

Tema 8. La afectividad

8.1. La apetición, el apetito y lo apetecible

Después de estudiar las facultades y actos cognitivos, pasamos a ocuparnos de la afectividad humana, tanto de nivel sensitivo, cuyos actos son las emociones, como de nivel intelectual, los actos voluntarios.

Al tratar sobre el conocimiento sensorial hemos explicado brevemente lo que caracteriza al apetito y que lo diferencia de la razón: el ser una realidad *conativa, tendencial*. Mientras que las facultades cognoscitivas traen lo conocido al interior del cognoscente, haciéndolo ser de un modo inmaterial, el apetito tiende a la cosa en su realidad física.

La apetición depende de un conocimiento previo de tipo valorativo, en el que la cosa es captada como buena o mala. El bien atrae al apetito; el mal, lo repele. El apetito del bien es el motor de toda la actividad afectiva, porque el mal se rechaza por ser contrario a un bien que se apetece.

Las facultades apetitivas se distinguen según los conocimientos que las activan, porque estos son los que les presentan sus objetos. Estos son básicamente el conocimiento sensitivo, en sentido amplio, que activa a los apetitos sensitivos; y el conocimiento intelectual, que activa al apetito intelectual o *voluntad*.

Nos interesa aquí primeramente el apetito sensitivo, es decir, el que pertenece al orden de la vida sensitiva. Los apetitos sensitivos son potencias que tienen por *objeto* los valores particulares captados por el sentido, especialmente los intencionales. Estos y el apetito sensitivo tienen, por lo tanto, el mismo objeto: los valores vitales particulares, pero de modo distinto. Los sentidos son las facultades que los captan; el apetito sensitivo, en cambio, es la facultad de la que surge el movimiento subsiguiente, de conato de aproximación o alejamiento del objeto evaluado, según que esa valoración sea positiva o negativa. La evaluación positiva es la que estima que en el objeto hay un valor positivo, es decir, un bien; la negativa, la que evalúa la presencia de un mal. Los bienes a que el apetito sensitivo tiende son los bienes a que puede acceder la percepción sensorial: bienes particulares. Estos bienes son: a) aquello que es perceptible como agradable al sentido exterior, llamado clásicamente "bien deleitable"; y b) aquello que es captado como útil y conveniente sólo por el sentido interior (la estimativa o cogitativa, y la

memoria), llamado clásicamente “bien arduo”, bien difícil, porque a veces se busca a pesar de que desagrada al sentido exterior. Esta distinción de bienes es el fundamento de la distinción de dos facultades apetitivas sensitivas:

- A) La que se suele llamar “apetito concupiscible” o desiderativo, cuyo objeto es el bien deleitable.
- B) El “apetito irascible”, cuyo objeto es el bien arduo.

Estas dos facultades tienen varios movimientos diversos, según que el apetito se disponga de un modo u otro ante estos bienes (o a los males que se les contraponen) y según diferencias en los objetos (por ejemplo, que estén presentes o que sean futuros, que sean posibles o imposibles de conseguir o evitar, etc).

Según el diccionario de la RAE, la emoción es una “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”. La definición no es mala, pero es insuficiente. Pasa por alto un carácter esencial de la emoción: el ser un movimiento apetitivo. Esto nos lleva al siguiente tema.

8.2. La vivencia de las emociones

La experiencia de la emoción es compleja. Implica, en primer lugar, el sentimiento de la modificación orgánica. Se trata de las sensaciones corporales y sentimientos vitales de los que hemos hablado al tratar sobre la sensación: sensaciones viscerales y musculares, sentimientos de dolor, irritación, etc. Es evidente que la mayor parte de las vivencias emocionales implica el sentimiento de la modificación corporal: por ejemplo, en la angustia (que es una especie del temor), se siente una opresión en la garganta, el pecho y las vísceras que no es otra cosa que información acerca del propio estado corporal. Esto se debe a que la dimensión “material” de las emociones (o tal vez su manifestación) consiste en el funcionamiento de varios sistemas orgánicos (muscular, visceral, endocrino), y en particular en la activación o inhibición del sistema nervioso vegetativo (simpático o parasimpático), que produce estas modificaciones orgánico-vegetativas, así como otras (palpitaciones, sudoración, etc.).

La observación de este fenómeno llevó a William James y a Carl Lange a sostener que la emoción no es sino una variedad de cognición. Se trata de reducir la emoción a la experiencia de las modificaciones corporales

consiguientes a una evaluación. Esta teoría se sintetiza con la célebre afirmación: “no lloro porque estoy triste, sino que estoy triste porque lloro”. Una actualización de esta teoría, muy criticada por autores posteriores (especialmente por Cannon), la hizo recientemente el fisiólogo Antonio Damasio. Este autor distingue entre lo que él llama *emociones* y los *sentimientos*. Las primeras, serían, simplificando un poco, los movimientos viscerales consiguientes a una evaluación cognitiva. Los segundos, la sensación o cognición de tales modificaciones viscerales.

Veo la esencia de la emoción como el conjunto de cambios del estado corporal que son inducidos en multitud de órganos por los terminales de las neuronas, bajo el control de un sistema cerebral dedicado, que está respondiendo al contenido de pensamientos en relación a una entidad o acontecimiento determinado. [...]

Adviértase que, por el momento, dejo fuera de la emoción la percepción de todos los cambios que constituyen la respuesta emocional. [...] reservo el término sentimiento para la experimentación de dichos cambios (Damasio, 2003, p. 135).

