

## El ser humano

---

En el prólogo a su obra *Idea del hombre*, el gran médico humanista Pedro Laín Entralgo (1996a), comentaba que la realidad y el comportamiento del hombre había sido el tema más constante y central entre los muchos que habían ocupado su atención. Ese libro, escrito al final de su vida, aparece como el corolario de este historiador de la medicina, antropólogo y filósofo, que señaló la necesidad de una noción del ser humano en la ciencia médica. Llama la atención el hecho de que la medicina, cuyo objetivo es precisamente ocuparse de los problemas de salud del ser humano, no tenga apenas desarrollos teóricos que inviten a afrontar las tareas propias de esta ciencia desde una perspectiva humanista, más concretamente experiencial, como proponía Laín Entralgo en sus trabajos y como se propone en esta obra.

Trabajamos aparentemente sin una idea del ser humano, centrados en conocer la fisiopatología desde el punto de vista de los sistemas, de los órganos, bajo el paradigma científico de las ciencias naturales. Sin embargo, sospecho que miramos hacia otro lado en aspectos importantes, cuando aplicamos nuestros modelos médicos a la realidad del paciente. Y no se trata de que no tengamos una idea del ser humano, en todo caso la tenemos, lo que ocurre es que no reparamos demasiado acerca de cuál es esa idea. De alguna forma nos desentendemos y carecemos de una reflexión, más o menos cuidadosa, acerca de la condición del sujeto que acude a nuestra consulta. Un poco más adelante, en el mismo libro, el profesor Laín hace una declaración que puede parecer sorprendente a muchas y muchos médicos, acostumbrados a contemplar su actividad bajo una perspectiva exclusivamente biologicista: la concepción acerca del ser humano estaría acorde con las tres vías principales de conocimiento: las ciencias positivas, la filosofía y la poesía (P. Laín Entralgo, 1996). En fin, si lo dice el maestro, si ese río suena, algún torrente debe llevar.

En el desarrollo de este capítulo seguiremos una estrategia clásica de conocimiento; exponer las ideas abstractas o constructos culturales acerca del tema, en este caso del ser humano, junto a rasgos de nuestra experiencia, fuente misma, en gran parte, de esas ideas. Decía Ortega y Gasset (1957) que la realidad es de primer orden cuando la experimentamos, de segundo orden cuando la experimenta el otro que nos lo cuenta y de tercer orden cuando es una generalidad, es decir, una idea abstracta, más que una experiencia personal.

El orden de esta realidad también representa a su vez el orden de sus respectivas importancias. Consecuentemente, darle una importancia de realidad de primer orden a una de tercero conlleva muchos problemas, tanto personales como sociales.

Las ideas se construyen en una estrategia de conocimiento muy antigua para el *Homo sapiens*: pensar en las cosas, en el fenómeno, a través de la similitud, el tipo y la clase. Aquí, con frecuencia, hablaremos del ser humano a través de ideas, como estrategias antiguas de pensamiento, pero entiéndase que entonces estaremos hablando de realidades de tercer orden, de generalidades, de ningún ser humano en particular. Pero el caso es que lo que más me interesa es la realidad de primer orden. Lo que yo vivo es una experiencia propia del mundo, lo que tú y yo vivimos, entre nosotros, son experiencias que tenemos del otro, con el otro. Pero las ideas generales no son ninguna experiencia, son conceptos que nos sirven para comunicar, y que en la mayoría de los casos ayudan, pero que en muchos otros traban nuestro vivir en el mundo. En sentido estricto, parece una broma, pero yo mismo no soy un ser humano, ni nadie, porque un ser humano es un modelo, una idea que puede ser representada por mí o por ti o por él, casi mejor por un maniquí que le puede corresponder en mayor medida. Así que cuando hablamos del ser humano, estamos generalizando a través de una idea que no es real, no es ninguno de nosotros, no es una experiencia, se trata de una generalización que intenta caracterizar un tipo de ser vivo animado muy peculiar. De igual manera, cuando hablamos de muchos seres humanos nos referimos a la gente y si hablamos del conjunto total, a la humanidad.

Es preciso sentarnos y pensar en las cosas básicas que sabemos acerca del sujeto que tratamos, lo que conlleva que, con más o menos fortuna, pensemos en nosotros mismos. En primer lugar, pasaremos revista a una serie de cualidades relevantes de nuestra especie, así como a una sucinta descripción de su evolución antropológica. A continuación, aprovechando que cada uno de nosotros somos miembros de la especie humana, llevaré a cabo una reflexión sobre mí mismo, para explorar cuál es la experiencia de alguna de esas cualidades planteadas. Aprovechemos, y esto es una invitación, el que uno mismo es la realidad más viva y cercana de aquello sobre lo que intentamos reflexionar, esto es válido no solo para este tema sino para otros muchos. Quiero darme cuenta de qué experiencia tengo; de mí mismo, del otro y de los otros, al menos en los aspectos que me parecen más relevantes. Ya en el siguiente capítulo, analizaré lo que entendemos por el mundo que nos rodea; las cosas, las ideas y, entre ellas, las que se refieren a la evolución personal, la ética y la moral. No se preocupe el lector, todo de forma muy sucinta.

## 1.1. Cualidades y necesidades del ser humano

Sabemos que las arañas son grandes cazadoras, diríase que tienen en su filogenética una misteriosa información que las convierte en ingenieras portentosas, además son grandes acróbatas y se descuelgan con rapidez para trazar las impresionantes, geométricas y bellas trampas donde degustarán a sus presas. No sé mucho del sentido social de las arañas y otros aspectos individuales, y mucho menos subjetivos. Pero sobre el ser humano si sabemos algo más, sin necesidad de recurrir de manera urgente a un manual de etología humana.

