

# Acerca de la mente y la construcción de la realidad

Yesenia Lindeman Vergara

Médica Psiquiatra. Instituto Colombiano del Sistema Nervioso - Universidad El Bosque

Correspondencia: yesselindeman@gmail.com

## Resumen

Realidad, es un concepto abstracto con el que corrientemente nos referimos a un conjunto de lo que existe, a lo que damos cualidad de efectivamente verdadero, en contraposición a lo ilusorio o falso. El intento para alcanzar esta verdad desde el mito, la filosofía, la ciencia ha llevado al descubrimiento de la imposibilidad de aprehender "lo real". El presente trabajo pretende reflexionar sobre estos elementos apoyándose en la filosofía, la física, la neurobiología y el psicoanálisis con el propósito de sostener que la realidad es una construcción devenida de la capacidad de la mente de "darse cuenta", crear pensamientos y comunicarlos en un lenguaje. Esta realidad en la que estamos inmersos nos antecede, nos es transmitida antes del nacimiento, moldea nuestro "lente" para ver el mundo.

## Abstract

Reality is an abstract concept with which we commonly refer to a set of what exists, to which we give quality of actually true, as opposed to the illusory or false. The attempt to reach this truth from myth, philosophy and science has led to the discovery of the impossibility of apprehending "the real." The present work aims to reflect on these elements based on philosophy, physics, neurobiology and psychoanalysis in order to maintain that reality is a construction of the mind's ability to "realize", create thoughts and communicate them in a language. This reality in which we are immersed predates us, is transmitted before birth, molds our "lens" to see the world.

## Introducción

**Realidad, es un concepto abstracto** con el que nos referimos a un conjunto de lo que existe, a lo que damos cualidad de efectivamente verdadero, en contraposición a lo ilusorio, falso o aparente (1).

La realidad (del latín *realitas* y éste de *res*, cosa), *Res* tiene múltiples significados: cosa material, ser en general, hecho, objeto, materia, asunto, circunstancia, experiencia. De ahí que realidad es un término lingüístico

cuyas acepciones fluctúan de aspectos concretos de la experiencia como en el uso cotidiano, a conceptos filosóficos que implican la existencia de una realidad más veraz y plena.

Este artículo pretende explorar brevemente desde la filosofía, neurobiología y la metapsicología distintas apreciaciones de este concepto.

## Filosofía

Desde el inicio del pensamiento filosófico, apariencia y realidad han sido fuente de reflexión filosófica profunda. Podemos recordar la apreciación de Tales de Mileto para quien todo lo existente es agua y la realidad aparente son manifestaciones de la misma en diferentes estados. La observación de Aristóteles “es nuestra razón, no nuestros sentidos, la que nos permite acceder a un conocimiento más ajustado de la realidad” o la conocida alegoría de la caverna de Platón “Solo un duro esfuerzo personal permitirá a los seres humanos romper con las cadenas de un mundo de sombras y apariencias para ascender hacia la captación de lo auténticamente real” muestran como desde la filosofía antigua había cierto recelo frente a la evidente certeza de los fenómenos apreciados por los sentidos.

La epistemología de siglo de las luces llevo a la búsqueda de la verdad independiente del sujeto cognoscente. La intención de la filosofía de la razón era despejar la duda. Se plantea la existencia de una realidad independiente de la experiencia, con un orden y un sentido propios, que por lo mismo puede ser conocida con certeza. Esto implicaría una estricta correspondencia entre las representaciones mentales y el objeto tal como es.

Durante el siglo XX el pensamiento constructivista debate esta posición, un se introduce el reconocimiento de la interdependencia entre observador y mundo observado; aquí la realidad es una construcción inventada por quien observa. Paul Watzlawick dice “real es, al fin y al cabo, lo que es denominado real por un número suficientemente grande de hombres”. Es decir, la realidad es una convención interpersonal (2).

Todas estas diferentes posiciones filosóficas respecto a lo que podemos llamar real, nos llevan a pensar en la imposibilidad de probar como verdadero el mundo tal cual lo experimentamos. Esta incertidumbre permite pensar en posiciones escepticistas como la de Hillary Pullman quien postula que podríamos ser “cerebros en cubetas” a los cuales se han programado para tener una experiencia humana, una hipótesis del tipo de la famosa película Matrix; lo curiosos de esta hipótesis es que no se puede probar que es falsa, ya que, de ser verdadera, la experiencia humana sería tal cual es ahora. Por lo tanto, de acuerdo al escéptico, no podemos conocer ninguna proposición concerniente al mundo externo (proposiciones que serían falsas de ser verdadera la hipótesis (3,4).

