

“Despejando los ruidos que impiden la meditación “

Por: Lisandro Prieto Femenía. 13/01/2025

“El ser necesita del hombre para ser resguardado, no como objeto de posesión, sino como aquello que otorga sentido” (Heidegger, 1997, p. 61).

Hoy queremos invitarlos a reflexionar sobre un aspecto presente en la obra titulada “*Meditación*” (“*Besinnung*”), escrita por Martin Heidegger entre 1938 y 1939, publicada póstumamente en 1997, en la que el autor profundiza en sus preocupaciones sobre la técnica, la modernidad y su impacto en la relación del ser humano con el mundo. Este texto, aunque menos popular que “*Ser y tiempo*” (1927), es una pieza central para comprender la transición de Heidegger hacia su análisis más maduro sobre la esencia de la técnica y el pensar meditativo, escrita en una Europa marcada por la crisis existencial y política que culminaría en la Segunda Guerra Mundial.

Intentar comprender el carácter instrumental de la técnica es crucial, aún hoy, para tener en cuenta la propuesta alternativa que Heidegger nos brinda: la posibilidad de un pensar que vaya más allá del cálculo y permita una relación más auténtica con el ser. No es casual la elección de este tema en la actualidad, puesto que vivimos en un mundo cada vez más dominado por el avance tecnológico y la lógica de la eficiencia que se contraponen casi directamente a la meditación: Heidegger nos desafía a mirar más allá de ese pensamiento calculador que prevalece en la modernidad-posmodernidad, para recuperar un tipo de pensar más profundo que permita reconfigurar nuestra relación con el ser y con el mundo.

Ahora bien, querido lector, es preciso que nos preguntemos: ¿Qué es la técnica? En “*Meditación*” (1997), Heidegger la presenta como algo que trasciende el simple conjunto de herramientas o medios para alcanzar fines. Según él, la técnica moderna representa un modo específico de desvelamiento (*Entbergung*), es decir, un proceso mediante el cual el ser se muestra al ser humano. Sin embargo, este desvelamiento es, paradójicamente, un enmascaramiento, puesto que la técnica no sólo condiciona cómo percibimos el mundo, sino que también limita nuestra comprensión del ser en su totalidad.

Este posicionamiento de Heidegger respecto de la técnica revela la visión inexorablemente macabra de la misma: el mundo no es tanto un conjunto de cosas con sus propios significados intrínsecos, sino una reserva de recursos disponibles para ser explotados. Este fenómeno, que describe como “*Gestell*” (estructura de emplazamiento), reduce todo a meros instrumentos al servicio de la utilidad y la eficiencia: el ser humano, bajo esta lógica, deja de relacionarse con su mundo desde una perspectiva contemplativa y abierta, sino que adopta un enfoque estrictamente instrumental y calculador que cosifica tanto a las cosas como a las personas. ¿Les suena conocida la canción?

“La técnica no es únicamente un hacer; la técnica es un modo de desocultamiento. Allí donde domina la técnica, la verdad misma como desocultamiento se transforma” (Heidegger, 1997, p. 19).

El “enmascaramiento” del ser que produce la técnica moderna radica, pues, en que oculta otras posibilidades de desvelamiento. Justamente por ello, Heidegger advierte que esta forma de relacionarnos con el mundo se ha vuelto tan predominante que amenaza con excluir otro modo de pensar o ser. En este sentido, la técnica no es neutral, ya que condiciona nuestra percepción de la realidad y redefine nuestras prioridades existenciales, subordinadas al dominio de lo útil y lo eficiente (y eso que Heidegger jamás llegó a conocer los famosos algoritmos de las redes sociales).

De todos modos, nuestro autor no condena a la técnica en sí misma, sino más bien al modo en que se ha absolutizado en la modernidad, y lo deja en claro cuando sostiene que “*la esencia de la técnica no es algo técnico*” (Heidegger, 1997, p. 22), indicando con ello que el problema no radica en la técnica como herramienta, sino en cómo hemos permitido que domine nuestra comprensión del ser y nuestra relación con el mundo. ¿Se dan cuenta de lo profundamente profético que fue el pensamiento heideggeriano, en este sentido puntual de cómo el avance tecnológico, lejos de ayudarnos a pensar más y mejor, nos aísla, aliena y atomiza?

Evidentemente, este análisis tiene implicaciones profundas para el pensamiento contemporáneo, pues nos invita a pensar sobre cómo las tecnologías actuales- desde la inteligencia artificial hasta las redes sociales- tienen el potencial de configurar nuestra visión del mundo y nuestra interacción con él. En este sentido, es valioso el desafío que nos propuso Heidegger a considerar si la creciente tecnificación de nuestra existencia no está enmascarando aspectos fundamentales

de lo que significa ser humano, y si aún es posible recuperar una relación más auténtica con el ser.

Habiendo llegado a este punto del análisis, es necesario que nos preguntemos: ¿Por qué es tan necesario retornar a la meditación? Como dijimos previamente, Heidegger propone un retorno al pensar meditativo como alternativa al pensamiento calculador y utilitarista que predomina en la modernidad porque para él, meditar no es simplemente reflexionar, sino un acto profundamente ontológico: implica detenerse, escuchar, abrirse al ser, en contraposición a la lógica aturdidora del cálculo técnico que busca dominar, poseer y controlar.

