

Análisis conceptual de la sensibilidad: de la sensación al sentimiento*

*Conceptual analysis of sensitivity:
from sensation to feeling*

ALFREDO ESTEVE MARTÍN**
JOAQUÍN VIDAL LÓPEZ***

Resumen: Con el presente artículo se pretende realizar una aproximación a los que se pueden considerar como los cuatro principales momentos de la sensibilidad, desde un diálogo interdisciplinar entre filosofía y ciencia (psicofisiología, neurociencia). La historia de estos conceptos (a saber: sensación, percepción, emoción y sentimiento) pone de relieve su complejidad, ya no solo en el seno de la filosofía, sino, también, en el diálogo que esta pueda establecer con otras disciplinas del conocimiento. En este sentido, expondremos sus principales caracteres respectivos, atendiendo a la línea de continuidad que pueda articularse entre ellos, y que pensamos que se puede establecer en torno a la menor o mayor presencia de la dimensión cognitiva, siempre a la luz de la complejidad de los procesos fisiológicos subyacentes a los comportamientos emocional, cognitivo y conductual de cualquier organismo, en concreto, del ser humano.

Palabras clave: sensibilidad, sensación, percepción, emoción, sentimiento, conducta.

Abstract: This article proposes a concept clarification of the different stages of sensitivity from an interdisciplinary dialogue between philosophy and the other branches of knowledge (psychophysiology, neuroscience). The history of these concepts, namely sensation, perception,

* Este artículo pertenece a la actividad correspondiente al proyecto financiado por la Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir "Repercusión vital (ética y cognitiva) de la dimensión afectiva del ser humano" (UCV.PRO.18-19.AI.31), del Grupo de Investigación 'Emoción, Cognición, Acción' de dicha universidad

** Secretario Académico de la Facultad de Filosofía, Letras y Humanidades de la Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir. E-mail: alfredo.esteve@ucv.es

*** Director de la Escuela de Posgrado School of Advanced Education, Research and Accreditation. E-mail: joaquinvidal.ps@gmail.com

emotion and feeling, highlights their complexity not only within philosophy but also in the dialogue that it can establish with other scientific knowledges. To establish its link between them, we think cognitive dimension can help us to conceptualized the complexity of the physiological processes, underlying to the emotional, cognitive and behavioural actions of any organism specifically of the human.

Key words: sensitivity, sensation, perception, emotion, feeling, behaviour.

Recibido: 19-1-2021
Aceptado: 31-8-2021

1. Introducción

La sensibilidad ha interesado desde siempre a la filosofía. Gracias a los órganos de los sentidos se puede dar la relación con el entorno, función indispensable para que cualquier organismo pueda sencillamente vivir. Nuestro sistema nervioso únicamente puede realizar su función si recibe un aporte constante de información, en virtud de la cual cada uno de nosotros realizará una serie de acciones para dar respuesta a sus propias necesidades en diálogo con las exigencias del medio, y así ir desplegando su existencia. Decía Ortega y Gasset que “frente al ser suficiente de la sustancia o cosa, la vida es el ser indigente, el ente que lo único que tiene es, propiamente, menesteres”¹, a diferencia de todo lo demás que, al igual que el astro —nos recuerda el filósofo madrileño— “va, dormido como un niño en su cuna, por el carril de su órbita”. Pues bien, uno de estos principales menesteres es el intercambio de información con el medio que todos los seres vivos, de una manera u otra, deben realizar para garantizar su supervivencia y desarrollo óptimos.

Este intercambio de información con nuestro entorno es posible gracias a la sensibilidad, un término multifacético², el cual ha sido abordado desde diferentes ramas del conocimiento, lo cual puede propiciar un diálogo interdisciplinar ciertamente fecundo entre la antropología biológica desde el lado de la filosofía, y la neurociencia o la psicofisiología desde el lado científico, tratando de comprender la especificidad humana en el seno de la dinámica de la evolución. Sin duda, el estudio de estos procesos en especies animales es de inestimable ayuda para comprender los secretos que se esconden en esa gran red neural alojada en nuestro cerebro, así como a identificar qué estructuras son más o menos compartidas con otras especies y qué estructuras son específicamente humanas, y cómo contribuye todo ello a nuestro comportamiento.

Una de las primeras conclusiones que se extraen es, precisamente, la necesidad de considerar esa dimensión biológica, orgánica, física, en nuestra humanidad. La atención de nuestra dimensión corpórea ha contribuido relevantemente a una mejor comprensión de nuestras vidas. Lo que no está siendo tan sencillo —a nuestro modo de ver— es su articulación conceptual; esta dimensión no es ni unitaria ni monolítica y, si a ello añadimos las distintas disciplinas del conocimiento que la tratan,

¹ J. ORTEGA Y GASSET, *Historia como sistema y Del Imperio Romano*, Revista de Occidente, Madrid 1941, p. 171.

² A. MENCATTINI & L. MARI, “A conceptual framework for concept definition in measurement: The case of ‘sensitivity’”, *Measurement*, 72 (2015), p. 77.

aparecen matices y diferenciaciones que le dotan de una pluralidad y riqueza considerables.

2. La sensibilidad

La concepción unitaria del ser humano ha sido una constante en la filosofía a partir del siglo XX. Esta idea ya estaba presente en la tradición judía, pero quedó relegada a un segundo plano por la fuerza y presencia global del pensamiento griego en nuestra cultura, el cual se extendió hasta la modernidad. Primaba así un estudio de lo humano desde un análisis estructural, sin alcanzar una comprensión dinámica de su 'sí mismo', desde su interior, biográfica, íntima. Imperó en nuestra tradición filosófica la concepción dualista paradigmáticamente expuesta por Descartes en la modernidad. A pesar de que en ella no dejaba de haber una conexión intrínseca entre *res extensa* y *res cogitans*, tal y como pone de manifiesto Dabrowski³, ciertamente no se llegaba a alcanzar esa concepción unitaria, por lo que fue puesta en entredicho por autores contemporáneos pertenecientes a diferentes tradiciones, como Bergson, Dilthey, Scheler, Plessner, Ortega o Gehlen, entre otros.

En el imaginario contemporáneo pronto comenzó a surgir la necesidad de aproximarse al ser humano no desde esa consideración primaria de la conciencia, que no se hacía debido a nuestra dimensión corpórea, sino, precisamente, desde ese enfoque unitario desde el cual considerar al cuerpo no como una parte, siempre inferior a la conciencia, sino como una dimensión intrínseca junto con ella. El ser humano no tiene un cuerpo, sino que es corpóreo; el cuerpo no es un mero habitáculo de lo que realmente sería nuestra humanidad (la conciencia, el espíritu), sino que conciencia y cuerpo forman una unidad indisoluble e insoslayable.

El estudio del ser humano desde este enfoque ha sido lugar común no solo en la filosofía del siglo XX, sino también en otras disciplinas científicas. Vaya por delante que el problema que aquí analizamos no es el 'estar en el mundo' en tanto que problema filosófico, sino el 'modo' de ese estar. Nuestro estar en el mundo no es un estar 'puro', sino que si nosotros podemos estar en la realidad, es por nuestra dimensión corpórea, que hace las veces de mediadora⁴. Es más, no podemos estar en el mundo si no es corpóreamente, como nos explica Julián Marías:

³ A. DABROWSKI, "Emotions in Philosophy. A short introduction", *Studia Humana* 5(3) (2016), p. 11. doi: 10.1515/sh-2016-0011.

⁴ J. M. BURGOS, *Antropología: una guía para la existencia*, Palabra, Madrid 2017, p. 68.

