

Cómo potenciar la inteligencia



Por ENRIQUE ROJAS

*«En este artículo me voy a ocupar de una modalidad de la inteligencia: la auxiliar. Se trata de aquella modalidad de la inteligencia que tiene unos instrumentos que potencian la inteligencia y la elevan de nivel. Esos componentes son cinco: **orden, constancia, voluntad, motivación y espíritu de observación y tomar nota.** Ingredientes que se esconden en la personalidad, que no se ven desde fuera, pero que tienen una enorme importancia»*

Acabo de publicar un libro titulado “*Cinco consejos para potenciar la inteligencia*”, en el que explico eso, cómo potenciar la inteligencia. La palabra inteligencia hospeda muchos significados. Inteligencia es capacidad de síntesis. También saber distinguir lo accesorio de lo fundamental. Es la capacidad para captar la realidad en su complejidad y en sus conexiones. Pero hoy debemos hablar de inteligencias en plural, pues son muchas las modalidades y a menudo entre ellas se llevan a la gresca.

¿Cuáles son los tipos que existen? Los mencionaré de pasada, para que el lector tenga una visión panorámica: teórica, práctica, social, analítica, sintética, creativa, discursiva, emocional, auxiliar (que es de la que se ocupa mi libro), matemática, científica, artificial, fenicia, espontánea, provocada... e inteligencia para la vida. Cada una tiene su propio perímetro y a la vez se conectan entre ellas formando una red rica y compleja.

En este artículo me voy a ocupar de una modalidad: la auxiliar. Se trata de aquella modalidad de la inteligencia que tiene unos instrumentos que potencian la inteligencia básica y la elevan de nivel. Esos componentes son cinco: **orden, constancia, voluntad, motivación y espíritu de observación y tomar nota.** Se trata de una serie de ingredientes que se esconden en la personalidad, que no se ven desde fuera, pero que tienen una enorme importancia a la hora de sacar lo mejor de uno mismo. Constituyen lo que podemos llamar la cultura del esfuerzo. Voy a explicarlos:

El orden es el placer de la razón. Posee muchos matices y ofrece vertientes diversas. Es uno de los mejores amigos de la inteligencia.

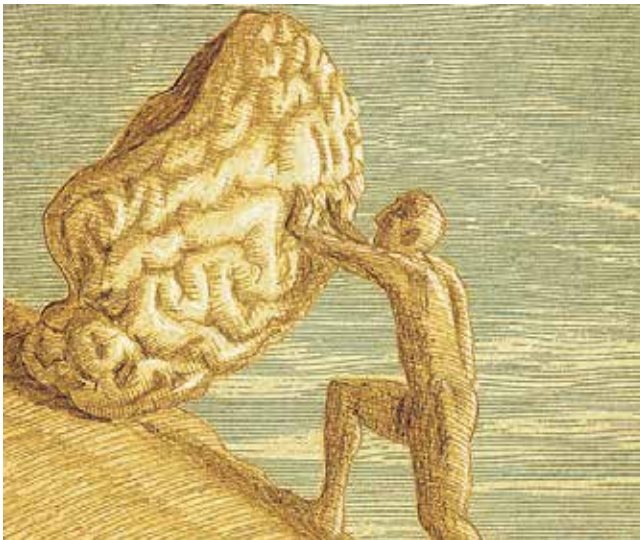
Orden en la cabeza: es lo primero. El que no sabe lo que quiere no puede ser feliz. Tener una jerarquía de valores bien establecida: saber lo que es importante, lo que es una anécdota. Orden mental, en la cabeza y en la afectividad. En la forma de vivir, de trabajar, de pensar... en las prioridades. Hay un orden oculto que toca a cada uno descubrir. Tener claros los objetivos que uno quiere alcanzar y trabajarlos.

Orden en la habitación o en el despacho donde uno trabaja. Entrar en la oficina de alguien es hacerle un retrato psicológico. El orden desprende armonía, equilibrio, serenidad. Que cada cosa esté en su sitio, eso facilita todo y nos vuelve prácticos, operativos. Según la compañía Priority Magnagment (USA), una persona media gasta más de un año de su vida buscando cosas perdidas. El orden simplifica la vida. Y aporta comodidad, eficacia, calma. Recomiendo el reciente texto de Marie Kondro, “*La magia del orden*”, donde se pone sobre el tapete la enorme importancia de todo esto.

Orden es aprender a tirar lo que estorba. La psicóloga Dan-sha-ri, en su libro “*Ordena tu vida*”, insiste en la paz que produce tirar cosas acumuladas que ya no sirven. Esto evita a la larga el llamado síndrome de Diógenes, que consiste en la acumulación y colección de cosas que desbordan a esa persona.

El segundo componente es **la constancia**. Saber esperar y saber continuar. Insistir, perseverar, firmeza en los propósitos, perseverancia en los planes propuestos. Dice Unamuno en su *"Diario íntimo"*: *"No darse por vencido, ni aun vencido; no darse por esclavo, ni aun esclavo"*.

La voluntad es la joya de la corona de la conducta, y el que la consigue tiene un tesoro. Es la cultura del esfuerzo. Uno no hace lo que le apetece y lo que le pide el cuerpo, sino lo que es mejor para uno. Voluntad es querer algo y poner todos los medios necesarios para alcanzarlo. Capacidad para aplazar la recompensa. Voluntad es determinación, afán decidido, propósito firme, intención sólida para conseguir lo que uno ha deseado.



Es la facultad para gobernar nuestro comportamiento de forma libre y consciente. Una persona con voluntad llega en la vida más lejos que una persona inteligente. Y una persona sin voluntad es como un niño pequeño, tiranizado por lo que a uno le apetece en ese momento. Tener una voluntad recia es uno de los indicadores más claros de madurez de la personalidad. Y es que toda educación empieza y termina por la voluntad.

La motivación es lo que empuja a lanzarse en una dirección, buscando una meta clara y bien delimitada. Motivación es ilusión puesta al servicio de unos logros.

Llegados a este punto, quiero hacer una observación que me parece interesante: la diferencia entre metas y objetivos. Las metas son demasiado generales, se diluyen; los objetivos son medibles y podemos tener una contabilidad específica de cada uno de ellos.

Y el quinto consejo es **la capacidad de observación y tomar nota**. No es solo fijarse en lo que uno ve, sino apuntar para fijar ideas, hechos, cultura. Esto está poco desarrollado en nuestra sociedad y el resultado no es bueno. Ir a una conferencia, a una exposición, y no apuntar nada hace que aquello, al cabo de un breve tiempo, se olvide y desaparezca de nuestra mente.

Los mejores alimentos para elevar la inteligencia son:

1º. Enseñar a pensar. Aprender a razonar con argumentos. Ideas sólidas, claras, terminantes, bien fundadas. Y esto hay que aprenderlo desde jóvenes. Educar consiste en enseñar a pensar; la cultura enseña a vivir.

2º. Cultivar la lectura. La lectura es a la inteligencia lo que el ejercicio físico es al cuerpo. Se trata de un hábito positivo que enriquece a la persona. Hoy vamos a contracorriente y es en la familia donde se debe promover. Una de las principales puertas de la cultura es la lectura. Nos lleva a la belleza interior.

3º. Saber hacer juicios. Valorar los hechos que nos suceden y que vemos a nuestro alrededor para distinguir lo positivo de lo negativo, lo valioso de lo que no lo es, lo fundamental de lo anecdótico. Es saber dar a las cosas que nos pasan la importancia que realmente tienen.

Inteligencia es saber gestionar bien la trayectoria personal en sus grandes temas.

Enrique Rojas es Catedrático de Psiquiatría

