Editorial Vanidad presenta:

INSTRUCCIONES DE SUPERVIVENCIA PARA EL FIN DEL MUNDO

de: Lucano

AÑO DE REGISTRO 2026 D.C.: SON TIEMPOS DIFÍCILES.

Como especie hemos domesticado la técnica de sobrevivir al grado de poder separar átomos pero, como sociedad seguimos secuestrada, por el feudalismo social y la pantomima política. Nos llevaron a vivir entre paradojas para mantenernos disociadxs y polarizadxs. Reconocimos nuestra consciencia colectiva gracias al internet pero, apenas empezamos a comprenderla y disfrutarla lograron pervertirla y usarla en nuestra contra: nos ahogaron en información para alejarnos del conocimiento.

En ese estado presente de tensión y paradoja el status quo del sistema se tambalea en consecuencia de su voracidad. Hay que tener cuidado porque el colapso es lento y nos toca vivirlo; para bien y para mal. Güacalaquerico.

EL VIEJO MUNDO SE MUERE. EL NUEVO TARDA EN APARECER. Y EN ESE CLAROSCURO SURGEN LOS MONSTRUOS. ANTONIO GRAMSCI.

EL FIN DEL MUNDO, es una expresión que utilizamos para referirnos al colapso de todo o una parte del mundo como lo conocemos: el término de una relación, la pérdida de un ser querido, un accidente, etc.

EL FIN DEL MUNDO REPRESENTA LA PÉRDIDA REPENTINA DE LA ESTABILIDAD CONSIDERADA.

Vivimos **TIEMPOS DIFÍCILES** y podemos ver el colapso en muchos escenarios ocurriendo al mismo tiempo para muchas personas. Como humanidad vivimos de nuevo una etapa de adolescencia y como tal, nos tiene que doler. No es la primera vez en la evolución que nos encontramos aquí. Hemos sobrevivido y lo seguiremos haciendo pero; siempre tenemos que cambiar para lograrlo. Tal vez sin sufrir tanto en el proceso.

Vivir en el capitalismo tardío, nos empuja a un estado constante de correr o pelear porque se siente amenazado y quiere ocupar nuestra atención y energía en que sigamos jugando su juego. Es tiempo de aceptar el hecho de que siempre ha existido la ambición de algunos por controlar a otros y que la sociedad contemporánea ha sido moldeada para soportar discretamente esa premisa. El moldeado aprovecha años de estudios que sustentan que una persona agitada, cansada, con hambre o con miedo, será más fácil de controlar. Se sabe que los estímulos externos pueden interferir con la lógica y el discernimiento en una persona.

Con la evolución logramos transformar nuestro miedo y hambre en poder y técnica; para bien y para mal. Un gran paso evolutivo fue domesticar nuestra respuesta natural de "correr o pelear" y convertirla en "observar y adaptarse".

GANAMOS LA HABILIDAD DE RECONOCERNOS CAZADORES, RECOLECTORES Y PRESAS: FUERTES, INTELIGENTES Y VULNERABLES.

Esta guía se basa en experiencia, investigación empírica y teórico-personal; es una reflexión y un punto de vista del mundo actual llevada al **ZINE**.

1. MANTENER LA CALMA

En **EL FIN DEL MUNDO**, los primeros en morir son los que corren asustadxs y tropiezan con la primera piedra. Mantener la calma nos invita a recordar que cualquier situación puede descomponerse en partes más pequeñas y con eso ayudar a salvarnos con más gracia. Para **MANTENER LA CALMA** en situaciones de peligro, primero se recomienda reconocernos y aceptarnos con miedo.

Observar el miedo que nos invade, permite darle forma y nombrarlo; conocer su lugar en el contexto y escoger las herramientas materiales, emocionales y comunitarias que tenemos para respaldar nuestra supervivencia.

SUGERENCIAS PARA MANTENER LA CALMA:
Descansar en la respiración: aprenda del budismo pero no se haga budista. Revisión dialéctica con las noticias: Hay que estar atentos pero no alarmados.No hiperempatizar la vida de las otras personas. Observar a la naturaleza: la vida no se detiene, se adapta. Quien se enoja: pierde.

