

# El budismo y las TIC

*La felicidad, el aquí y el ahora en el ser humano, un abrebocas para considerar la influencia de las TIC. Recomendaciones para hacer de la cotidianidad una fuente de vida placentera.*

Carlos Velásquez Londoño

## Introducción

Cuando me preguntaron si quería escribir un artículo sobre la visión del budismo acerca de los aportes positivos o negativos de las TIC acepté con gusto porque más allá de lo evidente, como que las TIC han unido al mundo y les han facilitado la comunicación instantánea a miles de millones de personas, o que por otro lado han irrumpido en la privacidad de las personas, hay tres puntos que quisiera comentar. Uno inmediato y que nos afecta a todos por igual, otro a mediano plazo

que genera dilemas éticos, y otro a más largo plazo que para algunos puede ser inquietante y para otros muy emocionante.

## El aquí y el ahora

Todos en algún momento hemos tenido sensaciones de profundo bienestar, por ejemplo, armando un rompecabezas, resolviendo un crucigrama, dando un paseo o leyendo un buen libro. El budismo dice que el bienestar que sentimos no proviene de afuera, de la actividad que estemos haciendo, sino

de lo que podríamos llamar el estado meditativo, de concentración en una actividad, sin distracciones, sin miedos, sin ansiedad y sin grandes expectativas. El bienestar realmente proviene de estar disfrutando el momento presente, con atención plena a lo que estamos haciendo.

Los psicólogos occidentales habían querido probar esta hipótesis, de que nuestra felicidad no depende tanto de qué estemos haciendo, como de lo concentrados que estemos mientras desarrollamos dicha actividad. Pero, los estudios en laboratorio no se consideraban adecuados, porque sacaban de su medio natural al individuo y lo llevaban al laboratorio que es un medio totalmente artificial, y esto podía sesgar las respuestas. Ellos querían hacer estudios de campo donde pudieran preguntar a los participantes por su actividad, estado de felicidad y tipo de pensamientos que estuvieran teniendo en ese momento, pero la complejidad y costo de tener investigadores acompañando a los participantes 12 horas al día, hacía imposible dicho estudio.

Fue gracias a las TIC que los psicólogos lograron hacer un estudio que validó la hipótesis inicial. Todo esto se logró con la introducción del iPhone. Me refiero a una aplicación desarrollada para este teléfono, que les permitió a los psicólogos administrar una prueba de campo, en tiempo real, a 5.000 participantes, en 83 países, sin abandonar su rutina y obtener más de 250.000 respuestas.

La investigación fue realizada por Matthew Killingsworth y Daniel Gilbert, publicada en noviembre de 2010, en el número 330 de la revista *Science*, bajo

el nombre “A Wandering Mind Is an Unhappy Mind”.<sup>1</sup> Ésta valida la hipótesis de que nuestro estado de concentración en lo que estemos haciendo es mejor predictor de nuestra felicidad, que la actividad que estemos desarrollando. Demostrando así, que el estado meditativo es lo que nos genera felicidad o bienestar.

Por lo tanto, las aplicaciones del celular como el correo electrónico, WhatsApp, Twitter, Instagram, Facebook, etc., que nos distraen cientos de veces al día, no sólo bajan nuestra productividad, sino que nos alejan del estado meditativo, y nos roban bienestar y felicidad de manera permanente, así no nos estemos dando cuenta.

El budismo nos recordaría que la felicidad no la podremos encontrar en el exterior, sino que es un estado que debemos cultivar en nuestra propia mente. Y, por lo tanto, nos recomendaría que evaluáramos de una manera objetiva qué tan indispensable es nuestra respuesta inmediata a todos estos distractores externos, o si podemos desconectarnos del celular por algún tiempo todos los días. ¿Será que si vamos a dar un paseo podemos dejar el celular en casa? O ¿si vamos a leer un libro podemos apagar el celular durante 30 minutos? Intentémoslo y veamos qué efecto tiene. Si nos sentimos peor habremos descubierto que sufrimos de una adicción, y esta debe ser tratada. Si nos sentimos mejor habremos descubierto una manera de ser más felices.