Sin embargo, pesar de que no tenemos garantías racionales para creer en una realidad objetiva, no nos queda otra opción sino actuar como si dicha realidad fuera verdadera, de este punto de vista, la realidad es una cuestión de fe.

## Física

En su *best seller* de 2010 Stephen Hawking explica como a pesar de la ambición de la física de investigar los fenómenos físicos con el fin de llegar a un conjunto de principios generales que los expliquen y permitan predecirlos y manipularlos a través de modelos matemáticos, la evolución de la misma ha mostrado las limitaciones de este objetivo (5).

La física clásica proponía la existencia de fenómenos que eran objetivables, es decir que su existencia era independiente del observador, además tenía una visión determinista en donde una vez conocidas las

magnitudes físicas iniciales de un sistema se puede predecir su estado futuro.

Sin embargo, el siglo XX trajo la introducción de la teoría de la relatividad especial, el trabajo de Einstein demostró que el tiempo no puede ser absoluto, a diferencia de lo que había creído Newton, en otras palabras, para un suceso X no es posible asignar un tiempo para el cual todos los observadores estén de acuerdo. Esta teoría implica que todas las medidas se hacen respecto a un marco de referencia (6), conceptos como el tiempo dejan de ser objetivos. Ahora su magnitud depende de desde donde son medidos.

En 1926 Heisenberg introduce el principio de incertidumbre según el cual “cuanto más precisa es la medida de la velocidad de una partícula, menos precisa será la medida de la posición...” dicho en otras palabras, plantea la imposibilidad de conocer los fenómenos en su totalidad. Propone que en la observación de un fenómeno, por ejemplo, iluminar un objeto (lanzar fotones contra él), altera su posición y cantidad de movimiento, es decir, para observar un sistema tenemos que interactuar con él y observar un sistema modifica su curso.

Visto así no solo no podemos conocer con certeza las magnitudes de un sistema dado, sino que la sola observación del sistema lo altera. Todo esto se aleja grandemente de las cosmovisiones positivistas y nos lleva a entender las leyes de la física como modelos de la realidad, que la describen limitadamente desde un marco de referencia, no se puede decir que una observación desde un modelo sea más real que desde otro, en otras palabras, la realidad es inaprehensible.

## La prueba de la realidad versus la construcción de la Realidad

Vemos solo el 5% de nuestra realidad física. Aproximadamente 5% del espectro de la luz a nuestro alrededor, igual con el sonido. Además no captamos ondas electromagnéticas diferentes a la luz. Otros animales poseen sistemas que les permiten reconocer otros aspectos de la realidad física como por ejemplo, un murciélago, una hormiga o un delfín.

Las sensaciones generadas por receptores sensoriales especializados (ojos, oídos, etc) que transforman determinadas características físicas del ambiente en impulsos nerviosos y envían la información resultante al cerebro. En el caso de la vista, las células de la retina envían gran parte, pero no toda la información visual, a través del tálamo, a la parte posterior de los lóbulos occipitales. De manera similar ocurre con la audición, donde la información es llevada a la superficie superior del lóbulo temporal (7).

El hombre ha evolucionado, y se ha adaptado a sus falencias, no es casualidad que las longitudes de onda que podemos ver a simple vista sean precisamente las que el sol emite con mayor intensidad.

Los datos enviados al cerebro desde nuestra retina corresponden a una imagen mal pixelada, con un agujero en su centro. El cerebro llena eso vacíos, lee la disposición bidimensional de los datos de la retina y crea la ilusión de datos tridimensionales, de tal forma que todos estos aspectos de la realidad de los cuales nos sentimos casi siempre tan seguros, como colores, tamaños y formas, literalmente se forman en nuestros sentidos.

Independientemente de las limitaciones físicas, neurofisiológicas, existe otro fenómeno evolutivo que cambió nuestra percepción de la realidad y que se refiere a la aparición de la conciencia. La conciencia es una función mental que brinda la experiencia fenomenológica de “aquí y ahora”, es decir la sensación subjetiva de estar siendo. Los estudios neuroanatómicos han revelado múltiples estructuras implicadas en esta función, una particularmente importante es el sistema reticular activante ascendente (SRA), una estructura compartida por todos los vertebrados. Fisiológicamente implica 2 aspectos siendo uno el estar despierto “*arousal*” y el otro el darse cuenta “*awareness*”.

