

CAPÍTULO VI

LA ATENCIÓN

Lugar de la atención en la mente.—La atención es condición importante para todas las clases de operaciones mentales; sin la atención, no hay pensamiento claro, ni sentimiento vivo, ni acto deliberado. Esta cooperación de la atención es especialmente notable en las operaciones intelectuales. Los objetos que se presentan á nuestros sentidos no se distinguen bien unos de otros, ni se clasifican debidamente, sino cuando fijamos bien la atención en ellos; y así las impresiones presentes no ejercen todo poder de evocar las cosas con que están asociadas sino cuando las retenemos en presencia de la mente por un acto de la atención. Todo pensamiento abstracto es claramente un estado activo del alma que supone la fijación voluntaria de la atención. Vemos, por tanto, que la atención está íntimamente relacionada con las operaciones intelectuales, aunque es una forma de acción y presupone en su mayor desarrollo un esfuerzo de la voluntad. Es la cooperación de la parte activa del alma en las operaciones intelectuales, y una de las grandes fuerzas determinantes del desarrollo intelectual. Por consiguiente, convendrá dar una breve explicación de ella antes de proceder á la exposición del entendimiento, reservando la de sus formas superi-

ores para cuando consideremos la naturaleza de la volición.

Definición de la atención.—Podemos definir de un modo aproximado la atención, diciendo que es la dirección propia y activa de la mente á todo material ú objeto que se presenta á esta en el momento.* Así viene á significar lo mismo que “conciencia” de lo que se presenta á la mente; si bien el campo de la atención es más reducido que el de la conciencia. Podemos tener conciencia muy vaga ó confusa de alguna sensación corporal como el hambre, ó de algún recuerdo poco preciso, etc., sin hacerlo objeto de atención. Esta implica la intensificación de la conciencia, su concentración ó estrechamiento, reduciéndola á una parte definida y limitada del conjunto presentado á la mente; ó, en otros términos, supone como que se dirigen los ojos del alma en un sentido particular para ver con la claridad posible los objetos situados en aquel punto.†

Siendo la atención un estado de tensión activa de la mente, es contraria al estado de relajación mental en que no hay esfuerzo consciente para fijarnos en ningún objeto particular; lo cual viene á ser lo que el maestro suele llamar falta de atención, que es un estado de descuido ó pereza comparado con otro de actividad y diligencia.

Direcciones de la atención.—La atención se dirige en dos sentidos principales, es decir, á dos grandes cam-

* El lector debe cuidar de no confundir el “objeto de la atención” con el “objeto externo,” según lo entendemos comunmente. Como veremos en seguida, el primero incluye al segundo, y es mucho más vasta su extensión.

† La idea de la actividad mental en su más amplio sentido, ó sea de la tensión mental, la sugiere directamente la etimología de la palabra, pues viene del latín *ad tendere*, que significa estirar ó extender (es decir, la mente hacia tal ó cual punto).

pos de observación. 1°. El primero de ellos es el de las impresiones externas, como las vistas, los sonidos, etc., que forman el mundo de los sentidos. Cuando el maestro habla de atender, por lo general significa con esta palabra el escuchar ó mirar diligentemente. Esta es la dirección de la atención hacia afuera, ó atención externa. 2°. Á más de atender á las impresiones externas, puede atenderse á imágenes, ideas y pensamientos internos. Esto constituye la segunda dirección principal de la atención, ó atención interna. Toda atención intelectual, la que se emplea para aprender ó para llegar á conocimiento de las cosas, es atención dirigida á las impresiones externas ó á ideas internas. Cuando atendemos á las sensaciones de placer y de dolor, parece que lo hacemos fijando la atención en la causa que produce la sensación, la cual causa tiene que ser un objeto externo ó una idea interna. Finalmente, al atender á nuestros actos, fijamos la mente en la idea del resultado que inmediatamente buscamos; y así, en todos los casos, el objeto de la atención es ó alguna impresión externa, ó alguna idea interna, ó algún pensamiento.

