Autocontención: mejor con menos[1]

Joaquim Sempere
Profesor titular de Sociología de la Universidad de Barcelona

Resumen

En el último medio siglo ha tenido lugar una explosión del consumo de masas que ha tenido consecuencias de gran alcance, de signo económico, ecológico, político, cultural y moral. Esta explosión no obedece a ningún impulso innato –aunque se pueda admitir que hay en el ser humano una tendencia a la desmesura— sino a una situación estructural e histórica: el capitalismo, un sistema socioeconómico intrínsecamente expansivo que sólo puede funcionar ampliando incesantemente la escala de su intervención. El capitalismo ha instalado en el corazón mismo del sistema económico la tendencia al crecimiento.

Para que este sistema pueda funcionar adecuadamente, hace falta una demanda de mercancías en expansión incesante. Si la demanda de bienes y servicios tiene que ver con las necesidades humanas, ¿cómo se fraguan las necesidades en este preciso contexto histórico y social?

Hay *necesidades fisiológicas* comunes a todos los seres humanos, e incluso a todos los animales: nutrición, protección física, respiración, descanso, ejercicio físico, etc. Pero el ser humano es un animal peculiar, muy dependiente del grupo social y capaz de imaginar mucho más allá de las exigencias naturales de su propio organismo. Al nacer, el ser humano es incapaz de sobrevivir sin la protección del grupo; atraviesa un largo periodo de inmadurez durante el cual busca afanosamente el reconocimiento y la protección de los demás. Por eso se puede afirmar que tiene un segundo nivel de necesidades, las llamadas *necesidades psicosociales*: reconocimiento, autoestima, seguridad, pertenencia a una comunidad, confianza, etc., que aun originándose en la prematuridad del recién nacido, se prolongan en la edad adulta con otras manifestaciones. De hecho, las necesidades psicosociales son inseparables de las fisiológicas. Cuando satisfacemos el hambre lo hacemos según las pautas recibidas de la sociedad que nos acoge. Hay definiciones sociales de lo que es bueno para comer, de cómo cocinarlo, cómo llevárselo a la boca y cómo ingerirlo. Al comer saciamos el hambre pero a la

[1] Este artículo es una síntesis elaborada por el propio autor del libro *Mejor con menos*, Ed. Crítica (colección Noema), Barcelona, 2009.

vez reproducimos las acciones sociales que ratifican una y otra vez nuestra pertenencia a la sociedad. Lo mismo ocurre con el vestir, que no sólo nos protege de la intemperie, sino que nos confirma en nuestra pertenencia social y transmite a los demás una imagen que queremos dar. O con el sexo, cuya práctica está rigurosamente pautada por normas sociales.

Por eso nunca satisfacemos nuestras necesidades animales fuera de marcos sociales, y al hacerlo satisfacemos a la vez la necesidad de ser reconocidos y aceptados por los demás. En otras palabras, satisfacemos humanamente incluso las más fisiológicas de nuestras necesidades animales porque a la vez satisfacemos necesidades psicosociales.

Por otra parte, las necesidades patentizan la tensión entre carencia y potencia propia de los seres humanos. Necesidad, por un lado, es carencia: necesitamos lo que no tenemos. Sentimos la sed cuando nos falta agua. Pero también hay necesidades no asociadas con la falta de algo, sino con el potencial que somos capaces de desarrollar. En la medida en que las necesidades comprometen, motivan y movilizan a las personas, son también potencialidad. La necesidad de participar es potencial de participación. La necesidad de afecto es potencial de afecto. Así, pues, además de las necesidades asociadas a la carencia, los seres humanos tenemos *necesidades asociadas al potencial* para realizaciones superiores de nuestro espíritu: autorrealización, autonomía, libertad, participación, amor. Sin ansia de superación, la especie humana no habría recorrido el largo itinerario que le ha llevado desde sus etapas más elementales a las más complejas.

