

La ansiedad de la inmediatez.

Cómo la espera se convirtió en una anomalía.

1. El gesto que ya no notamos.

Hay un gesto que se ha vuelto tan automático que casi no lo notamos: el pulgar que desliza hacia abajo y suelta la pantalla, esperando que algo nuevo aparezca en ella. No importa que hayamos mirado el teléfono hace treinta segundos. El gesto se repite, casi sin voluntad, como quien busca aire. Es la forma contemporánea de la espera. No es la espera paciente de antes, sino la que se niega a sí misma y se llena compulsivamente de estímulos para no sentirse como espera.

Hace apenas un par de generaciones, esperar era la condición natural de casi todo lo que importaba. Una carta tardaba semanas, una llamada había que concertarla, a veces citarla con antelación en la centralita del pueblo. El deseo tenía tiempo para crecer y convertirse en otra cosa (anhelo, nostalgia anticipada o ilusión). Hoy, en cambio, la espera (a excepción de en los servicios presenciales que utilizamos) es casi una anomalía, algo que el sistema entero, desde las aplicaciones hasta nuestros propios reflejos, está dispuesto a eliminar.

Este ensayo explora esa transformación. Analiza cómo la inmediatez se ha convertido en norma, cómo el sistema la produce y explota, y qué consecuencias tiene para nuestra subjetividad, relaciones y capacidad de pensar. Y se pregunta también si es posible recuperar la espera sin renunciar a los avances que la han hecho innecesaria. Porque el problema no es la velocidad, sino la obligación de imprimir velocidad a lo que hacemos. No radica en la inmediatez, sino en la ansiedad de la inmediatez.

2. La espera como condición humana.

Durante milenios, la espera fue la textura misma de la vida. No había alternativa. El campesino esperaba la cosecha, el marinero el viento, el amante la carta y el enfermo la cura. La espera no era una elección, era

una condición. Y las culturas humanas se construyeron en torno a ella: rituales de paciencia, proverbios sobre la virtud de saber aguardar e instituciones que regulaban los tiempos del deseo y la satisfacción.

La espera tenía una función psicológica profunda. Permitía que el deseo madurara y se convirtiera en algo más que un impulso inmediato. La anticipación es una de las formas más puras del placer, la que permite imaginar lo que vendrá, saborearlo por adelantado y construir sueños. Sin espera, el deseo se marchita, se convierte en consumo instantáneo y en satisfacción sin huella.

La espera también tenía una función social. Obligaba a la paciencia, tolerancia y convivencia con la frustración. Enseñaba que no todo estaba al alcance de la mano, que la vida marcaba sus tiempos y no se podía tener todo a la vez. Esa lección, dura pero necesaria, formaba parte de la educación de cualquier persona.

Hoy, esa textura se ha roto. La espera ha dejado de ser una condición para convertirse en un obstáculo que el sistema entero (la economía, la tecnología y la cultura) trata de eliminar. Y al eliminarla, se deshace también de lo que la espera hacía posible: la maduración del deseo, la construcción de la paciencia y la experiencia de anticipar.

3. La transformación tecnológica de la espera.

El cambio no ocurrió de golpe. Fue gradual, casi imperceptible. Primero el teléfono, que permitía comunicarse a distancia en tiempo real. Luego la televisión, que traía el mundo a casa sin moverse. Después internet, que puso toda la información al alcance de un clic. Y finalmente el teléfono inteligente, que concentró todas esas capacidades en un dispositivo que llevamos en el bolsillo y consultamos cada pocos minutos.

Cada uno de estos avances eliminó una forma de espera. El teléfono la espera de la carta, el correo electrónico la del teléfono, el mensaje instantáneo la del correo, la compra online la de ir a la tienda, el streaming la de la emisión semanal por TV y la app de citas la del encuentro fortuito.

El resultado es un mundo donde casi nada requiere espera. Casi todo está disponible de inmediato, a cualquier hora y en cualquier lugar. Y esa disponibilidad total, que en teoría debería liberarnos, nos ha hecho más impacientes, ansiosos e incapaces de tolerar la más mínima demora.

