



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Vivencia y vergüenza:
El podcast 'La Ruina'

Experience and shame:
The podcast 'La Ruina'

Autor

Juan Sánchez Alconada

Directora

Maite Gobantes Bilbao

Facultad de Filosofía y Letras

Grado en Periodismo

2023

Índice

| | |
|--|-----------|
| Introducción..... | 3 |
| 1. Aproximación teórica al concepto de Podcast..... | 5 |
| 1.1. Definición e Historia del Podcast..... | 5 |
| 1.2. Auge del Podcast: Datos..... | 7 |
| 1.3. Diferencias con la radio y propuesta tipológica..... | 9 |
| 2. Aproximación al concepto de vivencia..... | 14 |
| 2.1. La vivencia en Dilthey..... | 14 |
| 2.2. La autobiografía..... | 19 |
| 2.3. El espacio biográfico..... | 22 |
| 3. La Ruina..... | 26 |
| 3.1. Historia y descripción de La Ruina..... | 26 |
| 3.2. Análisis de caso..... | 28 |
| 4. Conclusiones..... | 36 |
| 5. Bibliografía..... | 38 |
| 6. Anexo..... | 40 |

Introducción

En la presente investigación se pretende analizar algunas de las anécdotas contadas en el podcast 'La Ruina' y ponerlas en relación con los conceptos de vivencia, vergüenza e intimidad. Los objetivos del trabajo son caracterizar este podcast y clasificarlo tipológicamente, así como determinar la psicología presente en la forma de actuar de los sujetos, al mismo tiempo narradores y protagonistas de sus historias, y en la forma de compartir sus vivencias -muchas de ellas íntimas- de manera pública. Determinar por qué deciden compartir públicamente anécdotas sexuales o escatológicas. Determinar qué papel juega la vergüenza en la vivencia y en la narración de estas historias. Otro de los objetivos es comprender el porqué del éxito de La Ruina.

Para lograr los objetivos, a lo largo del trabajo, se ha seguido una metodología. Primero, ha habido un proceso de documentación acerca del género podcast: definiciones, origen, significado, historia... desde principios del siglo XXI -momento en el que surgen- hasta el actual auge que vive este formato en la actualidad: uno de los motivos del éxito de La Ruina. Para dar muestra del reciente éxito de los podcasts, se aportan datos de dos de las encuestas sobre el consumo en España con mayor muestra. Por último, se procede a enumerar las principales diferencias, según el experto Félix Riaño, entre radio y podcast, y se presenta la única clasificación que se ha logrado encontrar de tipos de podcast, la cual servirá después para catalogar, según su contenido, a La Ruina.

Segundo, se explican aquellos conceptos relevantes para comprender lo novedoso de este podcast en concreto -la realidad social actual caracterizada por la deriva de lo íntimo hacia lo público aparece reflejada en él- y para entender la profundidad de conceptos como vivencia, vergüenza o autobiografía, que son las bases de las 'ruinas' -o historias vergonzantes- que se narran en los programas del podcast. Para definir vivencia, se ha recurrido, principalmente, al autor responsable de acuñar el término y de difundirlo a nivel global: Wilhelm Dilthey. Para las explicaciones de autobiografía y espacio biográfico se han empleado los textos de la socióloga argentina Leonor Arfuch. Junto a esta última definición se ha incluido un enclave

centrado en la vergüenza, que es aquello que, en la mayoría de ocasiones, sienten los narradores de las ruinas, tanto en el momento de la vivencia como en el momento de transmitirla a otras personas como anécdota.

Por último, el ensayo se focaliza en la parte más específica: La Ruina. Quiénes son sus creadores, cuándo y dónde se crea, por qué medios se difunde, en qué consiste, a qué se debe su éxito actual. Tras realizar una pequeña biografía del podcast, se procede al análisis de las ruinas. En este caso, se han escogido diez vivencias contadas a lo largo de los (a fecha de 23 de junio de 2023) 133 programas. Las vivencias han sido elegidas siguiendo un criterio: aquellas historias que han tenido una segunda vida independiente, es decir, las ruinas que, en el canal de Youtube de La Ruina, tienen un vídeo aparte además de aparecer en el programa correspondiente en el que se narraron. Estas historias se denominan como “los clásicos de La Ruina”. De los 29 vídeos del canal de Youtube que incluyen ruinas independientes o “clásicos”, se han seleccionado 10 para llevar a cabo el análisis. Para seleccionar estas diez se ha seguido una proporción de cinco anécdotas de famosos y cinco anécdotas de personas del público. Se han escogido, además, siete ruinas de hombres y tres de mujeres, porque de las 29 ruinas posibles a seleccionar, 21 de ellas (el 72%) corresponden a narraciones de hombres y sólo 8 (el 28%) pertenecen a mujeres. Por ende, la proporción 7-3 es adecuada.

El presente ensayo puede resultar relevante en los años venideros por varios motivos. Para empezar, los podcasts, y en concreto el objeto de estudio (La Ruina), mantienen una tendencia a la alza en cuanto a número de oyentes, sobre todo entre la población joven. La popularidad de los podcasts parece seguir creciendo y, en un tiempo, puede ser una de las formas de comunicación referentes en España. La Ruina, por su parte, puede ser uno de los estandartes del podcast español, dado su creciente éxito fruto de su humor, el cual consigue hacer partícipe directo a los espectadores. Por otro lado, otra de las tendencias que parece mantenerse a la alza es la conversión de lo íntimo en público. Cada vez resulta más frecuente escuchar anécdotas que rompen las conductas y los códigos de comportamiento, sobre todo, entre los jóvenes. La libertad para hablar sobre sexo, escatología o el consumo de drogas es aprovechado por podcasts como La Ruina, pues es un espacio para compartir este tipo de vivencias sin ser juzgados.

1. Aproximación teórica al concepto de Podcast

1.1. Definición e Historia del Podcast

En uno de los primeros libros escritos en español sobre podcasts, Tenorio Santos afirma que “cualquier persona que tenga acceso a un ordenador, un micrófono e Internet puede hacer un podcast” (2008, p. 6). Esta frase pone de manifiesto qué tienen de especial los podcast, y a qué se debe su actual auge.

Félix Riaño, experto en podcasts, señala que "podcast es audio o video distribuido en archivos digitales de descarga automática y periódica por suscripción, con pleno control del usuario final para elegir los detalles de la escucha o visualización. Es el consumidor de los contenidos audiovisuales quien decide qué descargar, en qué orden se organizarán esos archivos en listas, en qué momento se reproducirán y a qué velocidad. El podcast permite que cada usuario obtenga contenidos para su propia parrilla de programación personalizada. El cuándo, cómo y dónde oír dependen del receptor y no del emisor" (Riaño, 2021, p. 15).

Jose A. Gelado, creador del primer podcast en español, entiende, por su parte, que el podcasting es “un compromiso no escrito y vinculante entre quien hace un podcast comprometiéndose a producir varios episodios y el oyente que se compromete a escucharlos” (Gelado en Tenorio Santos, 2008, p. 3).

Podcast también puede definirse como “un contenido en un archivo de audio digital al que los usuarios pueden acceder desde diferentes canales de distribución, como Spotify, Google Podcasts, iVoox, iTunes o Apple Podcasts, entre otros, y escucharlo cuando y donde quieran, a través de cualquier dispositivo (computadora, notebook, teléfono celular, altavoces inteligentes, tablet, etc.)” (Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., 2020, p. 6). Estos autores también indican que el término podcast proviene de “la contracción de la sigla en inglés POD (Public On Demand) y broadcast (transmisión). Es decir, transmisión a demanda del público”. Aunque otra teoría señala que POD proviene de iPod, en relación a su portabilidad (Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., 2020, pp. 6-7).

La historia del podcast se remonta hasta el año 2000, cuando el grupo Yahoo! y, concretamente, Dave Winner lanza la versión 0.92 de RSS que permite, entre otras cosas, “aportar los beneficios de la sindicación RSS a archivos de audio”. Un año después, Adam Curry, un radio showman estadounidense, realiza una prueba de podcasting en su blog (Tenorio Santos, 2008, pp. 2-3). En aquel momento, esta práctica todavía no se conocía como podcast, pues no fue hasta 2004 cuando el periodista británico Ben Hammersley acuñó el término en una nota del diario The Guardian. El periodista ya calificaba al podcast como una “revolución de audio” (Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., 2020, pp. 6-7).

Baladrón y Correyero coinciden en ubicar en 2004 el momento de despegue del podcasting: “un método de distribución de archivos multimedia de audio y vídeo vía Internet que permite descargar automáticamente los ficheros en función de la demanda en un ordenador personal, un mp3 o un teléfono móvil” (2007, p. 2).

Será ya en 2005 cuando los podcast se den a conocer mundialmente, tras ser presentados “socialmente con el respaldo internacional de Apple”. La versión iTunes 4.9 permitió la suscripción y la descarga de podcast en sus reproductores iPod. Sin embargo, el formato no es exclusivo de los reproductores sino que “simplemente, aunque importante, la marca Apple puso al servicio del podcasting la experiencia en el gobierno de las estrategias de marketing y distribución de contenidos”. De aquí surge la teoría que sostiene que las letras ‘pod’ de la palabra podcast proceden de los reproductores iPod (Tenorio Santos, 2008, p. 3).

Previo a esta presentación mundial, en España ya había penetrado el podcast, aunque de manera tímida. Como se ha mencionado, José Antonio Gelado fue el creador del primer podcast en castellano: Comunicando. La primera emisión data del 18 de octubre de 2004 y estuvo dedicada a nuevas tecnologías y a cibercultura. Por aquel entonces, los podcasts eran un fenómeno que “ya se habían implantado con éxito y rapidez en los países anglosajones gracias a un gran número de aficionados que había creado diarios sonoros que funcionaban de forma similar a los blogs pero que en lugar de textos se basaban en audio” (Baladrón y Correyero, 2007, p. 2). En los últimos años, sin embargo, los podcasts han sufrido un aumento de audiencias y de éxito muy alto.

1.2. Auge del Podcast: Datos

Para mostrar el actual éxito del podcast, se explican a continuación los principales datos de dos encuestas realizadas en 2022 y 2023 sobre el consumo de esta forma comunicativa. La primera de ellas se denomina Encuesta Pod y fue creada por la comunidad Podcaster@s en 2017. La encuesta se realizó a hispanohablantes de Latinoamérica y de España en 2022. 2319 personas participaron en ella (Podcaster@s, 2022). Aunque no sea una encuesta científica, pues el cuestionario fue realizado a través de la propia web Podcaster@s y, por tanto, sólo sería rellenada por personas que de por sí escuchan podcasts, son datos valiosos porque es una de las pocas encuestas que actualmente hay sobre este tema.