Esta teoría, aun con la sofisticación neurológica con que la expone Damasio, es excesivamente simplista, y deja de lado sectores importantes de la experiencia. Es evidente que la mayor parte de las emociones (no necesariamente todas) tiene como su causa material la movilización de los sistemas muscular y visceral, que puede ser “sentida”. Por eso muchas veces se intercambia el término “emociones” por “sentimientos”. Este sentimiento del cuerpo es vitalmente importante: si algo captado como malo nos “duele” incluso físicamente, nos sentiremos más inclinados a evitarlo. Pero la emoción no se reduce a los sentimientos corporales. Esto se comprueba fácilmente provocando los movimientos autónomos, viscerales y musculares por vía artificial y no “intencional”. Si inyectamos a alguien adrenalina, sentirá su cuerpo dispuesto de un modo semejante a la ira, y sin embargo, a pesar de estar de hecho más dispuesta a sentir ira, la persona se da cuenta de que no es exactamente ira lo que siente.

Es a éste nivel que pueden influir técnicas como las de relajación o los masajes. Puede ser muy útil a quien padece algún trastorno de angustia aprender ejercicios de relajación. Estas técnicas no enfrentan al objeto angustiante, sino a los efectos orgánicos de éste, que pueden permanecer físicamente como contracturas que disponen a que la angustia reaparezca.

Junto al sentimiento corporal, la vivencia de la emoción se completa con otros dos elementos: a) la *valoración cognitiva*, que estrictamente hablando no forma parte del movimiento emocional, sino que lo antecede y activa, o lo sucede; y b) la *impulsión*, la tendencia hacia algo, cuya influencia se siente tanto sobre las cogniciones como sobre el organismo, y que es el elemento principal que hace de las emociones movimientos apetitivos. Mientras que el primero de estos elementos es reconocido por Damasio, que considera el fenómeno de los sentimientos como una especie de yuxtaposición de evaluación cognitiva, movimiento visceral y sensación de tal movimiento, el aspecto impulsivo o conativo, que es el que diferencia esencialmente la emoción de la cognición, no es suficientemente resaltado por este autor, como tampoco lo fue por James y Lange. En todo caso, si la emoción es un acto del apetito, y no una mera cognición, no es por lo que implica de sentimiento, ni por ser un mero movimiento muscular o visceral, sino por ser una inclinación hacia algo. La disposición corporal (muscular, visceral) es el aspecto material de una disposición apetitiva más amplia, que representa la actitud del organismo ante un valor; la sensación de esos cambios, es una cognición concomitante. Pero formalmente la apetición es inclinación.

El apetito es una disposición (inclinación, tendencia) psicósomática, hilemórfica. Su aspecto material es el movimiento orgánico complejo, pero ese movimiento orgánico es sólo la parte material de una inclinación psicósomática consiguiente a la cognición valorativa. Es por eso que su cognición (el sentimiento) es un fenómeno complejo que implica no sólo el funcionamiento de los sentidos interoceptivos (si sólo fuera esto, sería imposible distinguir la emoción de otras sensaciones somáticas semejantes), pues además se supone la intervención de otras facultades sensoriales superiores: el sensorio común (que unifica las sensaciones interoceptivas provenientes de distintos órganos (como vísceras y músculos situados en distintas partes del cuerpo - pecho, garganta, etc.), y los sentidos intencionales (y en el hombre incluso la inteligencia). Es verdad que una cosa es tener la disposición y otra conocerla (como sostiene Damasio al distinguir emociones de sentimientos), pero aquella disposición no es la mera disposición somática, sino la del compuesto, y esa cognición es compleja justamente porque la emoción no se reduce a la modificación corporal, y su aspecto psíquico no se limita a la cognición de la

disposición corporal. La emoción es la disposición del animal como realidad psicossomática ante la presentación cognitiva-valorativa de la realidad.

En el ser humano, además, este fenómeno es más complejo que en el animal, porque la experiencia total es vivida desde la inteligencia y desde una actitud voluntaria. De hecho, como se ha dicho, la noción de *apetición* es analógica, como lo es la correlativa de *cognición*. Y en aquella analogía, el primer analogado es la voluntad.

8.3. Clasificación de las emociones

A. Teorías actuales

Uno de los temas que más preocupan a la psicología de las emociones es el de determinar cuáles son las emociones básicas. Hay varias clasificaciones de las emociones según distintos autores. John Watson, padre del conductismo, coherente con su positivismo radical, reducía a las emociones a conducta, es decir, a movimientos musculares y viscerales. Watson consideraba que todas las emociones se podían descomponer en tres emociones fundamentales: temor, ira y amor. El temor sería el conjunto de conductas que surgen ante determinados sonidos, como ruidos fuertes, o la pérdida de la base en que uno se apoya. La ira, el conjunto de movimientos espontáneos que surgen ante la limitación de los movimientos. El amor, los movimientos consiguientes a la excitación genital. Todas las demás emociones no serían otra cosa que una mezcla de estas emociones, asociadas además a nuevos estímulos a través del condicionamiento. En general, Watson valora negativamente a todas las emociones, pues le parecen un estorbo de la conducta eficiente. El reduccionismo, tanto metodológico como antropológico, de Watson es patente, y no hace justicia a la riqueza de la vida emocional humana.

Si bien Freud acentuó la importancia de lo afectivo en la vida humana, no utilizó la palabra emoción, ni hizo una clasificación de emociones básicas. Para Freud, el "aparato anímico" (*Seelicher Apparat*), nombre con el que designa al alma (*Seele*), es una realidad distinta pero emergente de lo orgánico, que está al servicio de las necesidades congénitas del organismo. Este aparato anímico se compondría básicamente de representaciones (aspecto cognitivo) y de afecto (aspecto apetitivo). El alma sería un sistema

energético que tiende al reposo. Las necesidades orgánicas generarían un exceso de excitación que produciría un desequilibrio energético. Tal desequilibrio llevaría a producir actos psíquicos internos o conductas externas cuya finalidad es deshacerse de ese exceso de excitación y recuperar la situación de inercia. De este modo, toda operación es explicada desde la necesidad y, por lo tanto, desaparece el acto que procede del acto, es decir, de la plenitud de perfección.