Comencemos desde la perspectiva del sentido común, pensemos en el ser humano atendiendo a la idea por tipo y clase. La estrategia de pensar en la clase y el género, lo mismo y lo diferente, esa forma de pensar, en su momento, en la noche de los tiempos, debió de ser una revolución del pensamiento y dio origen a las formas más embrionarias de ciencia. Por ejemplo, desde una perspectiva antropológica, hagámonos una pregunta clave: ¿Qué tipo de seres somos los humanos? Se podría contestar que somos individuos incluidos en el reino animal del género *Homo* y de la especie *sapiens*, suena un tanto desolador, pero así es la ciencia, aunque no hemos dicho poco y, como veremos, tampoco carente de poesía. Más adelante, esbozaremos una sucinta historia de cómo los antropólogos piensan nuestra evolución hasta *sapiens*. Pero ahora, quisiéramos pensar en qué tipo de cualidades principales son las que nos caracterizan genéricamente a los llamados seres humanos. Ese ejercicio, que puede ser divertido, intentará matizar el significado de ser de esa clase y ese género.

En cuanto a las cualidades morfológicas, sólo decir ahora que somos efectivamente animales erectos, que andamos de cara, que tenemos una gran masa cerebral, que, por cierto, nos obliga a la prematuridad en el nacimiento. Podemos ser virtuosos pianistas y nuestra piel se ha despojado de su pelaje, por lo que se nos ha llamado monos desnudos. Miramos hacia delante o hacia atrás, pero preferentemente estamos diseñados para mirar hacia delante, como nuestra mente. Además, tenemos cierta facilidad para mirar al cielo y afición por descifrar lo que éste nos depara. En todo caso, el cuerpo humano en el mundo, el individuo, exquisitamente diferenciado y vivo, único cada cual, es una obra de arte, tal y como puede ser un poema o una pieza musical, un individuo en el que se puede distinguir la expresión de lo expresado y cuyo sentido, quizás solo pueda ser accesible por el contacto directo, por la experiencia.

### 1.1.1. *Homo loquens*

Dentro de nuestras funciones, hay que resaltar la del lenguaje; el *sapiens*, como todos los animales, se comunica, pero se comunica de una forma muy evolucionada, es un animal *loquens*. A través del habla, no solo nombramos a las cosas que representan o designan objetos, también podemos representar ideas complejas sin relación directa a la cosa, signos que son capaces de darle un signifi-

cado más allá de la cosa misma, que representan todo un campo temático y una perspectiva para abordarlo, símbolos. Por esta característica podemos decir que el ser humano es un animal *symbolizans*. Si vemos en la pared de una cueva, una figura antropomórfica con un arco y una flecha que se dirige hacia un ciervo en movimiento, podemos pensar en una historia de abundancia, valor y prosperidad. Somos capaces de preguntarnos y comunicarnos cosas e historias sobre las cosas que nos preocupan o que tienen un valor especial. Construimos símbolos que nos ayudan a manejar temas que, en muchas ocasiones, son problemáticos. Resulta curioso que los antropólogos defienden que el lenguaje hablado comenzó por la necesidad de saber acerca del prójimo, más bien como un cotilleo, necesidades interpersonales en el seno de un grupo (Eibl-Eibesfeldt, 1993). La mayoría de las conversaciones en los pueblos cazadores recolectores tienen esta temática, ¿Qué le ha pasado a fulanita en el río? ¿Quiere fulanita regalarnos comida este mediodía? Extraña idea que nos puede hacer más tolerantes con ese asombroso entretenimiento que es el cotilleo, tan presente en la actualidad y quizás tan importante como vemos. Una vez leí que decidieron hacer un experimento en un congreso de antropología. Con el permiso de los asistentes, se grabaron y estudiaron las conversaciones que sucedían durante las pausas del seminario. Al analizar las temáticas, se vio que, en contra de lo esperado, los asistentes no trataban aspectos antropológicos, sino que sorprendentemente más del 80% de las conversaciones discurrían sobre rumores y cotilleos.

Además, cuando comunicamos decimos cosas, pedimos algo, por ejemplo; ¿me puedes pasar la mantequilla? El tono con que lo digamos, a quién se lo digamos y el contexto, constituye un metalenguaje que matiza el contenido del mensaje y a veces lo contradice (P. Watzlawick Bevin J, Jackson D. et al., 1981). La sola entonación apoya o varía de forma radical lo que comunicamos. Y es que el primer lenguaje es gestual, el cuerpo lo expresa todo, el hábito corporal refleja una intención y una biografía. Por otro lado, el lenguaje es una forma compleja de comunicación en la que intervienen tanto el emisor como el receptor. El arcipreste de Hita (1283-1250) comienza su *Libro del buen amor*, ilustrando este asunto del emisor y el receptor, con aquel encuentro organizado en el que los griegos tenían que decidir si donaban sus leyes a los romanos que, por bárbaros, no estaba claro que mereciesen. Como tenían distintas lenguas y no podían charlar los dos interlocutores, decidieron los griegos que ambos pueblos debían elegir dos representantes que se comunicaran mediante gestos. Así, un sabio griego y un bruto militar romano se aprestaron a tener un encuentro. El griego comenzó mostrando un dedo hacia arriba, mirando al romano, quien, alzando la mano hasta su barbilla, mostró los dedos índice, medio y el pulgar algo curvados, tras reflexionar, el griego mostró la palma de la mano en un gesto arrebolado e inmediatamente el romano mostró un puño cerrado con fuerza. Contento el griego con la conversación, decidió que era posible la donación de sus leyes, pues a su declaración de que había un

solo Dios, el romano había contestado que, en realidad, eran tres en uno y a su gesto de que todo estaba en la voluntad divina, el romano afirmó que efectivamente tenía todo el poder en el mundo. Preguntado el romano por el curso de la conversación, respondió que cuando el griego le insinuó que con un dedo le sacaría un ojo, él le aseguro que con tres dedos le quebraría los dos ojos y los dientes, y cuando el sabio griego con la palma de la mano le dijo que le daría una bofetada, él se apresuró a señalar con su puño el golpe que jamás olvidaría. El arcipreste concluye con un dicho de su época (siglo XIV): «non ha mala palabra si no es a mal tenida» (Ruiz, 1985, p.74). Así, este lenguaje complejo, bidireccional, configura nuestra realidad.

