

LA VACUNA CONTRA LA INSENSATEZ

Catálogo de virus y vacunas intelectuales

José Antonio Marina | Mayo 2025 | v2.1

Introducción



Todos los grandes pensadores de la historia han intentado resolver un problema.

¿Por qué si somos tan inteligentes cometemos tantas estupideces?

Ser el único animal que tropieza siete veces en la misma piedra no es un timbre de gloria. ¿Por qué tardamos tanto en resolver ciertos problemas? ¿Por qué continuamos siendo crédulos ante las ideologías, apelando a guerras para resolver conflictos, obedeciendo babosamente al poder, enardeciéndonos con emociones tribales? ¿Qué nos pasa?

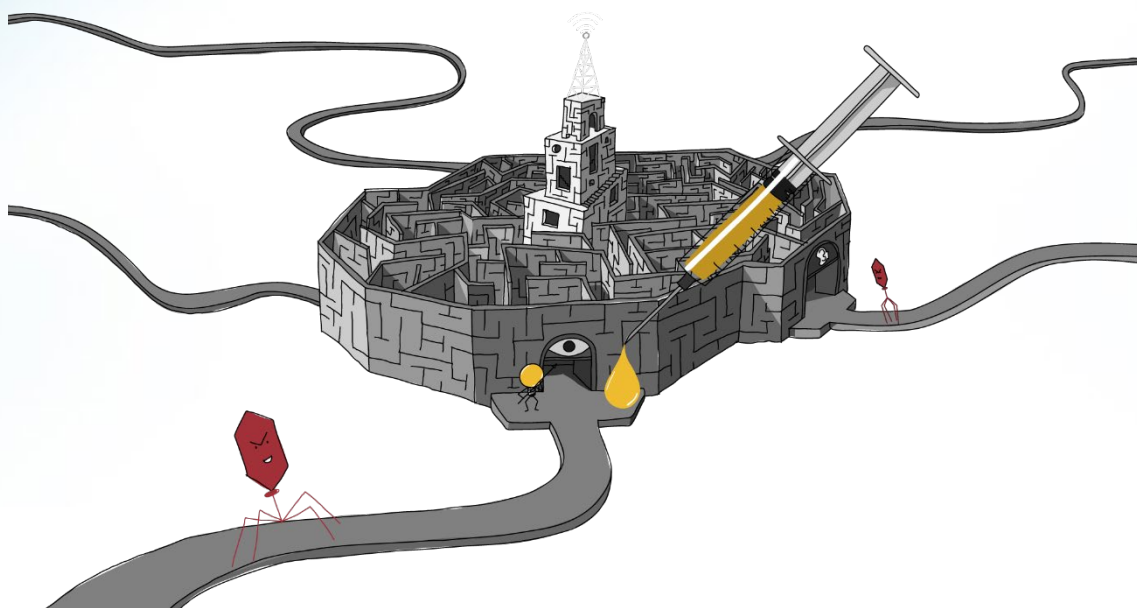
Los pensadores han dado soluciones diferentes. Platón pensó que el alma era infalible cuando estaba en el cielo de las ideas, pero que al encarnarse perdió su saber. Los hindúes también pensaban que era la materia la que entorpecía la conciencia. Había que liberarse de ella, desmaterializarse. La teología cristiana atribuyó al pecado de nuestros primeros padres la pérdida de una sedicente sabiduría original.

La ciencia nos ha dado una respuesta más verosímil. Nuestro cerebro -sede de nuestra inteligencia- no fue diseñado de una vez por todas. Es el efecto de una larga evolución, que fue resolviendo problemas desordenadamente, según aparecían. El resultado final es admirable, pero tiene fallos de diseño, "**chapuzas evolutivas**", que nos hacen caer en errores previsibles y universales. El placer sirve para orientar nuestras conductas de un modo poderoso. Si hubiera estado bien diseñado podríamos confiar en sus impulsos, pero no es así. La búsqueda indiscriminada del placer puede conducir a la destrucción. Las emociones son



necesarias para actuar, pero no son fiables. Tenemos grandes dificultades para seguir las normas abstractas de la lógica formal. Por eso, a tanta gente le resultan insoportables las matemáticas.

Nuestra razón puede ver claro lo que debemos hacer y, sin embargo, no tiene fuerza para obligarnos a hacerlo. Ya lo dijo Ovidio: "*Video meliora, proboque; deteriora sequor*" (Veo lo mejor, y lo apruebo, pero sigo lo peor").



Estos fallos de diseño permiten que se introduzcan en nuestros mecanismos mentales **agentes patógenos** que pueden alterarlos. Es fácil reconocerlos: falsas informaciones, bulos, modas, creencias destructivas, sistemas de valores, costumbres. Como ocurre con los virus físicos, algunos atacan el sistema inmunológico, en este caso el mental, y dejan a la persona inerte, a merced de cualquier influencia nociva. Debemos recordar que estamos rodeados de personas que quieren influir en nuestros pensamientos y sentimientos para que votemos, compremos, aceptemos, obedezcamos, nos enamoremos... Es inútil que apelemos al pensamiento crítico, porque estos virus lo han eliminado.

