

UNO MISMO A EXAMEN

SELF UNDER SCRUTINY

Alfredo Fierro
Facultad de Psicología, Málaga
e-mail: fierro@uma.es

Resumen

"Conócete a ti mismo" es la exhortación que nos ha llegado de los griegos. Es preciso preguntarse, sin embargo, por los límites de ese conocimiento de uno mismo y por el valor de la autoconciencia. La psicología pretende precisamente conocer la conciencia no desde el interior de la misma, sino desde el exterior, desde la conducta. El presente trabajo expone análisis comportamentales sobre algunos de los procesos y estructuras habitualmente considerados bajo nociones como "sí mismo" y "yo", y discute la contraposición entre conciencia y ciencia en el estudio de esos procesos.

Palabras clave: sí mismo, yo, autoconocimiento, autoconciencia

Abstract

"Know yourself!" says an old exhortation from the Greeks. Yet, it is worth asking for the boundaries of self-knowledge and the value of the self-consciousness. Psychology seeks to get knowledge about the consciousness not from an inner perspective, but rather from the outside, by the study of the behaviour. This paper presents some behavioural analysis of the processes and structures usually considered under labels such as "self" and "Ego" or "I". It discusses the contrast between consciousness and science in the study of such processes.

Key words: self, Ego, self-knowledge, self-consciousness

Identidad, yo, sí mismo, "self", uno mismo, prefijo "auto": otros tantos sintagmas imprecisos, ambiguos, para un sistema -comportamental o psicológico- múltiple, complejo, por lo general mal definido y, como consecuencia, no bien conocido. ¿Se conoce uno a sí mismo realmente? Y la psicología ¿ha contribuido, mucho o poco, al conocimiento de ese sistema? El presente ensayo -que no revisión bibliográfica y, por eso mismo, con libertad para no ser exhaustivo y para citar sin referencias a los clásicos- escudriña, en la banda ancha que se extiende de la literatura y la filosofía hasta la psicología, algunos elementos del sistema: la autoconciencia, el autoconocimiento, a veces -y por error- confundidos con yo, sí mismo, uno mismo.

Para prevenir algunos de los más crasos errores bastarían tal vez algunas higiénicas consideraciones de lenguaje. Sería suficiente con caer en la cuenta de la naturaleza de la pregunta: "¿qué es yo?". Es pregunta sintácticamente extraña, cuyo verdadero sentido es "¿quién dice: 'quién soy yo?'" El análisis sintáctico de "yo"-un pronombre, un deíctico- basta para percatarse de que "yo", antes que cualquier otra cosa, es la posición del sujeto gramatical, la primera persona del verbo. Sólo llega a haber algo así como un "yo" a través del lenguaje, del habla; y muchos -tampoco todos- los fenómenos de "yo" son lingüísticos o cripto-lingüísticos. Tal vez convendría empezar por devolver al lenguaje algunas de las preguntas sobre "yo", y comenzar por una evidencia que subrayan los lingüistas: yo es aquél que dice "yo" (Benveniste, 1971). En rigor, por consiguiente, no hay concepto del yo, al igual que no lo hay de "sí mismo", que es otro pronombre. En paráfrasis de una sentencia de Nietzsche sobre la creencia religiosa, cabe precisar: "creemos en 'yo' porque creemos en la gramática".

Comienza el freudiano *El Antiedipo* de Deleuze y Guattari (1973) con este contundente juicio: "¡que tremendo error haber dicho el Ello!". En efecto, Ello, al igual que Yo, en Freud, no permite ir precedido del artículo, mucho menos del determinado "el". Ello y Yo, en psicoanálisis, son instancias por entero impersonales y neutras, no masculinas ni femeninas; no se dejan cifrar en sustantivos. Igualmente, al exterior del psicoanálisis, yo y sí mismo no se dejan preceder de un artículo que lo deforma todo: "el yo", "el sí mismo", ¡qué craso error!

El sistema de yo, sí mismo, uno mismo, contiene numerosos elementos. Uno de ellos, seguramente el más popular y por eso identificado con el sistema entero, es el de la autoconciencia, autoconcepto y/o conocimiento de uno mismo. Sea, pues, ceñirse a ello y tomar, además, como punto de partida, y no mero pretexto, a Sócrates, responsable principal de algunos de los aciertos y asimismo desaciertos más clamorosos del pensamiento en Occidente. Sea, además, el Sócrates filtrado y recibido por veinticinco siglos de atención a su pensamiento por otro lado discutible.

Conocemos a Sócrates principalmente gracias a los *Diálogos* escritos por Platón. A continuación, sin embargo, para inicio del análisis, se toma en préstamo, en extracto muy breve, parte de un diálogo de Paul Valéry (1966, p. 371), al modo de los platónicos, entre Sócrates y su médico:

«*Sócrates*: Mis días transcurren en interrogarme tratando por todos los medios de hacerme una idea de mí mismo tan justa y tan sincera como sea posible y no viendo otro objeto más digno de profundizar. No he encontrado ninguna otra cosa por la que valga la pena vivir [...]. Una vida debe tener por deseo esencial un conocimiento de sí mismo tan completo que, una vez alcanzado, sea ya inalterable.

