

Imprimir

“...Pero Alicia se había acostumbrado tanto a que no pasaran sino cosas desacostumbradas, que le parecía aburrido y entupido que la vida fuese pasando de una manera normal.... Así que entonces va poner manos a la obra...” [i]

Nuestra nueva “normalidad” ha cambiado después de la pandemia, aunque seamos inconscientes, pasemos de todo y en el tiempo post pandemia queramos seguir con la misma normalidad de antes de la misma, es decir la normalidad de la Alicia antes de entrar por el túnel de la madriguera del conejo en el “País de las maravillas”.

Para aquellos que en los tiempos post pandemia están decididos conscientemente a contribuir desde su cotidianidad personal y colectiva en el fortalecimiento del nuevo paradigma de convivencia planetaria ya presente en la tierra, escribo estas reflexiones.

Para comenzar quiero establecer lo que entiendo por paradigma y por paradigma dominante; acto seguido hacer una reflexión en el sentido de cómo percibimos la realidad desde un paradigma dominante, mediado, además, por las limitaciones de nuestros sentidos físicos y culturales y al final del escrito Intentaré aportar algunas puntadas sobre la manera como dicha percepción no es la realidad “objetiva” que pensamos, sino tan solo una lectura parcial de la misma.

Con estas reflexiones me gustaría dejar especialmente el siguiente interrogante en aquellos que me leen ¿Realmente, la realidad es lo que estamos percibiendo con nuestros limitados sentidos? ¿Por nuestra mentalidad condicionada y moldeada por factores socio-culturales pre dirigidos? O, ¿solo tenemos una percepción limitada de la misma? También me gustaría dejar abierta la posibilidad de pensar que existen otras maneras de percibir lo que llamamos *realidad*...Así que vamos por ello!

Bueno es recordar que el término “paradigma” se origina “en la palabra griega parádeigma, que a su vez se divide en dos vocablos “pará” (junto) y “déigma” (modelo). En general, etimológicamente significa «modelo» o «ejemplo». Probablemente el uso más común de

paradigma implique el concepto de “cosmovisión”. Por ejemplo, en ciencias sociales, el término se usa para describir el conjunto de experiencias, creencias y valores que afectan la forma como un individuo percibe la realidad y la forma en que responde a esa percepción específica. Debe tenerse en cuenta que el mundo también es comprendido a través del paradigma, por ello el significado de paradigma tiene que ver con la forma por la cual es entendido el mundo, el hombre y, por supuesto, las realidades cercanas al conocimiento.”[2].

Un “paradigma dominante” se refiere a “los valores o sistemas de pensamiento dominante en un momento histórico determinado. Los paradigmas dominantes son compartidos por el trasfondo cultural de la comunidad y por el contexto socio-político que le caracteriza. Los paradigmas dominantes cambian por un hecho científico o porque son cuestionados en su esencia”[3].

Un ejemplo de cambio de paradigma civilizatorio provocado por un hecho científico, fue el que marcó de manera potente el paso del Medioevo al Renacimiento. Aquel fue un momento histórico de enorme efervescencia que conllevó al surgimiento de nuevas ideas, la búsqueda incesante de nuevas interpretaciones y explicaciones de la vida más acordes con las leyes naturales desde la perspectiva de la razón; Una época de descubrimientos, inventos, conquistas..... que Nicolás Copérnico logró traducir a nivel científico en su teoría heliocéntrica, con la cual demostró que los planetas no giraban alrededor de la tierra como el poder político-religioso y económico dominante sostenía, sino que giraban alrededor del sol -como bien lo sabemos hoy día- y con tanta obviedad que ni siquiera se lo cuestionaban, igual a lo que nos pasa ahora en general, por que nacimos dentro de un paradigma dominante en el cual eso, desde antes de nacer ya se da por “hecho”.

En esos momentos de la historia, Nicolás Copérnico no logró gran receptividad a sus ideas porque ellas se oponían al paradigma de pensamiento en ese momento dominante basado en el modelo Ptolemaico; Fue unas décadas más tarde que Galileo Galilei y Kepler culminaron con sus trabajos científicos el cambio de paradigma a nivel de la ciencia. La iglesia y el poder establecido por su parte, encontraban en ello una agresión a los dogmas sobre los cuales basaban su poder y por lo tanto lo hacían tambalear. Pero el cambio ya era imposible de

detener el Paradigma dominante entonces como ahora ya se estaba derrumbando.

