

Sobre las creencias, la sacralización y el conflicto

María Luisa Vecina Jiménez

Universidad Complutense de Madrid

La lógica de la creencia

La lógica de la creencia es la lógica de los autoengaños porque creer algo es autoengañarse sobre ese algo (Nardone, 2016). Todas las personas nos autoengañamos en el momento en el que creemos lo que sea y nos autoengañamos más cuanto más intensamente creamos en ello. Es evidente que no existen manuales universales de creencias correctas. Ni tan siquiera la ciencia actual más avanzada nos ofrece certezas de ningún tipo. Nunca lo ha hecho, pero al menos ahora la más avanzada lo reconoce. La ciencia actual trabaja con modelos que funcionan bajo ciertas condiciones y que van siendo sustituidos por otros que funcionan mejor bajo nuevas condiciones, hasta el punto paradójico, perfectamente expresado por Einstein, en el que se puede concluir que *"cada vez sabemos más y entendemos menos"*.

Nadie puede por tanto afirmar que sus creencias son las verdaderas, las buenas, las infalibles. De serlo, lo serán solo desde su subjetivo punto de vista. Aunque lo sienta con todo su ser, será solo su subjetiva perspectiva de la realidad. Aunque lo sienta con miles de personas más, será tan solo una perspectiva subjetiva consensuada, llamada intersubjetividad. Y esto se aplica igual cuando yo digo que creo que es necesaria más creatividad en las escuelas, idea inofensiva con la que muchas personas estarán de acuerdo, y cuando un integrista radical de cualquier religión dice que la muerte es redención, idea que muchas personas también comparten y que creen con firmeza y determinación, como otras personas y yo creemos la anterior. En este terreno polémico, elegido a propósito, se podrán discutir los efectos funcionales o disfuncionales de las creencias pero nunca con el argumento de *"yo veo la realidad y estoy en lo cierto y tú no"*. Este argumento es simplemente absurdo en un mundo donde el cerebro construye las formas, los colores, los sabores, ... y por supuesto los significados.

Nadie ha dicho que ser constructivista sea fácil, por eso precisamente autoengañarse sí lo es. Todas las personas nos autoengañamos mucho porque creer que es verdad lo que sea que creamos, alivia la angustia que provoca la incertidumbre reinante. Si además esas creencias son compartidas con otras personas, entonces hasta producen confort y sensación de que todo va bien, de que el mundo es seguro, predecible, justo. Hay una potente línea de investigación en Psicología que vincula el autoengaño con el bienestar psicológico (Erez, Johnson, & Judge, 1995; Smith, Trivers, & von Hippel, 2017; Taylor & Brown, 1994; von Hippel & Trivers, 2011), por lo que sería una locura plantear la eliminación de los autoengaños: no tendríamos conflictos pero estaríamos en depresión.

La lógica de la creencia está implicada en las llamadas profecías autocumplidas, muy investigadas en Psicología Social (Rosenthan, 1973; Rosenthal & Jacobson, 1968) y ampliamente observadas en la vida cotidiana. Evidencian que creer algo aumenta las posibilidades de hacerlo *"realidad"* porque las creencias activan conductas en la dirección de lo creído. Por ejemplo, si creo que mis estudiantes tendrán un rendimiento extraordinario, les prestaré una atención especial, les motivaré, les daré materiales complejos, les impulsaré a superar sus dificultades etc., etc. Todo ello es contingente con un rendimiento extraordinario que no tardará en producirse y en confirmar mi creencia inicial. Si creo que alguien tiene una actitud hostil hacia mí, probablemente me aproximaré a esa persona con una actitud defensiva: brazos cruzados, mirada desafiante, palabras secas. Mi interlocutor tendría que ser un santo budista para no pensar que soy una antipática algo agresiva. Me

saludará como se merece mi actitud y mi conducta, con recelo, y así yo podré confirmar la hostilidad que le suponía. Si creo que nadie me quiere, lo normal es que me entristezca, me apague e inicie un bagaje por la vida desilusionado, triste y taciturno, que muy probablemente ahuyentará a la gente de mí, confirmando así mi creencia inicial de que nadie me quiere. Si creo que puedo conseguir lo que sea, trabajaré en ello muchas horas con constancia y determinación, buscaré soluciones a las dificultades y no me rendiré fácilmente, por lo que las posibilidades de que consiga lo que creía que podía conseguir se incrementarán muy notablemente. Igualmente ocurre en negativo, si creo que no puedo, lo normal es que ni lo intente y si ni siquiera lo intento, ocurrirá con seguridad que no podré.

