

Díez, David. 2022. *Aprender a di-sentir: el mindfulness como virtud en la toma de decisiones ética*. Manizales: Centro Editorial Universidad Católica de Manizales, 226, pp.

Camilo Lozano-Rivera*

Universidad de Caldas, Colombia

El avance del conocimiento producido académicamente al interior de la antropología es cuantioso. Por lo tanto, elaborar un corpus de antecedentes sobre cualquier tema resulta una actividad de cobertura con respecto a la cual es conveniente mantener criterios de delimitación tan precisos como estables. Esto último no siempre se alcanza con suficiencia y, a falta de estabilidad en las demarcaciones, es fácil perder de vista el rumbo inicial.

Sin embargo, existen estudios que logran ofrecer una perspectiva panorámica lo suficientemente amplia mediante la aplicación estratégica de recursos conceptuales, lingüísticos y etnográficos. Una obra que logra este cometido es el libro titulado *Aprender a di-sentir: el mindfulness como virtud en la toma de decisiones ética*, escrito por el antropólogo colombiano David Díez. Este trabajo apunta a articular una reflexión antropológica de orientación etnográfica, tanto en su forma discursiva como en su postura epistemológica. Asimismo, este estudio promueve una noción de integralidad del ser humano que se apoya en teorías de reconocida centralidad en cuanto a la reflexión ética. Por ejemplo, se soporta en la propuesta aristotélica de una ética fundamentada en virtudes y en elaboraciones más recientes sobre la justicia social, tales como las de John Rawls o Martha Nussbaum. En este sentido, el libro aborda la práctica del *mindfulness* en relación con el procesamiento de las emociones, con el propósito de establecer un vínculo con el campo de conocimiento interdisciplinar —en creciente autonomía— de la toma de decisiones ética (TDE).

En la obra, se proporcionan parámetros precisos que permiten la emergencia de una definición coherente de la práctica del *mindfulness*. Así, con fines expositivos, es útil suministrar alguna información introductoria acerca de esta práctica. En este sentido, las definiciones generales de *mindfulness* refieren a una actividad

* Doctor en Estudios Territoriales de la Universidad de Caldas. Magíster en Psicología Cognitiva y Aprendizaje de la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Argentina y antropólogo de la Universidad de Caldas, Colombia. ✉ camilo.lozano@ucaldas.edu.co

que implica, al menos, una actitud perseverante hacia la atención plena y consciente de las experiencias internas y externas del momento presente, sin formular juicios o emitir valoraciones, y limitando las reacciones impulsivas ante ellas si se presentan. De manera más precisa, se puede definir como una “práctica continua [que implica] mantener una actitud de autocontemplación” (Díez 2022, 183).

El aspecto que a mi juicio resulta más novedoso de la propuesta general que entrega este libro es la arrojada conexión que el autor traza entre el liberalismo político como trasfondo de las teorías éticas exploradas y la práctica de raigambre originalmente oriental del *mindfulness* para analizar la toma de decisiones ética. Esto lo hace con respecto a un caso empírico y concreto, a saber, el conjunto de decisiones para la fusión corporativa en 2013 entre la entonces empresa estatal colombiana UNE-Telecomunicaciones y la multinacional privada sueca Millicom. El análisis se centra en el rol del saber práctico de tomadores de decisiones políticas, en este caso, concejales de Medellín, con sus respectivas posturas ideológicas explícitas y el factor reiterado de negación o elusión de las emociones asociadas a esas posturas. Dicha elusión, también presente en los modelos de raigambre racionalista, se trasciende al desplegar una concepción integrativa del ser humano desde el campo de investigación sobre TDE.

2 ■ Para avanzar hacia su ambicioso acometido, el libro está compuesto de cuatro partes, tres capítulos y un apartado separado para las conclusiones. En el primer capítulo, titulado “El papel de la escritura y la experiencia personal bajo una comprensión integral del ser humano”, el autor establece los límites de un metaparadigma realista integral para el conocimiento humano-social. Este paradigma se presenta como un marco de referencia para la realización de lo que Aull (2008), citada por Díez, denomina provocadoramente una etnografía reflexiva. El método se considera como una “clasificación de clasificaciones”, con lo cual se establecen los parámetros de sentido para una antropología integral y holística. En este sentido, se establece un contraste fundamentado entre los términos de origen germánico *ekklären* (orientación explicativa) y *vershtehen* (orientación comprensiva).