Además, se ha dicho que el ser humano pregunta. Efectivamente, una cualidad suprema del ser humano es su curiosidad. Plantea Yuval Noah Harari (2014), en su magnífico best-seller antropológico «*Sapiens*»: ¿qué pensarían unos extraterrestres si desde fuera observaran cómo la gente en enjambre entra y sale de la acrópolis griega? Lo último que sospecharían es que esos seres humanos entran y salen, no para conseguir algo, como un alimento especial o algo que necesiten para su bienestar material; el motivo sencillamente es la curiosidad. Esta curiosidad quizás esté muy en relación a lo que nos ha hecho evolucionar tan vertiginosamente. Somos máquinas avanzadas de ensayo-error; sin esa curiosidad no podríamos ir desvelando tantos misterios que envuelven nuestro estar en el mundo. Esto es, nos podemos concebir como seres habladores que construyen ideas con el objeto de conocer, de satisfacer nuestra necesidad de descubrir y saber acerca de nuestro entorno. Deducimos que son formas evolucionadas de conservación de la especie, estrategias que vivimos como auténticos retos que nos proporcionan toda clase de emociones.

### 1.1.2. *Homo faber*

Cuando pensamos en el ser humano, lo vemos en su gesto, en cómo se expresa, y en las cosas que hace y por qué las hace. ¿Qué cosas hacemos? Indudablemente, somos *Homo fabricans*, incluso antes que *sapiens*, creamos y usamos instrumentos, llevamos con nosotros artilugios que nos ayudan a movernos y conservarnos lo mejor y más cómodamente posible. Diríase que el ser humano es ingeniero en potencia, porque esos artilugios a su vez deben ser ingenierados y contruidos. De forma que gran parte de lo que hacemos es crear y construir utensilios y haberes para mantenernos e intentar mejorar nuestra relación con el entorno, en definitiva, para conservarnos y adaptarnos mejor. El proceso de creación combina nuestra capacidad de investigar, curiosear, y jugar como formas de dominio de las cosas. Y estas cosas las hacemos quizás con tres finalidades que podemos poner de relieve: aguantar situaciones ambientales adversas, relacionarnos entre humanos, y buscar una forma de estética.

Muchas de las cosas que hacemos, las hacemos por temor. El miedo cumple un papel fundamental en la prevención de situaciones adversas. El ser humano es miedoso por naturaleza, su fragilidad le obliga a ello. No tenemos más remedio que imaginar y pensar en lo que ocurre, o en lo que va a ocurrir, descifrar señales de alarma que evolutivamente han tenido la capacidad de convertirse en semi-realidades. Se trata de estrategias para la conservación de la especie, sí, pero en ocasiones, estos mecanismos se multiplican o hipertrofian, impidiéndonos vivir una vida tranquila y confiada. Contemos, por tanto, con el miedo como una de nuestras cualidades, sin olvidar que en la cualidad está la virtud y el defecto. La curiosidad y el miedo serían los componentes de eso que tanto le apasiona al humano, la predicción acerca de su entorno. Y es por la predicción que ideamos ropas y casas fuertes para protegernos, caminos para poder transportar aquello que necesitamos, armas para nuestra defensa y manutención, artilugios para la cura o la destrucción.

Además de nuestra protección y conservación, hemos dicho que la segunda finalidad que encontramos, en nuestra constante producción de ingenios, sería la de la relación o la comunicación con nuestros congéneres humanos. Tenemos que vernos. Nos decimos cosas constantemente, nuestro estar en el mundo es una historia de lo que le decimos al otro. Habíamos dicho que somos *loquens*, habladores, comunicadores, porque el sentido de nuestra vida está unido a la comunicación, a la relación. Por eso buscamos desplazarnos, no solo para aprovisionarnos de manutención, también para relacionarnos, para contarnos historias. El tercer tipo de cosas que producimos, decíamos, tiene que ver con el amor de los humanos por lo estético. Los niños pequeños, ya antes de controlar el lenguaje, ordenan por colores los objetos que se les presentan.

La otra tarde, mi pareja y yo llegamos a una cala en la costa mediterránea, de orilla pedregosa, con piezas rodadas de diferentes colores y formas. Sin darnos cuenta, nos pusimos a buscar durante un gran rato piedras bellas en su forma y color; buscamos de forma espontánea la simetría y la llamada a formas como corazones, láminas geométricas de formas homogéneas y colores sugestivos, y enseguida intentamos conseguir alguna con una forma útil. La búsqueda terminó siendo de utilidad y belleza, una de las formas de búsqueda estética. El arte y el pensamiento son creaciones, utensilios que descubren la fealdad o la belleza, una visión que va más allá en la descripción de una realidad, que se intuye mayor que aquello que se dice. La belleza es una dimensión de nuestras cosas que está presente en cosas como el automóvil, la forma de desplazarnos o el mismo lenguaje. Esos utensilios, esos artilugios parecen tener como objeto protegernos, relacionarnos o reflejar una forma de estética. Por supuesto, estas tres grandes motivaciones se entremezclan en las cosas que hacemos.

### 1.1.3. Necesidades básicas

¿Qué nos lleva a esta ingeniería de la protección, la relación y la búsqueda estética? Se sigue aquí un análisis particular de la famosa pirámide de Abraham Maslow (1908-1970). Rápidamente, vienen a la cabeza las necesidades fisiológicas. Estas necesidades llamadas básicas y esenciales como el comer y el dormir, serían aquellas directamente relacionadas con las funciones fisiológicas, entre las que se encuentra la sexual, con su posible atributo de reproductiva. De nuevo, el arcipreste de Hita nos ilustra en su *Libro del buen amor*: «Como dice Aristóteles, cosa es verdadera, el mundo por dos cosas trabaja: la primera por aver mantenimiento; la otra cosa era por aver juntamiento con fenbra placentera» (Ruiz, 1985, p.76). Y ¿Cuál más?, nos podemos preguntar. Algunos autores hablan del sentido de pertenencia al grupo, la no exclusión, otros del amor, el sentimiento de amar y ser amado o la realización personal. Es probable que la mayoría de la gente a la que preguntáramos si el amor es una necesidad básica irrenunciable, nos dijera que sí. Y es que efectivamente el amor, la relación o la caricia en cualquiera de sus formas, es una necesidad tan básica como las fisiológicas.

