

DE BUENAS LETRAS

La verdadera sabiduría

MANUEL ÁNGEL VÁZQUEZ MEDEL
CORRESPONDIENTE DE LA ACADEMIA DE BUENAS LETRAS DE GRANADA

David Foster Wallace, uno de los principales novelistas norteamericanos de las últimas décadas, impartió en 2005 una importante conferencia en la ceremonia de graduación del Kenyon College (Gambier, Ohio), la universidad privada más antigua de Estados Unidos (y la segunda más cara del mundo: 38.140 dólares al año).

El texto de su intervención –ahora publicado por RandomHouse en nuestro país, con el título ‘Esto es agua’– es hermosísimo y encierra un alto concepto de la libertad, abierto a la alteridad, a la solicitud y preocupación por los demás. En él podemos leer: «El tipo realmente importante de libertad implica atención, y conciencia, y disciplina, y esfuerzo, y ser capaz de preocuparse de verdad por otras personas y sacrificarse por ellas, una y otra vez, en una infinidad de pequeñas y nada apetecibles formas, día tras día.

Esa es la auténtica libertad».

Desde un alto concepto ético, entiende que el valor de una verdadera educación «no pasa por las notas ni los títulos y si en gran medida por la simple conciencia».

Por ello propone a los estudiantes que sean capaces de pensar por sí mismos, elegir lo que piensan y cómo lo hacen, darse cuenta de su entorno y de las verdades que nos rodean. «La verdad con V mayúscula –dice– tiene que ver con la vida antes de la muerte. Tiene que ver con llegar a los treinta años, o incluso a los cincuenta, sin querer pegarte un tiro en la cabeza».

Wallace, un verdadero genio, autor de la novela ‘La broma infinita’ –considerada por ‘Time’ una de las 100 mejores entre las publicadas en inglés en el intervalo 1923-2006–, no se pegó un tiro en la cabeza. Se suicidó ahorcándose el 12 de septiembre de 2008, a los 46 años, en la cumbre de su fama. Tenía un grave problema depresivo y creo que no tenemos ningún derecho a juzgar su decisión final. Solo lamentamos que no pudiera encontrar su verdad con V mayúscula.

Un caso tan radical como este nos lleva a pensar que la verdadera sabiduría no consiste tanto en lo que decimos, sino en lo que hacemos: en poner nuestro conocimiento al servicio de la vida. De lo contrario será un conoci-

miento inútil y, a veces, hasta nocivo individual y colectivamente.

En estos años iniciales del siglo XXI disponemos de las claves esenciales para llevar una vida lograda, tanto individual como colectivamente. Todos sabemos que, para nuestra salud psicofísica, debemos nutrir adecuadamente nuestro cuerpo y nuestra mente; ejercitarlos razonablemente (uno y otra); mantener el equilibrio, frente a la desmesura, la aceleración y el estrés malsano; impulsar nuestras inteligencias intra e interpersonales, potenciando nuestra introspección (autoconocimiento, autocritica, autoaceptación, autovaloración) y nuestras redes de relación social... La práctica de estilos cognitivos positivos y de la virtud de la ‘resiliencia’ (para poder levantarnos cada vez que la vida nos arroja al suelo) son algo más que consejos ‘light’ de libros de autoayuda: algo muy serio que contribuye a la salud física y mental.

Prácticas como la lectura, la escritura o la atención plena (‘mindfulness’) están científicamente acreditadas como impulsoras de salud, en su más amplio y pleno sentido. Tienen capacidades terapéuticas. Incluso pueden llegar no solo a transformar –gracias a la neuroplasticidad– nuestras conexiones mentales, sino hasta físicamente el cerebro que es el soporte biológico de la mente.

Algo parecido podríamos afirmar de la vida social: transformar este sistema insostenible en los tres ámbitos de la ecología (mental, social, medioambiental) es el mayor reto que se plantea a la responsabilidad humana.

Hacer lo uno y lo otro sería un signo de verdadera sabiduría.