Prácticamente la mitad de los encuestados fueron hombres, y la otra mitad mujeres. La edad del 83% de las personas que respondieron a la encuesta comprende entre los 25 y los 55 años. Sólo el 5% de los encuestados tenían más de 55 años. Esto denota que los podcasts no han penetrado de igual forma entre la gente mayor que entre la gente joven. La encuesta arroja los siguientes datos

- Los oyentes escuchan podcasts principalmente por dos motivos: aprender cosas nuevas (el 79%) y entretenerse (el 75%).
- La mayoría de las personas escuchan entre una y cinco horas semanales.
- Los oyentes prefieren que los podcasts duren menos de una hora, pero más de 15 minutos.
- La mayoría de las personas escuchan los podcasts en Spotify (un 77%).
- La investigación periodística (40%), la historia (38%) y el humor (37%) son las temáticas favoritas de los oyentes. Seguidas de análisis político y cine y TV (29% cada uno).
- Los formatos favoritos entre los encuestados son la charla (65%), la entrevista (62%) y el documental (59%).

La segunda encuesta ha sido realizada por Elogia, una agencia especializada en marketing digital, en colaboración con IAB Spain. La encuesta recibe el nombre de Estudio de Audio Digital. A diferencia de la anterior, esta encuesta sólo se realizó a personas residentes en España. La muestra fue de 1178 usuarios y 111 expertos. En esta ocasión, la edad media de los es de 43 años. Además, el porcentaje mayor en lo que respecta a la edad de las personas que han respondido corresponde a la franja de entre 55 y 75 años (un 26% de los encuestados). Cabe aclarar que este estudio tiene por misión analizar el consumo sobre cualquier tipo de audio digital. Esto incluye música, radio, podcast... pero todo ello consumido por los oyentes a través de Internet. Los datos más significativos son:

- El podcast cobra protagonismo y entra en el top 3 de los formatos de audio digital más escuchados, por detrás de la música digital y la radio online en directo. Más de 1 de cada 2 oyentes ya escuchan podcasts (el 54%).
- Al 43% de los oyentes no les importa cuánto duren los episodios si la temática les interesa, y entre los que sí prefieren una duración determinada, la media es de 23 minutos por episodio.
- El 65% de los oyentes escuchan podcasts porque distrae y entretiene. También valoran la información práctica y consejos (42%) y la información fiable (38%).
- La intención de uso del formato podcast entre los encuestados es del 86%, un 19% más que en 2022.
- Las temáticas que más interesan a los oyentes de podcast son:
 - Humor y entretenimiento
 - Música, Cine y televisión
 - Cultura y sociedad e Historia
 - Humanidades y creencias.

1.3. Diferencias con la radio y propuesta tipológica

El podcast y la radio “comparten rasgos constitutivos, como los elementos del lenguaje radiofónico: la palabra, la música, los efectos de sonido y los silencios” (Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., p. 7). Armand Balsebre define lenguaje radiofónico como “conjunto de formas sonoras y no sonoras representadas por el lenguaje verbal, el lenguaje musical, los efectos sonoros, y el silencio, cuya significación viene determinada por el conjunto de recursos técnico-expresivos de la reproducción sonora y el conjunto de factores que caracterizan el proceso de percepción sonora e imaginativo-visual de los radioyentes”. (Balsebre en Tenorio Santos, 2008, p. 11).

A pesar de las similitudes, y de que ambas formas comunicativas participan del lenguaje radiofónico, radio y podcast también poseen múltiples diferencias. Para Félix Riaño, el podcast no ha supuesto una evolución, sino una disrupción respecto a la radio: "El podcast es nuevo, está en pleno crecimiento y formación y es una de las más importantes innovaciones disruptivas de nuestra sociedad. Con la palabra ‘disruptiva’ especificamos que marca una ruptura definitiva cambiando las prácticas definitivamente, para convertirse en algo nuevo y diferente de su origen, llegando a nuevos usos y a usuarios que habían sido desatendidos. El podcast constituye una disrupción en la historia de la radio y no una evolución” (Riaño, 2021, p. 11).

El propio Riaño explica por qué el podcast es algo novedoso: “El podcast es una innovación radical porque involucra cambios en los estilos de vida de las personas. Habría sido una innovación incremental si se limitara a una mejora en los productos y el usuario se siguiera comportando igual. Oír podcast cuando tú quieras en lugar de oír radio cuando ella emita los programas y además poder hacer tú mismo un programa tal como lo sueñas, es un cambio. [...] El podcast es una innovación radical y disruptiva de la radio, no es más de lo mismo” (Riaño, 2021, p.13).

Riaño, por tanto, afirma que el podcast supone “un mejoramiento gradual del servicio que siempre ha prestado la radio, pues constituye en sí mismo un nuevo producto sonoro, transmitido por otro medio y diferentes usos y lenguaje. Por eso desde esta nueva forma de distribución de audio pueden ganar terreno

emprendimientos nuevos que tendrían la carrera perdida contra las compañías radiofónicas tradicionales si el juego fuese igual al de la radio. En la radio hay que tener acceso a equipos transmisores y amplia distribución de receptores para captar emisiones al aire, costosas y viables sólo con grandes inversiones de empresas autorizadas por estados y gobiernos, con muchos requisitos políticos, económicos y normativos por cumplir" (Riaño, 2021 p. 11).

Para este estudioso, las diferencias entre podcast y radio son varias. Por ejemplo, tienen una diferente temporalidad: "El podcast no necesita ser instantáneo como la radio. Su distribución y redifusión tampoco son efímeras como una transmisión de radio. Si te pierdes la emisión de un programa de radio no puedes devolver el tiempo para escucharla pero un podcast sí se puede devolver o pausar. La instantaneidad, esa enorme ventaja de la radio al transmitir los eventos deportivos o las noticias en directo no es algo que busques en un podcast" (Riaño, 2021, p. 18).

Ambos formatos presentan también contenidos distintos: "En un podcast se pueden reproducir formatos radiofónicos y abordar los mismos temas que en la radio. Pero hay más posibilidades para abordar temas que jamás tendrían cabida en la radio o que estarían limitados a tiempos mínimos al aire" (Riaño, 2021, p. 19). Y se accede a ellos de maneras diferentes: "Un podcast se puede disfrutar en teléfonos, tabletas, computadoras, altavoces bluetooth, reproductores de memorias SD o USB, relojes inteligentes, televisores inteligentes, altavoces inteligentes y más dispositivos que seguramente vendrán. Aparatos que necesitan acceso a internet, que no es gratis para todos como sí lo es el acceso a las ondas de radio" (Riaño, 2021, pp. 19-20).

Entre las diferencias enumeradas por el teórico, también se encuentra un distinto uso: "En la radio el oyente elige los contenidos al cambiar la emisora, buscando entre lo que esté al aire en ese momento específico. Pero los horarios son potestad únicamente de las emisoras. En radio nunca se puede oír dos programas a la misma hora en diferentes estaciones, hay que elegir una cada vez. En cambio, la decisión al escuchar un podcast está en las manos del usuario, que puede elegir la lista de contenidos de fuentes distintas, con diferentes voces, autores e idiomas" (Riaño, 2021, p. 20). De esta forma, para Riaño, el oyente "puede ordenar su programación a gusto individual". Puede cambiar el orden, la velocidad de escucha

o el comienzo y el final de la reproducción, poniendo pausa al audio hasta que considere necesario. Por tanto, “el usuario toma las decisiones de reproducción, tiene el poder” (Ib.). Riaño concluye que “no deberíamos entender el podcast como una forma más de radio” (Riaño, 2021, p. 21).

Luciano Banchemo señala que “el podcast, como la radio, es un contenido de audio, que hace uso de ciertas herramientas del lenguaje sonoro, pero la forma de consumo, las plataformas de distribución, los formatos y los modelos de negocio no tienen nada que ver con la radio” (Banchemo en Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., 2020, p. 7). Agustín Espada opina que “el podcast es una forma de producir contenido radiofónico más que una forma de hacer radio” (Espada en Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., 2020, p. 8).

Mariano Pagella prefiere hablar del podcast como “una nueva forma de escuchar audio, donde la clave es que se escucha bajo demanda, cuándo y dónde se desee” (Pagella en Ib.). Alejandra Torres considera que “el podcast es un producto más dentro del universo de lo sonoro. Así como están los audiobooks, los ringtones o la música, está el podcast. Claro que el podcast tiene su propia naturaleza, por tanto, no es radio aunque toma parte del lenguaje radiofónico, como también toma cosas de otros medios, como de la televisión o de las series”. (Torres en Ib.).

Un punto de vista distinto es el de Florencia Flores. La clave de su argumento radica en la composición de la palabra podcast: “Esa conjunción, si la traducimos al español no sería otra cosa que radiodifusión a demanda del público. Por eso yo sostengo que el podcast es radio, pero que es una radio a demanda, donde lo que cambia es la forma de escuchar, pero no la forma de producir” (Flores en Ib.). Pero Flores, aún así, alaba la versatilidad del podcast: “Hay una cuestión muy interesante que es que no tiene fronteras, porque al ser un contenido que se publica en Internet, es un contenido que se puede escuchar en cualquier parte del mundo. Es una posibilidad de atravesar el dial, de salir del alcance de las antenas” (Flores en Parlatore, Delmónico, Beneitez et al., 2020, p. 10).

La versatilidad del podcast conecta con la primera frase del presente capítulo porque “toda persona que tenga algo para decir o contar pueda hacerlo con sólo tomar un teléfono móvil para grabar contenidos, editarlos en combinación con otros recursos sonoros y ponerlos a circular en redes y/o plataformas. Ya no se necesita de una emisora con frecuencia o por streaming que brinde un espacio o tener un programa de radio. En ese sentido, puede decirse que el podcast es democratizador” (Parlatore, Delmánico, Beneitez et al., 2020, p. 10).

Respecto a esta última cuestión, Riaño afirma que, en tiempos pasados, “salir en radio o en televisión podía ser más importante que tener algo valioso por decir. Y las emisoras o canales han sido amplificadores de uso exclusivo de algunos para ejercer los derechos de expresión” (Riaño, 2021, p. 9). No obstante, actualmente se tienen más medios para ser escuchados: “Tener un micrófono es sinónimo de tener poder. Y ahora en mi bolsillo y en el tuyo hay un aparato que nos permite construir una emisora propia, como las de radio, y un canal propio, como los de televisión. Podemos ganarnos a pulso algunas audiencias con el contenido que creemos a partir de nuestras habilidades y sin un acceso exclusivo a los medios” (Ib.).