Los estímulos percibidos brindan información del mundo externo e interno, es así como podemos “darnos cuenta” que es de día, hace frío, tenemos hambre entre otras y de esta forma buscar una forma de adaptarnos o solucionar el problema que ha sido registrado; pero también damos cuenta de nuestros pensamientos, emociones, reflexiones, fantasías (8). Este sistema funciona como una especie de filtro de estímulos, los cuales deben ser procesados por otras estructuras incluyendo la amígdala, el cerebelo, el tálamo y la corteza prefrontal. Estas estructuras interconectadas no solo censan información, sino que modulan la atención, asocian con previas informaciones de la memoria, emociones y crean metacogniciones (9).

Dentro de esta información cuenta también elementos provenientes del mundo interno, los cuales a pesar de no aparecer en la conciencia ejercen un efecto en el reconocimiento de la realidad externa, de tal

forma que la lupa a través de la que vemos la realidad es afectada por las experiencias internas.

Freud fue el primero en advertir que la mayor parte de los procesos mentales ocurren sin que tengamos noticia de ellos; hoy en resulta casi inevitable admitir que muchos procesos mentales de aprendizaje, memoria y pensamiento ocurren sin aparecer en la conciencia, lo que implica que la mayor parte de la información que maneja nuestra mente es de hecho inconsciente. Freud sostenía que conciencia no es sinónimo de mente, puesto que casi toda la vida mental discurre fuera de la conciencia (10). La investigación neurobiológica se ha enfocado en estos fenómenos, Crick et Koch en su estudio sobre los correlatos neuronales de la conciencia, describen como algunos inputs sensoriales desencadenan comportamientos elaborados (generados por la corteza frontal) que aparecen en solo milisegundos de la exposición, aun antes que la información sea registrada en la conciencia. Es decir, aparición de actividad motora inconsciente de cuya información no tenemos cuenta hasta tiempo después que el cerebro inconsciente dispuso realizarla. Una explicación que los autores dan a esto es una función de la corteza de detectar rasgos o cualidades específicos a los que llaman “representaciones globales previas” que activan comportamientos estereotipados inconscientes. Estos automatismos inconscientes actúan en paralelo con la actividad consciente de apreciar un objeto, pero son significativamente más rápidos, actuando a manera de reflejos inconsciente, Crick los denomina *zombie modes* (11,12).

Como podemos entonces saber si lo que creemos percibir es producto de un estímulo

externo o una construcción a partir de elementos internos, miedos fantasías, imaginación, en otras palabras, como sabemos que algo es percibido y no alucinado.

Esta es una cuestión que ha abordado la psiquiatría hace largo tiempo, Pierre Janet (1908), habla de la función de lo real, *fonction du reel*, según él las percepciones son corpóreas y se originan en el espacio objetivo exterior mientras que las representaciones son incorpóreas y provienen del mundo subjetivo interior; otros autores como Breuler y Esquirol plantean a través de sus definiciones una capacidad clara de la mente en la diferenciación entre afuera adentro, presente materialmente versus representaciones de la mente.

Una forma de organizar estos conceptos, implicaría el entendimiento que la percepción no es igual al objeto, Wundt 1874, ya distinguía entre la sensación, donde se captan estímulos aún no diferenciados; la percepción, cuando los estímulos se organizan de manera más o menos definida, y la apercepción, donde ocurre una atribución de significado y una comprensión de la escena o situación. Es decir, a percepción vendría a ser representación mental del objeto que ha estimulado el sensorio (13).

Freud observa un fenómeno singular: el sueño, donde la mente no tiene la capacidad para distinguir entre una representación, fuertemente catectizada, del objeto satisfactorio. En su artículo "Formulaciones sobre los dos principios del suceder psíquico" (1911) (*Formulierungen über die zwei Prinzipien des psychischen Geschehens*) Freud describe la evolución de la mente para diferenciar lo real de lo no real. En el que el predominio del principio de realidad es

sincrónico con el desarrollo de la capacidad para tolerar la frustración ante la no satisfacción del deseo (14).

Para Bion, en el proceso de conocimiento de la realidad, el sujeto la enfrenta con una preconcepción (una expectativa innata), por ejemplo, el bebé tiene una disposición innata que corresponde a la expectativa de un pecho; esta preconcepción que se encuentra con una realización de imagen sensorial y una experiencia emocional.

A través de la experiencia de satisfacción el niño extrae un modelo (necesidad = pecho malo) que es evacuado en la satisfacción con un pecho bueno. Estos elementos concretos de evacuación corresponden a los llamados elementos  $\beta$ , imágenes sensoriales que son objetos en sí mismo, en la satisfacción estos son captados por una madre con suficiente capacidad de *reverie*, que logra recibirlos, contenerlos y modificarlos, de tal forma que en la experiencia de satisfacción no solo se adquiere alimento, sino el modelo de continente y contenido (15).