Efectos de la atención.—El efecto inmediato de un acto de atención sirve para dar mayor fuerza, viveza y claridad á su objeto. Una impresión de sonido, como el toque de una campana, resulta más viva y definida cuando dirigimos la atención á ella. También resulta claro un pensamiento ó un recuerdo cuando fijamos en él la atención. La intensificación de la conciencia en un sentido particular determina aumento de iluminación mental, y sirve para percibir y comprender claramente las cosas.

La atención produce notables efectos en las sensaciones. Dificilmente afecta á nuestra alma un daño corporal grave si por causa de alguna excitación excepcio-

nal no puede la mente atender á ese daño. Sabido es que los soldados heridos durante la pelea apenas sienten dolor alguno en aquel momento. Por otra parte, una sensación poco viva de incomodidad, como una irritación de la piel, se hace muy desagradable si se fija la atención muy particularmente en el punto del cuerpo en que se siente la molestia. Finalmente, nuestros actos resultan más vigorosos, enérgicos y precisos cuando fijamos la atención en los objetos que nos proponemos.

Fisiología de la atención.—El asiento de la atención parece estar situado en la región superior de los centros nerviosos de los hemisferios cerebrales. El mecanismo de la atención comprende probablemente la intensificación de la actividad en ciertas regiones del cerebro, la cual se produce por un impulso procedente de los centros nerviosos dominantes. De este modo, por ejemplo, los centros nerviosos empleados en la audición, se ponen en un estado de excitabilidad excepcional cuando escuchamos á alguien que lee ó canta. Al propio tiempo que esta concentración de energía nerviosa en determinadas regiones del cerebro, el acto de la atención externa supone importantes arreglos ó acomodamientos musculares (como los necesarios para dirigir la vista á un objeto), que son indispensables para recibir claras impresiones de los sentidos.

Extensión de la atención.—Toda atención es un estrechamiento del campo de la actividad mental, y en cierto modo una concentración de la mente en un punto dado. Pero no todos los actos de atención abarcan igual extensión. Así como al contemplar un paisaje podemos fijar la vista en una parte mayor ó menor del mismo, la mente puede dirigirse sobre una parte mayor ó menor de las cosas que son objeto de su atención.

Puede decirse, en general, que cuanto mayor núme-

ro de cosas tratamos de incluir en nuestra mirada mental, menos claro es el resultado que obtenemos. Esto se ve muy bien siempre que se procura atender á varias cosas distintas á un tiempo, como cuando estamos leyendo un libro y escuchando una conversación. "Una cosa á la vez," es la ley de la actividad mental, y sólo es posible efectuar distintas operaciones mentales cuando la repetición y el hábito nos eximen de fijar mucho la atención, como cuando hacemos alguna operación manual que nos es familiar y escuchamos lo que otra persona nos está diciendo al mismo tiempo.

Con todo, si se trata de varias impresiones relacionadas ú objetos de atención, nos es posible hasta cierto punto incluirlos en un mismo terreno de observación. Así podemos fijar la atención en las facciones de una cara en sus relaciones de proporción, ó en una sucesión de sonidos musicales en sus relaciones de ritmo, etc. Esta observación simultánea de varias partes, detalles, ó miembros de un grupo, se facilita grandemente por la transición rápida de la mirada mental de un detalle á otro, como cuando se repasan los varios rasgos de un dibujo artístico, ó los períodos sucesivos de un argumento.

De qué depende el grado de atención.—El grado de atención que se ejerce en un tiempo cualquiera depende de dos circunstancias principales, á saber: de la cantidad de energía nerviosa disponible en el momento, y de la fuerza del estímulo que excita la atención ó la pone en actividad. Si hay gran energía activa, un débil estímulo basta para producir la atención. El niño sano y vigoroso tiene en la primera parte del día una superabundancia de energía que se manifiesta en forma de atención empleada en cosas pequeñas ó que apenas ofrecen interés relativamente; en realidad, su actividad le

induce á buscar objetos en que fijar la atención entre los que le rodean. Por el contrario, el niño débil ó fatigado requiere un estímulo poderoso que excite su actividad mental.