Freud concibe el aparato anímico como un sistema de gestión de cantidades de energía psíquica. Tal energía es concebida sobre el modelo de las energías físicas, y por lo tanto, como material y cuantitativa. Esta energía, inicialmente desligada, se va depositando en determinadas representaciones adquiridas a través del sistema senso-perceptivo. La destinación de determinadas cantidades de energía a determinadas representaciones o conjuntos de representaciones (complejos) se llama "catexis".

El afecto es concebido por Freud desde este materialismo energetista y cuantitativista. Una representación o complejo es tanto más importante, cuanto más energía psíquica se halle depositada, "invertida", en ella. En el fondo, para Freud, el aparato anímico es una máquina psíquica, cuyas piezas son las representaciones y complejos, y cuyo movimiento depende de desplazamientos de energía. A su vez, tales movimientos de energía dependen de las alteraciones del organismo (por circunstancias internas o por estímulos externos) que dan lugar a una necesidad. La traducción psíquica de las necesidades son las "pulsiones" o impulsos anímicos.

El nombre de la energía de la pulsión sexual es *libido*. Como es bien sabido, Freud sostuvo dos teorías dualistas de las pulsiones. En la primera, contrapuso las pulsiones de autoconservación, o yoicas, a las pulsiones sexuales. En la segunda, la pulsión de vida, el Eros, que reagrupa en unidad los dos grupos de pulsiones apenas mencionados, y la pulsión de destrucción, o de muerte. Mientras que en la primera teoría parece darse a entender que ambas pulsiones, de autoconservación y sexual, tienen cada una su propia energía, en la segunda, la libido es la energía del Eros, mientras que la pulsión de muerte, en la medida en que tiende a que el ser vivo pierda toda su energía y muera, no parece tener una energía propia. Parece haber dualidad pulsional,

pero no dualidad energética en este punto del desarrollo del pensamiento de Freud.

Al explicar la pulsión sexual, Freud dice que en la pulsión se pueden distinguir cuatro aspectos: su meta o fin (*Ziel*), su objeto (*Objekt*), su fuente (*Triebquelle*) y su empuje (*Drang*). El empuje tiene que ver con la dimensión cuantitativa y energética de la pulsión. La fuente es la zona del cuerpo en la que se sitúa la necesidad que da origen a la pulsión. El fin, es la descarga de los excesos de energía. El objeto, aquello en lo que la energía se deposita o descarga, y que no tendría una relación *per se*, objetiva, natural, con el fin.

Amar, en cuanto es un fenómeno afectivo, no sería otra cosa, en términos cualitativos, que la dirección de una pulsión hacia un objeto. Económicamente, es decir, desde el punto de vista de la administración de la energía psíquica en el interior del aparato anímico, no sería más que la inversión de un determinado monto de energía en una representación, en un complejo, inversión o "invertimiento", catexis, que hace a ese objeto importante para mí, y que en última instancia no termina de reposar en esas representaciones sino que al final busca su descarga directa sobre una realidad física.

La posición de Freud, si bien más rica psicológicamente que la del conductismo radical de Watson, es reduccionista, teniendo como defectos básicos su mecanicismo y su biologismo. En una exposición sistemática breve, como la presente no podemos entrar a criticarla en su integridad. En cuanto al tema que nos ocupa, no encontramos en Freud una clasificación sistemática de las emociones, sino a lo sumo una reducción teórica de la multiplicidad de tendencias a dos pulsiones básicas, y a su vez una reducción de estas pulsiones a ser el aspecto cualitativo de una realidad más básica, de orden físico, que son las cantidades de energía afectiva.

La clasificación de emociones básicas más divulgada hoy en día es la de Paul Eckman. Este psicólogo es famoso por sus estudios sobre la expresión facial y corporal de las emociones. Su mayor logro ha sido demostrar que hay una serie de emociones cuya expresión facial no está determinada culturalmente y que, por lo tanto, se reconocen en todas las culturas. A partir de ésta y otras experiencias, Ekman afirmó que hay seis emociones básicas: Miedo, sorpresa, alegría, tristeza, ira y aversión o asco. Si bien posteriormente

amplió su lista a once emociones (diversión, desprecio, alegría, vergüenza, excitación, culpa, orgullo, satisfacción, placer sensorial y vergüenza), aquella sigue siendo la más conocida.

Los méritos de las investigaciones de Ekman no se pueden negar, y éstos están demostrados en su aspecto práctico en la elaboración de distintas técnicas de detección de mentiras fundadas en sus estudios. Sin embargo, como clasificación de las emociones nos parece que tiene un vicio fundamental. La expresión facial de las emociones no se puede confundir con la emoción misma. Por otro lado aun cuando los movimientos musculares involucrados en la emoción no fueran expresión, sino parte integrante de ésta, y universalmente idénticos, sin embargo, estos es sólo un aspecto de la realidad de la emoción, su aspecto material. El aspecto formal de la emoción está determinado por la cognición que genera estos movimientos, mejor aun, por el objeto que tal cognición presenta. Este objeto es un bien que atrae el apetito, o un mal que lo hace alejarse. Es el bien el que “informa” la reacción emocional, y que tiene a los movimientos musculares como aspecto material, y algunos de ellos incluso como efecto posterior.

B. Clasificación por los objetos

Por lo dicho, al igual que hicimos al tratar de la cognición, los distintos actos del apetito sensitivo, es decir, las emociones, se deben distinguir por la diferencia de los objetos, tal como sostiene la psicología tomista. De la misma manera se distinguen las facultades afectivas. Cuando tenemos un género de objetos distinto, tenemos una potencia distinta, y un género distinto de actos de esas potencias. Así como al principio de este capítulo distinguimos dos facultades afectivas de orden sensitivo (es decir activadas por actos sensitivos), así también, según estas dos facultades, tendremos distintos tipos de emoción.