Bion sin embargo hasta aquí no habla de capacidad de pensar o pensamientos. La capacidad del aparato de pensar, se prueba frente a una experiencia diferente, la experiencia de frustración, aquí el lactante quien espera la satisfacción de una necesidad, se encuentra con la no satisfacción, situación que experimenta como un "no pecho". Si la capacidad para tolerar la frustración es suficiente el "no-pecho" puede ser maneado a través del modelos de transformación previamente interiorizado en la relación madre-bebé y se desarrolla un adentro deviene un pensamiento, aparato para "pensar". Esa brecha entre la necesidad la satisfacción se hace tolerable a través de pensamientos (16).

El caso contrario en que haya una pobre tolerancia a la frustración el “no pecho” malo interno se siente como “la cosa en sí misma”, adecuada solo para ser evacuada a través de la identificación proyectiva.

Señala Bion “La incapacidad para tolerar frustración puede obstruir el desarrollo del pensamiento y de una capacidad de pensar, aunque una capacidad de pensar disminuiría la sensación de frustración inherente a la apreciación de la distancia entre un deseo y su satisfacción”. En otras palabras, el uso incrementado de la identificación proyectiva conlleva a un incremento de la omnipotencia y una negación de la realidad con la consecuente confusión entre la distinción entre el Self y el objeto externo (16).

El “darse cuenta” de la experiencia, conlleva a la selección de unos elementos sensoriales que unidos, los cuales serían características definitorias de la realización, se crea una concepción. La capacidad de abstraer los elementos de la experiencia emocional y transformarlos para que estén disponibles a otra experiencia, es lo que determina la capacidad de pensar experiencias emocionales y por tanto de aprender.

Una vez el sujeto expuesto a una nueva experiencia trae un nombre, un modelo o una teoría (concepción), que encajan con la nueva imagen sensorial y que sufre ahora la misma historia de la preconcepción (dado que no hay 2 experiencias iguales), así se remodela la concepción inicial de lo “verdadero, sabido, correcto” es decir, las nuevas experiencias van remodelando de nuestras experiencias internas y de esta forma “el lente” a través del que apreciamos la realidad. De ahí el valor semántico de la nueva experiencia, su capacidad de introducir significado.

## La transmisión de la realidad

La aparición del lenguaje conllevó a que los sucesos alojados en la memoria se convirtieran en construcciones lógicas, elaboraciones de ideas que definen, explican, dan sentido, eventualmente conforman una construcción colectiva, requerida para

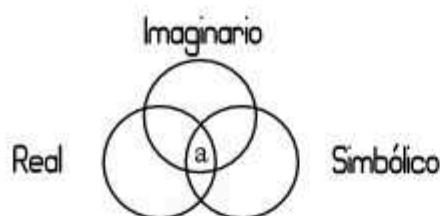
ponernos de acuerdo, una construcción lógica elaborada con ideas, correctas o incorrectas que es común a los miembros de la comunidad (17).

La explicación a los fenómenos físicos se trasmite en una narrativa que regala sentido (origen de los volcanes, rayos, la enfermedad, la muerte), esto no solo calma la ansiedad del individuo, sino que logra integrar a los miembros de la comunidad. Se crea una metarrealidad que corresponde a la cultura.

Cada fenómeno de la realidad física, está representado en una cultura como una construcción colectiva. Una mesa es un concepto reconocido por todos o casi todos, aunque para cada uno, el significado de una mesa sea diferente, la experiencia asociada al concepto es individual.

Lacan describe la experiencia humana en 3 registros, los cuales están intrincados. Al respecto dice: “Cualquier experiencia humana se comprende en base a una articulación de los tres registros, y no de uno solo” Para Lacan aquello que corrientemente llamamos realidad surge en el entremezclamiento de lo simbólico y lo imaginario.

El lenguaje está presente desde el nacimiento; el lenguaje precede al sujeto. El sujeto queda insertado en el lenguaje (la cultura). Antes de



- Lo simbólico: deviene de la cultura
- Lo imaginario: imagen de los otros, de los padres, de uno mismo
- Lo real: es inaprehensible.

nacer el niño, los padres han hablado de él, le han dado un nombre, y le han trazado un futuro, al nacer le dicen “Te pareces a tu papa, tienes los ojos de tu abuela...” Estos son pronunciamientos simbólicos que sitúan al niño en un linaje, por ende, ingresa a la existencia ya inserto en un conjunto de redes sociales, culturales y lingüísticas que él denomina “lo simbólico” y que van a moldear su experiencia de la realidad.

