

2

La experiencia de la libertad

Miguel Ángel Sánchez González

1. RELATO

LO MEJOR PARA TI

Miguel estaba en estado de máxima alerta; con expresión reconcentrada, los dedos crispados y los ojos fijos en la pantalla del televisor. Se encontraba superando una prueba de nivel en su videojuego. Tenía que matar a todos sus enemigos en una guerra virtual.

Sus padres le sorprendieron en lo más crítico del combate.

—Déjalo ya, —le reprochan—, llevas muchas horas matando gente.

Naturalmente, esta distracción inoportuna hizo que Miguel perdiera el último combate, y también los nervios.

—¿Qué más os da a vosotros? —preguntó enfadado—. ¡Peor sería estar emborrachándose en la calle y fumando porros como mucha gente que yo conozco!

—Claro que hay muchos que están peor que tú —reconocieron sus padres—.

Pero no se trata solo de evitar lo peor. Hay que procurar hacer lo mejor.

Y tú estás empezando a sacar peores notas. ¡Tienes que organizar tu tiempo, procurar rendir al máximo en los estudios, y realizar además otras actividades como leer o hacer deporte!

Ante la reprimenda, el chico se defendió diciendo:

—Pues no sé por qué no os conformáis con las notas que saco. Todos mis amigos suspenden la mayoría de las asignaturas. Y, además, los que sacan buenas notas son unos “tíos raros” que no tienen amigos.

Pero sus padres seguían insistiendo, y le lanzaron este reproche:

—Lo peor es que estás enganchado a los videojuegos.

—No sé por qué decís eso —replicó Miguel—. Estar enganchado es ponerse ciego de porros y de pastillas.

—En eso estás equivocado —le dijeron sus padres—. Se puede estar enganchado a muchas cosas. Aunque lo más frecuente sea el tabaco; y lo peor ciertas drogas.

—¿Y a mí por qué me decís eso? —se quejó Miguel.

—Porque tenemos que avisarte de los peligros. Porque queremos lo mejor para ti. Y porque queremos que seas libre para que el día de mañana puedas ser lo que tú quieras —terminaron diciéndole sus padres.

2. INTERPELACIÓN: CUESTIONES DE CARÁCTER ÉTICO QUE SUSCITA EL RELATO

- ¿Tenemos que organizar y distribuir adecuadamente nuestro tiempo? ¿Es malo dedicar demasiado tiempo a ciertas actividades y demasiado poco a otras?
- ¿Cómo se puede perder el tiempo? ¿Cuáles son las maneras de aprovecharlo?
- ¿Es un problema ético tener el hábito de emplear demasiado tiempo en los videojuegos?
- ¿Qué es un hábito? ¿Hay hábitos perjudiciales? ¿Hay hábitos deseables? ¿Qué hábitos tenemos que evitar y cuáles debemos adquirir?
- ¿Cómo se puede saber si uno está enganchado o es adicto a algo? ¿Las adicciones nos quitan libertad?
- ¿Qué tienen de malo las drogas? ¿Tenemos que cuidar nuestro propio cuerpo? ¿Tenemos obligaciones y responsabilidades hacia nosotros mismos?
- ¿En qué consiste la libertad? ¿Podemos ser más o menos libres?
- ¿Cuándo hay que buscar la excelencia? ¿En qué asuntos? Y en esos asuntos, ¿merece la pena el esfuerzo por realizar lo mejor?

3. IDENTIFICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA MORAL

■ Realizar proyectos

Esta historia presenta el problema de tener que hacer proyectos y organizar libremente nuestra vida.

La vida humana es, en gran medida, el resultado de nuestras elecciones y proyectos. Y hemos de procurar que esos proyectos sean correctos, justos y orientados hacia el bien o la felicidad.

Necesitamos realizar proyectos continuamente. Naturalmente, nunca se realizan todos ellos. Pero la parte de los proyectos realizados, pequeña o grande, constituye lo más propio y personal de nuestra vida. Así pues, debemos tener metas y proyectos personales. Porque lo evidente es que nadie llega a donde no va.

■ La experiencia de la libertad

En primer lugar, tenemos que darnos cuenta de que hacemos proyectos porque nos sentimos libres para elegir y actuar.

Podemos comprobar que todo ser humano se siente libre. Es decir: sentimos que podemos tomar un camino u otro. Y para ello sopesamos las alternativas posibles, preferimos algo y nos decidimos por ello.