Hilmes resalta la perfección con la que “el Podcasting encaja en este nuevo paradigma de convergencia digital” (Hilmes en Moreno Cazalla, 2017, p. 4). Y Gállego Pérez opina que “el Podcasting no solo potencia la asincronía (característica que ya ofrecían los servicios de radio a la carta), sino que además añade dos elementos sumamente interesantes, como son la suscripción y la movilidad” (Gallego-Pérez en Moreno Cazalla, 2017, p. 4).

Precisamente de esos dos elementos -suscripción y movilidad- habla también Kishigami: “Ambas características cambian la relación entre el oyente y el medio, ganando en independencia, porque con la suscripción se realiza un seguimiento del programa sin estar ligado a la emisión y con la movilidad el contenido está en el dispositivo, el oyente consume lo que quiere, cuando quiere y desde donde quiere. Este concepto de la ubicuidad aplicado a los sistemas se ha denominado la triple A (Any device, Anytime, Anywhere). Con los contenidos se ha llegado a la cuádruple A (Any Thing), acceso global y universal”. (En Moreno Cazalla, 2017, pp. 4-5).

Las diferencias, por tanto, son amplias, pero más amplias son sus semejanzas. No se explican por obviedad, pues el podcast no deja de ser un método comunicativo que nace a raíz de la radio. Muestra de ello podría ser, por ejemplo, la clasificación que realiza Tenorio Santos de los podcasts, según su contenido:

- Informativos
- Magazines
 - De actualidad: Combina información, opinión y entretenimiento.
 - De ocio cultural: Similar al anterior, pero con contenidos más livianos (cultura, ocio, naturaleza, viajes...).
- Musicales: Contenido musical referido a un determinado estilo de música, grupo o gustos del podcaster. Predomina el filtro selectivo del presentador.
- Deportivos: Han adquirido su propia identidad, con una narrativa y un lenguaje específico. El deporte y la información deportiva son el eje central.
 - Informativos
 - Magazines
 - Retransmisiones
 - Tertulias
- Culturales: Con vocación formativa por la cultura y el espectáculo. Programas con contenido monotemático o distintos temas dentro del ámbito de la cultura.
- Dramáticos: En los años 30 y 40 del siglo anterior fueron los predominantes. Ahora, debido a la complejidad de su producción, han desaparecido.
- Temáticos: Como dice su nombre, tratan un único tema de cualquier ámbito. Estaban en decadencia, pero con el auge del podcast están teniendo una segunda juventud.

Los tipos de podcast, en este caso, son clasificados de manera muy similar a los programas propios de la radio. Cabe destacar que la taxonomía realizada por Tenorio Santos data de 2008. Durante la documentación, no se ha encontrado una clasificación posterior, a pesar de la evolución y auge que han sufrido los podcasts en los últimos años. Aunque posiblemente anticuada, es la única clasificación disponible. Sería conveniente una nueva propuesta tipológica que se adapte al momento actual. La falta de clasificaciones podría estar relacionada con la dificultad de delimitar el contenido de los podcast, pues muchos de ellos tratan temas variados o albergan distintos contenidos y formas dentro de un mismo podcast.

2. Aproximación al concepto de vivencia

2.1. La vivencia en Dilthey

La concepción filosófica de Wilhelm Dilthey de la palabra vivencia es la que persiste actualmente. No obstante, previa a la definición del autor alemán, 'vivencia' era un concepto que ya había sido utilizado por otros autores. Uno de los pioneros en su empleo fue el filósofo español José Ortega y Gasset: "La palabra 'vivencia' es el neologismo que propuso Ortega y Gasset (1913) para traducir el término alemán *Erlebnis*, el cual es una formación derivada sobre la palabra *Erleben*. *Erleben* en su significado más común quiere decir 'vivir' o 'experimentar', incluso 'percibir'. Sin embargo, en un sentido más originario, el término significa estar todavía en vida cuando algo tiene lugar" (Galindo, 2016, p. 2). El origen léxico de vivencia (*Erlebnis*) procede por tanto del verbo *erleben*, que en alemán tiene varios significados. Esta ambigüedad provoca que, como afirma el propio Ortega y Gasset, "en frases como 'vivir la vida', 'vivir las cosas', adquiere el verbo vivir un curioso sentido. Sin dejar su valor de deponente toma una forma transitiva, significando aquel género de relación inmediata en que entra o puede entrar el sujeto con ciertas objetividades. Pues bien, ¿cómo llamar a cada actualización de esta relación? Yo no encuentro otra palabra que 'vivencia'. Todo aquello que llega con tal inmediatez a mi yo que entra a formar parte de él es una vivencia" (Ortega y Gasset en Ferrater Mora, 1941, p. 3447).

Karol Sauerland afirma que "la historia del uso de *Erlebnis* suele empezar con Dilthey, pero hay una prehistoria" (Sauerland en Ferrater Mora, 1941, p. 3447). Aparte del filósofo español, se pueden mencionar otros autores que ya habían empleado el término vivencia. En "*Wahrheit und Methode*" (1960) Gadamer indica que Hegel había usado ya *Erlebnis* en una carta de 1827. En el que se considera "el testimonio más antiguo" del concepto de vivencia, Hegel escribe *meine ganze Erlebnis* (toda mi vivencia) para referirse al relato de su viaje. Gadamer explica que el término vivencia surge en el vocabulario alemán a partir de la tercera mitad del siglo XIX, y adquiere status filosófico y notoriedad dentro del género literario sólo a finales del siglo XIX y comienzos del XX. En su explicación señala que los primeros usos del término se hallan documentados en un escrito sobre Goethe publicado en 1877 (Galindo, 2016, pp. 4-5).

Asimismo, hay otros usos de 'vivencia' en Ludwig Tieck, Jacob Grimm y algunos autores antes de mediados del siglo XIX, casi todos en el sentido de 'aventura', en cuanto a 'cosa vivida'. Con Alexander Jung, *Erlebnis* parece adquirir un significado más "profundo" y "filosófico", similar a la comprensión de una obra (especialmente literaria). Este uso persistió en varios autores hasta encontrar su más conocido empleo en Dilthey (Ferrater Mora, 1941, p. 3447).

Dilthey, en "Esbozos para una crítica de la razón histórica", define el vivir como "el transcurrir del espíritu en el tiempo en el cual cada estado, antes de hacerse más claramente objeto, se transforma, pues el momento siguiente se construye siempre sobre el anterior, y en el cual transcurso cada momento se hace pasado. Aparece entonces como recuerdo, que ahora ya tiene libertad para extenderse" (Dilthey, 2000, p. 119). Esto supone decir que "en medio del más o menos mecánico discurrir de la cotidianidad, la vida psíquica puede articularse de forma tal que se hacen distinguibles ciertos momentos (frente a otros) por su intensidad y relevancia". A estos momentos distinguibles Dilthey los denominó con el término vivencia. Para él, "estas unidades de la vivencia son relevantes en tanto que poseen un valor de significado; es decir, son unidades de tiempo a las que se le concede un determinado valor" (Galindo, 2016, p. 2).

Según Gadamer, las razones que intervienen "en la acuñación lingüística y conceptual que da Dilthey al término vivencia" se relacionan con el deseo del autor "por establecer una reflexión histórica y metodológica de la hermenéutica como principio que funda las 'ciencias del espíritu' en el siglo XIX". La intención de Dilthey consistió en "pensar la vida como un proceso, como una estructura y como una forma inseparable del devenir temporal; es decir, como un nexo, una conexión que es interdependencia" (Galindo, 2016, p. 3). La frase de Dilthey "la vida se articula" señala, según Gadamer, "el núcleo de su pensamiento". Para Dilthey, "la propia vida humana tiene una cohesión interna que establece conexiones entre sus partes, y se realiza como construcción significativa que se despliega en el tiempo. Según Gadamer, para Dilthey las unidades mínimas mediante las cuales la vida se manifiesta y realiza son, como hemos mencionado anteriormente, las vivencias. En este sentido, la vivencia implica una intensificación de la vida" (Galindo, 2016, p. 4).

Dilthey sostiene que “existe una íntima relación entre la poesía y la realidad vivida”. En su opinión, la poética representa y expresa la vida. A través de ella se logra evocar, en la imaginación de los lectores, “los rasgos más esenciales de la propia vida” (Galindo, 2016, p. 6). La tendencia constante y el objetivo de la fantasía poética debe consistir en elevar la realidad vivida a lo poético. De manera que el lector pueda relacionar lo expresado en el poema con sus propias vivencias y comprenda, así, la poesía u otras expresiones artísticas: “Para Dilthey, el contenido de vida que existe en el hombre, en sus estados anímicos y las cosas que le rodean, forman el llamado ‘valor de vida’ de los mismos. Dicho valor no es más que el sentimiento o el nexo vital que vincula al sujeto frente a aquello que le rodea” (Ib.).

La vida para Dilthey es una barca que va arrastrada por la corriente -el paso del tiempo-, y el presente es el lugar y momento exacto “donde estamos sobre las olas”, allí donde “vivimos en la plenitud de nuestra realidad” (Dilthey, 2000, p. 115). En el mismo momento en que el futuro se convierte en presente, ya se ha hundido este último en el pasado. De modo que, cuando miramos hacia atrás o hacia adelante, desde el presente, cada parte de este río del tiempo, independientemente de lo que aparezca en él, tiene un carácter diferente: “La serie de imágenes del recuerdo, graduada según su valor para la conciencia y su participación en el sentimiento, se pierde en la lejanía. También se regula el grado de frescor de los recuerdos, hasta que las imágenes se van perdiendo en la oscuridad” (Dilthey, 2000, p. 117).

Según Dilthey, “sólo experimentamos la consistencia del fluir de la vida en el tiempo, al retornar a aquello que veíamos y oíamos, y que todavía encontramos en el mundo”. Experimentar esa consistencia supone “un movimiento que va de lo propio (lo interno) a lo que es distinto (lo externo)” (Galindo, 2016, pp. 11). Al contrario de si se tomara un enfoque externo y objetivo del transcurso de la vida, la vida vivida desde dentro “se percibe como una unidad en la que se realizan divisiones. Así, la vida vivida no corresponde con la noción simple de una serie o sucesión de instantes: pasado, presente y futuro. Por el contrario se trata de una unidad temporal. Cada momento presente es el cruce de recuerdo (pasado) y expectativa (futuro), de experiencia sedimentaria y esperanza” (Galindo, 2016, pp. 12).

