: quienes logran navegar en ella avanzan, pero muchos otros son arrastrados

o quedan abajo, con hipotermia, y la soledad es una de sus formas más duras de entumecimiento.

Nadie duda de que la soledad urbana es un problema contemporáneo. Se presenta casi como una pandemia derivada de los procesos de urbanización. En países desarrollados, amplios sectores de la población adulta viven en aislamiento, y las muertes solitarias -por causas naturales, olas de calor u otras- son ya un tema de intervención urgente. Que este fenómeno deba abordarse desde una política pública centrada en la salud mental es algo de sentido común. Países como Inglaterra lo están enfrentando mediante la creación de un Ministerio de la Soledad; Japón implementa políticas para reducir el aislamiento extremo -hikikomori- y en Holanda se han creado “cajeros lentos” en el comercio, para que las personas mayores puedan conversar más tiempo mientras hacen sus compras. La paradoja más dura es que esto no ocurre en territorios aislados o periféricos, sino en ciudades altamente desarrolladas, donde el fenómeno se intensifica, y donde la evidencia muestra una correlación entre mayor densidad poblacional y el incremento de la sensación de soledad.

No creo que nadie pueda desconocer esta realidad ni su importancia. Tampoco debemos ser indolentes ante ella. Pero si la paradoja alude a una “soledad en multitud”, me parece necesario agregar que existe otro tipo de soledad, más ensimismada, que también es una expresión urbana contemporánea. Esta no es la que deteriora la salud mental, sino la que la mejora. Es una soledad buscada, cada vez más esquiiva en un mundo hiperconectado. Una necesidad cotidiana que rara vez se encuentra en la intimidad del hogar, pero que, con suerte, se descubre en el espacio público compartido.

En un contexto hipercomunicado, la palabra “soledad” adquiere connotaciones negativas. El Ministerio de la Soledad, por ejemplo, define la soledad como un problema. ¿No sería lo mismo que llamar al Ministerio de Educación “Ministerio del Analfabetismo”, o al de Cultura “Ministerio de la Incultura”? La soledad es un ámbito extenso de la vida. Pero una vez definida exclusivamente como un problema, se vuelve difícil defender su otra cara: la que busca que nuestras ciudades no sólo mitíguen la falta de comunidad, sino también nos permitan habitar la calma en medio de la densidad.

Quiero ser preciso: cuando hablo de la buena soledad urbana, no me refiero exactamente a “soledad”, sino a “solitud”. Aunque relacionadas, ambas son experiencias emocionales opuestas. La soledad suele asociarse con tristeza y aislamiento; la solitud, en cambio, es estar con uno mismo sin esa carga emocional negativa. La soledad puede sentirse incluso en compañía de otros; la solitud es una elección, un momento de introspección, de pausa, de desconexión. En inglés, loneliness alude a ese estado negativo, mientras que

solitude -una palabra menos usada en español- refiere a una experiencia positiva, que buscamos para mirarnos, crear o simplemente respirar en silencio.

Trabajo en torno a la ciudad como fuente de equidad y bienestar. Cada vez que alguien me dice que disfruta caminar por su barrio, pasear al perro o realizar actividades en silencio y sin compañía, lo interpreto como una búsqueda de solitud. Cuando alguien me cuenta que nada todos los días, dudo del fervor deportivo y sospecho que lo hace por el silencio casi anecoico del agua. Lo mismo con los ciclistas urbanos: más que activistas del carbono, buscan minutos de paz. Los corredores que me cruzo a las 5 a. m. probablemente podrían ejercitarse en otro momento, pero prefieren la ciudad dormida para estar solos. Y si alguien sale aun antes, no es sólo disciplinado, es un virtuoso de la abstracción personal.

Humberto Giannini, en *La reflexión cotidiana*, habla del domicilio como ese regreso a sí mismo, del cual depende la identidad personal: un recogimiento necesario, un “ensimismamiento” para restaurar el desgaste público. La plaza, en cambio, es el espacio comunitario por excelencia, el lugar para “dejarse encontrar”. Ese texto es de 1987. Hoy, el mundo parece haberse invertido. Jonathan Haidt contrapone esta visión al advertir sobre los riesgos de la soledad doméstica en una generación moldeada por tecnologías que han afectado negativamente el entorno social y cultural.

A quienes culpan a la ciudad de todos estos males -entre ellos la soledad-, les digo que no es productivo hacerlo. Lo que necesitamos no es menos ciudad, sino más y mejor ciudad. Necesitamos más espacio público, no genérico, sino cuidadosamente diseñado y rigurosamente implementado. Si estudios muestran que la sensación de multitud incrementa la percepción de soledad en un 39 % (¡la ciudad es mala!), también revelan que la presencia de aves, árboles o cielo visible puede reducirla en un 28 % (¡la ciudad es buena!).