En este capítulo, el autor revisa los paradigmas contemporáneos dominantes y alternativos de la investigación sobre lo humano-social, para luego describir algunas posibilidades de conciliación entre estos. El argumento principal para esta conciliación se encuentra en la inclusión de aspectos de la práctica del *mindfulness* dentro del marco del metaparadigma de la antropología integral en construcción. Además, Díez profundiza en el problema de la escritura etnográfica en términos de la representación del otro y de lo otro, y su relación con campos como el arte. En el trasfondo de esta reflexión se encuentra la dinámica entre los ámbitos interobjetivo e intersubjetivo. Se propone, en líneas generales, un marco de referencia para una antropología integral, que incluye aspectos de la práctica del *mindfulness*, y se enfoca en la conciliación entre paradigmas metodológicos orientados a la objetividad y aquellos más propios de la etnografía reflexiva.

En el segundo capítulo, “¿Por qué en las sociedades pluralistas no deberíamos estar todos de acuerdo sobre cómo tomar decisiones socialmente justas?” Díez aborda de manera más frontal la teoría de la justicia de John Rawls (2006). Si bien esta es una perspectiva que se ha elaborado profusamente más allá del discurso del mismo Rawls, el propósito explícito del autor es contrastar los lineamientos fundamentales de su propuesta conceptual con aquellos formulados por Martha Nussbaum (2018). El aparte ofrece vínculos analíticos entre las teorías sobre la justicia de Rawls y Nussbaum, para justificar que existen —aunque de modo parcial— remanentes de la tradición aristotélica de pensamiento en ambas aproximaciones a la justicia social. La diferenciación en este punto no se ocupa de rescatar con suficiencia que el corpus filosófico que ofrecen Rawls y Nussbaum, respectivamente, no abrevia de manera integral en la concepción teórica de la moral avanzada por Aristóteles. En el caso de Rawls, porque su elaboración del problema de análisis sobre la justicia incorpora elementos como la desigualdad social y económica, que no enraízan en la perspectiva aristotélica del alcance de un estado del ser caracterizado por una suerte de equilibrio pleno (*eudaimonia*), mediante el cultivo práctico de las virtudes. Y en el caso de Nussbaum, porque si bien su aproximación al desarrollo humano desde el denominado enfoque de las capacidades puede, al trazarse, hallar un vínculo con las formulaciones aristotélicas, debe buena parte de su pertinencia a la articulación con las teorías feministas, por ejemplo.

No obstante, en esta misma coyuntura es donde surge con mayor claridad, en mi comprensión, la perspectiva antropológica en relación con la discusión general acotada en este volumen. Es decir, la comprensión de que las virtudes, en la concepción aristotélica, son adquiridas mediante la habituación (entendida como práctica), la confrontación con la noción de justicia social ya mencionada y cómo esto se conecta de manera fundamental con la conceptualización del *mindfulness* como virtud pluralista que brinda una práctica de autoconsciencia, aplicable a la toma de decisiones que promuevan la justicia social. Esta es una contribución parcial pero importante y necesaria para el desarrollo del campo de investigación sobre TDE.

La conceptualización del *mindfulness* como una virtud pluralista, en el sentido aristotélico, se basa en la idea de que la virtud se adquiere a través de la práctica habitual, de modo que la realización regular del *mindfulness* puede contribuir al desarrollo de la virtud de la justicia social. Además, es importante destacar que el desarrollo de la virtud de la justicia social no se limita a la esfera individual, sino que está estrechamente relacionado con factores socioeconómicos o, para decirlo en una cápsula, esencialmente vinculado con problemáticas distributivas. Como el mismo autor señala:

El análisis de una decisión estatal como la fusión entre UNE y Millicom, desde la perspectiva de la justicia social y, más específicamente, de las capacidades, implica a estas últimas desde dos frentes. Por un lado se encuentra el análisis de si la fusión puede contribuir o no a que los ciudadanos ejerzan capacidades de afiliación (capacidad 7 en el enfoque de Nussbaum) y de desarrollo de sus sentidos, su imaginación y su pensamiento (capacidad 4), en el marco de una

disminución de la “brecha digital” (Nussbaum 2018, 211). Y, por otro lado, está el análisis del papel de la virtud de los decisores —en este caso los concejales— en sus procesos deliberativos en torno a la decisión. Dicho papel es considerado en términos de la sabiduría práctica (en sus dimensiones descritas más atrás), pero también en términos del *mindfulness*, en su acepción de virtud relevante en el marco del liberalismo político. (Díez 2022, 156)

