fundación Comunidad Axión
No. 2
Oikoternura
Somos una especie Biológicamente Emocional
Oscar Rea Campos
sed
Solidaridad | Educación | Desarrollo
NO8DO
Ayuntamiento de Sevilla

Oxizo ternura

Somos una especie Biológicamente Emocional

Con el nacimiento de un bebé se activa, en la mayoría de las personas, un especial sentimiento que eriza la piel, dibuja una sonrisa en el rostro, activa sensaciones dormidas y exhala con beneplácito: ¡Qué ternurita!

Todas las criaturas animales juegan con sus crías, lo mismo hacemos los padres humanos, los abuelos y abuelas. Ello demuestra que los seres vivos tenemos esa emoción innata que genera e invita al acercamiento, al juego y a la benevolencia para generar el encuentro, que es la característica más importante de la vida. Y ¿Qué es la vida?

Una de las teorías más aceptadas es la formulada por los científicos Humberto Maturana y Francisco Varela. Proponen la teoría de la autopoyesis, que es hacerse a sí mismo. Afirman que la vida es una red autopoyética por lo que el fenómeno de la vida tiene que ser entendido como una propiedad del todo. La vida no puede ser atribuida a algún componente particular, sino a toda la red a la que está interconectada

Una propiedad fundamental de los sistemas vivos es la creatividad. La simple observación nos enseña que la vida siempre está respondiendo creativamente a las múltiples emergencias en las que transcurre la vida. La vida siempre nos sorprende con sus novedades.

Autor: **OSCAR REA CAMPOS**
FUNDACIÓN COMUNIDAD Y AXIÓN

Año 2020

Diseño Impresión: Editorial IMPERIA SRL.
Teléfono: 2313334 - 75227733

En la vida existen mente y cerebro. La actividad mental es la responsable organizadora de los sistemas vivos. Las interacciones de un organismo vivo - planta, animal o humano - con su entorno son siempre interacciones mentales, de conocimiento. Todos los seres vivos aprenden a vivir. De ahí que la vida y el conocimiento están inseparablemente unidos.

¿Cuáles son los criterios que los sistemas vivos deben cumplir para que pueda existir la mente? Aprendizaje, memorización, toma de decisiones, etc. Estos procesos mentales son una consecuencia necesaria e inevitable que empieza mucho antes de que los organismos desarrollen cerebros y sistemas nerviosos superiores. La mente se manifiesta no sólo en organismos individuales, sino también en sistemas sociales y ecosistemas. Por ende, el fenómeno de la mente se halla inseparablemente vinculado al fenómeno de la vida.

Las plantas y las bacterias tienen mente aunque no tienen cerebro. Para que exista la mente no es necesario el cerebro. Las bacterias, por ejemplo, son capaces percibir los cambios en su entorno aunque no ven, perciben las concentraciones más altas o más bajas de compuestos químicos, frío y calor, diferencian entre luz y oscuridad, etc.

Todo proceso vital está relacionado con el proceso mental, por eso conocer es vivir y toda interacción de un ser vivo (planta, animal o ser humano) con su entorno es una interacción cognitiva, de conocimiento. Esto significa que vida y el conocimiento son inseparables, no hay vida sin conocimiento y no hay conocimiento sin vida.

Los animales y las plantas conocen su entorno, conocen el medio en el que viven y este conocimiento incluye todo el proceso de la vida: emoción, percepción y acción. En el caso específico del ser humano, el conocimiento incluye también el pensamiento conceptual, el lenguaje y los demás atributos que hacen que los seres humanos seamos los únicos seres vivos conscientes de que tenemos conciencia.

La vida en el Planeta

La vida comenzó hace unos 3,5 mil millones de años. Las primeras criaturas pluricelulares aparecieron hace 650 millones de años y a medida que los animales evolucionaron también lo hicieron sus células y estructuras neuronales que desarrollaron lo que hoy conocemos como cerebro.

De acuerdo al Dr. Paul Mc Lean, tenemos tres cerebros conviviendo en uno y es conocido como el "cerebro triuno". Este es un modelo para describir la organización jerárquica de las estructuras cerebrales.

