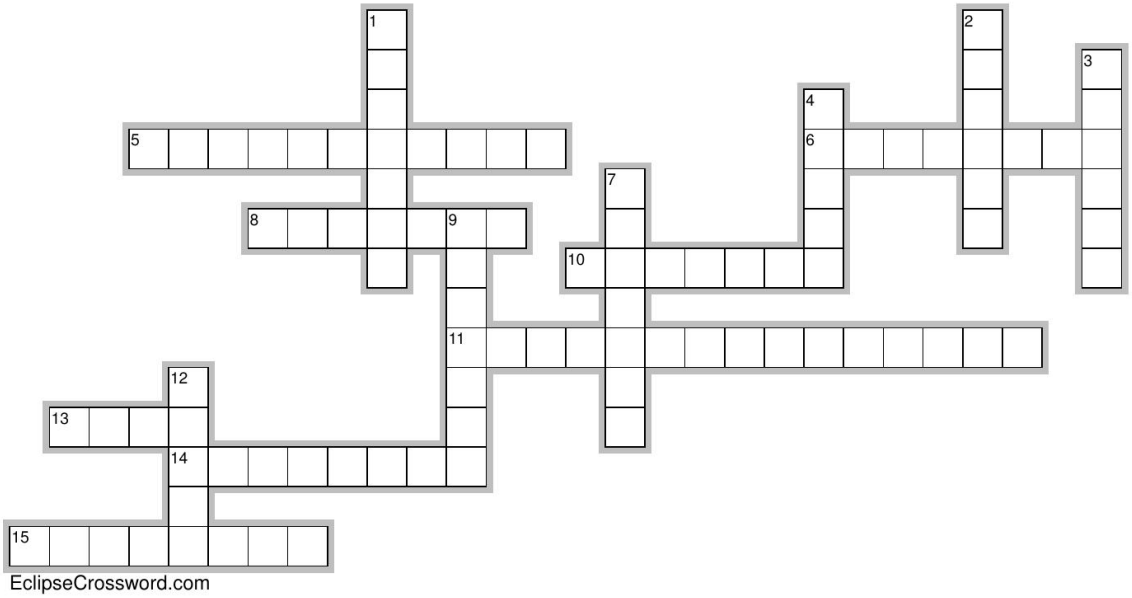
Un misterio muy personal

03/05/2025

UN MISTERIO MUY PERSONAL

A. REQUENA & VALLE DE ELDA © 2025



EclipseCrossword.com

HORIZONTALES

5. Hablar de ella es adentrarse en uno de los misterios más profundos del Universo.
6. En el ámbito de la Física teórica, algunos investigadores comienzan a preguntarse si la conciencia podría ser una propiedad fundamental de éste, como el espacio, el tiempo o la energía.
8. En esta espiritualidad, la conciencia se explora a través de la observación directa, descubriendo que no es una entidad fija, sino un flujo constante, vacío de forma, pero lleno de presencia.
10. Desde la neurociencia, se postula que la conciencia emerge de la complejidad de éste.
11. Cabe matizar las diferencias de consciencia y ésta.
13. El llamado “problema difícil” de la conciencia, es no cómo responde el cerebro, sino por qué hay alguien que lo hace.
14. Calificamos de misterio a la Consciencia porque cuando se activan éstas de una determinada forma, sentimos algo, desde un aroma, hasta un recuerdo, pasando por todas las experiencias posibles.
15. Cuando se trata de la consciencia nos sumergimos en éste.

VERTICALES

1. Algunas tradiciones filosóficas y espirituales sostienen que la conciencia no es un producto de ésta, sino su condición previa.
2. La consciencia, no es solo uno de estudio, sino también el sujeto que estudia.
3. Nadie ha logrado explicar por qué un conjunto de éstos organizados en un cerebro puede generar la experiencia de un atardecer.
4. La consciencia, con su doble filo, nos recuerda que conocer éste no basta si no nos conocemos a nosotros mismos.
7. La consciencia, evoca a ésta, sugiere un diálogo entre la experiencia subjetiva y el conocimiento objetivo.
9. Consciencia deriva, también, del latín conscientia, pero ha evolucionado hacia significados éticos y de este tipo.
12. La consciencia es uno de los mayores misterios de ésta.