- Precisamente porque nos sentimos libres dudamos sobre lo que vamos a hacer; deliberamos sobre lo que conviene realizar e intentamos realizar las cosas lo mejor posible.
- Y también porque suponemos que somos libres nos atrevemos a juzgar a los demás y a nosotros mismos, pudiendo encontrar culpables y sentirnos avergonzados u orgullosos. Si no nos sintiéramos libres, no haríamos todas esas cosas.

Así pues, no podemos dejar de sentirnos libres. Incluso podemos decir que nos sentimos obligados a ser libres, porque constantemente tenemos que elegir y decidir. Y, desde luego, esta libertad es un privilegio al que no queremos renunciar; aunque dicha libertad pueda originar dudas, incertidumbres, ansiedades y arrepentimientos.

Es innegable que existen factores y condicionamientos de todo tipo que limitan la libertad. Pueden darse: estados de enfermedad o intoxicación; perturbaciones psíquicas o alteraciones neurológicas; carencias económicas y necesidades graves; ignorancia o condicionamientos educativos que influyan grandemente en nuestro comportamiento. Pero lo cierto es que el ser humano no suele actuar de forma automática, como si estuviese totalmente predeterminado.

Por otra parte, podemos comprobar en nosotros mismos que tendemos a orientar nuestra libertad hacia lo mejor; o en otras palabras: hacia lo excelente. Esta es nuestra aspiración más lógica y espontánea. Si no la seguimos es porque no podemos o porque la excelencia nos resulta demasiado trabajosa.

Es cierto, además, que muchos comportamientos humanos parecen estar muy condicionados por hábitos adquiridos que se van haciendo más fuertes a medida que los repetimos. También existen ciertas actividades que ejercen una atracción irresistible y pueden absorber una porción cada vez mayor de nuestro tiempo y nuestra energía. Por eso puede decirse que los malos hábitos y las adicciones nos impiden realizar la vida que queremos vivir. Pueden, incluso, crear graves trastornos y llegar a ser incompatibles con una vida que podemos llamar normal.

4. INTERPRETACIÓN

■ Necesidad de la ética

Podemos hablar de ética precisamente porque nos sentimos libres.

- Si fuéramos meros animales poseeríamos instintos que determinarían rígidamente la respuesta a los estímulos.
- Si fuéramos autómatas tendríamos un programa que guiaría mecánicamente nuestros actos.
- Y si fuéramos ángeles o dioses tal vez podríamos intuir directamente, y realizar inmediatamente sin obstáculos, las acciones más valiosas.
- Pero somos seres humanos libres. Por eso necesitamos la ética.

La ética sirve para orientar nuestra libertad de elección hacia lo mejor. Y la finalidad de la ética es hacernos elegir bien nuestras acciones libres.

Y es necesario saber elegir bien porque la vida de cada ser humano es, en gran parte, el resultado de todas sus elecciones realizadas y todas sus decisiones tomadas.

■ Importancia de los valores y de los hábitos

Cuando tenemos que elegir o tomar una decisión comenzamos estimando los valores que residen en todas las cosas y en todos los acontecimientos. Así diferenciamos, por ejemplo, entre lo útil y lo inútil, lo hermoso y lo repugnante, lo bueno y lo malo, etc. Y finalmente orientamos nuestra libertad hacia los valores que preferimos realizar o evitar. Es importante, por tanto, haber reconocido, cultivado e incorporado en nosotros mismos un sistema de “valores” adecuado y coherente.

Además, la repetición de un mismo tipo de acciones acaba formando “hábitos”. Y los hábitos son patrones de conducta que hacen las acciones más fáciles y satisfactorias.

A su vez, “las virtudes” son hábitos de realización de lo mejor, mientras que “los vicios” son hábitos de realización de lo malo.

Según esto, la capacidad de hacer lo que queremos se fortalece con la repetición voluntaria del acto en cuestión, porque esta es la manera de adquirir hábitos virtuosos que facilitan los logros. Aunque, desdichadamente, la capacidad de realizar nuestras metas también puede disminuir a medida que repetimos actos equivocados y adquirimos hábitos viciosos.

■ El concepto de libertad

Tener libertad moral es poder elegir entre diferentes valores y cursos de acción que se presentan como realizables. Y no es simplemente poder seguir los instintos o los deseos del momento. Esto último pueden hacerlo todos los animales; mientras que lo primero es propio de personas que son capaces de evaluar alternativas posibles, perseguir ciertas metas y albergar algún sistema de valores. Gracias a esta libertad, los seres humanos pueden aspirar a lo mejor e ir más allá de los intereses individuales del momento.

La libertad puede ser impedida por una intervención ajena que utiliza la fuerza o la coacción. Cuando no existen intervenciones de ese tipo se dice que hay **libertad “exterior”**.

