

Términos y mentalidades. Memoria.

educacion.press/2018/05/24/terminos-y-mentalidades-memoria/

May 24,
2018



LA OPINIÓN DE. . . JOSÉ VÍCTOR ORÓN SEMPER



Nacido en Valencia y residente en Navarra, escolapio, grupo Mente-Cerebro (ICS) UNAV (Universidad de Navarra). Doctor en Educación por la Universidad de Navarra. Licenciado en Estudios Eclesiásticos en el año 2001 por la facultad de Teología San Vicente Ferrer, Valencia. Ingeniero Superior de Caminos Canales y Puertos en el año 1997 por la Universidad Politécnica de Valencia. Máster en Neurociencia y Cognición por la Universidad de Navarra. Máster Internacional en Bioética por la cátedra Jerónimo Legeune. Profesor en educación

*secundaria obligatoria y Bachillerato. Autor del programa UpToYou, proyecto para la educación emocional del adolescente. En **LA OPINIÓN DE...** Nos habla sobre términos y mentalidades. Creencias.*

La memoria neutra no existe. Pero, ¿Qué es la memoria? Y, según esto ¿Qué sería recordar? y ¿Qué es sanar la memoria?

Hoy nadie duda de la fuerza de la realidad emocional en el ser humano. Es comúnmente aceptado que no somos solo racionales, sino también emocionales. Y aunque son muchos los que todavía no han descubierto la relación intrínseca y natural entre razón y emoción, es aceptado por todos que algo “tienen que ver” una con otra. Todo ello ha conducido hoy en día a la existencia de una sensibilidad a descubrir una presencia emocional donde antes se creía que reinaba la razón. Éste es el caso de la memoria. La visión tradicional de la memoria consiste en recordar lo que pasó a modo de datos neutros. En tal caso, la memoria es básicamente un ejercicio cognitivo; lo cual unido a un modelo en el que aprender cosas es básicamente ejercer la memoria, ha llevado durante mucho tiempo a entender la docencia como algo fundamentalmente cognitivo. Esta asociación entre memoria y recordar datos es lo que se llama memoria neutra. Pero hoy se sabe que **la memoria neutra no existe**. No existe quiere decir que, aunque se quieran recordar las cosas como un mero recordar datos, no es posible quedarse ahí.

Hoy se sabe que la memoria recoge también las emociones unidas intrínsecamente a esos datos. Lo emocionante se aprende más intensamente y se olvida menos. Que las emociones agradables favorecen recordar las cosas más globalmente, y que las desagradables favorecen recordar las cosas en sus detalles. Por tanto se ha propuesto que hay que emocionar a los alumnos para que aprendan cosas. Se está buscando en el alumno el botón de la emoción. Ese botón debe ser apretado por el profesor o el padre para que en el alumno o hijo se encienda no se sabe qué y se ponga a memorizar todo. Esta propuesta, además de simplona, acaba cayendo donde quería salir pues acaba pensando que lo importante de la memoria es recordar datos. O que es posible distinguir entre los datos y las emociones que ellos despiertan, lo cual supone ignorar qué es el significado de una realidad (ver término significado).

Es decir, han descubierto que lo emocional es importante, pero acaban pensando que lo emocional modula la forma de recordar los datos. Lo que valdría la pena que descubrieran es que **no existen los datos, sino los datos vividos**. Que hablar de datos es una conceptualización abstracta de la experiencia vivida.

La investigación en neurociencia nos puede ayudar en nuestra presentación porque nos muestra que **lo que llamamos recordar, revivir, recontextualizar y reinterpretar no son acciones distintas, sino distintos aspectos de la misma acción**. Los cuatro verbos se dan al mismo tiempo. Así, al ejercer la memoria, la humana, lo que hacemos es en verdad estas cuatro cosas, que no son cuatro sino una sola. Los cuatro términos no son cuatro acciones que podemos relacionar, sino que solo existe una acción y, en la medida en que nos fijamos en ella, descubrimos que podemos conceptualizar cuatro elementos distintos.

Al hablar de la memoria, puntualizamos que hablo de la memoria humana; ya que la memoria existe en el universo entero. También una piedra tiene memoria: si le das un golpe y la rompes, ya se acordará para toda la vida. Si memoria es que lo el pasado afecta al presente, las piedras también tienen memoria. Los que quieren retener datos y datos, buscan una memoria *petrina*. También un animal tiene memoria. Más sofisticada que la de una piedra, pues experiencias del pasado sirven para tomar decisiones diversas en el presente. Pero eso no es la memoria humana. Los que buscan simplemente una memoria para aprender del pasado, de las malas y buenas experiencias, se están moviendo al nivel de la memoria animal, una memoria emocional. La memoria humana hace mucho más pues recuerda-revive-recontextualiza-reinterpreta en un solo acto. Repito, no son cuatro acciones que nosotros relacionamos, sino una sola acción de la que diferenciamos elementos.