En la génesis de la personalidad parece ser que el estímulo infantil del hambre se termina sublimando en el hambre de reconocimiento y aceptación, en mayor o menor medida (Berne, 1966). La aceptación en el grupo, de la que puede depender nuestra supervivencia, el ser incluido, protegido, cuidado, representar un papel, una identidad dentro del grupo, todos estos aspectos podrían incluirse en la necesidad de amor que el ser humano tiene. Una necesidad, como decimos, tan importante como la del alimento, con la que de hecho se relaciona. Podríamos resumir entonces nuestras necesidades básicas en dos esenciales: las fisiológicas y las de relación.

Pero parece que nos estamos dejando atrás una necesidad que quizás sea la más importante de todas y que, con frecuencia, cae en el olvido; se trata de la necesidad de ser libres. Como la caricia, la sensación de libertad es una forma de nutrición. Se nos puede decir que esto no es una necesidad básica esencial, podemos vivir en la esclavitud toda nuestra vida, sin embargo, el niño encerrado sueña con el vuelo de los pájaros. Viene a cuento aquí la explicación mitológica de nuestra condición humana de seres que eligen, a riesgo de ser deportados, comer la fruta prohibida del árbol de la ciencia del bien y del mal. Nutrición, satisfacción, relación, libertad... son cosas que nos importan como personas.

Parece que estoy entendiendo nuestras necesidades y motivaciones en términos únicamente positivos, excluyendo, por ejemplo, el afán de destrucción y violencia. En realidad, cuando hablo de necesidad relacional lo entiendo en línea con Erik Berne o con Eric Fromm, como un hambre de estímulo e interacción, que puede tener cualquier valencia, positiva o negativa, constructiva o destructiva, en dependencia del desarrollo social o personal. Necesitamos de estímulo y relación. El desamor o la imposibilidad de relacionarnos de forma personal en nuestro

proceso de individuación pueden hacer que busquemos formas hostiles o destructivas. Esta perspectiva sería constructivista roussoniana, el ser humano bueno por naturaleza, quizás eso que llamamos bondad puede sencillamente ser un rasgo humano con una expresión natural, una distribución normal, que es como se expresa precisamente la naturaleza. Probablemente, entender la destructividad obligue a entender la necesidad de relación y su frustración. Hemos hablado de tipos de cosas que hacemos por unas necesidades básicas, las fisiológicas y las de aceptación, también aquellas que de forma subsidiaria buscan satisfacción. Efectivamente, algunas cosas de las que hacemos buscan la destrucción, la agresión, la guerra al fin; se trata de formas sustitutas o subrogadas de relación, pero formas de consecución de las necesidades básicas, en todo caso.

En relación a las cosas que hacemos por nuestras necesidades de protección y amor, es importante el concepto que tengamos de grupo, en concreto, la amplitud que éste tenga. ¿Me protejo yo?, ¿Protejo solo a mi pequeño grupo?, ¿Qué entiendo por nosotros y por ellos?, ¿A cuánta gente pienso que debo proteger?, ¿Es preciso que intente también proteger a la humanidad, a la especie? La respuesta a estas preguntas, serán condicionantes de mi ética, de mi forma de hacer las cosas. La dirección que lleve la relación con los otros, de forma biográfica, quizás dependa de cómo haya sido la satisfacción de mis necesidades básicas, necesidades de protección y amor, entendido este como una forma de respeto, en las distintas etapas de la evolución de la personalidad. Con Erik Fromm (1941), lo hemos visto, pensamos que de estas necesidades básicas surgen formas de necesidades subsidiarias, como aquellas en que la necesidad de protección lleva a la destrucción. Se trata de la otra cara de la moneda de la misma necesidad, de la misma fuerza, lo que ocurre es que el sentido que ésta tiene, su dirección será lógicamente más de conservación que de destrucción. Más adelante, cuando reparemos en la evolución personal, en la biografía, veremos de qué forma se puede gestar la destructividad. Pero, de momento, nos podemos preguntar: ¿Qué cualidad tiene el *sapiens*, que le protege de la destructividad? Quizás una cualidad subsidiaria de una necesidad básica del ser humano, la necesidad de amor. A esta cualidad en términos sociales le podríamos llamar cooperación. De la inteligencia en nuestras predicciones y de la capacidad de cooperación quizás dependa la supervivencia de nuestra especie.

#### 1.1.4. Consciencia

Por último, a esa noción de ser humano que estamos intentando caracterizar y que nos interesa porque queremos comprender a la «persona» que es nuestro paciente, le falta eso que denominamos consciencia.

Ya hemos visto que, efectivamente, somos capaces, de pensar racionalmente, pero esa habilidad fue adquirida probablemente con posterioridad a la de ser conscientes. ¿Qué entendemos por consciencia? Pensamos en el conoci-

miento personal del mundo interior y exterior, el conjunto de experiencias que tenemos de lo que ocurre; aquello de lo que podemos hablar acerca de nuestro estar en el mundo.

El término conciencia, sin la ese, se podría reservar para un tipo de juicio moral. La realidad de la que somos conscientes tiene sus relieves e importancias, nuestra realidad es el resultado del proceso creativo de nuestra interpretación del mundo. La consciencia no solo es aquella explícita y racional, también forma parte de ella aquellas percepciones que no tienen un contenido racional previo. Propone Sartre que de algunas cosas tenemos una consciencia irracional, pre-reflexiva. Podemos vislumbrar, entre las sensaciones, las emociones y los pensamientos, un tipo de consciencia no argumental. Esta forma de consciencia es lo que podríamos denominar intuición, y que se expresa de forma privilegiada a través del arte.

Pero volviendo a lo consciente reflexivo, con frecuencia en esas interpretaciones que hacemos de lo que ocurre en el mundo, pensamos con sentido común, pensamos en la causa y el efecto, y esto nos vale en algunos campos para predecir el futuro, que es algo fundamental para la necesidad básica de sobrevivir. Sin embargo, no es igual predecir la trayectoria de una piedra que los resultados de una política, la conducta tras un accidente o sencillamente una emoción. Probablemente, la realidad, toda realidad, se constituya bajo el paradigma de la causa y el efecto, pero tendremos que reconocer que, para algunos problemas, el número de causas se multiplica y el grado de incertidumbre es abrumador.