Nosotros, testigos estupefactos de la era de la sobreinformación y la desinformación bien diseñadas, nacimos en un mundo marcado por el paradigma dominante occidental, meticulosamente concebido en el corazón mismo de la modernidad y su modelos económico capitalista, alimentado por la razón y la ciencia desde una perspectiva cartesiana y newtoniana, el cual nos impone la idea de un universo mecanicista, predecible, determinado, lineal, del orden, de lo estable... donde el “hombre es el centro de toda la creación” Este paradigma antropocéntrico, nos determina desde antes de nacer una forma de pensar que establece en cada uno de nosotros cómo ver, entender, sentir e interpretar todo aquello que se debe considerar y dar por sentado que es la realidad. Un aspecto a resaltar es que el paradigma civilizatorio que nos domina actualmente no siempre lo ha sido, nuestra Historia ha conocido otros anteriores que han ido cambiando o bien por los avances de la ciencia y el conocimiento, o por que han sido cuestionados en su esencia e impuestos por los pueblos o culturas dominantes en cada momento, el mundo griego, los romanos, la iglesia, la modernidad y basado en un modelo lineal e ilimitado.

Esta forma de concebir el mundo nacida de la modernidad, en el seno de la cultura occidental y que es la ahora dominante, nos indica que *real* es todo aquello que se puede probar y medir con nuestros sentidos físicos, con las reglas de la ciencia clásica y la cultura que nos han impuesto. Pero, ¿están seguros que con nuestros sentidos físicos, por hablar de uno de estos aspectos, estamos registrando *la realidad*? ¿O, tan solo es una percepción superficial de la misma? No podemos seguir ignorando los nuevos avances de la ciencia en ramas como la física cuántica, la neurociencia, la psicología..., que han venido dando fundamento científico a otra(s) manera(s) de observar y abordar esa que denominamos realidad.

Solemos despachar alegremente semejante complejidad, porque pensamos que la “realidad” es todo aquello que nos enseñaron desde pequeños (educación y cultura) y que percibimos con nuestros cinco sentidos, es decir aquello que podemos explicarnos racional y lógicamente. Pero, vuelve a asaltarme un interrogante ineludible: ¿Será ésta la realidad? O,

solamente es la percepción de una parte de un inmenso entramado de mentalidades, ideas, conceptos, voluntades, intenciones, propósitos, ideologías, intereses? Apenas una ínfima porción de un todo prácticamente inabarcable, aquella que justifica y sostiene un determinado orden de cosas en todos los ámbitos de la vida diaria, como la política, la cultura, la educación, la economía, etc., lo cual se concreta en una manera paradigmática de ver el mundo?

Juguemos un poco en torno de esto... Por ejemplo, en las noches claras solemos ver el cielo lleno de estrellas, sin embargo muchas de las estrellas que vemos, mejor dicho que creemos ver, ya no están allí donde nos parece que están, desaparecieron hace miles de años. Ahora bien, debido a la distancia que había entre ellas y nuestro planeta, hasta ahora nos está llegando su luz, pero realmente lo que percibimos no es más que unas pocas huellas de algo que ya no existe. Dicen los científicos que en el Universo se escucha un suave sonido permanente el cual fue provocado por el Big Bang, acaecido miles de millones de años atrás y que hace que el Universo siga en expansión. Por lo tanto, es pertinente preguntarnos si vemos en el firmamento lo que realmente existe en este momento? O es una mezcla de lo que percibimos, de lo que hubo, de lo que hay y lo que habrá.

Si miramos nuestro entorno, tenemos la sensación de que en general todo está firme, el piso, la tierra, que hay movimientos leves: una persona que entra al sitio donde nos encontramos, un pájaro que vuela, una planta mecida por el viento, todo dentro del *tiempo* normal que siempre hemos experimentado, no percibimos movimientos vertiginosos. Sin embargo, en este mismo instante la Tierra se mueve sobre su eje a una velocidad en el ecuador de 465'11 m / s, mientras gira alrededor del Sol describiendo una órbita elíptica a una velocidad media de 29,8 km / s (siendo máxima en el perihelio \* 30,75 km / y mínima en el afelio \*\* 28,76 km / s); al mismo tiempo, el Sol se mueve dentro de la galaxia a una velocidad media de 220 km /s y la Tierra le acompaña al igual que el resto de los planetas que forman parte del sistema. Por lo tanto, hay razones suficientes para dudar que 'nuestro mundo' está firme en medio de movimientos imperceptibles, pero realmente vamos girando sobre el eje del planeta, simultáneamente alrededor del sol y paralelamente en el centro de la galaxia a velocidades fantásticas, mientras nos expandimos como parte de la sinfonía del

mismo Universo.

Tenemos la impresión de que muchas de las cosas que nos rodean son de materia sólida e inertes: una silla, un sofá... pero realmente nada, absolutamente nada que esté hecho de materia es sólido. Se ha comprobado científicamente que toda la materia está constituida por átomos, que tienen unas partículas llamadas electrones las cuales giran a una velocidad impresionante alrededor de un núcleo que también hace parte del átomo. Los átomos son estructuras básicamente vacías tal como lo demostró el científico Ernest Rutherford en 1909, quien calculó que el radio atómico era diez mil veces mayor que el radio del núcleo mismo del átomo, lo que implica un gran espacio vacío en el interior del átomo.

