

Marina Garcés¹, filósofa: “La amistad es una experiencia de transformación, no de identificación”

Entrevista por Eva Catalán
theconversation.com 9 junio 2025

Dice Marina Garcés (Barcelona, 1973) que la amistad habita un “espacio terrible” en la psique humana, aquel que crea nuestro deseo de ser amados y nuestro miedo a no serlo. La definimos a menudo precisamente por lo que no es (no es un romance, ni una relación familiar, ni profesional, ni coyuntural) y por lo que pensamos que debería ser: un amor incondicional sin objetivos, un lugar compartido sin imposiciones ni exigencias. En la historia de la filosofía, las relaciones de amistad han quedado para siempre categorizadas por Aristóteles, en el capítulo VIII de la *Ética a Nicómaco*, como “la unión recíproca y desinteresada de dos personas virtuosas”.

Garcés sospecha de esta uniformidad, de este consenso filosófico en torno a la amistad, y se plantea en su libro *La pasión de los extraños* si la amistad no es, precisamente, todo lo que se escapa por las grietas de ese ideal aristotélico. Un ideal, por otro lado, fundamentalmente androcéntrico y reservado a lo largo de la historia a ciertas posiciones sociales, y que deja fuera la amistad en la necesidad, en la inclinación hacia el diferente, en los cuidados compartidos...

En *La pasión de los extraños* plantea que la amistad desde el punto de vista filosófico es un ideal que en realidad no existe.

La amistad es una de las grandes cuestiones de la tradición filosófica occidental, y ha sido planteada sobre todo como un ideal ético, como una épica moral: aquella relación más alta que todas las demás porque está libre de cualquier otro fin que no sea la relación misma. Es esa relación de afecto virtuoso hacia el otro.

Mi punto de partida no es tanto negar esta tradición sino entender por qué y desde dónde se ha construido este ideal, y de qué maneras este ideal sigue entre nosotros a través del lenguaje común, en la literatura, en el cine... Seguimos representando relaciones muy idealizadas de la amistad. Actualmente se piensa la amistad de una forma casi romantizada, como esa vida ideal entre amigos frente a las grandes intemperies, cambios y rupturas de nuestra sociedad actual.

Hay excepciones. Epicuro y Nietzsche, por ejemplo, le ponen algunos peros a este ideal aristotélico, como explica en el libro.

Epicuro plantea el gran tabú de la tradición griega sobre la amistad, que es preguntarse si la amistad es útil o no. El ideal aristotélico dice que solo se da entre quienes no se necesitan entre sí. Epicuro viene a decir: “Bueno, más necesario que el amigo no hay nada”. Porque, precisamente, la vida en amistad es una de las vías para perder el miedo. El miedo a la soledad, al sufrimiento, a los dioses... es decir, a poderes que no podemos controlar.

¹ Profesora e investigadora de Filosofía para los retos contemporáneos, UOC - Universitat Oberta de Catalunya

Es algo que todavía se discute. Hoy existe por ejemplo lo que yo llamo la “amistad terapéutica”, que casi limita su valor a sus beneficios para la salud mental, la longevidad... ¿En qué medida estamos cayendo en la trampa, no ya de la utilidad que defendía Epicuro, sino de la instrumentalización de la amistad?

Nietzsche, en tiempos de cambios fuertes y sociedades mucho más complejas, plantea por primera vez desde la filosofía la cuestión de la ruptura. Los amigos también rompen, entran en conflicto. Y quizá de lo que se trata es de medir bien quiénes pueden ser nuestros amigos para también saber quiénes pueden ser nuestros enemigos y no quedarnos en fotos edulcoradas y, en el fondo, engañosas de lo que puede ser la amistad.

Hay una dimensión cultural de la amistad, y también histórica. No se es amigo de la misma manera en todos los lugares y en todas las épocas. ¿Qué caracteriza la amistad en esta época nuestra en el mundo occidental?