“Mi estar, aquel que da su sentido originario a este verbo, es ‘también’ corporal; quiero decir que no conozco otra manera de estar que no sea corpórea, que no esté condicionada por la corporeidad, que no acontezca según ella o se ‘realice’ en ella, y solo un esfuerzo mental sumamente penoso y arriesgado me permitiría pensar otras formas de estar, que ciertamente habrían de derivarse de la única que me es dada. En otras palabras, al nivel de la estructura empírica, ‘estar’ significa ‘estar corporalmente’”⁵.

Si traemos a colación estas ideas, es porque este encuentro —siguiendo a Marías— entre nosotros, en tanto que dimensión corpórea, y el mundo se articula alrededor de la *sensibilidad*: “La manera real de estar ‘en’ y ‘con’ la realidad, de ‘estar en el mundo’, es lo que llamamos sensibilidad; gracias a ella me encuentro y encuentro las cosas que están conmigo”⁶.

La sensibilidad también es estudiada desde otras disciplinas del conocimiento (científico), desde las cuales nos podemos hacer eco de diferentes rasgos. En psicofísica, por ejemplo, se destaca la capacidad de un organismo para recibir información, su receptividad; así, se considera a la sensibilidad como la excitabilidad, más o menos importante, que puede tener un sistema sensorial⁷. Sensibilidad tendría que ver, pues, con la capacidad para responder a una estimulación: a mayor sensibilidad, mayor capacidad para detectar estímulos de baja intensidad. En psicofisiología —por su parte— la sensibilidad es definida como “el conjunto de funciones de detección y discriminación de las características físicas y químicas de los estímulos”⁸. Desde esta disciplina, se estudia y se ponen de manifiesto los diferentes procesos que poseen los seres vivos gracias a los cuales pueden informarse de lo que ocurre en su entorno, atendiendo a aquella información que le suponga una mayor ‘significatividad’; lo cual está relacionado con la irritabilidad que tienen los tejidos vivos ante su exposición a estimulaciones físicas o químicas. Se puede observar una paulatina complejización a lo largo de la cadena evolutiva. En los organismos menos evolucionados, como los metazoarios, esta sensibilidad es indiferenciada a los diferentes tipos de estímulos, mientras que, en los organismos más desarrollados, se va realizando una progresiva especialización de los órganos receptores, que acaba provocando una segregación modal de las sensaciones. La filosofía, compartiendo de algún modo estas concepciones sobre

⁵ J. MARÍAS, *Antropología metafísica*, Revista de Occidente, Madrid 1970, p. 127.

⁶ *Ibidem*, 129.

⁷ H. BLOCH *et al.*, *Gran Diccionario de Psicología*, Ediciones del Prado, Madrid 1996, p. 740.

⁸ *Ibidem*.

los procesos según los cuales el individuo se relaciona con el entorno, intenta alcanzar una comprensión más honda de lo que significa esta relación y lo que comporta para su vida, así como de los estados cualitativos internos que la propician.

Un aspecto importante de esta captación sensorial del entorno físico que nos rodea es que va unida inexorablemente al autoconocimiento concomitante del propio individuo, y ello en dos aspectos. Por un lado, va a la par con la autopercepción de su cuerpo: “el animal –al igual que nosotros– capta la propia corporalidad en acción o potencial con relación a los espacios dinámicos cercanos al cuerpo”⁹, capta la propia identidad —podríamos decir— en su relación con el entorno. Y, por el otro, estructura esa información recibida, estructuración que también depende del sentido biológico de la situación. Ninguna relación con el entorno es neutra, sino que siempre está condicionada por el estado del individuo y por sus expectativas. Quizá sea una andadura errónea pretender distinguir en la sensibilidad “lo que se refiere a los objetos físicos de lo que constituye nuestro universo mental”¹⁰ porque –continúa este autor– “ver es proyectar parte de uno mismo en el universo físico”. La sensibilidad permite notar un estado cualitativo interno del sujeto, aunque relacionado con los objetos externos que le afectan¹¹. Algo que acontece en todo ser vivo.

Esta integración de la información no se realizará únicamente tomando como punto de partida la información que proviene de los receptores sensoriales, sino que en dichos procesos intervendrá también información proveniente de las experiencias anteriores. Todo este entramado de relaciones permitirá elaborar representaciones que no serán propiamente del estímulo, sino de objetos con un determinado marco de referencia estable, que estará centrado en el medio o en el cuerpo. Es así como se generan conocimientos útiles para el control y la planificación de las conductas, y que permiten acceder a formas superiores de adaptación¹².

Gracias a nuestra sensibilidad podemos tener noticia de nuestro entorno, de las cosas entre las que estamos. Sin duda, nuestra sensibilidad podría ser distinta, ofreciéndonos unos aspectos del mundo muy diferentes a los que somos capaces de sentir tal y como somos. Si no hubiera ciertos fenómenos ondulatorios con determinadas caracterís-

⁹ J. SANGUINETI, *Neurociencia y filosofía del hombre*, Palabra, Madrid 2014, p. 293.

¹⁰ R. VIGOUROUX, *La fábrica de lo bello*, Prensa Ibérica, Barcelona 1996, p. 286.

¹¹ J. SANGUINETI, *op. cit.*, 270-271.

¹² H. BLOCH *et al.*, *op. cit.*, 740.

ticas, no habría ni luz ni sonido; pero ¿los habría si no hubiera ojos u oídos? Tenemos las posibilidades sensibles que tenemos, y no otras, y es esta sensibilidad nuestra (de modo análogo también en el resto de especies) la que permite que se dé esa *intersección* entre los organismos y sus entornos; si el entorno es el mismo para todos los seres vivos, no así sus órganos sensibles, ofreciendo distintos resultados a dichas intersecciones, resultados que muy bien pueden identificarse con lo que se suele denominar *medio*.

Pero —como comentamos— la sensibilidad no se agota con la capacidad de relacionarse adecuadamente con el entorno, sino que su riqueza va más allá en tanto que gracias a ella el organismo obtiene noticia también de sí mismo, tanto más cuanto más alto está situado en la cadena evolutiva. Esta noticia no se tiene igual que se tiene extremidades, pulmones, corazón o cerebro; posee una especificidad relacional, dinámica, procesual, pero no por ello con un menor carácter de realidad. Se puede considerar que se da así entrada a un ámbito diferente, como es el emocional; un ámbito emocional que, si bien se puede considerar en sus estratos más bajos incluso en la vida microorgánica, se va complicando hasta los mamíferos superiores y primates, y por supuesto en el ser humano con la aparición de los sentimientos. Lo sentiente tiene que ver lógicamente con lo fisiológico, con ese aspecto de enraizamiento físico en lo real, pero no menos con todo ese ámbito humano afectivo, emocional, sentimental. Sentiente tiene que ver también con emoción, con sentimiento, con todo aquello que hace que un ser humano no entienda ni opte desde una razón eminentemente racionalista, fría, inhumana por otro lado:

“Afortunadamente, el interés por el que obran las personas no es solo el cálculo inteligente de la supervivencia o el bienestar, ni siquiera el bienestar de sus seres más queridos, sino también el aprecio por lo valioso, el disfrute de la relación mutua, la alegría de compartir el gozo, la tristeza por el sufrimiento, la indignación por el daño injusto, la estima de la dignidad ajena y propia”¹³.

Es el ámbito que podemos diferenciar —aunque no desvincular— del de la afección: el afectivo. Ciertamente se trata de dos ámbitos (el de la afección y el de la afectividad) que poseen cierta vinculación, pero que no se pueden confundir.

¹³ A. CORTINA, *Ética de la razón cordial*, Nobel, Oviedo 2007, p. 70.

