



Pensar con el corazón y sentir con el pensamiento: análisis de las emociones y la razón

Alumna: Rocío Henríquez Rosquete

Tutora: María del Rosario Hernández Borges

Grado en Filosofía

Año académico 2014/2015

"Vamos a suponer que un cierto día o cierta noche un demonio se introdujera furtivamente en la soledad más profunda y te dijera: 'Esta vida, tal como tú la vives y la has vivido, tendrás que vivirla todavía otra vez y aun innumerables veces; y se te repetirá cada dolor, cada placer y cada pensamiento, cada suspiro y todo lo indeciblemente grande y pequeño de tu vida. Además, todo se repetirá en el mismo orden y sucesión... y hasta esta araña y este claro de luna entre los árboles y lo mismo este instante y yo mismo. El eterno reloj de arena de la existencia se le dará la vuelta siempre de nuevo, y tú con él, corpúsculo de polvo'. ¿No te echarías al suelo, rechinarías los dientes y maldecirías al demonio que así hablase? O puede que hayas tenido alguna vez la vivencia de un instante prodigioso en el que responderías: 'tú eres un dios y nunca oí nada más divino'. Si aquel pensamiento llegase a apoderarse de ti, te transformaría como tú eres y acaso te aplastaría. Se impondría como la carga más pesada en todo tu obrar la pregunta a cada cosa y a cada paso: '¿quieres que se repita esto otra vez y aun innumerables veces?'

(Nietzsche, La Gaya Scienza: 344-5)

Índice

Introducción: El conflicto tradicional entre la mente y el cuerpo.....	2
Antecedentes: razón y emoción, dos caras de la misma moneda.....	4
Aristóteles.....	4
Baruch Spinoza.....	6
William James.....	9
Estado actual: aportaciones desde la neurociencia y la filosofía. Los casos de A. Damasio y M. Nussbaum.....	12
Discusión y posicionamiento: cómo la neurobiología y la filosofía se remiten a las emociones.....	14
Antonio Damasio.....	14
Las emociones y los sentimientos.....	14
¿Cómo sentimos?.....	16
Decisión y acción: ¿influyen las emociones y los sentimientos?.....	16
El marcador somático.....	18
El origen de la ética: los sentimientos.....	20
Martha Nussbaum.....	21
La concepción neoestoica de las emociones.....	22
¿De qué están hechas las emociones?.....	24
Formas de juicios.....	25
Ética aristotélica según Nussbaum.....	26
Damasio y Nussbaum.....	27
Conclusiones y vías abiertas.....	30
Bibliografía.....	3

1. Introducción: el conflicto tradicional entre la mente y el cuerpo

A lo largo de los años una de las preocupaciones más destacadas de la Filosofía ha sido la de analizar nuestra naturaleza. Desde que aparece el pensamiento filosófico ha habido una gran tendencia a diferenciar al ser humano de los demás seres vivos, haciendo especial hincapié en la parte racional y separando la parte emocional que comparte con los demás animales. Se concibe una distinción bien marcada entre la mente y el cuerpo, dando especial importancia al agente racional y despreciando la parte sensitiva. Así podemos considerar cómo Platón ya insistía en reprimir los afectos que corrompían al hombre con el propósito de alimentar única y exclusivamente al agente cognitivo del alma (la mente). De esta manera, con la metáfora del auriga en el Filebo aparece una primera aproximación filosófica acerca de las emociones en la que se privilegia la razón como la encargada de dirigir los componentes afectivos y apetitivos del ser humano. A lo largo de sus diálogos en los que se establecen su teoría política, estética, epistemológica y ética se puede apreciar la manifestación del componente cognitivo como principal administrador, donde las emociones serán consideradas agentes separados en el sujeto dando valía a la razón. Además, en el transcurso de la Filosofía, esta dicotomía entre racionalidad y sensibilidad se ha visto acompañada de otras relacionadas: mente y cuerpo, valor y hecho, objeto y sujeto, acción y pensamiento... Lo cual supuso, en mayor o menor medida, separar ambos ámbitos. Una distinción que marcaría la base de toda teoría epistemológica e incluso de cualquier pensamiento ético. No sólo Platón contribuyó a este dualismo, fueron muchos los que defendieron el mismo enfoque. Otro destacado representante de la posición dualista fue Descartes, quien dividió al sujeto en cuerpo y mente privilegiando el agente cognitivo. Descartes había renovado el idealismo platónico cuya visión quedaría salvaguardada por el *cogito ergo sum*, esto es, hacer una sobrevaloración del pensamiento frente a una contaminación de los sentidos. Así, el pensamiento cartesiano pretendía esterilizar los sentimientos para dar importancia al pensamiento en el que la mente estaba radicalmente separada de la extensión (el cuerpo). Ello supondría la vía contraria al naturalismo, que en vez de defender un modelo apriorístico intentaría “buscar los fundamentos de la razón en la naturaleza humana” (Millán, 2007: 303).

A lo largo del trabajo trataré de romper con dicha dicotomía a favor de una filosofía de la naturaleza, exponiendo la visión de diversos filósofos que traten de conciliar la razón y la emoción. Como antecedentes explicaré la visión aristotélica en la que se le suministrará un papel cognitivo a las emociones, veremos a Spinoza quien presentará a la mente y al cuerpo como aspectos de una misma substancia y trataré la

visión jamesiana en la que tendrán un papel fundamental los cambios fisiológicos del cuerpo sin los que sería imposible concebir la emoción. Estos tres autores serán recuperados por Antonio Damasio y Martha Nussbaum quienes tratarán de conciliar razón y emoción desde la neurociencia y la filosofía, respectivamente.

2. Antecedentes: razón y emoción, dos caras de la misma moneda

2.1. Aristóteles

Aristóteles, desde un planteamiento distinto al de Platón, le concede mayor importancia al ámbito de las emociones. Con él se comienza a desintegrar el dualismo ya que entiende que la psique debe estar vinculada al cuerpo. Si bien Platón era considerado un filósofo-matemático, Aristóteles será considerado biólogo, por lo que sus argumentos en torno a las emociones irán relacionados con los estados físicos del cuerpo. No obstante, aunque Aristóteles relacione, en un principio, las emociones con las alteraciones fisiológicas, también considera que tienen mucho que ver con las creencias que mantenemos al emitir un juicio, pues su fundamento al creer algo se debe al sentimiento que suscita una determinada situación. Por lo tanto, las emociones en Aristóteles serán intencionales y conscientes, dirigiéndose siempre hacia el objeto causa de la emoción, por ello “es necesario que lo voluntario sea una acción conforme a alguna de estas tres cosas –al deseo, a la elección o al pensamiento- y lo sea con respecto a ninguna de las dos primeras, nos resta la alternativa de que lo voluntario consista en obrar de acuerdo con alguna clase de pensamiento.” (EE. 1224a).

Para Aristóteles se categoriza al objeto desde la propia perspectiva del individuo pudiendo en muchos casos convertirse en una emoción equivocada debido a que pertenece al ámbito subjetivo. Por ejemplo, si se siente ira hacia otra persona el sujeto, desde su posición, se sentirá rabioso sin tener en cuenta si sus motivos son acertados o no. Así pues, las emociones cambiarán si la creencia cambia, por lo que cuando el sujeto es consciente de que su ira es hacia la persona equivocada, inmediatamente cambiará su creencia en consonancia con la emoción, dirigiendo la ira hacia otro objeto. Además, Aristóteles rechazará la separación entre razón y emoción si atendemos a que todas las emociones implican, en mayor o menor medida, emitir algún tipo de juicio.

Siguiendo el esquema aristotélico habría emociones originadas por impresiones evaluativas o sensibles¹ y emociones creadas por juicios y creencias. Así pues, para diferenciar entre aquello que asusta en un determinado momento y algo que verdaderamente da miedo debemos remitirnos a la *phantasía* y a la creencia. La *phantasía* para Aristóteles sería aquello que parece, es decir, aquello que da la impresión de que algo que vemos sea así, lo cual no quiere decir que se convierta en creencia, sino que simplemente es una apariencia. Por tanto, cuando alguien se asusta

¹ En el que intercede el deseo y la sensación como uno de los principales motores de la acción, cuyo primer impulso estaría exento de cualquier pensamiento deliberativo, y ello es lo que constituye el plano de actuación en todos los animales.

como consecuencia de un ruido fuerte, puede en apariencia pensar que se trata de un ladrón que ha entrado en casa, sin embargo, si el sujeto es valiente y no se deja llevar por el susto rechazará la apariencia o *phantasia* evitando así que se convierta en creencia. La creencia, sin embargo, sería aceptar dicha *phantasia* y por lo tanto formar un juicio basado en la apariencia que se acepta. Aristóteles piensa que tener miedo implica tener una creencia antes, por lo que lo relevante aquí no es el ruido atronador que nos asusta, no es el hecho en sí, sino cómo ve el sujeto al objeto de su temor, por eso lo importante es la intencionalidad que tenga el individuo. Con lo cual cuando se da una situación temerosa el individuo tendrá inserto una serie de creencias acerca de aquello que le produce temor, por lo que la creencia será indispensable a la hora experimentar una emoción. Una emoción implicará la conciencia del sujeto en cuanto a cómo ve su objeto con respecto a todas las creencias sobre las que éste se apoye. Es por ello que dirá Aristóteles que la emoción cambia si la creencia cambia, por lo que cuando surge algo temeroso tendré la creencia de que eso es peligroso para mí, mientras que si me doy cuenta de que aquel ruido era un gato y no un ladrón cambiará mi creencia de que es peligroso y, en consonancia, desaparecerá el miedo.

No obstante, en ciertos casos Aristóteles señala que aunque lo habitual sea identificar la creencia con la emoción, sucede que es la creencia la que es falsa y no la emoción, pues aunque el miedo en muchos casos sea considerado como irracional, es la creencia la que se debe calificar como tal: “El cuerpo, desde luego, resulta afectado conjuntamente en muchos casos, lo pone de manifiesto el hecho de que unas veces no se produce ira ni terror por más que concurren afecciones violentas y palpables mientras que otras veces se produce la conmoción bajo el influjo de afecciones pequeñas e imperceptibles [...]. Pero he aquí un caso más claro aún: cuando se experimentan las afecciones propias del que está aterrorizado sin que se esté presente objeto terrorífico alguno” (AA. 403a 15-25).