Yo diría que la situación actual en nuestras sociedades occidentales es paradójica. Por un lado, estamos viviendo una apertura del concepto mismo de amistad, de lo que podemos esperar de los amigos y de quiénes pueden hacerse amigos.

La amistad es el único vínculo social sin ley, no está institucionalizado, pero sí está muy pautado socialmente. Y hoy se ha abierto el territorio de lo posible en el campo de la amistad: entre hombres y mujeres, entre edades distintas... ya no se reduce solamente a aquello que no es familia, sino que también son personas con quien nos acompañamos en los cuidados, en el apoyo mutuo.

Por eso se habla más de la amistad y se habla más de los conflictos y se habla más de las expectativas. Y esta sería la otra cara de la paradoja. Como son tiempos de intemperies, de miedos e incertidumbres, se pasa a reducir el sentido de la amistad a una idea de refugio, de salvavidas, de zona de seguridad.

Pero si los amigos solo son zona de seguridad... Claro que nos pueden dar mucha seguridad (como ya decía Epicuro hace muchos siglos) frente a las preguntas y los miedos, pero esta reducción a la “amistad refugio” es uno de los peligros en los que podemos caer. Si solo nos juntamos con aquellos que nos dan cobijo, nos quedamos sin otra dimensión de la amistad que también abre mundos y sentidos posibles de lo que es vivir en común. No son necesariamente salvavidas, sino al revés: pueden ser aventuras, descubrimiento y transgresión.

Quizá esa visión de la amistad se ve exacerbada por la vida virtual, en las “amistades conectadas” como usted las llama en el libro. Tienen esa tendencia a identificar lo similar y rechazar lo distinto. Nos hacemos un parapeto frente a aquellos que son los extraños, los que piensan diferente. Esto tiene consecuencias no solo en el plano personal, sino también en el social o político.

Exacto. Por eso, de los muchos títulos posibles opté por este: *La pasión de los extraños*. Este libro no solo es un análisis, sino que también es una reivindicación de la extrañeza. De la posibilidad y de la condición que todo amigo tiene de extraño en nuestras vidas. No son aquellos de quienes nos podemos apropiar, sino con quienes nos podemos extrañar de quiénes

somos, de cómo somos y, por lo tanto, también transformarnos con ellos. La amistad es una experiencia de transformación, no de identificación solamente.

Claro que nos identificaremos en muchas cosas: nos gustará la misma música o viviremos determinadas experiencias juntos, por supuesto. El problema es reducir la amistad a identidad, a identificación. La amistad debería quedar fuera de esta lógica tan excluyente que cada día está moldeando más nuestras vidas. Y no solo en las redes. Las redes polarizan, introducen este sesgo de confirmación en todo lo que pensamos. Pero porque lo estamos buscando en la vida social también.

Y la pregunta es ¿por qué? Todos sabemos que nuestros mejores amigos no siempre son aquellos con quienes estamos de acuerdo, ni nos gusta todo de ellos. Quizá hoy nos da entre miedo y pereza relacionarnos con todo lo que no es directamente transparente, directamente idéntico y directamente inmediato. Esta reivindicación de la extrañeza es una reivindicación también de la vida como aprendizaje. Aprender no es acaparar, consumir información. Es relacionarnos sin miedo con lo que no conocemos.

Y eso también es la amistad: relacionarnos sin miedo con lo que no sabemos de los demás y de nosotros mismos. De lo contrario no hay amistad, hay agregación social. Y para eso ya tenemos otras formas de juntarnos.

La amistad nos define socialmente: cuántos amigos tenemos, cómo de buenos amigos son...

Esta capitalización de la vida y del yo hace que lo convirtamos todo en objeto de consumo. No nos exponemos con los demás, sino frente a los demás. A toda esta presión nos someten las redes digitales, a una pseudotransparencia que es lo contrario de la verdadera transparencia: es crear una ficción sobre nosotros mismos que necesitamos alimentar para no desaparecer. Ese es el gran miedo.