Dilthey supone que “en la vivencia está presente el carácter de inmediatez, pues la vivencia representa la conexión inmediata con la vida. Por otra parte, lo que es vivencia debe tener una intensidad tal que lo haga significativo; y ha de conferir una importancia que transforme completamente el contexto general de la existencia”. Es decir, ‘vivenciar’ es “clasificar algo en la vivencia inmediata, de manera perdurable y significativa, dentro de la totalidad de un contexto de vida”. Sólo a través de la vivencia podemos conectarnos a la totalidad de la vida (Galindo, 2016, p. 7).

La vivencia es experimentar algo con cierta eficacia. Esto se refiere al carácter individual que posee cada experiencia, lo que representa la “significación de la persona que tiene la vivencia”, pues “de la vivencia brota el valor de vida inmediato que posee un sujeto determinado. Este valor, según Dilthey, no es más que la conexión o el afecto vital que dicho sujeto establece frente al mundo. De esta manera, cada vivencia es siempre única e individual, y esto significa que es aquello que alguien incondicionalmente siente”. Expresar algo vivido supone revelar algo de lo que alguien sentía en realidad. Como sentimiento, la vivencia se refiere “al nivel global del sentimiento: el sentimiento vital frente a la vida” (Galindo, 2016, pp. 9-10).

Para Dilthey, la vida es “el hecho fundamental que debe constituir todo punto de partida y la vivencia es aquello conocido desde dentro, detrás de lo cual no se puede remontar nada más que la propia vida”. Lo constitutivo del sujeto son las vivencias, pues de ellas brota lo que él llama “mundo espiritual”. Por tanto, la vivencia es “lo básico en lo cual se instaura todo inicio hacia la comprensión” (Galindo, 2016, pp. 7-8). Según Dilthey, la vida se debe elaborar y expresar en contenidos conceptuales de validez generales, es decir, conceptos inherentes a la vida misma que tratan de determinar el contenido de las vivencias: valor, significado, sentido, temporalidad, finalidad, formación, etc. Estos conceptos, también llamados categorías reales o de vida, “constituyen una conexión que manifiesta la vida” (Ib.).

Dilthey justifica el saber de las ciencias del espíritu en la vivencia. El concepto de vivencia resulta central dentro de ese planteamiento. Según el autor “todo sujeto sabe, a través de la vivencia, que se encuentra inmerso en un curso vital. En ese curso no solamente se halla su mundo interior, sino, además, las manifestaciones exteriores de un mundo espiritual; a saber, la cultural y la sociedad”. De esta forma,

vivir significa “mediar entre el mundo interior y lo que Dilthey denomina ‘el espíritu objetivado’ del mundo externo. La interacción entre ambas realidades, a los ojos de Dilthey, no es otra cosa que la interpretación” (Galindo, 2016, p. 16).

Para Dilthey, lo biográfico es “la forma en la que se nos muestra la comprensión de la vida”. En su opinión, lo biográfico, y más aún, lo autobiográfico es “únicamente la expresión escrita de la autorreflexión del hombre sobre su curso vital”. Por ello explica que “el interior (el sujeto) que quiere conocerse o comprenderse, debe pasar por el rodeo de su exteriorización; es decir, debe convertirse en un texto para sí”. Se entiende, por tanto, que “cualquier manifestación de vida es un texto donde cada sujeto constituye su identidad, tanto para sí mismo como para la comprensión de los otros” (Galindo, 2016, p. 8). Cada expresión, sean poemas, novelas o sinfonías, muestra algo de la interioridad de éste, e invita a otros a conocerla. Dilthey opina que “lo peculiar de lo biográfico y autobiográfico es que muestra explícitamente aquello que está diciendo la interioridad de un sujeto. Ahora, por el lado de quién interpreta, el que lee la biografía busca la conexión de una vida en las expresiones que allí están contenidas. Buscar esa conexión no significa comprender simplemente una exterioridad (un signo), ni a un autor (lo psicológico), sino la comprensión que el autor ofrece” (Galindo, 2016, p. 9).

2.2. La autobiografía

La relación intrínseca entre vivencia y autobiografía se produce porque el género autobiográfico es el medio a través del cual se narran las vivencias. Para Dilthey, autobiografía es “la expresión escrita de la autorreflexión del hombre sobre su curso vital”. Similar a esta definición, Lejeune afirma que la autobiografía consiste en “el relato retrospectivo en prosa que una persona real hace de su propia existencia, poniendo el acento en su vida individual, en particular, en la historia de su personalidad” (Lejeune en Arfuch, 2002, p. 45). Bien es cierto que Lejeune propone la idea del “pacto autobiográfico entre autor y lector, desligando así creencia y verdad”, pues el lector no puede verificar que lo que el autor cuenta sea cierto. Por tanto, debe creer en lo que escucha (Arfuch, 2002, p. 45).

Starobinski, en cambio, duda de la verdad -que no de la veracidad- de la narración del autor de la vivencia, pues el paso del tiempo juega un papel fundamental en la memoria del narrador: “El valor autorreferencial del estilo remite al momento de la escritura, al yo actual. Esta autorreferencia actual puede resultar un obstáculo para la captación fiel y la reproducción exacta de los acontecimientos pasados” (Starobinski en Arfuch, 2002, p. 46). Arfuch añade, además, que “cuando el carácter actual de la autobiografía, anclada en la instancia de la enunciación, permita la conjunción de historia y discurso”, es decir, cuando el paso del tiempo no afecte a la verdad ni a la veracidad de la historia, y ésta pueda contarse tal y como sucedió, la autobiografía no podrá escapar de una paradoja: “no sólo el relato retrospectivo será indecidible en términos de verdad referencial, sino que además resultará de una doble divergencia: una divergencia temporal y de identidad” (Arfuch, 2002, p. 46).

Para Arfuch, “más allá del nombre propio, de la coincidencia empírica”, el narrador es una persona diferente al protagonista de la historia. Son y no son, al mismo tiempo, la misma persona. El propio paso del tiempo, la idealización del pasado, la evolución -o “arco vivencial”- que ha sufrido esa persona, la capacidad para asumir o no responsabilidades o errores que cometió la persona dentro de la historia, el punto de vista o, incluso, los elementos ficcionales que puede incluir la persona para hacer su propia historia más interesante (Arfuch, 2002, p. 46). Estos condicionantes, hacen plantearse a la socióloga algunas preguntas: ¿Cuán real será la persona del autobiógrafo en su texto? ¿Hasta qué punto puede hablarse de identidad entre autor, narrador y personaje? ¿Cómo acotar en un relato retrospectivo, centrado en la propia historia, esa disyunción constitutiva que supone una vida? ¿Cuál sería el momento de captura de la identidad? ¿Cuál es el umbral que separa autobiografía y ficción? Arfuch concluye que la “ventaja suplementaria de la autobiografía” es permitir al enunciador “la confrontación entre lo que era y lo que ha llegado a ser, es decir, la construcción imaginaria del sí mismo como otro” (Arfuch, 2002, p. 47).

Para Mijaíl Bajtín, “no hay identidad posible entre autor y personaje, ni siquiera en la autobiografía, porque no existe coincidencia entre la experiencia vivencial y la totalidad artística. Esta postura señala el extrañamiento del enunciador respecto de su propia historia, y coloca el problema de la temporalidad como un diferendo entre enunciación e historia” (Bajtín en Arfuch, 2002, p. 47).

Arfuch sostiene que “la autobiografía no tratará entonces de adecuación, de reproducción del pasado, de la captación fiel de sucesos o vivencias, ni de las transformaciones en la vida sufridas por el personaje en cuestión, aún cuando autor y personaje comparten el mismo contexto”, sino que se tratará “de literatura”. Por tanto, defiende la autobiografía como género de ficción, ya que la persona que cuenta sus vivencias “no difiere en gran medida de la posición del narrador ante cualquier materia artística y, sobre todo, no difiere radicalmente de la figura del biógrafo, que para contar la vida de su héroe realiza un proceso de identificación y, por ende, de valoración” (Arfuch, 2002, p. 47). Arfuch señala que historia y ficción comparten los mismos procedimientos de ficcionalización pero que se distinguen en la naturaleza de los hechos involucrados -inventados o verdaderamente ocurridos- y en el tratamiento de las fuentes y el archivo” (Arfuch, 2002, p. 91).

Si quisiéramos hablar de la autobiografía más pura -para algunos autores, la única autobiografía válida-, es decir, aquella vivencia que se narra tal y como ocurre, debería quizá ser narrada en el mismo momento en que acontece. Pues incluso si han pasado unas horas, la persona seguirá siendo la misma, pero la manera de narrar esa vivencia habrá cambiado. El carácter y las palabras que se emplearían para describir la situación serían mucho más honestas en el momento inmediato, que si, en cambio, se narrara esa misma historia tiempo después. Bien es cierto, que, al ser el narrador y autor la misma persona, sus sentimientos intervendrían y podrían subjetivizar la historia, incluyendo su punto de vista o elementos ficcionales.

Hay, en definitiva, “una imposibilidad de distinguir con propiedad entre autobiografía, novela y novela autobiográfica”. No sé puede determinar con certeza que es ficción y que es realidad. En consecuencia, “el centro de atención se desplazará entonces hacia un espacio autobiográfico, donde, un tanto más libremente, el lector podrá integrar las diversas focalizaciones provenientes de uno u otro registro, el ‘verídico’ y el ficcional, en un sistema compatible de creencias. Espacio en el cual ese lector estará en condiciones de jugar los juegos del equívoco, las trampas, las máscaras, de descifrar los desdoblamientos” (Arfuch, 2002, p. 48). El propio autor podrá engañar premeditadamente al oyente o lector, pues éste último no tiene referencias ciertas o verdaderas sobre las que comprobar la veracidad de las vivencias del narrador. El oyente o lector decide confiar en la veracidad de la historia.

De todas formas, según Arfuch, “no es tanto el contenido del relato -la colección de sucesos, momentos, actitudes- lo que importa sino las estrategias -ficionales- de autorrepresentación. No tanto la verdad de lo ocurrido sino su construcción narrativa, los modos de nombrar(se) en el relato, el vaivén de la vivencia o el recuerdo, el punto de vista, lo dejado en la sombra... En definitiva, qué historia cuenta alguien de sí mismo o de un otro yo. Es esa cualidad autorreflexiva, ese cambio de la narración, el que será, en definitiva, significativo” (Arfuch, 2002, p. 60).

