

## LA CONSTRUCCIÓN PERSONAL DE LA REALIDAD

Por el Académico de Número  
Excmo. Sr. D. José M. Segovia de Arana\*

Es difícil hablar de la realidad por ser una expresión que tiene grandes connotaciones psicológicas y filosóficas.

Puede considerarse como un sustantivo, algo que está ahí, delante de nuestros sentidos, la vista, el oído, el tacto, el olfato, etc. Pero también es un adjetivo, por ejemplo, cuando decimos esta mesa es real, o esta situación es real. Y también puede usarse como un verbo realizar para darse cuenta de las cosas y de las circunstancias. Los ingleses lo expresan claramente cuando dicen “to realize” para hacer algo concreto. Todas estas expresiones de la realidad tienen cabida en nuestro lenguaje.

¿Cuánto dura la realidad? ¿Cuánto tiempo es el presente de la realidad? Esto es otra dificultad semántica. Si fuese algo estático, inamovible, algo que se queda absolutamente quieto, diríamos que dura un segundo, medio segundo, como una fotografía en un “fogonazo”. También el presente, en ocasiones, es “un fogonazo”. Pero otras veces, como ahora, el tiempo presente dura más, una hora, una tarde, un día, el año en que vivimos. Es decir la duración del tiempo presente depende de la clase de realidad a la que nos referimos. Por tanto la realidad es aleatoria. Lo que dura una determinada realidad es claramente un acuerdo entre los que la viven. Todo esto es necesario, indispensable, si queremos seguir pensando y hablando de la realidad que además, aunque nos pongamos de acuerdo en lo que es y en lo que dura, no es la misma realidad para cada uno de no-

---

\* Sesión del día 13 de marzo de 2012.

sotros. Es múltiple, hay tantas realidades como personas hay aquí ahora. Para todos, la realidad presente tiene un antes y un después.

La constitución personal, la forma de ver el mundo y la forma de vivir son diferentes de unos a otros. Cada uno de nosotros percibe a “su manera” la realidad. Es decir, lo que pensamos, decimos y hacemos varía según nuestra manera de ser, de ver, de pensar y de apreciar las cosas y las circunstancias, de acuerdo con nuestra persona y nuestra personalidad, en las que hay componentes hereditarios, genéticos y culturales diversos.

Porque cada momento de la percepción de la realidad que me rodea yo echo mano, sin darme cuenta, de mi experiencia vital anterior y también estoy pensando en lo que voy a hacer después. La percepción de la realidad es algo fundamentalmente personal.

El sentido común contiene innumerables interpretaciones precientíficas sobre la realidad cotidiana. Pero ¿nos sirve el sentido común para percibir y para interpretar la realidad de las cosas? Seguramente sí, pero las salvedades, las que estoy comentando sobre la diversidad de nuestros orígenes y me atrevo a decir que también con la diversidad de nuestros propósitos para el futuro.

El mundo de la vida cotidiana se estructura tanto en el espacio como en el tiempo. La estructura espacial, es decir, el lugar, el sitio en el que se vive, es fundamental para el desarrollo de nuestra vida. Yo soy yo y mi circunstancia, decía Ortega. Yo vivo mi circunstancia y en mi circunstancia y no solo ocupo su centro sino que también me influye su entorno. Por tanto mi percepción de la realidad es central pero también me influyen sus connotaciones periféricas en las que existen numerosas dimensiones sociales en virtud del hecho de que mi zona de actuación, mi circunstancia, se interfiere con las de otros.

La temporabilidad es una propiedad intrínseca de la conciencia la cual está ordenada siempre temporalmente. Todos tenemos conciencia de un fluir interior del tiempo que se basa en los ritmos fisiológicos del organismo aunque no se identifica con ellos. Tanto mi organismo como la sociedad a la que pertenezco, imponen a mi tiempo interior ciertas secuencias de hechos, independientes de mi voluntad. La estructura temporal de la vida cotidiana es muy compleja porque los diferentes niveles de temporalidad deben correlacionarse en todo momento y deben sincronizarse con mis propios proyectos. El tiempo, en la realidad cotidiana, es continuo aunque limitado. Toda mi existencia en este mundo está ordenada continuamente por su tiempo, está como identificada, envuelta por él. Mi propia vida es un episodio en el curso artificial del tiempo el cual existía antes de que yo naciera

y seguirá existiendo después de que yo muera. El conocimiento de mí inevitable muerte hace que este tiempo sea limitado para mí, Cuento sólo con una determinada cantidad de tiempo disponible para realizar mis proyectos lo que afecta a mi actitud hacia los mismos. Puesto que no quiero morir, este conocimiento de la muerte inyecta una especie de angustia a dichos proyectos.

La estructura temporal de la vida cotidiana no sólo impone secuencias preestablecidas en la agenda de un día cualquiera sino que también se imponen sobre mi biografía en conjunto. Sólo dentro de esta estructura temporal conserva para mí la vida cotidiana su acento de realidad. Por eso, en casos en que pueda sentirme desorientado por cualquier motivo, siento una necesidad casi instintiva de reorientarme dentro de la estructura temporal de la vida cotidiana. Para ello basta con mirar el calendario y encontrar el día en que vivo. o mirar el reloj y darme cuenta de la hora, para lograr esa reorientación y reingresar en la realidad de la vida cotidiana o frente a lo olvidado que se ha intentado recordar.