De hecho, los humanos estamos hechos de este miedo: el miedo al aislamiento, porque es lo que nos anula. Desde la supervivencia más básica, hasta la muerte social que tanto nos preocupa hoy. Son códigos alimentados por un capitalismo emocional, de las relaciones. Ahora la amistad pasa a ser un número de contactos infinitamente acumulable.

¿Quiénes somos respecto a eso? Pues seguramente quienes no estamos a la altura ni siquiera del número de amigos que supuestamente estamos exhibiendo. Si no llego ni siquiera a poder ser amigo de mis amigos, a ser capaz de responderles... entonces, no tengo tantos amigos. Y en cambio se crea ese déficit de atención que se va instalando en todos los aspectos de la vida y que nos dificulta llevar una vida plena.

Internet y las redes sociales han ampliado nuestras posibilidades de conexión, pero son un modelo de comunicación que prioriza lo inmediato. ¿Sigue siendo amigo nuestro alguien que hace mucho tiempo que no contesta a nuestro último WhatsApp?

Yo creo que es muy importante que, en las condiciones actuales de vida y de comunicación, aprendamos a distinguir, de nuevo o con significados nuevos, las amistades de los contactos. Y con contacto me refiero no solo a un número y un nombre en una agenda, sino a qué significa estar “en contacto”. Podemos estar en contacto permanentemente con mucha gente

porque nos podemos comunicar de forma inmediata, constante, y estamos casi infinitamente disponibles.

Pero esto no quiere decir que seamos amigos en el sentido que implica la palabra amistad: un cierto tipo de afecto, de vinculación, de expectativa respecto a esa relación... Que cada uno montará su manera. No hay un estándar ni un modelo de lo que es o no es una amistad, pero sí tiene una condición cualitativa. No es ese estar en contacto, ese estar siempre, entendido “siempre” como una constante mensurable de tiempo y de *inputs* y de intercambios de comunicación. Estamos confundiendo una cosa con la otra.

Y la pregunta es si las generaciones más jóvenes, que parten ya de esa inmediatez y de esa disponibilidad constante, generarán maneras de crear estos vínculos más cualitativos. Yo pienso que sí, porque es necesario distinguir entre quienes están en contacto con nosotros todo el tiempo y a quienes les importamos verdaderamente. Más allá de lo que pueda comunicar o de lo que pueda compartir o de todas las fotos que hayamos visto de cada uno de nosotros... Esa persona, esa relación ¿me importa? Yo creo que se crearán otras maneras de distinguir.

Yo lo veo, por ejemplo, en mis hijos, que ya tienen 18 años. He visto la evolución, cómo han creado las páginas secundarias o terciarias en Instagram. Llega un momento en que estar en Instagram ya no te sirve para comunicarte con quienes verdaderamente te importan. Se inventan otros modos de contar los secretos. Lo que no compartes con todo el mundo es tu intimidad, y puedes escoger con quién hacerlo.

Este es el principio básico de toda intimidad. ¿Cuáles serán esos otros lugares y cómo podemos evitar que esos otros lugares no sean inmediatamente colonizados o invadidos, o se entiendan como negativos? Hay que ayudarles y acompañarles en este proceso. Sobre todo, tenemos que confiar en ellos. A lo mejor inventarán intimidades que corresponden a tiempos distintos.

En su libro habla al principio de las fases de la amistad desde el punto de vista biográfico. En concreto, la etapa de la adolescencia ha estado definida siempre por la emancipación de la familia. Ahora, con esta irrupción de los grupos de WhatsApp de los que no se puede desconectar, es una amistad estresante, porque si nos perdemos algo nos quedamos fuera.

