

Capítulo 1

Introducción

1.1 Cómo llegué aquí

Durante un par de años intenté escribir mi tesis para graduarme de la licenciatura. Hoy estoy **aquí** escribiendo la introducción. Fue un proceso largo. Recuerdo que planteé varios temas que fueron rechazados. Entre ellos estaban: una propuesta para una campaña social que promoviera el buen uso del idioma español, un estudio acerca de la polisemia en la recepción de los mensajes publicitarios y, también, una investigación acerca de la convergencia de las nuevas tecnologías con los medios masivos de comunicación.

Por una u otra razón, ninguno de ellos fue aprobado. Pero, en realidad, nunca intenté defenderlos ni apostar por ellos. Debía aprovechar la oportunidad única de escribir un libro, quizá nunca se repetiría, así que no quería sólo repetir lo que otros autores habían dicho, no quería hacer gráficas ni estudios cuantitativos, tampoco me interesaba realizar un focus group para evaluar sus respuestas. Yo quería decir lo que he estructurado a partir de todos los conocimientos que adquirí antes de llegar a esta etapa de mi vida.

Un día de otoño, mientras observaba las nubes que cubrían el cielo de la bahía de Acapulco, liberé mi mente de algunos estereotipos y comencé a jugar con las formas que encontraba en ellas; igual a cuando, de niño, viajaba en carretera con mis padres. Y mientras me divertía como en aquellos días, me di cuenta de algo que cambiaría mi vida: *“Ahora me es más fácil encontrarle forma a las nubes que cuando era niño, además, las formas duran más, no se borran tan rápido.”*

Y como no tenía nada mejor que hacer, comencé a escribir acerca de ese tema. Ahora que lo pienso, nunca había escrito nada en mi vida que no tuviera un objetivo específico. Jamás había escrito nada más por el placer de hacerlo, pero siempre anhelé hacerlo. A continuación les transcribo el primer párrafo:

“Veo las nubes y me doy cuenta de que las formas que en ellas encontramos se deben a que nosotros tenemos que asociar lo que hay en nuestro entorno con algún referente que tengamos archivado en la memoria. Una vez que se encuentra asociado detenemos la búsqueda y nos mantenemos con una imagen en alguna de sus variantes.”

En ese preciso momento de mi vida, me estaba diciendo a mí mismo cómo construyo mi realidad, cómo pienso y cómo me comunico conmigo mismo. El tema me interesó mucho, así que continué escribiendo. Fueron sólo cuatro cuartillas que al final arranqué. No sabía qué hacer con ellas, no tenían ninguna utilidad real. A nadie le interesaría leerlas así que las guardé en el mismo cuaderno y las releí un par de días después. Escribirlas me había liberado y leerlas me había cultivado.

Si la escritura me permitía ordenar mis pensamientos y entender lo que sabía, tenía que utilizarla para resolver un problema que venía cargando desde hace mucho: un tema de tesis. Así que me preparé para mi experimento y comencé:

“Un día alguien me preguntó por qué me gustan más las ciencias sociales que las exactas, y no supe qué contestar. Ya sé por qué: Prefiero conocer gente que números. Porque al conocer a otros te conoces a ti mismo”

Solté la pluma y lo leí. Trataba de recordar quién había hecho esa pregunta y nunca encontré respuesta. En realidad nadie me lo había preguntado. El único que me lo había cuestionado era yo mismo. Y yo solo me había respondido.

“¿Será que me comunico conmigo?” Fue la siguiente pregunta y el tema perfecto para continuar escribiendo. Quería responderla y disfrutar el camino a la respuesta. El experimento resultó; mientras más escribía, más aprendía. Desde entonces, he intentado crearme el hábito del autoconocimiento.

Tiempo después, aquella introspección se convertiría en este estudio. Un análisis científico que la utiliza como metodología, como marco teórico y como objetivo y, que responderá a algunas interrogantes personales acerca del estudio de la comunicación además de proponer nuevas maneras de estudiar la Cintra. Es una investigación que estuvo motivada por mi necesidad de encontrar un tema de tesis y que al final se convirtió en su propio objetivo.

Hoy, he obtenido algunos resultados y conclusiones que serán muy importantes para mí, pues marcarán algunas rutas por las que debo continuar mi investigación futura. Por otra parte, las críticas que reciba servirán para ampliar mi visión y mejorar, y también, quizá, alguno de ustedes se interesará en el tema y contribuirá de alguna forma con la investigación.