Estas dos facultades, la desiderativa y la irascible, corresponden a los dos niveles de la cognición sensitiva:

1. El bien deleitable, es decir aquello que causa placer al sentido, es captable por los mismos sentidos exteroceptivos o interoceptivos, y por los sentidos centrales formales que integran los datos de estos sentidos. No es necesaria una evaluación más elevada que la del gusto para saber que lo dulce es un bien deleitable, es decir coherente con la inclinación del sentido. Por eso,

hay emociones fundamentales que pueden ser activadas ya por la sensación exterior.

2. El bien arduo es por su naturaleza imposible de captar por los sentidos periféricos porque justamente se llama así por ser árido para los sentidos inferiores. Implica una captación superior, que es la de los sentidos intencionales. Por ello, un animal se puede privar momentáneamente del placer, sostener el dolor (por ejemplo, luchar con otro animal que le causa heridas), en orden a obtener un bien, que por ello se llama arduo. Los bienes arduos son de dos tipos: arduos *per se*, y arduos *per accidens*. Arduos *per se* son aquellos bienes que de ninguna manera pueden ser percibidos por el sentido inferior. Por ejemplo, dominar a los demás, inclinación que se encuentra en algunos animales superiores que se observa que luchan entre sí con el fin ser dominantes en su horda. Arduos *per accidens*, en cambio, son aquellos bienes deleitables que, por razones circunstanciales y no esenciales, son difíciles de obtener. Por ejemplo, el placer de la comida es captable por el gusto y el olfato, pero a veces obtener alimento puede suponer pasar por displaceres y, por lo tanto, ese alimento convertirse, por razones circunstanciales, en un bien arduo.

Los clásicos llamaban a los movimientos del apetito sensitivo “pasiones”, pero hoy es más frecuente llamarlos “emociones”, pues “pasión” ha pasado a designar o un movimiento apetitivo intenso (justamente, “apasionado”), o su objeto (v. g. “mi pasión es la música”).

La división más clásica es la de 11 géneros de pasiones; seis del apetito concupiscible o desiderativo y cinco del irascible, cada uno de los cuales a su vez se podría dividir en distintas subclases:

a. Emociones de la facultad desiderativa

Las emociones se pueden enumerar por pares contrarios: amor / odio; deseo / repulsión; deleite / tristeza.

- a) Amor: es el primer movimiento de agrado del apetito ante la perspectiva de un bien. El amor es el primer motor de toda la vida emocional, porque ninguna de las otras emociones se despierta sin que se suponga previamente el amor. Su objeto es por lo tanto el *bien deleitable*.

- b) Odio: el odio es el movimiento emocional que surge ante la perspectiva de un mal que se opone al bien amado. Nada se odia si previamente no se ama su bien opuesto. Su objeto es, entonces, el *mal displacentero*, es decir contrario al bien deleitable.
- c) Deseo: Es el movimiento de tendencia hacia un bien deleitable que se capta como ausente. Su objeto es el *bien deleitable ausente*.
- d) Repulsión: Es el movimiento de huída ante un mal contrario al deleite sensorial. Su objeto es el *mal inminente*.
- e) Deleite: Es el regocijo por la actual fruición del bien previamente amado y deseado. Su objeto es el *bien deleitable presente* física y cognitivamente.
- f) Tristeza: Es el movimiento apetitivo de desagrado ante la presencia de un mal contrario del cual no se puede huir. Su objeto es el *mal presente*.

b. Emociones de la facultad irascible

Los pares contrarios son: audacia / temor; esperanza / desesperación; la ira no tiene un movimiento opuesto dentro del apetito irascible.

- a) Audacia: Es el movimiento del apetito por el que éste se dirige a resistir y combatir un mal futuro posible de vencer. Su objeto es el *mal futuro posible de vencer*.
- b) Temor: Es el movimiento del apetito por el que éste se retrae ante un mal futuro que se considera difícil de vencer. Su objeto es el *mal futuro difícil de vencer*.
- c) Esperanza: Es el movimiento del apetito por el cual el animal se dirige a la búsqueda de un bien arduo futuro posible de obtener. Su objeto es el *bien arduo futuro posible*.
- d) Desesperanza o desánimo: Es el movimiento del apetito por el cual el animal se retira ante un bien arduo futuro valorado como imposible de obtener. Su objeto es el *bien arduo futuro imposible*.
- e) Ira: Es el movimiento apetitivo por el que el animal se dispone afectivamente a atacar un mal presente que es posible

superar. Si el mal está presente y es imposible de superar, sobrevienen el dolor o la tristeza. Por eso esta emoción no tiene opuesto. Su objeto es, en definitiva, el *mal presente posible de vencer*.

Es importante recordar que esta clasificación de emociones hace referencia a géneros de emociones, que a su vez se dividen en especies esencial y vivencialmente distintas. Por ejemplo, el deseo sexual y el deseo de comida son y se experimentan de modo muy distinto, incluso en cuanto a sus aspectos corporales e interoceptivos (excitación genital, en un caso, malestar en el vientre en el otro). No es lo mismo una tristeza superficial, que una depresión, ni un temor pasajero (la sorpresa misma es una especie de temor), que una angustia existencial o una fobia.

8.4. Gestión de las emociones

A) Razón y emoción

Hemos explicado, al tratar sobre los sentidos intencionales, que las emociones se pueden activar antes de la plena advertencia racional (p. ej. los primeros movimientos de la “sensualidad”). Por depender inmediatamente de la acción de la estimativa y de la memoria, podría parecer que es imposible educar y gobernar (“gestionar” se suele decir hoy) las emociones, como si estuviéramos condenados a reaccionar emocionalmente en modo irracional. Esto no es así.