La adolescencia, desde que existe como tal, siempre ha sido vista como un momento inquietante para los adultos. El adolescente es un ser en mutación, alguien que ya no es el niño pero todavía no es adulto y está desprendiéndose poco a poco de las tutelas. Y eso quiere decir poder ponerlas en cuestión. Se romantiza por un lado el adolescente rebelde, contestatario, y se le teme... “¿Por dónde me saldrá?”, preguntan los padres. Como si tuviera que salir un monstruo de cada uno de los niños que hemos criado.

La condición de toda vida es que no podemos saber cómo acabará. En estos momentos de tanta paranoia social por un lado, y de monitorización constante de la vida por otro, este momento borroso de la adolescencia crea mucha inquietud. En las series y en las novelas, los adolescentes a veces aparecen muy victimizados, bien por falta de salud mental, o por la patología social: son quienes sufren todos los males de la sociedad. Otras veces aparecen

criminalizados, desarrollan de forma grotesca y monstruosa todos los males de nuestra sociedad.

Pero no se trata solo de ser víctimas o criminales. Esta estrechez ideológica refleja los miedos de la sociedad adulta, pero se proyecta en ellos de forma muy violenta. Hay que trabajar colectivamente para escucharles, conocer sus historias y hacer posible la expresión de muchos otros deseos y formas de transitar la adolescencia.

En su asociación *Espai en Blanc* (Espacio en blanco) reivindican, por ejemplo, la filosofía como arte callejero. La filosofía está cada vez menos presente en el sistema educativo y ahora se habla más de educación emocional.

En el sistema educativo español no ha habido una buena formación filosófica durante generaciones. Cuando se pudo replantear otro tipo de filosofía en el bachillerato no se hizo, y muchos defendemos que la asignatura esté además presente en etapas anteriores, siguiendo los planes que existen de Filosofía para niños. La Filosofía tiene una presencia testimonial, encajonada en los dos últimos años, con un examen de acceso a la universidad que no supone un verdadero aprendizaje filosófico.

A esta mala formación se le suma una sociedad que tiende al emotivismo y que, frente a la precariedad capitalista y la gobernanza política a través del miedo, nos convierte en seres muy manipulables. Afortunadamente está pasando algo que yo no veía cuando estudiaba: la gente muy joven se atreve a leer directamente ensayo. En esto ayudan las redes, porque pueden ver directamente charlas de cualquier persona, de cualquier país. Hay una desacralización o una desolemnización de algo que era para eruditos. De ahí pueden salir otras formas de pensar, y seguramente también otras formas de escribir. Creo que esa desacralización del pensamiento filosófico puede ser interesante.

Me ha gustado mucho cómo diferencia la soledad del aislamiento. La actual epidemia de soledad no deseada afecta especialmente a los jóvenes. ¿Cree que tiene que ver con esa erosión del concepto de la amistad, o con esa confusión con lo que creemos que debe de ser un amigo?

Para mí este libro es un libro sobre la amistad y sobre la soledad. No es posible pensar una vida entre amigos sin habernos conocido a solas. Quien solo huye de la soledad, no tendrá buenos amigos ni será un buen amigo porque será alguien adicto y dependiente de la aceptación social. Además, escapar de la soledad lo que hace es retroalimentarla: cuanto más huimos de la soledad, más solos estamos. Y estamos solos consumiendo relaciones, vínculos, personas, contactos.

¿Cómo romper ese círculo vicioso? Perdiéndole el miedo a la soledad. Lo decía Epicuro, y lo han dicho otras tantas voces a lo largo de la historia: perder el miedo a la soledad no es quedarnos solos, es precisamente perder juntos el miedo a la soledad. Ese es para mí el lugar de la amistad. Ahí, la amenaza del aislamiento se diluye. Y ya no es lo que determina o guía nuestra manera de estar creando ese vínculo o relacionándonos con aquellas personas que, efectivamente, forman parte de nuestras vidas.

Esta entrevista se publicó originalmente en la Revista Telos de la Fundación Telefónica, y forma parte de un número monográfico dedicado a la Generación Alfabeta.