



Sobre la obra

Este texto forma parte de una serie de ensayos que exploran la estructura de la experiencia humana desde la perspectiva de la Filosofía Biológica.

Cada uno aborda un elemento distinto —percepción, identidad, lenguaje— no como temas aislados, sino como partes de un mismo sistema.

Este primer ensayo introduce el punto de partida.

Los siguientes desarrollan las implicaciones y amplían el marco desde el que se comprende.



0. INTRODUCCIÓN

No percibes la realidad.

Puede parecer una afirmación exagerada, incluso provocadora. Pero no lo es. Es, probablemente, una de las observaciones más precisas que puedes hacer si decides mirar con atención lo que ocurre en tu experiencia.

Desde siempre hemos dado por hecho algo muy simple: que el mundo está ahí fuera, esperando a ser observado. Que existe una realidad independiente, estable, objetiva, y que nosotros simplemente la percibimos tal cual es. Que vemos lo que hay, sentimos lo que ocurre y pensamos sobre ello.

Pero si te detienes un momento, verás que esto no es exactamente así.

Todo lo que conoces —absolutamente todo— aparece en tu experiencia. No tienes acceso directo a nada que esté fuera de ella. No puedes salir de tu percepción para comprobar cómo es la realidad “en sí misma”. Todo lo que llamas mundo, cuerpo, otros, tiempo o espacio sucede siempre en un mismo lugar: aquello que estás experimentando ahora mismo.

Esto no es una teoría. Es un hecho inmediato.

Sin embargo, este hecho pasa desapercibido.

Vivimos como si la percepción fuera una ventana transparente que nos muestra el mundo tal cual es, cuando en realidad es un proceso activo, complejo y profundamente estructurador. No vemos simplemente lo que hay; vemos el resultado de un proceso que organiza, filtra y da forma a aquello que aparece.

Y aquí es donde comienza el problema.

Porque cuando confundimos percepción con realidad, dejamos de cuestionar el modo en que nuestra experiencia se construye. Damos por hecho que lo que vemos es lo que hay, que lo que sentimos es una reacción a algo externo, que lo que pensamos describe el mundo.

Pero ¿y si no fuera así? ¿Y si lo que llamas realidad fuera, en gran medida, el resultado de cómo percibes? ¿Y si no estuvieras descubriendo el mundo, sino participando activamente en su aparición?

Estas preguntas no son filosóficas en el sentido abstracto. Son profundamente prácticas. Porque de la respuesta que des a ellas depende cómo entiendes tu vida, tu cuerpo, tus emociones y tu relación con lo que te rodea.

Si la realidad es algo que simplemente está ahí fuera, tú eres un observador pasivo. Pero si la realidad depende del modo en que percibes, entonces todo cambia.

Cambian tus límites. Cambia el sentido de lo que te ocurre. Cambia la forma en la que entiendes el sufrimiento. Y, sobre todo, cambia la forma en la que puedes intervenir en tu propia experiencia.

Este texto no pretende convencerte de nada.

No es una propuesta que tengas que aceptar, ni una teoría que debas adoptar. Es una invitación a observar con precisión algo que ya está ocurriendo: el hecho de que todo lo que llamas realidad aparece siempre en tu experiencia.

A partir de aquí, el recorrido es sencillo en apariencia, pero profundo en sus implicaciones.

Si lo que conoces aparece en la experiencia, tendremos que preguntarnos qué es exactamente esa experiencia.

Si la experiencia ocurre siempre en un mismo ámbito, tendremos que examinar qué es eso que la hace posible.

Y si lo que aparece no es simplemente “lo que hay”, sino el resultado de un proceso, tendremos que entender cómo funciona ese proceso.

Este es el punto de partida.

No vamos a comenzar hablando de mundo, ni de cuerpo, ni de mente. Vamos a empezar por lo único que no puedes negar sin caer en contradicción: que hay experiencia.

Todo lo demás vendrá después.



1. EL SUPUESTO NO CUESTIONADO

Damos por hecho que el mundo está ahí fuera.

No solemos formularlo así de manera explícita, pero toda nuestra forma de vivir, de pensar y de relacionarnos con lo que ocurre parte de esa idea. Actuamos como si existiera una realidad externa, independiente de nosotros, completamente formada, a la que accedemos a través de nuestros sentidos.