De profecías autocumplidas también son víctimas las personas que sienten celos: tienen miedo a ser abandonadas y emprenden conductas de control y persecución asfixiantes, que a nadie le agradan. Al final aumentan con ello las posibilidades de ser abandonadas. Igual le ocurre a los padres y madres que temen que sus hijos se descarrilen: ponen muchos límites y muy rígidos que llevan a la rebelión con razón y conducen al descarrilamiento inexorable.

Una profecía autocumplida atrapó a Edipo, quien acabó provocando lo que temía, es decir, acabó matando a su padre y casándose con su madre; y más recientemente los jóvenes perfectamente sanos del experimento de Rosenhan, que fueron diagnosticados y retenidos en hospitales psiquiátricos sobre la base de comportamientos perfectamente "normales", pero que fueron interpretados como anormales en el contexto hospitalario y por profesionales entrenados para ver enfermedad (Rosenhan, 1973).

El efecto placebo es otro ejemplo de que las creencias tienen poder. Resulta que creer que tomas una pastilla experimental para aliviar el dolor de cabeza, lo alivia realmente en muchos casos. ¿No es maravilloso? Algunas personas pensarán que es un fastidio y lucharán por hacer pastillas mejores que los efectos del placebo. Pero sabemos que nada es gratis y menos en el mundo de la química, donde siempre hay efectos secundarios. Otras personas pensarán que habría que tomarse muy en serio el efecto placebo, estudiarlo más, usarlo más, dominarlo mejor porque está claro que fuerza de cambio tiene y nace precisamente de creer.

En la esfera social, los ejemplos también son muy numerosos. Creer que algo va a subir de precio aumenta la demanda y efectivamente acaba subiendo de precio; creer que algo va a escasear aumenta la conducta de acaparamiento y con ello acaba escaseando el producto en cuestión; creer que van a atacar nuestro territorio aumenta las conductas defensivas, que son interpretadas por los supuestos atacantes como ofensivas, y se acaban produciendo ataques por las dos partes.

La cuestión clave en todos estos ejemplos es que se pueden creer muchas cosas: buenas, malas, bonitas, feas, peligrosas, beneficiosas, posibles e imposibles, funcionales o disfuncionales..., y por los mismos inconscientes mecanismos basados en la activación de unas conductas y la inhibición de otras, materializarlas y atribuirles un falso estatus de verdad. ¿Acaso se puede decir que es verdad lo que se ha materializado a partir de una creencia cualquiera cuando se podría haber hecho lo mismo con la contraria?

Las creencias están en la base de los conflictos

Las creencias tienen dos caras, por un lado dan seguridad existencial y, compartidas, permiten la colaboración a gran escala entre personas desconocidas. Por otro, son la fuente primordial de los conflictos cuando olvidamos que son subjetivas y que otros tienen otras. Esto es dramático porque nos lleva a considerar nuestras creencias mejores que las de los demás y a luchar por ellas. Somos muy capaces de luchar por imponer nuestras percepciones subjetivas de la realidad que no existe, incluso ante costes personales importantes.

Esta idea no es nueva. Herodoto en el siglo V antes de nuestra era ya observó que lo que tenemos en común los seres humanos es lo que irremediamente nos separa: la creencia de que somos mejores. Más recientemente, Kahneman concluye que nuestra consoladora convicción de que el mundo tiene sentido descansa sobre un fundamento seguro: nuestra capacidad casi ilimitada para ignorar nuestra ignorancia; nuestra arrogancia epistémica, diría Taleb en el Cisne Negro.

Olvidar o ignorar esto nos desliza en la ideología, en el idealismo moral, en el absolutismo moral, en la ortodoxia que asfixia. Todo lo absoluto pertenece a la patología, decía Nietzsche, y es propio de mentes mediocres que no toleran la ambigüedad y pretenden resolverla estúpidamente segurísimos de que la montaña más grande del mundo es la montaña más grande que ellos han visto. Claro que la alternativa es mucho más angustiosa. Tendrían que recordar los principios del constructivismo, a saber: 1) No existe realidad objetiva independiente del sujeto que la experimenta y 2) El sujeto mismo es quien crea la realidad, la construye y le da sentido. Los apoyos en los que se sustentan estos principios están en el Teorema de Indecibilidad de Gödel, el Principio de Indeterminación de Heisenberg y el Principio de Falsación de Popper. Y da igual lo prudente y sustentada que esté esta idea, es angustiosa, y mal interpretada lleva al todo vale y al absurdo a la posverdad.

La sacralización: un paso más hacia el conflicto

Si las creencias, individuales o colectivas, son rebozas en un extra de importancia las hacemos sagradas y entonces se convierten en irrenunciables y no intercambiables por nada material (Ginges, Atran, Medin, & Shikaki, 2007; Graham, & Haidt, 2012; Tetlock, 2003). Estas creencias reforzadas chocan con todo, con la razón y por supuesto con las de los demás que, si también han hecho de las suyas algo sagrado, nos llevan a conflictos de todo tipo caiga quien caiga.

