

Por qué la información no se convierte en sabiduría

La sabiduría se establece sobre la base de la concentración y la disciplina moral.

Alejandro Martínez Gallardo

03/31/2020

Hace algunos años se creía con entusiasmo que nuestra "era de la información" sería una especie de ilustración a través de la expansión del conocimiento. Se hacía la ecuación de que información y conocimiento eran de alguna manera equivalentes. Esta noción fue fácilmente explotada por las compañías de tecnología con el fin de introducir a los hogares del mundo sus productos, los cuales, desde que [Steve Jobs aseguró que la Macintosh era la bicicleta de la mente](#), no dejaron de utilizar símiles en los que se vendía la idea de que se avecinaba una era de incremento de la inteligencia. A más de un cuarto de siglo de [la invención de Internet](#), hoy resulta claro que identificar información con conocimiento o (más aún) con sabiduría es un error.

Paralelamente a que se designaba a nuestra era como la "era de la información" y que se sugería que la nuestra era la "sociedad del conocimiento", crecía también lo que el poeta W. H. Auden llamó la "[era de la ansiedad](#)", en este caso literalmente, debido al número de personas que padecían cuadros de ansiedad. Una de las explicaciones más plausibles para el incremento de la ansiedad y otras enfermedades mentales como la depresión tiene que ver con la explosión de la industria de la atención o de la captación de la atención, en la cual se basa la economía digital, pero que obviamente es parte de un largo proceso relacionado con el surgimiento de la publicidad masiva a finales del siglo XIX (a este respecto, véase el trabajo del profesor Tim Wu: *The Merchants of Attention*). La publicidad se convirtió en la herramienta perfecta para permitir el crecimiento económico que, a través de la industrialización, podía generar un exceso de productos, es decir, más de los estrictamente necesarios para sobrevivir. Para poder colocar estos productos y dinamizar la economía, paralelamente se creaban nuevas necesidades, asociando productos con estatus social, deseos, aspiraciones y temores, a veces de manera subliminal.

En gran medida, la economía capitalista en los últimas décadas ha crecido explotando ya no solamente los recursos naturales de la Tierra sino el espacio digital y los recursos mentales del individuo, al encontrar maneras de [monetizar cada momento de atención individual](#). Para hacer esto se ha servido de la información. La "información" que en otras épocas era algo que estaba limitado a los diarios –y que connotaba lo transitorio, utilitario, efímero y novedoso– hoy se desborda sobre todas nuestras actividades, como una posibilidad ubicua de acceso a más datos (que prometen transformarse en conocimiento) y de ser parte de una narrativa colectiva (que promete darle sentido a nuestra vida y dotarnos de un sentido de pertenencia).

Para hacer esto, la información se ha fusionado de una manera inextricable con el [entretenimiento](#) (infotainment), y de esta forma se ha alejado radicalmente de la sabiduría. Lo importante es, como ocurre con los artículos de consumo tradicionales, estar siempre consumiendo algo, siempre un objeto para nuestra mente. La información, como si fuera el antídoto del nihilismo y del tedio que nos sobrecoge cuando no estamos haciendo algo (produciendo), cuando no hacemos "nada", nos entre-tiene y más aún, nos man-tiene... mantiene nuestra mente prendida del flujo (el stream de contenido) conceptual que aglutina a nuestra sociedad bajo un mismo cauce o una imagen del mundo. La gran atracción de la economía basada en la información es que esta última, en teoría, es infinita, y de esta manera satisface el precepto básico del crecimiento infinito sobre el cual se predica la economía global moderna.

Sin embargo, este fenómeno tiene importantes efectos colaterales, ya que la atención no es infinita y la información (y todos sus productos) exige nuestra atención. Como señala el Premio Nobel de Economía, Herbert Simon:

“En un mundo rico en información, la riqueza de información significa carencia de otras cosas: una escasez de aquello que esa información consume. Lo que la información consume es un tanto obvio: consume la atención de sus receptores. De aquí que la información crea una pobreza de atención que necesita ubicar esa atención eficientemente entre la sobreabundancia de fuentes de información que pueden consumirla.”