Vemos un objeto y asumimos que ese objeto existe tal cual lo vemos. Escuchamos un sonido y damos por hecho que ese sonido está ocurriendo ahí fuera. Sentimos una emoción y la vinculamos automáticamente con algo que ha sucedido en el entorno.

Este modo de entender la realidad no se cuestiona porque es funcional. Permite orientarnos, comunicarnos, construir ciencia, tecnología y cultura. Nos da una sensación de estabilidad y continuidad que resulta imprescindible para desenvolvernó en la vida cotidiana.

Pero que algo sea funcional no implica que sea exacto.

La mayoría de nuestras certezas más básicas no han sido examinadas con profundidad. Simplemente han sido asumidas. Y cuanto más básicas son, menos tendemos a cuestionarlas. No dudamos de ellas porque parecen evidentes.

Sin embargo, lo evidente no siempre es lo más preciso.

Si observas con atención, verás que en ningún momento tienes acceso directo a ese supuesto “afuera”. No puedes salir de tu experiencia para comprobar cómo es la realidad sin el filtro de tu percepción. Todo lo que llamas mundo aparece siempre como experiencia: como imagen, como sonido, como sensación, como pensamiento.

Nunca has tenido contacto con un objeto “en sí mismo”. Has tenido experiencia de ese objeto. Nunca has accedido al mundo sin mediación. Siempre ha sido a través de una forma concreta de percibir.

Esto no significa que el mundo no exista. Significa que no tienes acceso a él tal como es, sino tal como aparece en tu experiencia.

La diferencia es sutil, pero radical.

Porque si lo que conoces del mundo es siempre una experiencia, entonces el punto de partida cambia. Ya no podemos asumir sin más que la realidad es aquello que está ahí fuera. Tendremos que considerar que la realidad, tal como la vivimos, está inseparablemente ligada al modo en que aparece.

Y aquí surge una tensión interesante.

Por un lado, compartimos una realidad. Varias personas pueden ver el mismo objeto, describirlo de manera similar, interactuar con él de forma coherente. Esto refuerza la idea de que existe un mundo externo común, estable y objetivo.

Pero, por otro lado, toda esa coincidencia ocurre dentro de experiencias individuales. Accedemos a experiencias que, de algún modo, son compatibles entre sí.

Lo que compartimos no es el acceso directo a la realidad, sino una coherencia en la forma en que la percibimos.

Esta coherencia ha sido interpretada como prueba de una realidad externa independiente. Pero también puede entenderse como otra cosa: como un patrón estable en la forma en que la experiencia se organiza.

Esto no niega que haya “algo” afuera. Ni siquiera eso que llamamos realidad. Simplemente desplaza el foco desde dónde la observamos.

En lugar de empezar por el mundo, empezamos por la experiencia del mundo. Y esto tiene consecuencias profundas. Porque si la realidad que vivimos depende de cómo aparece en la experiencia, entonces no basta con estudiar lo que hay “ahí fuera”. Es necesario comprender cómo se configura aquello que aparece.

Cómo se organiza, cómo se estructura y cómo adquiere forma, significado y coherencia.

Este desplazamiento es incómodo.

Cuestiona una de las bases más arraigadas de nuestra forma de pensar: la idea de que somos observadores de un mundo dado. Nos obliga a considerar que, quizá, no estamos simplemente viendo la realidad, sino participando en su aparición.

Pasamos de espectadores pasivos a personajes activos. Y es importante mencionar, antes de que se genere malentendidos, que esto no implica que “creamos nuestra realidad”. En el mejor de los casos crearemos la experiencia que tenemos de la realidad, que es enormemente distinto.

Para avanzar, necesitamos aceptar algo que, aunque evidente, rara vez se toma en serio:

Todo lo que conocemos aparece en la experiencia.

Y si esto es así, entonces la pregunta deja de ser únicamente “qué existe” y pasa a ser también:

¿cómo aparece lo que existe?

Responder a esa pregunta nos obliga a revisar no solo nuestras ideas sobre el mundo, sino la base misma desde la que lo conocemos.

Ese será el siguiente paso.



2. EL ERROR FUNDAMENTAL

Hay un error que atraviesa prácticamente toda nuestra forma de entender la realidad.

No es evidente. De hecho, pasa completamente desapercibido. Y, sin embargo, condiciona la manera en la que interpretamos lo que vemos, lo que sentimos y lo que creemos que ocurre.

Ese error es simple de formular:

Confundimos percepción con realidad.