- La parte más antigua del cerebro, o cerebro reptiliano, tiene unos quinientos millones de años y regula todo lo que tiene que ver con los controles centrales: supervivencia, respiración, sueño, ritmo cardíaco, etc.

- El cerebro límbico tiene unos doscientos millones de años y se responsabiliza de todo lo que tiene que ver con nuestra supervivencia animal: correr, pelear, alimentarse, reproducirse. Aquí se encuentra una parte central de nuestras emociones.

Es responsable de la creación de las emociones y de los recuerdos que ellas generan. En este cerebro están el hipocampo, que convierte la memoria a corto plazo en largo plazo, y el tálamo, que funciona como una torre de control de los sentidos. Estos dos cerebros son los más antiguos y regulan nuestro comportamiento como personas.

- Encima de estos dos cerebros, está el cerebro humano, el neocórtex, que apareció hace unos cien mil años y está altamente especializado en la visión, el habla, la memoria y el razonamiento. Está dividido en dos hemisferios, derecho e izquierdo. El hemisferio izquierdo se enfocó en el procesamiento lingüístico y secuencial, mientras que el hemisferio derecho, en el procesamiento holístico, visual y más creativo. Las dos mitades del cerebro siempre trabajan juntas.

Somos sin dudas seres emocionales que a veces razonamos y esto determina varias conductas importantes: toma de decisiones, relacionamiento con las dificultades, vínculos personales, etcétera.

Somos seres emocionales que aprendimos a pensar, y no al revés. Esto tiene lógica, puesto que el cerebro emocional o límbico tiene más de doscientos millones de años y el neocórtex apenas cien mil años. La emoción, sin duda, tiene dominio sobre nuestra razón. Por esto, muchísimas de las decisiones que tomamos en la vida son no conscientes; la gran mayoría de ellas está guiada por las emociones.

Otra ternura

Muchas veces nuestro consciente racional justifica decisiones que ya habíamos tomado antes de ser conscientes de ellas. En definitiva, nuestra vida está más influida por nuestras emociones que por la razón.

A pesar de esta certeza, se sigue intentado demostrar que la racionalidad es la característica principal que nos diferencia de los demás animales. Somos seres emocionales que nos hacemos racionales con la llegada del lenguaje.

En el ser humano la racionalidad siempre surge de la emocionalidad, es decir, de las preferencias y deseos de las personas.

No se puede pensar excluyendo a las emociones porque *"sólo cuando el corazón siente, la cabeza piensa"*. Nuestro sistema racional tiene origen emocional y todos los razonamientos nacen de los deseos, gustos y preferencias de las personas. Aunque solemos renegar de este hecho natural, es un hecho que las emociones siempre nos guían, a pesar del permanente intento de desvalorizar las emociones.

Vivimos en una sociedad que premia el individualismo, el egoísmo, el consumismo, la apariencia, el ser, hacer y estar solo y desvaloriza la posibilidad de ser, hacer y estar con otro, por el solo gusto de estar con otra persona o con la naturaleza, sin que haya intereses o el deseo de satisfacer de alguna necesidad. Vivimos en una sociedad a la que le falta ternura.

La ternura es tan propia y esencial del ser humano que la gran mayoría de las personas no creen importante sentirla, expresarla y mucho menos potenciarla, gozarla y compartirla. Nuestra cultura inhibe al varón a hablar de la ternura y de abrirse al mundo de la sensibilidad, pues en su educación se le ha insistido, casi obligado, a ser un sujeto de dureza emocional a toda prueba, como condición para el desarrollo de su racionalidad.

Empobrecimiento de la ternura

La ternura, al ser una emoción innata en el ser humano, no significa que su vivencia sea difícil para el varón y de fácil vivencia para la mujer. El género no determina este comportamiento ya que se puede encontrar dureza inusitada y violenta en las mujeres, así como comportamientos tiernos y afectuosos en los varones.

La ternura no es una característica exclusiva de los niños y niñas, ni de las mujeres. La ternura no es particularidad diferenciadora de la madre abnegada y bondadosa, que está condenada al espacio de lo privado, con rutinas alimenticias, de limpieza y de intercambio afectivo.