---

1 Gilbert, D., Killingsworth, M. (2010) *A Wandering Mind Is an Unhappy Mind*. Recuperado de [http://www.danielgilbert.com/KILLINGSWORTH%20&%20GILBERT%20\(2010\).pdf](http://www.danielgilbert.com/KILLINGSWORTH%20&%20GILBERT%20(2010).pdf)

## El futuro cercano

Para el budismo no hay cualidad humana más importante que el amor bondadoso o compasión activa, no sólo hacia nuestros seres cercanos, sino hacia todos los seres que nos rodean.

Aplicaciones como Skype o Facebook nos permiten mantener lazos de amistad con familiares o amigos a grandes distancias, y eso está muy bien. Las redes sociales nos conectan con las desgracias de pueblos distantes y nos permiten movilizarnos en campañas de solidaridad, lo que también está muy bien. Pero, hay un uso de la tecnología que, aunque no ha llegado a Colombia, sí empieza a generar debates sobre su aplicación en el Japón.

Japón es pionero en robótica y no sólo la usa para fabricar los carros más confiables del planeta, sino que también la usa para fabricar robots domésticos de uso en el hogar.

La profesora Maggie Boden, una figura importante en la robótica en los últimos 50 años, está preocupada por el impacto que pueda tener la utilización de robots en el cuidado de ancianos en el Japón, algo que ya se está proponiendo. Los robots podrán desempeñar sus rutinas de manera impecable, pero una sonrisa amable de una hija mientras cuida de su padre anciano, no será fácilmente replicada por un androide. ¿Es éticamente correcto olvidarnos de la cualidad humana más importante y entregarle el cuidado de nuestros seres queridos a máquinas tremendamente eficientes?

El budismo diría que este uso de la tecnología sería contraproducente, dado que nos permitiría desentendernos de los seres queridos necesita-

dos y, por lo tanto, nos quitaría la preciosa oportunidad de desarrollar y practicar el amor bondadoso o compasión activa. El amor bondadoso es la causa de grandes estados de felicidad, mientras el egoísmo es la causa de nuestros problemas e infelicidades. Por eso, desperdiciar la oportunidad de desarrollar el amor bondadoso con nuestros seres queridos para dedicarnos a propósitos más egoístas, se considera una equivocación.

## El futuro distante

Mientras Maggie Bodden se preocupa de lo inminente, otras grandes mentes se preocupan del futuro distante de nuestra relación con las máquinas.

Hace dos años Stephen Hawking, Bill Gates, Steve Wozniak y Elon Musk coincidieron en que el desarrollo de la inteligencia artificial podría ser la mejor invención de la mente humana, como también la peor pesadilla. Fue Stephen Hawking el más pesimista de todos, al predecir que la inteligencia artificial superará la inteligencia humana y llegará el momento en el cual las máquinas decidan que ya no necesitan a los humanos y que, por el contrario, son una carga que debe ser eliminada. Todavía recuerdo el clásico del cine *2001-Odisea del Espacio* de 1968 y el supercomputador HAL, o la excelente película *Ex-Machina* de 2015 y la encantadora Ava.

Aunque todavía nos puede parecer que estas preocupaciones pertenecen al terreno de la ciencia ficción, las advertencias de hace dos años no cayeron en vano. Hace tres semanas se inauguró en Cambridge, Inglaterra, el *Centro para la Inteligencia Futura*. Un centro multidisciplinario que busca reunir científicos y filósofos para pen-

sar en las implicaciones de la Inteligencia artificial.

Todo esto me recuerda una entrevista que le hicieron al Dalai lama. El Dalai lama se reúne periódicamente con científicos y filósofos en un encuentro patrocinado por el “*Mind and Life Institute*” de Boulder, Colorado,<sup>2</sup> para discutir temas en los que el budismo y la ciencia tienen coincidencias, que son muchos, y cómo ambas disciplinas pueden aprender y apoyarse en la otra. El último encuentro ocurrió en octubre de este año.<sup>3</sup>

Pero la entrevista a la que me refiero se la hicieron hace más de diez años. Hablando sobre la inteligencia artificial y los avances en biomedicina, el entrevistador le preguntó al Dalai lama si él consideraba posible que una mente humana llegase a reencarnar en una máquina inteligente. Para sorpresa del entrevistador la respuesta fue positiva. El Dalai lama dijo que si la inteligencia artificial llegara a desarrollarse lo suficiente, desde el punto de vista del budismo, no habría ninguna razón para no pensar que una mente pudiera reencarnar en un robot.