Los datos lo confirman. Un estudio de la Universidad de Massachusetts encontró que los usuarios de internet abandonan una página web si tarda más de tres segundos en cargar. Otro estudio similar de Akamai reveló que el 53% de los usuarios móviles abandona una web si tarda más de tres segundos. La paciencia media de un usuario de internet se mide en milisegundos. Este fenómeno no es solo cuestión de tecnología, es, sobre todo, una profunda transformación de nuestra relación con el tiempo.

4. La economía de la atención. El diseño de la impaciencia.

La inmediatez no es un accidente, es un modelo de negocio. Las grandes plataformas digitales (Google, Meta, TikTok o Amazon) no ganan dinero vendiéndonos productos, sino vendiendo nuestra atención a los anunciantes. Y la atención se captura con estímulos inmediatos, recompensas instantáneas y la promesa de que algo nuevo y mejor está a un solo clic.

El diseño de estas plataformas está pensado para eliminar la fricción. Cada segundo de espera es una oportunidad para que el usuario se distraiga, se vaya y cambie de aplicación. Por eso las interfaces son cada vez más rápidas, fluidas y adictivas. El scroll infinito, las notificaciones push, la reproducción automática, los algoritmos que predicen lo que queremos antes de que lo sepamos, todo eso está diseñado para que no haya ningún momento de vacío ni instante de espera.

El resultado es una economía de la impaciencia. Cuanto menos esperamos, más consumimos. Cuanto más consumimos, más beneficios generamos. Y cuanto más beneficios generamos, más se perfeccionan los mecanismos para eliminar la espera. Es un círculo que se retroalimenta. El sistema nos vuelve impacientes y nuestra impaciencia lo hace más rico.

El filósofo Byung-Chul Han explicó que vivimos en una "sociedad del cansancio" donde la gratificación instantánea es la norma y la espera un lujo que nadie puede permitirse. La consecuencia no es la libertad, sino la autoexplotación. Nos hemos convertido en esclavos de nuestra propia impaciencia.

5. El impacto en la subjetividad: ansiedad y vacío.

La eliminación de la espera tiene consecuencias profundas en nuestra vida psíquica. La primera es la ansiedad. Cuando no podemos esperar y todo debe ser inmediato, cualquier demora se convierte en una amenaza.

El cerebro, acostumbrado a la recompensa instantánea, entra en estado de alerta cuando no la obtiene. La ansiedad no es una patología individual, sino la respuesta lógica a un entorno que exige inmediatez permanente.

La segunda consecuencia es el vacío. La espera es lo que da sentido a la satisfacción. Sin espera, el placer se vuelve efímero, superficial e insustancial. Comemos sin hambre, vemos series sin interés, compramos sin necesidad y nos relacionamos sin deseo. Todo está disponible, pero nada nos satisface. Es la paradoja del consumo ilimitado; cuanto más tenemos, menos disfrutamos.

La tercera consecuencia es la incapacidad de aburrirse. El aburrimiento, que durante siglos fue el motor de la creatividad, se ha convertido en una experiencia insoportable. No podemos estar solos con nuestros pensamientos, ni esperar en una cola sin mirar el teléfono, no podemos sentarnos en un parque sin buscar un estímulo, no estamos en condiciones de parar y dejar que la mente vuele e imagine sin que algo próximo nos reclame insistentemente la atención.

La mente, privada de la espera, ha perdido la capacidad de divagar, imaginar y crear. Como escribió el filósofo surcoreano, hemos pasado de la "sociedad disciplinaria" a la "sociedad del rendimiento", donde ya no se nos castiga por desobedecer, sino por no ser lo suficientemente rápidos.

6. La pérdida del deseo y la imaginación.

La espera no solo estructura el tiempo, también el deseo. El psicoanalista Jacques Lacan sostenía que el deseo es esencialmente carencia y que la espera es el espacio donde se toma conciencia de ella. Sin espera, el deseo colapsa en necesidad, impulso y consumo. Ya no se desea, solo se satisface.

La imaginación también necesita tiempo. Imaginar es proyectar lo que no está, construir mundos posibles y anticipar futuros. Sin espera, sin el tiempo vacío que la imaginación necesita para desplegarse, solo queda la respuesta automática al estímulo inmediato. La creatividad, que siempre ha sido hija del aburrimiento y de la paciencia, se atrofia.