Lo crucial aquí es que la atención (la capacidad de controlarla y cultivarla) no es algo que el ser humano pueda sacrificar sin sufrir enormes consecuencias. Al dejar su atención a merced de la información que producen los creadores de contenido y los diseñadores y programadores de las grandes plataformas tecnológicas, el ser humano entra en un estado de pasividad, aunque no de quietud, y abandona la posibilidad de transformar su mente en sabiduría. La atención es de alguna manera la energía mental básica que puede transformarse en concentración, y la concentración es a su vez el prerequisite de la sabiduría.

La metáfora que usa el budismo desde hace más de dos mil años es la de un objeto que se refleja en el agua. Cuando el agua está agitada por el viento o contaminada por el lodo (ambas metáforas de las emociones negativas o *kleśas*), no se puede apreciar con claridad lo que se refleja en su superficie y, por ende, no es posible determinar su naturaleza. Si el objeto de atención se mueve y cambia rápidamente, la imagen en la conciencia no puede hacerse clara. En otras palabras, sólo una mente concentrada, una mente calma y clara, puede apreciar la realidad como es, sin las distorsiones de la agitación emocional o la elaboración conceptual. La concentración, como sugiere el ejemplo, depende tanto de una estabilidad mental (mantenerse centrado en el objeto) como de una pureza moral (que lleva a la mente al objeto con consistencia). En el budismo se afirma que es necesaria una cierta energía mental, o ecuanimidad, libre de los excesos de la excitación y de la depresión. Esta ecuanimidad está asociada con la sabiduría, pero existe de manera interdependiente con la concentración y la disciplina moral (*śīla*). Los textos de meditación hablan de la ecuanimidad como la imparcialidad ante el placer y el dolor de los objetos sensoriales y la describen en términos positivos como una luminosidad, la luz misma que en todas las tradiciones simboliza la sabiduría.

Si se quisiera resumir en gran medida la característica que unifica a todas las grandes disciplinas contemplativas, particularmente aquellas que surgieron en la India y se ramificaron por Asia (pero no exclusivamente), se podría hablar del descubrimiento de la concentración como fundamento de la sabiduría. En algún momento los famosos *ṛṣis* indios notaron que una mente concentrada conducía a estados de gran salud mental. Más aún, que estos estados se podían cultivar y llevaban a un mejor entendimiento de la realidad, realidad que dependía de la mente. En la medida en la que la mente se purificaba, a través de la concentración, la realidad se volvía transparente al pensamiento. Esto es, por supuesto, el origen del yoga y las técnicas conocidas bajo el término general de "meditación", las cuales en la India hacen referencia a la transformación de la mente (*bhāvana*) a través del *samādhi* (concentración). Transformación que implica una unión con la realidad, de tal manera que ser y conocer sean en última instancia sinónimos.

El término *samādhi* refiere a la manera correcta de aprehender un objeto, es la ortopraxis de la atención mental. Es la capacidad de enfocar y mantener la atención en un solo objeto, lo cual naturalmente tiene que ver con la capacidad de recolectar la mente que se distrae y llevarla de regreso al objeto. Esto se conoce actualmente como "mindfulness" (*sati* en pali, *smṛti* en sánscrito). El factor del mindfulness puede entenderse, desde la perspectiva budista, como tener siempre en la mente el *dharma*, palabra que refiere tanto al conjunto de enseñanzas que conducen a la eliminación del sufrimiento como a los fenómenos u objetos mismos, a la naturaleza y a sus leyes. Esto es en lo que se entrena para alcanzar la sabiduría.