2. APRENDER A DESPRENDERNOS

DESPRENDERSE CON GRACIA ES CUANDO ACEPTAMOS CONSCIENTES, LA NATURALEZA INESTABLE DE LA REALIDAD. Y DEJAMOS DE AFERRARNOS AL CAPRICHO DE TRATAR CONTROLARLA. Este es un paso complicado porque aquí es cuando sentimos dolor y tristeza; donde la realidad nos rompe y nos sentimos vulneradxs. **NO HAY QUE OLVIDAR QUE ESTÁ BIEN SENTIR DOLOR Y TRISTEZA.** Estamos siendo conscientes de un cambio en el status quo y eso se siente. En este proceso hay que dejarnos sentir, llorar, gritar o patalear. Hay que vivir el duelo sin tratar de resolverlo. La muerte, es la muerte. Las pérdidas duelen. Un **FIN DEL MUNDO**, está plagado de pérdidas personales, materiales y espirituales, abrazarnos a nosotros y entre nosotros cuando llega el dolor que las acompaña, es el mejor camino.

Cuando se viven situaciones caprichosas, lo mejor es no serlo. Aceptar que algo está cambiando o que ya cambió, es un proceso peligroso; si no se hace con gracia y humildad, es muy fácil llegar al espectro negativo y pesado de los sentimientos y la percepción: enojo, depresión, arrogancia, avaricia.

En **TIEMPOS DIFÍCILES** las circunstancias materiales que antes nos daban estabilidad, puede convertirse en lastre. La realidad de los placeres es que se perciben con todos los sentidos y no con los ojos del mercado. El capitalismo voraz ha cosificado la experiencia de vivir y solo la valora en proporción al dinero que considera le puede producir o consumir.

3. APRENDER A DEFENDERNOS

APRENDER A DEFENDERNOS ES EN PARTE DESAPRENDER LAS FORMAS QUE NOS MANTIENEN CREYENDO QUE ESTAR EN PAZ ES IGUAL QUE ESTAR SOMETIDOS.

La defensa **NO ES** una actividad pasiva, cuando se reconoce que el órden social mundial establecido, es un sistema que pone al dinero sobre la vida y la razón, la defensa se vuelve el mejor ataque. En **TIEMPOS DIFÍCILES** la vida puede llegar a sentirse como una batalla constante porque de muchas formas, todos experimentamos algún tipo de violencia sistemática. La sociedad se ha vuelto hostil por ingeniería y tenemos que aprender a defendernos de maneras creativas contra esa tendencia caníbal. Para darle sentido y propósito a nuestro instinto de defensa, hay que identificar qué queremos proteger y, de qué amenaza queremos protegerlo.

ES MEJOR SER UN GUERRERX EN UN JARDÍN QUE UN JARDINERX EN UNA GUERRA. MIYAMOTO MUSASHI.

Debemos identificar amenazas en distintos formatos en distintos planos: en el plano físico, cuando se atenta contra la integridad y salud de nuestro cuerpo. En lo mental, cuando buscan doblar o quebrar nuestra razón o inteligencia. En lo material: cuando la estabilidad de nuestro sustento está en riesgo. En plano Espiritual: cuando la amenaza va contra nuestra percepción de la realidad y la manera en que interactuamos con el mundo. Y la autoinfligida: cuando descuidamos nuestras acciones y nos creamos nuevas amenazas.

SUGERENCIAS PARA DEFENDERSE: Cuidar nuestro cuerpo. Comer más vegetales que carne. Leer libros. Aprender defensa personal. Tener un amuleto de la suerte o protección. Evitar productos industrializados. Aprender en cabeza ajena.

4. ESTABILIZAR EL CONTEXTO

Estabilizar el contexto consiste en **LOGRAR UN ESTADO DE EQUILIBRIO Y UNA RELACIÓN SALUDABLE CON NUESTRO ENTORNO** en medida de lo posible. En términos prácticos: depender menos de los sistemas y relaciones en decadencia, procurar un estilo de vida económicamente autosustentable y promover el bienestar colectivo. En términos personales: validar nuestras emociones, sanar nuestros traumas, reconocer acciones erróneas del pasado y aprender de ellas.

Cuando hablamos del "contexto", nos referimos al cúmulo de procesos y circunstancias que ocurren a nuestro alrededor y que determinan nuestra experiencia de vida. La salud de nuestro cuerpo, el lugar dónde vivimos, la ropa que vestimos, el alimento que conseguimos y la manera en que lo hacemos, la educación que recibimos casa, las relaciones personales, las relaciones materiales y las consecuencias de los actos propios y el rebote de las acciones de los demás, son algunos componentes del contexto.