Hablar de la consciencia es adentrarse en uno de los misterios más profundos del Universo: ¿qué es eso que sabe que sabe? ¿Qué es esa chispa que nos permite reconocernos como seres presentes en el mundo, capaces de pensar, sentir, elegir, crear y preguntar por el sentido de las cosas?

La consciencia, evoca a la Ciencia, sugiere un diálogo entre la experiencia subjetiva y el conocimiento objetivo. Por un lado, está la conciencia como vivencia íntima e inmediata, es decir, la certeza de estar aquí, ahora, percibiendo. Por otro, está la Ciencia como intento sistemático de comprender y explicar los fenómenos observables, incluso aquellos tan etéreos como la mente. La pregunta entonces es: ¿puede la Ciencia explicar la conciencia? ¿o es la conciencia el fundamento mismo desde el cual toda Ciencia se articula?

Desde la neurociencia, se postula que la conciencia emerge de la complejidad del cerebro. Actividades eléctricas, sinapsis, redes neuronales interconectadas, etc., todo parece reducirse a procesos físicos. Y, sin embargo, nadie ha logrado explicar por qué un conjunto de átomos organizados en un cerebro puede generar la experiencia de un atardecer, el dolor de una pérdida, o el amor por un hijo. Este es el llamado “problema difícil” de la conciencia, es decir, la cuestión es no cómo responde el cerebro, sino por qué hay alguien que lo vive.

Frente a esto, surgen otras miradas. Algunas tradiciones filosóficas y espirituales sostienen que la conciencia no es un producto de la materia, sino su condición previa. El Advaita Vedanta, por ejemplo, afirma que la conciencia es la única realidad, y todo lo demás, como cuerpo, mente, mundo, son manifestaciones en ella. En el budismo, la conciencia se explora a través de la observación directa, descubriendo que no es una entidad fija, sino un flujo constante, vacío de forma, pero lleno de presencia.

En el ámbito de la Física teórica, algunos investigadores comienzan a preguntarse si la conciencia podría ser una propiedad fundamental del Universo, como el espacio, el tiempo o la energía. ¿Y si, en lugar de ser una excepción biológica, la conciencia estuviera distribuida en grados en toda la existencia? ¿Y si el Universo, más que una maquinaria ciega, fuera una realidad consciente que se experimenta a sí misma a través de nosotros?

La consciencia, entonces, no es solo un objeto de estudio, sino también el sujeto que estudia. Y tal vez ahí radique su enigma, porque no podemos situarnos fuera de ella para mirarla desde lejos, porque somos, en esencia, conciencia mirando. Por eso, más que una respuesta, la pregunta por su naturaleza nos invita a una forma de búsqueda interior, una Ciencia del ser, una práctica del asombro.

La consciencia, con su doble filo, nos recuerda que conocer el mundo no basta si no nos conocemos a nosotros mismos. Y que, quizás, el misterio más grande no está en las estrellas, sino en quien las contempla. Básicamente, la consciencia es uno de los mayores misterios de la mente. Poco a poco vamos descifrando como pensamos y percibimos el entorno, pero queda relegado a la ignorancia el que muchas de esas percepciones y pensamientos se ven acompañados de una experiencia subjetiva de tenerlos. A esta experiencia la denominamos conciencia.

Consciencia deriva del latín *conscientia*, que significa "conocimiento compartido" o "saber con uno mismo y se define como la capacidad de darse cuenta de uno mismo, del entorno o de lo que ocurre en un momento dado. Es un estado de vigilia mental o atención. Consciencia deriva, también, del latín conscientia, pero ha evolucionado hacia significados éticos y morales. Se refiere a la capacidad de discernir el bien y el mal, de juzgar las propias acciones desde un punto de vista moral o ético. En la práctica, qunque la RAE admite ambos términos y, en algunos contextos, como sinónimos (por ejemplo, "tener consciencia de algo" y "ser consciente de algo"), muchos expertos recomiendan reservar "conciencia" para lo moral y "consciencia" para lo psicológico o perceptivo.