Dicho pensamiento meditativo se caracteriza por su apertura y receptividad, en tanto que no busca resultados inmediatos ni se rige por la necesidad de la utilidad. En cambio, se trata de un ejercicio de autoexamen que implica enfrentarse con las cuestiones fundamentales de nuestra existencia finita: este pensar no es una actividad pasiva, sino un compromiso activo con el ser, una disposición para dejarse afectar por aquello que está más allá del dominio técnico-

“Meditar significa situarse en aquello que es digno de ser pensado”
(Heidegger, 1997, p. 34).

¿Para qué defender la meditación, entonces? Pues para considerarla un modo de pensar esencial que contrarresta la alienación producida por el dominio de la técnica moderna: mientras que el pensamiento calculador se enfoca en el “cómo” de las cosas, la meditación se pregunta por el “qué” y el “por qué”. Está claro que es un enfoque que permite una relación más auténtica con el mundo y con uno mismo, ya que no reduce la existencia a un mero recurso utilizable.

“La meditación nos lleva a una región en la que el ser humano puede encontrar su esencia en relación con el ser, no como amo, sino como guardián” (Heidegger, 1997, p. 40).

Ahora bien, tenemos que considerar un aspecto esencial de la meditación, a saber, el silencio. Para este tipo de pensar, es necesario alejarse del ruido constante que caracteriza a la modernidad, tanto literal como metafóricamente. Este silencio, lejos de ser un vacío, se convierte en un espacio fecundo donde el ser puede manifestarse ya que sólo en la quietud del pensar meditativo podemos experimentar la profundidad de lo que significa ser, sin las distracciones propias del pensamiento

técnico.

La defensa que hace Heidegger de la meditación tiene un carácter profundamente ético y existencial: en un mundo dominado por el pragmatismo, las distracciones intrascendentes y la eficiencia, el pensar meditativo irrumpe como un acto poderosísimo de resistencia frente a un proceso feroz de deshumanización. No se trata de una simple práctica filosófica, sino de un modo de vida que nos invita a reencontrar el sentido de nuestra existencia: el peligro no radica tanto en las dificultades para meditar, sino en la decadente actitud humana de rechazar permanentemente siquiera la posibilidad de intentarlo. Así estamos...

Recordemos que para Heidegger, el pensar meditativo encuentra su núcleo en el retorno a la pregunta fundamental por el ser, una interrogante que la modernidad técnica ha relegado en favor de la eficacia al servicio del progreso material. Preguntarse por el ser implica detenerse y reflexionar sobre lo que significa existir, sobre nuestra relación con el mundo y con quienes nos rodean. Este retorno a la pregunta ontológica es, en esencia, un acto de meditación que busca trascender la superficialidad de las respuestas utilitarias con las que nos bombardean a diario.

“Solo cuando volvemos a preguntar por el ser nos encontramos con aquello que da fundamento a todo lo que aparece” (Heidegger, 1997, p. 47).

Consecuentemente, el pensar meditativo, al situar al ser en el centro, nos libera del dominio absoluto de lo técnico y nos devuelve a un espacio donde la existencia es digna de ser contemplada en su riqueza y complejidad: volver a la pregunta por el ser es, por tanto, un acto de resistencia filosófica frente al olvido del ser que caracteriza la modernidad y su hija decadente que la llevó hasta los extremos más absurdos y violentos, a saber, la postmodernidad.

Ahora bien, usted se preguntará: “¿Cómo escuchamos al ser?” En el marco de la meditación, Heidegger otorga una importancia crucial al lenguaje como el lugar donde el ser se manifiesta: escuchar el lenguaje del ser no significa interpretar palabras o conceptos, sino estar atentos a la forma en que el ser se desvela en nuestra experiencia cotidiana. Para ello, es necesario cultivar una actitud de apertura y receptividad, lejos de la manipulación mediática que impone significados predefinidos y masticados. En otras palabras, queridos míos, apaguen un rato la tele y el dispositivo móvil, fíjense cuánto tiempo aguantan y me cuentan cómo les va contemplando por su cuenta. Esta idea no hace otra cosa que reafirmar la

importancia de la meditación como un ejercicio de escucha profunda, en un mundo de aturridos en el cual pareciera que nadie quiere escuchar a nadie, ni siquiera a sí mismos: en una vida saturada de ruido- literal y simbólico-, el pensar meditativo nos convoca a silenciar las distracciones para captar el susurro del ser, que no se revela en la lógica del consumo, sino en la serenidad del lenguaje auténtico.

“El lenguaje es la casa del ser, y en su morada habita el hombre” (Heidegger, 1997, p. 53).

Por último, el acto de meditar culmina en el llamado a “cuidar del ser”. Para Heidegger, este “cuidado” no es una acción concreta, sino más bien una actitud ética y ontológica que implica vivir en consonancia con el ser, sin buscar dominarlo ni explotarlo. Cuidar del ser es asumir una clara responsabilidad hacia aquello que fundamenta nuestra existencia y la del mundo. Este cuidado también se opone al *Gestell* de la técnica, que reduce todo a recurso y olvida el carácter sagrado del ser. En cambio, el “cuidar” implica una relación respetuosa y contemplativa, una forma de estar en el mundo que valora la profundidad sobre la superficialidad y el sentido sobre la utilidad.

Fotografía: SudOeste BA

Fecha de creación

2025/01/13