La elección de esta ruta analítica sobreviene tras percatarse el autor de que considerar la negociación entre el Estado y un actor privado como la realización del punto intermedio, referente simbólico de la medida en los planteamientos aristotélicos, no presentaba un enfoque suficientemente robusto para dar cuenta de lo que estaba en juego en el caso empírico de la fusión UNE-Millicom. Sin embargo, no se descarta de facto la totalidad de la perspectiva aristotélica sobre la virtud, únicamente se prescinde de sus definiciones sobre lo que es socialmente justo. Esto porque la concepción de lo justo que atraviesa el análisis completo se apoya en virtudes como la imparcialidad, la equidad o la cooperación. Además, se identifica una dependencia con el liberalismo político y “su ideal de asociación y disenso legítimo entre colectivos que sostienen distintas concepciones del bien moral” (Díez 2022, 158). Así, el enfoque de capacidades por el que se decanta la perspectiva de análisis que ofrece el libro, se orienta en los parámetros de una escala general, mientras que los principios del *mindfulness* y su aplicación para la TDE, remiten a la escala individual, en el plano de las virtudes personales. En esta dirección, la práctica de autoconsciencia ofrecida por el *mindfulness* permite una ponderación, un balance y un acoplamiento graduales entre las dimensiones racional, emocional y los procesos cognitivos humanos, los tres conjuntos contemplados dentro del marco integrador que se delimita en el primer capítulo.

En este contexto ampliado se formula el concepto de *discriminación moral*, como resultado de cotejar las expresiones individuales de actores entrevistados dentro del marco integral para pensar la justicia concerniente a las perspectivas de Rawls y Nussbaum. Este concepto no solo aborda el problema de la justicia distributiva, sino que también se enfoca en asegurar que los individuos tengan las capacidades necesarias para vivir una vida más próspera. Con dicho concepto se da a entender “la reducción de la postura del contradictor a una mera expresión de intereses personales, a fines considerados como inmorales, por el solo hecho de no defender los mismos medios que determinado actor —por sus convicciones ideológicas— considera válidos” (Díez 2022, 178). Se desprende fácilmente de lo anterior que el estado de cosas que simplifica el concepto de *discriminación moral* se aleja de los objetivos de un diálogo capaz de contener las distancias generadas entre visiones plurales. Es en lo hondo de esta dificultad donde emerge la práctica del *mindfulness* como herramienta de cualificación del proceso general de TDE, útil para confrontar los riesgos de la discriminación moral. Especialmente uno: la desconfianza mutua.

En un sentido antropológico, la confianza es considerada cuando menos como un factor clave en la elaboración y permanencia de los vínculos sociales, por el

hecho de que así se facilitan la acción conjunta colectiva y la cooperación, lo que termina promoviendo la estabilidad y el orden en las sociedades (Cook y Hardin 2011). Toma sentido, al menos preliminarmente, la necesaria consideración de generar una alternativa; en este caso la que Díez denomina, en el tercer capítulo, “¿Por qué y cómo aplicar el mindfulness emocional para tomar decisiones pluralistas?”, como “un modelo de (auto)gestión ética para aprender a di-sentir”. Este se enfoca en definir la situación objeto de conflicto —como la fusión corporativa entre UNE y Millicom— en tanto hecho al mismo tiempo de tipo social y objetivo que está directamente vinculado con un conjunto de comportamientos decisorios individuales que albergan varios procesos subjetivos paralelos. Entre estos se incluyen las emociones preexistentes, los mapas mentales individuales para navegar la situación y los atributos culturales.

La relación dinámica entre estos elementos involucrados de facto en el proceso de toma de decisión da lugar a la presentación de un dispositivo que permite organizar información intersubjetiva e interobjetiva denominado *etígrafo*. La función de este dispositivo es

realizar un autoexamen en el que, en esta primera fase de su aplicación, la persona que voluntariamente quiera hacerlo (sin ninguna imposición externa) evalúe hasta qué punto sus posturas frente a determinadas realidades sociales pueden estar respondiendo a condicionamientos inconscientes basados, a su vez, en el egoísmo o en el etnocentrismo. (Díez 2022, 190)

La segunda fase de aplicación de este dispositivo, coincide justamente con anteponer un momento de autocontemplación basado en los principios del *mindfulness*, para después sí dar lugar al despliegue de las fases de razonamiento y acción. Dos ventajas emergen: la primera, que en tanto práctica el *mindfulness* puede realizarse sin necesidad de una supervisión permanente y por consiguiente ofrece una apertura a la gestión autónoma. Y la segunda, que presenta, a escala individual, el desafío de reconocer lo que se siente, así como de ponderar su incidencia en los modos preferentes de pensamiento y acción que desencadenamos con nuestras acciones, que tienen una resonancia social inherente.

Así, el uso voluntario del dispositivo denominado *etígrafo* puede conducir gradualmente desde una postura de confrontación reactiva ante el conflicto que tiene existencia social a una forma consciente de enfrentarlo mejor alineada con la sociabilidad. Esto se logra mediante la implementación de la práctica del *mindfulness* o de una selección estratégica de sus atributos para incorporarlos a la dinámica de fases que estructura el proceso de toma de decisión.

