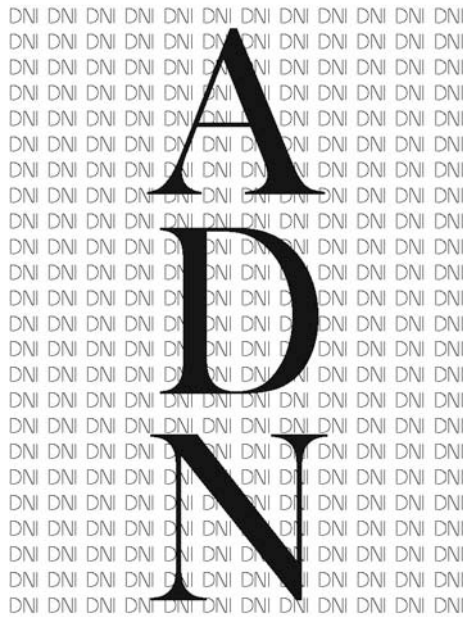


Ignacio Morgado, catedrático de Psicobiología de la Universitat Autònoma de Barcelona: "Nuestro cerebro aún no se entiende a sí mismo"



Poema Visual de Carmen Peralto

Gozo de una edad que te permite emocionarte más y frustrarte menos. Nací en San Vicente de Alcántara. Tengo dos hijos estupendos y una señora de la que sigo enamorado. Soy científico, pero nunca privaría a nadie de la idea de Dios. Publico Emociones e Inteligencia Social.

--

Llevo toda una vida pensando el cerebro...

¿Y...?

Ha llegado la hora de reconocer lo que no podemos explicar.

Un ejercicio muy sano.

El único posible ante el gran problema: ¿cómo esa masa de carne que es nuestro cerebro se convierte en pensamiento?...

¿Y no tenemos alguna teoría?

Ni siquiera hipótesis.

¿Ninguna, aunque sea peregrina?

Ninguna sería. En cambio, si usted me preguntara: ¿hay vida en otros planetas? Podría aventurar hipótesis: que los marcianos son verdes o amarillos... Pero sobre cómo lo objetivo se convierte en subjetivo, ni eso.

Conclusión...

Pues que ante el enigma del cerebro y la subjetividad somos como un mico que tratara de resolver ecuaciones.

Hay monos muy listos.

Pero ninguno sabe resolver una raíz cuadrada, y ¿sabe por qué?

¿...?

Porque no le hace falta para adaptarse a su medio. ¿Un mono es inteligente?

¿...?

¿Inteligente para qué? Lo es para vivir en la selva, pero no para las ecuaciones. Al hombre le pasa igual: no necesita entender el cambio de la materia al pensamiento para adaptarse al medio y, por eso, no hemos evolucionado hasta comprenderlo.

¿Y no lo comprenderemos nunca?

Sólo si lo necesitáramos para adaptarnos. Porque eso es nuestro cerebro: un eficiente órgano de adaptación al medio. Si nuestro medio no estuviera en perpetuo cambio, no tendríamos cerebro: bastaría un mero sistema automático de respuestas inconscientes.

Vivir es un problema sólo si lo piensas.

La teoría de la evolución ilumina toda la neurociencia y explica los porqués, pero no es tan buena para revelar los cómo.

Y de paso se lleva a Dios por delante.

Deploro la arrogancia de los científicos que ridiculizan la fe ajena sin ofrecer al creyente otra alternativa para esa parte de su vida. Si Dios existe para tantos es porque les ayuda a adaptarse a una existencia dura.

Dios es una emoción muy útil.

Y las emociones son como atajos en la cadena de razonamiento. Usted apenas ve las rayas de un tigre y ya está corriendo sin haber llegado a razonar “rayas, luego tigre, luego peligro, luego corro...”. Así salvamos la vida.

O nos pegamos un susto tonto.

Las emociones forman parte de la respuesta cerebral a los desafíos del medio. El secreto del equilibrio no es reprimirlas, sino aprender a gestionarlas utilizando la razón.

Por ejemplo.

Ser un celoso es evitable; sentir celos, no.

Es más fácil decirlo que conseguirlo.

Si comprendemos la utilidad de nuestras emociones y su sentido bioevolutivo profundo, nos será más fácil controlarlas.

¿Por qué sentimos celos?

Quizá para evitar invertir recursos en la cría de un descendiente que no lleve nuestros propios genes. Los celos de las señoras, en cambio, intentan evitar que el macho los invierta en otras hembras y sus progenies.

Palabra de Darwin.

Podríamos describir así con facilidad la utilidad evolutiva de cada una de nuestras emociones: amor, odio, envidia, miedo, admiración, y las conductas que procuran: fidelidad, obediencia, temor...

¿No existe ninguna emoción inútil?

La emoción misma suele ser útil, pero existen reacciones inútiles y nocivas a esas emociones. El arsenal bioquímico que las emociones desencadenan en nuestro cuerpo sirve a nuestra adaptación, pero sólo si aprendemos a modularlo. Las emociones útiles en las cavernas debemos aprender a canalizarlas en una cena de gala.

¿Todos sentimos igual?

No, nacemos con reactividad emocional diferente y aprendemos o no a controlar y expresar nuestras respuestas emocionales.

Inteligencia emocional, supongo

Y el desajuste emocional acaba siendo una falta de adaptación al medio.

¿Cómo?

Cuando usted ambiciona más de lo que puede conseguir, genera estrés. Por eso, el secreto de la tranquilidad es ser consciente de tus límites y aprender a modular en consonancia tus emociones.

No enamorarse de Scarlett Johansson.

Enamorarse, ¿por qué no? Eso es perfectamente posible, otra cosa es pretenderla. Si es demasiado ambicioso o soberbio o las dos cosas, sus emociones le empujarán más allá de lo que puede ofrecerle la realidad.

¿Eso es estrés?

Y el origen de todas las frustraciones.

¿Estas ratas suyas le enseñan cosas?

Cada día. Somos pioneros en estimulación eléctrica intracraneal. Mediante pequeñas descargas eléctricas mejoramos su capacidad de aprendizaje y memoria.

¿Cómo?

Según sus reacciones, las clasificamos en mejores y peores para aprender. Con el estímulo adecuado las ratas menos hábiles o incluso las más viejas y enfermas... ¡hasta llegan a superar a las más jóvenes y capaces! Demostramos así que la estimulación puede vencer a la vejez y la enfermedad.

¿Nos sirve a los humanos?

Estos resultados servirán para fundar experimentos similares hasta lograr aplicar estímulos farmacológicos a la memoria y aprendizaje en personas.

--

Saber los límites

Hace frío y huele a formol. La mano del doctor Morgado sostiene ante mis ojos una inquietante masa gris. Es un cerebro humano donado a la ciencia: ¿¿Cómo ¿se pregunta hamletiano Morgado¿ este mero trozo de carne puede convertirse en pensamiento?¿. Y resuena en la cámara su respuesta sabia e inesperada: ¿Llevo toda una vida dedicado a responder esta pregunta y no es que no tenga respuesta... Es que no tengo ni una hipótesis¿.

Después ¿más sabio aún? concluye que el secreto del bienestar es conocer y aceptar tus límites, aunque aspire con realismo a superarlos: ¿Y me temo que, por ahora, la neurociencia tampoco ha logrado curar ninguna de las grandes enfermedades mentales?.

Lluís Amiguet / La Vanguardia