3. Afección y afectividad

La *sensibilidad* está asociada con la información que somos capaces de recibir y de gestionar. Esta información está vinculada relevantemente con lo que está fuera de nosotros, con nuestro entorno: con las cosas, la naturaleza, las personas, las situaciones. Pero no únicamente con lo exterior, sino también con nuestro interior, con nuestro propio cuerpo, cuyo estado depende frecuentemente de dicho entorno. Esta noticia de nuestro cuerpo puede tener una doble dimensión: no es lo mismo sentir un dolor en una pierna, acidez en el estómago, entumecimiento de un músculo, frío o calor, por ejemplo, que sentir alegría o tristeza, o ánimo o desánimo. No es lo mismo sentir ‘algo en nuestro cuerpo’, o ‘algo de nuestro cuerpo’, que sentir ‘nuestro cuerpo’ de tal o de cual modo; en este segundo caso sentimos nuestro cuerpo, pero a la vez nos sentimos nosotros así; ya no es nuestro cuerpo el que está así (o una parte de él), sino que somos nosotros los que nos sentimos así.

A la luz de estas palabras y, siguiendo a Sanguineti¹⁴, se podrían distinguir dos niveles de sensibilidad, uno de carácter más objetivo y otro de carácter más subjetivo¹⁵. En referencia al primero, se pueden diferenciar a su vez los modos interno y externo. En el objetivo interno prima una noticia interior, a veces más pasiva, de carácter fisiológico o relacionada con nuestros procesos vegetativos, y que suele hacerse presente cuando algo supone un cambio de nuestro estado normal (un dolor de rodilla, frío o calor, una digestión pesada), y que tendría que ver con lo que Hildebrand¹⁶ denomina ilustrativamente ‘la voz de nuestro cuerpo’¹⁷; pero a veces más activa, de carácter sensomotor, o relacionada con el manejo voluntario de nuestro cuerpo (andar, realizar actividades, hablar, etc.). El modo objetivo externo tiene que ver con la noticia más allá de nuestro propio cuerpo, es decir, de nuestro entorno: tiene que ver con nuestra relación física con el ambiente. En cuanto al nivel subjetivo, hace referencia al modo en que uno se pueda sentir ‘en general’, en el que se percibe el cuerpo como ‘nuestro’, y que puede ser considerado más propio de la afectividad.

¹⁴ J. SANGUINETI, *op. cit.*, 271.

¹⁵ La clasificación de G. Marañón y A. Balcells (*Diccionario Espasa de síntomas y síndromes. Manual de diagnóstico etiológico*, Espasa Calpe, Madrid 2002, pp. 758-761), quienes también consideran que la sensibilidad puede ser subjetiva y objetiva, es cercana a esta, aunque que quepa en cada una de estas categorías difiera levemente.

¹⁶ Autor a cuyo análisis (*El corazón*, Palabra, Madrid 2009, pp. 57-89) también se aproxima el que aquí presentamos, y que distingue entre sentimientos físicos o corporales, y sentimientos psíquicos (humores o meramente psíquicos, y espirituales o intencionales).

¹⁷ Ídem, 61.

Así, podríamos distinguir en nuestra sensibilidad las siguientes esferas:

- Externa: vista, oído, olfato, gusto, tacto (cutánea, térmica).
- Interna:
 - Fisiológica y sensomotora: propiocepción, algesia o sensibilidad dolorífica, sensibilidad vestibular, sensibilidad visceral, incluso sensibilidad a los campos eléctricos o magnéticos (en algunas especies).
 - Afectiva (emociones, sentimientos, tono vital, estados de ánimo, etc.).

Ciertamente, las fronteras entre unas esferas y otras no están perfectamente delineadas, sino que se difuminan: son esferas que se permean entre sí. Pero pensamos que es razonable la diferencia que tratamos de establecer, ya no tanto entre la sensibilidad externa y la interna –quizá más evidente– sino entre los dos modos de la interna, entre sentir nuestro cuerpo y sentirnos a nosotros. En la sensibilidad interna afectiva también hay sin duda una dimensión corporal, pero de otro modo: no sentimos partes de nuestro cuerpo, o incluso aunque tengamos una noticia difusa del cuerpo (como el frío), no lo sentimos de modo objetivo; nos sentimos nosotros de modo holístico, global. En ambos casos nos percibimos a nosotros, pero no del mismo modo.

¿Dónde cabría situar la diferencia entre afección y afectividad? A nuestro modo de ver, tiene que ver con la diferencia entre ‘ser afectado’ y ‘afecto’. Cuando uno es afectado (en el sentido en que lo estamos tratando de exponer), en el momento concreto de la afección prima aquello que nos afecta; la sensibilidad se encuentra determinada (aunque no totalmente, como veremos más adelante) por aquello que le afecta; en el momento de la afección, no puede decidir que su cuerpo responda de un modo u otro al estímulo que le llega, sino que procesará el estímulo tal y como este le determine, según su propia disposición fisiológica. En el caso de los afectos, no es así del todo, pues en nuestros afectos nosotros intervenimos de modo más activo, y según procesos ciertamente más complejos; ‘intervenimos’, lo cual no quiere decir que ‘llevemos la iniciativa’, detalle que es ciertamente muy relevante.

Este momento del ‘peso del estímulo en el individuo’ se apoya a su vez en otro momento, que contribuye también a identificar y diferenciar ambos fenómenos: y es precisamente eso que aportamos (de modo consciente o no consciente) a dicho proceso. Partimos de la base de que nuestra sen-

sibilidad es inteligente, en sentido zubiriano. Ciertamente, el modo primario según el cual el hombre está situado en la realidad es mediante sus sentidos: “Todo lo que aprehendemos lo aprehendemos por los sentidos. No hay otros elementos que nos pongan en contacto con la realidad”¹⁸. Pero nuestra especificidad humana se plasma en sentir inteligentemente. Un sentir inteligente cuyo momento primario es lo que Zubiri denomina ‘aprehensión primordial de realidad’, una aprehensión de carácter formal, pero que ya pone de manifiesto el carácter inteligente de nuestro sentir¹⁹. Ahora bien: a partir de ahí, en la sensación nosotros podemos ir añadiendo ‘carga cognitiva’, sea a nivel consciente o no consciente²⁰, al proceso meramente fisiológico; de modo que, dicha sensación, nunca será (esperamos que se nos entienda) puramente fisiológica, sino que siempre vendrá ‘aderezada’, o ‘permeada’, por una dimensión cognitiva²¹.

Pues bien, a nuestro modo de ver, este incremento de la carga cognitiva puede servir de referente para ir distinguiendo los distintos conceptos que estamos tratando de definir. Creemos que en la afectividad hay una mayor relevancia de la carga cognitiva, en el sentido de que hay más significatividad (experiencias vitales, interpretaciones) y, en su seno, más en el sentimiento que en la emoción. Por su parte, pensamos que la dimensión cognitiva se va reduciendo en la percepción, y finalmente en la sensación, sin poder afirmar que desaparezca del todo (recordemos la aprehensión primordial de realidad, por un lado, y la influencia de nuestras experiencias pasadas, de nuestra biografía, en la funcionalidad de nuestros sentidos fisiológicos). Consideramos que en todo momento la cognición está presente, comenzando concomitantemente con la sensación; tan solo queremos indicar que nos parece razonable pensar que, en cada uno de estos procesos, su nivel de presencia no es la misma, sino que la dimensión cognitiva aparece según diferentes grados.

Pues bien, en lo que sigue vamos a tratar de estos dos ámbitos, el de las afecciones y el de los afectos, el de la sensación y percepción, por un lado, y el de las emociones y sentimientos, por el otro, a la luz de este planteamiento.

¹⁸ D. GRACIA, “Zubiri en los retos actuales de la antropología” (en A. PINTOR-RAMOS (ed.), *Zubiri desde el siglo XXI*, Publicaciones Universidad Pontificia de Salamanca, Salamanca 2009, pp. 111-158), p. 140.