[...].

Erixímaco: Yo te conozco mejor que tú mismo, en la medida en que tú te ignoras; pero infinitamente peor, en la medida en que tú te conoces. Yo conozco, bastante mejor que tú, lo que está en tu vientre y entre los huesos mismos de tu cabeza maravillosamente dotada. Puedo decir, con cierta, pero no absoluta seguridad, quién serás y de qué humor estarás en tu próximo despertar. Pero lo que tú harás de ese humor y todas las bellas sorpresas que resultarán de ello en tu espíritu y que nos encantarán por la tarde, todo eso, sin lo cual tu gloria sería la mía, necesariamente se me escapa [...]. Si tú supieras lo que yo sé, no podrías saber lo que sabes.

Sócrates: [...] No sé bien lo que ocurriría con la medicina y con los mortales, si a cada uno de nosotros nos fuera asignado un médico, que no nos dejara de noche ni de día y no cesara de observarnos a todas horas. Este médico me deja dividido entre lo que él sabe y lo que yo ignoro; y, de otra parte, entre lo que él ignora y lo que yo sé».

Coloca Valéry en labios de Sócrates, como no podía ser de otro modo, la tradición sapiencial del elogio del autoconocimiento: la tradición de la conciencia de sí mismo como principio de toda sabiduría. Pero en esos labios, y no sólo en los de Erixímaco, su médico, coloca también otra tradición alternativa, la que destaca que no la conciencia, sino la ciencia conduce a un saber objetivo y firme. De modo que Valéry pone en escena la cuestión crucial: ¿quién conoce a Sócrates mejor?, ¿el propio Sócrates o, más bien, su médico?; y ¿son sus respectivos conocimientos incompatibles o bien complementarios? Puesto que cualquier otra persona vale aquí por Sócrates, las preguntas son generalizables. En lo concerniente a yo -o sí mismo, o identidad-, a uno mismo en su intransferible individualidad, es pertinente y persistente la serie de cuestiones: ¿quién conoce mejor a uno mismo?, ¿el propio sujeto o los otros?; ¿quién conoce mejor el interior de los humanos?, ¿la conciencia o la ciencia?

La exhortación socrática

La exhortación al conocimiento de uno mismo parece traer origen de Tales de Mileto. Ingresas, sin embargo, por la puerta grande de la filosofía de la mano de Sócrates en el diálogo platónico *Alcibíades*, nombre del joven y ambicioso aristócrata ateniense sobre cuyas expectativas gira la conversación. En el curso de ese diálogo, menciona Sócrates la inscripción sobre la entrada del recinto de Delfos. El visitante que acudía al oráculo encontraba en el frontispicio una sentencia de sencilla lectura inmediata, aunque de alcance hoy enigmático: "gnothi seautón", concóctete a ti mismo. Quería decir quizá: conoce tu condición humana, mortal; sabe que no eres un dios. O tal vez, y esto en cercanía mayor a la sensibilidad actual: antes de consultar al oráculo, cerciórate bien de lo que quieres averiguar; asegúrate de lo que realmente preguntas. Sócrates, sin embargo, toma la

exhortación en sentido filosófico y de conocimiento: conocerse a uno mismo es el principio de todo conocimiento; y es preciso conocerse bien para conducirse bien en la vida.

El consejo de Sócrates -prescripción para quien quiere iniciarse en la sabiduría- ha pasado a formar parte de la filosofía perenne, y no sólo de la occidental, pues tanto o más insisten en ello tradiciones asiáticas. El autoconocimiento ha venido a ser así una de las piedras sillares de la filosofía a lo largo de la historia: principio y a la vez meta del saber filosófico. Buena parte de la filosofía ha consistido en la aplicación metódica, el desarrollo y el logro del conocimiento interior, el cual, a su vez, suele asociarse a la introspección, la autoconciencia. Una variante del consejo socrático en contexto cristiano es, por eso, la exhortación a la conversión interior religiosa, según la describe San Agustín: "No salgas al exterior, vuelve a ti mismo; en el interior del hombre habita la verdad". Será consigna humanista y no sólo religiosa.

En los albores de un humanismo incipiente, toma Petrarca la admonición agustiniana y la pone en relación con el consejo socrático para reclamar una sabiduría de meditación interior que está en corazón del humanismo cristiano que se extiende hasta el siglo XVI. Mucho después, y ajeno ya a ese humanismo, reincide Hegel en la idea al señalar cuál ha de ser la reflexión racional propia del filósofo: "la conciencia de sí es el hontanar de la verdad". Todavía más explícito, Fichte: "Fíjate en ti mismo, desvía tu mirada de todo lo que te rodea y dirígela a tu interior. He ahí la primera petición que la filosofía hace a su aprendiz. No se va a hablar de nada que esté fuera de ti, sino exclusivamente de ti mismo". Y Cassirer: "la autognosis constituye el propósito supremo de la indagación filosófica". Para poder sostenerlo, todos estos filósofos han de asumir, al modo romántico, la excepcional riqueza de ese interior al que convocan. Una heroína de ficción, Jane Eyre, lo enuncia con la mayor contundencia moral y filosófica: "No venderé mi alma para comprar felicidad. Tengo un tesoro interior, que procede de dentro de mí." El verdadero mundo, la realidad genuina es interior. Los poetas lo exaltan: "el mundo es interior" (Pierre Emmanuel, 1967).