Esta situación ha hecho que en los últimos años el estudio de la inteligencia humana haya cambiado. Ahora tenemos muchos estudios sobre

esos fallos evolutivos, sobre los sesgos cognitivos, sobre las trampas en las que caemos una y otra vez. Este conocimiento nos ha hecho más conscientes de nuestra vulnerabilidad, lo que nos permite protegerla. La inteligencia ha desarrollado un **sistema inmunitario mental** que se basa en una operación fácil de mencionar y difícil de practicar: identificar los errores y corregirlos.

De estudiar nuestra vulnerabilidad, nuestros enemigos, y nuestras fortalezas se encarga una nueva ciencia - la **INMUNOLOGIA MENTAL**- que se organiza en cuatro capítulos:

01 Los fallos de diseño

Catálogo de las "chapuzas evolutivas"

Patógenos mentales 02

Catálogo de virus mentales

03 Sistemas de protección

Catálogo de vacunas

Sistema de máxima seguridad 04

Dos súpervacunas

Tengo la convicción de que aprovechar estos conocimientos nos permitiría evitar la caída en la insensatez, que ha sido siempre la gran amenaza del género humano.

Primer capítulo

LOS FALLOS DE DISEÑO



Los **ilusionistas** nos engañan porque dirigen nuestra atención hacia donde les interesa. Los timadores, porque aprovechan la credulidad innata de la gente. Los **captadores** de sectas utilizan la necesidad de acogida de muchas personas para ir las introduciendo en sus redes. Son bien conocidos los trucos de los publicitarios: hay que saber asociar cualquier producto con alguna imagen atractiva: Los pantalones rotos con una imagen de rebeldía moderada.

Los **políticos** saben el repertorio de pasiones políticas que pueden manejar: la indignación, el odio al enemigo, el pensamiento tribal, el miedo, las promesas. Las **religiones** movilizan la esperanza y el miedo a partes iguales. Las **nuevas tecnologías** están utilizando fallos todavía más elementales, haciéndonos vivir contentos en una “**caja de Skinner**”, capaz de dirigir el comportamiento con un adecuado manejo de las recompensas.



¿Todos estos fallos nos dejan inermes?

No. Como dijo Spinoza:

La libertad es la necesidad conocida.

Identificar y analizar esos fallos evolutivos nos permiten protegernos de ellos.



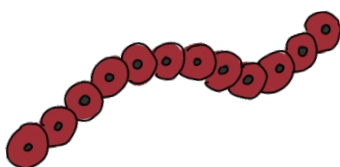
En el capítulo anterior hemos visto que tenemos puntos débiles en nuestras defensas mentales, vías por donde pueden introducirse los patógenos que nos rodean. Podemos considerar que la potente industria de la persuasión fabrica armas bacteriológicas mentales: falsas noticias, campañas de desinformación, consignas ideológicas, estrategias publicitarias, sistemas adoctrinadores. Las fábricas de bots y de trolls son las últimas manifestaciones de una industria que ha existido siempre, aunque sin la sofisticación actual.



Como los biológicos, esos **virus mentales** pueden ser de dos clases. Unos atacan al Sistema inmunitario entero, produciendo un **Síndrome de inmunodeficiencia adquirida**. En el campo orgánico, por ejemplo, el VIH o el virus del sarampión. En el campo mental, aquellas creencias o hábitos que debilitan la capacidad de respuesta del sujeto, su confianza en la competencia de su inteligencia para resolver problemas. Una sociedad puede ser afectada por el virus de la corrupción y ser incapaz ya de detectarla. En este momento, la filosofía posmoderna niega la posibilidad de alcanzar valores o normas universales, glorifica las opiniones individuales, identitarias o culturales, y deprime radicalmente el pensamiento crítico. **Necesitamos unas vacunas contra estos agresores que debilitan la capacidad del sujeto para identificarlos y repelerlos.**

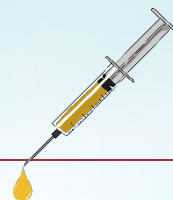


Otros virus afectan a funciones específicas: la capacidad de atención voluntaria, el control de los impulsos, la gestión de las emociones, el pensamiento formal, la facultad de elaborar proyectos, la competencia reflexiva, la actitud para escuchar y aprender. Necesitamos vacunas específicas para cada uno de estos virus.



Tercer capítulo

CATÁLOGO DE VACUNAS



Empezamos a disponer de un amplio catálogo de vacunas. Hay unas que protegen al sistema inmunitario mental entero. Por ese carácter general los denomino **interferones mentales**. La vacunación se hace en tres etapas. La primera trata de conseguir que el paciente conozca el funcionamiento de su inteligencia, de los fallos cognitivos, afectivos y ejecutivos, sus fortalezas y también sus debilidades, y comprenda la **necesidad de vacunarse**.

