



inteligencia emocional

ENSAYO

Soy libre

Una ilusión que tú mismo construiste

Luis Salvador González Córdova

Casi nadie duda de que es libre. Hablo de una libertad existencial: libre al decidir, al elegir, al querer. Ser dueño de sí mismo. La filosofía lleva siglos preguntándose si somos libres, y la respuesta afirmativa es una de las convicciones más arraigadas de su historia. Esa discusión es relevante y seguirá abierta. Pero aquí me centraré en esa libertad que cada uno cree ejercer en su propia vida.

Hay algo que nos distingue con claridad de cualquier otro ser vivo: el nivel de sofisticación de nuestro lenguaje. En algún momento de la historia el *Homo sapiens* dio un salto evolutivo sin precedentes. Pasamos de ser un primate más en la sabana africana a coordinar, planificar y construir civilizaciones enteras. Ese salto fue una verdadera revolución en nuestras capacidades cognitivas.

El lenguaje nos entregó algo que ninguna otra especie posee: la capacidad de habitar mundos que no existen físicamente. Mundos contruidos con conceptos, abstracciones, ideas. Y entre esas ideas, una de las más poderosas y más antiguas que el ser humano se ha dado a sí mismo es la libertad.

Se sostiene que una de las manifestaciones de la naturaleza humana es precisamente su libertad: el dominio de lo que hacemos. Pero, de ser así, cabe preguntarse quién ejerce ese dominio. En qué momento ocurre. Qué parte de nosotros decide realmente. Me pregunto si el libre albedrío lo ejerce un Yo consciente y soberano, o si lo administra una entidad que simplemente cree ser libre y por eso justifica su actuar como un acto completamente autodeterminado.

Pensemos en la hipnosis. Cuando el hipnotizado ejecuta una acción que proviene de una orden posthipnótica, no tiene ninguna conciencia de haber sido coaccionado. Si se le pregunta por qué hizo lo que hizo, entrega sin

vacilar una justificación. Decidió, dice, libremente. Ese sujeto se percibe libre aunque sabemos que no lo fue.

No es casualidad. El neurocientífico Michael Gazzaniga descubrió que nuestro hemisferio izquierdo actúa permanentemente como un intérprete: su función no es percibir la realidad sino construir una narrativa coherente sobre lo que percibimos y hacemos. Cuando la acción no tiene una explicación racional disponible, simplemente inventa una. Y lo hace con total convicción. Lo llamó *el intérprete*. El hipnotizado no miente cuando justifica su acción, porque su cerebro está haciendo exactamente lo que siempre hace. El problema es que en ese caso la historia es completamente falsa.

¿Vivimos acaso nosotros en ese mismo autoengaño?

El filósofo José Ángel García Cuadrado sostiene que la libertad se manifiesta en experiencias concretas: cuando actuamos sin que nada externo ni interno nos obligue, cuando asumimos responsabilidad por nuestros actos, cuando somos capaces de cumplir una promesa. Para él, esas experiencias son evidencia suficiente de que somos libres.

El problema es que todas esas experiencias ocurren en la conciencia. Son vivencias subjetivas del yo que observa y juzga su propio actuar. Y ese yo que se siente autodeterminado, responsable, capaz de cumplir promesas, es el mismo intérprete de Gazzaniga, el que construye narrativas convincentes sobre acciones que no eligió libremente. El hipnotizado también se siente autodeterminado. También asume responsabilidad por lo que hizo. También podría cumplir una promesa hecha bajo hipnosis sin saber que no fue libre al hacerla.

La pregunta que le haría a García Cuadrado es simple: ¿en qué se diferencia su hombre libre del hipnotizado? Si la única evidencia de libertad es la experiencia subjetiva, y el hipnotizado tiene exactamente esa misma experiencia, entonces esas experiencias no prueban que seamos libres. Prueban que somos muy buenos construyendo la ilusión de serlo. No hace falta recurrir a la hipnosis para comprobarlo. Basta recordar la última vez que reaccionaste con una rabia que llegó antes que el pensamiento, o que tomaste una decisión que llamaste racional y que en el fondo era miedo con un buen camuflaje. Nadie eligió eso conscientemente. Pero todos tenemos una explicación preparada para justificarla. Y **mientras esa explicación nos convenza, no hay razón para cambiar nada.**

Y eso que acabas de reconocer —esa rabia, ese miedo disfrazado de razón— no es la excepción. Es la regla. Somos afectados permanentemente por estímulos externos e internos que derivan en actos que luego juzgamos como libres. ¿Por qué no hacerlo, si la sensación de libertad nos hace sentir tan bien? Nos autopercebimos distintos a las máquinas. Superiores al resto de los seres vivos. Un sitio de privilegio que irónicamente nos hemos adjudicado nosotros mismos, gracias a nuestro lenguaje y a su capacidad infinita para construir mundos donde somos, en última instancia, los dioses.

Los seres humanos construimos realidades que nos son funcionales para existir y sobrevivir. Y digo realidades en plural deliberadamente: ninguna de ellas da cuenta de la Realidad, de ese territorio al que no tenemos acceso directo. No es que todas las verdades sean iguales. Es que todas son parciales. La libertad es una de esas construcciones —poderosa, útil, profundamente humana. La examino precisamente por serlo: **lo que construimos sin saberlo, nos gobierna.**

El hombre construye ilusiones que después cree y le son reales, para luego —o a veces nunca— darse cuenta de que eran solo espejismos. Como la ilusión de libertad que él mismo se encargó de construir.

Reconocer que vivimos en una ilusión no es el fin del camino. Es el único comienzo posible.

Porque solo quien sospecha que no es tan libre como cree tiene alguna posibilidad real de hacer algo al respecto. El que descubre que su libertad era una ilusión tiene dos caminos: cerrar los ojos y seguir, o mantenerlos abiertos y preguntarse qué queda cuando la ilusión se desvanece. Lo que queda es lo interesante.

Por ahora llego hasta aquí, pero espero haber abierto puertas hacia una reflexión más profunda sobre nosotros mismos. Te invito a que me acompañes, porque este es solo el primer paso de un camino más largo.