No lo hacemos de manera consciente. Simplemente ocurre. Desde muy temprano, aprendemos a relacionarnos con el mundo como si lo que percibimos fuera el mundo tal cual es.

Vemos, y asumimos que lo visto es la realidad. Sentimos, y asumimos que lo sentido es una respuesta directa a algo externo. Pensamos, y asumimos que el pensamiento describe lo que hay.

Pero en ningún momento verificamos esto.

Nunca comprobamos si lo que aparece en nuestra experiencia corresponde exactamente con lo que existe fuera de ella. Entre otras cosas, porque no podemos hacerlo. No hay forma de acceder a la realidad sin pasar por la percepción.

Esto introduce una dificultad fundamental.

Si todo lo que conocemos pasa por la percepción, entonces la percepción no puede ser simplemente un canal neutro. No puede ser una ventana transparente que muestra las cosas tal como son. Tiene que ser, necesariamente, un proceso activo.

Algo que organiza, que selecciona, que da forma.

Sin embargo, seguimos tratándola como si no interviniera.

Como si ver fuera simplemente recibir. Como si sentir fuera simplemente reaccionar. Como si pensar fuera simplemente describir. Pero si observas con un poco más de detalle, verás que nada de eso ocurre de forma tan directa.

Dos personas pueden vivir una misma situación de maneras completamente distintas. No solo en su interpretación, sino en lo que literalmente perciben. Lo que para uno es amenaza, para otro puede ser irrelevante. Lo que uno vive como pérdida, otro puede experimentarlo como alivio.

Esto no es solo una diferencia de opinión, es una diferencia en la experiencia. Si la realidad fuera percibida tal cual es, esta variabilidad no tendría sentido. Habría pequeñas diferencias, sí, pero no transformaciones tan profundas en la forma en que algo aparece.

Sin embargo, las hay. Y no son excepcionales. Son constantes.

Esto sugiere algo que, aunque evidente cuando se observa, rara vez se asume en profundidad:

Lo que percibimos no es simplemente lo que hay. Es el resultado de cómo se organiza aquello que aparece.

Aquí empieza a dibujarse una distinción importante. Por un lado, podemos hablar de aquello que existe, independientemente de cómo lo percibamos. Por otro, de aquello que aparece en nuestra experiencia.

Durante mucho tiempo hemos dado por hecho que ambas cosas coinciden. Pero no tenemos forma de demostrarlo.

Todo lo que podemos afirmar con certeza es que hay experiencia. Y que esa experiencia tiene una forma concreta: colores, sonidos, sensaciones, pensamientos, emociones.

Esa forma no es neutra. Está estructurada. Y si está estructurada, entonces responde a algún tipo de organización.

Este es el punto en el que el problema se vuelve interesante. Porque si la percepción organiza lo que aparece, entonces no estamos simplemente viendo la realidad. Estamos participando en la forma en que se presenta.

Esto no convierte la realidad en algo subjetivo en el sentido superficial de “todo es relativo”. La hace dependiente de un proceso. Y ese proceso, hasta ahora, ha sido ignorado o simplificado en exceso.

Se ha asumido que el mundo está dado y que la percepción simplemente lo recoge. Pero si invertimos la mirada, vemos que todo lo que conocemos del mundo aparece ya filtrado, organizado y estructurado.

No es como aparenta. No accedemos a la realidad y luego la interpretamos. Accedemos directamente a una realidad ya interpretada. Y esa interpretación no es opcional, es constitutiva de la experiencia.

Este es el error fundamental: tomar como realidad aquello que ya es el resultado de un proceso.

Mientras este error permanece, todo lo demás se construye sobre una base inestable. Porque intentamos explicar lo que ocurre fuera sin comprender cómo aparece dentro.

Intentamos modificar la realidad sin entender el proceso que la hace visible. Intentamos intervenir en los efectos sin haber mirado el origen. Para avanzar, necesitamos hacer algo que no es habitual:

Dejar de mirar únicamente lo que aparece y empezar a preguntarnos cómo aparece.

Porque si no entendemos el proceso de percepción, todo lo que creemos saber sobre la realidad queda, en el mejor de los casos, incompleto. Y en el peor, equivocado.

El siguiente paso será examinar con más precisión qué es exactamente aquello en lo que todo aparece.

Eso que, hasta ahora, hemos mencionado de forma indirecta: la conciencia.