# La amenazante cultura del miedo

**Vivimos en una era de claroscuros, con puntos de inflexión que despiertan monstruos en la imaginación**

Por Mary Velázquez Dorantes

Conflictos, procesos históricos sin rumbo, crisis financieras, bloques de ideas, fórmulas de vida para un estado de bienestar que en algunos de los casos parece inalcanzable, son parte del escenario de la cultura del miedo que nos amenaza.

**Encendemos el televisor y las noticias son de riesgos, problemas, conflictos. Navegamos en internet y el mundo está lleno de incertidumbres e injusticias, es ahí donde se coloca la cultura del miedo que actúa como protagonista.**

Foto: Pexels.com

Pero, ¿Qué podemos hacer nosotros frente a tal situación?, ¿Cómo podemos ir resolviendo los problemas que atemorizan a los individuos?, ¿Cuáles son las medidas precautorias que debemos tomar para no ser esclavos de esta situación? En esta edición brindamos algunas medidas para resguardarnos de la cultura del miedo.

## IDENTIFICAR EL LENGUAJE DEL MIEDO

En los últimos años hemos sido testigos de una cultura del miedo que avanza como una amenaza y el primer paso para frenarla es identificar, es saber que nos están hablando con una filosofía del miedo, ¿cómo lo podemos hacer?

Cuando los mensajes son constantes, detonadores y aparecen por todos los medios posibles, estamos siendo víctimas de ese lenguaje del miedo que en muchas ocasiones se disfraza de contenidos mediáticos, de textos literarios famosos, de temas o influencias sociales que reproducen un discurso de terror u horror, de noticias sensacionalistas, y también de "olas artísticas".

El lenguaje del miedo ataca la sensibilidad, se estandariza en las conversaciones, parece estar lleno de argumentos convincentes y en realidad no tiene nada sólido; provoca una atmósfera de nerviosismo y de forma global propaga el miedo.

## EVITAR EL RECURSO DE LA VIOLENCIA

Muchos de los miedos sociales no han sido a causa de situaciones naturales, sino todo lo contrario, están sujetos por el cordón de la violencia, la impunidad, la injusticia social, y se alimentan de la inestabilidad política, o de las circunstancias culturales de cada región.

La violencia ha entrado en la cultura popular y en los bienes de consumo, se ha privilegiado una vida negra y lúgubre, con escenarios deprimentes y tristes, entre los que se destaca una apología de la violencia y un deseo constante por imitar formas de vida. La descomposición social y la apatía caminan a la sombra de una violencia desenfrenada, donde nuestra tarea es evitar reproducir los discursos violentos, los estereotipos, las modas, y las tendencias que se venden como una nueva forma de vida.

## HACER A UN LADO LOS MONSTRUOS DE LA IMAGINACIÓN

La globalización ha dado paso a una cultura donde todo alude a una era de claroscuros, con puntos de inflexión que despiertan monstruos en la imaginación y, bajo esta lógica, el miedo tiene lugar en un escenario casi perfecto, porque si creamos monstruos y los reproducimos de manera colectiva entonces la esperanza muere, y la fe se echa a un lado.

El miedo parece tener cobertura todo el día, la atmósfera de temor es más fuerte que las buenas noticias y el silencio del bien.

**Las redes sociales son una prueba evidente de lo falso que resultan los monstruos de la imaginación.**

Es momento de frenar la ola de pánico, evitar las difusiones mediáticas que apelan a un discurso de temor, dejar de sentirnos vulnerables frente a todo lo que rodea esta cultura, y comenzar a trabajar la confianza; observar de a poco las circunstancias, detenernos a reflexionar sobre situaciones concretas, no darle rienda suelta a los comentarios, porque si la puerta queda un poco abierta esta cultura de temor entrará y se expandirá. Entonces sí viviremos en un mundo gris y opaco.