Evidentemente, esta observación no es algo que sea exclusivo del budismo o del pensamiento de la India. Existen en el cristianismo una serie de prácticas orientadas a desarrollar la concentración para incrementar, por así decirlo, el poder de la oración, siguiendo la exhortación de San Pablo: "ora constantemente". Muchas de ellas continúan practicándose sobre todo en la Iglesia ortodoxa, como se enseña en la Filocalia, el compendio de enseñanzas contemplativas que remonta sus orígenes a "los

padres del desierto", los primeros "ermitaños". En tiempos más recientes, el psicólogo William James, gran pionero del estudio de la experiencia religiosa, hizo énfasis en la importancia de la atención. James observó en su importante texto *The Principles of Psychology* que la más alta educación sería aquella capaz de entrenar la atención:

“Ya sea que la atención venga de la gracia del genio o por la fuerza de la voluntad, entre más tiempo uno le dedique su atención a un tema, más maestría conseguirá. Y la facultad de voluntariamente traer de regreso una atención errante, una y otra vez, es la verdadera raíz del juicio, el carácter y la voluntad. Nadie es *compos sui* si no la tiene. Una educación que pudiera mejorar esta facultad sería la educación por excelencia. Pero es más fácil de definir el ideal que dar direcciones prácticas para lograrlo.”

James claramente entiende que la atención está ligada al genio y al carácter moral de un individuo. Antes, [en el mismo texto](#), señala que aquello a lo que le ponemos atención de alguna manera se manifiesta como la realidad que experimentamos. En este sentido, la atención tiene una facultad fundadora o constructora de nuestra experiencia. Finalmente, James pone en duda la posibilidad de esta educación de la atención. Sin embargo, es evidente, a la luz de las milenarias tradiciones contemplativas y de la más reciente investigación científica que estudia la meditación, que el control de la atención puede cultivarse. Este cultivo, esta ciencia de educar la atención, no sólo para obtener una mayor capacidad cognitiva sino para establecer las bases de una conducta virtuosa, es el *samādhi*.

En la tradición budista el *samādhi* es parte de lo que se conoce como los tres entrenamientos: la disciplina moral, la concentración y la sabiduría. Existe en cierta manera una progresión entre estos tres, aunque no sin interdependencia, particularmente en el caso de la disciplina moral y la concentración. Por otro lado, el *samādhi* se vincula con la meditación *śamatha* o pacificación de la mente, la cual conduce a la intuición o *vipaśyana* (la cual podemos traducir también como "visión clara" o *noesis*), de la misma manera que el *samādhi* conduce a la sabiduría o *prājña*.

Pero si en el budismo (en sus distintas variantes) podemos ver que la sabiduría tiene una definición precisa, en Occidente en cambio no sería fácil decir qué es la sabiduría y, en esa ambigüedad, algunos incluso podrían responder a esta interrogante sugiriendo que el sabio es quien sabe mucho, es decir, muchas cosas, muchos datos, mucha información.

Para el budismo esto de ninguna manera calificaría como sabiduría. La sabiduría, cuando se alcanza, no es otro objeto más que la mente conoce, es la mente misma que se ha purificado, ha descubierto la naturaleza de las cosas y por ello está libre de sufrimiento. Esto significa haber penetrado de manera no conceptual las "[cuatro nobles verdades](#)", el sufrimiento, las causas del sufrimiento, la cesación del sufrimiento y el sendero o el modo correcto de percibir la realidad y actuar en el mundo.

Este modo tiene que ver tanto con una rectitud moral como con un cultivo mental de la concentración: la sabiduría, aunque es el resultado final, existe en retroalimentación con la concentración y la disciplina moral. Lo que la sabiduría conoce, y lo cual libera a la mente, es entendido de diversas maneras por las diversas escuelas budistas. Sin embargo, podemos hablar de un primer entendimiento que establece la impermanencia de todas las cosas, otro más que establece [la vacuidad de todas las cosas](#) (su interdependencia o ausencia de existencia absoluta o sustancial) y uno más que establece la no-dualidad o el hecho de que el sujeto y el objeto no existen independientemente. Estos "entendimientos" o "verdades" están ligados a su vez a un importante componente moral-cognitivo: la impermanencia resulta en el desapego; la vacuidad en la eliminación de egoísmo y la no-dualidad en la eliminación de los conceptos u oscurecimientos cognitivos. Una vez que el conocimiento es completamente integrado, la sabiduría se establece y hace imposible que las aflicciones mentales vuelvan a surgir debido a que la naturaleza misma de la mente es esa sabiduría o estado no conceptual.