Estímulos externos é internos.—Lo que estimule á un acto de la atención puede ser algo externo, relacionado con el objeto á que se atiende, ó algo interno. El estímulo externo es algún carácter interesante ó notable del objeto mismo, ó de las cosas que le acompañan, del cual se dice que llama la atención y la detiene, como cuando la del niño es excitada por la brillantez de una luz ó por lo extraño de un sonido. El estímulo interno es un motivo en la mente que la hace dirigir su atención en un sentido particular, tal como el deseo del niño de agrandar á su maestro ó de obtener un lugar superior en la clase á que pertenece en la escuela. 13

Atención no voluntaria y voluntaria.—Cuando obra en la mente la mera fuerza del objeto presentado, se dice que el acto de atención es no voluntario.* También puede llamarse reflejo (ó automático) porque tiene notable analogía con el movimiento reflejo, es decir, con el movimiento que sigue al estímulo sensorio sin la intervención de un propósito consciente. Cuando atendemos á una cosa por el impulso de un deseo, como la curiosidad, lo hacemos por un acto de la voluntad ó voluntariamente. Aunque estas dos formas de la atención se distinguen bien una de otra, ambas son actos de la mente, y es de notarse que se favorecen mutuamente en la vida mental.

Atención refleja.—Esta es la primera forma de la atención, y la que interesa especialmente al maestro en los primeros períodos de la instrucción. La dirección de

* Preferimos el término *no voluntario* al de *involuntario*, para indicar la mera ausencia de la volición, y no la oposición á la voluntad.

la atención se determina entonces para la mente más bien que por la mente; y es guiada por la fuerza atractiva que obra en el momento.

La atención en su forma más simple es una dirección momentánea de la atención debida á la acción de algún estímulo sensitivo poderoso, como una luz brillante, un sonido fuerte, etc. Todo maestro conoce el valor que tiene el hablar con énfasis para llamar la atención; y este efecto es debido en parte á la acción de impresiones fuertes de los sentidos al excitar la actividad mental.

Ley del contraste y de la novedad.—Esa dirección momentánea de la atención se rige por la ley del contraste ó cambio. Según este principio, una impresión que no varía y se prolonga deja de producir efecto mental. El ruido constante de un molino, por ejemplo, pronto deja de notarse por el que vive cerca; lo cual proviene parcialmente de que un estímulo fuerte y prolongado fatiga el centro nervioso y le hace menos obediente. Pero, además, una impresión prolongada, aunque sea fuerte, pierde su efecto porque deja ya de ejercer fuerza atractiva en la atención. De ahí que el maestro acostumbrado á hablar de continuo ó con mucha frecuencia á sus alumnos en alta voz, pierde la ventaja que podría proporcionarle el hablar en alta voz en algunas ocasiones.

Por otra parte, el repentino cambio de impresiones, como cuando de pronto entra la luz en un cuarto oscuro, ó cuando la detonación de un disparo de escopeta rompe el silencio en el campo, obra como poderoso excitante de la atención. Por la misma causa la excita también un vivo contraste de impresión, como el de un fuerte ó piano en la música, ó el de los colores claros y los oscuros, etc.

La novedad, que es una fuerza tan poderosa en la

niñez y una fuerza considerable en todo el resto de la vida, no viene á ser sino una nueva ilustración de la ley del contraste; porque si algo nuevo llama la atención, consiste en que contrasta con las circunstancias y experiencia ordinarias, estimulando y excitando la mente de manera muy parecida á como lo hace un vivo contraste.

Interés.—Cuando se dice que atendemos tan sólo á lo que nos interesa, se hace referencia á la excitación de cierta suma de *sentimiento*. Este obra como una fuerza que detiene la atención y la conserva fija durante un tiempo apreciable. De modo que el atender á lo que nos interesa es siempre algo más que la dirección momentánea de la atención; y ese sentimiento de interés puede producirse de diferentes modos.