1.2 Qué intento saber

Mientras escribía acerca de mis conocimientos sobre la comunicación, me convencía de que me comunicaba conmigo mismo, que todo el tiempo me hacía preguntas y las contestaba. Por ejemplo: me preguntaba cómo había surgido la ciencia especializada en el estudio de la comunicación y para responderla escribía lo que recordaba haber aprendido a lo largo de mi vida con respecto a ese tema.

Cuando entendí que esas preguntas constituían una Cintra, comencé a observarme. Y después plasmé en el papel todos los resultados. Luego quise saber qué decían otras personas respecto a este tema y sólo encontré ideas psicológicas. Por ejemplo, revisé un libro que se jacta de definir los conceptos más frecuentemente involucrados en los estudios culturales y de la comunicación. "*Key concepts in Communication and Cultural Studies*" (Fiske, 2000). Cuando busqué la definición de Cintra, me encontré con que no estaba incluida. Después la busqué en el índice y decía: "see cognition, model, psychoanalytical theory."

Después de una extensa búsqueda, encontré otro libro que sí contenía una definición y todo un capítulo dedicado a ella. Así empezaba: "*la Comunicación intrapersonal es como el pensamiento: es decir, es la comunicación que la persona tiene consigo misma. El término cognición se refiere a todos los procesos por los que el **input sensorial**.....*" (McEntee, 2007) y así siguió durante todo el capítulo, utilizando términos y postulados psicológicos.

Finalmente recurrí a Internet, entré a las páginas de Internet de algunas bibliotecas y realicé la búsqueda por tema y por título pero ambas resultaron en lo mismo: “*No matches found!* “ Google y Yahoo! tampoco lograron ofrecerme buenos resultados, todo me llevaba a teorías psicológicas de la cognición y la percepción.

En ese momento le encontré una aplicación real a la introspección que estaba realizando. Podía servir para desprender a las Ciencias de la Comunicación de su dependencia de la Psicología. Que muy poca gente hablara de la Cintra desde el punto de vista comunicológico no significaba que no se pudiera hacer. De modo que comencé a idear una forma en la cual un comunicólogo pudiera entender mi mente. Y ese comunicólogo terminé siendo yo mismo.

Así que a lo largo de este trabajo de investigación, mi propósito será tratar de responder una pregunta que me hice hace mucho tiempo. **¿Pueden las Ciencias de la Comunicación estudiar la Cintra como fenómeno comunicológico y no psicológico?**

Yo creo que sí. Eso lo sé por la introspección que tuve acerca de este tema. Y este estudio pretende saber si esa respuesta sigue siendo la misma al final, después de analizar lo que escribí. Y ¿qué me motiva a buscarle respuesta? El autoconocimiento.

1.3 Qué camino seguiré

Cuando comencé a escribir la introspección, mi objetivo principal era conocer mis conocimientos acerca de la comunicación. Después, me di cuenta de que la comunicación es la base de la existencia y el objetivo cambió, quería demostrar o comprobar esa hipótesis. Luego, noté que la Cintra es un punto clave para aseverar lo anterior. Así que me di a la tarea de observarla y entenderla.

De tal forma que los objetivos iban cambiando conforme avanzaba y seguramente seguirán evolucionando a lo largo de mi vida. Por ahora, mi objetivo es responder aquella pregunta que les comenté en el apartado anterior, pues de su respuesta dependerá la base de mis próximos objetivos.

Para intentar alcanzarlo, tendré que ir respondiendo algunas preguntas como:

- ¿Qué es la comunicación?
- ¿Qué tan importante es para el hombre?
- ¿Cómo la utilizamos?
- ¿Cuándo y cómo se convirtió en ciencia?
- ¿Existe la Cintra?
- ¿Cómo es?
- ¿Qué tiene que ver con la Cinter?
- ¿Quién y cómo se estudia cada una de estas ramas?
- ¿Cómo me comunico conmigo?
- ¿Cómo analizo y estudio esas comunicaciones?
- ¿De qué sirve estudiarlas?

Mientras este objetivo se cumple habré de ir alcanzando algunos otros como:

- Explicar la necesidad de la creación de una rama especializada en el estudio de la Cintra.
- Explicar por qué pienso que sin comunicación no es posible la existencia.
- Describir parte de la importancia que tiene la comunicación en nuestras vidas.
- Plantear una base teórica sobre Cintra para una aplicación práctica posterior.