El valor biográfico presenta, según Arfuch, una doble valencia: involucra un orden narrativo que es, al mismo tiempo, una orientación ética. Hay distintos tipos de valor biográfico: un valor heroico, trascendente, que alienta deseos de gloria y posteridad; otro cotidiano, basado en el amor, la comprensión, la inmediatez; y un tercero, como “aceptación positiva del fabulismo de la vida, de carácter abierto, inacabado, cambiante, del proceso vivencial, que se resiste a ser fijado, determinado por un argumento” (Arfuch, 2002, p. 58). Arfuch sostiene que “un valor biográfico no sólo organiza una narración sobre la vida del otro, sino que también ordena la vivencia de la vida misma y la narración de la propia vida de uno, este valor puede ser la forma de comprensión, visión y expresión de la propia vida” (Arfuch, 2002, p. 47).

La investigadora afirma que “el surgimiento del espacio biográfico es esencial para trazar el umbral incierto entre lo público y lo privado y, por ende, la nascente articulación entre lo individual y lo social” (Arfuch, 2002, p. 67). En el binomio público/privado uno de los dos términos suele conllevar cierta negatividad. Este binomio convoca, a su vez, “una variedad de significaciones asociadas -interior/exterior, propio/común, individuo/sociedad-, y requiere por lo tanto de explicitación en virtud de sus usos”: ¿qué sentidos recubre el concepto de lo ‘público’? ¿Remite a la ‘cosa’ pública, a los intereses comunes, a los espacios compartidos de visibilidad y habitabilidad? Lo ‘privado’, ¿alude a lo ‘secreto’, a aquello que se sustrae -quizá indebidamente- al ideal de transparencia democrática? ¿Concierne a lo íntimo, lo doméstico, la libertad o el interés individual? Al optar por cualquiera de estos sentidos, ¿es la articulación entre los dos términos necesariamente dicotómica? (Ib.).

2.3. El espacio biográfico

Arendt traza la diferencia entre público y privado a partir del “sentido primigenio de lo público en la polis griega, como equivalente a lo político -la acción, el discurso, la participación directa sobre asuntos comunes- en oposición a lo doméstico”. En esta diferenciación -lo público, en lo social y lo político; lo privado, en lo doméstico y lo íntimo-, Arendt destaca un hecho singular: “lo privado, en tanto espacio de contención de lo íntimo, no se advertirá ya en contraposición a lo político, sino a lo social” (Arendt en Arfuch, 2002, p. 69).

Esa necesidad de exteriorizar lo íntimo, esa condición de la experiencia que “los géneros autobiográficos venían a inaugurar, suponía ya, sin embargo, la salvaguarda de la conducta, mecanismo regulador por el cual la sociedad tiende a la ‘normalización’ de sus miembros a través de la imposición de códigos de comportamiento, consumando así esa ‘intrusión de las zonas más íntimas del hombre’ [...] La conducta reemplazará entonces a la acción como la principal forma de relación humana” (Arfuch, 2002, p. 69). Para la Arfuch, además, “la nueva esfera pública conlleva otra pérdida: la de realidad. La inclusión de la intimidad en lo público irá entonces más allá de la modelización, para intentar el reemplazo de la trascendencia: la intensificación de toda la escala de emociones subjetivas y sentimientos privados, la inmediatez de la vivencia, la felicidad de las pequeñas cosas cotidianas, características entrañables del mundo burgués, son intentos de compensar el olvido de la inmortalidad” (Arfuch, 2002, p. 70).

La extrapolación de lo privado en lo público, como advirtió Arendt, “excede la pertenencia de los sujetos para aparecer como terrenos de manifestación de modelos y valores colectivos, conductas que solicitan estructuras de personalidad comunes. Así, lo relegado al mundo privado, lo es en el marco de un autocontrol pulsional, de un dispositivo interior de censura frente a la imagen de una sociedad hostil, pero en la medida en que la mostración pública de las conductas -a través de diferentes registros, desde códigos y normativas hasta la literatura o la poesía-, funciona como reinstitucionalización catártica de límites, el ‘refugio’ de la intimidad tampoco se sustrae a las reglas comunes” (Arendt en Arfuch, 2002, p. 73).

Para Arfuch, por tanto, “el antagonismo entre la esfera íntima y la pública/social no es otra cosa que un efecto de discursos: reglas, constricciones, dispositivos de poder y de control de reacciones, pulsiones y emociones, que, desde la Edad Media en adelante sólo ha incrementado, y donde la figura moderna del autocontrol dispensa de intervenciones exteriores más directas” (Arfuch, 2002, p. 74).

En relación a esto, Arfuch indica que, actualmente, hay “una creciente flexibilización de las conductas, una menor rigidez en las convenciones, una mayor osadía de lo decible y lo mostrable en el espacio público, en definitiva, una sociedad más permisiva, menos hostil. Podríamos pensar entonces la acentuación contemporánea de lo íntimo/privado/biográfico, que trasciende cada vez más el refugio para instituirse en obsesiva tematización mediática. [...] En ese desafuero actual de lo íntimo en lo público, la creciente presión ejercida en la trama de lo social, ese doble movimiento que lleva simultáneamente a la uniformización e individualización y que revierte, por un lado, en un mayor privatismo de la vida, mientras que por el otro no deja indemne ninguna interioridad” (Arfuch, 2002, pp. 74-75). La socióloga argentina se pregunta, además, “si en la televisión cohabitan la ficción declarada y la ficcionalización a ultranza de la realidad, la tematización de lo íntimo y de lo universal, si esa máquina de visión se entromete además en el espacio físico de la intimidad, ¿cómo reconocer entonces el espacio privado?” (Arfuch, 2002, p. 76).

Para la autora, la televisión ha sido el desencadenante de la deriva de lo íntimo hacia lo público. Arfuch sostiene que en las formas narrativas aparece todavía “ese cronotopo de la vida que, en su tonalidad contemporánea, se ha investido de autenticidad”. La experta concibe el espacio biográfico como “un escenario móvil de manifestación -y de irrupción- de motivos, quizá inesperados. Dicho de otro modo, no son sólo la autobiografía, la historia de la vida o la entrevista biográfica las que entrarían en nuestra órbita de interés, sino también los momentos biográficos que surgen en diversas narrativas, en particular las mediáticas” (Arfuch, 2002, p. 60).

Prosiguiendo con la conversión de lo íntimo en público gracias a la televisión, Arfuch indica que “en ese registro gráfico o audiovisual que intenta dar cuenta empecinada del ‘esto ocurrió’, es quizá donde se pone de manifiesto, con mayor nitidez, la búsqueda de la plenitud de la presencia como resguardo inequívoco de la

existencia, de la mítica singularidad del yo. Es esa búsqueda, ese resguardo en tiempos de incertezas, uno de los factores que impulsan el despliegue sin pausa de lo biográfico”. Según Arfuch, el espacio biográfico, en la actualidad, se aleja de su dimensión clásica “como modo de acceso al conocimiento de sí y de los otros” (Arfuch, 2002, p. 61). Es decir, no sólo importan ya la escritura, descubrimientos, actuaciones, personalidad o vivencias de famosos e individuos importantes, sino también las de personas mundanas y con vidas más cotidianas. En palabras de la socióloga, “a ese apasionante ‘más allá’ de la mesa de trabajo del escritor, del despacho del funcionario, del camarín de la estrella, que explicaría -y haría compartir- un derrotero siempre único, se suman hoy otras ‘tecnologías de la presencia’, que la globalización extiende al infinito” (Ib.). Por tanto, no interesa sólo la mesa del escritor, el despacho del funcionario o el camarín de la estrella, sino también la bandeja del camarero, la obra del albañil o la fila del desempleado.

Hoy en día, la línea entre lo público y lo privado es cada vez más fina. Lo privado se solía asociar a lo íntimo, a lo secreto, a aquello que no se debería contar, por pudor, por vergüenza, por conducta o por códigos de comportamiento. No obstante, en la sociedad actual, aquello que no debería contarse, se cuenta. Producto de la libertad de pensamiento, de actuación, o de expresión, junto al propio avance social hacia la modernidad y la ‘mente abierta’, se exterioriza la intimidad -o, por lo menos, aquello que, años atrás (Arfuch habla incluso de la Edad Media), se consideraba que debía ser íntimo y privado-. La exteriorización de la intimidad provoca, ergo, una disminución de la intimidad. Lo íntimo adquiere carácter público. La irrupción de la intimidad atenta contra los modales y las buenas conductas. Hablar de sexo, cosas escatológicas o consumo de drogas estaba mal visto en épocas pasadas, y sigue estándolo para ciertos sectores de la sociedad. La población joven, no obstante, siente deseos de romper tabús, y cree que narrar sus vivencias más vergonzantes sobre temas íntimos es sólo un paso más hacia la libertad y la modernización social.

La vergüenza juega, por tanto, un papel fundamental en la narración de muchas vivencias. En ocasiones, la persona que vive una vivencia se siente avergonzada, pues con frecuencia están enmarcadas o contienen elementos embarazosos. Ejemplos pueden ser, como se ha mencionado antes, el sexo, las drogas o la escatología, es decir, aquello que rompe las normas sociales y los códigos de

comportamiento. Es, precisamente, la vergüenza que siente una persona lo que hace que una vivencia sea íntima. La vergüenza constituye el valor significativo de la vivencia porque ocasiona un recuerdo imborrable en la mente del individuo. El sujeto debe sobreponerse a la vergüenza a la hora de narrar su vivencia.

Piers, en el texto "*Shame and guilty*", menciona que, de todas las formas de tensión introspectiva, las manifestadas en los sentimientos de culpa y vergüenza son las más importantes, "no solo en la patología emocional sino, de forma general, en el desarrollo del yo, en la formación del carácter y en la socialización" (Piers, 2015 [1953], p. 5). Este autor sostiene que la vergüenza emerge de la tensión entre el yo y el yo ideal. En otras palabras, que la vergüenza aparece cuando una meta (del ideal del yo) no es alcanzada. Es decir, cuando la realidad vivida por una persona difiere de la realidad que a esa persona le gustaría vivir. Cuando una persona (el yo) no es lo que le gustaría ser (el yo ideal). Piers afirma que la amenaza que opera en la vergüenza es el abandono (Piers, 2015 [1953], p. 11).