¹⁹ X. ZUBIRI, *Inteligencia y realidad*, Alianza Editorial & Fundación Xavier Zubiri, Madrid 2006.

²⁰ También podríamos hablar aquí, incluso, del nivel fisiológico, sencillamente por las huellas neurales del aprendizaje de nuestras experiencias pasadas.

²¹ Decimos ‘esperamos que se nos entienda’ porque este ‘aderezo cognitivo’ no puede darse si no es a su vez por procesos fisiológicos, si bien diferentes a los estrictamente sensibles.

3.1. 'Ser afectado': sensación y percepción

Partimos de la base de que se produce un estímulo (externo o interno), que puede ser, en definitiva, cualquier circunstancia o acontecimiento que ocurra en la naturaleza (como una presencia o un olor), o en nuestro propio cuerpo (como vacío en el estómago o dolor en una articulación). En un momento dado, nuestras estructuras fisiológicas captan dicho estado: desde unas terminaciones nerviosas (más o menos superficiales de nuestro cuerpo, más o menos profundas o viscerales), se transmite la información al cerebro. Por lo general, estos procesos ocurren de modo no voluntario: es la *sensación*. Se podría definir, pues, como el proceso según el cual una información externa o interna, a la que denominamos *estímulo*, es captada por los receptores sensoriales los cuales, a través de las vías nerviosas y mediante una codificación electro-química, envían dicha información al cerebro, donde se continuará con el procesamiento, y se elaborará una determinada representación²².

Es importante destacar dos aspectos. El primero es que no podemos no sentir: cuando nos afecta un estímulo, lo sentimos. Si algo roza nuestra piel, lo tocamos (o somos tocados por ello); si ocurre cualquier fenómeno acústico a nuestro alrededor, lo oímos; cualquier objeto que se presente ante nosotros, lo vemos²³. Lo cual sin duda es una gran ventaja evolutiva, pues si pudiéramos 'desconectar' de nuestro entorno, estaríamos a su merced²⁴, y no podríamos actuar en consecuencia ante las modificaciones del mismo.

El segundo aspecto que quisiéramos destacar —y que nos va a abrir el camino hacia el segundo concepto— es que este resultado supone de entrada un 'recorte' de todo ese flujo de información que se encuentra disponible, y que nosotros elaboramos²⁵. Nuestra experiencia relacional con el mundo es ciertamente muy rica y dinámica, y toda representación supone perfilar todo ese entramado de información; un flujo que es necesario ir recortando, no solo porque no podríamos gestionar toda la infor-

²² E. JOHNSON, *Encyclopedia of Health*, Salem Press. 2019.

²³ Esto dicho a nivel general y primario. En cuanto al uso cotidiano de los sentidos, se podrían dar algunas excepciones. La más evidente sería obturar conscientemente las vías de entrada (si tenemos los párpados cerrados, podemos no ver; o poniéndonos tapones en los oídos podemos no oír, etc.). Pero hay otros fenómenos relacionados con nuestra sensación, en este sentido. Nos referimos a la *habituación*, por ejemplo, según la cual un mismo estímulo va tornándose en irrelevante, hasta incluso dejar de sentirlo. Lo mismo sucede con otros mecanismos fisiológicos, como la 'adaptación sensorial' o la 'fatiga', etc. O la *atención* (o falta de ella), que dota al sujeto de un fuerte componente selectivo.

²⁴ Algo que ocurre, por ejemplo, en los periodos de sueño, o de distracción, siempre hasta cierto punto.

²⁵ J. SANGUINETI, *op. cit.*, 284.

mación que nos alcanza, sino también porque el proceso de conocimiento implica fijar una información tanto conceptual como sensiblemente, aquella que nos sea útil para nuestra viabilidad evolutiva. De lo que se trata, como dice Vigouroux, es de “descubrir el estímulo significativo en el conjunto de los posibles”²⁶.

Y esto es algo que cada especie realiza a su manera. Cada especie realiza algo así como lo que Nicolai Hartmann denomina una ‘traducción a un lenguaje determinado’, al suyo. Es, efectivamente, una traducción de lo que sea la realidad estimulante al ‘modo de sentir’ del individuo; de una misma cosa, cada especie sentirá lo que tiene que sentir en orden a su supervivencia, y lo que no necesite, no. Por este motivo, aunque se trate de una relación ‘directa’, lo recibido sensiblemente no tiene por qué coincidir exactamente con el objeto que estimula: “las cualidades sensoriales no necesitan ser ‘semejantes’ a las cualidades del objeto (...), pero sí tienen que reproducirlo de algún modo –como si dijéramos en un lenguaje determinado–, o representarlo”²⁷. Lo importante desde el punto de vista biológico, no es reproducir la realidad con absoluta exactitud, sino reproducirla de un modo lo suficientemente fiel como para que el individuo se pueda relacionar adecuadamente con ella y poder continuar viviendo.

Un organismo no tiene noticia de todo aquello que pueda haber en su entorno. Como dice Llinás, en ese *telar encantado* (tal y como definió Sherrington al conjunto de redes neurales que conforman nuestro cerebro) no se dan todas las ‘tormentas posibles’, sino solo aquellas que presentan una isomorfía con su entorno, gracias a las cuales podemos representárnoslo adecuadamente²⁸. Si bien en los sueños nos inventamos tormentas creando mundos imaginarios, es la ‘tiranía’ de los sentidos la que propicia esta reducción, imprescindible sencillamente para poder desenvolvemos en la vida. Efectivamente, hay un primer filtro, como son las posibilidades sensitivas. Su resultado, como acabamos de explicar, es la transformación de un determinado entorno en ‘su’ medio. Y en ello interviene tanto la situación exterior como la propia situación del individuo: los procesos neuronales –tal y como nos explica Jesús Conill– no generan imágenes especulares de su entorno, sino que cabe entenderlos como ‘intérpretes de señales’: las representaciones neuronales poseen cierto carácter de ambigüedad, porque dependen del contexto y de la situación del individuo; no hay un mensaje preestablecido que nuestras

²⁶ R. VIGOUROUX, *op. cit.*, 177.

²⁷ J. BENAVENTE, *Hartmann y el problema del conocimiento*, Consejo Superior de Investigaciones Científicas, Instituto de Filosofía ‘Luis Vives’, Madrid 1973, pp. 136-137.

²⁸ R. LLINÁS, *El cerebro y el mito del yo*, Norma, Bogotá 2002, p. 3.

neuronas deban leer con total exactitud²⁹. Dice el filósofo valenciano un poco más adelante:

“Según Varela, en la experiencia hay una unidad intrínseca de componentes reales (lo vivencial y lo neural), que no se reduce a una ‘correlación’ de relata ya establecidos que entran en relación extrínseca, ni tampoco es aceptable interpretarla como una ‘relación causal’ unidireccional (causalidad unidireccional), sino como una ‘co-determinación’ o ‘vínculo activo’”³⁰.

