

Cabecita

tu mente no vive solo ahí arriba

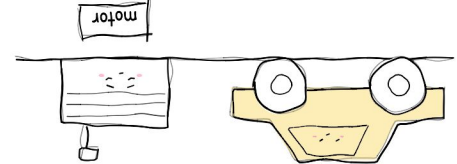


un motor solito

un coche que anda

1 el motor

Bichito oyó que el era su cerebro. Y se puso a pensar en los coches.



Un coche necesita su motor. Pero el motor solo, en el suelo, no va a ninguna parte.

Tu cerebro es necesario, pero no es todo lo que eres.

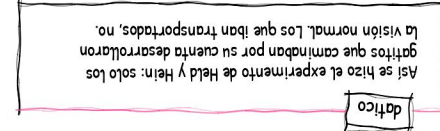
¿Alguna vez te dijeron que eres tu cerebro?

2 moverse

Dos gatitos crecieron en un carrusel. Uno caminaba. El otro iba en un carrito.



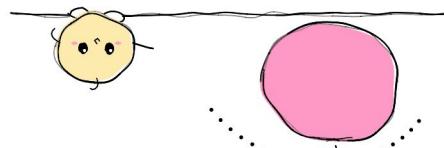
Ver no es solo recibir imágenes: es moverse por el mundo.



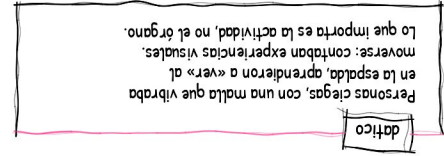
Así se hizo el experimento de Held y Hein: solo los gatitos que caminaban por su cuenta desarrollaron la visión normal. Los que iban transportados, no.

3 el lado escondido

Mira un tomate. Solo ves una cara. Pero lo ves entero.



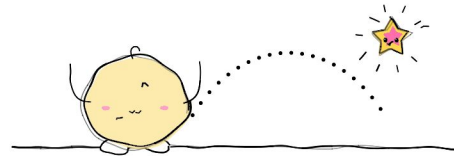
Porque sabes cómo moverte para ver la parte de atrás. Lo que no ves también está presente: tu cuerpo sabe cómo llegar a ello.



Persónas ciegas, con una malla que vibraba en la espalda, aprendieron a «ver» al moverse: contaban experiencias visuales. Lo que importa es la actividad, no el órgano.

tres trampas

para llevar



Esta semana, si algo te da vueltas en la cabeza, no lo pienses sentado.

Camina, dibújalo o cuéntaselo a alguien. Y fíjate qué cambia.

Tu mente no vive solo en tu cabeza.

a partir de «Fuera de nuestras cabezas», de Alva Noë

Cabecita · de Alva Noë

Bogotá · septiembre de 2026

1 hoja · 1 corte · 8 páginas

dominio público (CC0) · si haces una, déjala libre como esta

«Entonces el cerebro no importa.»

Si importa: es necesario. Lo que no es, es suficiente.



«Es cosa de espíritus.»

No. Sacar la mente de la cabeza no es volver a la magia: es describir mejor al animal humano.



«Un escáner lo explica todo.»

Muestra actividad mientras haces una tarea. Sirve para unas preguntas y para otras no.



4 las manos saben

Quien toca bien el piano no piensa dónde va cada dedo.



Sus manos saben. Igual que caminar o hablar: es saber hacer, no saber decir.

La mente también es una habilidad, como caminar.

tip

Fíjate hoy en algo que haces sin pensar: atarte los zapatos, caminar, teclear. ¿Dónde vive ese saber?

5 entre todos

Bichito se preguntó quién era. Y miró alrededor.



Quién eres se sostiene con tu cuerpo, tu lengua, tu gente, tus rutinas, tu casa.

Ser tú es un trabajo de a muchos.

tip

Piensa: ¿quiénes te ayudan a ser quien eres? ¿A quién ayudas tú a serlo?