Evidentemente, como decía Aristóteles, no tenemos sobre nuestras emociones un “gobierno despótico”. El gobierno despótico es aquél en el que lo gobernado no tiene autonomía, como el que se dirige a esclavos o al uso de instrumentos inanimados. Sobre los miembros de nuestro cuerpo, tenemos este tipo de gobierno: ordeno a mi mano que se mueva y ésta, si no hay enfermedad ni lesión, se mueve. El gobierno de las emociones se parece, en cambio, al “gobierno político”, que es el que se ejerce sobre personas libres. Dado que el orden emocional tiene su relativa autonomía, no se lo puede gobernar sin tener en cuenta su propio dinamismo. A las emociones más se las “convence” que se las “fuerza”. Este “convencer” implica la intervención de la razón.

La “gestión” de las emociones implica que la razón y la voluntad puedan influir sobre las emociones. Esto plantea un problema, porque el activador inmediato de las emociones es el juicio valorativo de los sentidos intencionales, y no el juicio de la razón universal. El modo de auto-educar y gobernar las emociones no puede consistir, por lo tanto, en un influjo directo de la razón sobre la emoción. La influencia de la razón y la voluntad sobre la emoción es indirecta, y pasa a través de los sentidos internos o centrales.

Como ya hemos explicado, imaginación, cogitativa y memoria pueden ser dirigidas por la razón universal. Por ello, por un lado, la razón puede generar en los sentidos internos las imágenes, valoraciones particulares y recuerdos más adecuados para dirigir las emociones hacia donde se quiere. Por otro lado, tal como también se ha dicho, la razón particular puede servir para conectar los juicios universales con las realidades materiales, individuales y contingentes. Por eso, de consideraciones universales, se pueden seguir consecuencias prácticas singulares. Y por eso, un razonamiento universal puede terminar tranquilizando un movimiento emocional intenso.

B) La virtud como “inteligencia emocional”

Hoy se suele llamar “inteligencia emocional”, a la capacidad para conocer, gobernar y comunicar las propias emociones. Si ésta no es una mera capacidad para manipular las emociones propias y ajenas en orden a fines caprichosos o torcidos, coincide con la virtud que la filosofía clásica llamaba “prudencia” (*phrónesis*). El recto y armónico gobierno de la vida emocional, así como de relación con los demás, depende de la “inteligencia” para conocer y dirigir la vida apetitiva.

Así como la prudencia es la inteligencia en el gobierno de la propia vida afectiva y de relación, en las mismas facultades apetitivas, por influencia de la razón y por la repetición de actos imperados por la voluntad se pueden formar disposiciones estables a movimientos emocionales “razonables”, que son las llamadas virtudes del apetito sensitivo, y que, aunque son muchas, se suelen sintetizar en la fortaleza y la templanza. La fortaleza es el “tipo” de las *virtudes fortificantes*, mientras que la templanza lo es de las *moderantes*.

En efecto, completando lo que hemos dicho sobre la emociones, podemos decir que en el apetito humano surgen dos grandes tipos de

movimiento emocional: el *impulso* hacia aquello que se estima como bueno o a combatir lo malo, y el *retraimiento* ante aquello que se evalúa como malo o como un bien imposible de lograr. Es natural que lo bueno “entusiasme”, “motive” y “empuje”, mientras que lo malo “deprima”, “desmotive”, “retraiga”. Para que cuando algún bien (especialmente, el deleitable) que nos atrae no nos descontrolamos, no actuemos impulsivamente sin considerar oportunidades ni circunstancias, necesitamos adquirir, por obra de la educación y de la razón (o por vía infusa sobrenatural) una disposición que modere estos apetitos, una virtud moderante, que haga armónica y razonable la vida impulsiva. El modelo de este tipo de virtud es la templanza, que en su nombre griego, *sophrosyne*, incluye dentro de sí la racionalidad (*phrónesis*, prudencia). La templanza tiene por función moderar las tendencias al goce en la comida, en la bebida y en los placeres venéreos. Otras virtudes moderantes son la mansedumbre (que modera el apetito de venganza, propio de la ira), la humildad (que modera el apetito de excelencia), la *eutrapelia* (que modera el apetito de jugar o hacer bromas), etc.

El modelo de las virtudes fortificantes, que son las que sostienen ante un mal que retrae al apetito e impulsan a combatirlo, es la fortaleza, cuyo objeto propio son los peligros mortales. Fuerte es el que ante un peligro de vida, se sostiene en el bien y no cede en exceso al temor. Hay otras virtudes fortificantes como la paciencia (por la que se tolera la presencia de pequeños males cotidianos, sin desequilibrarse), la magnanimidad (que impulsa el ánimo a hacer cosas importantes, sin temer las consecuencias), la confianza (por la que la persona se siente capaz de lo que es propio de su capacidad, superando la timidez), etc.

Una personalidad humana madura, es una cuya “inteligencia emocional” brilla desde la prudencia, hasta sus afectos. Pues estas virtudes no hacen otra cosa que configurar armónicamente nuestro carácter.

8.5. La voluntad

A) La voluntad en la psicología contemporánea

La voluntad es sin duda la facultad mental más olvidada y descuidada en las investigaciones de la psicología contemporánea. Lo mismo dígame del libre arbitrio, capacidad atribuida generalmente a la voluntad. Esto se debe, en

parte, a que la voluntad y la libre elección no son fáciles de estudiar desde una perspectiva científico-experimental, y, en parte, a la posición determinista de muchos de los teóricos de la psicología contemporánea.