Würmser, por su parte, resume la vergüenza -es decir, enumera las causas de esta emoción- en seis contenidos: 1) Soy débil 2) Soy sucio, soy desordenado; el contenido de mí mismo es visto con desdén y asco. 3) Soy un producto defectuoso; Tengo deficiencias en mi configuración física y/o psíquica 4) He perdido el control sobre mis funciones corporales y (o) psíquicas 5) Me excita sexualmente el sufrimiento, la degradación o la angustia del otro. 6) Exponerse es una actividad peligrosa y debería ser castigada (Würmser en Gobantes Bilbao, 2017, p. 7).

Otra definición de vergüenza es la que aparece en el Diccionario Internacional de Psicoanálisis (2008): "Se refiere a la angustia de ser excluidos, es decir, no solamente se refiere al temor de una pérdida de amor, sino incluso de cualquier manifestación de interés" (Tisseron en Mijolla, 2008, p. 1376)

Por último, en la obra de Andrew Morrison de 1997, "La cultura de la vergüenza", se puede leer una de las definiciones más precisas de este término: "La vergüenza es ese sentimiento de autocastigo que surge cuando estamos convencidos de que hay algo en nosotros que está mal, que es inferior, imperfecto, débil o sucio. La vergüenza es fundamentalmente un sentimiento de aversión hacia nosotros mismos" (Morrison, 1997, p. 27).

3. La Ruina

3.1. Historia y descripción de La Ruina

La Ruina es un podcast creado en febrero de 2019 por Ignasi Taltavull y Tomàs Fuentes. Taltavull es subdirector del programa de TV3 *Està passant* y ha sido guionista del programa, también de TV3, *Crackòvia*. Fuentes es guionista de, entre otros, *La competència* (RAC1) o *El Mundo Today* y durante muchos años trabajó para Andreu Buenafuente y su productora *El Terrat*. La actual facilidad para crear podcasts y la versatilidad del formato, que se han comentado en el capítulo primero, permiten que La Ruina comience en La Llama Store, tienda de Barcelona especializada en comedia. El formato consistía en realizar shows en vivo y, posteriormente, subir el vídeo quincenalmente a Youtube. Debido a su éxito, el programa pasa a emitirse de manera semanal en Youtube y se amplía a otras plataformas como Spotify, Apple Podcasts e Ivoox. Con los estragos del COVID, Fuentes y Taltavull deciden cambiar de local: de La Llama Store a La Rubia, donde semanalmente graban el programa ante 30 espectadores que agotan las entradas en 10 minutos (MPC Management, 2021). Como consecuencia del interés por el podcast, La Ruina empieza a realizar giras por teatros de toda España. En 2023, además, ha dado el salto a la televisión después de que RTVE en Cataluña comprara sus derechos. Por el momento, los programas emitidos en televisión serán exclusivamente en catalán y para el territorio catalán. Si el experimento sale bien, podrían dar el salto a la cobertura nacional (Zeheb Público, s.f.).

La Ruina se define a sí misma como “el único sitio donde la miseria tiene premio” (La Ruina, canal de YT). Cada semana, Fuentes y Taltavull visitan una ciudad y, junto al invitado especial -que suele ser otro famoso cómico o guionista de televisión-, comentan las distintas vivencias vergonzosas que se cuentan en el show. Tanto el invitado como los asistentes al podcast “comparten en público su anécdota más embarazosa” (MPC Management, 2021). Los miembros del público que suben al escenario -suelen ser cuatro o cinco por programa- son escogidos por sorteo entre aquellos que han rellenado un formulario como voluntarios a contar su historia. Al final del programa, se entrega un regalo -generalmente, un pack de cervezas- a la mejor ruina o historia vergonzante e inconfesable.

Entre los invitados especiales de La Ruina se encuentran Iggy Rubín, Miguel Maldonado, Ana Morgade, Ignatius Farray, Eva Soriano, Facu Díaz, Xavi Daura o Berto Romero. Este último, además, ostenta el récord del mayor número de visualizaciones (a fecha de 23 de junio de 2023) de un programa del podcast en Youtube con más de 410000 visitas en el capítulo 20. El segundo capítulo más visto es el programa 42, también con Berto Romero (306000 visitas); y el tercero, el capítulo 104, con Eva Soriano (266000 visualizaciones).

Romero es el invitado que les hizo alcanzar mayores índices de audiencia. El propio humorista se ha destapado como un fanático del podcast. En su programa de radio “Nadie sabe nada” afirmó que “La Ruina es uno de los mejores podcast que hay. Me he escuchado 15 programas seguidos este fin de semana haciendo cosas en casa”. Asimismo, aseguró que “La Ruina era su podcast de comedia favorito”, e indicó que “era lo mejor de su semana” (MPC Management, 2021).

Según MPC Management, colaboradores y distribuidores del podcast, la presencia de estos famosos como invitados nos demuestra que “absolutamente todos somos más estúpidos de lo que nos creemos. En La Ruina no se busca juzgar a nadie, sino que se trata de tocar fondo colectivamente. Nos reímos, sí, pero también hacemos terapia de grupo al ver que todos llevamos un *loser* dentro. Vendría a ser el anti-Instagram. Aquí no hay postureo. En Instagram haces ver que eres guay, pero en el día a día eres estúpido y todo te supera”. Añaden, además, que “lo de tener miserias es universal. No depende de la clase social, ni de la situación geográfica. Quizás con la edad uno acumula algunas más, por aquello de ir creciendo a base de hostias, pero todos tenemos alguna que contar” (MPC Management, 2021).

El espíritu de La Ruina no es otro que contar vivencias vergonzantes que, en el pasado, supusieron un mal trago, un bajón psicológico, ‘morir’ de vergüenza, quedar en ‘ruinas’. Pero el paso del tiempo, y con ayuda del humor, consigue levantar a esas personas de nuevo y les permite reírse de esa situación. Una frase que se la atribuye a Woody Allen reza: “La tragedia más el paso del tiempo es igual a comedia”. Podemos clasificar, por tanto, a La Ruina, según la taxonomía realizada por Elogia, dentro de la categoría de humor y entretenimiento y, según Tenorio Santos, en función de su contenido, dentro de los podcasts temáticos.

3.2. Análisis de caso

Se procede ahora a analizar diez ejemplos de ‘ruinas’ o vivencias contadas a lo largo de los (a fecha de 23 de junio de 2023) 133 programas del podcast. Las vivencias han sido escogidas siguiendo un mismo criterio: aquellas historias que han tenido una segunda vida independiente, es decir, las ruinas que, en el canal de Youtube de La Ruina, tienen un vídeo aparte además de aparecer en el programa correspondiente en el que se narraron. Estas historias adquieren la denominación de “los clásicos de La Ruina”. De los 29 vídeos del canal de Youtube que incluyen ruinas independientes o “clásicos”, se han seleccionado 10 para realizar el análisis. Para seleccionar estas diez se ha seguido una proporción de cinco anécdotas de famosos y cinco anécdotas de personas del público. Se han escogido, además, siete ruinas de hombres y tres de mujeres, porque de las 29 ruinas posibles a seleccionar, 21 de los vídeos (el 72%) corresponden a narraciones de hombres y sólo 8 (el 28%) pertenecen a mujeres. Por ende, la proporción 7-3 es adecuada.

En lo referido a estas vivencias, hay que tener en cuenta una serie de características comunes a todas ellas. Primero, habría que aplicar en ellas lo mencionado en el epígrafe de la autobiografía, es decir, habría que poner en tela de juicio la verdad -no tanto la veracidad- de las historias, pues elementos como el paso del tiempo, la evolución humana, el punto de vista o la inclusión de componentes ficcionales han podido modificar la vivencia. No obstante, para el análisis, se considerará que las narraciones son fieles a la realidad.

Segundo, para Arfuch, la televisión era la responsable de convertir las vivencias íntimas en públicas. La Ruina ha logrado trasladar este aspecto al terreno de los podcasts. Podría decirse que es la evolución, el siguiente paso, pues la televisión, como se ha visto en el capítulo primero, está perdiendo audiencia joven en beneficio de los nuevos formatos como el podcast. Además, es precisamente esta conversión de lo íntimo en público lo que hace a La Ruina un podcast tan especial. Porque se rompen la conducta y los códigos de comportamiento de la sociedad tradicional y, aún así, como ellos mismos afirman, “no se juzga a nadie”.

Por último, la vergüenza -bien propia, bien ajena- es, en la mayoría de las ruinas, el principal factor que no sólo convierte a las vivencias en significativas, sino también en cómicas. La Ruina es un podcast en el que se emplea la risa y el humor para normalizar situaciones que no lo son, y la compartición de historias o situaciones vergonzantes o embarazosas como terapia grupal o como catalizador para pasar página y sobreponerse a aquello que les hizo “morir” de vergüenza.

| | |
|----------------------|--------------------------------------|
| Narrador de la ruina | Magí García “Modgi” |
| Lugar de nacimiento | L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona |
| Profesión | Cómico |
| Título de la ruina | Mítico ‘eye contact’ de Magí |
| Duración de la ruina | 10:03 |
| Nº de programa | 17. Con Modgi |

Descripción: Modgi se va de vacaciones con su novia a Fuerteventura. Una tarde, cuando creen que están solos en una cala, empiezan a hacer el amor. En el momento en el que García está llegando al orgasmo, de repente, escuchan voces de personas que se acercan. Modgi y su novia cesan en su actividad y se esconden. Modgi se agarra el pene con la mano para evitar eyacular. Mientras permanecen escondidos, una familia camina por delante de ellos, pero pasan desapercibidos. No obstante, el niño pequeño de 7 u 8 años se gira y hace ‘eye contact’ con García, quien, involuntariamente, relaja su mano y eyacula mientras está mirando al niño.

Ignasi Taltavull afirma respecto a esta vivencia que es “lo más terrible” que les han contado nunca. Modgi, en este caso, siente vergüenza porque se ve a sí mismo como alguien sucio y asqueroso, y se autocastiga por ello. Estos motivos los enuncian tanto Würmser como Morrison en sus definiciones. Además, ateniéndose a la definición de Piers, se observa un diferimiento entre el yo -eyacular mirando a un niño- y el yo ideal -eyacular mirando a su novia-.

| | |
|----------------------|--------------------------------|
| Narrador de la ruina | Berto Romero |
| Lugar de nacimiento | Cardona, Barcelona |
| Profesión | Humorista |
| Título de la ruina | Berto Romero conoce a Tigerman |
| Duración de la ruina | 15:59 |
| Nº de programa | 20. Con Berto Romero |

Descripción: Romero acude a un espectáculo en el piso universitario de una amiga que celebra su cumpleaños. El espectáculo consiste en un hombre barbudo y en taparrabos de leopardo que se hacía llamar Tigerman. Este individuo somete a su pene y sus testículos a “todo tipo de tensiones y de pruebas” mientras una música tribal suena de un radiocasete. Restriega su pene por cristales rotos, vierte cera de vela en su glande, levanta un cubo de agua con los testículos... El número final es masturbarse y eyacular tras todas las torturas ejercidas sobre su pene.