Pero, en una segunda instancia, no todo lo que puede sentir un organismo de su medio lo siente; se realiza aquí un segundo proceso de selección el cual, básicamente, depende de dos fenómenos. ¿Qué hace que, en un momento dado, un organismo tenga noticia de un estímulo y no de otros? A nuestro modo de ver, ello se debe a una doble causa, una más específica del estímulo y otra del individuo. Por un lado, depende de la intensidad de aquel, que propicia que destaque sobre ese fondo difuso de todo lo que le rodea, y que, de alguna manera, se imponga: un sonido fuerte, por ejemplo, no puede dejar de ser oído y, sin duda, destaca sobre el fondo. Pero hay otro fenómeno especialmente importante, y que tiene que ver con la ‘significatividad’ que dicho estímulo posea para el organismo en cuestión, vinculada con los intereses vitales del individuo. En función de sus necesidades, o de sus expectativas, el organismo atenderá a unos estímulos y no a otros, eliminará información irrelevante (ruidos) y amplificará información significativa³¹. “En el grado elemental de la sensibilidad se entrevé una colaboración de los estímulos parciales entre sí y del sistema sensorial con el sistema motor que, en una constelación fisiológica variable, mantiene a la sensación constante, e impide definir el proceso nervioso como simple transmisión de un mensaje dado”, confirma Merleau-Ponty³². Este procesamiento ha de entenderse como una integración no mecánica de lo recibido, como una constitución de lo que el autor francés denomina ‘texto del mundo exterior’, ya que entender la sensación como el procesamiento puro de una información desligada de toda ‘carga subjetiva’ “no se adapta más que a la superestructura tardía de la conciencia”³³. Por este motivo se puede afirmar que lo sentido no es una fotografía de la realidad, sino un recorte significativo de la misma.

²⁹ J. CONILL, *Intimidad corporal y persona humana*, Tecnos, Madrid 2019, p. 81.

³⁰ *Ídem*, 89.

³¹ J. SANGUINETI, *op. cit.*, 284.

³² M. MERLEAU-PONTY, *Fenomenología de la percepción*, Planeta-Agostini, Barcelona 1993, p. 31.

³³ *Ídem*, 33.

Pues bien, este proceso de carácter más amplio es al que podemos denominar *percepción*, y que puede ser considerado como la finalidad de la sensación: la integración unitaria y estable de lo captado por ella en una unidad de orden superior³⁴. En la percepción se cuenta ya con un mayor nivel de procesamiento de una información, la cual es elaborada no solo mediante los procesos fisiológicos meramente considerados, sino a la luz del ámbito de significatividad del individuo en cuestión; se selecciona la información en función de la praxis vital del individuo³⁵. La percepción “se halla también directamente vinculada al objeto exterior [como la sensación], pero depende igualmente de una elaboración interna que le da sentido y requiere una poda de los componentes sensoriales no significativos”³⁶. Este horizonte de sentido no es tanto derivado de una percepción (concreta) como presupuesto de esta. Como muy agudamente observa Merleau-Ponty, nuestro campo perceptivo no solo está constituido por ‘cosas’, sino también por ‘huecos entre las cosas’³⁷. ¿Qué, si no, originaría la constitución de un objeto? La unidad del objeto resuelve un problema entre la vaga inquietud del individuo y las posibilidades latentes en el paisaje. La percepción categoriza lo sentido; y lo hace gracias a la experiencia del individuo que va consolidando los distintos objetos percibidos en la memoria, no a modo de ‘objetos cognitivos conscientes’, sino como “consolidación de los esquemas perceptivos en términos de asentamiento de circuitos neurales –memorización no icónica, refuerzo de las conexiones sinápticas–” y que será lo que haga posible las percepciones concretas³⁸. Percibir supone esa tensión entre la novedad de la información recibida y el reconocimiento de patrones perceptivos memorizados, tras la experiencia del sujeto³⁹.

Estos procesos (sensación y percepción) se dan en las distintas especies animales; y es fundamental para su supervivencia que en cada una de ellas funcionen bien, pues en caso contrario dicha supervivencia se pondría en evidencia. Como consecuencia de ello el individuo se representa su entorno, y lo ‘interpreta’, algo que, en el caso humano, se amplifica exponencialmente. Si esto es posible, es gracias a la existencia de este órgano singular, el cerebro, el cual posee un ‘precableado’ previo que los individuos poseen ‘de fábrica’, pero que precisa de su interacción con el entorno en su despliegue ontogenético. Nuestro cerebro está perma-

³⁴ J. M. BURGOS, *op. cit.*, 90.

³⁵ Algo de lo que, como ya hemos visto, la sensación no está desligada. Pero pensamos que en la percepción hay una mayor presencia de esta carga de significado.

³⁶ R. VIGOUROUX, *op. cit.*, 300.

³⁷ M. MERLEAU-PONTY, *op. cit.*, 37.

³⁸ J. SANGUINETI, *op. cit.*, 278.

³⁹ E. JOHNSON, *op. cit.*

nentemente generando imágenes de su entorno, las cuales están en continuo contraste con la información facilitada por los sentidos; las representaciones mentales deben ir modificándose al mismo ritmo al que se modifica la información sensorial. En este sentido se puede entender la percepción como la validación de nuestras representaciones internas por medio de la información sensorial⁴⁰; hay en ella algo que ponemos nosotros, ciertos esquemas con los que ya contamos y que empleamos con cierto carácter predictivo, y que deberán ser confirmados por el grueso de la información sensorial. De esta manera, nuestras reservas mnemónicas se van reconfigurando continuamente. Por un lado, estas reservas orientan la interpretación de la información recibida; por el otro, esta información recibida ayuda a confrontar dichas reservas, corrigiéndolas y modificándolas en lo que corresponda⁴¹.

3.2. 'Afectos': emoción y sentimiento

Hemos visto cómo la diferencia entre los procesos específicos de la sensación y de la percepción cabría establecerla en ese momento de significatividad del estímulo para el individuo, entendiendo significatividad en sentido amplio. Partiendo de una mera información sensible (sea externa o interna), hay un momento cognitivo que contribuye a su representación.

a) La emoción

Ahora bien, este momento cognitivo puede ir más allá: no solo a una representación de lo sentido, sino también a una interpretación de aquello que estamos percibiendo, y que revertirá a su vez en la propia percepción y sensación. Decimos esto en el sentido de que, según la percepción de que se trate, se generan en el organismo diferentes tipos de respuesta. ¿De qué depende que, ante algo percibido, el organismo se active fisiológicamente de una determinada manera o que, por el contrario, pase inadvertida manteniendo al individuo en su estado de neutralidad tónica?, se pregunta Fernández de Molina⁴². Debe haber algún proceso mediante el cual el cerebro sea capaz de 'decir' al organismo las respuestas de carácter fisiológico que debe realizar; respuestas que no son otra cosa que

⁴⁰ R. LLINÁS, *op. cit.*, 4.

⁴¹ J. SANGUINETI, *op. cit.*, 285.

⁴² A. FERNÁNDEZ DE MOLINA, "Como nos emocionamos" (en J. BOTELLA, & F. MORA, *¿Cómo funciona el cerebro?*, Ed. Secretariado de Publicaciones e Intercambio Científico de la Universidad de Valladolid & Fundación Duques de Soria, Valladolid 1997, pp. 11-20), p. 12.

emociones. “De no ser así, todos los estímulos, de cualquier naturaleza, producirían experiencias emocionales”, continúa este autor.

Surge en este contexto el concepto de *evaluación*, acuñado por Magda Arnold. Esta autora “definió la evaluación como la valoración mental del daño o del beneficio potencial de una situación y afirmó que la emoción es la ‘tendencia sentida’ que conduce a acercarse a cualquier cosa evaluada positivamente o a alejarse de cualquier cosa evaluada negativamente”⁴³. Nos damos cuenta de cómo, en el seno del proceso perceptivo, se puede dar cierta valoración (no necesariamente consciente, como ocurre a veces en nosotros, y que podemos afirmar que es el modo habitual de darse esa interpretación en el mundo animal), a consecuencia de la cual puede verse modificado el estado tónico vital. Proceso en el cual será necesario también incluir predicciones sobre cuáles serán los resultados de las acciones⁴⁴.

