

¿Qué es una emoción? *

William James

Traducción: Elena Gaviria Stewart

Los fisiólogos que, durante los últimos años, tan activamente han explorado las funciones del cerebro, han limitado sus intentos de explicación a las ejecuciones cognitivas y volitivas de éste. Al dividir el cerebro en centros sensoriales y motores, se han encontrado con que su división guarda un exacto paralelismo con el análisis efectuado por la psicología empírica de las partes perceptiva y volitiva de la mente en sus elementos más simples. Sin embargo, la esfera *estética* de la mente, sus anhelos, sus placeres y penas, sus emociones, han sido hasta tal punto ignoradas en todas estas investigaciones, que es tentador suponer que si se le pidiera al doctor Ferrier o al doctor Munk una teoría de dichos hechos mentales basada en términos del cerebro, ambos responderían o bien que todavía no habían reflexionado sobre el tema o bien que lo habían hallado demasiado difícil para establecer hipótesis precisas, de modo que el asunto se situaría para ellos entre los problemas del futuro, sólo abordables una vez que los del presente, más sencillos, hayan sido resueltos definitivamente.

Y, sin embargo, en lo concerniente a las emociones, incluso hoy es evidente que una de estas dos alternativas debe ser verdadera: o bien su localización en el cerebro corresponde a centros independientes y especiales que únicamente tienen que ver con ellas, o bien corresponde a procesos que se dan en los centros motores y sensoriales ya designados o en otros de igual naturaleza aún no localizados. Si lo primero es el caso, debemos rechazar la perspectiva vigente y aceptar que el córtex es algo más que la superficie de «proyección» de cada

* Mind, 1884, 9, págs. 188-205.

punto sensorial y cada músculo del cuerpo. Si es el caso lo segundo, debemos preguntarnos si el «proceso» emocional en el centro sensorial o motor es enteramente singular o si es semejante a los procesos perceptivos normales cuyas sedes ya han sido reconocidas en dichos centros. La finalidad de estas páginas es mostrar que la última alternativa es la más próxima a la verdad y que los procesos cerebrales emocionales no sólo se asemejan a los procesos cerebrales sensoriales comunes, sino que, en términos estrictos, no son sino tales procesos combinados de forma diversa. El resultado más importante de ello será simplificar nuestras nociones sobre las posibles complicaciones de la fisiología del cerebro y hacernos ver que poseemos ya un modelo de cerebro cuyas aplicaciones son mucho más amplias de lo que soñaron sus autores. Pero, si bien éste parece ser el principal resultado de los argumentos que voy a propugnar, debo decir que en un principio no fueron elaborados con vistas a una conclusión tal. Brotaron de observaciones introspectivas fragmentarias, y sólo cuando se combinaron ya en una teoría se me ocurrió la idea de la simplificación que dicha teoría podría proporcionar a la fisiología cerebral; tras pensar esto, la teoría me pareció más importante que antes.

Ante todo, debo decir que me propongo considerar aquí sólo aquellas emociones que poseen una clara expresión verbal. Supongo que la mayor parte de los lectores aceptarán como cierto que hay sentimientos de placer y displacer, de interés y conmoción, ligados a operaciones mentales, pero que carecen de una clara expresión corporal para sus consecuencias. Ciertas combinaciones de sonidos, líneas, colores, son agradables, y otras, lo contrario, sin que el grado de sentimiento sea suficiente para acelerar el pulso o la respiración o para incitar movimientos del cuerpo o la cara. Ciertas secuencias de ideas nos seducen tanto como otras nos fastidian. Hay un verdadero placer intelectual al lograr resolver un problema y un auténtico tormento intelectual si tenemos que dejarlo inacabado. La primera colección de ejemplos, los sonidos, líneas y colores, son o bien sensaciones corporales o bien las imágenes de éstas. La segunda colección parece depender de procesos localizados exclusivamente en los centros ideacionales. En conjunto, parecen demostrar que hay placeres y dolores inherentes a ciertas formas de actividad nerviosa como tal donde quiera que se produzca la acción. Aquí dejaremos totalmente al margen el caso de estos sentimientos y circunscribiremos nuestra atención a aquellos casos más complejos en los que la oleada de algún tipo de trastorno corporal acompañan la percepción de las escenas o sonidos interesantes o la consideración de las secuencias apasionantes de ideas. Los nombres de los estados mentales de los que es poseída la persona devienen entonces en sorpresa, curiosidad, éxtasis, miedo, rabia, lujuria, codicia y otros semejantes. Se dice que los trastornos corporales son la «manifestación» de estas diversas emociones, su «expresión» o «lenguaje natural», y son estas mismas emociones, tan intensamente caracterizadas desde dentro y fuera, las que pueden denominarse emociones estándar.

