



OpenMind

Gratificación Neuroquímica Sostenible y el Significado de la Existencia

Por Nayef Al-Rodhan

Cuando Aristóteles afirmó que la buena vida no se consigue en un verano ni en un día, quería decir que la mejor vida era la vida dedicada a la contemplación. La pregunta de qué dota de significado a la vida ha sido esencial en las investigaciones filosóficas durante milenios. Si bien no parece que haya una respuesta definitiva que aclare o resuelva esta cuestión fundamental, una mirada a la neuroquímica que subyace a nuestros sentimientos, pensamientos y comportamiento muestra nuevos fundamentos en esta exploración. Por otra parte, alude a maneras en que la gratificación es importante tanto para la sociedad como para el mundo en general.

Una larga historia de investigaciones filosóficas

Los pensadores existencialistas destacaban la posibilidad de que las personas pudieran generar significado a través de sus acciones. La afirmación de Sartre de que la existencia precede a la esencia supone el rechazo a la posibilidad de que pudiera existir una finalidad de la vida humana procedente del exterior. Es al mismo tiempo un argumento con el que se dota de significado a la propia vida a través de acciones específicas. La filosofía de Nietzsche defiende un credo similar: definir la propia vida creativamente de acuerdo con acciones elegidas hace de las personas lo que son.

Las ideas de que se debe vivir una vida «auténtica» y elegir siendo coherente con una sólida concepción de uno mismo son poderosas, pero dejan sin abordar la pregunta de qué es exactamente lo que fomenta la autenticidad. Es aquí donde la neurociencia contemporánea puede ofrecer nuevas perspectivas, por ejemplo, como una neuroquímica compartida implica necesidades similares para obtener gratificación. El cerebro humano está «programado» para buscar placer y evitar el dolor, así como para repetir actos que ofrecen gratificación y evitar acciones que causan incomodidad. Este proceso, que he llamado previamente gratificación neuroquímicamente dependiente implica que en un nivel fundamental, todos los seres humanos buscan cosas parecidas. La dificultad reside en que a nivel individual, dicha gratificación podría encontrar expresión en acciones destructivas, tales como

alimentar una adicción o participar en actividades delictivas. Es, por tanto, esencial para que las políticas sociales se modelen y pongan en práctica teniendo en cuenta estos retos.

Gratificación neuroquímica: crear las circunstancias correctas

Nuestra gratificación se experimenta neuroquímicamente, con independencia de lo que la motive. Todos nuestros sentimientos, emociones y experiencias tienen un componente físico en la medida en que dependen de la neuroquímica. Gracias a la avanzada tecnología del escaneo, podemos observar que los distintos procesos cambian el flujo de sangre regional y la química del cerebro. Como tal, normalmente tratamos de alimentar nuestros neurotransmisores (los mensajeros químicos que transmiten señales dentro del cerebro) y estimular la dopamina química «que nos hace sentir bien». Es probable que con tiempo se identifiquen y se conozcan las acciones específicas de otros neuroquímicos importantes para varios procesos y gratificaciones cognitivas. No obstante, hasta la fecha, sabemos que el neurotransmisor dopamina, que interviene en los procesos de recompensa del cerebro, nos informa de cuáles de nuestras acciones contribuyen más a gratificaciones y cuáles no. Sin embargo, lo que contribuye exactamente a cada una de las correspondientes formas de gratificación y niveles de dopamina como individuos puede variar en gran medida.

No solo experimentamos nuestra gratificación a nivel neuroquímico personal, sino que lo hacemos en consonancia con nuestros entornos familiar y socio-político. En mi paradigma de egoísmo amoral emocional, analizaba la relación entre nuestros fundamentos neuroquímicos, el papel de las circunstancias, la moralidad y el buen gobierno. La característica fundamental codificada en nuestra genética es la supervivencia, con el significado de que el principal motor de nuestras acciones casi siempre se basará en este instinto. Las acciones se ven influidas por otros motores que tienen un margen de fluctuación muy en consonancia con nuestro entorno, incluyendo nuestra brújula moral y la propensión a los actos morales.

Al igual que nuestra propia naturaleza humana, nuestro maquillaje neuroquímico es modificable, esto es, que hay amplio margen para que el entorno influya y moldee tanto los motivadores de nuestra gratificación neuroquímica como nuestro comportamiento. Por lo tanto, intentaremos y probaremos muchas experiencias, pero tenderemos a elegir repetir aquellas acciones que nos gratifican en cierto modo, con independencia de lo poco realistas que sean o lo mucho que influyan en ellas nuestras propias percepciones. Nuestra gratificación es muy individualista y se experimenta de manera subjetiva, pero también es fluida y pueden «influir» en ella hasta cierto punto el entorno, experiencias repetidas y exposiciones. Esto implica asimismo que nuestra gratificación neuroquímica podría no ser exclusivamente constructiva, porque podemos optar por un comportamiento perjudicial para nosotros o para los demás, como formas de adicción o la violencia. La ventaja de esta volatilidad, no obstante, es que se puede influir en los fundamentos de esta gratificación y se pueden convertir en formas de comportamiento constructivo que cumpla nuestras expectativas sociales. En estas situaciones, el buen gobierno desempeña un papel enorme. Podemos no ser intrínsecamente morales, generosos, altruistas, etc., pero vivir en un marco donde la supervivencia básica y las necesidades de dignidad

queden cubiertas mejorará nuestra reflexión, que es a su vez necesaria ulteriormente para los actos morales conscientes.

Inversamente, vivir con miedo, privación, injusticia e inseguridad descarta la moralidad en la mayoría de los casos y da lugar a actos impulsados por la supervivencia. Los nocivos excesos de cualquier tipo incentivan una forma de gratificación personal que es muy probable que afecte tanto a individuos como a la sociedad en gran medida. No obstante, en última instancia, el significado de la existencia es individualista y procede de lo que sea que a cada uno nos proporcione la mayor gratificación neuroquímica sostenible. Lo que podemos esperar y por lo que podemos luchar colectivamente es crear entornos en los que la GNS proceda de actividades y creencias que creen un equilibrio entre nuestros deseos personales y valores aceptables, tanto a nivel nacional como mundial.

La neuroquímica nos enseña que a nivel muy básico, estamos básicamente programados para sobrevivir y preprogramados para «sentirnos bien», con frecuencia independientemente de los factores que constituyan las fuentes de nuestra gratificación o, en algunos casos, de su aceptabilidad social. Para que esta gratificación sea sostenible en un marco social y político, la familia, la educación y la sociedad deben crear mecanismos por los que los individuos asocien la gratificación a comportamientos positivos y constructivos tanto para el individuo como para la sociedad. Cualquier cosa, desde normas sociales a medios de comunicación, pasando por sistemas educativos o los sectores del entretenimiento, contribuye a la manera de definir la gratificación. A fin de garantizar órdenes sociales funcionales, es esencial que la gratificación esté vinculada a comportamientos constructivos, tales como responsabilidad social, ética laboral, legalidad, empatía, tolerancia y respeto mutuo.

Nayef Al-Rodhan es miembro honorario del Antony's College de la Universidad de Oxford e investigador superior y director del Programa de Geopolítica y Futuro Global del Centro de Ginebra para la Política de Seguridad. Autor de Historia sostenible y la dignidad del hombre. Una filosofía de Historia y triunfo de la civilización (Berlín: LIT, 2009) y «egoísmo amoral emocional». Una teoría neurofilosófica de la naturaleza humana y sus implicaciones de seguridad universales (Berlín: LIT, 2008).