Se ha dado un paso más, porque eso que se ha percibido ha propiciado una modificación del tono vital. A nuestro modo de ver, esto supone el tránsito a la *dimensión afectiva*, emocional en primera instancia, sentimental en segunda⁴⁵. No todas las percepciones conllevan la entrada de la dimensión afectiva; dependerá de dicha valoración que sea así o no. Por lo general, el cerebro procesa la información sensorial sin ningún tipo de componente emocional. “No todos los estímulos recibidos por el cerebro generan expresión o experiencia emocional. El cerebro debe evaluar las señales entrantes y compararlas con los datos de memoria para determinar su significación. La evaluación es una etapa necesaria en la cadena de procesos que conducen a la experiencia y expresión emocional”⁴⁶. Es preciso que la información sensorial alcance ciertas áreas encefálicas para que se ‘coloreen’ emocionalmente. Gracias a ello, las emociones sirven para alejarnos de estímulos adversos, o aproximarnos a estímulos placenteros, juego del que se sirve el organismo para mantenerse en la existencia⁴⁷.

Pues bien, podemos advertir que en la emoción hay un estado corporal muy diferente a la de otras representaciones sensibles: no es lo mismo un dolor de rodilla, que sentirse asustado. De hecho, ante el dolor de rodilla, bien me puedo asustar por creer que me he roto la rótula, bien pue-

⁴³ J. LEDOUX, *El cerebro emocional*, Planeta, Barcelona 1999, p. 55.

⁴⁴ R. ADOLPHS *et al.*, “What is an emotion?”, *Current Biology* (2019) pp. 1060-1064.

⁴⁵ Se puede observar el paralelismo con el planteamiento propio de la antropología personalista (cfr: J. M. BURGOS, *op. cit.*, pp. 109-139).

⁴⁶ A. FERNÁNDEZ DE MOLINA, *op. cit.*, 11.

⁴⁷ F. MORA, *El cerebro sintiente*, Ariel, Barcelona 2000, p. 27.

do permanecer indiferente porque ha sido un golpe sin importancia, bien puedo alegrarme porque así no tengo que jugar ese partido de tenis al que no me apetecía mucho acudir. ¿Qué ha ocurrido ahí? Vaya por delante que la dimensión afectiva no surge de la nada, sino que se monta sobre la estructura neurofisiológica que dirige nuestros procesos vegetativos y metabólicos. Muy resumidamente, sabemos que en estos procesos juega un papel relevante el hipocampo, relacionado tanto con zonas corticales como subcorticales y periféricas, regulando homeostáticamente nuestras necesidades de todo tipo. Partiendo de esta subestructura vinculada al conocido como ‘cerebro reptiliano’, emergen distintas vivencias afectivas en torno al ‘sistema límbico’, las cuales se experimentan cualitativamente de modo diverso a la mera percepción, contribuyendo a la gestión orgánico-vital de la existencia, guiando la conducta intencionalmente. Es por esto por lo que la dimensión afectiva no puede ser reducida a la dimensión vegetativa, sino que va más allá de ella en el sentido de que no está únicamente referida a procesos de esta índole (vegetativa), sino que entran en juego consideraciones allende la misma, como los relacionados con la acción, tal y como comenta Greenspan: “Tales estados [las emociones] son comúnmente consideradas como contrarias a la razón, que desorientan y distorsionan el pensamiento práctico. Sin embargo, hay un sentido también en el que las emociones son un elemento del razonamiento práctico, entendido en sentido amplio como un razonamiento vinculado a la acción”⁴⁸.

Si decíamos que el tránsito entre la sensación y la percepción se articulaba alrededor de ese momento de significatividad, estimamos razonable que el tránsito entre la percepción y la emoción se pueda establecer en el momento de la ‘evaluación’; es decir, una valoración (normalmente no consciente) de la situación. Como comentan Kirman *et al.*, “las emociones aparecen como un medio para evaluar situaciones y centrarse en las características de situaciones que son relevantes para nuestros propósitos”⁴⁹. Esto es algo que ocurre en las especies animales, a consecuencia de lo cual el individuo actuará de una manera o de otra. Se modifica el estado tónico y, a partir de dicha modificación (propiciada por la evaluación de aquello que se ha percibido), se actuará de un modo o de

⁴⁸ A. KIRMAN, P. LIVET & M. TESCHL, “Introduction. Rationality and emotions”, *Philosophical transactions of the Royal Society*, B(365) (2010) p. 215. doi:10.1098/rstb.2009.0194. Traducción propia. La cita literal es: “Such states [emotions] are commonly thought of as antithetical to reason, disorienting and distorting practical thought. However, there is also a sense in which emotions are factor in practical reasoning, understood broadly as reasoning that issues in action”.

⁴⁹ Ídem, 216. Traducción propia. La cita literal es: “emotions appear as means for evaluating situations and focusing on features of situations that are relevant for our purposes”.

otro. La respuesta emocional nos dirige así hacia un determinado tipo de conducta: “cada emoción ofrece una disposición definida a actuar; cada una señala una dirección que ha funcionado bien para ocuparse de los desafíos repetidos de la vida humana”⁵⁰.

Las emociones pueden ser experimentadas por cualquier especie animal, e incluso pueden ser rastreadas hasta los seres unicelulares, en los cuales se encuentran ya conductas relacionadas con refuerzos y castigos⁵¹. Dichos procesos, ya presentes en estos seres carentes de sistema nervioso, se han mantenido con su aparición y complicación en los seres pluricelulares, dando pie a pautas bastante estables a lo largo de la cadena evolutiva, que han llegado hasta la especie humana. Desde esta perspectiva, la emoción es definida fundamentalmente desde su relevancia en la conducta del individuo; podemos entender por emoción, en general, un conjunto de respuestas fisiológicas y de comportamientos característicos, en los que entran en juego factores conductuales y motores, nerviosos (autónomos) y endocrinos⁵². Fernández Molina lo explica con estas palabras:

“Una vez que la información sensorial es evaluada al integrarla en la amígdala con la información procedente de los sistemas de refuerzo, tanto de recompensa como de castigo, las disposiciones innatas de la amígdala son activadas automáticamente y puestas en marcha las diversas respuestas a partir del hipotálamo y tronco del encéfalo. Esta respuesta tiene cuatro componentes: 1. la activación del sistema motor para generar las posturas y expresiones faciales adecuadas; 2. la activación del sistema nervioso autónomo cuyas señales van a generar en las vísceras el estado habitualmente asociado con la situación desencadenante; 3. la activación del sistema endocrino y 4. la activación de núcleos de neurotransmisores (noradrenalina, serotonina, dopamina y acetilcolina)”⁵³.

⁵⁰ R. GUTIÉRREZ, “Enfoque biológico en el estudio de los seres humanos” (en L. CALISAYA, J. CHOZA, P. DELGADO, & A. GUTIÉRREZ, *Afectividad y subjetividad*, Thémata, Sevilla 2019, pp. 101-111), p. 102.

⁵¹ F. MORA, “¿Qué es una emoción?”, *Arbor. Ciencia, Pensamiento y Cultura*, 189(759) (2013), p. 3.

⁵² J. SANMARTÍN, *La mente de los violentos*, Ariel, Barcelona 2002, p. 21.

⁵³ F. MORA, *op. cit.*, 4.

b) El sentimiento en la neurociencia

Otro asunto es la diferencia que se pueda establecer entre emoción y sentimiento. Y aquí hay que distinguir el planteamiento neurocientífico del filosófico⁵⁴. Veamos el primero. A pesar de la complejidad de nuestro cerebro, las estructuras encefálicas emocionales no son muy diferentes a las de otras especies animales. Lo que sí que es cierto es que, en nuestro caso, hay un elemento añadido, como es nuestra inteligencia, la cual ciertamente influye en todos estos procesos que estamos comentando, distinguiéndolos cualitativamente. Hemos hablado de la presencia de la cognición, de menor a mayor grado, la cual queda ahora elevada al nivel de consciencia. Los procesos conscientes pueden modular los procesos emocionales ‘ya’ comenzados (así como intervenir en su propio origen, punto en el que cabría situar la diferencia entre las emociones primarias –de carácter más innato, o biológico– y las secundarias –de carácter más cultural o social). Démonos cuenta de que, cuando tomamos consciencia de una emoción, la emoción por lo general ya se ha disparado, los procesos fisiológicos que la acompañan ya están en marcha; y es ‘después de’ cuando tomamos consciencia de ella. Pues bien, esa toma de consciencia⁵⁵ de la emoción es lo que desde la neurociencia se denomina *sentimiento*. “Si el componente expresivo de la emoción es el conjunto de cambios en el estado corporal asociados con las imágenes mentales que activaron el sistema evaluador específico, *el sentir una emoción* es la experiencia de tales cambios superpuesta a las imágenes mentales que iniciaron el ciclo”⁵⁶.