El mundo en el que se construye mi realidad será siempre mucho mayor de lo yo pueda ser consciente. Se ha hablado de un orden caótico para dar cuenta de que solo conocemos una parte mínima de las variables por las que se rige la naturaleza. De forma que la realidad, o es algo absolutamente personal y subjetivo como se defiende desde el idealismo, o es un conjunto inidentificable de realidades subjetivas, o sencillamente es algo mucho más amplio de lo que podemos ser conscientes y, por tanto, es en gran parte, incognoscible. Esta última versión parece la más verosímil. De cualquier forma, los seres humanos somos instintivos, intuitivos y potencialmente racionales y poéticos.

### *1.1.5. Mente-Cuerpo*

En este planteamiento final, a propósito de la consciencia, no podemos evitar un breve planteamiento sobre la relación mente cuerpo. Es claro que no se trata de tomar partido como frecuentemente se hace cuando se plantean grandes dilemas. Hablamos de la eterna polémica entre materialistas e idealistas, que es como la de los centrales y periféricos, o la de la naturaleza o cultura. En occidente, hemos aprendido, siglo tras siglo, a pensar de forma dualista, casi de forma religiosa, quizás porque las creencias conforman una identidad de la que tanto necesitamos para nuestra inclusión en el grupo. Pero si yo me pregunto qué hay de espiritual y qué hay de material en mi vida, encuentro motivos para decir

que hay de las dos cosas, y que al igual que con las necesidades básicas, tan importantes son las fisiológicas como las de amor o realización. Pues bien, algo parecido ocurre con la dualidad cuerpo y mente. De pocas cosas en el mundo se puede decir que sean puras.

Un tótem es un ejemplo de una creación, de un objeto, que responde a la necesidad de protección, de una estética y de comunicación simbólica. Así ocurre con muchas de las cosas que fabricamos, y con nuestra propia realidad. Tendremos que convenir en que somos al tiempo cuerpo y mente, o alma, por decirlo en términos más antiguos. Y decimos al tiempo, esto es, al mismo tiempo; por tanto, podremos considerarlas cualidades correlativas y, de alguna forma, un mismo fenómeno. Cuando pienso, mis neurotransmisores trabajan a nivel neurofisiológico lo que puedo transmitir simbólicamente, y estos dos acontecimientos son correlativos, de alguna forma dimensiones distintas de una experiencia. Son explicaciones, análisis distintos que se corresponden con distintos niveles de una misma experiencia. Ésta sería una perspectiva unicista, aquella que entiende el fenómeno como un prisma con distintas dimensiones pero que todas corresponden a la misma realidad. La cultura es naturaleza y la naturaleza es cultura. Porque ambas a su vez son partes del mismo fenómeno y se influyen mutuamente. La biografía del ser humano da cuenta de ello. Cuerpo y mente no son más que distintas versiones correlativas.

## 1.2. Perspectiva evolucionista

Revisar algunas ideas actuales de la forma antropológica de entender al *Homo sapiens* quizás contribuya a ampliar o profundizar la comprensión que tenemos de nosotros mismos y de los otros, nuestros pacientes, entre ellos. En el capítulo precedente hemos tratado acerca de las que creemos que son las principales cualidades del ser humano. Ahora interesa desarrollar brevemente algunas ideas sobre su historia.

### 1.2.1. Adaptación

El reino animal está compuesto por organismos fundamentalmente adaptativos. Vivir implica adaptación a un entorno, a una naturaleza que, a su vez, se refleja y se manifiesta en los mismos organismos. Podemos entender, entonces, los organismos como formas de adaptación en su forma y en su función, de nuevo como consecuencia de su relación. Con frecuencia, pensamos que tenemos una parte de naturaleza y otra que no es natural, como si todo lo humano no fuese natural. Nos podemos preguntar qué diferencia hay entre ese increíble avispero, esa tela de araña o ese magnífico dique construido por los castores y los 249 metros de la Torre de Cristal de Madrid. Cada portentoso animal construye lo mejor que puede. La complejidad de las construcciones humanas nos deslumbra y nos hace pensar que el artificio no es natural; sin embargo, ¿no

será que la misma complejidad requiere del artificio como forma avanzada de la producción animal? Además, quizás el artificio no es patrimonio humano. ¿Qué decir de la cola del pavo real o de las increíbles presas de los castores?

El parque de Yellowstone parece ser que estaba sufriendo un importante deterioro ecológico debido a la proliferación incontrolada de ciervos. Dentro de los programas de recuperación, se llevó a cabo la introducción de diez lobos con el objetivo de restaurar la fauna. Esta acción no solo equilibró la población de ciervos, si no que tuvo unas consecuencias inesperadas: la hierba volvió a crecer en zonas devastadas, algunos árboles quintuplicaron su altura, especies que se habían mudado volvieron a habitar el parque y, lo que es más interesante, los ríos cambiaron su cauce y por tanto la geografía de Yellowstone. Interesa resaltar la relación entre el ser vivo y el entorno, tal como se refleja entre la aleta de tiburón y el agua, entre el ala del halcón y el aire, o entre las propias pupilas y la luminosidad, pero no solo es una adaptación anatómica, es también mental y debe ser, de alguna forma, conductual.

La producción «natural» de ese animal llamado *Homo sapiens* genera una tecnología que le permite la sobreexplotación de los recursos y una hiper-generación de residuos que difícilmente puede considerarse «natural». Pero, nuestro mismo pensamiento, nuestras cualidades, pueden entenderse como la aleta de tiburón, un producto sofisticado de adaptación. Quizás adaptación y medio no son más que caras complementarias de la naturaleza. La relación entre el organismo y el medio, relación adaptativa, se tendrá que cumplir en relación al ser humano y quizás la desmesura de las creaciones de nuestra especie, el desprecio del cuidado del medio, nos lleve hacia la no conservación, a nuestra misma aniquilación; entenderíamos entonces esta historia como la de un nuevo ensayo error propio de la dinámica de los seres vivos. Parece que da cuenta de ello nuestra misma carrera espacial. Aquí tengo que volver a sugerir una cualidad que, frente a la aniquilación, puede proteger a nuestra especie; se trata de la cooperación, el ser humano tiene esa cualidad, coopera. Si nos preguntamos por qué coopera, pronto encontramos que cooperamos por empatía, sintonía, protección mutua, necesidades mutuas; éstas son nuestras condiciones. Son fenómenos que parecen estar en la esfera de esa necesidad básica y esa cualidad del *Homo sapiens*, la del amor. El problema está en los objetivos de esa cualidad, en el para qué cooperamos. En términos sociológicos y de lenguaje, la expresión de esa cualidad del ser humano y quizás la única posibilidad de que la especie sobreviva a sí misma, sería la ampliación universal del concepto que tenemos de «nosotros» frente a «ellos».