La consigna socrática ha alcanzado dos apogeos en la historia: con el humanismo renacentista y con el romanticismo. Montaigne hace del autoconocimiento la clave de sus *Ensayos*: "yo soy la materia de mi libro", dice; y lo mantiene así por entender, además, que "cada hombre encierra entera en sí la forma de la condición humana"; por lo cual puede presentarse, en coherencia, como muestra de esa condición. Chaucer había escrito antes: "Sabio es aquél que puede conocerse a sí mismo". Gracián escribirá después: "Quien comienza ignorándose, mal podrá conocer las demás cosas. Pero ¿de qué sirve conocerlo si a sí mismo no se conoce?".

Con energía aún mayor, ha sido la época romántica, en su exaltación del yo, la que ha alzado el autoconocimiento personal a tema principal, programa y cima de la sabiduría. Añádase a Fichte y Hegel el también berlinés Schleiermacher: "Debería admitir exactamente el contenido total de mi ser, conocer mis fronteras en todos sus puntos y saber proféticamente lo que todavía puedo llegar a ser". El autoconocimiento –socrático, humanista, romántico– aparece como requisito de la autorrealización. Hace falta conocerse a uno mismo para llegar a ser lo que uno es, lo que uno está llamado a ser.

La idea ha continuado su singladura y ha llegado hasta el siglo XX de la mano del existencialismo y también de una psicología de la autorrealización (Maslow, 1968/ 1976). Se asume en ella que en el fondo consciente –o todavía inconsciente, pero por hacer emerger a la conciencia– de uno mismo se halla la auténtica realidad y el principio de todo conocimiento, también del conocimiento sobre el mundo. María Zambrano participa, desde luego, de esa misma convicción. Cuando preconiza "un saber sobre el alma", que se corresponda con la verdad por esclarecer por la filosofía, lo dice con toda claridad: "sentimos necesario un saber sobre el alma, un orden de nuestro interior" (Zambrano, 1989). En, sin embargo, un saber –puntalicemos– de conciencia, no de ciencia.

Más todavía: la idea se ha plasmado en técnicas. Hay un conjunto de "tecnologías del yo" (Foucault, 1991): del examen de conciencia y la confesión sacramental al diario y a las memorias. Aún más, la sociedad y el mercado explotan el yo y la autoconciencia como bienes de consumo: asistimos a una "industrialización de la conciencia" (Enzenberger, 2002, p. 71), una comercialización del yo, y no sólo en los libros de kiosco de autoayuda, asimismo en toda la publicidad que ofrece un trato personalizado y la que nos vende la ropa y los cosméticos para mayor gloria y distinción de yo, de una identidad, de un yo distinto.

El socrático "conócete a ti mismo" puede expresarse en metáforas varias. Pensar en uno mismo se parece no poco a un juego de muñecas rusas, donde cada una contiene otra en su interior, una caja de sorpresas, se diría, cuya última sorpresa, sin embargo, es que no queda nada dentro de la muñeca más diminuta e íntima. La metáfora más prestigiosa, sin embargo, es la de búsqueda y de encuentro. "Conócete" equivale a "búscate" o "explórate" a ti mismo y llegarás a encontrarte. Se presume que esta empresa de autoexploración se verá recompensada con un encuentro consigo mismo –con un "yo" auténtico, genuino–, reencuentro de calidad reconciliadora y apaciguante, intelectual y vitalmente satisfactorio. Bajo esa presunción, el conocimiento de sí es la clave del proceso de búsqueda y encuentro de uno mismo, un proceso de carácter no sólo teórico, sino eminentemente práctico, según lo subrayan otras metáforas, las de cuidado y gestión de uno mismo. "Conócete

a ti mismo" es una forma –y está al servicio– del "cuida de ti mismo", en un cuidado que tiene algunas resonancias médicas: se trata de un conocer, que es diagnosticar, para tratar, para curar y prevenir.

¿Quién es yo?

La tradición socrática, empero, ha sido siempre discutida y no acatada sin reservas. Ha despertado suspicacias, sobre todo, en dos momentos "post": después del Renacimiento, después del Romanticismo.

