

INTRODUCCIÓN:

La finalidad del libro es intentar reducir la vulnerabilidad humana. Según afirma Marina la inteligencia es nuestra salvación, y la estupidez nuestra gran amenaza.

¿Cuándo fracasa la inteligencia?

El fracaso de la inteligencia da cuando es incapaz de ajustarse a la realidad. El gran objetivo de la inteligencia es la felicidad, por eso todos sus fracasos tienen que ver con la desdicha.

Marina hace una distinción entre la *inteligencia fracasada* y la *inteligencia dañada*. En ambos casos se llega a penosos resultados, por lo que es difícil distinguirlas. Marina es optimista y piensa que la inteligencia puede llegar a triunfar.

CAPÍTULO 1: LA INTELIGENCIA MALOGRADA

Una persona muy inteligente puede malograr su vida por un comportamiento estúpido

El éxito de la inteligencia está en saber dirigir bien nuestra conducta; tenemos que ser capaces de saber salir bien parados de las situaciones a las que nos enfrentamos.

La inteligencia fracasa cuando nos dejamos ir a la deriva.

División en estratos de la inteligencia

–1º Piso ! capacidad intelectual

–2º Piso ! uso que hacemos de la capacidad intelectual

Esto nos lleva a distinguir entre *ser inteligente* y *comportarse inteligentemente*.

Marina afirma que es fácil mentir. Lo complicado es mantener la mentira.

Distingue entre:

–**Inteligencia estructural:** capacidad básica. Se mide con los test de inteligencia

–**Uso de la inteligencia:** es la inteligencia en acción. No se mide mediante test.

Inteligencia ejecutiva: su misión es iniciar, dirigir y controlar la inteligencia computacional.

¿Hay una inteligencia triunfante y una inteligencia fracasada?

Marina cree que sí. Para él es un claro fracaso de la inteligencia todo aquello que nos impide conseguir la felicidad.

Descubre 3 posibles causas de la estupidez:

–intromisión de modelos mentales inadecuados

- ineficacia de la inteligencia ejecutiva
- equivocada jerarquía de los marcos referenciales (escala de valores)

CAPÍTULO 2: LOS FRACASOS COGNITIVOS

Error: grave fracaso de la inteligencia. Dice que reconocer la equivocación y aprovecharla es un alarde que ronda la genialidad. También es un fracaso de la inteligencia negar una evidencia.

Prejuicio, superstición, dogmatismo y fanatismo son claros fracasos de la inteligencia. Se deben a una selección de los datos que entiendo que se da diariamente, por ejemplo en el gesto de escoger el periódico, no el que sea más objetivo sino el que nos va a dar la razón. Para atender a otros argumentos se requiere valentía. (Ejemplos: sabe a queso pero es jamón, ¿cómo me va a engañar una persona que habla con Dios?)

-Prejuicio: es muy peligroso y lo define como estar absolutamente seguro de una cosa que no se sabe.

-Superstición: la supervivencia de una creencia muerta, desbaratada, injustificable, pero que tratamos al menos de justificar.

-Dogmatismo: mantenimiento de una creencia previa

-Fanatismo: síntesis de todo lo anterior (prejuicio + superstición + dogmatismo). El principio básico del fanatismo es una proposición difícilmente discutible. Es la superstición llevada a la práctica, somete a cautiverio a la gente.

-Quistes mentales: manías. Lo realmente importante es que estas no se extiendan.

-Creencias tóxicas: son aquellas conclusiones de gran firmeza que no cuentan con evidencias que las apoyen. Valoran una experiencia centrándose en un detalle específico o generalizando excesivamente. Marina dice que estas creencias deben ser erradicadas.

-Credulidad: es otro fracaso de la inteligencia. Es la facilidad excesiva para creer las cosas.

Las personas tenemos capacidad para cambiar las creencias

Distingue entre uso racional e irracional de la inteligencia: el uso racional consiste en buscar evidencias compartidas, ya que eso es imprescindible para convivir.

CAPÍTULO 3: LOS FRACASOS AFECTIVOS

Habla de las emociones, que las equipara a la pasión ciega, y señala que no son la principal causa de los fracasos de la inteligencia.

La causa de los fracasos afectivos es la dificultad en reconocer lo que sentimos.

Sentimientos: mensajes cifrados

Furia: locura breve

Amor: locura breve

Hipocondría: fondo de la irracionalidad enquistado en una personalidad normal.