Otro dato importante es que Aristóteles incluye a los apetitos al igual que a las emociones dentro de la conciencia intencional, puesto que siempre se dirigirán hacia algo (si alguien tiene sed dirigirá su sed a beber agua). Por lo tanto, los apetitos tendrán una forma de *órexis*, o lo que es lo mismo, una forma de cómo el sujeto ve a su objeto donde además dicho apetito tendrá contenido, alguna forma de razonamiento, si atendemos a que se actúa a partir de la visión que el individuo tenga de aquello que aspira a tener. Sin embargo, Aristóteles creará, a diferencia de otros autores, que los apetitos no deben reprimirse, sino que por el contrario deben reconducirse a través de la virtud y la educación moral. Entenderá a las emociones como creencias que se pueden dominar, de tal forma que el orador sea capaz de producir algún tipo de emoción en su audiencia, puesto que si creyera que las emociones sólo son reacciones

fisiológicas no podría controlar aquello que siente y mucho menos lo que sienten los demás. Por eso en la retórica propone que las emociones sean formas de juicios o creencias que posibiliten su modificación a través del discurso y la argumentación.

Sin embargo, cuando Aristóteles clasifica la ira y el deseo pasional fuera de la emoción cognitiva agrupándolos en impulsos irracionales, deja de lado ese punto cognitivo que le confiere a la emoción, apuntando que cuando el deseo es racional se actúa con base en lo que uno sabe o cree saber, pero cuando el deseo es pasional el sujeto actúa según lo que le da placer en un momento determinado sin realizar ningún tipo de análisis racional. Es aquí donde se aprecia cierta contradicción entre lo que expone en *la Retórica* y *la Ética a Nicómaco* donde se le concede mayor importancia al ámbito de la creencia, y lo que argumenta en *De anima* donde introduce el elemento impulsivo característico de las emociones. No obstante la mayoría de sus planteamientos defenderán que las emociones no son meros torrentes irracionales que nos empujan irremediabilmente a actuar, sino que contienen razonamiento al contener distintas formas de ver al objeto el cual por apariencia o creencia se puede aceptar o no.

2.2. Baruch Spinoza

El pensamiento de Aristóteles se verá recuperado en la teoría de la naturaleza y de la materia propuesta por Spinoza, cuyo principio se basará en el *conatus* en el que todo ser vivo se mueve y busca su autoconservación. Así podemos ir anticipando con Spinoza una filosofía de la naturaleza donde el pensamiento aristotélico queda superado epistemológicamente por el comienzo de la modernidad. En su filosofía trata a la naturaleza como una substancia, la cual es única sin posibilidad de duplicarse como predicaba Platón al dividir al mundo en dos. Habría una única substancia en la que existirían infinitos atributos como consecuencia de la diversidad de lo que existe en el mundo, aunque todos ellos fruto de una misma naturaleza. Así, afirma: “Por substancia entiendo aquello que es en sí y se concibe por sí, esto es, aquello cuyo concepto, para formarse, no precisa del concepto de otra cosa. [...] Por atributo entiendo aquello que el entendimiento percibe de una substancia como constitutivo de la esencia de la misma” (E. 1. Def III-IV).

Spinoza consideraba a la substancia como *causa sui*, es decir, su propia causa, su propia razón de ser o de existir. Una substancia infinita con infinitos atributos, una materia compleja que ha dado lugar a modos infinitos en los que la especie humana percibe el cuerpo y la mente. De esta manera, Spinoza considera al ser humano como un modo finito, el cual se caracteriza por tener mente y cuerpo -aunque ambos

íntimamente relacionados-, en los que el cuerpo tiene efectos en la mente y la mente tiene efectos en el cuerpo, ya que el cuerpo no puede ser más importante que la mente ni la mente más importante que el cuerpo si tenemos en cuenta que ambos son aspectos de una única substancia. El pensamiento espinozista marcará la base en el cerebro humano y la causa profunda que explica la función del cuerpo, de tal manera que nuestra mente se desarrollará en función de la comprobación de nuestro cuerpo en relación a una experiencia del cuerpo previa a la idea. “El alma humana no conoce el cuerpo humano mismo, ni sabe que éste existe, sino por las ideas de las afecciones de que es afectado el cuerpo” (E. 2. Prop. XIX)

En este punto Spinoza dirá que las ideas de la mente se explican por afectos del cuerpo y los afectos del cuerpo por las ideas de la mente. Así, habría una asociación de ideas y de afectos encadenados, en los que habría una idea de la idea al tener la capacidad de generar ideas sobre las ideas de los afectos creando así nuevos afectos sobre los afectos anteriores, lo cual hace posible que cambiemos lo que somos afectivamente.² “El alma humana percibe, no sólo las afecciones del cuerpo, sino también las ideas de esas afecciones” (E. 2. Prop. XXII)

Spinoza defenderá el bucle mente-cuerpo, cuerpo-mente en el que nuevas ideas se conectan con nuevos afectos apareciendo la posibilidad de tener ideas de ideas y afectos de afectos. La mente sería algo inmanente en esa actividad cerebral en la que las ideas se tornan siempre ligadas a emociones, puesto que un afecto implicará una acción, una emoción y un sentimiento, de tal manera que la razón humana no pueda ir separada de ese fondo emocional que por naturaleza nos pertenece.

Este bucle entre idea-afecto, afecto-idea, dará lugar a acciones que mejoren al ser humano en tanto ser que mejore como potencia. Por ello, su planteamiento acerca del conocimiento girará en torno a tres actos posibles de la potencia, es decir, a la actualización de mente-cuerpo que se sigue de tres actos o géneros sucesivos de conocimiento. Así, el conocimiento avanzará conforme a las emociones en el que nuestra capacidad racional hace progresar nuestra capacidad emocional quedando superadas emociones anteriores por otras nuevas y mejoradas, aunque las ideas posteriores no terminarán de eliminarse estando de alguna manera presentes en las ideas posteriores.

No obstante, las pasiones -tal y como las entiende Spinoza- no tienen un sentido único y tampoco pueden ser exclusivamente negativas como lo eran para Hobbes quien

² Si actuamos de manera malvada podemos actuar de manera benévola, no por algo divino como pretendía de alguna manera Kant con su imperativo categórico, sino por una idea interna influenciada a su vez por mejores afectos que nos hagan mejores desde el punto de vista de una mejor potencia psicosomática. Este argumento marcará la base de una ética basada en sentimientos como de hecho defenderá Damasio siglos más tarde.

entendía que “el hombre era un lobo para el hombre”, puesto que éste guiado por sus pasiones constituía un ser peligroso desde un punto de vista moral. Spinoza dirá que existen pasiones tristes y pasiones alegres: las tristes harán que los hombres se enfrenten los unos con los otros, mientras que las alegres suscitarán la conexión entre ellos. Así las pasiones serán entendidas bajo un punto de vista negativo y positivo, donde las que sean positivas contribuirán a la sucesión de actos conforme a una máxima potencia en vida, adquiriendo una mayor suma de pasiones positivas y, por tanto, de potencia en el conocimiento humano. “La fuerza de una pasión o afecto puede superar las demás acciones del hombre, o sea, puede superar su potencia, hasta tal punto que ese afecto quede pertinazmente adherido al hombre” (E. 3. Prop. VI).

Sin embargo, para Spinoza en el primer género de conocimiento el ser humano viviría de forma pasiva a los afectos y a las pasiones adquiriendo ideas inadecuadas que imposibiliten el crecimiento de la potencia en el ser humano, no obstante, tenemos la capacidad de elegir unos frente a otros, de manera que al preferir las pasiones positivas daremos paso a la acción racional conforme al segundo género de conocimiento evitando las ideas inadecuadas y fomentando aquellas que sean adecuadas. “La idea de todo cuanto aumenta o disminuye, favorece o reprime la potencia de obrar de nuestro cuerpo, a su vez aumenta o disminuye, favorece o reprime, la potencia de pensar de nuestra alma” (E. 3. Prop. XI).

De acuerdo con lo anterior, si atendemos a que la mente humana se conecta con el cuerpo humano, veremos que ello permite el paso de las pasiones a las acciones, de modo que una vez se conecte la razón con la acción dará cuenta de una pasión racional, donde las antiguas ideas serán superadas por nuevas ideas y los viejos afectos darán paso a nuevos afectos. Con lo cual las acciones tendrán un único propósito: dejar atrás una experiencia basada en pasiones tristes que impidan el crecimiento de la potencia humana. Desde un punto de vista ético, Spinoza creará que aquello que es bueno moralmente hablando, se corresponderá con aquello que deseamos, pues no deseamos lo bueno porque es bueno,³ sino que es bueno porque lo deseamos,⁴ un sentimiento que implica seguir una pasión alegre y no triste, por ello mediante las pasiones positivas es que avanzamos hacia el segundo género de conocimiento dejando atrás las ideas y pasiones inadecuadas que dan lugar a la imaginación. “Cuando el alma se considera a sí misma y considera su potencia de obrar, se alegra, y tanto más cuanto mayor distinción se imagina a sí misma e imagina su potencia de obrar” (E. 3. Prop. LIII).

³ Algo que apuntaba ya Sócrates y posteriormente Platón al referirse a su intelectualismo moral.

⁴ Lo bueno está ligado al deseo, no se puede tener un deseo malo y un comportamiento bueno.

Este segundo género de conocimiento lo llamará Spinoza actitud o disposición: *fortitudo animi* (fortaleza de ánimo)⁵, en el que se refiere a uno mismo y la relación con los demás, dirigiendo la autoconservación del ser humano y la de los otros a la conservación de la especie, en donde el uno y el otro se tornan imprescindibles a la hora de la preservación del ser humano. Así, en el segundo género a partir de pasiones positivas pasamos de ser pasivos a ser activos dando paso a la acción. Una acción moral y racional debe ir acompañada de un afecto positivo, con lo cual la razón ya no supera a los afectos, y se convierte en un nuevo afecto incluso mejor que el anterior. De acuerdo con esto, una vez el ser humano llegue al tercer género de conocimiento sentirá la mayor tranquilidad de la mente que pueda darse a través de la alegría, es decir, la mayor potencia de tranquilidad alcanzable y, con ello, el máximo grado de conocimiento intelectual. “Cuantas más cosas conoce el alma conforme al segundo y tercer género de conocimiento, tanto menos padece por causa de los afectos que son malos, y tanto menos teme a la muerte” (E. 5. Prop. XXXVIII).