El teatro barroco pone en cuestión, apenas un siglo después, los supuestos renacentistas: la imagen de uno mismo ¿es conocimiento o sueño?; el papel que cada cual se atribuye ¿es realidad o teatro? Son preguntas pertinazmente presentes en el teatro de Calderón y en el de Shakespeare. En la ruina de su demencia progresiva el anciano Rey Lear implora con angustia y por piedad que le digan los demás quién es: "¿Quién puede decirme quién soy?" Entretanto, su contemporáneo en la ficción, el nada loco Don Quijote, pero en esto realmente en desvarío, dice saber bien quién es y alardea de ello: "yo sé bien quién soy". Shakespeare y Cervantes coinciden en juzgar cosa de locos, de dementes, la cuestión de la propia identidad. Tenían predecesores en la tradición dramática para desconfiar del autoconocimiento. La suspicacia estaba servida ya en el *Edipo* de Sófocles, tragedia de la identidad y de la voluntad de autoconocimiento antes que tragedia –según Freud– del sexo. Cuando el desdichado Edipo empieza a sospechar algo muy raro en torno suyo y a inquirir sobre su propia identidad, le advierte su madre –y amante– Yocasta: "¡Ojalá nunca sepas quién eres!". A ese Edipo en busca de conocimiento acaba por perderle su propia terquedad en querer saber quién es, repitiendo a unos y otros: "¡quiero conocer mi origen!". Cuando llegue a conocerlo, cuando se haya arrancado los ojos y viva exiliado, ha aprendido ya y sabe demasiado. Entonces, por el contrario, más bien dirá a los desconocidos: "No me preguntéis quién soy, ni pretendáis averiguar más con preguntas". Por cierto, Sócrates –o Platón– parece ignorar del todo ese trágico destino edípico del autoconocimiento en el drama de Sófocles.

El más claro signo de que el romanticismo ya pasó es la emergencia del cuestionamiento de la primacía del yo, de su autoconciencia y su presunto autoconocimiento. El surrealista André Bretón comienza *Najda* por la pregunta: "¿quién soy yo?". Es la misma pregunta con la que Bohumil Hrabal (1992) narra su vida y también, aún más escueta, la de Carlos Cañeque (1997), *¿Quién?*, en un relato deudor de Borges. Ha dejado de estar claro. Desde comienzos del siglo XX se han agudizado las dudas sobre el yo –detestable lo considera Rimbaud– y sobre el valor del autoconocerse. Kafka: "Qué lamentable es mi conocimiento de mí mismo comparado con el conocimiento de mi habitación. ¿Por qué? No hay observación del mundo interior como la hay del exterior. La psicología es muy probablemente un antropomorfismo, un mordisquear en los márgenes". Pessoa: "Me

interrogo y me desconozco [...]. Me busco y no me encuentro; no sé qué detalles definen la hechura de mi espíritu [...] Saber bien quién somos no es cosa nuestra [...] ¿Quién sabe siquiera lo que piensa o lo que desea? ¿Quién sabe lo que es para sí mismo?". Canetti : "A quien menos entiendo es a mí mismo. Pero es que no quiero entenderme. Solo quiero entenderme para comprender lo que está aparte de mí". Y el pintor Balthus: "cada día sé menos de mí". Y Torrente Ballester en todo el desarrollo de su relato *Yo soy yo evidentemente* y ya antes, en *La saga-fuga de J.B.*, todo un juego también de identidades mutantes.

Tras el romanticismo, ha crecido y se ha propagado de forma vertiginosa el nada irresponsable reconocimiento de un "no sé quién soy". O en otra expresión: la conciencia de que uno no es quien es, el carácter equívoco de "ser alguien".

¿Entrar en uno mismo o salir de sí mismo? ¿Dónde residen las mejores expectativas y raíces de conocimiento? El autoconocimiento al que el individuo se ve llamado ¿es posible?, ¿cómo lo es? Y realmente ¿nos conocemos a nosotros mismos, podemos llegar a conocernos? Conocerse a uno mismo, ¿es un logro realizable?, ¿de qué manera lo es?, ¿cuáles son sus rasgos distintivos?; y ¿llega a cumplir sus fines, los que, al parecer, le atribuye el precepto socrático?

La psicología tiene algunas respuestas: no exhaustivas ni completas, sólo parciales, pero aceptablemente sólidas.

La ciencia y la conciencia

Los investigadores de la conducta han sido remisos a interesarse por el autoconocimiento. Les ha retraído de su estudio la doble circunstancia de tratarse de elementos del sistema interno de la persona, por referirse a la actividad mental, de pensamiento. En esas condiciones, el conocimiento de uno mismo no podía interesar en absoluto a los investigadores y teóricos conductistas. Del sistema del "sí mismo", de los hechos de autoconciencia y de conocimiento propio, se ocupó, en cambio, una psicología de orientación fenomenológica y personalista (Rogers, Maslow, Frankl), caracterizada precisamente por conceder papel determinante a la experiencia personal del individuo. Los principios y método de esa orientación, sin embargo, encajan mal en el canon de una ciencia objetiva (Fierro, 1993). Como consecuencia de ello, hasta hace poco tiempo, el estudio del autoconocimiento, dentro de un modelo explicativo de la conducta, ha sido tema cuidadosamente evitado -por no decir tabú- por los investigadores. Ahora bien, como el tema está ahí, insoslayable, finalmente han tenido que abordarlo. Por otra parte, para atenderlo de manera satisfactoria ha sido preciso trascender el conductismo de origen del que proviene la actual psicología objetiva. Esta operación ha sido facilitada, claro está, por el

enfoque cognitivo ahora predominante, que se interesa por la actividad -mental, interna- de conocimiento y no sólo por el comportamiento externo y manifiesto. También ha contribuido a facilitar la atención que la psicología social y la psicología objetiva de la personalidad prestan a los comportamientos autorreferidos, donde uno mismo es principio y, a la vez, objeto y término de la acción.