Hasta aquí hemos hecho un inventario de necesidades universales, presentes de muy distintas maneras en todas las sociedades y épocas. Pero estas necesidades se plasman de muy distintas maneras en distintos tiempos y lugares. Ahí viene al caso la noción de *necesidades instrumentales*. Si necesito un objeto –un alimento como el pan— necesitaré también todo lo que permite disponer de él: el trigo y las herramientas que hacen posible cultivarlo, trillarlo, molerlo y fabricar el pan con la harina resultante. La necesidad de objetos implica la necesidad de los medios para conseguirlos. Esto remite al mundo de la técnica. Los humanos somos seres esencialmente técnicos. Nacemos en sociedades que poseen ya un acervo de técnicas y satisfacemos nuestras necesidades gracias a ellas. Esto introduce un elemento histórico en el devenir humano. Las técnicas enriquecen la interacción entre hombre y naturaleza. Con las técnicas vamos modificando nuestros modos de alimentarnos y vestirnos, de dotarnos de vivienda y de viajar, y así se va ampliando la panoplia de lo que la vida nos ofrece y se van ensanchando nuestras aspiraciones y necesidades.

Así, pues, el mundo de las necesidades no termina en los objetos ("*satisfactores*") que satisfacen las necesidades "finales", sino que se amplía a los medios o instrumentos que nos permiten conseguirlos. Necesidades finales e instrumentales resultan inseparables. Si necesitamos las primeras, necesitamos también las segundas. La distinción de fines y medios se corresponde a la distinción entre consumo y producción. Consumo y producción son inseparables, porque el acto de *consumir* (que satisface una

necesidad final) sólo puede conseguirse con los medios instrumentales correspondientes que permiten *producir* ese objeto. O dicho de otra manera: las necesidades se satisfacen en el marco de un *metabolismo socionatural* –la interacción entre los seres humanos y su entorno ecológico— del que producción y consumo son momentos complementarios inseparables.

El metabolismo socionatural implica la transformación de la naturaleza. El ser humano modifica el medio natural para sus propios fines. Pero al transformar el medio externo, se transforma también a sí mismo. A medida que inventa y crea nuevas realidades, adquiriendo las correspondientes habilidades creativas como animal técnico, modifica a la vez sus capacidades receptivas. A medida que crea belleza, adquiere sensibilidad para ella: se vuelve artista (creador y espectador a la vez). No puede gozar del pan y del vino sin haber creado antes el pan y el vino. Por esto la evolución humana no puede entenderse sólo como una historia de la *técnica*, sino que debe entenderse también como una historia del *refinamiento* humano. A medida que afirma su poder sobre las cosas inventando nuevas realidades, el ser humano desarrolla un sinfín de habilidades receptivas como espectador de las artes visuales, como oyente de la música o como usuario de artefactos técnicos. La evolución humana comporta, así, un ensanchamiento permanente de la realidad humana más allá de lo biológico, un crecimiento especular del elemento activo y del receptivo en los seres humanos.

De lo necesario a lo superfluo

La relación entre *lo necesario* y *lo superfluo* se esclarece con las anteriores consideraciones. A primera vista, la distinción entre ambos conceptos parece clara: de lo superfluo podemos prescindir, de lo necesario no. Pero hay una tendencia universal a convertir en necesarios objetos y prácticas que nacieron antes como superfluos. Lujos como protegerse los pies con el calzado acaban redefinidos como necesidades y son adoptados por todos los miembros de la comunidad. En efecto, gracias a la permanente innovación, aparecen nuevas posibilidades para la vida humana que, en un primer momento, sólo están al alcance de una minoría poderosa o extravagante, pero que luego se generalizan y se convierten en símbolos de autorrealización humana para todas las personas, hasta tal punto que resulta inimaginable no servirse de ellos. Cuando la luz eléctrica está al alcance de cualquiera, usar lámparas de petróleo resulta inconcebible. Hay varias dinámicas que empujan por esta vía. La adopción de novedades a veces resulta de la lógica de la distinción: los grupos privilegiados desean mostrar su superioridad social mediante signos que los distingan del común de los mortales. Se visten distinto, comen distinto, viven en casas distintas. Otra dinámica es la lógica de la imitación: los de abajo quieren parecerse a los de arriba y los imitan. Esto sólo ocurre cuando hay medios materiales suficientes a disposición de los de abajo y cuando imperan valores igualitarios. En sociedades como las modernas, que proclaman el principio de igualdad –coexistiendo con enormes desigualdades de hecho—, la lógica de la imitación representa una fuerza motriz que impulsa el consumo de masas como mimetismo de las clases populares respecto de las privilegiadas, en una carrera indefinida hacia consumos crecientes en todas las clases de la sociedad. Unas y otras satisfacen su necesidad de autoestima, reconocimiento

y autorrealización comprando más y más cosas, de acuerdo con los valores adquisitivos y posesivos que predominan en el imaginario colectivo.