De esta manera cuando el bucle mente-cuerpo ha llegado al último género de conocimiento, el sujeto desde su propia experiencia se siente mejor con la alegría que con la tristeza y alcanza un nivel de conocimiento que le une con los demás seres humanos a través de una experiencia afectiva, de amor y de emoción.

2.3. William James

En la historia de la filosofía los sentidos junto con las emociones eran menospreciados por su falta de precisión y fiabilidad. La psicología procedente de la filosofía dividía entre parte perceptiva y parte volitiva, al igual que la fisiología al distinguir entre centros sensoriales y centros motores, ambos omitiendo la esfera estética a la que pertenecen las emociones, a menudo, consideradas el origen de centros exclusivamente independientes. James se decantaría por aquellos procesos que se dan en los centros motores y sensoriales vinculándolos así, al contrario que los fisiólogos y los pertenecientes a la psicología empírica, con las emociones.

Para James toda emoción ha de ser expresada a través de un lenguaje corporal y verbal, por lo que cada sentimiento no puede producirse independientemente de los centros motores y sensoriales. Dirá que toda emoción será originada por una sensación tanto placentera como dolorosa y que inevitablemente irá en consonancia con la percepción de la mente, la cual pertenece al uso privado de cada individuo. Por ello, dependiendo del grado de intensidad, podrá manifestarse en mayor o menor medida.

⁵ Relación desde el yo hacia el otro, en la que el ser humano está ligado a sumar potencia desde la amistad.

James, al igual que Hume⁶, señala que las emociones son las que dan pie a la acción, son la chispa del movimiento producido por los procesos fisiológicos que promueven la aceleración del corazón o de la respiración y que dan lugar a expresiones en el cuerpo o la cara más o menos perceptibles en el individuo. El interés de James se centrará en las *emociones estándar*, es decir, aquellas que se traducen en la expresión del cuerpo o en el lenguaje natural.

James, no distinguirá entre emociones primarias o secundarias, ni tampoco diferenciará entre emoción y sentimiento, sino que la emoción en sí misma implicará ser consciente de los cambios que se producen en el cuerpo. Así lo que dirá es que “circunscribiremos nuestra atención a [...] algún tipo de trastorno corporal que acompañan la percepción de las escenas o sonidos interesantes o la consideración de las secuencias apasionantes de ideas. Los nombres de los estados mentales de los que es poseída la persona devienen entonces en sorpresa, curiosidad, éxtasis, miedo, rabia, lujuria, codicia y otros semejantes (James, 1884: 58). Normalmente el concepto de emoción ha sido entendido bajo un previo aviso donde la percepción da lugar directamente a la emoción y luego a su posterior expresión. James, en oposición al esquema habitual, cree que para poder experimentar una emoción ha de haber un estímulo externo percibido por el sujeto que haga posible la aparición de una reacción en el estado corporal traducido en la expresión del cuerpo, para luego dar paso a la propia emoción. Su planteamiento partirá de una base empírica que hace posible que a través de estímulos externos resulte la emoción, ya que él mismo argumenta que parece incluso más razonable que primero nos afecte un objeto externo (percepción), como consecuencia aparezca el llanto (expresión) y luego seamos conscientes de que estamos tristes (emoción). James expone que “si los estados corporales no siguieran a la percepción, esta última poseería una conformación totalmente cognitiva, pálida, incolora, carente de calor emocional” (1884: 59).

No todas las emociones resultan ni se expresan de la misma manera, influyendo en este sentido el grado de intensidad, ya que una piedra no suscitará el mismo interés emocional que encontrar a un perro abandonado, en cuyo caso la reacción más común sería recogerlo. El tipo de reacción al que alude James, es el mismo que sucede debido a las terminaciones nerviosas producidas por procesos fisiológicos y que posteriormente dan lugar a una emoción y producen la acción en el individuo. Una acción solo puede ser causada por una emoción fruto de la expresión corporal por muy leve que ésta

⁶ No obstante, Hume consideraba la razón y las emociones como dos campos separados que jamás llegarían a tocarse. Su planteamiento supone una vertiente más radical que la de James, puesto que las pasiones serían siempre el principio y el fin por la que se diera una acción, mientras que la razón simplemente sería el medio por el cual se consiguen los deseos motivados única y exclusivamente por las emociones que nos empujan a actuar..

podría ser, pues “algo que es en verdad notable, pero con menos probabilidades de ser admitido hasta que se llame la atención al hecho, es la continua cooperación de los músculos voluntarios en nuestros estados emocionales” (James, 1884: 61). Es por ello que para James si se tratara de imitar una emoción jamás se podría reproducir todos y cada uno de los músculos a los que estaría sometida la emoción, pues cuando se trata de sonreír para una foto simplemente se mueven los labios a modo de sonrisa, mientras que si realmente se produce la risa a causa de algo gracioso incluso los músculos de los ojos y las cejas acompañarían en dicha expresión.

Sentir para James es lo mismo que expresar, por muy imperceptible que pudiera ser, una emoción implica un cambio de expresión corporal y ello es lo que hace que el individuo sienta que está vivo, que le afectan de verdad las cosas para bien o para mal.⁷ Y es que sin la aceleración del pulso del corazón y esas “mariposas” en el estómago, nadie puede creer que está enamorado, no se puede saber lo que es la pena si no se ha experimentado el llanto, la presión en el pecho o el nudo en el estómago: “Todo nuestro volumen está sensiblemente vivo y cada fragmento de éste contribuye con sus pulsaciones de sentimiento, débiles o agudas, placenteras, dolorosas o inciertas, a ese sentido de personalidad que cada uno de nosotros indefectiblemente lleva consigo” (James, 1884: 61). Sin las sensaciones que hacen posible describir una emoción, la emoción en sí misma sería vacía y ni siquiera podría llamarse así porque es la esencia de todo lo que afecta al ser humano y, que hace que reaccione en consonancia a lo que siente producto de los estados psicofísicos de su cuerpo, en los que incluso el estado de ánimo se construye a partir de los cambios corporales.

Sin embargo, podría pensarse que la emoción aparece antes que la propia reacción fisiológica a la que por esencia siempre está sujeta, en este caso James dirá que cuando se percibe muchas veces la misma emoción y las reacciones que las constituye, se puede precipitar su aparición imaginándose los efectos que produce en el cuerpo. Del mismo modo cuando aparece el llanto y la tristeza se puede intensificar intencionalmente el grado de la emoción, pues “cada acceso de llanto hace más aguda la pena” (James, 1884: 65). Aunque recalca que no siempre se puede hacer lo mismo en todos los casos si se tiene en cuenta que existen efectos en órganos en los que no se tiene ningún tipo de control. Ahora bien, si la expresión emocional surge de manera normal “enseguida se agota, y en el curso natural de las cosas sigue una calma” (James, 1884: 66), pero en caso de reprimir una emoción, “las corrientes podrían, en ciertas circunstancias, invadir otros tractos, y operar allí efectos diferentes y peores” (1884: 66), desembocando en la insensibilidad de una venganza fría.

⁷ Un punto de vista fenomenológico.

3. Estado actual: aportaciones desde la neurociencia y la filosofía. Los casos de A. Damasio y M. Nussbaum.

Muchos de los enfoques tratados con respecto a las emociones se han visto en gran medida influenciados por el desarrollo de la neurociencia y la crisis de los enfoques cognitivistas clásicos basados en la metáfora del ordenador así como en el desarrollo de la neurociencia. Antonio Damasio y Martha Nussbaum serán los autores sobre los que centraré mi exposición acerca del tratamiento de las emociones, cuyos planteamientos pretenderán revalorar su posición rebatiendo la postura tradicional en la que las emociones se consideran nocivas e irracionales.

Las emociones y los sentimientos en cuanto a “sus ingredientes esenciales (el dolor y el placer) son los menos conocidos en términos biológicos y específicamente neurobiológicos” (Damasio, 2003: 14), sin embargo, la problemática entre razón y emoción ha sido clave a la hora de impulsar la búsqueda de respuestas que faciliten la comprensión acerca de la naturaleza del ser humano, el origen y la finalidad de sus acciones, de sus pensamientos, instintos, deseos, etc. Una de las perspectivas más propensas a interesarse por el ámbito de las emociones ha sido la neurocientífica tratada sobre todo por Antonio Damasio quien intenta ir más allá de las fronteras del ámbito científico trazando puentes con la tradición filosófica al dialogar en sus textos con autores como Descartes y Spinoza. Damasio se da cuenta, tras realizar diferentes investigaciones, de que las emociones juegan un papel indispensable y que distan mucho de pertenecer a un ámbito separado del componente cognitivo. Descubrió hasta qué punto podría atrofiarse la razón práctica, esto es, la toma de decisiones en la vida cotidiana si no se disponía de emociones y sentimientos. Sus indagaciones acerca del componente cognitivo y neural le llevaron inevitablemente a la conclusión de que “el sentimiento era un componente integral de la maquinaria de la razón” (Damasio. 1994: 9), ya que sin la propia regulación biológica que da origen a las emociones, el ser humano jamás podría haber desarrollado sus mecanismos cognitivos.

Estos mecanismos, en consonancia con las emociones y los sentimientos, hacen posible que el individuo sea capaz de decidir acerca de su propio futuro con respecto a las convenciones sociales y a los principios morales a los que se está sujeto. Sin embargo, su planteamiento no pretende radicalizarse poniendo por encima de la razón a la emoción, sino que plantea que cuando entra en juego la propia racionalidad, no se puede pensar en ella como pura e independiente de cualquier resquicio emocional, por lo que sugiere que “determinados aspectos del proceso de la emoción y del sentimiento sean indispensables para la racionalidad” (Damasio. 1994: 10). Sus investigaciones en torno al cerebro revelan cómo la razón hace uso de varias partes neuronales, yendo de

arriba abajo en los niveles de las *cortezas prefrontales, al hipotálamo y al tallo cerebral*. Con lo cual, no habría un único estadio dedicado a la razón humana sino que se vería inmiscuida tanto en los procesos que dan lugar a las emociones como en aquellos dedicados a los estímulos fisiológicos que hacen posible cubrir las necesidades básicas de todo ser vivo.