Ataque de nervios: cortocircuitos

Distingue entre *sentimientos inteligentes* y *sentimientos estúpidos*

Las emociones se vuelven irracionales cuando se adueñan de toda la mente humana. Las diferentes experiencias afectivas se organizan en:

–Impulsos: deseos, necesidades, tendencias

–Sentimientos: alegría, calma, miedo, furia, tristeza, decepción, frustración, desesperación...

–Apegos: relaciones psicológicas que enlazan profundamente al sujeto con otra persona. No tienen que ver con el amor ni con la felicidad.

Confusión de los afectos: es otro gran fracaso de la inteligencia. Recordar el caso del invitado indeseable, que tenemos muchísimas ganas de que se vaya, pero cuando lo hace lo echamos de menos.

Más fracasos de la inteligencia:

–Envidia: estilo afectivo intrigante, manifestación de carencia.

–Celos: muy relacionados con la envidia. Una persona es celosa por amor propio.

–Resentimiento: negarse a olvidar un daño.

Marina pretende ayudarnos a conseguir una personalidad inteligente para que podamos ser felices. Un problema de la gente joven es creer que es necesario gustar a todo el mundo, cuando eso es imposible e innecesario.

Hace una distinción:

–Personalidad recibida: está genéticamente condicionada. Nos hace propensos a la felicidad o a la desdicha.

Personalidad Recibida = Inteligencia Básica + Temperamento + Sexo

–Personalidad aprendida: carácter

–Personalidad elegida: modo como una persona concreta en una situación concreta se enfrenta o acepta su carácter.

Personalidad elegida = Carácter + Planes de Vida + Comportamiento

CAPÍTULO 4: LOS LENGUAJES FRACASADOS

Vivimos con y entre palabras, por eso necesitamos purificar el intercambio de palabras. En este capítulo Marina nos hace reflexionar sobre:

Impedir que el lenguaje se convierta en un arma letal de destrucción doméstica

El 80% de las mujeres españolas se quejan de que sus maridos no hablan lo suficiente, y es que hombres y mujeres hablan y escuchan de diferentes formas. Esto es ejemplo del lenguaje fracasado que da lugar a

muchos malentendidos y que envenena la vida de muchas personas (diferente configuración del cerebro masculino y femenino).

Muchas personas tienen dificultades para reconocer y expresar sus sentimientos: si no nos detenemos a analizar nuestros sentimientos, no podremos analizar nuestra vida consciente. Pero no hay que pecar ni por exceso ni por defecto en lo que se refiere a nuestro análisis introspectivo. Hay que evitar el estar analizándose continuamente.

Marina hace un inventario de nuestros fracasos en las relaciones íntimas:

– Nuestra habla interior fracasa cuando no es capaz de dirigir la conducta.

– Somos comentaristas de nosotros mismos, y estos comentarios a veces nos destruyen y a veces nos animan. Muchas veces son un incordio vital.

– Las incomunicaciones más dolorosas se dan sobre todo en las situaciones amorosas, debido a 3 factores:

· Silencio: das cosas por obvias, no te apetece hablar.

· Sumisión: aceptar cosas por no armar jaleo.

· Malentendidos: no siempre interpretamos lo que oímos porque influyen factores como el contexto, la intención y el retintín.

John Gottman es un experto que estudia los fracasos matrimoniales y distingue 4 etapas en el deterioro de la comunicación conyugal:

- críticas
- desprecio
- actitud defensiva
- actitud evasiva

A veces las conversaciones se nos van de las manos y adquieren unas consecuencias que no deseábamos.

Otro fracaso en el lenguaje es producido por las *distintas expectativas respecto a la conversación*, lo que suele producir desajustes graves en la pareja. Para evitarlo hay que ser experto en el empleo de la palabra

Una vez más la inteligencia fracasa cuando:

- Adquiere sentimientos tóxicos (inteligencia computacional)
- La inteligencia ejecutiva adopta malos criterios (comprender a otra persona)
- La inteligencia ejecutiva es incapaz de dirigir la inteligencia computacional.

CAPÍTULO 5: EL FRACASO DE LA VOLUNTAD

VOLUNTAD = El yo ejecutivo

La voluntad es *la motivación inteligentemente dirigida*. Ella se encarga de introducir cierto orden en las voces discordantes que nos invaden frecuentemente. Es la sede de la libertad porque media entre el deseo y la acción

y ayuda a tomar decisiones. Es la que nos permite liberarnos de las coerciones.

Marina dice que hay que tener atención con la **procastinación**, es decir, dejar algo para mañana. Pero es más que eso, es abandono. El procastinador toma la decisión de hacer una cosa mañana, decisión que será aplazada con la misma resolución al día siguiente. Tiene una gran fuerza de voluntad para actuar en el futuro, pero una débil voluntad para el presente. Él mismo se da argumentos muy convincentes que le aconsejan aplazar la decisión.