Esta vivencia es diferente a la anterior, pues la vergüenza que siente el narrador es ajena. Romero no observa ese rechazo ni ese asco en él mismo, sino en Tigerman, debido al extraño espectáculo que protagoniza y que transgrede cualquier norma o código de comportamiento social. En esta ruina prima la incomodidad entre la audiencia del show, pues la vergüenza ajena se fundamenta en la empatía. Los espectadores se ven reflejados en Tigerman, y sienten exactamente el mismo pudor que si fueran ellos los protagonistas del espectáculo.

| | |
|----------------------|--------------------------|
| Narrador de la ruina | Sara Villas |
| Lugar de nacimiento | - |
| Profesión | Consultora |
| Título de la ruina | Conociendo a los suegros |
| Duración de la ruina | 06:54 |
| Nº de programa | 20. Con Berto Romero |

Descripción: El novio de Villas la invita a su casa y le dice que tiene un regalo para ella por su cumpleaños. Ya en casa del novio, el hermano entra al salón con un regalo y Villas se levanta para cogerlo pensando. Cuando se da cuenta de que ese regalo, en realidad, no es para ella, le sale sangre de la nariz por vergüenza.

En esta ocasión, “el sentimiento de autocastigo” del que habla Morrison no es solamente mental, sino también físico. Pues lo embarazoso de la situación provoca una reacción corporal inhabitual como es el sangrado de nariz. Se puede apelar también a la cuarta causa de vergüenza que enumera Würmser: “He perdido el control sobre mis funciones corporales”.

| | |
|----------------------|----------------------------------|
| Narrador de la ruina | Álvaro Carmona |
| Lugar de nacimiento | Utrera, Sevilla |
| Profesión | Guionista |
| Título de la ruina | Concierto privado para el vecino |
| Duración de la ruina | 08:54 |
| Nº de programa | 38. Con Álvaro Carmona |

Descripción: Carmona estaba tocando la guitarra en el sofá de su casa. Después de tocar una parte complicada de una canción, escucha que el vecino lo celebra haciendo ‘uau’. Al tener público, Carmona se siente como en un concierto y continúa tocando. No obstante, tras varias canciones sin respuesta, Carmona decide irse a dormir. Cuando llega al baño, vuelve a escuchar un ‘uau’ y, al mirar el espejo, se da cuenta de que le cuelga un moco de la nariz y al respirar fuerte produce ese ruido.

Esta ruina presenta dos situaciones de vergüenza diferenciadas. Primero, Carmona se siente forzado a seguir tocando canciones por miedo a perder el interés de su vecino. El miedo que sienten los artistas a dejar de gustar. En este caso, la reacción de Carmona se asemeja a la definición que aparece en el Diccionario Internacional de Psicoanálisis de 2008, que habla de “angustia a ser excluidos” y de “temor de pérdida de amor o de cualquier manifestación de interés”. Pero Carmona siente una vergüenza aún mayor cuando descubre que, en realidad, no había ningún vecino alabando sus habilidades con la guitarra, sino que su moco generaba ese ruido. En esta segunda situación, Carmona sufre un ataque contra su orgullo y su narcisismo.

| | |
|----------------------|--------------------------------|
| Narrador de la ruina | Adrián Martín |
| Lugar de nacimiento | Málaga |
| Profesión | Recursos Humanos |
| Título de la ruina | Procesión con Antonio Banderas |
| Duración de la ruina | 12:08 |
| Nº de programa | 51. Con Iggy Rubín |

Martín entra a una cofradía en Málaga durante la Semana Santa para ganar algo de dinero mientras estudiaba la carrera. La cofradía estaba subvencionada por Antonio Banderas. Al año siguiente, justo antes de salir en procesión, con Martín ya vestido de cofrade, se le acerca un hombre y le dice que le ha reconocido y que le había pintado en un cuadro de la procesión del año anterior. El pintor le dice que hay una exposición en la que está su cuadro expuesto, y Martín va a verlo. Cuando encuentra el cuadro, se hace una foto con él y una chica le dice que es el único cuadro que se ha vendido de la exposición y que lo ha comprado Antonio Banderas.

Se considera relevante incluir esta vivencia para ejemplificar que no todas las historias contadas en el podcast, necesariamente, tienen que ser ruinas o situaciones relacionadas con la vergüenza. En este caso, lo significativo de la anécdota procede de la casualidad y de un giro de guión inesperado.

| | |
|----------------------|----------------------------------|
| Narrador de la ruina | Facu Díaz |
| Lugar de nacimiento | Montevideo, Uruguay |
| Profesión | Presentador y humorista |
| Título de la ruina | Facu Díaz y la barbacoa fantasma |
| Duración de la ruina | 09:01 |
| Nº de programa | 52. Con Facu Díaz |

Descripción: Díaz hace una barbacoa para él solo para aprender a hacer carne a la brasa y poder invitar a amigos. Cuando se da cuenta de lo triste que puede resultar hacer una barbacoa para él mismo, empieza a poner música y a soltar frases para aparentar a los vecinos que es una fiesta y no está solo.

Esta ruina concuerda con varias de las definiciones de vergüenza. Por un lado, la vergüenza de Díaz emerge de “la tensión entre el yo y el yo ideal” de la que habla Piers. La realidad que Díaz vivió -hacer una barbacoa para él solo- difiere de la realidad que le gustaría haber vivido -hacer una barbacoa acompañado de sus amigos-. Por otro lado, Díaz se siente débil -causa de vergüenza, según Würmser- y se angustia por estar dando a los vecinos una sensación de soledad y de exclusión, así como una falta de amistad o de amor. Se puede apelar, entonces, a la definición del Diccionario Internacional del Psicoanálisis. Todo ello está relacionado con un problema de autoestima, es decir, Díaz se autocastiga porque se cree “inferior” o “imperfecto”, y termina por presentar un sentimiento de “aversión” hacia él mismo -como define Morrison- por estar aparentando algo que no es.

| | |
|----------------------|--------------------------|
| Narrador de la ruina | Alex Ayres |
| Lugar de nacimiento | Torquay, Reino Unido |
| Profesión | Guionista y humorista |
| Título de la ruina | Implantes en pelo púbico |
| Duración de la ruina | 12:42 |
| Nº de programa | 62. Con Alex Ayres |

Descripción: Cuando Ayres tenía 13 años, una amiga le propone perder la virginidad y acepta. Sin embargo, se da cuenta de que no tenía vello púbico y eso le hacía sentir “menos hombre”. Ayres decide recortar pelos de una de las pelucas de su madre, que, en aquel momento, tenía cáncer de mama, y los pega con celo en la zona púbica. Cuando llega al colegio, empieza a presumir de su nuevo “vello” y, debido a la buena aceptación, Ayres coge confianza. Sin embargo, antes de quedar con la chica, Ayres tenía entrenamiento de fútbol. Como consecuencia de la sudoración, cuando se bajó los pantalones, su vello cayó al suelo. Sus compañeros de equipo se lo dijeron a la chica, y ella se marchó. Para más inri, si la argucia del vello púbico hubiera funcionado, su plan era beber mucha agua antes del sexo para orinar y fingir, así, que estaba eyaculando. En ese momento, debido a su temprana edad, tampoco podía expulsar semen.

Esta vivencia es otro claro ejemplo de la tensión entre el yo y el yo ideal, de Piers. Ayres quería ser un adolescente con vello púbico y capaz de eyacular (el yo ideal). Sin embargo, la realidad (el yo) era otra. Como consecuencia, Ayres se sentía débil y “poco hombre”. Por ello, recurrió a una solución que, en su momento, le parecería buena idea, pero que, actualmente, le genera vergüenza y aversión hacia él mismo.

| | |
|----------------------|-------------------------------------|
| Narrador de la ruina | Valeria Riet |
| Lugar de nacimiento | Barcelona |
| Profesión | Empleada de una tienda de cosmética |
| Título de la ruina | Niña por sorpresa |
| Duración de la ruina | 08:34 |
| Nº de programa | 68. Con Joan Dausà |

Descripción: Riet trata de llamar la atención de una niña, haciendo burbujitas de colores, jugando con plastilina... para que su madre entre en la tienda de cosmética en la que trabaja. La niña se le queda mirando, pero no interactúa. Riet comienza a hablar en distintos idiomas pensando que la niña no la está entendiendo. De repente, la niña llama a la madre y le dice: “¿Qué le pasa a esta pava?” Resulta que la niña era una mujer con enanismo.

La vergüenza, en este caso, se asocia con el sonrojo. Una situación inesperada y humillante ocasiona que Riet sienta el deseo de que, como dice la expresión, la tierra le trague. No sabe dónde meterse ni qué decir, y se autocastiga porque considera que no ha actuado ni tratado a la persona de manera adecuada.

| | |
|----------------------|----------------------|
| Narrador de la ruina | Biel Fernández |
| Lugar de nacimiento | Barcelona |
| Profesión | Desempleado |
| Título de la ruina | El poeta de Tinder |
| Duración de la ruina | 13:29 |
| Nº de programa | 97. Con Ricardo Moya |

Descripción: Fernández se descarga Tinder y trata de ligar con mujeres a base de “poesía”, que consiste en comentarios jocosos y obscenos que ni siquiera riman. Aunque nunca le ha funcionado, en un viaje a Nueva York en Semana Santa decide volver a intentarlo y manda el siguiente mensaje: “Se acerca Pascua, ¿puedes ayudarme a buscarme los huevos?”. En cuanto envía el mensaje, se disculpa.

Esta vivencia es una situación más cómica -sobre todo, por la forma en la que Fernández la cuenta- que vergonzosa. Lo curioso de esta ruina es precisamente la falta de vergüenza o de pudor de Fernández a la hora de escribir los mensajes y de contar la historia. Sería, de alguna manera, lo opuesto a las vivencias anteriores, pues tiene una alta autoestima -él mismo se considera “mono”- y no siente miedo ante el posible rechazo, abandono o falta de interés de las mujeres con las que chatea. Aunque emplea un lenguaje obsceno, no se siente sucio ni inferior, sino que lo asume con normalidad. Le gusta como es y no siente desdén hacia él mismo. Esto es también lo que provoca que la ruina resulte tan cómica.

| | |
|----------------------|-------------------------------|
| Narrador de la ruina | Cristina Valenzuela |
| Lugar de nacimiento | Jaén |
| Profesión | Consultora medioambiental |
| Título de la ruina | Visita con el Doctor Buenorro |
| Duración de la ruina | 11:04 |
| Nº de programa | 113. Con Xavi Daura |

Descripción: Un día, a Valenzuela, cuando vivía en Inglaterra, le empieza a salir sangre por el ano y acude a urgencias. El doctor que le atiende era un hombre muy guapo. Por normas del centro de salud, al ser la paciente una mujer y la urgencia estar relacionada con el ámbito sexual, tiene que estar presente en la consulta una mujer de administración para atestiguar que no había pasado nada raro. Cuando el doctor empieza a inspeccionarle el culo, Valenzuela le pregunta al “doctor buenorro”: No kiss, no nothing? (¿Ni un beso ni nada?).

