

Es posible que usted crea estar en el súper simplemente decidiendo qué detergente se lleva a casa. ¿Líquido o en polvo? ¿Para prendas delicadas o de color? ¿Con aroma a lavanda o a jabón de Marsella? Sin embargo, una acción en apariencia tan anodina, de las que realizamos en modo automático en chándal cualquier sábado por la tarde, sólo se entiende después de miles de años de ensayo y error en el laboratorio del comportamiento humano.

Porque hubo un tiempo en el que el tatarabuelo de su tatarabuelo tuvo que ocuparse de cuestiones bastante más peliagudas que elegir el producto con el que lavaba la ropa.

«Si nuestros ancestros se encontraban con una serpiente oculta bajo una piedra, la incertidumbre sobre si era peligrosa o no, sencillamente, no se hubiera dado. Se largaban de allí, y rápido», argumenta Kevin Dutton, doctor en Psicología e investigador de la Universidad de Oxford. «Dicho de otro modo, la inmensa mayoría de las decisiones que nuestros antepasados primitivos habrían tomado en el curso de su vida cotidiana habrían sido, muy probablemente, de tipo binario: blanco o negro, o esto o aquello. Y con razón. Las decisiones que se tomaban eran con frecuencia asuntos de vida o muerte. Inundaciones. Tornados. Caídas de rayos. Corrimientos de tierra. Avalanchas. Árboles desplomados...».

Dutton (Londres, 54 años) es el ensayista superventas que publicó *La sabiduría de los psicópatas* en 2013. Ahora vuelve con *Blanco o negro. Cómo vencer al cerebro y escapar del pensamiento binario* (ambos en Ariel), en el que se remonta hasta los tiempos de los cazadores-recolectores para explicar cómo nuestra capacidad cognitiva se desarrolló en un entorno donde la categorización dual del mundo —lucha o huida, acercamiento o evitación— fue clave para la supervivencia. O, dicho de otra forma, para subrayar

...TODOS LOS COLORES DE LA REALIDAD QUE VIVIMOS

La trampa del pensamiento binario.

El ensayista superventas Kevin Dutton analiza en 'Blanco o negro' (Ariel) el mecanismo mental que nos permitió progresar como especie y al que la fragmentación de la realidad está dejando obsoleto. Estamos "como un hombre con un tenedor en un mundo de sopa", afirma

JOSE MARÍA
ROBLES | MADRID

que el salto de la ameba al mono pensante se debió en parte a que éste aprendió a discriminar, clasificar y agrupar con rapidez y frente a situaciones surgidas de la nada.

El problema, apunta el científico británico, es que ya no vivimos en el Paleolítico. Los atajos mentales que entonces fueron imprescindibles para subsistir pueden resultar dañinos en el mundo actual, donde los

avances culturales y científicos han difuminado el blanco y negro prehistórico hasta convertirlo en un horizonte infinito de grises. ¿O acaso se puede hablar de otra tonalidad para referirse a un escenario en el que cuestiones como la inmigración o la subida de impuestos generan opiniones mucho más allá del *esto o aquello*?

«Una estadística que encontré cuando estaba

escribiendo el libro indica que nuestro cerebro recibe hoy en 24 horas tanta información como la que recibía un cerebro en la Gran Bretaña rural de la Edad Media en el transcurso de toda la vida», apunta Dutton. El kit de herramientas utilizado durante generaciones, por lo tanto, se ha quedado obsoleto para el ciudadano del siglo XXI. De forma que éste, como le gusta decir entre risas al psicólogo cuando cita a Noel Gallagher hablando de su hermano Liam, está tan descolocado «como un hombre con un tenedor en un mundo de sopa».

«Nacemos con lo que llamo *instinto de categorización*, que sirve para simplificar el mundo, ahorrar tiempo y facilitarnos las cosas», explica a través de videollamada el psicólogo,

un poco acatarrado días después de correr el maratón de Londres. «Obviamente, ahora ese instinto presenta desventajas. Cuando trazamos líneas establecemos divisiones, y esas divisiones luego se traducen en categorías como *Nosotros y Ellos*, que se han vuelto especialmente importantes en la era de internet y las redes sociales. Por eso cuando surgen debates como el del aborto o la eutanasia no pensamos como científicos; tendemos a pensar como

abogados: no tratamos de averiguar dónde está la verdad, sino ganar la discusión. Y éste es uno de los principales motivos de la polarización de dichos planteamientos».

Después de una pandemia global, y en un clima de intolerancia cultural y extremismo populista que el Covid ha inflamado más todavía,

