

Ian McGilchrist, neurocientífico: “Necesitamos hacer dos cosas a la vez: buscar comida y no ser comidos”

En una entrevista en exclusiva para La Contra de La Vanguardia, y desde su casa en la isla de Skye, Escocia, McGilchrist, de 72 años, ha querido dar algo de claridad al mundo sobre el cerebro humano tras décadas de estudio entre psiquiatría, filosofía y neuroimagen.

Según él, cada hemisferio, izquierdo y derecho, tiene sus propias formas de mirar, sentir y decidir. Para este, la división cerebral tiene raíces evolutivas: “Necesitamos hacer dos cosas a la vez: buscar comida y no ser comidos”. Ese equilibrio explica por qué cada mitad hace algo diferente y por qué ambos hemisferios tienen que colaborar.

El hemisferio izquierdo se fija en los detalles, en lo que se puede medir, organizar y controlar. El derecho, en cambio, percibe el contexto, las conexiones, lo que está más allá de lo inmediato.



El problema es que nuestra cultura actual potencia mucho al hemisferio izquierdo: el humano vive centrado en la productividad, la eficiencia y lo útil, dejando de lado la creatividad, la intuición y la visión global del derecho.

Esto, afirma McGilchrist, nos hace vivir a trozos: los humanos saben hacer frente a problemas concretos, pero a veces pierden la perspectiva de la vida completa.

Si los humanos siguen dependiendo solo del izquierdo, pierden capacidad de asombro, reflexión y conexión con lo que no se puede medir, pero sí sentir.

De ahí que su idea sea que las personas vuelvan a equilibrar ambos hemisferios para no depender solo de la lógica y la razón, sino también de la intuición y la percepción.

Una gran ventaja que solo tienen los zurdos

Resulta bastante curioso. Aunque representan solo un 10% de la población, McGilchrist habla de la existencia en ellos de un

cerebro menos simétrico que, aunque no lo parezca, les da una gran ventaja.

Tal y como explica, los zurdos suelen controlar mejor el espacio tridimensional, son más intuitivos y conectan mejor con lo visual y lo sensorial. Pero esa diferencia también tiene un coste y es el de vivir en un mundo creado y diseñado para diestros.

Teniendo de nuevo como base esa idea de equilibrio, el experto propone algunas pautas: leer poesía, escuchar música, pasear sin mirar el móvil o simplemente contemplar nuestro alrededor.

En el mundo educativo, advierte de la vital importancia de las humanidades y el arte, para no formar personas que solo saben analizar, también sentir y comprender el contexto. Lo mismo ocurre en los entornos laborales.

El enfoque no es solo resolver problemas, sino entenderlos y saber conectar ideas para llegar a la solución. En resumen, deja claro que el cerebro no es uniforme y que cada mitad tiene su forma de percibir las cosas. La clave es que ambos estén en consonancia.

Fuente: 20minutos.