1°. El interés se excita, en primer lugar, cuando el objeto que lo llama es en sí agradable y bello y capaz de producir placer inmediato en el acto mismo de atender á él. El niño de pecho fija largo tiempo la vista en la luz de una lámpara porque su efecto es placentero. La producción de placer relacionada con cualquiera clase de actividad, tiende á intensificar y prolongar la misma actividad, como luego veremos. Esto es lo que constituye el germen del interés estético.

2°. Otra gran causa productora del interés en las cosas, es su conexión con las impresiones gratas ó dolorosas de nuestra experiencia. El tierno niño manifiesta el más vivo interés cuando ve preparar su alimento, su baño, etc.; escucha todo lo que le proporciona un placer conocido ó se refiere á los objetos que posee, á sus diversiones, etc. En todos los estados de temor vemos también la atención activamente aplicada á lo que se relaciona con el dolor ó sufrimiento. Este efecto de la relación ó asociación de lo placentero ó doloroso al fijar

la atención, es el fundamento de lo que llamamos interés práctico.

3°. Por último, el interés puede tomar una forma más distintamente intelectual, que implique el germen del deseo de comprender una cosa y el anhelo de poseer conocimientos por lo que en sí mismos valen. Este interés intelectual es lo que vulgarmente se llama curiosidad; y se origina de distintos modos. Proviene más naturalmente del sentimiento de admiración de lo nuevo, extraño y misterioso, como cuando el niño ve salir luz de una botella llena de ácido carbónico y quiere saber la causa. En muchos casos, sin embargo, proviene de la sensación de deleite producida por lo que es bello, como cuando el niño se interesa por conocer lo que se refiere á una linda flor ó á un pájaro bonito. Por último, el interés intelectual se promueve grandemente por el principio de asociación; y la curiosidad de los niños es guiada en gran parte por la misma. Lo que ocasiona los placeres y favorece los fines prácticos del niño, tiende á convertirse en objeto de verdadera curiosidad intelectual.

Familiaridad é interés.—La mera novedad, aunque es poderoso llamativo de la atención y es capaz de inducir á la curiosidad, rara vez basta para detener y fijar la atención en una actitud ó acto prolongado. Lo que es absolutamente extraño y por lo mismo no sugiere nada á la mente del niño, suele ser objeto de indiferencia. Al andar por una nueva calle, el niño generalmente observa aquellas cosas que de algún modo le recuerdan lo que ya conoce ó le gusta, por ejemplo, los juguetes que ve en el escaparate de una tienda. Por tanto, mientras la ley del contraste nos dice que la completa familiaridad con un asunto es fatal al interés, las leyes del interés intelectual nos enseñan que es esencial

cierto grado de familiaridad. El principio establecido en la educación intelectual moderna, de que debe haber una transición gradual de lo conocido á lo desconocido, no sólo está de acuerdo con las necesidades del movimiento y desarrollo intelectual, sino también con las leyes naturales del desarrollo de aquellos sentimientos de interés que inspiran atención y ponen así en juego las facultades intelectuales.

Transición á la atención voluntaria.—El desarrollo del interés y curiosidad determina una transición natural de la atención no voluntaria á la voluntaria. La prolongación del acto de la atención implica el germen de la volición. Así el mantenimiento de la actitud expectante de la mente de los alumnos en la escuela, cuando el maestro presenta materias interesantes, se debe á una vaga anticipación del placer que se espera sentir y á un deseo de lograrlo. Esto manifiesta cuán gradualmente la forma primitiva é inferior va pasando á ser la última y superior. Al suplir el maestro materia interesante á sus discípulos y excitar en ellos un sentimiento de interés placentero, está preparando el camino para los ejercicios de la voluntad en lo que se llama atención voluntaria.