De lo anterior cabe concluir que las necesidades básicas universales, que reúnen las biológicas y las psicosociales, se pueden satisfacer de muy distintas maneras. El desarrollo económico y técnico de los dos últimos siglos ha hecho emerger sociedades con valores adquisitivos y posesivos. El poder de la técnica ha hecho posible materializar esos valores con una plétora de productos cuya producción supone un metabolismo insano con la naturaleza. La cuna de este desarrollo fue Europa occidental y Norteamérica, luego se extendió al Japón, y últimamente lo están asumiendo otros países, los llamados "emergentes", con China a la cabeza. La abundancia de energía fósil disponible y la enorme potencia de los artefactos técnicos ha desembocado en un metabolismo complejo y patológico. Para conseguir alimentos, ropa, calzado, vivienda y todo lo que consideramos necesario para vivir adecuadamente, hemos construido unos sistemas sociotécnicos que provocan tensiones insoportables sobre la biosfera y deterioran la base natural de recursos. Disponemos de equipos exagerados de artefactos técnicos en la industria y en los hogares, practicamos una agricultura con un exceso de medios químicos y mecánicos, hemos dejado que se hipertrofie nuestra necesidad de transporte, etc. El caso del transporte es muy significativo. Usamos artefactos cuyas materias primas vienen de África, se elaboran en industrias asiáticas y se ensamblan en maquiladoras centroamericanas para su envío a su destino final en Europa. Trabajamos y compramos lejos de donde vivimos, etc.

Esta plétora de bienes y servicios pone en peligro la continuidad de la biosfera tal como la hemos conocido y su capacidad para satisfacer nuestras necesidades básicas de supervivencia. De ahí que la consideración de las necesidades sea hoy un tema de importancia crucial. Ante el grave deterioro de las condiciones ecológicas, ¿será la humanidad capaz de reorientar su vida y reorganizar su metabolismo con el medio natural para asegurar su supervivencia civilizada? Se trata de un desafío sin precedentes en la historia. Otras sociedades del pasado sucumbieron debido a su mala gestión de los recursos ecológicos; pero se trató en todos los casos de colapsos locales. Hoy la amenaza de colapso es mundial porque la interdependencia entre las comunidades humanas está generalizada.

Un cambio necesario

Lo que se plantea en los dos últimos capítulos de este libro es que a la luz de las informaciones y de las conjeturas racionales sobre la posible evolución futura de la vida humana sobre la Tierra hace falta una reconsideración de muchos parámetros de la vida social. La idea central es que *hace falta modificar radicalmente el metabolismo socionatural*, simplificándolo para que la satisfacción de las necesidades fisiológicas y de las otras necesidades que requieren recursos naturales sea compatible con la preservación de la biosfera. Y esto tiene dos caras: modificar la realidad productiva y modificar las necesidades, cambiar la realidad objetiva y cambiar nuestros deseos, motivaciones y necesidades. Hay que aprender a alimentarse, vestirse, etc. y a

lograr la autoestima, la autorrealización, etc. con procedimientos ecológicamente sostenibles. Se trata de un cambio socioeconómico y de un cambio cultural y moral.

El cambio socioeconómico requiere mejoras de la *ecoeficiencia*. Pero por mucha eficiencia ecológica que se logre, los resultados no bastarán para frenar o detener la carrera hacia el desastre si, a la vez, no se actúa deteniendo (y revertiendo) el crecimiento de la población mundial y deteniendo (y revertiendo también) la carrera actual hacia consumos crecientes. No sirve de nada doblar la eficiencia energética de los motores de los automóviles si doblamos el kilometraje: el consumo de carburante no habrá disminuido. Tenemos que mantener el kilometraje bajo, y preferiblemente más bajo incluso que antes. En suma: hace falta transitar hacia sociedades que reduzcan el consumo de recursos y la huella ecológica conjunta de la humanidad, basadas en valores de *frugalidad*, *austeridad* o *suficiencia*, lo cual implica detener el crecimiento económico para lograr una *economía ecológicamente sostenible*. Se ha hablado al respecto de crecimiento cero, estado estacionario o decrecimiento.