La ternura no es el dominio de las mujeres, ni de la infancia porque la ternura es un paradigma de convivencia, que es el espacio de lo amoroso, de lo productivo y de lo político.

A pesar de ello, la ternura y la afectividad, desde hace varios siglos atrás, son desterradas del mundo académico. Desde el inicio de la experiencia escolar se adiestra al niño y a la niña en un conocimiento que se adquiere sin emociones, como condición para que obtengan éxito en la vida.

Este modelo de conocimiento es la forma como la insensibilidad se institucionaliza. Por ello, ya no conmueve el hecho de que toda interacción con la vida pasa por la destrucción de la vida, como si lo único que pudiéramos apropiamos de los otros fuera su cadáver.

La ciencia actual nos hace creer que sólo podemos conocer si descomponemos al otro. Esta metodología se aplica diariamente en toda investigación, extendiéndola también a la vida afectiva y a nuestra relación con los demás, por lo que se nos exige objetividad. La actual forma de hacer ciencia prescinde de la ternura, de las emociones, como condición sine qua non para la producción del conocimiento.

ternura

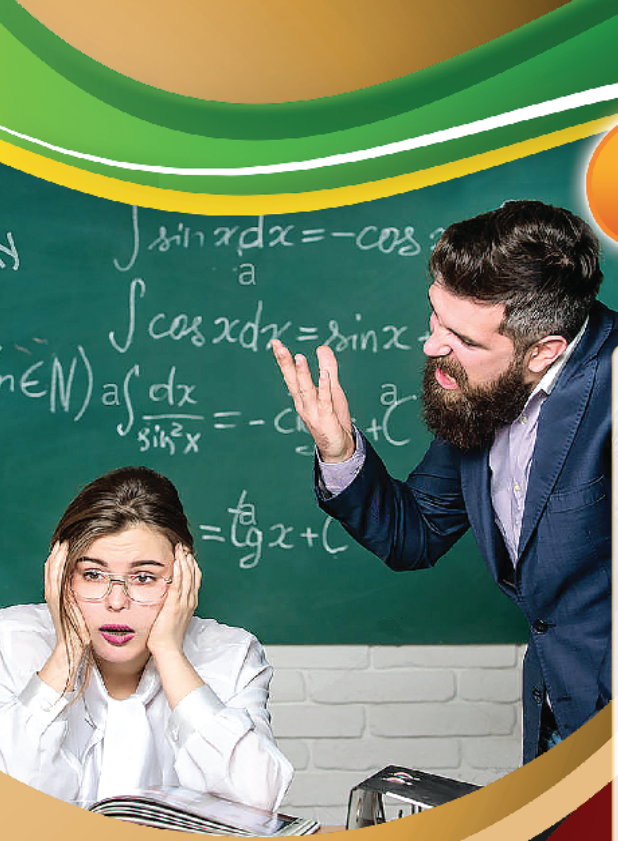
Con todo, así como hay verdades de la guerra, también hay verdades de las emociones porque el conocimiento, como afirma el filósofo Jürgen Habermas, es un cuerpo de prácticas y enunciados cruzados por una diversidad de intereses que van desde el afán de dominio instrumental hasta el fomento de la emancipación y la libertad.

Incluso si carecemos de un vocabulario amplio para designar los variados matices que asume el componente afectivo en el acto educativo, es imposible desconocer el papel de la emoción como modeladora y estabilizadora de los procesos de aprendizaje.

La frialdad del discurso científico, por ejemplo, no es otra cosa que una expresión de esta lógica que se ha insertado en la producción del conocimiento. Esta deformación histórica es asumida como único parámetro de validez de producción de conocimiento.

Sin embargo, la ternura se da siempre en el presente, como suceso que se vive, que se entrega o se recibe. La ternura es resistente a cualquier promesa que busque colocarla más allá del cuerpo y del tacto que se comparte en la vida diaria.

Uno de los obstáculos de la integración de la ternura a las perspectivas académicas es el lenguaje. Cuando las palabras no pueden convencer, ni argumentar, entonces se recurre



al autoritarismo, al incuestionable sometimiento a la obediencia.