Otra de las más destacadas descendientes en la exploración de las emociones ha sido Martha Nussbaum, quien plantea no sólo la relación de las emociones con la mente, sino que además incluye a las emociones en la propia inteligencia así como también en el juicio ético. Su pensamiento partirá de que la emoción encierra algún tipo de razonamiento, por lo que toda emoción es incluso una creencia. Su interpretación girará en torno a la teoría de Aristóteles concibiendo a las emociones como “una forma de conciencia intencional” (Trueba, 2009: 156), las cuales por formar parte de la conciencia se relacionan con las creencias susceptibles de cambio, adquiriendo así algún tipo de grado racional y cognitivo. Su teoría de las emociones se planteará desde el punto de vista del escritor Proust, es decir, “como una compleja estructura cognitiva que es parcialmente narrativa en su forma y que supone una historia de nuestra relación con objetos queridos que se prolonga a lo largo del tiempo” (Nussbaum. 2001: 23). Sus planteamientos le harán llegar no sólo al propio motor de la emoción que hace posible la acción, sino que señala la gran importancia de la racionalidad a la hora de experimentar una emoción, o lo que es lo mismo, experimentar la función cognitiva a la que están inevitablemente sujetas las emociones, puesto que llevarlas a la práctica supone hacer uso del componente racional del que no podemos prescindir, al igual que de la propia emoción en cada decisión y actuación que se lleve a cabo, constituyendo además una parte fundamental en la ética del ser humano.

4. Discusión y posicionamiento: cómo la neurobiología y la filosofía se remiten a las emociones.

4.1. Antonio Damasio

Damasio (1994) partirá de la base neurobiológica de los dos niveles cerebrales que subyacen en el ser humano: la corteza cerebral y la subcorteza. La corteza cerebral sería el llamado “piso de arriba” donde se da el raciocinio y la voluntad, mientras que la subcorteza, denominada “piso de abajo”, pertenecería a las emociones. Según las creencias dualistas se pensarían que ambos niveles trabajan por separado sin influir en las operaciones del otro, sin embargo lo que dice Damasio (1994) es que ambos niveles se relacionan y trabajan en la regulación biológica que todo organismo vivo posee, de tal modo que todo impulso o instinto irá más allá de la subcorteza relacionándose además con la corteza cerebral perteneciente a la razón.

4.1.1 Las emociones y los sentimientos

James, como antecesor de Damasio, coincide en las emociones “estándar” que Antonio Damasio denomina emociones primarias, en cuanto al funcionamiento básico que desempeñan ya que “desde el punto de vista jamesiano, el cuerpo *siempre* se interpone en el proceso” (Damasio, 1994: 127). Referido a las emociones *tempranas* este planteamiento podría ser suficiente, pero si se aplicara a las emociones *adultas, secundarias o morales* sería insuficiente. James cree que todas las emociones (primarias y secundarias) parten de una expresión corporal y nunca de una percepción mental. Así lo que dirá Damasio es que primero se desarrollan las emociones básicas, las cuales son innatas y luego las secundarias o aprendidas

Su planteamiento girará en torno a las distintas partes del cerebro que entran en interacción con los estímulos que recibe el individuo en relación a su entorno, aunque no de forma fortuita sino a partir del mismo mecanismo biológico circunscrito al recibir ciertos estímulos del mundo que influyen en su propio cuerpo. Para Damasio siempre existirá consonancia entre lo que se siente y lo que se pasa por la mente, como de hecho ya apuntaba Spinoza a través del bucle mente-cuerpo en el que todo afecto produce una idea en la mente y toda idea produce un afecto en el cuerpo. Además señala que las emociones cumplen funciones importantes en la vida, pues a la hora de evitar un peligro, sentir una emoción, como el miedo, da lugar a que un animal huya o que, por el contrario, sienta ira y se enfrente a su enemigo. Sin embargo, nunca se siente una emoción del mismo modo que la primera vez, pues tras aparecer los síntomas

corporales aparece la sensación emocional que inevitablemente se relaciona con aquello que dio lugar a la emoción ya sea un objeto, una persona o una situación. Todo ello proporciona otra función útil a las emociones, pues relacionar la sensación de la emoción con el objeto hace posible que en futuras situaciones el sujeto sea capaz de dominar y prever la situación gracias a su primera experiencia emocional.

No obstante, el circuito en el que se dan las emociones primarias (el sistema límbico) no es capaz de recoger todas las emociones del ser humano, ya que en ellas no entra ningún contexto social o cultural, sino que dicho mecanismo básico pertenece también a todos los animales. En este mecanismo se recogen de forma innata todas las emociones primarias, sin embargo, “en términos de desarrollo un individuo está seguido por mecanismos de emociones secundarias, que tienen lugar una vez hemos comenzado a experimentar sentimientos y a formar conexiones sistemáticas entre categorías de objetos y situaciones, por un lado, y emociones primarias por otro” (Damasio, 1994: 131). La emoción en un principio sería, como decía James, la reacción a un estímulo externo o interno traducido en el cambio de la expresión corporal del individuo, estimulando a su vez los órganos mediante las neuronas a los que están conectados y que da lugar a un pensamiento en conexión con el objeto o situación que provocó dicha expresión corporal, por ello es que, a diferencia de Damasio, descuida la cognición concediéndole mayor importancia al papel causal de las reacciones corporales en la constitución de la emoción.

Sin embargo, para Damasio todo cambio corporal implicará un cambio mental, de tal manera que incluso una emoción podría en cierta manera considerarse cognitiva si atendemos a que “una emoción es la combinación de un proceso evaluador mental” (Damasio, 1994: 135). Cuando se experimenta una emoción no sólo se produce una alteración en el cuerpo sino que además esos cambios supondrán un cambio en el cerebro dando lugar a una alteración en el pensamiento a través de los *núcleos neurotransmisores en el tallo cerebral*. Sin embargo, aún no se recogen todos los cambios producidos a causa de una emoción, puesto que otro factor importante es la constitución del sentimiento. Una emoción es “un conjunto de cambios en el estado corporal conectados a determinadas imágenes mentales que han activado un sistema cerebral específico” (1994: 141). Sin embargo, el sentimiento implicaría ir más allá de dicho esquema, puesto que cuando se experimenta una emoción y pasa de manera consciente a ser un sentimiento, hay una conexión inmediata entre “la imagen del cuerpo junto a una imagen de algo más, como la imagen visual de una cara o la imagen auditiva de una melancolía” (Damasio, 1994: 141), convirtiéndose en un sentimiento como consecuencia de los cambios producidos por las operaciones cognitivas del cerebro aunque siempre desde la subjetividad del individuo. Por lo tanto, Damasio concebirá a

las emociones como cambios en el cuerpo, mientras que el sentimiento implicará tener conciencia de dichos cambios corporales en el que el sujeto es capaz de conceptualizar y diferenciar entre ira, felicidad o tristeza por ejemplo.

4.1.2 ¿Cómo sentimos?

Según Damasio existen teorías que no explican de manera satisfactoria el proceso de sentir. Algunos aluden a aquellas sustancias químicas que fabrica nuestro cuerpo como la endorfina o la serotonina, las cuales en muchos casos se sustituyen por sustancias químicas como el alcohol o las drogas, cambiando así el estado anímico del individuo, pero esto no explica el proceso por el cual una persona es capaz de sentir. Que alguien esté enamorado y libere endorfinas no explica por qué se siente feliz. Damasio expone “dos componentes principales en los mecanismos neurales que subyacen en los sentimientos” (1994: 155). Por un lado habría que prestar atención a la percepción que tiene el individuo acerca de su estado corporal junto con las imágenes que causaron dicho estado, dando lugar así a una especie de causa-efecto entre las circunstancias y las respuestas corporales que hicieron brotar la emoción; y por otro, analizar el componente cognitivo que se relaciona con las circunstancias causantes de la reacción corporal. Estos dos componentes no operan sucesivamente sino en consonancia. Cuando se produce un cambio en el estado corporal se requiere del componente cerebral que activa las terminaciones nerviosas en las que operan *disposiciones adquiridas* que hacen posible la evaluación de aquellas imágenes que se recogen de nuestro cuerpo. De esta manera el mecanismo preestablecido del que hablaba Antonio Damasio se pondrá en funcionamiento de forma innata, desencadenando una serie de respuestas hacia el propio cuerpo donde el proceso cognitivo se activa tras el *sistema de disposiciones* traducido en una liberación selectiva de *neurotransmisores*. Estos neurotransmisores hacen posible que de forma automática se produzca el rechazo o el atendimiento de dichas imágenes. En este proceso entra en juego la razón junto con el sentimiento. Para Damasio ambos procesos son imprescindibles y no pueden operar sin la existencia del otro por eso, “el núcleo del cerebro y la corteza cerebral trabajan conjuntamente para construir la emoción y el sentimiento” (Damasio, 1994: 157).

4.1.3 Decisión y acción: ¿influyen las emociones y los sentimientos?

Cuando se toma una decisión se recurre generalmente a la razón como principal operadora entre las distintas opciones a la hora de actuar. Se concibe como una forma de cálculo en la que entra en funcionamiento una situación determinada como por ejemplo “ir a la playa o estudiar”, de la cual surgen diferentes opciones: “quedarse en

casa estudiando”, “ir a la playa”, “estudiar en la playa”, etc. Una vez sopesadas las opciones posibles se evalúan las distintas consecuencias en el futuro y se elige la más conveniente. De esta manera, para Damasio entrarían en juego además de la razón, la lógica, la memoria y la atención, pero “no se oye nunca ni un murmullo sobre la emoción o el sentimiento” (1994: 160). Se pueden considerar varias situaciones en las que la propia fisiología demanda una acción inmediata como por ejemplo tener sed o evitar un accidente. Sin embargo, podría haber otro tipo de situaciones más complejas como decidir en qué universidad estudiar, con quién ir a tomar un café, qué libro leer... en las que entran en juego un mayor número de estímulos, con múltiples respuestas posibles y numerosas consecuencias a dichas respuestas en el presente y en el futuro, influyendo a su vez el componente cognitivo para sopesar cada una de las opciones. Pareciera como si tanto las circunstancias que implican un razonamiento como las que implican un estado fisiológico operaran con mecanismos distintos: el primero a través de instintos y pasiones como los animales, y el segundo a partir de la razón.