Por otra parte, la libertad también puede ser impedida por factores internos tales como enfermedades o pulsiones psicofisiológicas incontrolables por la conciencia. Cuando no existen tales factores podemos decir que existe una **libertad “interior”**.

En las últimas décadas se han realizado experimentos neurofisiológicos que parecen negar la libertad. Esos experimentos detectan una actividad cerebral que precede al inicio de movimientos supuestamente voluntarios, y que también se produce antes de que nuestra conciencia decida realizar esos

movimientos. Por ello, se ha llegado a decir que las decisiones conscientes no son la causa de los movimientos.

Aunque lo cierto es que aún se discute el significado de tales experimentos, pero aunque se confirme que algunos actos no son totalmente causados por la consciencia instantánea, eso no significa que el sujeto no está siendo libre para realizarlos. Solo significa que hay contenidos inconscientes que participan en nuestras decisiones. Pero esos contenidos inconscientes son sobre todo los valores y los hábitos que el sujeto ha llegado a incorporar como resultado de tomas de conciencia y decisiones que ha realizado en su vida anterior.

En conclusión, una persona es libre exterior e interiormente cuando puede expresar lo que es y lo que ha llegado a ser. Y cuanto más firmes sean nuestros valores y mejores nuestros hábitos más libres seremos de hacer lo que en el fondo queremos hacer.

■ Los condicionantes de la libertad

¿Por qué a veces no podemos realizar lo que queremos? ¿O por qué no siempre hacemos lo que más nos conviene? ¿Significa eso que hemos dejado de ser libres?

El hecho es que la libertad tiene condicionantes que la limitan más o menos, pudiendo incluso llegar a anularla.

En nuestro propio organismo existen circuitos nerviosos y sustancias químicas que pueden influir mucho en nuestras decisiones conscientes y en nuestros actos voluntarios. Algunos centros neuronales pueden originar apetencias, modificar el estado de ánimo o crear estados de inquietud.

Algunas drogas pueden alterar el funcionamiento de esos centros nerviosos. Consiguen así que el sujeto haga cosas que jamás habría hecho si no tuviera una dependencia de esas mismas drogas. Y cuando se tiene una dependencia tal cuesta mucho recuperar la libertad de orientar la propia vida.

Es preferible, desde luego, no dar primeros pasos que instauren hábitos perjudiciales y dependencias, porque puede resultar muy difícil corregir esas dependencias después de que se han establecido.

5. EXPLICACIÓN DE TÉRMINOS

LIBERTAD MORAL Es poder elegir entre los diferentes valores y cursos de acción que aparecen como realizables. Y no es simplemente poder seguir los instintos o los deseos del momento. Esto último pueden hacerlo todos los animales, mientras que lo primero es propio de las personas capaces de

contemplar, evaluar y realizar las alternativas posibles.

LIBERTAD EXTERIOR Ausencia de impedimentos o coacciones ajenas.

LIBERTAD INTERIOR Ausencia de factores determinantes que, estando

en nosotros mismos, son contrarios a nuestros valores conscientes; como pueden ser algunas enfermedades físicas o psíquicas y ciertas pulsiones o tendencias incontrolables.

EXCELENCIA Es la búsqueda y la realización de lo mejor que es posible en cada momento.

VIRTUD Hábito incorporado al carácter, adquirido por repetición y esfuerzo, que permite realizar lo mejor con más facilidad, y encontrando satisfacción en ello.

VICIO Hábito que induce a realizar lo malo o lo indeseable.

6. APLICACIONES

- ▶ Contesta las siguientes preguntas:
 - ¿Qué hábitos, buenos o malos, puedes reconocer en ti mismo?
 - ¿Consideras que haces siempre lo que quieres hacer en el fondo? ¿Puedes recordar alguna vez en que no hiciste lo que querías?
 - ¿Crees que deberías dirigir más o mejor tu propia vida? ¿Cómo andas de fuerza de voluntad? ¿Cómo podrías fortalecerla?
 - ¿Qué proyectos sueles tener en tu vida cotidiana? ¿Realizas muchos de ellos?
 - ¿Podrías imaginar, a grandes rasgos, algún proyecto de vida a largo plazo?
 - ¿Cómo crees que afectaría a todos esos proyectos el hecho de tener alguna adicción o dependencia química?
- ▶ Intenta dejar de hacer algo que sueles hacer como resultado de un hábito.
- ▶ Haz algún propósito o prométete a ti mismo hacer o dejar de hacer algo durante algún tiempo.