1.4 Hasta dónde voy a llegar

“Homo sum; humani nil a me alienum puto”

(Hombre soy y nada humano me es ajeno)

Terencio

Una vez planteado el objetivo y el problema, quiero dejar algunos puntos en claro:

Más adelante encontrarán la explicación que doy acerca de la comunicación como base de la existencia pero, por supuesto, no ofrezco en ningún momento acercarme siquiera a dar una verdad acerca de la existencia humana, pues considero que esa verdad está muy lejos de mi alcance y del de la humanidad. Sólo ofrezco hacerle alguna aportación a la forma en que estudiamos nuestra capacidad de comunicarnos y ésta consiste en:

1. Describir de alguna manera cómo es que procesamos, ordenamos, discriminamos y archivamos la información que, por medio de una Cinter, captaron nuestros sentidos.
2. Explicar la importancia que tiene la Cintra en la toma de decisiones, en la consciencia y en la construcción de la realidad y la personalidad.

Por otra parte, tampoco busco rechazar o sustituir alguna teoría psicológica, sociológica o filosófica que explique los procesos cognitivos, los procesos de toma de decisiones o del pensamiento, la percepción, la razón o el origen del

ser. Es tan sólo una forma de describir, gráficamente y desde otro enfoque el **pensamiento**, el cual, en este estudio será sinónimo de **Cintra**.

Además de describir esta última, este trabajo podrá servir para marcar un camino por el cual nos podamos aproximar a ella para conocerla y entenderla. Tal camino surge al darle una visión particular y propia a los resultados que los estudios de la Cinter nos han planteado desde una visión generalizadora. Después de todo, tales estudios se enfocan, casi siempre, en las masas y nosotros somos parte de esa masa.

Esta es una explicación descriptiva, fenomenológica y comunicológica del proceso del pensamiento y, aunque es el campo de estudio de la Psicología, la psiquiatría, las neurociencias, la filosofía y la lógica, no encuentro razón suficiente para excluir a otras disciplinas en el intento de explicar la mente y el pensamiento, puesto que son virtudes y capacidades de las que los comunicólogos y cualquier otra persona también gozamos.

Al notar que ninguna de estas disciplinas ha podido formular una ley que nos explique, sin dudas ni titubeos, el proceso del pensamiento, he entendido que es un campo de estudio que puede ser analizado desde nuevos ángulos; y que posiblemente la aportación que cada ciencia haga, servirá para conformar un todo que nos dé una verdad. De tal manera que me siento con la suficiente capacidad para describir lo que pasa en mi mente que, sin duda, es más desconocida para cualquier otro de lo que lo es para mí.

Busco únicamente esbozar y comunicarles la forma en la que yo, desde mi perspectiva como científico de la comunicación, he logrado entender mi mente, mi raciocinio y mis actitudes. No quiero decir que esto sea una verdad absoluta, ni que se aplica a todos los seres humanos. Pienso que mi verdadera intención es comunicarles lo que, después de varios años en la universidad y en la sociedad, he aprendido acerca de la forma en que nos comunicamos con los que nos rodean y con nosotros mismos. Espero que los que lo lean encuentren un punto de comparación con el cual puedan medir sus propias experiencias y hacer sus propias deducciones.

Por último, quiero dejar en claro que el carácter social de esta disertación la excluye del ámbito de las ciencias naturales. De forma que, todos los aportes que la física, la química o cualquier otra disciplina hayan hecho para entender el proceso del pensamiento servirán únicamente de referencia y de complemento.

“Necesitamos un pensamiento sistémico, es decir, una integración de todas las ramas del saber, para una mejor comprensión del universo y de nosotros mismos, entendiendo que esto sólo será una <aproximación> a la <realidad>, sin llegar nunca a la explicación total.”
(Rodríguez, 2001)

El estudio especializado en la comunicación como fenómeno social acepta la existencia de la Cintra, con ella evaluamos nuestra participación en el mundo

y creamos nuestra realidad, y aunque la ciencia de la comunicación no la estudie en profundidad y se enfoque en la Cinter, pertenece a su campo de estudio.

Como ciencia que es, en sus postulados y teorías intento fundarme para explicar una posible forma en la que los seres humanos pensamos y existimos. Y si mi atrevimiento causara disgusto en los estudiosos de la mente ajena, quisiera recordarles que otras ciencias, como la cibernética, se me adelantaron hace ya varios años.