El resultado es una cultura de la instantaneidad, donde todo se consume y se olvida a la misma velocidad. Los libros se leen en resúmenes, las películas en tráilers, las relaciones en aplicaciones y la vida en posts de Instagram. Ya no hay tiempo para la experiencia profunda, la inmersión lenta o el descubrimiento gradual. Todo ha de ser rápido, inmediato e instantáneo. Y en esa velocidad, se pierde la capacidad de habitar el tiempo, de dejarlo pasar sin llenarlo y esperar sin angustia.

7. Las consecuencias sociales: polarización y superficialidad.

La ansiedad de la inmediatez no solo afecta al individuo, también transforma la sociedad. La primera consecuencia es la polarización. En un mundo donde todo debe ser inmediato, no hay tiempo para el matiz, la reflexión o el análisis. Las redes sociales premian la reacción instantánea, el titular breve o el eslogan simple. La complejidad se descarta porque exige tiempo y el tiempo es lo que no tenemos.

La segunda consecuencia es la superficialidad. Sin espera, no hay profundidad. La cultura del scroll infinito produce mentes incapaces de sostener la atención durante más de unos segundos. Los debates se convierten en combates de eslóganes, las noticias en titulares y las ideas en tuits. La esfera pública se vacía de contenido y se llena de ruido.

La tercera consecuencia es la soledad. La inmediatez, que prometía conexión permanente, produce aislamiento. Nos comunicamos constantemente, pero rara vez conectamos de verdad. La espera, que era el espacio del encuentro, se ha llenado de estímulos que impiden que estemos presentes. Juntos sí, pero cada uno en su pantalla, esperando algo que nunca llega porque ya no sabemos esperar.

8. ¿Es posible recuperar la espera?

¿Es posible recuperar la espera sin renunciar a los avances técnicos que la han hecho innecesaria? Desde luego, no se trata de volver a la carta manuscrita ni al teléfono de centralita, de demonizar la tecnología ni de idealizar el pasado. Se trata de recuperar la capacidad de esperar como una habilidad humana fundamental, como una forma de resistencia frente a un sistema que nos quiere impacientes, ansiosos y dóciles.

Recuperar la espera significa reconocerla como un valor, como un tiempo ganado para pensar, imaginar y desear. Un tiempo que no se llena de estímulos, sino que se deja vacío para que algo nuevo pueda surgir.

Significa también diseñar tecnologías que respeten la espera. No todo debe ser inmediato o instantáneo. Hay aplicaciones que ya lo facilitan, modos de enfoque, límites de tiempo o notificaciones desactivadas. Pero el diseño dominante sigue siendo el de la inmediatez. Y mientras no cambie, la resistencia será individual, no colectiva.

Significa, en tercer lugar, recuperar los rituales de la espera. La comida sin pantallas, el paseo sin auriculares, la conversación sin prisas, el silencio sin ansiedad. Pequeños gestos que nos devuelven la capacidad de habitar el tiempo, de estar presentes y esperar sin angustia.

Y significa politizar la espera. Porque, como hemos señalado, la ansiedad de la inmediatez no es un problema individual, sino colectivo. Es el resultado de un sistema que nos quiere impacientes porque la impaciencia es rentable. Recuperar la espera es, por tanto, un acto de resistencia política. Es negarse a ser el consumidor dócil que el sistema desea que seamos. Es recuperar la capacidad de decidir nuestro propio tiempo.

9. Elogio de la lentitud.

La espera no es una debilidad, es una forma de sabiduría. Es la capacidad de habitar el tiempo sin llenarlo, de dejar que las cosas maduren, de confiar en que lo que merece la pena requiere tiempo. En un mundo que nos pretende rápidos, ansiosos y dóciles, recuperar la espera es un acto de rebeldía. Es negarse a ser el consumidor impaciente que el sistema necesita. Es recuperar la capacidad de desear, imaginar y pensar.

No se trata de renunciar a la velocidad, sino de domesticarla. De usarla cuando sirve y de abandonarla cuando no. De recuperar el derecho a esperar, aburrirse o no hacer nada. De recordar que la vida no es una carrera, sino un tiempo que se nos da para vivirlo. Y que, a veces, lo más valioso no es lo que llega rápido, sino lo que tarda en llegar.