En todo caso, nuestras formas de pensamiento y percepción concuerdan con el medio, para su sostenibilidad y/o para su destrucción, al igual que nuestras adaptaciones corporales, armonizan con el mundo exterior, como el casco del caballo al suelo de la estepa (Eibl-Eibesfeldt, 1993). El organismo es, por de-

cirlo de otra manera, tan naturaleza como el entorno natural al que se adapta. Y esto, insistimos, no solo es válido para la anatomía, también para sus cualidades mentales y para sus consecuencias.

Existe algo así como una disposición cognitiva en el aparato perceptivo, basada en adaptaciones filogenéticas, y esto se refiere a cosas tan básicas como la orientación en el espacio o hacia los objetos. Son innatas adaptaciones filogenéticas tales como el cabeceo del recién nacido buscando el pezón de la madre o como su capacidad de reptar, para llegar a él, solo con las piernas. Los recién nacidos también expresan, con frecuencias sonoras constantes, el enfado, la satisfacción y la llamada para el juego o el placer.

En las percepciones, también hay patrones constantes, por ejemplo, sobrevaloramos la distancia vertical frente a la horizontal, evitando saltos que nos podrían lesionar. ¿Cuántas veces no hemos visto a la luna alejarse de las nubes que la rodean cuando en realidad es al revés? Parece que nuestra percepción está preparada para detectar el movimiento de los objetos como una forma de protegernos en el entorno.

Nuestra adaptación prima el contraste, el movimiento de los objetos en una base estática y eso nos pone alerta de todo lo que se mueve... sea una presa o un peligro. Subir a andar a la montaña viene determinado por la necesidad de cazar para subsistir, solo que la caza ahora es de sensaciones y panorámicas. Comer más allá de la saciedad es una forma de protegernos de la hambruna que nos podía sobrevenir en nuestra larga etapa de cazadores recolectores. Somos una forma de evolución natural, somos naturaleza y, en sentido radical, habría que decir que nuestras producciones son también naturales y peligrosas. Podemos ver una gran comunidad de vecinos como un hormiguero y esto no sería solo una metáfora.

Otro tipo de ejemplo de estrategias de pensamiento marcadas evolutivamente puede ser el método científico. Al fin y al cabo, la dinámica del método científico armoniza con la de la naturaleza, es una dinámica de ensayo-error. Hablamos del método, y no de muchas de sus aplicaciones o políticas. La lucha por la supervivencia o la selección natural no son más que formas, metáforas, del proceso de ensayo-error (Popper., 1994). Ésta es la estrategia fundamental del aprendizaje, y la forma, podríamos decir natural, por la que el ser humano adquiere sus destrezas y algún grado de control sobre el mundo que le rodea. El planteamiento de los fines de la dinámica del aprendizaje se aparta ya de las lindes de este análisis, aunque ahí tendríamos que conjugar, de nuevo, la capacidad de cooperación en relación a nuestras -las de todos- necesidades básicas. Otra cuestión es si la naturaleza misma tiene un sentido, una dirección, quizás en términos energéticos o cosmológicos pueda ser, pero no así en términos morales, o al menos sí la tiene, no parece comprensible.

### 1.2.2. Lo innato

Las ideas anteriores llevan a una obligada reflexión acerca del tiempo. La edad de cualquier persona es la edad del *Homo sapiens* más la que tenga desde su nacimiento, es decir, doscientos mil años aproximadamente. Es motivo de orgullo, aunque tampoco algo extraordinario; en términos evolutivos no tenemos, como especie humana, el record, ni mucho menos. Pero, en cualquier caso, no venimos al mundo como una tabla rasa que se construye a partir del nacimiento. La herencia filogenética de la especie está presente de forma innata en cada uno de los seres vivos, en cada uno de nosotros. Se han demostrado, en el reino animal, muchas conductas complicadas que se reproducen en aislamiento desde el nacimiento, es decir, son innatas según la especie. Por tanto, debemos partir de la base de que la conducta, en mayor o menor medida, está filogenéticamente condicionada.

En Europa tendemos a ser constructivistas, pensamos preferentemente que todo se aprende durante la biografía, que todo se aprende del entorno. Como siempre, tanto desde el determinismo como del constructivismo, el error surge de aferrarse a una perspectiva única, rechazando integrarlas. Habitualmente, se entiende que la herencia es un asunto exclusivamente biológico, cuando en realidad se trata de la transmisión biológica de un resultado de adaptación biológica y cultural de largo recorrido, no se trata de un viaje exprés. El resultado de la evolución filogenética se da en la unidad mente/cuerpo, en la unidad, no en la dualidad mente/cuerpo. Esta unidad interpreta las distintas miradas sobre las conductas y la consciencia del ser humano como niveles distintos de análisis de una misma realidad. La perspectiva unicista, que ya se comentó, concibe una realidad con distintos niveles de manifestación, desde el químico molecular hasta el espiritual; supone una nueva aproximación a los fenómenos.

La cuestión que creo problemática, en cuanto al evolucionismo, es el cómo se integran o aplican los conocimientos que se aportan desde la biología, la psicología o la antropología evolutiva. En esa aplicación de conocimientos se dan muchas oportunidades de confusión. La cuestión es que el evolucionismo ingenuo establece una relación de causa efecto cuando encuentra una explicación coherente de una conducta en términos evolutivos. Un ejemplo catastrófico es la justificación de la domesticidad de la mujer en función del papel del óvulo frente al espermatozoide. Este fenómeno biológico, está tan lejos del programa social de la mujer, que más valdría dejar de lado, por ingenua o manipuladora, la perspectiva evolucionista.