Nuestra manera natural de pensar sobre esas emociones estándar es que la percepción mental de algún hecho provoca la disposición mental llamada emoción y que este estado mental da lugar a la expresión corporal. Mi tesis, por el contrario, es que *los cambios corporales siguen directamente a la percepción del hecho desencadenante y que nuestra sensación de esos cambios según se van produciendo es la emoción*. El sentido común nos dice que nos arruinamos, estamos tristes y lloramos; que nos topamos con un oso, nos asustamos y corremos; que un rival nos ofende, nos enfadamos y golpeamos. La hipótesis defendida aquí afirma que este orden de la secuencia es incorrecto, que un estado mental no es inducido inmediatamente por el otro, que las manifestaciones corporales deben interponerse previamente entre ambos y que una exposición más racional es que nos sentimos tristes porque lloramos, enfadados porque golpeamos, asustados porque temblamos, y no que lloramos, golpeamos o temblamos porque, según el caso, estemos tristes, enfadados o asustados. Si los estados corporales no siguieran a la percepción, esta última poseería una conformación totalmente cognitiva, pálida, incolora, carente de calor emocional. Entonces podríamos ver el oso y juzgar que lo mejor es correr, recibir la ofensa y considerar que lo correcto es golpear, pero no podríamos *sentirnos* realmente asustados o iracundos.

Planteadas de esta forma tan poco elaborada, es bastante probable que la hipótesis provoque una inmediata incredulidad. Y, sin embargo, no se requieren ni muchas ni rebuscadas consideraciones para mitigar su carácter paradójico y, posiblemente, producir la convicción de que es verdadera.

Para empezar, los lectores de esta revista saben que el sistema nervioso de cada objeto viviente no es sino un haz de predisposiciones a reacciones de maneras concretas en contacto con rasgos concretos del ambiente. El abdomen del cangrejo ermitaño presupone la existencia de conchas de caracoles vacías que se encontrarán en alguna parte, con la misma seguridad con que los órganos olfatorios del sabueso implican la existencia, por una parte, de las patas de los ciervos o los zorros y, por otra, de la tendencia a seguir sus rastros. Los mecanismos neuronales no son sino un guión entre determinada organización de la materia externa al cuerpo y determinados impulsos de inhibición o descarga dentro de sus órganos. Cuando la gallina ve un objeto oval blanco en el suelo, no puede abandonarlo; debe mantenerse sobre él y volver a él, hasta su transformación final en una pequeña masa de plumón que se mueve y pía y provoca en su mecanismo un conjunto de acciones totalmente nuevo. El amor del hombre a la mujer o el de la madre humana por su bebé, nuestro odio a las serpientes y nuestro miedo a los precipicios pueden describirse de forma similar, como ejemplos del modo en que las piezas singularmente conformadas que acoge el mundo provocarán inevitablemente muchas reacciones mentales y corporales particulares, por delante de, y a menudo en oposición directa a el veredicto de nuestro razonamiento deliberado respecto a

ellas. Los trabajos de Darwin y sus sucesores sólo están apenas comenzando a revelar el parasitismo universal de cada especial criatura sobre otros especiales objetos y el modo en que cada criatura da a conocer sobre la escena la rúbrica, impresa en su sistema nervioso, de sus relaciones especiales con él.