No es mi intención negar el reconocimiento del trabajo de otros pues, si no fuera por sus descubrimientos, leyes y teorías, lo que yo propongo a continuación no sería posible, ya que no tendríamos punto de partida y de comparación para profundizar en este tema. Mientras ellos construyan una realidad externa comprobable y generalizable, yo, como parte de esa generalidad, tendré algún punto de comparación para conocerme a mí mismo.

*Si ellos son,
y yo soy parte de ellos,
entonces yo soy similar a ellos.
Así que, parte de lo que aplica en ellos,
se aplica en mí.
Y lo que en mí funciona,
a otros podrá no servir.*

Las ciencias sociales crean teorías y leyes acerca de la sociedad y yo, al igual que todos los que las estudiamos, formamos parte de nuestro propio objeto de estudio, debido a eso, es importante afirmar que:

- a) la investigación es propiciada por uno mismo, como ente que ha reconocido su participación dentro de un sistema y que busca describirlo para saber más acerca de sí mismo.
- b) Debido a lo anterior, existe siempre, una objetividad relativa.

Yo, como ser que se comunica, soy consciente de tal acto. Y ello genera en mí la inquietud por conocer la razón, las motivaciones, las consecuencias, la importancia y la calidad de los elementos que en dicho proceso comunicativo influyen.

También es cierto que las teorías sociales no permiten la particularidad pero, asumo que los individuos a mi alrededor tienen elementos en común conmigo y por lo tanto, puedo compararme, hasta cierto punto, con todos ellos. Así que será difícil generalizar teorías acerca de la Cintra, pero factible aplicar los estudios generales sobre la comunicación en este intento por explicar el pensamiento de cada individuo.

1.5 Cómo es posible.

“Cuando lo hayas encontrado, anótalo”

Charles Dickens

Cuando comencé a escribir acerca de la Cintra, me di cuenta de que era un tema bastante complicado. Luego, mis pocos conocimientos en Psicología se hicieron evidentes y se complicó aún más. Ahí fue cuando entendí por qué los psicólogos, y no los comunicólogos, se dedican a estudiarla.

Comprendí que yo no tenía la preparación académica en filosofía y Psicología para involucrarme en esos temas así que me planteé dos opciones: 1) continuar en mi intento para entenderla, 2) dejar que otros lo hicieran por mí y luego leerlos. Como podrán darse cuenta, elegí continuar. Recordé que la interdisciplinariedad es posible, que un tema puede ser estudiado desde varios puntos de vista, apoyándose en otros y sacando nuevas conclusiones.

Es probable que a mucha gente le haya intrigado el mismo tema que a mí y que hayan decidido escuchar a los psicólogos. Y lo entiendo porque así siempre se había acostumbrado. Gran parte del conocimiento que rige nuestro mundo se desarrolló de acuerdo a las normas del Modernismo, en donde no existían muchas libertades creativas. De los pensadores de ese tiempo tomamos nuestros conocimientos y es normal que repitamos sus tendencias y perspectivas: así como un hijo que aprende de sus padres.

El modernismo se constituyó como el paradigma¹ reinante a partir de mediados del siglo XVII y prevaleció hasta la década de 1960 aproximadamente. Surgió como ruptura ante la visión medieval de Dios como la base de la moral, la dignidad humana, la verdad y la razón, y colocó en su lugar a la razón y la ciencia. Los científicos, y por lo tanto el resto de la gente, buscaban la certeza absoluta y sistemas que abarcaran la totalidad. Se distingue por haber establecido el dualismo como guía rectora (lo bueno / lo malo, falso / verdadero) y por establecer fronteras claras de género (arte, música, filosofía, medicina, misticismo).

Si bajo esta perspectiva se crearon las ciencias sociales, es normal que los que a esto nos dedicamos sigamos los mismos patrones. De tal forma que cuando un tema no es parte de nuestra área de especialización, no lo estudiamos y nos atenemos a lo que otros han dicho. Pero hoy, el hombre está intentando romper esa tendencia. A partir de la caída del muro de Berlín en 1989 una nueva perspectiva se hizo evidente. El Postmodernismo se había establecido.

