

## **REFLEXIONES**

---

### **REFLEXIONES SOBRE EL ENCUENTRO EN LAS ACADEMIAS**

Antonio Bascones Martínez

Presidente de la Real Academia de Doctores de España

[antbasco@odon.ucm.es](mailto:antbasco@odon.ucm.es)

Algo que, en los últimos tiempos, me ronda en la cabeza, es el mecanismo biológico y, consecuentemente, químico, de lo que sucede en el encuentro que cada semana se presenta en las Academias. Esto, que parece algo simplista, entraña una profundidad que abarca varias áreas de la Ciencia.

Una de las actividades más excelentes que tienen las Academias es la transmisión del conocimiento, pues son lugares donde el encuentro es la excusa para el intercambio de erudiciones que viene desde los tiempos de Platón en los jardines Academos en los años 387 a. C. En esta concurrencia de personas, coincidencia de pensamientos, se liberan endorfinas y la consecuencia es el estado de eudaimonia en el que los académicos coinciden. No hay nada más que hablar con un académico después de una buena sesión. Sale imbuido de una energía pletórica que le acompaña las horas siguientes. Van comentando por los pasillos lo interesante que ha sido la conferencia y por eso, al mismo tiempo, van liberando moléculas de endorfinas y oxitocinas, entre otras. Y no digamos nada del conferenciante. Está pletórico y contento por su exposición y sale de la sala liberando endorfinas al tiempo que conversa con los compañeros.

Estas neurohormonas determinan nuestro estado de ánimo y cuando una persona lo manifiesta, contagia con la que está hablando. La serotonina ayuda a mantener el estado de ánimo, el humor; las endorfinas eliminan el dolor al mismo tiempo que, influyen en el bienestar; la dopamina es verdaderamente la neurohormona de la alegría y placer, y finalmente, la oxitocina, facilita la interacción social. Son las neurohormonas de la felicidad. Todas ellas contribuyen a conseguir que la persona tenga más empatía sobre las diferentes situaciones de la vida y que esa sensación se transmita a los contertulios. Una persona de la que se dice que tiene inteligencia social las libera continuamente. Si yo tuviera responsabilidad en la contratación en los trabajos, elegiría a las personas que manifiesten

inteligencia social más que otras cualidades, pues entiendo que las que poseen esta virtud tienen, al mismo tiempo, otros valores necesarios para un trabajo.

Una persona positiva tiene un mecanismo inmunológico más potente que una pesimista. Ver la vida de color de rosa, sonreír antes cualquier circunstancia es un componente favorable ante la vida. La enfermedad responde mejor, en su evolución, ante fenómenos positivos que negativos que se le presenten en su vida diaria. Este estado es la consecuencia de la emoción que se exterioriza diariamente y es la misma que existe entre el profesor y el alumno, entre el médico y su paciente. Es una energía positiva, una liberación de moléculas de la felicidad que nos lleva a la alegría física. Cuántas veces hemos salido de la consulta de un médico con una energía positiva o de una clase que hemos dado o que hemos recibido. Da lo mismo; la positividad es igual para el que la da como para el que la recibe.

Se sabe que dos partículas que estuvieron unidas siempre compartirán un vínculo cuando se separan. Esto se presenta en cada circunstancia de la vida. El amor es un buen ejemplo. Puedes estar unido a una persona y en un momento dado separarte, pero siempre existirá un nexo de unión. Cuando dos sistemas interactúan entre ellos durante cierto periodo de tiempo y luego se separan, se puede decir que son dos sistemas diferentes, aunque de una manera tenue se vuelven un sistema único. Lo que le ocurre a uno sigue afectando al otro, incluso a distancia de kilómetros.

La Ciencia se ha dedicado a buscar una explicación de nuestra existencia y relación interpersonal, aunque es la filosofía la que se ocupa de los sentimientos y de las emociones. Las neuronas cerebrales pueden recibir estímulos físicos, ondas que le llegan del exterior y que han sido emitidas desde otras personas, por lo que es muy posible que dos cerebros puedan llegar a entrelazarse, a conectarse íntimamente. La neuroplasticidad está más implicada que otras funciones, lo que explicaría el por qué estás pensando en una persona y suena el teléfono porque te está llamando. Por eso debemos distinguir la inteligencia intrapersonal que hace que sepas lo que te pasa, de la inteligencia interpersonal que ayuda a entender lo que le ocurre a la otra persona. La persona comprensiva es la que piensa en el otro y sabe ponerse en el lugar del otro. Esto puede llamarse empatía y ¿no es esta un fenómeno del entrelazamiento de dos seres humanos, de dos cerebros que nada pudiera haber entre ellos. Y qué podemos decir del amor, cuando mucho tiempo después, ya separado y a distancia, sientes la necesidad de comunicarte con el otro. ¿No has tenido la sensación de que has podido leer la mente de tu interlocutor y saber lo que estaba pensando? Y que se puede decir de la energía positiva que proporcionan las plantas. Se podría decir que las relaciones interpersonales pudieran tener conexiones reales, aunque invisibles.

Las tertulias en los cafés, donde de manera continua se han reunido los amigos para debatir y reflexionar, es otro lugar donde las energías emitidas por las personas se entrelazan lo mismo que sucede en la Universidad o en los Ateneos. Pensemos, simplemente, en las enseñanzas que Platón, Sócrates y tantos otros, realizaban en sus paseos diarios con los discípulos.

Por ello dejo como reflexión que la Academia es un punto para esa conexión. Si queremos ser más felices y transmitirnos emociones y sentimientos positivos, encontrémonos en las Academias, en las tertulias con los amigos, en las reuniones sociales. Es efectivo para todos.