

## LA FUERZA DE LAS CONVICCIONES

PSIC. RAÚL G. KOFFMAN\*

Nuestro orgullo como especie: la capacidad de reflexión. Lo que nos hace sapiens. Re-flexionar supone la posibilidad de flexionar, de volver la mirada sobre uno mismo. Capacidad directamente relacionada con la existencia de la conciencia: darse cuenta y darse cuenta del darse cuenta (sapiens sapiens). Sabemos por experiencia que si las personas, permanecen cerradas en las visiones de sí mismas y del mundo; auto centradas en exceso; si no pueden auto-observarse críticamente; si no hay una verdadera autocrítica; no hay diálogo posible. La Psicoterapia también recurre a esta capacidad re-flexiva. Si la persona no puede “mirarse desde afuera”, si no puede “mirarse a sí misma como si fuese otra persona”, si no puede objetivarse (mirarse como si fuese un objeto más del mundo), si no puede dejar de considerarse (auto centrada en exceso) el receptáculo de los peores males; no hay posibilidad de cambio posible. Pero esta dificultad, no es de orden cognitivo ni evolutivo, sino emocional.

Una posición similar, se encuentra en una etapa del desarrollo del pensamiento del niño, llamado Pre-Operatorio. El niño no puede aún, reconocerse como un objeto/persona más entre todos los objetos/personas del mundo. Recién en las etapas posteriores abandona esta posición y con ellas aparecerán nuevos logros: el reconocimiento de ser únicos, la idea de muerte y finalmente el pensamiento abstracto. También el reconocimiento del otro como otro semejante (a pesar de las diferencias); la posibilidad de ponerse en el lugar del otro; la posibilidad de creer en creencias sistematizadas (como las cosmogonías, las supersticiones y las religiones); la posibilidad de engañar y de auto engañarse; y la posibilidad de crear sistemáticamente; en obvia co-

laboración con el desarrollo del lenguaje. Finalmente, lo que diferencia a los seres humanos del resto de los animales: el animal racional. Una racionalidad de la que muchos dudan. Lo sabemos: somos animales racionalizadores. En nuestra cotidianeidad, primero hacemos las tonterías y después nos las justificamos. La racionalidad parece relegada al cálculo financiero, a la construcción de puentes y edificios, o al cálculo para llegar a otros planetas para poblarlos.

Sam Harris, en “El fin de la fe. Religión, terror y el futuro de la razón”<sup>1</sup> dice: “Una creencia es una palanca que, una vez accionada, mueve casi todo lo que conforma la vida de una persona”. Hasta aquí, todos de acuerdo. Pero falta una pregunta básica: ¿qué acciona la palanca? Las emociones; que son las que aportan la “fuerza” a las diferencias valorativas. Una fuerza que lleva a convertir las diferencias evaluativas y valorativas en complejos actos discriminatorios, en actos violentos de exterminio o en actos sacrificiales o heroicos. Es la fuerza con la que se cree “ciegamente”, fervientemente, apasionadamente, en sistemas de creencias como verdades reveladas; la fuerza con la que se cree también ciegamente que un número saldrá en su juego de azar favorito; en que esa persona es el amor esperado; y en que ése es el mejor candidato y el indicado para un cargo ejecutivo en un nuevo gobierno. Esta “fuerza” proviene de las emociones. Y como toda emoción, lleva a actuar. La compra compulsiva no es un acto de libertad, sino la esclavitud por la emoción disparada. Una fuerza que canalizada convenientemente, da grandes resultados. Pero que en el plano individual puede resultar un motivo de sufrimiento. Los ansiolíticos de consumo cada vez más masivo,

\* raulkoffman@gmail.com

intentan minimizar sus efectos sobre el cuerpo y sobre la calidad de vida. Y su desborde explica algunas patologías muy contemporáneas: el consumo de sustancias, los trastornos de ansiedad, las dificultades para el control de la ira, las compras compulsivas y la ludopatía, los niños hiperkinéticos y con eventuales dificultades para la atención y la concentración, por ejemplo. Es la palanca que no puede regresar a su punto inicial. Las e-mociones, mueven. Regularlas, es un trabajo posterior; así como la “regulación emocional” un constructo teórico en desarrollo.