Por lo tanto, podemos decir que todo lo que nos rodea (la mesa, la pared, la roca, el árbol, los seres humanos, los animales) está en constante movimiento, no es sólido y está constituido mayoritariamente por vacío. En otras palabras lo que parece sólido no es sólido y lo que parece quieto no está quieto, está en permanente movimiento tanto a nivel macro como a nivel micro, y lo que vemos lleno de materia está prácticamente vacío.

Los colores que vemos de los objetos no son realmente sus colores, el color que vemos es el único que el objeto no absorbe y por tanto lo refleja, por decirlo de otra manera lo rebota, es decir, que es el único color que no contiene, el cual no “es”.

Ahora quisiera reflexionar un poco sobre el concepto del tiempo. El pasado ya no está, se fue, únicamente nos queda la memoria, los aprendizajes, la experiencia... el pasado no existe en el momento presente, como tiempo, el pasado ya pasó. El futuro, no ha llegado, por lo tanto tampoco existe, proyectamos expectativas, ideas, perspectivas, hacia adelante, es decir hacia aquello que llamamos futuro, pero el futuro como tal, no está aquí en el momento presente, es una simple proyección que hacemos desde nuestro ahora. Por lo tanto solo existe el momento presente que está en permanente construcción, en él, están integrados el pasado y el futuro, como memoria - experiencia y como proyección de posibilidad y probabilidad.

Damos por sentado que el año tiene 12 meses, esto tampoco es tan así. El calendario que usamos en occidente es el llamado gregoriano en memoria del papa Gregorio XIII, quien, en su afán porque la Pascua cristiana continuara coincidiendo con el principio de la primavera, nombró una comisión que revisara el Calendario Juliano, que era el impuesto por los Romanos cuando ellos dominaban lo que en esos momentos se consideraba el mundo, y le pidió a dicha comisión que lo ajustara a los nuevos requerimientos de la iglesia cristiana de occidente, la nueva dominante.

Sin embargo, existen otros calendarios establecidos por diversas culturas, como el judío, el chino, el egipcio, el hindú, el griego, el maya..., y todos tienen criterios de medición del tiempo diferentes, vemos por ejemplo que el calendario chino está marcado por los ciclos de la luna y determina que el año comienza a mediados de febrero del año gregoriano, mientras para los antiguos griegos el calendario estaba marcado por los ciclos de la tierra, por lo tanto el año comenzaba con el solsticio de primavera cuando la luz del día comenzaba a crecer. Han existido muchos calendarios a través de la historia de la humanidad, contruidos a partir de referentes diferentes a los del calendario gregoriano que hoy día hacemos servir.

De otra parte, creemos reales todas las cosas que nos rodean y que podemos de alguna manera percibir con nuestros sentidos. Pero nuestros sentidos son limitados, por ejemplo, nuestra retina sólo se excita por una latitud de onda entre 360- 400 y 760-800 milicrones, sin embargo, la retina no capta todos los rangos de latitud de onda que están por encima o por debajo de estas cifras. Por lo tanto hay muchas cosas en este momento y en este espacio que no estamos viendo, pero aquí están.

En el hombre, el sentido del olfato está menos desarrollado que en muchos animales, el área de la nariz humana sensible al olor es de unos pocos centímetros cuadrados, mientras que en el perro, por ejemplo, recubre la membrana glucosa nasal por completo. Esto implica que en este momento y en este lugar hay muchos olores que no podemos percibir, pero que aquí están.

El oído humano percibe entre 12 y 20.000 Hz, el resto para el ser humano es silencio, a pesar

de que existen multitud de sonidos en la franja que no es perceptible para él, por lo tanto tenemos a nuestro alrededor un mar de sonidos que no escuchamos aunque están aquí y de hecho los pueden oír otros animales.

Con los ejemplos quiero mostrar como vemos la “realidad” de la manera en que nos la enseñaron a percibirla e interpretarla desde la perspectiva del paradigma dominante de occidente dentro del cual nacimos, y con las limitaciones de nuestros sentidos que nos permiten racionalizarla y entenderla de cierta manera. Sin embargo, si no podemos sentir todos los sonidos, ver todas las latitudes de onda, oler todos los olores, ni detectar todos los gustos, cree usted que nuestros sentidos perciben completamente la realidad o solo una parte de ella? Como mínimo deberíamos permitirnos aceptar que lo que pensamos que es la realidad solo es una percepción relativa que tenemos de la misma y que por tanto hay otras perspectivas, otras posibilidades para mirarla, interpretarla, por lo tanto otras maneras de relacionarnos con ella, en resumen otros PARADIGMAS, otros referentes, otras percepciones diferentes a la establecida desde las esferas de poder.