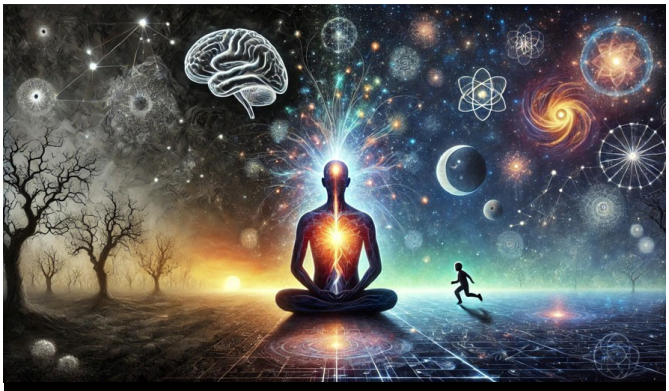


Imagen creada con ayuda de ChatGPT con DALL-E

Calificamos de misterio a la Consciencia porque cuando se activan las neuronas de una determinada forma, sentimos algo, desde un aroma, hasta un recuerdo, pasando por todas las experiencias posibles. Otros recuerdos se forman en la profundidad del cerebro, aun cuando resultan imperceptibles y no se sienten y no desencadenan experiencias subjetivas internas. Es un milagro cotidiano la conjunción de mente y cuerpo y la interacción con el mundo y que de esa complejidad que es la maquinaria biológica emerja la experiencia subjetiva, que es sentirse a uno mismo, como algo propio. Es un misterio tanto científico como filosófico y, en

todo caso, personal, que es esa sensación de ser una persona particular, un individuo, ser nosotros mismos. Somos conscientes de tener un yo.

Cabe matizar las diferencias de consciencia y autoconsciencia. En un organismo consciente, se siente algo al ser organismo. Y por ello se le ha asociado con la inteligencia, aunque la consciencia es otra cosa. Se pierde en el sueño profundo. Cuando se trata de la consciencia nos sumergimos en el misterio. Hay una propuesta denominada panpsiquismo que sugiere que la consciencia no se genera en el cerebro ni es parecido a otros procesos cerebrales o biológicos, sino que es fundamental y ubicua. Está presente en todo y en todas partes. Algo similar a la carga o a la energía (masa). Si superficialmente se afirma que está desde el principio, huelga explicar cómo surge y no en todas partes. Así no explica nada, porque ni es comprobable ni conduce a nada que lo sea. Como casi siempre ocurre con las propuestas filosóficas, no es comprobable. La idea de que es un fenómeno natural y no solo una propiedad de las cosas materiales, como pueden ser el cerebro o el cuerpo, no es comprobable, pero conduce a cosas comprobables y podremos llegar a explicar aspectos que de otro modo serían inalcanzables.

El problema es explicar, predecir y controlar las propiedades de la conciencia en términos de mecanismos y procesos subsumidos en el cerebro y en el cuerpo. Minimiza la complejidad el hecho de que lo que tratamos de explicar es experiencial o fenomenológica, es decir no tanto las funciones que podrían tener en la estructura cognitiva del cerebro. Las experiencias emocionales son distintas a otros tipos de experiencias. Las experiencias emocionales son buenas o malas y se trata de conectar mecanismos en el cerebro con este tipo de propiedades de la fenomenología. ¿Cómo sucede esta experiencia? Emerge de una base física, pero no hay explicación de por qué y cómo surge. Es un difícil y duro problema explicarlo y dar una respuesta.