Como resultado de la confluencia de un interés mayor en los ámbitos de los procesos cognitivos y de las conductas autorreferidas, el estudio del autoconocimiento ha venido a ser, tanto un síntoma, cuanto un factor determinante, entre otros, de la profunda transformación que la psicología científica ha vivido en los últimos decenios, para ocuparse ahora también de la actividad mental y no sólo de la conducta externa, y, ya al interior de la actividad mental, ocuparse justo de aquello, al parecer, más íntimo: del conocimiento que acerca de sí tiene el propio sujeto. Ese estudio, además, toca un punto clave de la psicología entera: la relación entre la actividad mental y la acción práctica sobre el mundo externo. En efecto, el eslabón final de los procesos autocognitivos, el momento de la autodeterminación, aparece como lugar de articulación entre lo mental, interno, psíquico, y lo comportamental, práctico, de acción. En el proceso y el acto, todavía "mental", de la autodeterminación, el conocimiento de sí mismo afluye de forma directa a la acción, a la conducta externa, a la práctica sobre la realidad (Fierro, 1996, 2002). En ese eslabón, el estudio del autoconocimiento se halla en la encrucijada de la problemática actual de una psicología objetiva.

Esta ciencia objetiva del comportamiento, desde la posición de un observador externo y relativa a hechos potencialmente observables por todos, se contrapone netamente a la conciencia, a la introspección y autoatención consciente, que es un fenómeno privado, no observable por los demás, y que, en consecuencia, no sirve de comienzo o principio sólido para el proceder científico. La autoconciencia socrática, humanista y romántica constituye posible objeto de ciencia, pero no principio o método de ciencia, no procedimiento de investigación. La conciencia y representación de uno mismo -el autoconocimiento- no pertenece a la ciencia, sino a la creencia. A ese propósito es poco productiva la disputa de si tal creencia -como cada cual pretende para sí- incluye genuino conocimiento. Aún entonces, constituiría un conocimiento-creencia, no un conocimiento-ciencia. El autoconocimiento de cada cual es, en sustancia, autocreencia; y ello hasta el extremo de que acaso el constructo "yo", "sí mismo" o "uno mismo", sea justo el prototipo y la raíz de las demás creencias, la creencia básica y por antonomasia. Creemos ciertamente, sin ninguna duda, en la autoconciencia, y, en consecuencia, en la solidez de nuestro "yo"; y a renglón seguido, sobre semejante "yo" cimentamos el universo de cualquier otra realidad creída. Por eso, nada hay tan subjetivo, tan "yoico", como las creencias; y ninguna creencia es tan típica como la de la autoconciencia y, por extensión, la del "yo" referida a uno mismo.

La propia "conciencia de sí", tan trajinada en la tradición filosófica, es una noción vaga e imprecisa, que necesita aclaración: ¿es el autoconocimiento o autoconcepto en general?, ¿o es alguna actividad concreta, sea de autoatención, de auto-observación, o de introspección? La conciencia, de suyo, y en rigor, no es una actividad; es una cualidad o propiedad de ciertas conductas o actividades; y una cualidad, además, de sobrehaz, no demasiado relevante para nadie, salvo para el sujeto interesado. En esto último coinciden psicoanálisis y psicología objetiva: el primero, por ver a la conciencia como fenómeno de superficie, punta de iceberg que emerge de un psiquismo en su mayor parte oculto, inconsciente; el segundo, por considerarla como fenómeno secundario respecto a la conducta, derivado y no determinante de ésta. La propia psicología cognitiva destaca la existencia e importancia de estructuras y actos de conocimiento en extremo opacos, no transparentes, no conscientes para el propio sujeto y, sin embargo, al parecer, influyentes y, desde luego, presentes en su comportamiento (Nisbett y Wilson, 1977).

Novela y proyecto de uno mismo

El principio básico, común, de una psicología objetiva, es que el conocimiento de uno mismo consiste en -o está hecho de- las mismas actividades u operaciones que el conocimiento en general. En aplicación de ese principio, Bem (1967) ha formulado una teoría de la autopercepción, en la cual ésta constituye un simple caso particular de la percepción de personas, de cualquier persona. La primera proposición general de la teoría, aplicable a toda autopercepción, sostiene que los individuos llegan a saber de sus propias actitudes, emociones u otros estados internos mediante inferencias a partir de la observación de su propia conducta manifiesta y de las circunstancias en que ésta acontece. Una segunda proposición complementa a la anterior para ciertos casos de autopercepción, para aquéllos donde los indicios internos son débiles, ambiguos o difíciles de interpretar. Reza así: en tales casos, el individuo se encuentra ante sí mismo en la misma posición de un observador ajeno, obligado a basarse en indicios externos para inferir los estados interiores de la persona.