A pesar de que todavía en Wundt aparece la voluntad (de hecho, se solía caracterizar su sistema como “voluntarista”), este autor seguía la línea de Spinoza, Leibniz y Herbart, y reducía la voluntad al triunfo de la tendencia más fuerte. También James habla todavía de voluntad y acepta la existencia de la libertad por un “acto de fe” pragmático. Pero tanto los psicólogos académicos posteriores, como también los autores “clínicos”, o niegan la existencia de una capacidad volitiva dotada de libertad (como Freud o el conductismo radical), o directamente no hablan de ella, como si no existiera en absoluto.

Con contadas excepciones, el desconocimiento de la importancia de la voluntad para la intelección de la vida mental en el campo de los estudios psicológicos ha sido general, hasta la reciente rehabilitación de la misma por los autores de la llamada “psicología positiva” (especialmente Martin Seligman). Estos autores buscan desarrollar una investigación psicológica centrada en los aspectos positivos y maduros del ser humano, y no, como ha hecho la “psicología negativa” característica del s. XX, en los aspectos negativos y patológicos. Para ello, han tomado como objeto de estudio lo que Aristóteles llamaba la “vida buena”: es decir los temas de la felicidad, el carácter y las virtudes. Dice Seligman:

Ha llegado el momento de contar con una ciencia cuyo objetivo sea entender la emoción positiva, aumentar las fortalezas y las virtudes y ofrecer pautas para encontrar lo que Aristóteles denominó la “buena vida” (Seligman, p.11).

Como no se puede desarrollar una teoría de la virtud que desconozca el libre albedrío, Seligman propone recuperar el concepto de voluntad libre y responsable:

De hecho, con la voluntad ocurrió lo mismo que con el carácter. La psicología científica abandonó ambos conceptos más o menos en la misma época y por motivos similares. Sin embargo, los conceptos de voluntad y responsabilidad personal son igual de fundamentales para la Psicología Positiva que el concepto de buen carácter. (Seligman, p.186-187).

B) Naturaleza de la voluntad

La voluntad es una facultad apetitiva que se relaciona con el intelecto de un modo análogo a como los apetitos sensitivos se relacionan con los sentidos. Así como los sentidos intencionales activan las emociones, la intelección activa el acto volitivo. En cuanto apetito, la voluntad es una inclinación hacia algo previamente captado como bueno, como valioso. No toda intelección mueve al apetito racional o voluntad, sino la intelección de un bien. El bien al que tiende la voluntad es el bien universalmente considerado, que abarca en sí muchas especies e individuos. Justamente porque el ser humano es capaz, por su intelecto, de captar las cosas de un modo absoluto, no meramente relativo a la propia naturaleza y necesidades, por eso mismo es capaz de una volición no determinada a una única cosa. La voluntad humana puede apetecer el bien común, puede amar la ciencia, la filosofía, el orden moral, las artes, que no son perceptibles por los sentidos formales ni intencionales, e incluso amar a las personas en cuanto personas, no sólo como algo significativo para el individuo o la especie.

Cuando se habla de voluntad en seguida se piensa en la libertad, pero no todo acto de la voluntad es libre. “Voluntario” no es exactamente lo mismo que “libre”. Se llama voluntario a un acto cuando procede (directa o indirectamente) de la voluntad, mientras que la libertad hace referencia a cierta indiferencia o indeterminación de la potencia volitiva ante su acto. Hay actos de la voluntad que, siendo voluntarios, no son libres:

- a) El apetito del bien universal: El objeto formal de la voluntad es el bien. Nada puede apetecer sino en cuanto participa del carácter de bien. Respecto de esto, la voluntad no es libre. Es más, si se presentara a la voluntad un bien que careciera de todo defecto, la voluntad no podría sino quererlo necesariamente, porque para eso está hecha.
- b) El amor de sí y de la propia felicidad: Todo hombre apetece con voluntad espontánea la propia felicidad. Haga lo que haga, tenga el concepto que tenga de sí mismo, el hombre no puede dejar de amarse a sí mismo con amor de benevolencia, y de amar para sí la felicidad. Aun cuando haga las acciones más paradójicas, incluso al suicidarse, el hombre manifiesta que no es indiferente a sí mismo. También el suicida busca evitarse el mal de la situación presente,

porque quiere para sí otra cosa, que es un bien al menos en su distorsionado juicio.

Estos actos “necesarios” son sin embargo también voluntarios. Voluntario es el acto que brota de la interioridad de la voluntad. Pero el hecho de que sean necesarios, no quiere decir que sean actos a los que estamos constreñidos como desde fuera. No se debe confundir esto con la “necesidad de coacción”. Esta última es la que es hecha a partir de una especie de violencia exterior. Por el contrario, la necesidad de la voluntad es interna a ella y es lo máximamente voluntario, es su inclinación natural. Nada queremos más que el bien y que ser felices. Por eso, se puede decir que la noción de voluntad no es contradictoria con la de “instinto”, en un sentido general de este término. Al bien y a la felicidad los queremos como impulsados desde dentro, y respecto de ellos no hay libertad.

En la voluntad se dan distintos tipos de movimientos, todos ellos unificados por el objeto formal de esta facultad, que es el bien universal. Nos podemos referir a algunos de estos movimientos con los mismos términos usados para referirnos a las emociones del apetito sensitivo: amor, odio, temor, esperanza, etc., pues se trata de movimientos análogos a los del apetito sensitivo, pero dirigidos a objetos sólo captables como buenos o malos por la inteligencia. Por eso, por ejemplo, se puede tener amor a la filosofía, temor a una crisis económica, esperanza de salvación eterna, odio a los hipócritas, etc.; aunque en la vida humana estos movimientos afectivos de la voluntad vayan ordinariamente unidos a movimientos propiamente emocionales.