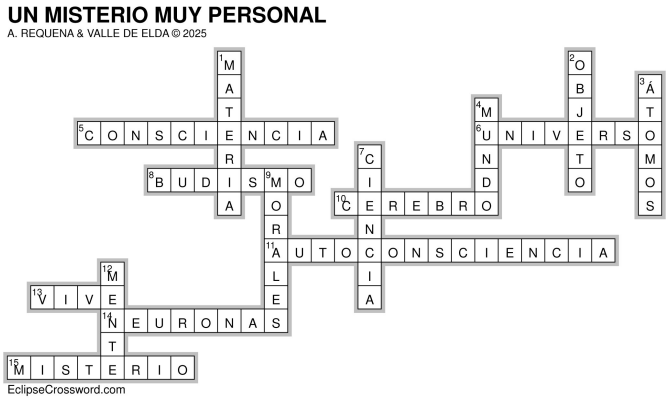
Usualmente se establece una correlación entre la experiencia y la parte del cerebro que se activa. Una visual, activa la corteza visual y una olfativa la corteza olfativa. Así se establecen correlaciones entre las cosas que suceden y las regiones de cerebro que se asocian. Otra cosa es que las meras correlaciones no dicen cómo y qué se obtiene de esas correlaciones. No son explicaciones. Cabe artefactos estadísticos subyacentes, como han ilustrado tantos ejemplos bien conocidos. La cuestión es llegar a dilucidar por qué las neuronas se comportan de esa forma. No es nada fácil lograrlo para las experiencias que implican las emociones. Matemáticas, física, química y neurociencia están desafiadas.

Las emociones no se sienten como los objetos. Los objetos infunden la denominada contingencia sensorial, por la que el cerebro hace predicciones sobre la información sensorial que obtendríamos si giramos el objeto y vemos su cara oculta visualmente y en principio, por ejemplo. Es más las experiencias del mundo y de nuestro yo no son lecturas directas de a realidad, aunque lo den a entender. Es algo que en la filosofía viene reconociéndose desde Platón hasta Kant y que la Ciencia corrobora. Se trata de una interpretación activa de la experiencia sensorial. En el cerebro solo hay impulsos eléctricos respondiendo a una actividad.

El cerebro, permanentemente está intentando averiguar las causas de la información sensorial que le llega. La Teoría del procesamiento predictivo o inferencia activa el cerebro permanentemente genera predicciones sobre el mundo y la forma en que nos situamos en él. Pero las señales sensoriales actualizan el calibrado que actúan guiado por la utilidad para el organismo, con lo que no percibimos el mundo como es, sino con respecto a nosotros. El mundo que experimentamos, viene realmente de dentro hacia afuera, no al revés. Las señales sensoriales solamente informan de las diferencias entre lo que el cerebro espera y lo que recibe. No se trata de que el mundo real no exista, sino que nuestra experiencia es una construcción, porque es una interpretación.

Podemos explicar, así, por qué los trucos de magia funcionan. Nuestros cerebros crean el color a partir de mezclas de radiación electromagnética visible. A partir de tres longitudes de onda creamos todas las demás con infinitos colores. Las propiedades no solo están en el mundo, sino en nuestro cerebro.

El cambio en nuestra percepción no se confunde con la percepción del cambio. EL que una cosa esté cambiando no implica que experimentemos el cambio. Podemos pensar que si nuestra percepción de la realidad cambia, experimentamos el cambio. No es así, porque nuestra experiencia del cambio es una percepción y el cerebro supone lo que está pasando. Esto es muy conocido en psicología. La neurodiversidad recoge las diferencias no del exterior, sino de los cerebros. No se trata de dolencias como el autismo, sino de que no todos vemos las cosas de la misma manera. Es un escenario del que se conoce muy poco. Se trata de una diversidad interior.

La consciencia es un misterio personal. Aunque la vivimos cada instante, sabemos muy poco sobre su naturaleza profunda. ¿Qué es ese "yo" que observa, siente, piensa y recuerda? La Ciencia avanza lentamente en su comprensión, como quien explora una selva espesa con una linterna temblorosa. Cada descubrimiento abre nuevas preguntas.

Sin duda, se trata de un campo fértil y fascinante para pedir ayuda a la inteligencia artificial. No porque la IA "sienta" o "sea consciente", al menos no por ahora, sino porque puede ayudarnos a modelar, analizar y simular estados mentales, patrones de atención y estructuras cognitivas que quizá arrojen luz sobre este misterio milenario. Al preguntarle a la inteligencia artificial por la consciencia, estamos, en el fondo, dialogando con nosotros mismos a través de un espejo nuevo y lleno de posibilidades.