En el caso humano, la consciencia puede intervenir de dos modos: uno, según la noticia que podamos obtener de la experiencia de esos procesos no conscientes que también se dan en nosotros (sensación, percepción y emoción); otro, en la participación activa en esos procesos que ya se han iniciado. Se produce así una amplificación de las posibilidades afectivas (y cognitivas y conductuales): partiendo de las emociones primarias, universalmente compartidas en tanto que son patrimonio antropológico de nuestra especie (compartidas también con otras especies animales), hay una diversidad importante de emociones secunda-

⁵⁴ A. ESTEVE, “El sentimiento: entre la filosofía y la neurociencia”, <https://proyectosocio.ucv.es/articulos-filosoficos/el-sentimiento-entre-la-filosofia-y-la-neurociencia-por-alfredo-esteve/> [01.11.2018].

⁵⁵ Para referirnos a este fenómeno emplearemos mejor el término ‘consciencia’ que ‘conciencia’, ya que este último tiene una carga de significado en la filosofía muy importante en referencia a ámbitos morales y éticos, e incluso cognitivos, que podrían llevarnos a confusión. Cuando hablemos de ‘ser consciente de algo’, de la noticia de algo, emplearemos este término: ‘consciencia’.

⁵⁶ A. FERNÁNDEZ DE MOLINA, *op. cit.*, 18.

rias, aprendidas culturalmente, y en distintos niveles de relevancia. Pero, estrictamente hablando, desde la neurociencia se entiende sentimiento como la toma de consciencia de una emoción.

Ciertamente, este uso del término ‘sentimiento’ no es tampoco ajeno a la filosofía. Desde esta perspectiva, ‘sentimiento’ tendría que ver con el tener noticia de algo, el ser consciente de algo: del mismo modo que tenemos un sentimiento de una emoción, podemos tener también sentimiento de un deseo, tal y como Pfänder nos explica⁵⁷. Por este motivo, se ha solido otorgar a los sentimientos (así sobre todo en la fenomenología de los valores) cierto carácter cognitivo, e incluso cierto carácter moral, de modo que, frente a las emociones, de carácter más motor, los sentimientos poseerían en sí mismos un momento valorativo. Entendemos que hacia algo así apunta Choza: “Los sentimientos son, así, el momento cognoscitivo de los impulsos y tendencias, de esos dinamismos temporales en los que consiste la vida. Se entiende así los sentimientos como equiparables a las pasiones, y como diferentes de las emociones, de índole más cognoscitiva que motora”⁵⁸, a saber: “como valoración de lo real desde el punto de vista de la dinámica del organismo o del psiquismo”⁵⁹.

c) *El sentimiento en la filosofía*

Pero pensamos que este concepto de sentimiento puede ser enriquecido. La tradición filosófica nos permite comprender el sentimiento desde otra perspectiva, esbozada desde una consideración no tan instantánea o momentánea de la afectividad, más propia de los procesos fisiológicos que constituyen el principal objeto de la neurociencia, sino desde una lectura diacrónica del proceso afectivo; es decir, desde el hecho de cómo va evolucionando en el tiempo esa ‘carga afectiva’ que da comienzo en nosotros con el disparo emocional. Creemos que es una experiencia compartida que la energía afectiva que se activa en una emoción ante cualquier suceso, no se mantiene constante en el tiempo, sino que se va modulando poco a poco, menguando de modo paulatino hasta que finalmente desaparece (o, en su caso, dando comienzo a otro proceso emocional, solapándose con él).

Pensemos en un animal cualquiera, el cual en un momento dado es afectado por un estímulo. Puede ocurrir que dicho estímulo no sea rele-

⁵⁷ A. PFÄNDER, *Fenomenología de la voluntad. Motivos y motivación*, Avarigani, Madrid 2011, p. 33.

⁵⁸ J. CHOZA, *Historia de los sentimientos*, Thémata, Sevilla 2011, p. 14.

⁵⁹ Ídem, 17.

vante, y sea ignorado: habrá sido sentido y percibido, pero habrá pasado a la historia sin mayor pena ni gloria; pero también puede ocurrir que sí lo sea, relevancia que tendrá que ver con su supervivencia. En este caso se activan unos procesos emocionales que lo pondrán en guardia, y que le habilitarán para reaccionar de modo adecuado. Estos procesos no son conscientes, y el mismo animal no sabe por qué reacciona del modo en que lo hace; lo que ocurre es que es capaz de percibir y de procesar dicho estímulo de un modo concreto, que provocará en él una determinada reacción, mediando su legalidad instintiva. Este estímulo ha provocado una modificación en su tono vital, un cambio puntual e intenso, cuyo resultado ha sido una determinada conducta, tras la cual volverá a un estado de equilibrio.

Parece razonable afirmar que el desarrollo de la afectividad en los animales, en general, es menos complejo que en nosotros. Podemos plantearnos a qué puede ser debido. Partimos de la base de dos consideraciones:

- Que lo específico del ser humano es su formalidad de realidad, su *inteligencia sentiente* o *sentir inteligente* (leído en clave zubiriana)⁶⁰, su capacidad para aprehender la realidad como ‘de suyo’, su capacidad para tener consciencia de su entorno, así como de sí mismo: es la *formalidad de realidad*.
- Consecuencia de ello, nuestra capacidad racional-lingüística, gracias a la cual la significatividad se amplía exponencialmente, por sus caracteres distintivos, a saber⁶¹: la *referencia simbólica arbitraria* (es decir, la capacidad de utilizar símbolos para referirse a objetos o eventos que están desligados del contexto presente), la *doble articulación* (es decir, que con unos pocos sonidos, podemos formar decenas de miles de palabras; y, con estas palabras, podemos formar infinitas oraciones), y, por último, goza de una inmensa *productividad* o *creatividad*, cuya capacidad de generar significados no tiene límite.

Si la vida afectiva de un animal es más dependiente del contexto, es precisamente por la ausencia de inteligencia sentiente (aunque no de cognición ni de capacidad para resolver problemas). Algo que no ocurre en el caso humano, cuya riqueza afectiva es manifiesta. El salto cualita-

⁶⁰ El sentir inteligente zubiriano hay que entenderlo desde la globalidad del proceso homeostático, en el que se encuentran presentes tres momentos: afección, modificación tónica y respuesta; aunque nosotros insistamos en este artículo en solo uno de ellos, este no puede ser contemplado sino en intrínseca conexión con los otros dos.

⁶¹ F. CUETOS, J. GONZÁLEZ & M. DE VEGA, *Psicología del lenguaje*, Editorial Médica Panamericana, Madrid 2018, pp. 29-31.

tivo que supone el sentir inteligente humano, frente al *puro sentir* animal (siguiendo a Zubiri), conlleva un enriquecimiento cualitativo en nuestra relación con el medio respecto a la que es establecida por otras especies, con efectos en todos los órdenes: en la capacidad cognitiva para representarnos las cosas, para conceptuar, pensar, imaginar, fantasear, deliberar; en opciones y posibilidades a la hora de actuar; y en la capacidad afectiva, en la que los procesos emocionales pueden ser considerados ya no a nivel primario, más básico, sino a nivel secundario, influenciados por los entornos culturales y sociales más complejos.

