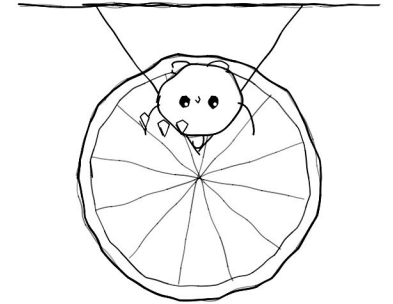


¿Quién te dice «tú puedes, un poquito más»?

Nadie lo manda a correr: se manda el mismo, y se cree libre.

Solito se decía: «¡tú puedes! ¡un poquito más!»



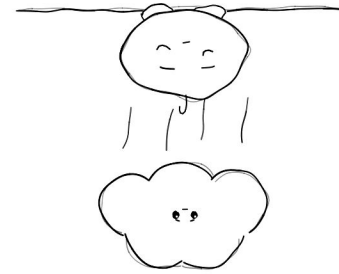
Había un bichito que corría en una rueda. Nadie lo obligaba.

1 correr

¿Alguna vez has estado tan cansado que ni ganas de hablar tenías?

Ese cansancio no descansa: te deja solo y sin palabras.

Cansado, y sin nadie cerca.



Corrió tanto que se quedó sin ganas y sin voz.

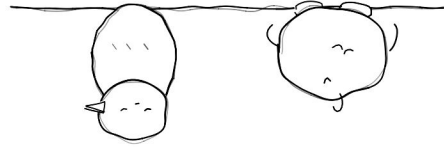
2 solo

Byung-Chul Han, el autor, toca piano, cuida un jardín en Berlín y dice que necesita el silencio para pensar. De su jardín salió un libro.

dato

Aburrirse hondo no es perder el tiempo: ahí se incuba lo nuevo.

Y en ese vacío algo empezó a empollarse.



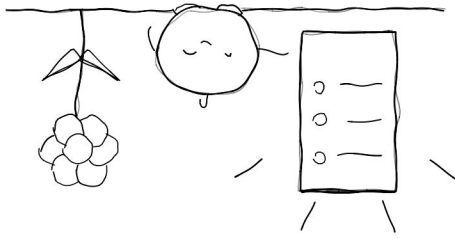
Un día se detuvo. No hizo nada. Se aburró, pero bien hondo.

3 parar

¿Qué te pierdes por contestarlo todo al instante?

Poder no responder enseguida también es una fuerza.

Y de tanto esperar, vio una florcita.

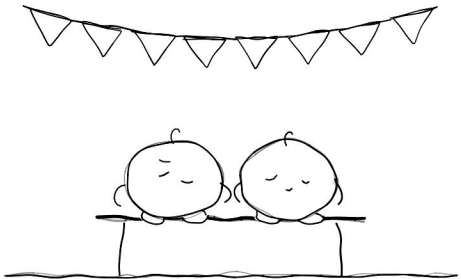


Sonó el celular. Esta vez, el bichito esperó.

4 ver

5 juntos

Al atardecer llegó otro bichito, también cansado.



Se sentaron juntos, en la fiesta del pueblo. Cansados, pero viendo más.

Hay un cansancio que afloja el puño y abre la mano.

¿Con quién te ha gustado estar cansado?

tres trampas



«Descansar es perder el tiempo.»

Correr sin parar solo repite lo mismo. Lo nuevo nace en la pausa.



«Parar es dejarse caer.»

No es quedarse triston sin hacer nada: es una pausa con los ojos abiertos.



«Hay que huir del cansancio.»

No. Lo que toca es cansarse de otra forma: acompañado, no a solas.

para llevar



Esta semana, regálale un ratito sin pantalla y sin hacer nada. Si puedes, junto a alguien.

Cansarse acompañado es otra cosa.

a partir de La sociedad del cansancio y Psicopolítica, de Byung-Chul Han

Cansadito · hay dos cansancios · de Byung-Chul Han

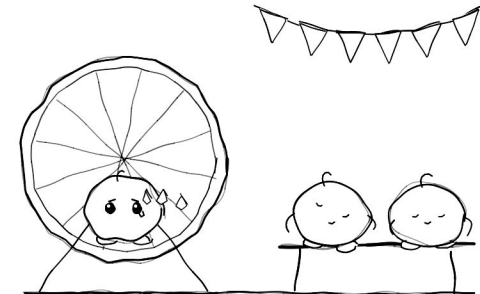
Bogotá · septiembre de 2026

1 hoja · 1 corte · 8 páginas

dominio público (CC0) · si haces una, déjala libre como esta

Cansadito

hay dos cansancios



no todo cansancio es igual