Acción de la voluntad en la atención.—En el presente período de nuestro estudio es imposible explicar todo lo referente á la atención voluntaria; la cual, siendo una forma de voluntad ó volición, obedece á las leyes de la volición, que se expondrá más adelante; y aquí bastará indicar los efectos de la acción voluntaria al ensanchar el campo de la atención y modificarla en su carácter.

Lo que se llama atención voluntaria no es una fase enteramente nueva del proceso. Después que la acción de la voluntad ha sobrevenido, las fuerzas de la aten-

ción no voluntaria siguen siendo activas como *tendencias*; y éstas limitan el terreno de acción de la voluntad. Así el hombre más práctico en estudios que requieren abstracción encuentra que hay alguna fuerza de estímulo externo, como cuando el atractivo de una bella melodía le distrae contra su voluntad.

Aunque sin duda podemos (dentro de ciertos límites) *dirigir* la atención en uno ú otro sentido á voluntad, no tenemos el poder de conservar la atención enteramente fija en cualquier objeto que nosotros mismos, ú otra persona cualquiera, elijamos. Algo más es necesario para la viva acción recíproca de la mente y del objeto á la cual llamamos estado de atención; se necesita el interés. Por un acto de su voluntad una persona puede resolver dirigir la atención á algo, por ejemplo, á cualquier trozo de un escrito; pero si después de esta operación preliminar de aplicar la vista mental, no presenta el asunto ninguna fase interesante, ningún esfuerzo volitivo producirá estado de concentración tranquila y reposada. La voluntad pone en relación la mente y el objeto; pero no puede obligarlos á unirse. El maestro nunca logra por fuerza que la mente del niño comprenda y se apropie, por medio de la concentración, un asunto que no le convenga y que por consiguiente no le interese. Así vemos que la acción voluntaria no se excluye del dominio del interés; lo que hace la voluntad es determinar la especie de interés que haya de prevalecer en el momento.

La importancia de ese acto inicial de la voluntad al determinar la dirección de la atención, depende de que en muchos casos el interés vivo no se desarrolla sino después de que la mente y el asunto ú objeto han permanecido en contacto algún tiempo. Muchos asuntos no descubren sus atractivos desde luego y superficialmente,

sino sólo después de haberse examinado con más detenimiento. El encanto de una poesía ó el de un problema geométrico se hace sentir de un modo gradual. De ahí que si al niño se le puede inducir á ejercitar su voluntad desde un principio bajo la influencia de algún motivo interno separado del objeto, como el deseo de complacer á sus padres ó al maestro, ó de obtener por el estudio alguna ventaja material, sentirá con frecuencia el encanto de nuevas é inesperadas especies de interés. El emprender un nuevo ramo de estudios proporciona ejemplo de esa sustitución gradual de una actividad agradable y fácil por otra relativamente difícil é ingrata. 14

Desarrollo de la atención. Período primitivo.—Explicadas la naturaleza y leyes de la atención y de sus dos principales formas, bastarán algunas palabras para dar idea de las fases sucesivas de su desarrollo. Ya se ha observado que la forma primitiva de la atención es la refleja ó voluntaria. Por el frecuente ejercicio de su actividad promovida por estímulos externos, la facultad adquiere cierto grado de desarrollo, con independencia de todo auxilio de la voluntad. Queremos decir, que después de cierto número de ejercicios basta un estímulo menos poderoso, en ausencia de otros más fuertes, para producir la atención. Dirigiendo la atención una y otra vez á objetos brillantes, como la luz del quinqué, el niño se está preparando para dirigirla (aunque sin voluntad todavía) á la cara de su madre, á sus propias manos, etc., cuando estas cosas están al alcance de su vista. Según adelanta la vida, muchas cosas que al principio eran indiferentes se hacen interesantes. Las cosas que acompañan á otra que sea interesante por sí, adquieren, con arreglo al principio de asociación, un interés prestado ó derivado. De este modo el niño de poco tiempo tiende á observar los movimientos y accio-