Es que las emociones no son sólo los sentimientos que suponen consciencia.<sup>2</sup> Si una persona fuese absolutamente racional, no podría decidir con la fuerza con la que normalmente lo hacemos. En las patologías en las que está afectada la emocionalidad, es difícil decidir porque todo tiene el mismo valor. Y puede terminar decidiéndose con criterios arbitrarios. Lo que sucede es que la reflexión y la autocrítica, llegaron últimos. Las emociones llegaron primero porque el cerebro emocional es evolutivamente anterior al cerebro “racional”. Y hasta ahora, parecen venir ganando las batallas.

En nuestra cultura, hay muchas teorías psicológicas que explican el accionar humano por el qué se piensa. Las redes sociales están llenas de estas simplificaciones. Otras, ponen el acento en el “cómo funciona el pensamiento”, en el llamado “procesamiento de la información”; poniendo en segundo lugar al contenido. Pero si ponemos el acento en cómo los pensamientos son motorizados (la motivación); nos vemos obligados a referirnos a la emocionalidad. A lo que da fuerza y valor excesivo a un pensamiento o creencia. Por ejemplo: matar por diferencias religiosas o políticas, es para nosotros una “irracionalidad”. Matar al otro para quedarse con su celular en robos cotidiano; es otra irracionalidad. ¿No es acaso ésta, una “emoción violenta” pero administrada en batallas o en actos discontinuos?

Pero, ¿cómo lograr que alguien le adjudique tanto valor a su convencimiento/creencia, como para que no dude en ejecutar acciones que llamaríamos “irracio-

nales”?. Se logra dando a las razones “irracionales”, el carácter de incuestionables; sagradas, de obviedades, de Verdades (con mayúsculas), y adjuntándole la creencia de que los otros humanos pobres irracionales, no quieren ni pueden comprender. Esto es, sin esta motorización por la emocionalidad, no habría fanatismos. Es la llamada “fuerza de las convicciones”, que cualquier grupo necesita para sobrevivir y alinearse. Y se suma, muchísimas veces, la creencia en una futura valoración y reconocimiento por el acto (aunque sea post-mortem). Héroe respetado y hasta venerado. O quizás la posibilidad de estar más cerca de su dios. Finalmente, alimentos enriquecidos para el Amor Propio (¿no es acaso el amor un sentimiento parte de la emocionalidad?). Alimento compensatorio, podríamos pensar; pero quizás en este contexto, las compensaciones son secundarias. La emocionalidad está presente entonces; en lo incuestionable de la creencia y en la estabilidad psicológica que se genera por creer que se tiene la “única verdad verdadera”. Esta sensación de estabilidad (que se genera al creer que se tiene la razón), es vivida como que “se está con los pies en la tierra”, aunque sólo sea navegar en una intranet propia o compartida.

Además, y aunque suene paradójico, las ideas “irracionales”, tienen su propia racionalidad. Esto es, en un sistema de creencias, en la que cada idea se apoya y justifica y es justificada por las otras; el resultado final, es un efecto de coherencia, por tanto de credibilidad. Una o varias razones; convertidas en incuestionables y además coherentizadas; pierden su “irracionalidad”. Recordemos que muchas de las teorías sostenidas y prácticas utilizadas en décadas anteriores: hoy vistas como deficitarias y hasta absurdas; en el momento de su apogeo y mayor credibilidad, eran razonables, racionales y coherentes. La historia de la ciencia, lo demuestra con creces.

Dejar de tener convicciones es muy difícil para el ser humano que necesita verdades y razones para vivir. Pero “la fuerza de las convicciones”, excede estos insu-  
mos básicos.

## Bibliografía

1. Harris, Sam: “El fin de la fe. Religión, terror y el futuro de la razón”; Ed. Paradigma; México; 2007.
2. Koffman, Raul G.: “Las emociones. Presentación en sociedad”; Rev. Méd. Rosario 83: 39-40, 2017.