Para Damasio separar ambos ámbitos supondría cometer el mismo *error de Descartes* quien “colocó a uno fuera del cuerpo, como distintivo del espíritu humano, mientras que el otro permanecía dentro, el distintivo de los animales” (1994: 161). Lo que dirá Antonio Damasio es que no se toman decisiones como un ordenador. Aunque se recurra al razonamiento como guía, podrá influir más o menos en las decisiones y no siempre de la misma manera como un esquema preestablecido, pues tomar una decisión incumbe a la subjetividad del individuo y al contexto social en el que se vea inmiscuido. Además hemos de considerar que se toman decisiones en consonancia con el pasado, el presente y el futuro, con respecto a la biografía personal y experiencias a las que se está sujeto, por eso elegir entre las distintas opciones no supone empezar desde cero, la mente no está en blanco y en ella entran un entramado de “imágenes generadas por la complejidad de la situación a la que se enfrenta” (Damasio, 1994: 163).

Habría dos teorías que explican el proceso por el cual se suplanta el plano de decisión y actuación: por un lado estaría la *razón elevada* defendida por racionalistas como Platón, Descartes o Kant, quienes se basan en la lógica formal a la hora de darle solución a un problema dejando de lado a las emociones, y por otro, estaría la *hipótesis del marcador somático*. Según Damasio, si atendemos a la primera teoría, decidir se convertiría en un quebradero de cabeza en el que probablemente nunca se llegue a una solución final. “Nos habremos perdido en los desvíos de nuestro cálculo. ¿Por qué? Porque no será fácil conservar en la memoria los muchos asientos en el debe y el haber que necesitamos consultar para efectuar nuestras comparaciones” (Damasio, 1994: 164). El ser humano no tiene la memoria ni la atención suficientes como para poder sopesar todas las opciones con sus posibles consecuencias, y aun así jamás podría

decidir de manera automática en decisiones tan simples como elegir qué ropa ponerse. La teoría que sugieren estos racionalistas no se corresponde con personas normales, más bien respondería al perfil de personas con una lesión prefrontal⁸ en la que tanto sus sentidos como su capacidad intelectual se mantienen intactos. Pero a la hora de enfrentarse a una situación social no son capaces de resolver los problemas, lo cual deriva en la incapacidad para expresar emociones que conlleven un contrato social implícito. Prescindir de la experiencia emocional supone la difícil tarea de decidir y actuar en consecuencia. Las emociones ofrecen la posibilidad de anticipar un futuro a partir del pasado, imaginando las posibles soluciones con sus respectivos efectos, facilitando el razonamiento a través de señales automáticas de alarma que avisen de un posible resultado desastroso, o bien incite a actuar con posibles efectos positivos. Para Damasio “nuestro cerebro puede decidir bien [...] y si puede hacerlo, debe hacer esta tarea maravillosa con algo más que razón pura” (1994: 165).

4.1.4 El marcador somático

“Dado que el sentimiento tiene que ver con el cuerpo, di al fenómeno el término técnico de estado *somático* (soma es cuerpo en griego); y puesto que <<marca>> una imagen, lo denominé *marcador*” (Damasio, 1994: 166). El papel del marcador somático para Antonio Damasio será el de precisar la toma de decisiones mediante sentimientos producto de emociones aprendidas sobre las innatas. A partir de la repetición y el aprendizaje aparecen asociaciones entre el sentimiento y el objeto, ofreciendo la posibilidad de predecir el resultado al elegir una vía u otra con vistas al futuro. Por ejemplo, “cuando un marcador somático negativo se yuxtapone a un determinado resultado futuro, la combinación funciona como un timbre de alarma. En cambio cuando lo que se interpone es un marcador somático positivo, se convierte en una guía de incentivo” (Damasio, 1994: 166).

Hay que tener en cuenta que el marcador somático no es la única variable a la hora de decidir, pues ayuda y hace más eficiente el resultado, remarcando aquellas opciones favorables o desfavorables. Sin embargo el marcador somático no decide por el individuo, ya que Damasio cree en “la asociación entre los procesos denominados cognitivos y los procesos que se suelen llamar emocionales” (1994: 167)⁹. Así mismo, el marcador somático no sólo actúa eligiendo a partir de lo que le produce bienestar al individuo inmediatamente, puesto que el factor cognitivo puede influir en la toma de decisiones a la hora de conseguir un buen resultado en el futuro. Por eso cuando se

⁸ Personas que “son la imagen misma de la cabeza fría que nos decían que debíamos mantener para hacer las cosas adecuadas” (Damasio, 1994. 170). Los llamados sociópatas o psicópatas.

⁹ Aparte del marcador somático interviene la memoria funcional y la atención.

toman decisiones con un resultado negativo muchas veces es debido a que en un futuro traerá buenas consecuencias.¹⁰ La idea es que se crea un marcador somático positivo al pensar en los buenos resultados que se obtendrán a pesar del malestar que produce en el presente, y ello es lo que hace posible sobrellevar el “sacrificio”, pues sin este incentivo no habría razón para hacerlo. Con lo cual, solo creando marcadores somáticos positivos con expectativas de futuro puede existir la fuerza de voluntad.¹¹

Ahora bien, ¿cuál es el origen del marcador somático? De acuerdo con el apartado de las emociones y los sentimientos, el ser humano posee de manera innata un mecanismo biológico preestablecido en el que tienen lugar las emociones primarias sobre las que se crean las emociones secundarias. A medida que el individuo crece y adquiere experiencias con respecto al contexto social y cultural en el que se ve inserto su mecanismo neural se va sesgando cada vez más, apareciendo *respuestas somáticas adaptativas*. Con lo cual un marcador somático es resultado de emociones secundarias producto de la socialización, la cultura, la educación y, a fin de cuentas, del contexto social. Ya lo explicaba Antonio Damasio en *el error de Descartes*: “los marcadores somáticos se adquieren con la experiencia, bajo el control de un sistema de preferencia interno y bajo la influencia de una serie de circunstancias externas que incluyen no sólo entidades y acontecimientos con los que el organismo ha de interactuar, sino también convenciones sociales y normas éticas” (1994: 171). Para Damasio opera el *sistema de preferencia interno* (en las que tienen lugar las disposiciones reguladoras) junto con las situaciones externas en las que interviene el entorno, entidades, las distintas opciones para actuar, los resultados de esas posibles acciones, el premio o el castigo al efectuar una acción, etc. El objetivo último es conseguir la supervivencia mediante este sistema de preferencia, donde entra en juego evitar el dolor y buscar el propio bienestar ya sea en el presente o en el futuro. Todo ello mediante una serie de estímulos que se van marcando desde la infancia, convirtiéndose en marcadores somáticos en los que se promueve la recompensa y se evita el castigo. Así se constituyen las convenciones y valores sociales. El resultado de crear estímulos traducidos en marcadores somáticos hará posible la actuación de manera automática y muchas veces de manera inconsciente. Sin embargo, todo este mecanismo en el que opera el marcador somático no sólo funciona de manera consciente, sino que además puede darse de manera inconsciente, lo cual no quiere decir que la maquinaria implicada no entre en funcionamiento, sino que la señal que se recibe a través del cuerpo pasa desapercibida. Esta señal fuera de la consciencia es la que en muchos casos se traduce como intuición,

¹⁰ Como por ejemplo estudiar para un examen sin salir de casa con el propósito de sacar buena nota.

¹¹ Según Damasio cuando entra en juego la fuerza de voluntad ha de dirigirse la atención a la molestia que produce instantáneamente y al incentivo por el cual se sufre para conseguir una gratificación en el futuro.

puesto que no siempre en toda decisión opera el razonamiento, por lo que muchas de nuestras decisiones pueden ser motivadas por el *mecanismo encubierto* en el que se toman decisiones sin un previo razonamiento¹². No obstante, al igual que hay decisiones que se toman por intuición o impulso dejando de lado al componente cognitivo, también existen circunstancias en las que el marcador somático se queda corto y tiene que dar paso a la lógica del razonamiento en el que juega un papel importante el conocimiento factual y la categorización señalada antes. Además para que nuestros juicios y conocimientos tengan sentido deberán ir acompañados tanto de marcadores somáticos como de atención y memoria funcional, para que el individuo pueda conservar imágenes mentales que pasan a la consciencia y que esas imágenes se mantengan sin mezclarse unas con otras por el período de tiempo durante el que se dirigen a situaciones hipotéticas futuras. Con lo cual “sin la atención básica y la memoria funcional no hay perspectiva de una actividad mental coherente y, seguramente, los marcadores somáticos no pueden operar en absoluto” (Damasio, 1994: 186).