5. NO SE CONVIERTA AL CANIBALISMO

NO ES CANIBALISMO CUANDO SE COME CARNE HUMANA PARA SOBREVIVIR; ES CUANDO SE ALIMENTA DE LA DIGNIDAD DE OTRAS PERSONAS POR EL HAMBRE DE PODER. CUANDO SE COMERCIA CON LA INOCENCIA DE UNOS POR EL PLACER DE OTROS Y SE VENDE LA VERDAD A CAMBIO DE PROTECCIÓN Y ESTATUS. ESTO NO ES DECADENCIA DEL CUERPO; ES DECADENCIA DEL DHARMA.

6. RECONOCER AL ENEMIGO

El enemigo puede ser una persona física o moral que activamente busca hacernos daño por beneficio propio o desvarío mental. Los enemigos son conciencias que perciben algo de nosotros que amenaza la estabilidad de su contexto. Una persona con la que se está en desacuerdo **NO** debe ser considerado un enemigo. En este **FIN DEL MUNDO**, no podemos perder nuestro tiempo y atención con enemigos y batallas pequeñas e individuales. Tenemos enemigos en común: capitalismo, patriarcado y colonialismo por ejemplo. Los caníbales se han organizado desde hace años en estructuras internacionales y desde sus fortalezas de burocracia nos atacan desde la sombra.

7. NO SIGA TENDENCIAS

Jesus my homeboy dijo: **CARNALES, PÓNGANSE AL TIRO, QUE NADIE LOS AGARRE EN LA PENDEJA. PORQUE MUCHOS VENDRÁN DISFRAZADOS DE MI, DICIENDO: "YO SOY LA VERGA!", Y ENGAÑARÁN A MUCHOS. USTEDES VAN A OÍR DE GUERRAS Y RUMORES DE GUERRAS. ¡TRANQUI! NO SE ALARMEN, PORQUE ES NECESARIO QUE TODO ESTO SUCEDA; PERO TODAVÍA NO ES EL FIN. PORQUE SE LA VAN A MEDIR NACIÓN CONTRA NACIÓN, Y REINO CONTRA REINO, Y EN DIFERENTES LUGARES VAN A PROVOCAR HAMBRE Y TERREMOTOS. PERO TODO ESTO ES SOLO EL COMIENZO DE DOLORES.**

Igual que hace 2000 años, en un **FIN DEL MUNDO**, podemos contar con que cualquiera que se proclame profeta o gurú o líder o santo, probablemente no lo sea. Confiar en el colectivo. **"NI DIOS NI REY"**.

8. HAGA UN EQUIPO

"Uno es el promedio de las 5 personas con las que más se relaciona". Rodearse de personas que sean conscientes del estado del **FIN DEL MUNDO**, permite generar espacios seguros donde poder expresar nuestros miedos, emociones o aspiraciones. Entre sobrevivientes nos ayudamos y compartimos experiencia. El ser humano es de naturaleza gregaria; esa forma nos permite defendernos de los depredadores, hacer cerveza y colisionar átomos.

9. TENGA UN PROPÓSITO

Cuando se vive en tiempos sin propósitos, lo mejor es hacerse de uno. Hay que ser honestxs y creativxs para generarnos propósitos plausibles durante **EL FIN DEL MUNDO**. Las expectativas no deben ser bajas pero sí realistas: aprender un idioma, aprender a nadar, destruir el patriarcado.

LO QUE NO ES ÚTIL PARA LA COLMENA,
NO ES ÚTIL PARA LA ABEJA. MARCO AURELO.

10. HAZLO DIVERTIDO

EL PODER REQUIERE CUERPOS TRISTES.
EL PODER NECESITA TRISTEZA PORQUE PUEDE DOMINARLA.
LA ALEGRÍA, POR LO TANTO, ES RESISTENCIA, PORQUE NO SE RINDE.
LA ALEGRÍA COMO POTENCIA DE VIDA, NOS LLEVA A LUGARES DONDE LA TRISTEZA NUNCA NOS LLEVARÍA.
GILLES DELEUZE

www.EstudioVanidad.com
PRIMERA EDICIÓN / SEPTIEMBRE 2026 / 1,000 EJEMPLARES