Esto tiene implicaciones evidentes para el sistema productivo. Entre otras destaca la incompatibilidad entre capitalismo y sostenibilidad ecológica. Pero el libro, que gira en torno al tema de las necesidades humanas, se centra en los aspectos relativos a la demanda, al consumo y, en definitiva, a las necesidades. La idea-eje es que si las necesidades –aquellas que van más allá de las puramente animales— son construcciones humanas, aunque no conscientes ni deliberadas, debería ser posible *deconstruirlas* y reconstruirlas sobre una nueva base, que implique el logro de la autoestima y la autorrealización –pongamos por caso— con conductas frugales y no adquisitivas, cultivando el ser y el hacer y no el tener, desarrollando un sentido de equilibrio y no la desmesura, etc. El último capítulo explora temáticas y experiencias que pueden arrojar luz sobre esta perspectiva.

La "ética del consumo" propone una frugalidad voluntaria motivada por la conciencia ecológica de los límites de la biosfera. Pero esta salida es inviable salvo para minorías. De hecho, aunque los medios de difusión tratan de convencernos de que el consumo se compone de decisiones puramente individuales, lo cierto es que *el consumo es político*, como parte del metabolismo socionatural que debería responder a una voluntad democrática y no, como ocurre hoy, al poder del gran capital, que impone sus prioridades a toda la sociedad. Observando, además, cómo se consume hoy en Occidente, se ve que predomina un estilo muy individualista: la gente vive en hogares-fortaleza sobreequipados con toda clase de artefactos. Se podrían obtener las comodidades de los modernos artefactos, en muchos casos, alquilándolos o compartiéndolos. Las administraciones públicas pueden intervenir con medidas de racionamiento, con reglamentaciones, con políticas de demanda, etc. que contribuyan a reducir el consumo individual o familiar en bienes y servicios que se pueden compartir. O planificando la producción o regulando los precios para orientar el abandono ordenado de las energías fósiles y el paso a un modelo energético limpio y renovable; el fomento de una agricultura ecológica; la reestructuración territorial de las actividades humanas para reducir

drásticamente las necesidades de transporte, etc. ¿Será posible generar una voluntad mayoritaria para adoptar medidas de este tipo?

Un tema crucial y de muy difícil resolución es el de las relaciones entre el Norte y el Sur del planeta. En uno de los dos capítulos finales se trata de "la pedagogía de los límites" aduciendo las argumentaciones más sólidas de que hoy se dispone a favor de la idea de que estamos cada vez más cerca de los límites de la Tierra y de que es preciso adaptarnos a ellos redimensionando a la baja la presión que ejercemos sobre la biosfera. Pero ¿cómo hacer compatible este objetivo con la satisfacción de las necesidades insatisfechas de más de dos tercios de la humanidad? ¿Cómo mejorar la alimentación, el suministro de agua y electricidad, el transporte, etc. de esta mayoría de la población humana sin aumentar la presión humana sobre los ecosistemas, o incluso reduciéndola como sería deseable? La respuesta no es fácil, pero tiene necesariamente dos caras. Una es la de que los países del Sur afectados por la pobreza, el hambre y la insuficiencia deberían adoptar sistemas técnicos distintos de los que Occidente utilizó en otros momentos de su evolución histórica, depredadores y contaminantes. Así, por ejemplo, la electrificación solar permitiría mejorar mucho las condiciones de vida sin agravar la presión humana –la huella ecológica— sobre la Tierra, e incluso disminuyéndola. El problema es que estos sistemas no están disponibles en cantidades suficientes y a precios asequibles para unas sociedades que siguen empobrecidas y que no pueden esperar la solidaridad de las sociedades ricas y sobredesarrolladas del Norte. El caso de China ilustra la dificultad de huir de la pobreza sin reproducir el modelo depredador y contaminante occidental. La otra cara es que para que el Sur mejore sus condiciones de vida con inevitables incrementos de su huella ecológica, el Norte debe reducir paralelamente la suya. Y dada la dificultad para que la gente renuncie a las comodidades a que se ha acostumbrado, parece que sólo un milagro puede lograr semejante resultado. La tendencia observable es la contraria: todo parece indicar que el Norte refuerza sus tendencias al encastillamiento xenófobo y racista y a la militarización para proteger sus fronteras en caso de deterioro de las condiciones de vida en el Sur que pudiera empujar a más emigrantes a tratar de penetrar en la fortaleza del Norte.

Sin embargo, la historia nunca está escrita de antemano, y la toma de conciencia de todo lo que está en juego puede tal vez abrir paso a una evolución compatible al mismo tiempo con la sostenibilidad ecológica y con la solidaridad de todos los seres humanos que compartimos el planeta.