La mejor ilustración de la teoría de la autopercepción en la vida cotidiana la proporciona un ejemplo aportado por el propio Bem. Si alguien me pregunta si me gusta el pan integral, posiblemente le contesto algo de este tenor: "claro que sí, de hecho es el pan que suelo comer". Se infieren las preferencias personales a partir de los comportamientos observados en uno mismo, ni más ni menos que al suponer gustos ajenos de acuerdo con comportamientos de otra persona. El ejemplo mismo alegado, empero, pone de manifiesto una de las limitaciones del principio por ilustrar. Puedo inferir mi preferencia por el pan integral a partir del hecho de que lo compro en la panadería y lo tengo incorporado a mi menú diario. En ese terreno el panadero conoce

exactamente igual que yo mis preferencias. Sin embargo, al comerlo y probarlo, obtengo una sensación de gusto y placer que es sólo mía, de la que sólo yo soy sabedor y no el panadero: el sabor aquí es un saber. Uno podría, por razones dietéticas u otras, comer únicamente rebanadas de pan integral aunque le apeteciera bastante más el otro, el pan de pueblo con mucha miga blanca. Del dato de comer tal o cual alimento no cabe inferir que a alguien le proporcione sensaciones placenteras.

Permanece cierto, pues, que en conductas externamente observables nos percibimos a nosotros mismos a semejanza de como percibimos a otros y otros nos perciben a nosotros. Hasta ahí no hay un punto subjetivo privilegiado de observación de uno mismo: no estoy mejor situado que mi panadero, ni Sócrates lo está tampoco con respecto a su médico. Pero en cuanto a emociones, sentimientos, placer y dolor, el sujeto posee asimismo claves internas que otros observadores sólo pueden aprehender mediante indicios verbales o gestuales. Ahora bien, y ésta es una circunstancia que contribuye a determinar las inferencias acerca de uno mismo, incluso muchas de las claves o reglas que permiten interpretar esa "experiencia interior"; se encuentran, a su vez, por otra parte, en el exterior, en guiones y pautas sociales.

La relativa indeterminación de la experiencia interna la hace fácilmente moldeable por representaciones tanto personales como sociales. Es ahí donde interviene un modelo narrativo de identidad, hoy en boga en psicología social: tratamos de poner orden en nuestra experiencia personal gracias a relatos autobiográficos exclusivos para uso nuestro; nos construimos a nosotros mismos mediante narraciones, cada cual acerca de sí mismo, narraciones, además, cuyo curso no está prefijado. Confeccionamos libretos ("scripts") de nuestra propia vida: en eso consiste el autoconcepto y asimismo, en gran medida, el "significado" individual que cada uno otorga a su existencia. A través, en fin, de narrativas alternativas cada persona es capaz de construirse y construir su mundo de modos alternativos, y en eso hay tanto "invención de sí mismo" cuanto varios "sí mismos" posibles (Gergen y Gergen, 1988).

La memoria de uno mismo se configura bajo la forma de un relato. A la pregunta "¿quién eres?", que nos hacen otros, o "¿quién soy?", si se la hace uno mismo, se responde con una narración: vengo de tal lugar, hice tal y tal cosa, ahora estudio esto o trabajo en aquello. Ahora bien, no hay memoria fidedigna. Los procesos de memoria, tanto en archivo como en recuperación, son, todos ellos, constructivos, de elaboración, y no meramente reproductivos al modo de la fotografía; y esa cualidad constructora y reconstructora de la memoria sobresale todavía más en todo lo pertinente a uno mismo. La memoria autobiográfica es elaborada y organizada en orden a servir a una identidad, unidad y coherencia personales; está al servicio de unos fines de "yo" en la comunicación social. En su egocéntrica memoria, el sujeto se autocontempla instalado en el centro del mundo y

se sobrevalora como protagonista engrandecido (Greenwald, 1980). La memoria autobiográfica, en consecuencia, y en verdad, no es un relato objetivo, sino una novela acerca de uno mismo. Se cumple así aquella aguda sentencia de Galdós: "cada cual lleva consigo su propia novela". Cierta psicología reciente insiste en el hallazgo de que, en efecto, el presunto autoconocimiento, el autoconcepto, es la novela personal de cada cual.

Conocerse a sí mismo presenta todos los rasgos de un mito ("mythos"=relato) individual que la persona se narra a sí misma y también a los demás. Claro que "mítico" no equivale necesariamente a falso o ilusorio. En su proyección a lo que está por ser, por hacerse, en su relato y mito hacia adelante, aunque se aparte de la realidad pasada y presente, el autoconocimiento no es -no tiene por qué ser- ilusorio o ficticio, sino sencillamente realista, con el realismo prospectivo y performativo que es propio de la acción. Así, pues, las representaciones y las palabras acerca de nosotros mismos no sólo nos describen con mayor o menor realismo; también nos realizan, nos transforman. Pero no tanto nos conocemos, cuanto nos inventamos.