Al recordar, en nuestro cuerpo se vuelven a vivir las experiencias que en un tiempo pasado se vivieron, pero se reviven contextualizadas en la nueva situación, por lo que la misma experiencia emocional cambia y, parejo a ello, se está dando un nuevo significado a lo vivido. **Con cada acto de recordar cambiamos nuestro pasado**. Esto es lo que permite sanar la memoria. Cuando las personas han vivido experiencias tan dolorosas que no las pueden acoger, el psicoanálisis nos enseña que así surge el subconsciente. Winnicott decía que, cuando no contamos con los recursos para acoger un acontecimiento pasado por el dolor que despierta en nosotros, entonces tenemos el recurso psicológico de ocultarlo a nuestro propio consciente. No se soporta la contemplación de tal dolor. Esta es una de las vías por las que se forma el subconsciente. Pero subconsciente no quiere decir que no esté en activo en nuestra vida. Hace falta sanar la memoria: si en un nuevo ambiente, la persona actualiza lo vivido, entonces la memoria humana le permite revivir y recomprender lo vivido desde su situación actual.

Un punto donde la memoria humana y la memoria animal se diferencian con claridad es en que la memoria animal recuerda las experiencias emocionales que el animal vivió, pero la memoria humana recuerda las relaciones interpersonales que estaban en juego de la misma forma que cuando damos significado al mundo lo que hacemos es proyectar la calidad de nuestras relaciones interpersonales sobre lo que son las cosas tal y como han mostrado las investigaciones sobre el *social referencing*. Si las cosas lo que son les viene de la forma de insertarse en las relaciones interpersonales, el recuerdo de las mismas es el recuerdo de tales relaciones.

Para un animal sí que existen los datos como el "saco" de características ligadas a la presencia de un objeto. Es decir, para un animal no existe el objeto, sino las experiencias emocionales ligadas al objeto que es lo que un animal llamaría datos. Pero para el ser humano no existen datos sino relaciones interpersonales. Explicar esto con detalle sería extenso, pero básicamente un animal recuerda las experiencias emocionales que vivió y los datos asociados a ella; en cambio una persona recuerda la intención de la relación personal más allá de la mera experiencia emocional o de los datos. Lo cual produce que

mientras para el animal estrictamente hablando no existen ni relaciones, ni objetos sino sólo datos; en cambio, para la persona existen las relaciones interpersonales, puede descubrir la presencia del objeto y aún diferenciarla de los datos.

La memoria humana recuerda siempre personalmente, es decir, recuerda la significación personal del evento. Si alguien va y pega a un animal, el animal recuerda la experiencia emocional y los datos que la rodean; más si se pega a una persona, lo que se recuerda es la experiencia personal de haberse sentido rechazado en lo que uno es y significa.

Sanar la memoria en el caso de un animal es darle nuevas experiencias agradables y unos datos agradables paliarán el efecto de unos datos desagradables. Para el ser humano la memoria no se sana por vivir una situación de bienestar después de una situación dolorosa, sino que hace falta reparar las relaciones interpersonales en juego.

Así pues, cuando queremos que nuestros hijos o alumnos aprendan datos y para ello queremos emocionarlos para que se los memoricen más fijamente, los estamos tratando como animales.

La memoria humana es la memoria de las relaciones interpersonales y en ese marco se inscriben todos los datos que se quiera. Al ser humano lo que le importa, son los otros seres humanos y los datos que recordamos son los que nos ayudan a sabernos situar en ese mar complicado de las relaciones interpersonales. Al recordar, lo que se hace presente son las experiencias interpersonales en juego. Así pues, no sólo habría que decir que no existe la memoria neutra (pensando que recordar es un acto técnico y frío de recordar datos), sino que **tampoco existe la memoria emocional** (datos + emociones), sino que **lo que realmente existe en el ser humano es la memoria personal**.

Un caso paradigmático de ello lo tenemos en el caso del Alzheimer, donde lo doloroso no es el olvido de datos, ni siquiera el tema está en no acordarse de las experiencias emocionales vividas, sino que lo doloroso es que no recordamos cuál era la relación interpersonal que teníamos con los seres queridos.

Así pues, la memoria humana, la que hemos llamado memoria personal, acaba conduciendo a reinterpretar las relaciones interpersonales desde las relaciones interpersonales presentes y abriéndose al tipo de relación interpersonal que podríamos tener. Todo ejercicio de memoria no conlleva tan solo la reinterpretación del pasado, sino también un reinterpretarse a nivel personal. (Explicación en el término re-significar).

Si en el término significado veíamos que los datos son significativos por lo que suponían para la relación interpersonal, es lógico que ahora digamos que al recordar datos lo que recordamos en verdad son las relaciones interpersonales en juego. **La novedad estaría en que la memoria humana es creativa y permite re-significar (y sanar) las relaciones interpersonales en juego**. Por eso la re-significación se realiza por el agradecimiento y la reconciliación (ver dichos términos).

A nivel educativo esto implica que convendría educar personalmente y no animalmente.

Querer aprender datos y querer recordar datos y sus experiencias emocionales adjuntas es aprender y recordar como un animal. Querer aprender lo que los datos significan y ayudan a la relación interpersonal y recordarlos de la misma forma es aprender y recordar como un ser humano.