

LIBROS | CRÍTICA LITERARIA >

## **E** La memoria, la llave maestra de nuestra identidad

En 'La memoria y la vida', el profesor José María Ruiz-Vargas argumenta que la memoria no sirve para crear copias de la realidad, sino para dotar a los individuos del conocimiento necesario sobre sí mismos y el mundo que les rodea



SCIENCE & SOCIETY PICTURE LIBRARY / GETTY IMAGES

ANNA CABALLÉ

20 JUN 2023 - 05:30 CEST

📄 📱 🐦 🔗 10

No deja de sorprender el empeño que ha puesto la sociedad en los últimos tiempos por desacreditar la memoria e insistir en que, dado que la restitución de cualquier realidad pasada es imposible, la desconfianza que debe merecernos el mero intento de volver a ella es absoluta. Todos sabemos además por propia experiencia que cada vez que alguien cuenta la misma anécdota personal introduce cambios: no somos capaces de evocar el mismo acontecimiento del pasado con exactitud en diferentes ocasiones. Es un hecho que ha contribuido a la enorme confusión reinante en relación a la fiabilidad de la memoria, hasta considerarla la mayor de las mentiras —asunto preferente entre los escritores—, porque presume de pasar por verdad sin serlo. Y por fin disponemos de un ensayo, firmado por un profesor de la Universidad Autónoma de Madrid (no es Yale, ni Sussex), [José María Ruiz-Vargas](#), reconocido experto por sus estudios sobre la memoria a lo largo de su dilatada trayectoria profesional. Un libro extraordinario, titulado *La memoria y la vida. Somos lo que recordamos*, que será de enorme utilidad para lectores de los más diversos intereses y disciplinas. Por varias razones. Por el rigor académico capaz de incorporar la noticia de los avances más recientes, y por la claridad conceptual y expositiva que permite dar a la obra un alcance poco frecuente en este tipo de ensayos. Pero lo mejor de todo es cómo su autor se va abriendo paso en cada capítulo, con qué delicadeza se abordan los temas, las incursiones que hace en su propia biografía y muy especialmente es de agradecer el esfuerzo por acudir a la [literatura](#) en apoyo de sus reflexiones y análisis: la cantidad de referencias que incluye el texto lo convierte en un recorrido reflexivo por el mundo de la creación en relación a la experiencia del pasado. El ramillete de citas y los pasajes elegidos constituyen un plus de significado que enriquece el ensayo, invitándonos además a lecturas alternativas y complementarias.

La memoria, nos dice Ruiz-Vargas, no es un órgano (como lo es el riñón o la vesícula) sino una función del cerebro humano (también presente en los [animales](#) que disponen de un cerebro más evolucionado), una función que no está diseñada para registrar copias isomorfas de la realidad, sino para dotar a los individuos del conocimiento necesario sobre sí mismos y sobre el mundo que les rodea a fin de guiar su conducta con independencia de la complejidad de la situación. Dicho de otro modo, si viviésemos en un mundo invariable, no necesitaríamos sistemas de memoria tan desarrollados como los que tenemos, distinguiéndose en la actualidad tres sistemas fundamentales: la memoria autobiográfica, la memoria semántica y la memoria procedimental. No es función de la memoria, por tanto, restaurar realidades sino vivencias, y eso explica que tantas veces se convierta en un campo de batalla, cuando no se considera la diferencia entre un hecho y la experiencia del mismo. De las tres memorias, es la memoria autobiográfica el foco de esta obra: no solo porque es un logro evolutivo exclusivamente humano, sino porque de ella depende nuestra conciencia de ser lo que somos. De modo que, frente a las ideas deslegitimadoras de su muy relativa utilidad al ser una herramienta mental supuestamente repetitiva y acognoscente, el profesor Ruiz-Vargas defiende la tesis contraria: gracias a la memoria autobiográfica la vida del ser humano dispone de un sentido y un propósito, es decir se constituye en una existencia singular.

Son muchos los tópicos y malentendidos a los que sale al paso la obra a lo largo de los diez capítulos en los que se organiza: desde la importancia decisiva de la memoria en la forja del Yo hasta su relación con la verdad, las razones de su fragilidad, especialmente durante la [infancia](#), el peso de la sensibilidad y de las emociones en los procesos de registro y conservación de las experiencias, o bien el equilibrio entre pérdidas y ganancias que define la delicada relación entre la memoria y el cerebro

durante el envejecimiento. Tal vez este último capítulo, ‘Mirando hacia atrás sin ira’, es donde se sube la apuesta, al descubrirnos las enormes posibilidades favorables que se abren para la memoria con el envejecimiento natural del cerebro (el producido por efecto del tiempo, no el patológico, cuyos efectos no se contemplan en el libro). Porque si bien e inevitablemente se ralentiza, a partir de los sesenta-setenta años, la velocidad del procesamiento de la información y se pone en evidencia un mayor índice de olvidos y bloqueos, la enorme plasticidad del cerebro humano encuentra la manera de compensar el declive que sufre (los lóbulos frontales ven reducido su tamaño produciéndose una cierta atrofia de los mismos). De manera que el cerebro aprende a reconfigurar sus conexiones neuronales adquiriendo entonces una mayor solidez mental (lo que antaño se conoció como sabiduría) y pudiendo alcanzar el individuo, en el otoño de su vida, un sentimiento de plenitud y seguridad intelectual y emocional inédito en etapas anteriores. Lo escribió [Borges](#) (y lo recuerda Ruiz-Vargas en su libro): “La vejez (tal es el nombre que los otros le dan) puede ser el tiempo de nuestra dicha”. ¿Y por qué no? Aunque mis capítulos preferidos son los centrales, del 4 al 8, donde se abordan las relaciones de la memoria con el tiempo subjetivo, la formación de los primeros recuerdos, el deslinde del olvido, y, en definitiva, todo aquello que pone en contacto las capacidades de la memoria con el hecho de vivir.

Si alguna de nuestras facultades es sujeto y objeto de una reflexión apasionante debido a la complejidad de su funcionamiento esta es la memoria, la llave maestra de nuestra identidad, la única capaz de operar directamente en el enorme edificio mental del ser. El libro de Ruiz-Vargas nos lleva de la mano para que podamos comprenderla mejor. Y comprenderla es comprendernos y comprender algo mejor los mimbres de la

convivencia.

---



## **La memoria y la vida. Somos lo que recordamos**

José María Ruiz-Vargas

Debate, 2023

661 páginas, 23,90 euros

---