

COLUMNA

Claudia Szita

Académica de Psicología de la
Universidad Andrés Bello.



Hobbies, el volver a estar

Vivimos agotados, sobreestimulados y con la sensación permanente de no estar completamente presentes en ningún lugar. Sin embargo, en este hoy, cada vez más personas reservan momentos para sus pasatiempos, no solo como distracción, sino como una forma de recuperar equilibrio.

Algunos hobbies funcionan como espacios donde algo propio logra existir. Me gusta, porque me calma, porque me obsesiona o porque conecta con algo difícil de explicar. Y eso no es menor en una cultura donde gran parte de la vida psíquica parece organizarse alrededor de la exposición y el juicio del otro. Da la impresión de que muchas personas ya no saben muy bien qué desean, pero sí saben perfectamente qué deberían desear. Entonces aparecen estos espacios extraños: hacer pan, coleccionar

miniaturas, correr muchos kilómetros, subir cerros. Actividades donde algo del deseo encuentra una vía menos organizada, pero quizás también menos evaluada y más propia.

También hay algo importante en el hecho de poner afuera algo interno. A veces eso permite transformar afectos, ideas o partes de la experiencia interna en algo visible, algo que puede compartirse y que, para algunos, resulta más fácil de habitar una vez que toma forma. Y quizás por eso hoy se ha vuelto tan necesario aprender a “estar en el presente”.

Quizás por eso hoy resultan tan necesarios los pasatiempos. No solo porque contribuyen al bienestar, sino porque nos recuerdan algo básico: que seguimos estando aquí, en algún lugar propio, más allá de las exigencias.