Una porción de autoinvención, no menos importante que la retrospectiva, referida al pasado, a la memoria, es la relativa al futuro, al proyecto: nos conocemos en lo que proyectamos. Interviene ahí un último y decisivo elemento del autoconocimiento: la autodeterminación. Ésta es realmente la culminación del proceso de autoconocerse. Autodeterminarse es una actividad mental con importante componente cognitivo, mientras, por otra parte, es el engranaje de articulación con la acción: a través de la opción o elección, conduce a una actuación sobre el mundo externo, a un curso de acción, entre otros cursos posibles.

En realidad, toda decisión es autodecisión; en toda opción está comprometida la propia acción, que repercutirá en uno mismo. Incluso escoger entre objetos diversos de consumo -comprar una bicicleta en vez de una moto, o comprar bombones en lugar de alcohol; aprovechar las vacaciones para un viaje frenético o para una cura de reposo y dieta- comporta autodeterminarse a acciones futuras relacionadas con el objeto escogido. La autodeterminación resulta ser, en consecuencia, no una clase especial de decisiones, sino un elemento inherente a toda decisión, elemento que pasa a ser preponderante en las decisiones de mayor relieve: elegir una carrera, obtener un puesto de trabajo, empezar a convivir con tal o cual persona. O bien, dicho de otro modo: las decisiones nos resultan importantes y las vivimos como genuinas decisiones en la medida en que nos afectan e implican autodeterminarse uno mismo a algo.

En la autodeterminación definimos no sólo nuestros proyectos, sino también lo que somos, quiénes somos. En ella consiste, en buena medida, nuestro autoconocimiento, un conocimiento que es invención -descubrimiento e

invento- de sí mismo. En el ámbito del conocimiento de sí, definirse es decidirse. En eso no erraba la filosofía existencial: el ser humano existe en la decisión; no tanto somos, cuanto proyectamos, según decía Sartre. La psicología de la decisión -y la del autoconocimiento- pone de manifiesto igualmente que no nos conocemos más que a través de cómo nos construimos; no sabemos quiénes somos sino merced a las decisiones que adoptamos; uno no se hace hombre o mujer sin tomar decisiones (Rubin, 1986 / 1993). Y son estas decisiones las que otorgan significado a la existencia.

En el autoconocimiento, en suma, no hay tanta enjundia como la tradición socrática ha asumido. En cambio, hay mucha gramática, mucha sintaxis. La imagen tradicional del sabio que ha tocado techo -o fondo- en la exploración de sí mismo ha de reemplazarse por otra: la del abuelo que les cuenta batallitas a los nietos, o la de quien, a cualquier edad, se las cuenta a sí mismo. A eso se parece mucho más el autoconcepto.

La subjetividad o interioridad no constituye un punto de vista tan privilegiado como suele presumirse, ni tampoco un espacio tan rico, en cuyo escudriñamiento está garantizado adquirir sabiduría. El autoconocimiento no es infalible y no cuenta con garantías de veracidad mayores que el conocimiento de otros y del mundo exterior. Se halla expuesto a graves sesgos y deformaciones. No es tan autóctono como de ordinario se supone, ni tampoco tan individual o íntimo: se establece y negocia en el curso de la comunicación con otros. Tiene poco de ciencia y de autorretrato en foto fija, y mucho, casi todo, de creencia móvil, de proyecto creativo: quien se conoce, se construye, se inventa, se proyecta.

Toda una vida

Las narrativas en respuesta a la pregunta "quién soy" sufren transformaciones a lo largo de la vida. Una evolución idealizada, abstracta, del núcleo central de los relatos que comienzan por "yo soy" proporciona eje vertebrador a la descripción por Erikson (1968 / 1980) de los estadios de identidad, de los temas propios de cada uno de ellos, jalones de autodefinición que escanden una progresión vital de madurez lograda en cada estadio. Así, a lo largo de la infancia, el niño se va definiendo poco a poco gracias a estos esquemas de identidad: "yo soy lo que espero recibir y dar" (lactancia), "lo que puedo querer" (infancia temprana), "lo que me puedo imaginar que seré" (3 a 6 años), "lo que puedo aprender para llegar a hacer" (edad escolar). En el curso de esa progresión, la identidad, en rigor, se define en la adolescencia. El joven adolescente sabe.-o debe saber ahora- "lo que decide y se propone ser". A partir de tal momento, a la pregunta "¿quién eres?" se contesta sobre todo: "soy aquel que quiero ser, que proyecto y me propongo ser". Se es joven mientras se tienen proyectos.