A inicios de la segunda mitad del siglo XX se comenzó a gestar una forma diferente de ver el mundo. Cuando el hombre notó que todas las verdades que él daba por absolutas eran cuestionables y que en realidad sólo había logrado un progreso tecnológico y no humano, comenzó a romper con lo que había estado haciendo pues no lo había llevado a donde se esperaba. Los límites entre las

¹ Una especie de superteorías, visiones globales del mundo que no sólo abarcan todas las ciencias físicas sino que también incorporan el conocimiento superior que nos aporta la filosofía, la psicología y la religión místico-trascendental. (Wilber, 1999)

diferentes disciplinas comenzaron a romperse. El eclecticismo y la interdisciplinaridad se admitieron finalmente.

“...mientras la modernidad multiplicó la diferenciación social en la cual la economía, la política, la cultura y campos como la ciencia y la tecnología poseían su propia lógica, la aventura postmoderna produce el colapso entre estos límites y provoca la coevolución y la co-construcción de esos dominios que antes se encontraban separados. La aventura moderna exhibió una separación entre el sistema (económico y técnico) y el mundo cotidiano (social). En contraste, la aventura postmoderna está marcada por la co-construcción de la ciencia, la tecnología, el capital, la milicia y la sociedad en las cuales las fuerzas que alguna vez estuvieron relativamente fuera del mundo cotidiano (por ejemplo la ciencia, la tecnología y el mercado) ahora penetran en el centro de nuestra existencia.” (Best y Kellner, 2001)

El postmodernismo cuestiona todos los metarrelatos que se crearon durante el modernismo (marxismo, nazismo, científicismo, racionalismo, positivismo, etc.), debido a que éstos sólo buscan la opresión, la manipulación y el totalitarismo. Se plantea la posibilidad de que la verdad, la realidad, la moralidad y la razón universales, se sustituyan por perspectivas fragmentadas. Que se entienda que la realidad y la verdad son sólo una invención humana y por lo tanto, la verdad, puede ser cualquier cosa que fomente nuestra voluntad e intereses.

Se abre camino al conocimiento oriental, al misticismo, a lo metafísico. Comienza una mezcla de conocimientos que da pie a nuevas posibilidades de ver el mundo y al hombre. Todo es verdadero pero, igualmente, todo es cuestionable. Se acepta que cada persona y cada grupo tiene su propia realidad, y que esa verdad es aceptable y tan real como la de cualquier otra persona.

No es que el postmodernismo sea una antítesis absoluta del modernismo, es más bien la etapa siguiente, una superación, un ajuste de cuentas. Es una era en la que se da un vistazo a la historia y se trata de tomar lo mejor de cada etapa. En muchos aspectos el postmodernismo rompe con el modernismo, en otros lo continúa; también toma cosas de épocas anteriores y se crea una nueva forma de pensar. Ahora el hombre no sólo se preocupa por los adelantos tecnológicos y la razón (como en el modernismo) también por el desarrollo y conocimiento del ser, así como la espiritualidad (como en las culturas orientales antiguas).

“La espiritualidad postmoderna (...) será una espiritualidad que, a la vez que lleva al individuo a un desprendimiento radical de la conciencia egocéntrica y de sus deseos ilusorios, le invita a un compromiso total con sus tareas históricas, enraizadas en una visión de conexión con todos los seres que sufren y de compasión por todos ellos. En otras palabras, será una espiritualidad de compromiso que se pone al servicio de la curación de la comunidad de la tierra.” (de la Rosa, 2002)

Este cambio en la forma de pensar y percibir el mundo comenzó a ocurrir hace apenas 50 años, por eso no nos hemos adaptado totalmente a esta nueva forma de entender nuestra realidad. Estamos en pleno cambio, en transición. Debemos acoplarnos a este nuevo paradigma y comenzar a desarrollar nuestra **libertad** para actuar y pensar.

Yo, aunque no sea psicólogo, intentaré estudiar el pensamiento y la mente. Pero lo haré bajo otro enfoque, y eso, en una era postmoderna es viable y posible. Esta nueva visión hace posible que, por medio de una introspección, me introduzca al campo de investigación de otras ciencias, y que lo que obtenga al final tenga la posibilidad de ser verdadero.

No tengo que escribir algo que se convierta en una verdad absoluta. Tampoco algo que se apegue a la realidad de otros. No debe ser algo absolutamente racional, los sentimientos, deseos y voluntad intervienen también. Es como romper el metarrelato de “sólo la Psicología estudia la mente”, para intentar aportar nuevos conocimientos.