Con palabras tiernas se puede agradar y conmover o agredir y violentar, independientemente de la estructura lógica de los argumentos que se utilicen. La ciencia, que es una modalidad del lenguaje, utiliza un lenguaje incomprensible, frío y burocrático, sin que ello quiera decir que la verdad no puede asumir la forma sugerente de una expresión cálida, acariciadora y tierna.

La ternura tiene el poder de fortalecernos

El modo de vivir esencialmente humano es reflexionando y conversando de manera cordial y respetuosa. El imperio del orden, de la disciplina y de la autoridad es un modo de vida artificial que rechaza y expulsa las emociones.

La disciplina y la obediencia nos homogeneízan e instalan, en las personas, el temor y el miedo. En cambio, la conversación, que es ese espacio donde nos configuramos con el otro, es el espacio donde nos convertimos en nosotros, en comunidad.

El diálogo y la conversación tienen el poder de fortalecernos como humanos porque cuando se desarrolla la disposición a conversar, se acepta también que existen otras realidades. En el diálogo y la conversación se desarrolla la confianza, que es el resultado de la ternura.

ternura

Los adultos perdimos el candor, el abrazo, la ternura, el asombro, la inocencia, la mirada, la apertura, la confianza de cuando éramos niños y ahora tenemos respuestas para todo y, además, nos incomodan las preguntas, especialmente de los más pequeños. Por eso nos cuesta confiar en los otros y en las otras.

Por ser seres emocionales debemos asumir el desafío de encontrarnos como simples seres humanos porque, por lo general, nos encontramos intermediados por nuestras profesiones o por nuestras funciones institucionales, sociales, políticas o económicas y, con ello, no hay encuentro, sino una relación vertical en la que se pierde la confianza.

En una relación vertical, cada vez que una persona obedece, ésta se resiente y se niega a sí misma. En cambio, la ternura siempre nos impulsa a la convivencia, porque si no nos escuchamos ¿cómo vamos a encontrarnos para hacer cosas juntos?

Nuestro sistema nervioso es dúctil y siempre está necesitado de la relación. Por ello, las transformaciones son posibles sólo si uno quiere, sólo si activa la ternura que tiene dentro. El único que tiene el poder del verdadero cambio es cada persona.

La experiencia de la ternura nos cambia. Cuando cuidamos a una persona, a una mascota o a las plantas, nos preguntamos y nos preocupamos

por el bienestar del otro. Eso revela que somos seres fundamentalmente emocionales necesitados de comunidad, de bienestar común, porque la comunidad es el resultado del tejido ternural.

La vida guiada por la ternura es simple. Nos complicamos la vida con conocimientos, ideologías y teorías. Por supuesto que es fundamental estudiar y leer, pero lo más importante es aprender a escuchar. Cuando uno escucha con atención e interés a otro ser humano, o a la naturaleza, sin pretender tener la razón, la comunidad está garantizada.

En una comunidad todo tiene que ocurrir como una bella sinfonía. Si se pierde la armonía, nos enfermamos y si empeora, morimos. Escuchar en el respeto es una invitación a la generación de cambios estructurales porque sólo interactuando cambiamos juntos. Para ello se requiere tiempo. Si no disponemos de tiempo para encontrarnos con ternura, no hay encuentro posible.

Aún cuando se siga sosteniendo que el progreso es el resultado de la competencia; es un hecho que cuando competimos, nos auto-engañamos, porque pensamos que nuestro bienestar radica en negar al otro y a la Madre Tierra.

Lo peculiar, lo especial en nosotros, los humanos, es que interconectados por la ternura podemos reflexionar, elegir y convivir. Y donde hay convivencia, no existe competencia porque no existe amenaza, sino colaboración.

Por Nuestra Casa Madre Tierra

Fundación Comunidad y Axión

La Paz, El Alto - Bolivia

(591-2) 2835542

fund_comunaxion@yahoo.es

Fundación Comunidad Axión

sed Solidaridad | Educación | Desarrollo

NO8DO

Ayuntamiento de Sevilla