4.1.5 El origen de la ética: los sentimientos

Damasio se pregunta cómo sería una sociedad en la que sólo hubiera individuos con una lesión cerebral en el lóbulo prefrontal, a lo que responde: “En una sociedad privada de tales emociones y sentimientos, no habría existido la exhibición espontánea de las respuestas sociales innatas que prefiguran un sistema ético simple: no habría altruismo emergente, no habría bondad en aquellos casos en que es necesaria, no habría censura cuando ésta es apropiada, no habría sensación automática de los fracasos propios” (Damasio, 2003: 153). En definitiva, los seres humanos no habrían construido un código ético en el que entrara una serie de normas sociales que tuvieran una estrecha relación con la justicia. Así pues, Damasio sugiere que toda ética nace de un proceso cultural que se construye bajo los pilares de las emociones sociales. Además, como apunté antes, las emociones confieren experiencias que modulan la biografía personal, y sin ella el individuo no sabría cómo categorizar los acontecimientos que le suceden. Al igual que otras especies animales, los seres humanos son capaces de sentir su propio dolor y el ajeno, por lo que no debemos dejarnos llevar exclusivamente por los nuestros, sino también tener en cuenta que los demás sienten y padecen al igual que nosotros, siendo necesarias una serie de normas y convenciones que den lugar a un código ético regido por instituciones políticas, religiosas, etc. Así pues, siguiendo el pensamiento de Spinoza, el ser humano a través de emociones positivas como la solidaridad, generosidad, altruismo, etc., posibilitan la conexión entre

¹² Es aquí donde se encuentra no sólo un comportamiento mediado por la regulación biológica, ni influenciado por el contexto social y la experiencia personal, sino también por la creatividad del individuo.

los individuos y la propia conservación de la especie, mientras que aquellas emociones negativas como la envidia, los celos, etc., harán que los seres humanos se enfrenten entre ellos destruyendo y perjudicando a la propia especie. Con lo cual Damasio creará, al igual que Spinoza, que toda emoción positiva será imprescindible en la acción moral y racional que tenga implícito un código ético que den lugar a las organizaciones que existen hoy en día (Naciones Unidas, UNESCO...), extensiones de las disposiciones del ser humano en relación a la sociedad y la cultura.

Los sentimientos, pues, supondrían tener plena conciencia de la emoción, lo cual nos da la posibilidad de guiarnos hacia un comportamiento ético que nos enseñe sobre el pasado, nos haga actuar en un presente y nos prepare hacia un futuro.

4.2 Martha Nussbaum

Nussbaum abarca el tema de las emociones desde un punto de vista cognitivo de tal manera que experimentar una emoción implicará emitir algún tipo de juicio. Sus planteamientos girarán en torno a la teoría de los estoicos en la que “las emociones son una forma de juicio valorativo que se atribuye a ciertas cosas y a ciertas personas fuera del control del ser humano” (Nussbaum, 2001: 44). Nussbaum partirá del hecho de que cuando se siente una emoción ésta no se encuentra suelta sin ningún motivo recurrente, sino que cuando se siente tristeza, ira o felicidad se siente con respecto a algo, por lo que una emoción ha de considerarse cognitiva debido a que se liga el sentimiento con alguna circunstancia, persona u objeto externo que le dé sentido. Sin embargo, la emoción que se dirige hacia ese objeto o persona que conmueve es de *carácter intencional*, es decir, la emoción a la vez que sentida es interpretada por la misma persona que la siente, puesto que no se fija el sentimiento junto con el objeto de una manera objetiva, sino que es subjetiva y atañe a la experiencia personal del individuo. Con lo cual dirá Nussbaum que “el ser acerca de algo forma parte de la identidad de las emociones” (2001: 50) y como tal, de la identidad del ser humano. Además para diferenciar entre las distintas emociones no hay que hacer hincapié en el objeto hacia el que vaya dirigido, sino en la persona que lo siente debido a que el objeto siempre será el mismo, mientras que la persona no. Coincidirá con Aristóteles al no tratar a las emociones por el efecto que haga el objeto en nosotros sino por el sentimiento que provoca hacia el objeto encarnando así algún tipo de creencia. Con lo cual las creencias jugarán un papel importante si tenemos en cuenta que la reacción corporal por sí misma no indica el tipo de sentimiento o emoción que se está experimentando, pues que se nos ponga la piel de gallina no tiene por qué indicar si se siente miedo o ira. Por eso dirá

Nussbaum que “sólo un examen de los pensamientos puede discriminar entre esas emociones” (2001: 52)¹³.

Además toda emoción hacia un objeto implicará el grado de importancia o valor que le conceda el individuo, puesto que no supondrá el mismo temor ni dolor perder a un ser querido que ha formado parte de nuestra biografía personal que saber de la pérdida de un desconocido. Sin embargo las emociones no sólo actúan en el objeto como un medio para el bienestar del sujeto, “sino también en aquellas relaciones recíprocas, tanto personales como cívicas, de amistad y amor, en las que se ama y se beneficia al objeto por sí mismo, pueden considerarse partes constitutivas de la eudaimonía de una persona” (Nussbaum, 2001: 55), intercediendo a su vez en los valores y fines de acuerdo con las concepciones éticas que se tiene respecto a lo que se considera importante en la vida¹⁴. Con lo cual, dirá Nussbaum, una emoción siempre estará enmarcada bajo una estructura eudaimonista en la que el individuo es capaz de determinar aquello que es importante para su vida.

4.2.1 Concepción neoestoica de las emociones

Nussbaum adoptará una concepción neoestoica en la que, como expliqué anteriormente, las emociones se conciben directamente como un juicio. Así pues para los estoicos un juicio implicará que el sujeto de forma voluntaria capte una apariencia para sí, es decir, lo que en una primera impresión puede parecer que algo es así. Después de tal representación el sujeto puede aceptarla derivando en un juicio, rechazarla o no prestarle atención sin aplicarle ningún criterio de verdad o falsedad. Nussbaum cree que no todo juicio se aplica de manera voluntaria y deliberada, sino que existen otros factores como “el hábito, el apego y el propio peso de los acontecimientos que pueden con frecuencia concitar nuestro asentimiento” (2001: 61). Los estoicos dirán que toda apariencia convertida en juicio implica sentir una emoción, Nussbaum coincidirá desde la concepción neoestoica que cuando se siente automáticamente se acepta como juicio aquello que en apariencia se percibe, pues el sentimiento “es idéntico a la aceptación de una proposición a la vez evaluadora y eudaimonista” (2001: 64). Las emociones son las que hacen posible que se le dé importancia a personas u objetos en nuestra vida, siempre a través de una creencia propia que puede ser verdadera o falsa pero que sin ella no sería posible conceptualizar aquello que se siente. Así pues, una creencia falsa implicaría una emoción falsa y, aunque el sentimiento que provoque la emoción sea sincero, una creencia errónea implicaría una emoción equivocada. Sentir

¹³ Dicha afirmación refutaría los argumentos dualistas en los que se separa la creencia de la emoción

¹⁴ Objetivos y planes de acuerdo con la experiencia del ser humano, en donde las normas éticas se ajustan a la propia subjetividad del individuo.

amor o cariño implicaría contener el juicio de que existe una persona importante, cuya pérdida conllevaría sentir dolor de acuerdo con el juicio que remite a que esa persona es significativa en la vida del sujeto. El sufrimiento es lo que hace posible que se le conceda valor a la persona y que la respuesta en cuanto a su pérdida se corresponda con el dolor que supone, reafirmando así la importancia y el valor que se le atribuye a la persona amada. La emoción es en sí un juicio, por lo que pueden ser ambos erróneos o acertados pero nunca pueden entrar en contradicción. Si se muere alguien a quien se ama sería contradictorio alegrarse, el valor que se le concede a dicha persona estribará en el grado de sufrimiento que suponga su pérdida. Así pues, Nussbaum señala que no todas las emociones se sienten con la misma intensidad, algunas podrán ser más o menos significativas dependiendo de la intencionalidad hacia donde se proyecte dicha emoción. Para Nussbaum existe un umbral en el que se aprecian las distintas diferencias de intensidad entre las emociones. Aquellas emociones que estén por debajo no supondrán casi ningún cambio emocional (como por ejemplo perder un bolígrafo), mientras que las que estén por encima serán en virtud de su propia valoración eudaimonista (como, por ejemplo, perder a un amigo). El sufrimiento de pérdida será igual en proporción al cariño y aprecio que se le tenga a aquello que se pierde (sea persona u objeto). No obstante, no sólo se siente por las cosas o personas que se creen más importantes, también se sienten emociones intensas que no duran mucho en el tiempo y que por tanto se conciben triviales y pasajeras para la vida del individuo.¹⁵

Desde la perspectiva eudaimonista existen valores y objetivos que por norma general se cree que son beneficiosos para cualquier persona, aunque de esos fines que se consideran buenos subyacen otra clase de fines más específicos correspondientes al contexto y conjunto de preferencias personales del individuo, por lo que dichos valores de carácter general serán tratados de manera distinta entre unas y otras personas. Además el valor que un individuo le conceda a algo no tiene por qué ser bueno para todo el mundo, puesto que a menudo aun sabiéndose que algo es malo se aprecia aquello que más hace daño y, que por tanto, no recomendaríamos a nadie. En estos casos dirá Nussbaum que “los pensamientos sobre lo bueno y los pensamientos sobre aquello con lo que vivimos se entrelazan de innumerables maneras y separarlos resulta difícil para cualquiera” (2001: 74). Las emociones se reducen a la propia subjetividad de cada uno y no pueden desprenderse del yo del sujeto donde toda valoración implica una emoción.

¹⁵ Ver un concurso de televisión y alegrarse cuando gana nuestro cantante favorito.

4.2.2 ¿De qué están hechas las emociones?

Una emoción para Nussbaum es un juicio mediado por el valor eudaimonista que se le conceda al objeto, sin embargo, la autora se pregunta si existen otros factores no cognitivos que afecten a la propia emoción. Los cambios fisiológicos en el cuerpo del sujeto no suponen un factor predominante a la hora de experimentar emociones, pues no siempre se acelera el pulso del corazón y no por eso se deja de sentir, y aunque toda emoción implique algún tipo de cambio corporal, se hace bastante difícil predecir qué estado es siempre el constituyente para que se dé una emoción u otra. Además dirá Nussbaum que “es aquí donde nos tropezamos con una cuestión bien conocida por la investigación biológica: la plasticidad del organismo humano o, en otras palabras, las múltiples posibilidades de realización de los estados mentales” (2001: 82), donde no todas las personas experimentan los mismos cambios mentales y corporales, por lo que definir una emoción se hace bastante difícil cuando se relaciona con la subjetividad y la propia fisiología de cada individuo.