Indecisión: suele derivar de un estilo afectivo acobardado que teme equivocarse o que teme la novedad. Prefiere lo malo conocido a lo bueno por conocer.

Rutina: no hay que caer en la rutina porque no todo lo que funciona en un momento dado debe funcionar siempre.

Inconstancia: está muy unida a la capacidad de soportar el esfuerzo.

Obcecación o tozudez: claro fracaso de la inteligencia.

Adicciones: la gente tiene derecho a morirse de lo que quiera, pero quien es adicto pierde su libertad, así que no me puedo fiar de él.

CAPÍTULO 6: LA ELECCIÓN DE METAS

Tenemos que organizar planes de vida y de eso depende en gran medida nuestros éxitos o fracasos vitales. Todos tenemos una meta que es querer ser felices. La elección de las metas es una de las más delicadas operaciones de la inteligencia, y muchos fracasos llegan porque las metas que emprendemos son imposibles en sí mismas o para nosotros.

El problema de coordinar metas con otras personas es difícil y eso causa frustraciones. Un buen ejemplo lo tenemos en las relaciones de pareja y en las relaciones familiares. El miedo a un fracaso en las relaciones de pareja hace que cada uno de los miembros invierta poco en ella. Se preparan para el posible divorcio.

Hay 3 casos de fracasos provocados por el contenido de las metas:

- He elegido mal mi meta ! era imposible, contradictoria
- No coordino mis metas con las impuestas por la sociedad ! individualismo insolidario
- No he sabido coordinar mis metas con las de otra persona concreta ! matrimonios fracasados

La maldad es el gran fracaso de la inteligencia. Nos habla del caso de Napoleón: dice Marina que en su ámbito privado consiguió sus metas, pero considerado desde sus víctimas, fue un perdedor porque no supo resolver los problemas de su nación.

Es necesaria una inteligencia compartida (pareja, vecinos)

CAPÍTULO 7: SOCIEDADES INTELIGENTES Y

SOCIEDADES ESTÚPIDAS

Inteligencia social: hasta ahora sólo se ha tratado la inteligencia como una facultad personal. La inteligencia social es aquella que emerge de los grupos , asociaciones o sociedades, la que surge de las relaciones sociales.

Cada uno tiene su inteligencia individual, pero esta se desarrolla en un concepto social que favorece o frena su despliegue.

Inteligencia potencial: se convierte en energía afectiva al pasar por el contexto social.

Sociedades inteligentes y sociedades estúpidas:

–Las agrupaciones inteligentes captan mejor la información, se ajustan a la realidad y perciben antes los problemas. Inventan soluciones eficaces y las ponen en práctica.

–Las agrupaciones estúpidas crean problemas que no saben resolver. Viven entre irritabilidad y desconcierto.

¿Cómo sabemos que fracasa una sociedad?

Cuando las creencias vigentes, los modos de resolver conflictos, los sistemas de evaluación y los modos de vida disminuyen las posibilidades de las inteligencias privadas.

Inteligencia compartida: aumenta las capacidades de todos.

Bondad: es la gran creación de la inteligencia. Una persona es buena cuando sabe cuál es la mejor solución para un problema que afecta a una comunidad y la pone en práctica.

La inteligencia fracasa cognitivamente cuando mantiene creencias privadas: prejuicios, supersticiones, dogmatismos y fanatismos.

La inteligencia fracasa afectivamente cuando el odio, la agresividad, la envidia, la impotencia y la soberbia desvían del buen camino las sociedades.

La inteligencia fracasa desde un punto de vista operativo cuando la inteligencia social se equivoca en las metas.

Éxito de la inteligencia: – en la vida privada ! felicidad

– en la vida pública ! justicia

EPÍLOGO: ELOGIO DE LA INTELIGENCIA TRIUNFANTE

La inteligencia fracasada pare dos terribles hijas: la desdicha (evitable) y la maldad, que añade desgracia a la desgracia. Son nuestras dos grandes derrotas, cada cual con sus ramificaciones: fanatismo, insensibilidad, desamor, violencia, rapacidad, odio, afán de poder, miedo...

Marina dice sobre la sabiduría que es la inteligencia habilitada para la felicidad privada y para la felicidad política, es decir, para la justicia. Sabio no es quien sabe muchas cosas, sino el que actúa sabiamente. La inteligencia triunfante es, pues, la que inventa lo valioso en nuestra vida privada o pública, es nuestra salvación. Para él la inteligencia es un caudal poderoso y contra viento y marea triunfará.