



Pensemos sobre los pensamientos. ¿Cómo describirías tu mente? Es algo importantísimo en nuestras vidas (¡somos nuestra mente!) y, si tratamos de definirla, descubriremos que... es invisible. Sin embargo, contamos con una poderosa herramienta para interpretar nuestra mente o la de los otros: la teoría de la mente. Una habilidad que nos permite atribuir emociones, pensamientos e intenciones a otras personas y a nosotros mismos. Y lo hacemos leyendo sus gestos, sus expresiones o su lenguaje.

La teoría de la mente es necesaria para reconocer engaños, entender ironías y, en general, relacionarnos con el resto del mundo

Aunque te parezca lo más natural del mundo, hay personas que no tienen esta habilidad. No entienden que estás triste cuando lloras o que esa sonrisa indicaba que lo que acabas de decir es una broma. Se trata de las personas con TEA (Trastorno del Espectro Autista). Uno de sus rasgos comunes es la dificultad para teorizar sobre las mentes de los demás, lo que puede causarles problemas de comunicación e interacción social. Y esto, a la larga, incluso les convierte en potenciales víctimas de acoso o bullying.

Descartes defendía que mente y cuerpo son dos entidades separadas (dualismo). La neurociencia aún se divide entre esa idea y la de que todo es una misma cosa (monismo)

Una manera aproximada de ver la mente de manera objetiva es a través de la tecnología. Por ejemplo, un electroencefalograma nos permite observar la actividad eléctrica de nuestras neuronas, lo que es el origen biológico de nuestros pensamientos. A pesar de ello, aún estamos muy lejos de entender cómo se convierte esa electricidad en algo tan complejo como una emoción, una idea o nuestra conciencia.