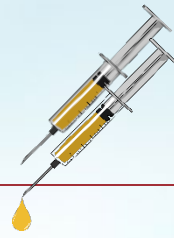
Después viene el **desalojo de las creencias patógenas**, métodos que han puesto a punto investigadores como Albert Ellis y Aaron Beck. Por último, se trata de **fomentar las creencias y hábitos protectores**. Albert Bandura ha insistido en la importancia de tener conciencia de las propias capacidades ejecutivas, Donal Meichenbaum fue de los primeros en elaborar una **vacuna contra el estrés**. Martin Seligman hizo lo mismo para proteger contra la depresión, y para educar una actitud optimista. En nuestro catálogo incluimos la **vacuna de la mentalidad de crecimiento**, de Carol Dweck; las **vacunas para aumentar la resiliencia**; la **vacuna contra la inconstancia**, de Angela Duckworth.

Estas son vacunas se fundan en la buena gestión de las creencias. Otras vacunas basadas en el entrenamiento de hábitos están puestas a punto por técnicas educativas (mindfulness, hábitos de metacognición, de diseño de la propia memoria, de gestión emocional, etc.), y también por los métodos de terapias conductuales.

Sería deseable que estableciéramos un calendario de vacunación mental, análogo al que se emplea en medicina. Los **centros de vacunación** deberían ser las escuelas, los medios de comunicación, y las redes sociales.

Cuarto capítulo

MÁXIMO NIVEL DE SEGURIDAD



El máximo nivel de protección nos lo deparan **dos súpervacunas**. Son complejas y difíciles de administrar, por eso necesitan que la inteligencia esté ya protegida por vacunaciones previas. Me refiero al **pensamiento crítico** y a la **inteligencia ética**. La *primera* se ocupa de resolver los problemas que se refieren al conocimiento y la verdad. La *segunda* se enfrenta con los problemas que afectan a la felicidad y a la acción. Ambas están debilitadas por múltiples virus.

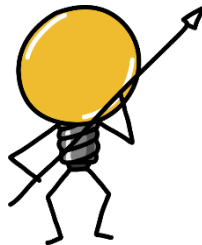
El pensamiento crítico, como súpervacuna protectora, produce anticuerpos que detectan y atacan los patógenos invasores. Hasta épocas recientes, los filósofos se han encargado de ponerlos a punto, preguntándose: *¿Conozco realmente esto? ¿Cómo lo conozco? ¿Son mis fuentes fiables? ¿He hecho lo suficiente para explorar otras hipótesis, para intentar demostrar la falsedad de lo que pienso? ¿Atiendo a las críticas?* En la actualidad, la filosofía posmoderna está negando la posibilidad de alcanzar verdades y valores universales, por lo que debemos **elaborar una vacuna contra el posmodernismo**.

Queda por dar un último paso. *¿Si es tan costoso el pensamiento crítico, por qué me voy a embarcar en tan trabajosa actividad?* La respuesta va a dar el salto a un nivel distinto. Una de las tesis más novedosas de este libro es la que afirma que **el comportamiento ético es la creación más alta de la inteligencia humana**. No se trata de una afirmación voluntarista, sino de seguir hasta el final la teleología de la inteligencia humana. El uso racional de la inteligencia, el que busca las evidencias más fuertes, es el que nos ofrece más garantías para resolver los problemas que afectan a la felicidad de los seres humanos, es decir, los **problemas éticos y políticos**. Se produce un salto de nivel porque ahora no estamos hablando de verdades teóricas, sino de acciones dirigidas por el uso racional de la inteligencia. Todas las demás soluciones son provisionales. Pensemos en la tecnología genética.

La ciencia nos explica sus secretos y sus posibilidades, pero no nos dice cómo usarla. Lo mismo sucede en muchos otros casos: *la energía, la economía, el aprendizaje, el poder*. Sin la protección que proporciona la vacuna ética, instituciones sin duda beneficiosas como *la ciencia, la democracia, el mercado, las nuevas tecnologías, las religiones, los nacionalismos*, pueden provocar efectos perversos. William Kingdon Clifford, un gran matemático y un perspicaz estudioso de la inteligencia, lo expresó con una frase contundente:

Crear cosas con una evidencia insuficiente no es solo irracional. Es inmoral.

Esta es una actitud que resulta inadmisibile si se piensa que la **inteligencia** es una facultad estrictamente cognitiva, pero que puede fundamentarse rigurosamente si se admite que su función es **resolver problemas**, entre los cuales los más universales, transcendentales, difíciles son los que afectan a la convivencia y felicidad de las personas.



Más información

www.joseantoniomarina.net
contacto@joseantoniomarina.net