El postmodernismo parece ser una buena solución al problema de desconocimiento del ser que el hombre occidental sufre. Parece plantearse como una visión que incluye muchas otras y respeta la pluralidad. Sólo una cosa me preocupa, ¿estará el hombre listo para aceptar tanta libertad de pensamiento y acción? No estoy seguro de ello. Creo que el modernismo mantuvo al hombre trabajando por un bien común, aunque mal enfocado pero común. Ahora cada quien es libre de pensar en lo que quiera y como quiera; libre de crear su propia realidad y tomarla como verdadera.

Por ejemplo: acabo de enterarme de todas las posibilidades que el postmodernismo permite y de pronto, se me han quitado las ganas de leer a otros autores para fundamentar lo que he estado pensando; a fin de cuentas así veo yo

las cosas, es una realidad igualmente verdadera a la de grandes pensadores como Nietzsche, Heidegger y Derrida.

Pero cada que leo algo de ellos y otros, mi realidad se amplía, surgen nuevas posibilidades. Lo poco que conozco de su realidad se integra a la mía. Mi realidad cambia cuando conozco la de otros, por lo tanto, mi realidad es verdadera sólo mientras sufre algún cambio. Podría decirse que tengo la **libertad** para creer en que mi realidad es verdadera pero la **obligación** de conocer las de otros para mantener la mía vigente. Creo que las personas deben respetar la verdad de otros y la suya pero, nunca escudarse en este pretexto para dejar de actualizar y ampliar su propio mundo.

Si el hombre no acepta esta responsabilidad y decide conformarse con su realidad, entonces el postmodernismo más que ayudar a la pluralidad de ideas propiciará una desconexión entre los hombres y nuestro trabajo común (conocerse a sí mismo) perderá fuerza. No se trata de crear una misma verdad para todos sino de que entre todos formemos muchas realidades que se conviertan en una sola.

Por otra parte, el postmodernismo establece la posibilidad de que nos olvidemos del pasado y el futuro y comencemos a disfrutar del presente. Que dejemos de preocuparnos por encontrar respuestas últimas a preguntas que no se han podido responder. Desde mi punto de vista, ese planteamiento condena al hombre a una vida sin sentido. Durante años hemos buscado algo que nos guíe y nos motive a continuar viviendo. Sin un objetivo, el hombre no puede vivir, pues se

estancaría y se aburriría de la vida. Yo vivo para conocerme y para mejorar mi realidad. Otros viven para Dios y algunos para la ciencia. Todos estamos impulsados por una pasión y esperamos que nos lleve a algún lado. No podemos dejar de preocuparnos por el futuro ni detenernos en nuestra búsqueda de respuestas.

Cada quién busca las respuestas que quiere, donde quiere y como quiere. Eso es postmodernismo, entender que no todos trabajan igual ni buscan lo mismo que nosotros. Vamos a disfrutar nuestro presente pero a preocuparnos por el futuro de la humanidad. Vamos a dejar de buscar las respuestas a preguntas que otros plantearon. Exploremos el mundo en busca de las respuestas a nuestros propios cuestionamientos, las que están guiadas por nuestros anhelos, voluntades y deseos. Al final de cuentas, todos estamos trabajando por un bien común, aún cuando no estemos conscientes de ello.

1.6 Cómo lo voy a hacer

“Instead of facing ‘mere’ technological challenges, introspection faces difficulties that are conceptual, historic and ‘cultural’. Informally, many psychologists express a powerful conviction that introspection is problematic. (...) They remain ignorant, or do not care, that the debate has moved on considerably”

Ian Jack y Andreas Roepstorf

Algún día, no muy lejano, los científicos encontrarán la forma de grabar digitalmente nuestros sueños y pensamientos. Imagino que será un chip implantado en el cerebro y que podremos descargar toda la información del día en un disco duro de una computadora. Mientras eso sucede, tendremos que hacer uso de herramientas más arcaicas pero, definitivamente, más modernas que las que usaron los primeros psicólogos.

Todo el mundo registra de alguna forma sus pensamientos. Algunas personas los escriben en un diario, otras en libros, novelas o cuentos. Hay quien habla con otras personas para ordenar sus pensamientos y luego externarlos para recordarlos. Seguramente, mucha gente los guarda en la memoria y muchos otros sólo lo intentan.

Antes, cuando una idea comenzaba a rondar mi mente me concentraba en ella, la discutía, la analizaba y sacaba algunas conclusiones; pero al llegar a mi cuaderno, la retrospectión era muy difícil pues había información de la cual era difícil acordarse. Algunos datos se perdían y otros se recordaban mal. Además, la

escritura era más difícil porque trataba de reestructurar todo justo como lo había pensado la primera vez.