La percepción de toda clase de realidad tiene siempre un tinte, un carácter emocional tanto si la realidad es externa, por ejemplo ver el mapa de Nueva York o es una realidad interna, como el darnos cuenta de la angustia de una persona por la muerte de un ser querido.

La conciencia es capaz de moverse en diferentes esferas de la realidad, ya que el mundo consiste en realidades múltiples. Cuando paso de una realidad a otra, experimento en dicha transición una especie de impacto causado por el necesario desplazamiento de la atención. Esto es lo que puede observarse en el despertar súbito de un sueño.

La realidad de la vida cotidiana es una realidad ordenada y objetivada, es decir constituida por un orden de objetos que han sido designados como tales antes de que yo apareciera en escena. Esta objetivación, esta disposición ordenada de las cosas, ha sido dispuesta antes de que yo las viva, las use, las realice. El lenguaje hablado en la vida cotidiana, el lenguaje del país en el que vivo, me proporciona continuamente las objetivaciones indispensables y dispone el orden dentro del cual las cosas adquieren sentido, es decir dentro del cual, las realidades de la vida cotidiana tienen sentido para mí.

La realidad de la vida cotidiana se organiza en torno del “aquí” de mi cuerpo y el “ahora” de mi presente. Este aquí y ahora constituyen el foco de la atención que presto a mi vida de cada día la cual aspira a considerarse dependiente de mi conciencia.

Pero la realidad de la vida cotidiana no se agota con la conciencia o percepción del aquí y ahora sino que abarca fenómenos que no están presentes en el momento actual. Es decir, mi percepción de la realidad de la vida cotidiana, la percepción de sus componentes está en grados diferentes de proximidad y alejamiento tanto espacial como temporal.

En mi realidad de ahora, compuesta por los factores cotidianos de mi entorno físico y temporal, también se incluye, con más o menos fuerza o evidencia, lo que ocurre más lejanamente en el espacio (por ejemplo un terremoto en Japón) o en el tiempo (por ejemplo lo que me pasaba cuando estudiaba en la facultad de medicina).

Mi “aquí” y mi “ahora” no se superponen con los de los demás. Pero sé que vivo con ellos, en un mundo que nos es común. Sé que hay una correspondencia continua entre mis significados y sus significados en el mundo que compartimos, que hay un sentido común del que tenemos conciencia yo y los demás. Este conocimiento del sentido común compartido con los otros está en el discurrir rutinario de la vida cotidiana. Es lo que se puede llamar la “habitud” frente a lo desconocido o “extrañeza”.

## **EL CEREBRO Y LA REALIDAD**

### **¿Cómo aprecia nuestro cerebro la realidad?**

Los aspectos o mecanismos cognoscitivos tienen su sede en nuestro cerebro y se realizan a través de complejos, variados y múltiples circuitos que se han ido conociendo por profundas e iluminadoras investigaciones, tanto en el cerebro humano como en el de otros mamíferos.

Los impulsos sensoriales como la vista, el oído, el tacto, el olfato, etc. llegan por sus respectivas vías nerviosas hasta el cerebro donde establecen conexiones con diversos centros donde hay neuronas que recogen dichos estímulos para trasladarlos a otras estructuras cerebrales. Todos estos impulsos (menos los de la vía olfatoria) llegan al tálamo, una estructura fundamental colocada en el centro del cerebro, constituido por neuronas que envían sus terminaciones a diferentes zonas de la corteza cerebral y que a su vez recibe de las neuronas corticales impulsos transmitidos por sus axones. Se establece de esta forma un sistema tálamo-cortical y otro córtico-talámico que permiten hacer funcionar circuitos en ambos sentidos (del tálamo a la corteza y de la corteza al tálamo). En este dispositivo se distingue una actividad específica y otra inespecífica.

La hipótesis actual sobre la función del cerebro admite que el sistema tálamo cortical específico codifica la información sensorial y motora que las vías especializadas envían. Por su parte, el sistema tálamo cortical no específico serviría para producir la unión temporal de los estímulos acarreados por el sistema específico, por ejemplo ante una naranja, al cerebro le llega información por las vías correspondientes de la forma (redonda), del color (amarilla), del sabor (dulce o amarga) etc., estímulos que se localizan en diferentes partes de la corteza cerebral cuyas neuronas son activadas y empiezan a oscilar. Cuando la activación llega a un nivel óptimo (que se cifra cerca de 40 Hertzios) se genera un estado oscilatorio de las áreas corticales en las que se encuentran estas neuronas que precisan el componente cognoscitivo (forma, peso, color, etc. de la naranja). El problema entonces es activar el mecanismo que realice la conjunción de cada una de las características del objeto contemplado (la naranja es un ejemplo) para lograr un efecto cerebral único, es decir la suma de los fragmentos cognoscitivos para formar el concepto de naranja. Esta técnica, es decir la suma de los fragmentos cognoscitivos, las realiza el sistema tálamo cortical inespecífico.

Por tanto el reconocimiento de una realidad concreta (la naranja) es la resonancia coherente de una multitud de neuronas que oscilan a una frecuencia próxima a los 40 Hz y son integradas en una realidad cognoscitiva única por el sistema tálamo cortical inespecífico teñido también de componentes afectivos (agrado, indiferencia o desagrado)... Este es el mecanismo o los mecanismos de la vigilia, de la construcción de la realidad cuando estamos despiertos.