Esta última ruina también resulta muy curiosa porque, en el momento en el que sucede la vivencia, Valenzuela se caracteriza, al igual que ocurre en la anterior, por una aparente falta de vergüenza. Lanzar ese comentario a una persona desconocida es muy desvergonzado. Sin embargo, a la hora de contar la ruina, sí que muestra pudor y sonrojo por la pregunta que hizo al médico. Se justifica, además, diciendo que fue producto de los nervios.

4. Conclusiones

Partiendo de lo más general, se puede corroborar el actual auge del género podcast. El formato surgido a comienzos del presente siglo no sólo presenta unos buenos índices de audiencia, sino unos datos que siguen a la alza y que, año tras año, no paran de crecer. Esto se debe a que los mayores consumidores de podcasts corresponden al rango de edad de entre 20 y 50 años. Este nuevo medio de comunicación, similar en parte a la radio, se podría definir como joven y moderno. En parte por el público objetivo al que se dirige y en parte por la facilidad a la hora de crear, difundir o subir contenidos a la red, gracias al acceso a la tecnología, el número de podcasts no para de crecer.

Los datos apuntan a que en los próximos años el género podcast será uno de los fenómenos comunicativos más importantes y con mayor repercusión. Cada vez en mayor medida, los grandes comunicadores de otros medios están aprovechando el éxito del formato para comenzar sus propios podcasts u otras alternativas similares -también en auge entre los jóvenes- como directos en plataformas como Twitch. Sin embargo, a pesar de la popularidad con la que cuentan hoy en día los podcasts, se tuvo que recurrir -porque no se encontró otra durante el proceso de documentación- a una taxonomía de 2008 y a otra formulada por una encuesta, con una validez cuestionable, para clasificar a los podcasts. Sería conveniente, por tanto, una nueva propuesta por tipos que se adapte al momento actual. La falta de clasificaciones podría estar relacionada con la dificultad de delimitar el contenido del género, pues muchos de ellos tratan temas variados dentro de un mismo podcast.

Dos de los comunicadores -guionistas, en este caso- pertenecientes al mundo de la televisión que decidieron crear su propio podcast en 2019 son Ignasi Taltavull y Tomàs Fuentes. Un podcast basado en la narración de vivencias vergonzantes, a los que ellos mismos llaman 'ruinas', tanto de famosos como de la gente de a pie. La compartición de manera cómica de estas anécdotas embarazosas, relacionadas muchas de ellas con la intimidad, es empleada como terapia grupal para sobreponerse a situaciones que, durante mucho tiempo, provocaron en sus protagonistas sentimientos de vergüenza. Woody Allen afirma que tragedia más paso del tiempo es igual a comedia. Este es, precisamente, el espíritu de La Ruina. La Ruina no es más que el reflejo de una sociedad que, paulatinamente, tiende a acabar con las conductas y los códigos de comportamiento de décadas o siglos anteriores. Las anécdotas contadas en el podcast, muchas veces referidas al sexo, a la escatología o a los efectos de las drogas, rompen el concepto de lo íntimo, y lo transforman en público. Aquello que está mal visto que se cuente, se cuenta. Y no se cuenta a un amigo o a un familiar. Se cuenta en un show lleno de desconocidos y que, posteriormente, se sube a varias plataformas digitales con decenas o cientos de miles de espectadores.

Las vivencias son aquellas historias, situaciones o acontecimientos de la vida de las personas que son suficientemente significativas, para bien o para mal, como para quedar grabadas en la memoria y cambiar su forma de ser. Las vivencias estimulan cambios en las personas que las viven. Un golpe de realidad, un golpe de suerte, una cura de humildad, una escena inolvidable, que no se logran borrar y que provocan que, cuando esa persona se enfrente a una situación similar -se podría hablar de algo similar al *déjà vu*-, recuerde inevitablemente aquella vivencia y actúe en función de ella. Para evitar o para favorecer que se repita aquello que no se olvida. Las vivencias, por tanto, son aprendizaje.

La vergüenza, en cambio, no es más que un condicionante de las vivencias. Es aquello, junto con otros sentimientos como el orgullo, la felicidad, la ira, la tristeza, la sorpresa, que ocasiona que una vivencia no se olvide. La vivencia, como tal, no tiene carácter imborrable. Son los sentimientos y las emociones que esa vivencia genera los que originan que una vivencia se convierta en vivencia.

5. Bibliografía

Arfuch, L. (2002). *El Espacio biográfico: Dilemas de la Subjetividad contemporánea*. Fondo de Cultura Económica de Argentina.

Baladrón Pazos, A. y Correyero Ruiz, B. (2007). *El podcasting en los Medios de Comunicación españoles*. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Beatriz-Correyero-Ruiz/publication/279767034_EL_POCASTING_EN_LOS_MEDIOS_DE_COMUNICACION_ESPANOLES/links/559a7a5508ae21086d26b5f7/EL-POCASTING-EN-LOS-MEDIOS-DE-COMUNICACION-ESPANOLES.pdf

Bibiana Parlatore, Matías Delménico, María Elena Beneitez, Marcos Clavellino, Miriam Di Marzio, Ana Laura Gratti. (2020). *El Podcast y el desafío de repensar lo radiofónico*. Recuperado de http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/104525/Documento_completo.%20.%20no.%2066.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Dilthey, W. (2000). *Dos escritos sobre hermenéutica: El surgimiento de la hermenéutica y los Esbozos para una crítica de la razón histórica*. Ediciones Istmo, Madrid.

Ferrater Mora, J. (1941). *Diccionario de Filosofía*. Círculo de Lectores, Barcelona.

Galindo, P. (2016). *Hans-Georg Gadamer y Wilhem Dilthey: Lecturas y consideraciones en torno a la idea de vivencia*. Recuperado de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/12535-Texto%20del%20art%C3%ADculo-26983-1-10-20170328.pdf>

Gobantes Bilbao, M. (2017). *Aproximación a los conceptos de narcisismo y vergüenza en Freud y Kohut. Análisis de Young Adult (2011), de Jason Reitman*. Universidad Complutense de Madrid.

Mijolla, A. (2008). *Diccionario internacional de psicoanálisis*. Akal, Madrid, 2008. Voz 'vergüenza'.

Moreno Cazalla, L., (2017). *Podium Podcast, cuando el Podcasting tiene acento español*. *Prisma Social*, (18), 334-364. Recuperado en <https://www.redalyc.org/pdf/3537/353751820012.pdf>

Morrison, Andrew P. (1997). *La cultura de la vergüenza*. Anatomía de un sentimiento ambiguo, Paidós, Barcelona.

MPC Management. (2021). El podcast La Ruina se va de gira con MPC Management. Recuperado de <https://www.mpcmanagement.es/la-ruina-show-se-unen-a-mpc/>

Piers, Gerhart y Singer Milton B. (2015). *Shame and Guilt. A psychoanalytic and a cultural study*. Martino Publishing, Mansfield Center.

Podcaster@s. 2022. *Reporte Encuesta Pod 2022*. Recuperado de https://encuestapod.com/2022/Reporte_EncuestaPod2022.pdf

Research Elogia (2023). *Claves del Estudio de Audio Digital 2023 IAB Spain*. Recuperado de <https://blog.elogia.net/claves-del-estudio-sobre-audio-digital-2022>

Riaño, F. (2021). *Todo sobre Podcast*. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=jHIsEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT2&dq=podcast&ots=9mszb1NsqF&sig=LYV59UnMc5BlqV6RYD-9byS0YsM#v=onepage&q=podcast&f=false>

Tenorio Santos, I. (2008). *Podcast: Manual del Podcaster*. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=g-7R7_Dmq4C&oi=fnd&pg=PP9&dq=podcast&ots=4Qp6FYCKW2&sig=MMF3WCy2V9Tc4g7Ko0AKxPZFnz0#v=onepage&q=podcast&f=false

Zeheb Público. (s.f.). *'La Ruina': Un "vergonzoso" podcast que salta a TVE*. Recuperado de <https://zeleb.publico.es/noticia/la-ruina-el-podcast-que-revela-verguenzas-salta-a-tve/>

6. Anexo

Ruina 1: Mítico Eye Contact de Magí. Episodio 17. Con Magí Garcia “Modgi”.
<https://www.youtube.com/watch?v=WBhNCiGygVg>

Ruina 2: Berto Romero conoce a Tigerman. Episodio 20. Con Berto Romero.
<https://www.youtube.com/watch?v=pxidCMwL3bQ>

Ruina 3: Conociendo a los suegros. Episodio 20. Con Berto Romero.
<https://www.youtube.com/watch?v=IK3xhyaSZqk>

Ruina 4: Concierto privado para el vecino. Episodio 38. Con Álvaro Carmona.
https://www.youtube.com/watch?v=fDn-pX_Qbtg

Ruina 5: Procesión con Antonio Banderas. Episodio 51. Con Iggy Rubín.
https://www.youtube.com/watch?v=yq-jT_UEhao

Ruina 6: Facu Díaz y la barbacoa fantasma. Episodio 52. Con Facu Díaz
<https://www.youtube.com/watch?v=T4aniPCBEdQ>

Ruina 7: Implantes de pelo público. Episodio 62. Con Alex Ayres.
<https://www.youtube.com/watch?v=MxyM2VFmCyo>

Ruina 8: Niña por sorpresa. Episodio 68. Con Joan Dausà.
<https://www.youtube.com/watch?v=gCf5EKeVgLo>

Ruina 9: El poeta de Tinder. Episodio 97. Con Ricardo Moya.
<https://www.youtube.com/watch?v=lkrAKecKdfo>

Ruina 10: Visita con el Doctor Buenorro. Episodio 113. Con Xavi Daura
<https://www.youtube.com/watch?v=wRjYXfUmAPQ>