Es evidente que este modelo eminentemente empírico de la sabiduría es muy distinto del modelo que podríamos encontrar en la modernidad científica. Para la ciencia moderna, el conocimiento tiene que ver con la asimilación de datos objetivos con los cuales se logra descubrir leyes naturales que permiten predecir fenómenos y transformar las cosas en bienes materiales y en tecnología. Dentro de este acercamiento es más fácil ver una relación entre la información y el conocimiento. Sin embargo, la

ciencia moderna suele considerar fuera de su magisterio e interés el tema de la sabiduría, la cual parecer ser demasiado subjetiva y fácilmente degenera en misticismo.

La información no se traduce en sabiduría principalmente porque no cuenta con el sostén de los dos pilares mencionados: la concentración y la disciplina moral. Debido a que la información que consumimos no puede separarse de los medios de consumo, no suele ocurrir que la información se convierta en sabiduría. McLuhan notó que el "medio es el mensaje", enfatizando que el medio -la forma y el contexto- es en primera instancia aún más importante que el mensaje o contenido. La saturación de información, su lógica instantánea y superflua, los espacios en los que se presenta (que fomentan la circulación rápida y no la reflexión) y las intenciones utilitarias con las que se crea y propaga, hacen que el mundo informático en el que vivimos no sea propicio para el cultivo y el control de la atención, con los cuales se puede desarrollar concentración, disciplina moral y finalmente sabiduría. Mucha de la información que se distribuye está programada, diseñada o contextualizada para producir una forma efímera y hedónica de placer, ya sea porque nos genera una forma de excitación (activando, por ejemplo, el circuito de recompensa del cerebro) o porque nos permite evadir nuestra realidad presente al distraernos con información "interesante". Hay pocas cosas que se contraponen más claramente a la sabiduría que la búsqueda del placer momentáneo.

Uno de los grandes enemigos en el sendero de la concentración (y de la meditación) es tener muchos deseos y hacer muchas cosas al mismo tiempo, lo cual, en nuestra época, es exactamente lo que fomenta la cultura digital. Un símil común compara a la mente con un mono que cambia siempre de rama. Esta mente cambiante, incapaz de quedarse quieta en un objeto, es en gran medida el resultado de tener muchos deseos y de no tener una fundación sólida para establecerse en una disciplina y practicar con regularidad y esfuerzo. Si la mente está sobreestimulada por la información y por toda la panoplia de objetos deseables que nos muestra la industria del entretenimiento, es muy difícil que pueda mantener el foco y concentrarse en un único objeto. La "mente de mono" es considerada la fuente del complejo de emociones negativas que son la causa de que se perpetúe el ciclo de existencia basada en el sufrimiento. Pues al constantemente cambiar de objeto, esta mente volátil genera deseo y apego (hacia y por los objetos), elaboración conceptual y karma.

El énfasis aquí no está en la cualidad moral del objeto, sino en que sólo ciertas cualidades morales permiten que la mente se concentre en un solo objeto o, en los términos de William James, cultivan la voluntad o entereza que permite "traer de regreso una atención errante". Si no se establece una cierta disciplina o higiene mental, seguramente sobrevendrán estados mentales y eventos mundanos poco conducentes a la contemplación y al silencio y a la relajación de los que la concentración se nutre. Aunque el tipo de objeto no es esencial, por supuesto, esta concentración debe hacerse con conciencia, es decir, se debe ser consciente de que se está practicando concentración, de que se ha elegido cierto objeto y se debe mantener la atención en el mismo objeto. Así pues, habrá objetos más conducentes que otros. Generalmente se utiliza la respiración, el sonido de una campana, una flor, una piedra, la imagen de una deidad o de un Buda, etcétera.