En el apartado conclusivo, Díez articula de manera más completa la reflexión exploratoria acerca del liderazgo y la toma de decisiones en organizaciones de naturalezas distintas, orientando su análisis hacia una perspectiva de justicia social. Esta parte final del trabajo nos convoca a una comprensión más sofisticada y plural de la justicia social, enriqueciendo el discurso con matices y dimensiones variadas. El

cierre del libro está impregnado de una honesta introspección, revelando el periplo del autor como un tejido confesional que logra mantenerse inscrito dentro de los rigores de la narrativa académica. Este enfoque ilumina cómo los académicos, especialmente en las ciencias sociales y humanas, llevan consigo fragmentos significativos de su ser en su investigación. El texto también nos invita a considerar las virtudes necesarias para liderar organizaciones de manera justa y socialmente responsable, argumentando a favor de un enfoque más holístico y considerado en la toma de decisiones. Se destaca la importancia de ir más allá del etiquetado y el riesgo latente de los dogmas ideológicos en la orientación de los esfuerzos para abordar crisis urgentes. Asimismo, enfatiza la necesidad de un enfoque que ponga en valor la praxis y el compromiso con la construcción de alternativas sostenibles para el futuro, promoviendo una visión de la justicia social crítica y que busque ser también propositiva y operativa. En sus conclusiones el autor valora el compromiso activo y la cocreación de soluciones dentro de una matriz de posibilidades emergentes en el vasto ámbito del desarrollo sostenible y la justicia social.

El marco de análisis inicialmente ofrecido por Díez en el libro admite trasladar el énfasis del trabajo filosófico de Nussbaum en las capacidades humanas como complemento de un enfoque más centrado en las instituciones para concebir y proyectar la justicia social como el propuesto por Rawls. Recordemos que este último destaca la importancia de las instituciones en la creación de una sociedad justa, mientras que el enfoque de Nussbaum se centra en la importancia de proporcionar a los individuos las capacidades necesarias para vivir una vida plena. Al complementar ambos enfoques, es posible desarrollar una orientación más integral aplicable para el alcance de la justicia social, sensible a las condiciones situacionales específicas de cada caso. Existen argumentos que sugieren que este enfoque es pertinente para abordar problemas como la desigualdad en la atención médica y la educación (Sandel 2020).

No deja de ser sugerente la apreciación que infunde el libro acerca de la importancia de cultivar una actitud centrada en el presente como marco filosófico dentro del cual arraigar nuestras acciones y pensamientos en el aquí y el ahora. Esta perspectiva promete acercarnos más genuinamente a nuestra cotidianidad personal, convirtiéndola en un terreno fértil para la práctica consciente y la reflexión. Es mediante la praxis recurrente y consistente que tales actitudes y comportamientos comienzan a adquirir sentido y resonancia suficientes para transformarse en hábitos dentro de nuestra existencia diaria. La repetición, entendida aquí en su sentido más integral de habituación, se convierte en el vehículo a través del cual estas prácticas se consolidan.

Por último, me gustaría dejar sugerida una apreciación alternativa sobre el disenso como confrontación sensible, en este caso, siguiendo la línea de análisis de Jacques Rancière cuando postula que “el disenso no es la expresión de intereses o necesidades preexistentes, sino la afirmación de una capacidad igual de todos los individuos para intervenir en el campo común de la palabra y la acción” (Rancière

2010, 22). Esto invita a reconsiderar la naturaleza del disenso en una perspectiva distributiva y situarlo en lo intrínsecamente común para los miembros de una sociedad: la capacidad de participar en el discurso y la acción. Esta capacidad es instrumental para contribuir e intervenir dentro de un marco democrático y refuerza la importancia de una participación justa y equitativa en los espacios de diálogo y toma de decisiones.

Referencias

1. Aull, Charlotte. 2008. *Reflexive Ethnography: A Guide to Researching Selves and Others*. Oxford: Routledge.
2. Cook, Karen S. y Russell Hardin, eds. 2011. *Trust in Society*. Nueva York: Russell Sage Foundation.
3. Nussbaum, Martha. 2018. *Las fronteras de la justicia. Consideraciones sobre la exclusión*. Bogotá: Planeta.
4. Rancière, Jacques. 2010. *El reparto de lo sensible: estética y política*. Santiago de Chile: LOM Ediciones.
5. Rawls, John. 2006. *Teoría de la justicia*. Bogotá: Fondo de Cultura Económica.
6. Sandel, Michael J. 2020. *The Tyranny of Merit: What's Become of the Common Good?* Nueva York: Farrar, Straus and Giroux.