La perspectiva evolucionista solo puede enriquecer la comprensión de un fenómeno tan complejo como la conducta desde una forma de pensamiento complejo en el sentido que le da Edgar Morin (2000). Es precisa una forma post-moderna de pensamiento que integre distintas perspectivas y distintos niveles de análisis. Muchos de los «ismos» (evolucionismo, construccionismo, unicismo,

socialismo, liberalismo, etc...), se corresponden con sistemas de ideas que explican cosas y problemas del mundo, y son valiosos como tales, pero el problema es que aspiran a tomar el monopolio sobre los sucesos, tienden a atribuirse el estatuto de verdad absoluta, por lo que acaban convirtiéndose en sistemas de creencias más que en lo que son, sistemas de ideas, miradas que ayudan a comprender. Lamentablemente, esas supuestas verdades vienen dadas por las versiones más simplificadas e ingenuas de cada uno de esos sistemas de ideas. Al mismo tiempo, esas supuestas verdades están frecuentemente enfrentadas a otras, intentando anularles el sentido, aun cuando muchas de ellas tienen alguna base en principios demostrables. Una nueva idea debe requerir un enfoque integrador.

### 1.2.3. Antropología

Una vez que hemos tratado acerca de lo natural, el sentido común, la consciencia, la unidad mente cuerpo y la perspectiva evolucionista, es hora de preguntarnos ¿Cuál es la historia «reciente» de esa herencia filogenética con la que tenemos que contar?

Intentaré hacer un resumen narrado en los siguientes dos párrafos, de lo que nos dice Harari en su *Sapiens* (2015). Parece ser que hace unos seis millones de años, una única hembra de simio, tuvo dos hijas; una se convirtió en el ancestro de todos los chimpancés y la otra en nuestra propia abuela ancestral. Esta abuela simia fue evolucionando hasta la simia austral o *Australopitecos*, que hace dos millones de años emigró del oriente africano hacia el norte de África, Europa y Asia, dando lugar a distintas especies del género *homo*; el *Homo neanderthalensis* en Europa y Asia occidental, las regiones más orientales de Asia se poblaron con el *Homo erectus*, que sobrevivió dos millones de años, en la isla de Java el *Homo soloensis* y en Siberia, el *homo Denisova*. La cuestión es que como relata Harari (2015), la antropología actual propone que en el espacio de tiempo entre dos millones de años y ocho mil años antes de Cristo, numerosas especies del género *Homo*, fabricantes de utensilios, poblaban la tierra. Entre las evoluciones que se demuestran singulares en los *Homos* está, desde luego, su gran cerebro, algo que le permite pensar y le obliga a la prematuridad para su nacimiento, con lo que esto significa de cuidados postnatales y partos difíciles. La bipedestación, que nos dio otra perspectiva de la sabana y nos dejó nuestras hábiles manos libres, la oposición del pulgar, que nos permitía coger el tuétano de los huesos que rompíamos, y el grano, que nos ayudó a no morir de hambre, fueron elementos evolutivos cruciales. Hace 800 mil años, los *Homos* parece que podíamos haber hecho uso ocasional del fuego y, hace 400 mil años, comenzamos a cazar presas grandes. El desvalido y miedoso *Homo* -importan estos adjetivos para entender muchos aspectos del *Sapiens*- se hizo el rey de la naturaleza en relativamente poco tiempo. Dentro de los *Homos*, hubo una especie, la *Sapiens*, que surgió de

los que se quedaron en el África oriental hace unos 150 mil años. Y como hace 70 mil años, se llevó su tiempo, el *Sapiens* comenzó a hacer lo que dos millones de años antes había hecho aquella primera abuela de todos los *Homos*, la *Australopitecos*, comenzó a extenderse por todo el mundo. Parece ser que llegó a Europa hace 45 mil años y 16-12 mil años a América. Según Harari, el periodo de entre 70 mil y 40 mil años fue prodigioso, pues aparecen las barcas, lámparas, arcos, flechas, arte y joyería, en lo que ha dado en llamarse la revolución cognitiva, revolución que, probablemente, tuvo que ver con el desarrollo del lenguaje y la comunicación social, pero sobre todo la capacidad de idear mitos y leyendas, es decir, ficciones, nuestro lenguaje y realidad actual. Estas capacidades nos dieron la oportunidad de organizarnos en grupos mayores y más eficaces en la realización de objetivos, por ejemplo, tener el control de un área geográfica, o llevar a cabo proyectos complejos de caza; todo ello requería la capacidad de inventar realidades imaginadas, requería una cultura. Desde la revolución cognitiva, el ser humano vive en un mundo real, de realidades primarias, y en una realidad imaginada (naciones, corporaciones) de la que quizás termina dependiendo el mundo real.

Los *Sapiens* parece ser que sustituyeron a las otras especies por desplazamiento, y con escaso entrecruzamiento. No existe una explicación consensuada de la paulatina desaparición de las otras especies, quizás luchas, quizás condiciones climatológicas adversas, ¿mezcla de ambas? El caso es que desde hace 40 mil años, ¡que corto espacio de tiempo para la historia que aquí resumimos!, nuestra especie es el único *Homo* que puebla la tierra. Se trata de 150 mil años de existencia de individuos como nosotros en este globo terráqueo y, más o menos, a la mitad de este tiempo, un fantástico y misterioso desarrollo de herramientas, materiales y mentales, a la se llamó la revolución cognitiva del *Sapiens*. Veremos cómo sigue la historia, llevamos sobre la tierra menos de la cuarta parte de tiempo de lo que pasaron por aquí nuestros primos los *Homo erectus*.

La cuestión es que, como piensan ilustres antropólogos, en los últimos 20 mil años, podríamos no habernos transformado esencialmente, ni en nuestra anatomía ni en nuestro comportamiento. «¡Hombres con una estructura motivacional y una capacidad intelectual de cazadores-recolectores del paleolítico pilotan hoy los aviones caza reactores!», dirá una de las mayores figuras de evolucionismo antropológico (Eibl-Eibesfeldt, 1993). Entre hace 8 y 10 mil años, se dio la revolución agrícola o neolítica, con el dominio y la domesticación del reino vegetal y animal. Desde entonces comenzaron las primeras civilizaciones, y con ellas, la propiedad, la política, el arte, la filosofía, y hasta ahora.