8.6. El libre arbitrio

A) El concepto de libertad

El término libertad tiene múltiples significados. No es éste el lugar ni el momento de desarrollar todos ellos. Pero sí es importante distinguir algunos, para que quede claro a qué nos referimos con la expresión “libre arbitrio”.

En primer lugar, tenemos la acepción de libertad como *libertad de coacción exterior*. Se dice que algo es libre cuando no es obligado desde fuera a moverse en una dirección contraria a su impulso interior. Esta libertad de coacción se da en muchos ámbitos y no es exclusiva del ser humano. Por ejemplo, cuando se libera a un prisionero, se dice que se lo pone en libertad.

Esta libertad es la posibilidad de moverse a sus anchas, según sus tendencias internas, provengan o no éstas de una elección. Por eso se habla también de libertad en los animales que no están dotados de libre elección. Incluso se habla a veces, metafóricamente, de libertad en las fuerzas inanimadas. Como cuando en una fuerte tormenta se dice que se liberan las fuerzas de la naturaleza. En general, cuando a algo constreñido a estar encerrado, se le permite salir se habla de "libertad".

También se dice libre el que es dueño de su destino por no ser esclavo; y se habla de libertad política, o de libertades ciudadanas, cuando una persona es capaz de actuar según todas las prerrogativas de un ciudadano, sin constricción ni discriminación. Ésta no es tampoco la libertad de elección, que es interior y que, por lo tanto, ningún régimen totalitario puede quitarnos. Para ello tendrían, o que matarnos, o que anular nuestra inteligencia.

La libertad de arbitrio, de albedrío, de juicio, o de elección es la que aquí nos interesa. Ésta no es sólo una liberación de la coacción exterior, sino también una indeterminación respecto del impulso interior. Es libre con este tipo de libertad no sólo quien no actúa constreñido exteriormente, sino tampoco empujado necesariamente desde dentro.

La libertad de arbitrio es antes que nada una indiferencia o indeterminación del acto de la voluntad ante lo que presenta la inteligencia. Que esta libertad existe es evidente a la experiencia interior. Su fundamento está en el tipo de bien que presenta la inteligencia. Si ésta mostrara un bien sin ningún defecto, la voluntad se vería movida (desde dentro) a querer necesariamente ese bien. Pero como los bienes de los que tenemos un conocimiento adecuado son aquellos que conocemos a través del intelecto, y éste toma su objeto de los sentidos, que presentan siempre bienes finitos, resulta que los bienes que ordinaria y naturalmente presenta la inteligencia a la voluntad son también finitos, limitados, o al menos captados en un modo limitado. Por ello, la voluntad no se ve movida necesariamente a quererlos, sino que a ello se determina libremente.

Hay dos tipos de libertad de elección:

- a) Libertad de ejercicio: es la libertad de querer o no querer. Somos libres de poner o no poner el acto de volición (o de las otras potencias, bajo el imperio de la voluntad, como diremos en breve).

Una *noluntad* (el simple no poner el acto de querer, el abstenerse), es algo voluntario y libre.

- b) Libertad de especificación: es la libertad de querer esto o aquello. Se dice que somos libres cuando elegimos una cosa antes que otra (o, mejor, actuar movidos por un determinado juicio práctico, antes que por otro), no movidos por la mera fuerza de la evidencia del bien o por impulso emocional, sino por elección. Elegir es un acto voluntario que depende de una previa deliberación racional. Esta deliberación no mueve a la voluntad necesariamente, porque, como ya se dijo, no le presenta algo sin ningún defecto. La voluntad debe en algún momento cortar la deliberación, y poner libremente un juicio práctico (porque sobre lo teórico ni se delibera, ni se elige) que sea preferido a otros para guiar la acción.

B) Actos *elícitos* y actos *imperados*

Se distinguen en la voluntad los actos *elícitos* de los actos *imperados*. Los actos *elícitos* son aquellos que la voluntad pone por sí misma, y no por medio de otras facultades. El acto propio de la voluntad es *querer*, es la *volición* del bien, que puede ser libre.

Pero la voluntad puede poner en movimiento también las otras facultades de la psique (con excepción de las fuerzas vegetativas). Estos son los actos *imperados*. Se los llama así porque son actos de otras potencias bajo el gobierno de la voluntad. La voluntad no sólo es libre de poner o no poner su acto, sino que mueve a las otras a poner o no poner los suyos. Nosotros podemos pensar movidos por la voluntad. Si bien la inteligencia especifica el acto de la voluntad presentándole su objeto, el bien, la voluntad a su vez puede mover a la inteligencia a operar (o a no operar). Por ejemplo, quiero pensar en problemas de trigonometría, y (supuesto que sepa matemáticas) me pongo a pensar en ellos; quiero pensar cómo resolver un *sudoku*, y me pongo a pensar en ello, etc. Esto no quiere decir que yo pueda elegir entender lo que yo quiera. Por ejemplo, si yo no he estudiado para un examen, no puedo decidir, mientras lo estoy realizando, entender lo que no entiendo. Para ello tendría que haber estudiado previamente. Hay también cosas que no podemos entender porque superan nuestras capacidades, y no podemos hacerlas mágicamente

inteligibles con una mera decisión. Por otro lado, si uno entiende por la inteligencia que algo es verdad, la voluntad no puede, inmediatamente, hacer que entienda lo contrario. Lo que sí puede hacer es que la inteligencia no actúe, o no considere ese objeto, sino otro, apartar la atención de aquello en lo que no se quiere pensar. Ése es el camino que sigue el autoengaño. Es difícil engañarse a sí mismo. Esto se logra sólo apartando la inteligencia de una verdad sabida, y poniéndola sobre otra cosa. La voluntad puede decidir usar la inteligencia, pero no puede alterar su naturaleza.