Vale precisar que no siempre ha sido así, los paradigmas dominantes también han ido cambiando con la evolución del hombre, un paradigma era el que dominaba cuando se pensaba que la tierra era plana, otro cuando se estableció que era redonda, otro cuando se pudo determinar que el Universo no giraba alrededor de la Tierra sino que hacia parte de un gran sistema en el que ella, la Tierra, giraba alrededor del sol; y el más reciente es el paradigma surgido de la modernidad que estableció que el “hombre” era el centro de la creación, o del universo, consolidándose esta visión “antropocéntrica” como el aspecto esencial del paradigma dominante.

El “antropocentrismo” hace referencia al hombre como amo y señor de la naturaleza, dotado de razón e inteligencia superior a las demás especies que le permite dominarla y ponerla a su servicio. Dicho antropocentrismo articulado a un individualismo egoísta mal entendido, es el que nos ha llevado a un modelo de convivencia y desarrollo que no sólo ha acabado con miles de especies (se calculan 3.500 por año) sino que además ha puesto en peligro la vida en todas sus manifestaciones, incluida la de la especie humana y de la única casa, conocida

de momento, que tenemos los seres vivos: Nuestro Planeta Tierra.

Por suerte, como lo ha demostrado la Historia, los paradigmas cambian y son transformados por los mismos que los han construido, nosotros los Seres Humanos. Y, si somos nosotros los que tenemos el poder de cambiarlos y la responsabilidad histórica con nuestra especie y con nuestro planeta de hacerlo ahora, entonces, ¿qué estamos esperando?

Todo lo anterior nos trae una nueva pregunta: ¿cómo podemos ayudar a cambiar las cosas? Yo creo que la mejor manera de aportar en tal sentido, es como la especie humana lo ha venido haciendo a través de su historia, a partir de los cambios interiores y personales, los cuales al sumarse y multiplicarse acaban por reflejarse en los grandes escenarios de la política, de la economía, de las estructuras sociales, en fin, en todos los ámbitos de la Vida.

Debemos construirnos como Seres Humanos distintos desde un enfoque diferente al que tenemos en estos momentos, para lo cual debemos poner en práctica unos valores diferentes a los que habitualmente ejercitamos hoy día, por ejemplo, practicando la solidaridad y la cooperación, en lugar del individualismo egoísta y la competencia desbordada. Estos valores de los que estoy hablando nos permitirán constituirnos en mejores personas, lo cual deberá ser reflejado en nuestro accionar cotidiano, mediante cambios concretos. La sumatoria, multiplicación y conexión de miles de hombres y mujeres que hayan modificado su consciencia y su quehacer, será la base crítica que acabará permeando las expresiones sociales, políticas y económicas. Pero si no hay un cambio interior y personal, únicamente seguiremos repitiendo los mismos errores con otros nombres.

Para finalizar, me permito sugerir algunas prácticas que le podrían ayudar a nuestra mente y a nuestro cerebro a comenzar a desarrollar una percepción distinta de lo que nos rodea:

- 1.- El silencio y la escucha interior.
- 2.- La reflexión y el dialogo interno.
- 3.- La alegría, el juego, música, literatura... lúdica!



4.- La contemplación de la naturaleza y la capacidad de asombro.

6.- La práctica de la solidaridad, el amor benevolente y la compasión.

7.- La responsabilidad y compromiso personal y colectivo, en el fortalecimiento de un paradigma de convivencia planetario diferente al hasta ahora dominante, tanto en lo personal como en lo cotidiano, incidiendo desde lo local en lo global, guiados por virtudes como el cuidado, la solidaridad, el respeto, la responsabilidad, la colaboración ...

“... Alicia se desacostumbro de las cosas acostumbradas y comenzó a vivir cosas desacostumbradamente increíbles, entonces su vida comenzó a pasar dentro de una nueva normalidad que ya no fue aburrida y estúpida, y que no se podía dejar pasar sin participar de ella.... Así que entonces, colegas vamos a poner manos a la obra...” [4]

---

[i] CARROLL. Lewis, Alicia en el país de las maravillas. Editorial Empúries (Barcelona) 1996, pág. 16.

[2] Wikipedia. <http://es.wikipedia.org/wiki/Paradigma>

[3] Wikipedia. <http://es.wikipedia.org/wiki/Paradigma>

[4] CAMPOS. Sandra. El libro de la vida ]

Sandra Campos, Eco activista [www.biocivilizacion.org](http://www.biocivilizacion.org), productora Ecológica del Ghee Caldes d’Estrac [www.espaidelsilenci.com](http://www.espaidelsilenci.com)

Foto tomada de: La Vanguardia