Según el budismo, una mente humana busca reencarnar en un cuerpo físico que le permita sentir, tener percepciones y que sea lo suficientemente complejo como para elaborar conceptos y luego desarrollar conciencia de sí mismo. Un robot actual ya aporta los tres primeros componentes, el cuerpo físico, la capacidad de sentir a

través de sensores acústicos, ópticos, etc. y la capacidad de percibir o identificar, al compararlos con lo que tienen almacenado en su memoria. Por ejemplo, una cámara fotográfica es sensible a la luz y por eso puede captar imágenes, pero no tiene la percepción de lo captado. Google Goggles sí tiene la capacidad de percibir, al comparar la imagen con lo almacenado en su memoria y hacer una identificación de ésta. Falta que desarrollen la complejidad suficiente para manejar conceptos abstractos y autoconciencia. Sólo es cuestión de tiempo.

Tendríamos no sólo máquinas inteligentes, sino máquinas dotadas de una conciencia, consciente de sí misma, con todas las implicaciones éticas y morales que esto conlleva.

Los optimistas creerán que las máquinas nunca se rebelarán contra sus creadores y aportarán a la solución de los problemas de la humanidad. Los pesimistas creerán que las máquinas sí se rebelarán, y terminarán exterminando a la raza humana.

¿Qué opina el budismo al respecto? Pues lo ve como un gana-gana. Si los robots no se rebelan, la humanidad habrá logrado unos aliados extraordinarios. Y si los robots se rebelan, es porque ya habrán desarrollado las dos cualidades que hoy faltan para que las mentes humanas puedan “reencarnar” en ellos. Entonces no habrá inconveniente; no reencarnaríamos como humanos, toda vez que la raza humana estaría extinta, pero “reencarnaríamos” como humanoides con una mente humana en un cuerpo de robot.

Podríamos decir que las mentes de los ingenieros de sistemas dedicados a la

---

2 Recuperado de <https://www.mindandlife.org/dalai-lama-dialogues/>

3 [www.mindandlife.org](http://www.mindandlife.org)

inteligencia artificial estarían en este momento sentando las bases para una nueva forma de vida. Pasaríamos de la vida basada exclusivamente en compuestos de carbono y dependiente del oxígeno, a la vida basada en compuestos de silicio y dependiente de la energía eléctrica. Estos seres tendrían vidas extremadamente largas, porque el reemplazo de sus partes reduciría su obsolescencia. Podrían viajar por el espacio durante miles de años y conquistar planetas remotos.

Afortunadamente, el budismo y la ciencia no riñen. Como lo dije al inicio, esto puede ser muy inquietante para algunos y muy emocionante para otros. El tiempo nos dirá.

### Conclusión

El budismo ve a la ciencia como un complemento en la búsqueda de la

verdad. La ciencia está dedicada a la búsqueda externa, mientras el budismo está dedicado a la búsqueda interna.

La verdad más alta corresponde al más alto gozo y ambas disciplinas pueden apoyarse y complementarse mutuamente.

Las tecnologías en general y las TIC en particular han sido desarrolladas con fines altruistas de confort y bienestar para la humanidad.

El budismo aplaude la existencia de las TIC por todo el beneficio que han aportado y sólo se limita a recordarnos, que las máquinas deben estar al servicio nuestro y por ello no debemos perder nuestro objetivo, desarrollarnos plenamente en aras de significar el mayor beneficio para todos los seres. 🌐

**Carlos Velásquez.** Lleva más de 25 años practicando el budismo tibetano. Desde 1999 ha sido instructor de meditación y ha dado enseñanzas en Colombia y en varios países de sur, centro y Norteamérica. Ha recibido enseñanzas e iniciaciones de los más altos lamas tibetanos. Tradujo el libro *Enseñanzas sobre la Naturaleza de la Mente* del lama Ole Nydahl. Ha sido cofundador de organizaciones dedicadas a la difusión del budismo tibetano, como la *Fundación Centros Budistas del Camino del Diamante* en Colombia y la *Corporación Karma Kagyu*. Fue coeditor de la revista *Budismo Hoy*. Actualmente, es profesor de *Budismo Tibetano y Meditación* en la *Universidad Nacional de Colombia*. Es *Ingeniero de Sistemas* de la *Universidad de Los Andes* y tiene *MBA* de la *Universidad de Indiana*.