¿Por qué nos interesa la antropología? Habría un motivo primero y quizás suficiente; la mirada, la perspectiva, el asombro de las cosas que nos dicen nuestros restos, las posibles enseñanzas de las cosas que hacían hace muchos miles de años congéneres nuestros y, en definitiva, la sensación de hermanamiento

ante la poca importancia de nuestro ciclo vital. Pero, además, hay una reflexión que se desprende del pensamiento evolutivo, una reflexión histórica que nos lleva a preguntarnos por el componente filogenético de nuestros comportamientos, que nos lleva a pensar en las distintas estrategias evolutivas que ha tenido, y tiene, nuestra especie. No se trata de mermar la reflexión sobre la libertad humana, más bien, considerarla en contexto. Resulta refrescante y, en cierto modo, liberadora, la inteligente crítica de Steven Pinker (2003) a la hegemonía moderna de la negación de la naturaleza humana, lo ya condicionado, lo dado frente a lo construido.

Los estímulos claves y desencadenantes activan, en general, patrones de comportamiento muy específicos de huida, captura, cortejo y lucha. De ahí, quizás, la brecha entre nuestros logros en el dominio del entorno y nuestra incapacidad para organizar nuestra convivencia social, incapacidad de organizarnos a nosotros mismos. Parece lógico, lo prioritario es no ser devorados por el tigre; evolutivamente estamos más preparados para eso que para no devorarnos entre nosotros o no ir contra nosotros mismos. Son puntos débiles de nuestra evolución con los que más vale contar. Por ejemplo, si a través de tantos milenios de evolución hemos luchado por la supervivencia, por el alimento, ¿cómo podemos no tener sobrepeso en una sociedad de la abundancia? Tenemos que descubrir, como especie, las nuevas claves de la supervivencia. Porque, en todo caso, las adaptaciones filogenéticas determinan, con cierta precisión, lo que contribuye a la aptitud para la adaptación, son engramas evocables que orientan comportamientos futuros; se trata de estructuras del sistema nervioso central, que quizás nos puedan hacer superar también los retos que suponen la adaptación a los tiempos modernos. Es preciso un pensamiento evolutivo que contemple el hecho de que muchos de nuestros comportamientos y vivencias pueden ser interpretados como formas de adaptación. Las costumbres tienen sentido para la supervivencia, incluso algo como la infelicidad, o como hemos visto, nuestra fragilidad, pueden ser interpretadas como estrategias que nos permiten adaptarnos al medio con mayor éxito.

### **1.3. Idea de uno mismo**

Resulta ineludible, una vez hechas las consideraciones más o menos genéricas acerca del ser humano, plantear una reflexión acerca de uno mismo y de uno mismo en relación, en este apartado. Queremos conocer qué hay de todo esto en la experiencia. Es necesario hacerse, por tanto, preguntas antiguas, cartesianas, que parecen, en cierto modo, ingenuas. ¿Por qué sé que existo? ¿Quién soy? Casi de manera automática, miro alrededor en el estudio y voy al espejo del armario que tengo al lado. Curiosamente, para preguntarme por mí mismo, comienzo por intentar saber cómo me veo, también cómo me ves. Debe ser que busco en mi forma de estar en el mundo, en mi apariencia, en el cómo me

aparezco y cómo te aparezco. Me puedo observar, el espejo me devuelve mi imagen, muy parecida a la que tú o el otro pueden ver. Es una imagen que, en cierta forma, me asombra, estoy familiarizado con ella, me identifico, aunque también me extraño con mi aspecto externo. En mi expresión, quiero ver mi ansia de indagar qué soy yo mismo, el trabajo que aquí quiero mostrar. Por otra parte, la imagen de mí mismo me inquieta de alguna forma, mi mirada parece transmitir mayor gravedad de la que en realidad siento. Además, hay en esta imagen de mi corporalidad, algo que no aparece, es un movimiento, un calor, una sensación emocional que siento de la piel para dentro, pero quizás más hacia fuera. Debe ser la percepción de mi experiencia vital en este preciso momento. Me doy cuenta de que tengo un tipo de actitud, una intención y también un sentimiento que relaciono con la experiencia de estar vivo. Estoy, por decirlo de alguna manera, conforme con mi aspecto, lo aprecio, me gustaría quizás ser más joven, más alto, más atractivo, pero se podría decir que me concilio, a duras penas, con lo que veo; y en definitiva constato que lo que veo no termina de expresar tantas cosas que siento.

Entonces, me hago la misma pregunta de nuevo; ¿Quién o qué soy? Se me viene en seguida a la cabeza que soy alguien que nació de mi madre en el seno de una familia extremeña, y que ahora estoy aquí preguntándome qué hay de eso de quien soy. Cuando me pregunto, encuentro de dónde vengo, y qué es lo que hago, y cómo me siento. Quizás, en esta última pregunta, se encuentre la clave existencial de mi realidad, no son las ideas o el pasado, se trata más bien de lo que vivo ahora, soy alguien que vive, con un pasado con sus fortunas e infortunios, pero que vive en el mundo ahora. Intento fijarme de forma ordenada en qué es lo que siento para continuar reflexionando acerca de lo que soy. Siento una leve presión en mis cejas que me hablan del esfuerzo reflexivo que estoy haciendo. Tengo una agradable sensación en la garganta producida por el café que he tomado hace unos minutos, me encanta esta sensación. Mi lengua no está del todo relajada y la garganta tampoco, pero en este momento, la relajo y me proyecto sobre la sensación de mi corporalidad, que ahora puedo notar y sentir casi en su totalidad, percibo una ligera y sorda molestia en mi rodilla izquierda, que es la que no suele darme molestias. Además, mi respiración es también agradable, pero un poco superficial. Además, desde dentro de mi garganta, y dentro de mi plexo solar, percibo una forma de sentimiento, una tenue sensación de apertura hacia afuera. Se trata de una forma de calor difuso, podría decir que una forma de anhelo y espera, algo que va hacia el mundo de forma inespecífica. Ese calor sube a mi garganta y conecta, diría que, con mi corazón, de nuevo pienso que es un anhelo, una forma difusa de querer salir fuera. Oigo a los niños jugar allí afuera y a los pajarillos alborotar antes de recogerse en sus ramas, también algún ruido sordo a lo lejos y más allá, el tenue ruido de fondo de la ciudad. Soy alguien que está aquí en su estudio, con esta improvisada imagen.