Nussbaum cree que es mejor relacionar ciertas sensaciones que se experimentan que los cambios fisiológicos asociadas a la emoción. No obstante, Nussbaum advierte que existen diversos tipos de sensaciones en los que habría que diferenciar entre dos grupos. Las sensaciones que aluden a la intencionalidad del individuo, al juicio que le proporciona identidad a las emociones, reflexiones acerca de la vida en las que, por ejemplo, una persona se siente vacía o perdida al terminar una relación amorosa de muchos años. Se sitúan en otro grupo las sensaciones desprovistas de cualquier tipo de juicio, quedando en este caso fuera del control del individuo, como el sudor frío, náuseas, temblores, etc. Las sensaciones del segundo tipo pueden o no acompañar a las emociones según el caso, por lo que no resultaría necesario incluir este factor como determinante a la hora de definir una emoción.

Nussbaum dirá que lo que sí parece que sucede a menudo entre todos los seres humanos es el pensamiento que se presenta al sentir una emoción. Sin embargo, no se puede eludir el hecho de que experimentar una emoción implica sentir, tener la sensación de algo, por eso la emoción casi siempre es consciente, siendo inconsciente cuando aparecen restos de la misma. Así pues, una emoción consciente es intencional, ya que siempre son referidas a algo y en este aspecto son cognitivas, de modo que aunque puedan aparecer síntomas involuntarios, como por ejemplo, dolor en el pecho al sentir tristeza, ello no es suficiente a la hora de proporcionarle identidad a una emoción. No obstante, no se puede ignorar el hecho de que las emociones están conectadas al cuerpo y que por ello es frecuente sentir cierto tipo de sensaciones con unas emociones y no con otras, por lo que podrían incluirse los efectos que provoca en el cuerpo, pero no como un aspecto determinante, sino, probable. Para Nussbaum la

imaginación sería mucho más importante que los estados corporales que se experimentan al sentir una emoción, pues hace posible la conexión eudaimonista con el objeto, confiriéndole incluso mayor valor e importancia a los propios pensamientos eudaimonistas. “Lo que la imaginación parecer hacer aquí es ayudarnos a acercar a un individuo distante a la esfera de nuestros objetivos y proyectos, humanizando a la persona y creando la posibilidad de apego” (Nussbaum, 2001: 90). Con lo cual la concentración imaginativa que se proyecte hacia un objeto fruto de nuestra emoción será indispensable cuando se experimente una emoción.

4.2.3 Formas de juicios

Nussbaum diferencia entre los juicios evaluadores *generales y concretos*, y los juicios de *fondo y de situación*. Los primeros se refieren al aspecto general donde cosas y personas que están fuera del propio yo contribuyen al crecimiento del individuo, aunque también desde un punto de vista particular, ya que, por ejemplo, por norma general se quiere a los padres por el valor que todo el mundo les concede a sus progenitores. Pero querer a mi madre no sólo abarca el hecho de que lo sea y que todo el mundo quiere a sus madres, sino que también tendrá ciertas propiedades que le confieren esa particularidad para mí en donde mi emoción dirigida a ella es distinta de la emoción general de querer a una madre. En cuanto a los juicios de fondo y situación, Nussbaum se refiere a aquellos juicios que se dan en diversas situaciones y aquellos que sólo tienen lugar en alguna situación en concreto. Se tienen juicios interiorizados que no expresamos a diario pero que se encuentran en el trasfondo de la persona, como por ejemplo el concepto que se puede tener de la justicia, mientras que los juicios de situación encerrarían algún tipo de contexto en el que valoramos si esa situación en concreto es justa o injusta. Sin embargo dirá Nussbaum que ambos juicios se pueden relacionar perfectamente, pues “los niveles de generalidad y concreción se entrelazan con la distinción de fondo/de situación de múltiples maneras diferentes” (2001: 97). Por ejemplo, se puede tener una concepción feminista de manera general en la vida y luego sentirse uno ofendido por alguna situación en concreto que remita al machismo. “La emoción de fondo es la herida, la emoción situacional es el cuchillo del mundo que penetra en la herida” (Nussbaum, 2001: 98). Nussbaum mantendrá que toda emoción será evaluadora a la vez que eudaimonista, contribuyendo así al bienestar del propio individuo, por lo que cuando dicha emoción se experimenta de forma pasiva es debido a que se proyecta lo que se siente hacia personas u objetos que escapan del control del ser humano y de los cuales dependen su propio bienestar.

4.2.4 Ética aristotélica según Nussbaum

Nussbaum coincidirá con Aristóteles al tratar la ética bajo los parámetros del bien común, por lo que sus argumentos girarán en torno al bien que contribuya a una buena vida en comunidad. Aristóteles concebirá a la ética bajo los parámetros de la praxis, es decir, no tendrá sentido una ética puramente teórica que se limita a la comprensión de aquello que es bueno frente a lo que no, por lo que deberá contribuir a un fin práctico más que teórico. “Consideramos buenos a los médicos, no solamente porque son eruditos u obtienen resultados teóricamente elegantes, sino porque son buenos en el arte de curar o han hecho alguna contribución valiosa a futuras curaciones” (Nussbaum, 1994: 88). Así pues, Nussbaum creará desde el punto de vista aristotélico que la ética ha de verse influenciada por la razón práctica en la que la emoción quede mediada por la propia virtud (la disposición del alma para actuar bien) y la eudaimonía del sujeto y de los demás. Así pues, verá en la virtud la medida por la cual el individuo experimenta sus emociones, el término en el que es correcto sentir miedo o ira por ejemplo. Por eso Nussbaum creará “que la persona buena, más que ser una persona impávida, es alguien que sentirá un grado de temor apropiado más que inapropiado, y que no será disuadido por ello de hacer lo que es debido o digno” (1994: 130). Sin embargo, tanto las creencias como las emociones no son siempre correctas y en caso de no serlo han de reconducirse a través de la educación mediante la virtud, es decir, aquello que significa una vida verdaderamente buena. Por tanto, toda emoción educada será constituyente de la propia acción virtuosa, en la que las emociones y las acciones serán mediadas por ésta. Para Aristóteles, al igual que para Nussbaum, toda acción ha de ir motivada por una emoción fruto de una creencia cuya acción virtuosa dependerá de la sabiduría práctica que posea el sujeto, y en la que por defecto la racionalidad jugará un papel indispensable a la hora de dar con verdades constituyentes de la ética, las cuales serían imposibles sin la propia emoción. Toda persona que posea sabiduría actuará siempre emocionalmente del modo correcto, siendo correcto aquello que verse sobre “la teoría ética general mediante la función que asigna a los bienes externos susceptibles de ser dañados” (Nussbaum, 1994: 132). Así pues, toda emoción reconducirá a una acción motivada por la creencia que, dirigida por la propia virtud, dará cuenta de un código ético el cual es imposible sin la experiencia emocional. La capacidad emotiva del sujeto tendrá un papel fundamental a la hora de desarrollar y afinar el sistema de razonamiento ético. Con lo cual, el pensamiento moral en Nussbaum tratará de justificar que las emociones no sean torrentes irracionales sin ningún tipo de sentido, sino que como he ido exponiendo a lo largo de los puntos anteriores, contienen una conexión cognitiva confiriéndoles creencias que podrán ser verdaderas o falsas acerca de las cosas y que por, ende, supondrán el principio de cualquier elección moral.

Autores como Sherman apoyan a Nussbaum atribuyéndoles a las emociones esa función cognitiva y práctica indispensable, y que por tanto, constituye una parte fundamental en la ética, ya que gracias al influjo de la razón en las emociones “se fortalece nuestra percepción y comprensión moral y nos proveen un sistema de motivos que facilita la adhesión a la ley moral” (Sherman, 1989. 46, recogido de Trueba, 2009. 164).

4.3 Damasio y Nussbaum

Tanto Nussbaum como Damasio son considerados cognitivistas al conferirle ese sentido racional a las emociones, sin embargo, Nussbaum sostendrá una posición más extrema al convertir a las emociones directamente en creencias. Nussbaum verá en las emociones el principio eudaimonista por el cual las personas actúan buscando su propio bienestar en personas u objetos externos, aunque no siempre como un medio para su propio beneficio, sino que esas emociones evaluativas serán proyectadas en los demás por el objeto en sí mismo y no de forma egoísta. Damasio, por su parte, en vez de basarse en el principio eudaimonista las relacionará con el marcador somático sin el que se nos haría difícil decidir y, en consecuencia, actuar. No obstante, tanto Nussbaum como Damasio coinciden en la intencionalidad de las emociones, su subjetividad e interpretabilidad confiriéndole así ese matiz cognitivo.

Damasio concede gran importancia a los procesos fisiológicos, los propios que constituyen la emoción sin los cuales no podríamos sentir ni tener conciencia de ellos, una base fundamental que no se puede despreciar como hace Nussbaum cuando argumenta que la fisiología en las emociones no son suficientemente precisas como para determinar los signos corporales al sentir una emoción u otra, puesto que “no sabemos cómo afecta la evidente plasticidad del cerebro, al menos en relación con algunas funciones, a la <<localización>> del funcionamiento emocional, ni sabemos cuánta variación intersubjetiva hay” (Nussbaum, 2001: 144). Para Nussbaum las emociones son eudaimonistas, referidas al yo del individuo, y por tanto, implican a la propia experiencia del cuerpo, pero en su opinión esto no quiere decir que la emoción sea fruto del estado corporal, sino que la emoción que se proyecta tendrá un sentido, y sin un objeto hacia al que vaya dirigida no podrá de ningún modo ser interpretada, ni mucho menos saber qué emoción se está sintiendo. Sin el objeto que causa la emoción ni siquiera se producirían los cambios fisiológicos en el cuerpo, por ello, para nuestra autora concederle tanta importancia al cuerpo no da ninguna definición fiable de la emoción que se esté experimentando. Damasio también le concede capacidad interpretativa al sujeto con respecto al objeto de su emoción, pero no por ello le concede menos importancia a la fisiología del cuerpo que por esencia hace que una emoción sea

lo que es. Desde luego hay un proceso en el cual razón y emoción se conectan. La ausencia de cualquiera de ellos haría que el sujeto no actuase igual, ya que ambos procesos son igual de importantes. Nussbaum, en cambio, racionaliza de manera radical a las emociones, las convierte directamente en razón, cuando en realidad no lo son porque de hecho pertenecen a campos separados en el cerebro. Ya lo apuntaba Antonio Damasio, que el raciocinio y la voluntad se da en la corteza cerebral, denominado “piso de arriba” mientras que las emociones tienen lugar en la subcorteza, el denominado “piso de abajo”, que luego operen en conjunto en el área prefrontal a través del marcador somático, la memoria y la atención funcional, no quita la propia esencia que les confiere tanto a la razón como a la emoción, pues ninguno de ellos ha de prevalecer sobre el otro. Es por ello que Damasio verá en los efectos corporales el principio por el cual se es consciente de una emoción.