Un último factor a considerar por el cual la información no puede por sí misma convertirse en sabiduría tiene que ver con que la sabiduría es considerada una experiencia no conceptual. El consumo de información, especialmente sin discernimiento y ascesis, puede y suele ser contraproducente en este sentido, pues nos aleja de la experiencia no conceptual de la realidad al poblar la mente con datos, ideas, conceptos y demás cosas que no son nunca la cosa en sí, pero que solemos reificar como si fueran la cosa en sí. Esto, por supuesto, no pretende ser una refutación del uso del lenguaje para cultivar la mente o de la importancia de la "teoría". Por el contrario, la teoría es parte indispensable de cualquier entrenamiento, pero obviamente tiene sus limitantes y llega un punto en el que lo meramente "teórico" debe abandonarse.

Por otro lado, cabe recordar que la palabra teoría (theoria) significa "visión" y es el término griego que fue traducido al latín como contemplación (contemplatio). La manera correcta de entender la teoría es como visión encarnada, como visión que debe llevarse a cabo, a su fruición. Como notó el filósofo francés Pierre Hadot, la verdadera filosofía es un arte de vida, un ejercicio espiritual, y no solamente

discurso. Llega siempre el momento en el que es necesario librarse de los marcos conceptuales y poner en práctica la visión.

En la tradición budista esto se hace siguiendo lo que se conoce como "las tres sabidurías": escuchar, contemplar (o reflexionar) y meditar (śruta cintā bhāvanā (muy similares, de hecho, a la lectio divina del cristianismo: lectio, oratio, meditatio contemplatio). Escuchar aquí no es equivalente a meramente "informarse". Hay una clara distinción en el modo y en el medio: escuchar no es consumir, es dedicar la atención a algo que una tradición ha señalado como altamente valioso, algo que no es un objeto de consumo desechable, sino que debe considerarse "precioso", como una joya que tiene la capacidad de transformar la mente. Por ello se escucha, luego se contempla lo escuchado y finalmente se medita, lo cual, de nuevo, no significa solamente lo primero que asociamos con meditación (cerrar los ojos y entrar en un estado de introspección); significa ponerlo en práctica en la vida, convertirlo en experiencia.

El término bhāvanā es una declinación nominal del verbo bhū, "ser", "convertirse". Meditar es llegar a ser, hacer real lo que uno es, descubrir la naturaleza de la mente, la cual es descrita como luminosa y primordialmente pura. Se dice que este proceso de conocimiento de la mente, cuando se lleva a cabo con fruición, alcanza también el conocimiento de todas las cosas, pues todas las cosas son de la naturaleza de la mente. Para hacer esto es necesario extirpar ciertos hábitos, los cuales, al ser reiterados desde tiempo inmemorial, se convierten en nuestra segunda naturaleza, en un velo que tomamos por la realidad intrínseca. Los hábitos, en un principio, no pueden eliminarse sin ser sustituidos por otros hábitos. Sistemáticamente son sustituidos por hábitos más positivos que permiten cultivar la concentración.

Una vez que la concentración se ha cultivado lo suficiente, según enseñan las diferentes escuelas del budismo, incluso los hábitos positivos deben ser abandonados, pues el conocimiento de la realidad -la sabiduría- está más allá de todo hábito. Esta fase culminante suele describirse como "atención espontánea" o "no-meditación", y determina el punto en el que ya no es necesario hacer esfuerzo para practicar.

Twitter del autor: [@alepholo](https://twitter.com/alepholo)

fuelle: https://pijamasurf.com/2020/03/por_que_la_informacion_no_se_convierte_en_sabiduria/