La narrativa acerca de uno mismo no es ocupación tan sólo de personas adultas. Sin embargo, no suele aparecer bien desarrollada hasta después de la adolescencia, y adquiere tonalidades muy distintas en las dos direcciones del tiempo -hacia el pasado y hacia el futuro- conforme pasan los años. No sólo en la juventud, todavía en la primera parte de la vida adulta, ante un previsible dilatado porvenir, con mucho tiempo todavía por vivir, al sentimiento y la conciencia de la propia identidad les acompaña, en mirada hacia adelante, prospectiva, un proyecto de vida más o menos explícito. Cuando, en cambio, los años van quedando atrás, el autoconcepto adquiere un sesgo retrospectivo, de memoria, que toma a cargo la vida pasada y trata de conferirle significado en relatos autobiográficos coherentes. A medida que la edad avanza, predomina más y más la relación con el tiempo pretérito, con la memoria reconstructiva, la mirada hacia lo ya vivido y realizado (Fierro, 19). Los recuerdos se organizan en un balance autobiográfico y en relatos que se mantienen privados, para uso sólo personal, o que se narran a otros en forma de "memorias" a veces escritas, pero por lo general orales sólo, brindadas de viva voz a quienquiera desee -o soporte- escucharlas.

La cosecha de reminiscencias de una vida puede cifrarse en un "empiezo a comprender", como se titulan las memorias del cineasta Antonioni; y puede ser gozosa: el "confieso que he vivido" en las de Neruda. Aun entonces, puede y suele al propio tiempo estar teñida de melancolía, que no siempre es un sentimiento negativo. Lo es también, sin duda, a veces: "Envejecer, morir, es el único argumento de la obra" (Gil de Biedma). Con o sin melancolía, en la balanza de la memoria del adulto la vida sopesada puede percibirse tan liviana como el humo y las sombras. Es la "vanidad de vanidades" del Qohelet bíblico. Al cruzarse ese balance con la metáfora dramática y de autorrelato, estalla la pesimista visión barroca que Shakespeare hace declamar a un Macbeth ya derrotado: "La vida no es más que una sombra que pasa, un pobre cómico que se pavonea y agita sobre la escena y ya no se le escucha más, un cuento narrado por un idiota con gran aparato y que nada significa".

Este cuento relatado por los idiotas ("idios" = "lo propio" en griego) que somos significa poco o nada para otros, pero significa mucho para cada cual. El pesimismo mayor a su respecto viene no tanto de su carencia de significado, cuanto de la escasa utilidad del conocimiento que provee y cuando lo provee. En lo que sí podría haber acuerdo, de Sócrates a Pessoa y Valéry, es en que la tarea de llegar a conocerse a uno mismo es larga, requiere toda una vida; y, cuando se alcanza, se ha hecho por lo general un poco tarde para poder guiar todavía en el camino de la vida. Gracián llega a decir incluso que el hombre "siempre llega tarde a la vida racional" y sólo muy de hombre "trata de ser persona". El autoconocimiento era del todo necesario cuando aún no se había adquirido. Cuando se alcanza, sirve ya de poco y por poco tiempo: la suerte está echada y la muerte está cercana. Lo dice, en libre traducción, un distico de Emily Dickinson: "Toda la vida para conocernos / a quien nunca podremos aprender".

Referencias

- Bem, D. J. (1967). Self-perception: an alternative interpretation of cognitive dissonance phenomena. *Psychological Review*, 183-200.
- Benveniste (1971). *Problems in general Linguistics*. Coral Gables: Univ. Miami Press.
- Cañeque, C. (1997). *¿Quién?*. Barcelona: Destino.
- Deleuze, G. y Guattari, F. (1973). *El Antiedipo*. Barcelona: Barral.
- Emmanuel, P. (1967). *Le monde est interieur*. París: Seuil.
- Enzensberger, H.M. (2002). *Los elixires de la ciencia*. Barcelona: Anagrama.
- Erikson, E. (1980). *Identidad, juventud y crisis*. Madrid: Taurus.
- Fierro, A. (1993). *Para una ciencia del sujeto. Investigación de la persona(lidad)*. Barcelona: Anthropos.
- Fierro, A. (1996). El conocimiento de sí mismo. En: Fierro, A. (Ed). *Manual de Psicología de la personalidad*. Barcelona: Paidós.
- Fierro, A. (2002). *Personalidad, persona, acción*. Madrid: Alianza.
- Foucault (1991). *Tecnologías del yo*. Barcelona: Paidós
- Gergen, K. J. (1991 / 1992). *The saturated self. Dilemmas of identity in contemporary life / El yo saturado. Dilemas de la identidad en el mundo contemporáneo*. Nueva York / Barcelona: Harper / Paidós.
- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: fabrication and revision of personal history *American Psychologist*, 35(7), 603-618.
- Hrabal, B. (1992). *Quién soy yo*. Barcelona: Destino.
- Maslow, A. H. (1968 / 1976). *Towards a Psychology of being / El hombre autorrealizado*. Princeton / Barcelona: Van Nostrand / Kairós.
- Nisbett, R. E. y Wilson, W. (1977). Telling more than we can know: verbal reports of mental processes. *Psychological Review*, 84(3), 231-259.
- Rubin, T.I. (1986 / 1993). *Overcoming indecisiveness / Superar la indecision*. Nueva York / Barcelona: Avon / Grijalbo.
- Valéry, P. (1966). *Oeuvres, vol. I*. París: Gallimard, La Pléiade.

Zambrano, M. (1989). Hacia un saber sobre el alma. Madrid: Alianza.