

## El ocio domesticado

Categoría: 183-La Clase

Publicado: Lunes, 01 Diciembre 2025 17:44

Escrito por Mario Ramírez

---



### DEL OCIO AL ESPECTÁCULO

Entonces, el poder inventó una distracción honorable: el deporte. Correr, saltar, lanzar... todo servía, siempre que el sudor no produjera ideas.

Hubo un tiempo en que el ocio era peligroso: podía llevar al pensamiento. Las civilizaciones lo sospecharon pronto: un cuerpo sin tareas podía empezar a imaginar. Entonces, el poder inventó una

## **El ocio domesticado**

Categoría: 183-La Clase

Publicado: Lunes, 01 Diciembre 2025 17:44

Escrito por Mario Ramírez

---

distracción honorable: el deporte. Correr, saltar, lanzar... todo servía, siempre que el sudor no produjera ideas.

El ocio dejó de ser libertad y se volvió horario. El descanso empezó a tener reglamento, puntuación, patrocinador. Los imperios antiguos tenían circos; los modernos, estadios. Ambos sabían lo mismo: el cuerpo entretenido es el alma en reposo.

El siglo XIX descubrió que la fábrica necesitaba un espejo moral: el gimnasio. Había que producir también en el tiempo libre, ahora en nombre de la salud. El deporte industrializó la diversión: cronómetro, disciplina, meta. El ocio, esa grieta por donde se filtraba la imaginación, fue sellado con música de banda y medallas de participación.

### **EL MÚSCULO COMO PROPAGANDA**

El siglo XX perfeccionó el truco: el cuerpo podía ser ideología. Los regímenes totalitarios lo moldearon como emblema nacional. El comunismo lo hizo colectivo, sincronizado, heroico. El capitalismo lo volvió individual, competitivo, rentable. Uno exaltó la obediencia, el otro la ambición. Ambos produjeron exactamente lo mismo: cuerpos dóciles, disciplinados y orgullosos de estar cansados.

En 1936, los Juegos Olímpicos demostraron que correr podía ser una tesis política. Hitler aplaudía la raza aria mientras Owens destrozaba el mito en segundos planos. Desde entonces, las medallas valen más por su bandera que por su esfuerzo. Cada récord es una frontera. Cada atleta, un argumento diplomático.

Coubertin soñó una religión laica de la fraternidad humana. El poder lo entendió mejor: el músculo unifica mejor que las ideas. Y así, el deporte se convirtió en misa global: himno, bandera, lágrima. El cuerpo ya no entrena para sí, sino para probar que su sistema político respira mejor.

### **EL OCIO DEL CANSANCIO**

Hoy ya no hace falta el Estado: el mercado se encarga. El cuerpo compite contra sí mismo, motivado por su propia culpa. El reloj mide su mérito, la app lo vigila, la red lo aplaude. Cada quien es su

## El ocio domesticado

Categoría: 183-La Clase

Publicado: Lunes, 01 Diciembre 2025 17:44

Escrito por Mario Ramírez

---

propio entrenador, su publicista y su verdugo.

El ocio se volvió industria, el descanso, rendimiento. Se vende serenidad por suscripción y silencio con *brunch*. El cuerpo cree que se relaja, pero lo único que hace es obedecer sin que nadie se lo ordene. El domingo es apenas una pausa del algoritmo para que el consumidor respire antes de volver a intentarlo.

Y sin embargo, debajo de todo, algo se rebela. En algún músculo viejo persiste el recuerdo del juego sin propósito. Una célula añora moverse sin testigos. Quizá ahí habita la última esperanza del ocio: en el gesto inútil, en la respiración que no genera contenido.

El poder ya no prohíbe el ocio: lo administra. Y el cuerpo, agradecido, cree que el descanso auténtico es una membresía premium. Pero aún queda un espacio indomable: la quietud sin permiso, la siesta sin propósito, la mirada que no calcula pasos.

El cuerpo que no rinde, que no compite, que no se mide, es el último hereje del siglo XXI. El músculo que se niega a obedecer al reloj no es perezoso: es libre. Porque el verdadero descanso no consiste en dejar de moverse, sino en dejar de obedecer.

<https://www.cronica.com.mx/deportes/2025/11/28/el-ocio-domesticado/>

noviembre 28, 2025 at 6:00a.m. GMT-6