Otro dato importante que pasa por alto Nussbaum es el mecanismo encubierto en el que la señal que recorre el cuerpo pasa desapercibida apareciendo actuaciones sin previo razonamiento impulsadas por la emoción, como de hecho ocurre con las intuiciones. Para Damasio si hay casos en los que actuamos sin la influencia de la razón, sería razonable pensar que no toda emoción tiene implícita una creencia, ni tampoco que toda creencia irá en consonancia con la emoción. Por ejemplo, quien sufra de fobia a las arañas, y a pesar de saber que una araña es vulnerable ante un pisotón, huirá motivado por la propia emoción de miedo que empuja a saltar hacia un lado o a gritar del susto. Por lo tanto, una fobia no responde a la emoción como una creencia.

Carmen Trueba critica el cognitivismo de Nussbaum y considera que su teoría cognitivista de las emociones es demasiado radical, pues no hay necesidad de relacionar siempre los sentimientos de dolor o placer con nuestros juicios, ya que no siempre “nuestras emociones se modifican en consonancia con nuestras creencias” (Trueba, 2009: 159). Por eso, Trueba apuesta por relacionar el componente racional con el de las emociones, siempre y cuando se tenga en cuenta que toda emoción irá acompañada en mayor o menor medida de cambios fisiológicos en el cuerpo (palidez, alteración cardíaca, temblor...), cuya influencia del origen de la emoción irá en consonancia con la forma de ser del individuo, así como las condiciones en las que se experimentan y la manera de sentirlo y expresarlo.

Además, otro punto importante en Damasio es que a lo largo de sus investigaciones realizó diversos experimentos en los que se producía la misma conducta y reacción corporal cuando se les presentaba la misma situación a pacientes con la misma lesión cerebral, al igual que ocurre con las emociones innatas hay procesos fisiológicos que responden siempre a la constitución de la emoción en la que se recogen una serie de gestos musculares que la identifican independientemente de la creencia,

la cultura, la sociedad, etc. Un ejemplo de ello sería el propio gesto del asco, en el que se tiende a arrugar la nariz y ello es una reacción a la que toda persona sin excepción está sujeta, por eso para Damasio la reacción corporal es fundamental a la hora de definir e identificar una emoción, algo que para Nussbaum carece de importancia.

5. Conclusiones y vías abiertas

La historia de la filosofía demuestra el gran conflicto entre la razón y la emoción, sin embargo, en los planteamientos propuestos por los autores tratados en este trabajo se argumenta que no deben considerarse como aspectos que actúan por separado. Todos asumen que tanto la emoción como la cognición influyen en la vida en las decisiones del ser humano.

No obstante, no todos los autores otorgan la misma importancia a la razón y a la emoción. Aristóteles verá en las emociones formas de creencias, por lo que, contienen algún tipo de razonamiento. A partir de este planteamiento, su concepción de las emociones se fundamenta en una base racional. Spinoza por su parte creará que tanto emoción como razón son importantes a la hora de adquirir conocimiento, y que sin la emoción jamás podríamos constituir una idea, a la vez que sin la idea no podría existir una emoción, por lo que ambos serán aspectos de una misma moneda. James, en cambio, le concederá mayor importancia a las emociones y a la fisiología que por esencia las constituye, aunque sin prestarle tanta atención al componente cognitivo. Algo común a estos pensadores es la recuperación de las emociones olvidadas por los racionalistas.

Estos planteamientos han sido recogidos en la neurociencia y la filosofía actual por pensadores como Antonio Damasio y Martha Nussbaum, quienes basarán sus planteamientos en las teorías de los filósofos anteriores. Damasio verá que tanto emoción como cognición pertenecerán a campos separados que deberán de operar en conjunto para conseguir una vida eficiente y buena para el ser humano. No obstante, resaltaré la importancia de los procesos fisiológicos a la hora de construir la emoción, puesto que las emociones se encuentran innatas en un mecanismo biológico sujetas a estímulos producidos por los cambios corporales que hacen posible que se constituya una emoción. Ahora bien, la emoción se convertirá en sentimiento desde el mismo momento en el que el sujeto es consciente de los cambios corporales que ocurren en su cuerpo, y este sentimiento será una de las bases para el plano de actuación del individuo. Emociones aprendidas bajo el contexto social y cultural que darán cuenta de una ética y de unas normas y convenciones sociales basadas en sentimientos. Así pues, Damasio considera que tanto el sentimiento como la razón operan influyéndose mutuamente a la hora de actuar y decidir en el área prefrontal del cerebro, y que la ausencia de cualquiera de ellos puede derivar en la incapacidad para relacionarse con los demás.

Nussbaum, por su parte, creará que todo ser humano actúa bajo el principio eudaimonista de buscar su propia felicidad, y a partir de emociones en las que vienen

implícita una creencia y un objeto hacia el que van dirigidas. Propone que el sentimiento parte de los juicios que tenemos hacia un objeto, por lo que la emoción sería dependiente de la creencia. Esta es una postura mucho más racionalista y radical, en la que los propios efectos corporales se conciben probables e inciertos a la hora de construirse una emoción. Así pues, Nussbaum desprecia los efectos corporales sin los que nunca se podría tener conciencia de que las cosas de nuestro entorno nos afectan.

Aunque la autora no niegue los efectos fisiológicos ligados a la emoción, no les concede suficiente importancia. Nussbaum cree que en toda emoción viene contenida una creencia, pero esa creencia se origina a partir de experiencias que tienen que ver con la vida del ser humano. ¿Acaso alguien que nunca se haya enamorado puede tener una creencia de enamoramiento? ¿Puede reconocer el sentimiento de amor pasional sin haberlo sentido en su propio cuerpo? Desde mi punto de vista una creencia en el amor sin ninguna vivencia con contenido emocional previo, sin ninguna experiencia fisiológica que dé lugar a la aceleración del corazón es vacía. Toda emoción ha de constituirse antes por la propia reacción corporal. Aunque la emoción sea subjetiva y, por lo tanto, los procesos fisiológicos puedan ser distintos en diferentes sujetos, creo que todas las emociones se reconocen por la reacción corporal que, en mayor o menor medida, afectan al ser humano. Despreciar la reacción corporal y no concederle importancia, significa no apreciar el aspecto fundamental de la emoción, no concederle importancia a la experiencia, una experiencia que se modula con los cambios corporales que constituyen una emoción. Despreciar la reacción corporal sería como despreciar a los sentidos a la hora de adquirir conocimiento.

Por otro lado, las emociones hacen posible que el ser humano sea un ser sociable, que sea capaz de aprender las convenciones sociales marcadas por la cultura y el contexto social, pues la ausencia de las mismas incapacita al ser humano a la hora de relacionarse. Además son un aspecto fundamental en la educación, ya que tanto el componente cognitivo, como el aprendizaje, la atención, la memoria, la toma de decisiones, la motivación y el funcionamiento social están siempre afectados y subsumidos por la propia emoción. Sin embargo, la educación se ha centrado más en el aprendizaje desde un punto de vista cognitivo, en el razonamiento lógico como principal motor del éxito en la educación. Por ello, una vía que aún sigue abierta en este campo es la importancia de las emociones, puesto que todo aprendizaje necesita de alguna experiencia emocional, no puede ser únicamente racional. Las emociones influyen en todos los aspectos de la vida del ser humano, incluyendo a la escuela, en la que cualquier estado emocional afectará el aprendizaje del niño. Además, sin las emociones no existiría la creatividad, sin ellas el individuo no podría descubrir sus propias habilidades y dones, así como aquello que verdaderamente le apasiona. La

educación se ha servido del concepto de adquirir conocimientos que propicien un buen futuro para el individuo y, en consecuencia, para la sociedad. Una educación basada en dominar conocimientos y habilidades del razonamiento lógico en un sentido académico tradicional que implica adquirir conocimientos teóricos. Sin embargo, los avances en la neurociencia advierten que dominar conocimientos no es suficiente y, que el alumno debe saber elegir y posteriormente utilizar dichas habilidades fuera del contexto de la escuela. Dichas elecciones se basan en la emoción y el pensamiento emocional, por lo que la fisiología de la emoción y su consecuente proceso de sentimiento tiene enormes repercusiones por la forma en que aprendemos y por la forma en que consolidamos el conocimiento de acceso. Es por ello que los educadores deben entender la conexión existente entre la emoción y la cognición, aprovechando así ambos campos para el aprendizaje del ser humano.

Bibliografía

- ARISTÓTELES. (1998) *Ética Nicomáquea; Ética Eudemia*. Madrid. Editorial Gredos.
- DAMASIO. A. (1994). *El error de Descartes: La emoción, la razón y el cerebro humano*. Barcelona. Editorial Barcelona.
- DAMASIO. A (2003). *En busca de Spinoza: Neurobiología de la emoción y los sentimientos*. Barcelona. Editorial Destino.
- JAMES. W. (1884). "¿Qué es una emoción?". *Estudios de psicología*, nº 21.
- NIETZSCHE. F. *La Gaya Scienza*. Madrid. Editorial Biblioteca Nueva.
- NUSSBAUM. M (2001). *Paisajes del pensamiento: la inteligencia de las emociones*. Barcelona. Editorial Paidós.
- NUSSBAUM. M (1994). *La terapia del deseo: Teoría y práctica en la ética helenística*. Barcelona. Editorial Paidós.
- ORTIZ MILLÁN. G. (2007). "Naturalismo y racionalidad práctica en la teoría de Hume". *Acción*.
- SPINOZA. B. (2011). *Ética demostrada según el orden geométrico*. Madrid. Editorial Trotta.
- TRUEBA ATIENZA. C. (2009). "La Teoría Aristotélica de las emociones". *Signos Filosóficos*, vol XI, num 22.