Lacan retoma el signo lingüístico de Saussure (1945), el cual está compuesto por un significante y un significado; el primero corresponde a la imagen acústica y el segundo al concepto.

Una palabra por ejemplo se origina cuando un grupo de personas le otorgan un significado y empieza a ser usada, pero el orden en que se puede usar esa palabra está determinado por un orden, la estructura del lenguaje; ahora, si una palabra ocupa en la mente el lugar de un concepto, la forma como puede relacionarse con otros significantes este predeterminada en la estructura del lenguaje. El lenguaje determina la forma en que puede pensar un sujeto.

Esto indica que solo por medio del Otro (cultura, lenguaje) puede emerger el sujeto, pues el Otro es el poseedor de la cadena significante que contiene lo que puede decirse del sujeto. A partir del ingreso del

significante las cosas existen en otro orden, el orden simbólico. La palabra pone en presencia a la cosa aunque materialmente no esté, la palabra representa la cosa y la borra, ésta ya no existe ya como tal cuando se convierte en un concepto y puede decirse algo de ella; en otras palabras, la realidad está construida de elementos inmateriales.

## Conclusión

La evolución del pensamiento filosófico y científico occidental durante el siglo XX llevo al reconocimiento de la imposibilidad de conocer el objeto dado la interrelación entre el observador y lo observado. La ciencia intenta construir teorías para aprehender la realidad; sin embargo, estas no son la realidad en si mismas, solo modelos de la realidad.

La aparición de la conciencia como fenómeno evolutivo, no solo determinó el fin de la objetividad, la creación en la mente de un espacio en el que ocurre la percepción del exterior y de sus propios procesos y contenidos mentales, determina además la posibilidad de crear conceptos, pensamientos que al ser comunicados permiten integrar al sujeto en su colectividad. Esta construcción deviene en un lenguaje común y una cultura que ahora será el nicho para la creación del sujeto. Esta metarrealidad, el orden de lo simbólico, moldea al sujeto y su forma de pensar, por tanto, su forma de verse a sí mismo y al mundo.

## Referencias

1. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española, 22 ed. Madrid: Real Academia de la Lengua; 2010.

2. Watzlawick P. ¿Es real la realidad?: confusión, desinformación, comunicación. Barcelona: Herder Editorial; 2011.
3. Putnam H. Brains in a Vat. Reason, Truth, and History. Cambridge: Cambridge University Press; 1981.
4. Wray, K. B. (Ed.). Knowledge and Inquiry: Readings in Epistemology. Peterborough, Ontario: Broadview Press; 2002.
5. Hawking SW, Mlodinow L. El gran diseño. Trad. Jou D. Barcelona: Editorial Crítica; 2010.
6. Einstein A. Sobre la teoría de la relatividad. Albert Einstein, 1915.
7. Solms M, Turnbull O, Sacks O. El cerebro y el mundo interior: una introducción a la neurociencia de la experiencia subjetiva. Trad Jaramillo D. Bogotá D.C: Fondo de Cultura Económica; 2004.
8. Vithoulkas G, Muresanu DF. Conscience and Consciousness: a definition. Journal of medicine and life. 2014;7(1), 104.
9. Fleming S M, Huijgen J, Dolan RJ. Prefrontal contributions to metacognition in perceptual decision making. Journal of Neuroscience. 2012;32(18), 6117-6125.
10. Freud S. Lo inconsciente. Obras completas, 1915.
11. Crick F, Koch C, Kreiman G, Fried I. Consciousness and neurosurgery. Neurosurgery. 2004;55(2), 273-282.
12. Koch C. The quest for consciousness. Engineering and Science. 2004;67(2), 28-34.
13. Rojas-Malpica C. Las alucinaciones y el delirio como representaciones anancásticas. Salud mental. 2010;33(5), 379-387.
14. Freud S. Formulaciones sobre los dos principios del suceder psíquico. Sobre un caso de paranoia descrito autobiográficamente (Schreber). Obras completas, 1911.
15. Bion WR, Grinberg L, Fernández HB. Aprendiendo de la experiencia. Barcelona: Paidós; 1980.
16. Bion WR. Una teoría sobre el pensamiento (1962). Bion WR. Volviendo a pensar. 4ª ed. Buenos Aires: Ediciones Horme; 1990.
17. Bobadilla L. La realidad psicológica: Ensayo sobre el acontecer en la conciencia.