A través de la inteligencia, la voluntad mueve también a los centrales: quiero imaginarme una playa, y la imagino; quiero recordar el camino de vuelta a mi casa, y lo recuerdo, siempre que no padezca alguna alteración patológica, por supuesto. A través de los sentidos internos o centrales, la voluntad puede también mover a las emociones, que se activan por las estimaciones de los sentidos. Ésta es la vía por la que la voluntad puede gobernar y educar las emociones y formar la propia personalidad.

8.7. La conducta

Como las emociones son las que mueven el organismo a la acción exterior, ésta también está bajo el dominio de la voluntad. Mientras que en los animales brutos la conducta externa es el resultado necesario de la valoración particular de la estimativa, en el hombre esta acción puede estar dirigida por la voluntad, excepto cuando actuamos impulsivamente (es decir, movidos directamente por la estimación particular, antes de la advertencia y deliberación de la razón), o en modo reflejo.

Tenemos por ello tres tipos de conducta:

- a) La conducta refleja, que procede de la reacción automática del sistema nervioso periférico a la estimulación física o psíquica.
- b) La conducta instintiva o impulsiva, que procede de la activación de las emociones por la evaluación particular de la estimativa, previamente a la advertencia racional.
- c) La conducta voluntaria, que procede del imperio de la voluntad, que mueve a la inteligencia, a los sentidos centrales, a los apetitos sensitivos y, desde éstos, a los músculos llamados “voluntarios”.

En realidad, sólo estas dos últimas, y más particularmente la voluntaria, merecen el nombre de “conducta”. Conducta proviene del latín *conduco* (*cum-duco*), “guiar-con”, conducir. “Conducta” es, en latín, la cosa conducida o guiada. El Diccionario de la Real Academia Española relaciona explícitamente las palabras *conducta* y *comportamiento*, al definir aquélla como la “manera con que los hombres se comportan en su vida y acciones”. Comportamiento deriva de *comportare* (*cum-portare*), llevar-con. Según ambas etimologías, comportarse es un llevar-se, un mover-se dirigido, guiado. Según su uso común, se dice que se comporta quien se lleva a sí mismo, se comporta quien es causante de sus propias acciones.

Comportarse es, en principio, actuar, producir una acción. A pesar de que algunas psicologías consideran como conducta cualquier operación de un viviente sensitivo (como sentir y pensar), si nos atenemos más al uso común del término, conducta es sólo aquella que se puede percibir exteriormente, sea el movimiento de los miembros del cuerpo o una acción transitiva.

Sin embargo, no llamamos conducta a cualquier tipo de movimiento o de acción transeúnte, sino sólo a aquella que está antecedida por un conocimiento, que es causa de la misma. No basta el conocimiento antecedente, sino que éste tiene que tener algún tipo de causalidad sobre la acción, tiene que motivar de alguna manera la acción. Una rama de un árbol que por efecto del viento rompe un cristal no se comporta, como tampoco el viento mismo ni el cristal.

Pero tampoco basta cualquier conocimiento precedente para hablar de conducta, sino que este conocimiento tiene que ser propio de quien actúa. No decimos que el bolígrafo se comporta cuando escribe, a pesar de que no escribiría si no hubiera un conocimiento precedente (de quien lo usa, o de quien lo diseñó). En este caso, el que se comporta es quien escribe. El conocimiento precedente tiene que ser propio de quien actúa. Sólo metafóricamente llamamos conducta o comportamiento a los movimientos no precedidos por un conocimiento propio del agente, como cuando se habla del comportamiento de un electrón, por ejemplo. Así lo expresa el célebre psicólogo belga Joseph Nuttin:

El término conducta es utilizado habitualmente con significados muy distintos. Se habla de la conducta de los electrones en un campo magnético y de la conducta de

un estómago sometido a la acción de un elemento químico. En psicología, interesa reservar el término para la categoría de actividades dirigidas por las que un organismo, como centro de elaboración y utilización de información, actúa sobre las relaciones que lo unen al medio [J. NUTTIN, *Teoría de la motivación humana*, Paidós, Buenos Aires 1982, 27].

En realidad, habría que decir que el "organismo", o mejor, la *persona*, actúa sobre el "medio", y no sobre las relaciones que lo unen a él. Es de esta acción sobre el medio que se derivan relaciones con el mismo.

Entonces, *llamamos conducta a un movimiento corporal o a un acto transitivo causado por algún conocimiento anterior del mismo sujeto que actúa*. Por eso, resulta equívoco que se llame "conductistas" a los conductistas radicales, pues estrictamente hablando, para estos autores no hay acción ni libertad, sino mera reacción a los estímulos ambientales. Por este motivo sería mejor llamarlos "reaccionalistas".

En el sentido que aquí le damos, se puede hablar de conducta para referirse sólo a las acciones de los seres dotados de conocimiento, es decir de los animales brutos y de los hombres. Sin embargo, con más propiedad parece hablarse de conducta cuando el agente no sólo produce sus acciones por un conocimiento anterior, sino cuando lo hace libremente. Pues se conduce a sí mismo sólo el que no es impulsado, aunque sea desde dentro, por una necesidad, sino quien con libertad de juicio se guía hacia donde quiere. Y en este sentido, sólo tienen conducta los hombres. Así, la conducta es una especie de los actos humanos, es decir, de aquellos que son propios del hombre en cuanto tal.

Concluyendo: se llama conducta al movimiento corporal o a la acción transitiva que es guiada por actos cognoscitivos y apetitivos inmanentes. No es éste el caso de la acción refleja. Sí lo es, en cambio, la acción impulsiva, pero al no haber libertad interior de poner o no poner el acto, es casi como si estos actos interiores fueran pasivos. Por el contrario, la acción exterior voluntaria es máximamente "conducta", porque por ella la persona es guía de sí misma, por obra de su voluntad.