Descubrí una forma de evitar esa pérdida de información. Si la retrospectión es menos comprobable que la introspección, debía limitarla de alguna forma. Así que comencé a hacer lo siguiente: cuando algo importante o trascendente llegaba a mi mente, lo archivaba en mi memoria a corto plazo bajo un título y un tema general. Luego, sentado frente a mi cuaderno con una pluma en la mano, recordaba aquel tema y comenzaba a escribir acerca de él. Es decir, hacía una retrospectión que me llevaba al tema y ahí comenzaba la introspección.

Pero en ocasiones es muy difícil dejar en “standby” un pensamiento, pues el momento es propicio para pensar en él o es tan interesante que queremos desmenuzarlo lo antes posible para entenderlo. Por eso, comencé a cargar con una pluma y un par de fichas bibliográficas.

Funcionaron bien, pero seguían teniendo desventajas, como cuando vas en el camión en la calle con más hoyos de Cholula y de pronto, observas cómo te llega un pensamiento. Cuando intentas registrarlo en las tarjetas, te encuentras con que no sólo es difícil escribir sino hasta sacar la pluma de la mochila.

Un día estaba recostado en un hamaca y comencé a escribir un SMS, no tenía idea de quién sería el destinatario pero continué escribiendo. Cuando terminé busqué a alguien en mi lista de contactos para enviarlo pero no encontré

algún receptor que estuviera interesado en el tema. Me di cuenta entonces que me lo estaba enviando a mí mismo, así que lo guardé en la carpeta de borradores. Llegué a mi casa y comencé a desarrollar el tema en la computadora.

Así continué haciéndolo durante algún tiempo con buenos resultados. Siempre que terminaba el mensaje buscaba a quién enviarlo y un día me pregunté por qué lo hacía si al final siempre acababa guardándolo. La respuesta fue:

“Mientras escribes el mensaje, buscas a quién enviarlo porque estás teniendo una plática con alguien dentro de ti y le estás buscando rostro; así te comunicas contigo mismo, imaginando que platicas con otros.”

El problema es que escribir un mensaje en un celular es muy lento, y esa lentitud hace que vayas acortando frases y economizando el espacio. Así que comencé a buscar alguna solución que me ofreciera más disponibilidad y menos mediación. Recordé que hace algunos años tuve un celular con grabadora de voz y revisé el actual sin éxito.

Pero los chinos salieron al rescate. Llegó a mí un aparato digital que reproduce MP3, sintoniza FM y tiene grabadora de voz. Ya no veía llegar el momento para estrenarlo. Hice una prueba y funcionó. Ahora puedo grabar mis pensamientos, es decir, mis Cintras. Aunque debo decir que no es fácil, se requiere de cierto entrenamiento para lograrlo. Al principio hablaba como si estuviera escribiendo. Luego, cuando superé esa barrera, hablé como si entablara una conversación telefónica. Después entré a la etapa de imaginar que estaba

dando una conferencia ante un público anónimo. Ahora me pregunto y me contesto en un diálogo constante.

La tecnología ha avanzado y la ciencia siempre estará sujeta a este avance. De tal forma que no podemos quedarnos atorados en el debate de hace un siglo en cuanto a la veracidad de los reportes introspectivos con los que los psicólogos obtenían datos de sus pacientes. Ya no existe la barrera tecnológica que nos distanciaba de la introspección como método de recolección de datos.

El sesgo ocasionado por la transcripción de los pensamientos se puede eliminar si el sujeto aprende a registrar sus pensamientos librándolos de todo paradigma y estereotipo. En todo caso el problema sería romper con la barrera cultural que no permite que la introspección sea tomada seriamente como metodología y herramienta.

Por otra parte, debemos tomar en cuenta que el investigador debe estar capacitado para entender e interpretar los datos que emanen de una introspección (ya sea grabada, escrita o hablada); y la persona mejor preparada para ello es el mismo sujeto de investigación pues es el único que tiene a su alcance toda la información. En este trabajo, yo soy ambos, así que encontrarán a dos personas hablando. En el apartado 2.1 y el capítulo 4, están escritas las introspecciones que tuve como sujeto de experimentación, en el 3 y el 5 encontrarán la interpretación de los resultados y las conclusiones obtenidas mediante el análisis de esas introspecciones.