Pues bien: entendemos que este tránsito no solo revierte en la toma de consciencia de la emoción, sino que a su vez modula la diacronía de la afectividad. Una vez producida la descarga emocional, nuestra afectividad no se reduce drásticamente como en otras especies, sino que seguimos teniendo una determinada carga afectiva, más extendida en el tiempo, aunque seguramente no tan intensa como la emocional inicial. Digamos que esa fuerte descarga afectiva inicial se va modulando con el tiempo, pero no desapareciendo, sino que se modera estabilizándose. Podemos tener consciencia de esa descarga inicial, pero también de cómo esa primera descarga se va desplegando diacrónicamente.

Partimos de la base de que en la emoción hay una dimensión cognitiva, aunque sea no consciente, que es la que permite evaluar la situación; la consecuencia de dicha evaluación podrá ser la aparición de una emoción determinada. Esto, efectivamente, dura muy poco tiempo: ese disparo es prácticamente inmediato. Pero ¿qué ocurre después? La neurociencia distingue entre emociones (procesos fisiológicos) y sentimientos (la toma de consciencia de dichos procesos fisiológicos). Pero el caso es que dichos procesos fisiológicos de carácter afectivo siguen estando presentes, se siguen dando, evolucionan en el tiempo. Pues bien, desde una perspectiva más filosófica pueden entenderse como sentimientos estos estados fisiológicos que suceden al disparo emocional, los cuales, desde este punto de vista, son estrictamente afectivos, independientemente de que seamos conscientes de ellos o no. Tanto emociones como sentimientos pertenecerían a nuestra dinámica afectiva, independientemente de que tengamos consciencia (o no) tanto de las unas como de los otros. Y el caso es que esta vida sentimental es muy importante en las personas, pues posee una presencia relevante en nuestro día a día, además de que, a causa de la inteligencia sentiente humana y de las posibilidades de la formalización de nuestro cerebro, su riqueza y diversidad es innegable.

Ciertamente, hay en el disparo inicial un momento no consciente, pero que, como muy bien se describe desde la neurociencia, es mínimo;

enseguida hace acto de presencia la consciencia, que interviene detectando qué le está pasando en ese momento a nuestro cuerpo, por un lado, y afectando a dicho proceso, por el otro. Pero una cosa es la toma de consciencia, y otra los procesos afectivos que se dan en nuestro organismo de los cuales tomamos consciencia. Una cosa son los procesos afectivos, y otra los procesos cognitivos mediante los cuales tomamos consciencia de ellos (e independientemente de que puedan revertir en ellos).

Parece razonable pensar que, en el caso humano, se dan procesos emocionales análogos a los animales; y que el peso que lo cognitivo tiene en los procesos específicamente humanos es mayor, de modo que lo cognitivo por un lado interviene en su génesis, y por el otro revierte en dicho proceso, complejizándolo. Esto nos puede llevar a pensar que, del mismo modo que los animales elaboran la información recibida valorando si es relevante o no para su supervivencia, en función de lo cual activarán los procesos fisiológicos correspondientes o no, también los humanos realizan una primera elaboración cognitiva no consciente, a la cual se sumará en un breve lapso de tiempo la consciente (la interpretación o lectura de lo que nos acontece), modulando la emoción preconsciente. Se puede decir que el proceso emocional animal, más rígido, se hace más flexible, como un ‘muelle’, en el caso humano, a causa de la hiperformalización de nuestro cerebro, dando comienzo a un ‘diálogo’ entre los procesos afectivos y cognitivos que se retroalimentan mutuamente. No hay que descubrir a nadie la complejidad de nuestra vida sentimental, tal y como se pone de manifiesto en el exhaustivo análisis de Von Hildebrand⁶². La identificación de estos procesos quizá nos permita soñar, en la misma línea establecida por el filósofo italiano, con la unificación de los procesos cognitivo-afectivos, o mejor, afectivo-cognitivos; o mejor aún: dada la implicación también de los procesos conductuales o volitivos, de los procesos afectivo-cognitivo-conductuales⁶³.

Por su parte, y ya para concluir, entendemos que este proceso afectivo no se agota en nosotros con la emoción y el sentimiento. Podemos distinguir, aumentando el plazo, en estados afectivos más o menos largos,

⁶² Cfr. *El corazón*. A nuestro modo de ver, su riqueza estriba no solo en el análisis de la vida sentimental humana, sino también en la íntima vinculación que establece con nuestras otras dos grandes facultades (inteligencia y voluntad), así como en los distintos niveles en que cabe situar sus respectivos ejercicios en función de la amplitud y de la profundidad del horizonte del individuo.

⁶³ De hecho, aquí se puede encontrar la idea base de conceptos que otros autores han acuñado –cada uno con sus matices– como pueda ser la *experiencia* según John Dewey en su *El arte como experiencia* (Paidós, Barcelona 2008), o la *acción* según Karol Wojtyła en su *Persona y acción* (Palabra, Madrid 2017) y que Juan Manuel Burgos ha actualizado y enriquecido con su propuesta de *La experiencia integral* (Palabra, Madrid 2015).

más allá de los sentimientos, y que se concretan en lo que se puede denominar *estados de ánimo*: a veces más exaltados, a veces más apagados. Subyaciendo a los cuales se da en cada uno un determinado *tono vital*, que viene a ser algo así como la afectividad de base que tenemos cada uno dada nuestra personalidad, nuestro carácter, nuestra fisiología... y que nos acompaña toda nuestra vida (independientemente de que pueda también evolucionar, aunque a muy largo plazo). Quizá hacia algo así apunte Damasio cuando habla de *sentimiento de fondo*, el cual se correspondería con el estado corporal que predomina entre diversos sucesos emocionales; es decir, como “nuestra imagen del paisaje del cuerpo cuando no se estremece de emoción”⁶⁴. La dimensión afectiva humana no solo tiene que ver con ‘mapas corporales dinámicos’, sino que también existen ‘mapas más estables’ de la estructura general del cuerpo, que no por ser estables, dejan de ser también estados afectivos. Este sentido corporal de fondo está siempre presente, aunque, ocupados en otros asuntos más importantes o urgentes, suele pasar desapercibido. Un sentimiento de fondo que, dicho sea de paso, no deriva de una emoción⁶⁵.

4. Conclusión

Una vez dibujada la relevancia de la sensibilidad en la vida de todo ser vivo, también en la nuestra, se la ha tratado de describir en función de cuatro momentos de sucesiva complejidad que puedan dar razón de ella: sensación, percepción, emoción y sentimiento. Tras una aproximación a los mismos desde la filosofía y desde la ciencia, se ha argumentado que un criterio para distinguirlos y para, a la vez, situarlos en una línea de continuidad, puede ser la presencia de la dimensión cognitiva, siempre a la luz de la situación total en que se encuentre el individuo (es decir, de sus necesidades, de sus expectativas, etc.).

Independientemente de que los límites entre ellos son difusos, parece razonable afirmar que en estos cuatro momentos se va dando una creciente presencia (sin considerarla como fundamento único de los mismos) de los procesos cognitivos superiores, entendidos en sentido amplio: significatividad, evaluación y consciencia. Esta presencia cada vez mayor se da al mismo tiempo que aumenta la complejidad de los mismos y del sistema nervioso que les sirve de sustento.

⁶⁴ A. DAMASIO, *El error de Descartes*, Planeta, Madrid 2014, p. 214.

⁶⁵ F. MORA, *El cerebro sintiente*, p. 23.