La soledad y la solitud están profundamente ligadas a nuestra vida cotidiana. Ambas deben ser abordadas: la primera, por su impacto negativo; la segunda, por su capacidad restaurativa. Debemos superar la idea tradicional de que soledad es simplemente la ausencia de compañía y hablar de la urgencia de conexiones auténticas, tanto con otros como con nosotros mismos. En esto, la ciudad no es el problema: es la herramienta. Los buenos ejemplos urbanos, los recuerdos de viajes a lugares donde fuimos felices, o el anhelo de vivir cerca de un parque histórico, son suficientes para entender que no es la ciudad la que falla, sino todos los que estamos de alguna manera involucrados en su creación y pensamiento -políticos, académicos, diseñadores, constructores y otros- los que aún estamos en deuda. Tenemos la responsabilidad de hacer de nuestras ciudades espacios donde todas las soledades, las tristes y las creativas, tengan contención o posibilidad de despliegue.

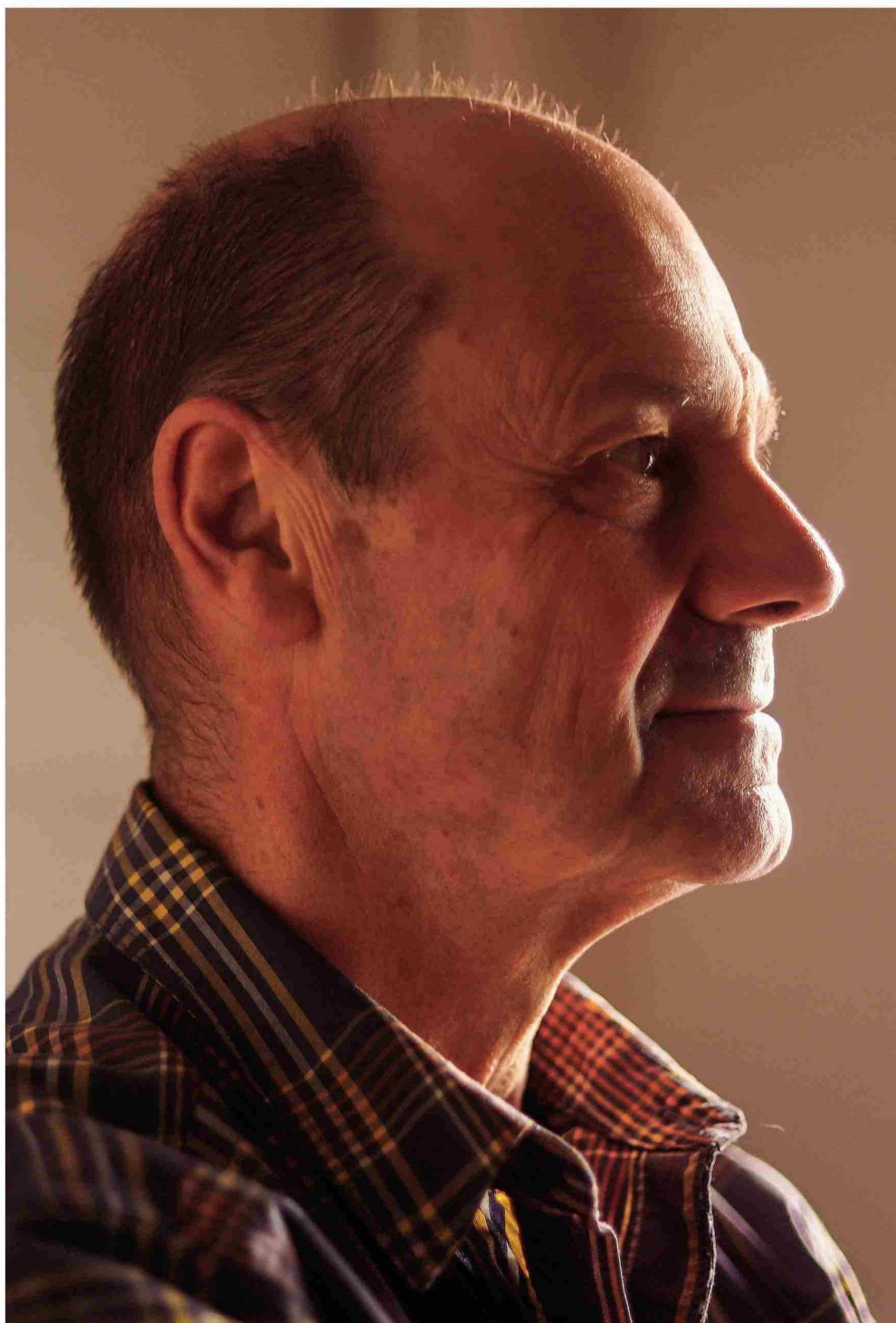
Fecha: 24-06-2025
Medio: Revista RAL
Supl. : Revista RAL
Tipo: Noticia general
Título: **SOLEDADES URBANAS**

Pág. : 20
Cm2: 577,7

Tiraje:
Lectoría:
Favorabilidad:

Sin Datos
Sin Datos
☐ No Definida

+ Cartografía de la soledad contemporánea



Retrato: verónica Ortiz