Convertir algo en sagrado es darle más valor del que realmente tiene. Un extra de valor subjetivo. Se puede sacralizar cualquier cosa y hay cosas que puede merecer la pena convertir en sagradas, aunque sin pasarse, y cosas que de ninguna manera. Sacralizar la familia como fuente de apoyo puede estar bien, al fin y al cabo todas las personas necesitamos una para prosperar. Sacralizar la vida está incluso mejor. Sacralizar la naturaleza, la paz, la ayuda mutua, a las personas que practican estos valores, tal vez una monja de cualquier religión, puede estar genial y ayudar a vivir sin demasiados conflictos (aunque los pocos que hubiera resaltarían mucho). Pero también se puede sacralizar a un dios, sentido pero nunca visto, en un contexto en el que hay y ha habido siempre bastantes propuestas; se puede sacralizar un trozo de tierra que a lo mejor necesita otro grupo para simplemente pasar; se puede sacralizar el propio concepto de yo, un ente en nuestra cabeza que nos lleva a darnos demasiada importancia y que también se llama ego; se puede sacralizar un palo de madera, una piedra, una línea imaginaria en un territorio cualquiera, una bandera (en realidad un trozo de tela estampado en colores), al líder de mi pandilla, etc., etc.. Todas estas cositas tienen un valor muy relativo pero lo que siempre tienen es el poder de unir a la gente a su alrededor; y el grupito para los super-sociales seres humanos es un lugar calentito y confortable que bien merece ser defendido.

Lo moral, en general, y lo sagrado, en particular, tienen mucha energía movilizadora. Neurológicamente discurren por circuitos de alta tensión. Activan la sensación de unión con el grupo y también la indignación y la conducta defensiva, que suele ser un ataque. ¿Qué pasa entonces cuando cada cual sacraliza un puñado de creencias distintas en algún aspecto, a veces trivial? ¿Qué pasa cuando, por ejemplo, los católicos sacralizaron al Papa y los protestantes simplemente no (recordemos que ambos grupos creían en el mismo Jesucristo)? ¿Qué pasa cuando yo creo que soy mejor que otras personas y ellas piensan que

son mejores que yo? Pasa que chocan las creencias consideradas sagradas y saltan las chispas del conflicto.

Para salir de este callejón tenemos la famosa Regla de Plata: no le hagas a los demás lo que no quieras que te hagan a ti. La de oro es más lustrosa, sí, pero menos efectiva porque sabemos mejor lo que no queremos que nos hagan que lo que sí. Ayudaría también educarnos mucho para tener muy presente este límite y tener mecanismos sociales locales para controlar a quienes pasan de auto-limitarse porque hay que comprender que para el ser humano arrollar es tentador. Dar un salto de consciencia como especie es algo que también podría producirse, por qué no, puestos a creer!

Referencias bibliográficas

- Erez, A., Johnson, D. E., & Judge, T. A. (1995). Self-deception as a mediator of the relationship between dispositions and subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 19*(5), 597-612. doi:10.1016/0191-8869(95)00088-n
- Ginges, J., Atran, S., Medin, D., & Shikaki, K. (2007). Sacred bounds on rational resolution of violent political conflict. *Proc Natl Acad Sci U S A, 104*(18), 7357-7360. doi:10.1073/pnas.0701768104
- Nardone, G. (2016). *El arte de mentirse a sí mismo y de mentir a los demás*. Barcelona: Herder.
- Graham, J., & Haidt, J. (2012). *Sacred values and evil adversaries: A moral foundations approach*. In *The social psychology of morality: Exploring the causes of good and evil*. (pp. 11-31). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Tetlock, P. E. (2003). Thinking the unthinkable: Sacred values and taboo cognitions. *Trends in Cognitive Sciences, 7*(7), 320-324. doi:http://dx.doi.org/10.1016/S1364-6613(03)00135-9
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1994). Positive illusions and well-being revisited: Separating fact from fiction. *Psychological Bulletin, 116*(1), 21-27. doi:http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.116.1.21
- Rosenhan, D. L. (1973). On being sane in insane places. *Science, 179*, 250-258.
- Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). Pygmalion in the classroom. *The Urban Review, 3*, 16-20.
- Smith, M. K., Trivers, R., & von Hippel, W. (2017). Self-deception facilitates interpersonal persuasion. *Journal of Economic Psychology, 65*. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.joep.2017.02.012
- von Hippel, W., & Trivers, R. (2011). The evolution and psychology of self-deception. *Behavioral and Brain Sciences, 34*, 1-56.