Cada criatura viviente es, de hecho, una especie de cerradura, cuyos guardas y resortes presuponen formas especiales de llaves, llaves que, sin embargo, no surgen unidas a las cerraduras, pero que, sin duda, se hallan en el mundo circundante conforme transcurre la vida. Y las cerraduras son indiferentes a cualquier llave que no sea la suya. El huevo no logra fascinar al sabueso, el ave no teme al precipicio, la serpiente no encoleriza a su especie, al ciervo no le preocupan las mujeres ni los bebés humanos. Los que deseen un desarrollo exhaustivo de este punto de vista, deberían leer *Der thierische Wille* (La Voluntad Animal), de Schneider —ningún libro muestra mejor cómo las acciones de los animales predicen con precisión los rasgos específicos del ambiente en que tienen que vivir.

Entre esas participaciones nerviosas pueden obviamente contarse ya las emociones, en lo que respecta a que la percepción de ciertos hechos puede provocar éstas directamente. Sin experiencia previa alguna acerca de los elefantes, ningún niño puede evitar aterrarse si de pronto se encuentra a uno barritando y embistiéndole. Ninguna mujer puede contemplar sin agrado un hermoso bebé desnudito; ningún hombre en el desierto ve una forma humana a lo lejos sin interés y curiosidad. He dicho que consideraría estas emociones sólo en la medida en que vayan acompañadas por algún tipo de movimientos corporales. Pero mi primer objetivo es mostrar que sus concomitantes corporales son mucho más trascendentes y complejos de lo que suponemos comúnmente.

En los primeros libros sobre la expresión, escritos en su mayor parte desde una perspectiva artística, los únicos signos de emociones tenidos en cuenta eran los visibles desde el exterior. La celebrada *Anatomy of Expression*, de Sir Charles Bell, observó los cambios respiratorios; los tratados de Bain y Darwin se adentraron aún más concienzudamente en el estudio de los factores viscerales implicados —cambios en el funcionamiento de glándula y músculos y en el aparato circulatorio—. Pero ni siquiera Darwin ha enumerado exhaustivamente *todos* los afectos corporales característicos de una cualquiera de las emociones estandar. A medida que la fisiología avanza, comenzamos a entrever más y más que deben ser casi infinitas en número y sutileza. Las investigaciones de Mosso con el pletismógrafo han demostrado que no sólo el corazón, sino todo el sistema circulatorio, forma una especie de caja de resonancia en la que cualquier cambio en nuestra consciencia, por ligero que sea, puede provocar reverberaciones. Es difícil que nos acometa una sensación sin expedir oleadas alternas de constricción y dilatación por las arterias de nuestros brazos. Los vasos sanguíneos del abdomen actúan en relación recíproca con los de partes más externas.

Se sabe que la vejiga y los intestinos, las glándulas de la boca, garganta y piel y el hígado son afectados seriamente en ciertas emociones intensas y, sin ninguna duda, son afectados momentáneamente cuando las emociones son de naturaleza más ligera. No es preciso probar, por ser algo tan sabido, que los latidos cardíacos y el ritmo respiratorio desempeñan un papel principal en cualquier emoción. Algo que es en verdad notable, pero con menos probabilidades de ser admitido hasta que se llame la atención al hecho, es la continua cooperación de los músculos voluntarios en nuestros estados emocionales. Aun cuando no se produce un cambio de la actitud externa, su tensión interna se altera para acomodarse a cada variación del ánimo y ello se experimenta como una diferencia de tono o tensión. En la depresión los flexores tienden a predominar; en el júbilo o excitación belicosa los extensores toman la delantera. Y las varias permutaciones y combinaciones de las que son susceptibles estas actividades orgánicas hacen posible, en términos abstractos, que ni una sombra de emoción, por leve que sea, carezca de una repercusión tan singular, cuando se considera en su totalidad, como lo es el propio estado de ánimo mental.

Lo que nos dificulta tanto el reproducir en frío la expresión completa y global de cualquier emoción es el número inmenso de porciones del cuerpo que se modifican en cualquiera de ellas. Podemos darnos maña con los músculos voluntarios, pero no lo logramos por lo que respecta a la piel, glándulas, corazón y otras vísceras. Del mismo modo que un estornudo imitado artificialmente carece de cierta verosimilitud, así el intento de imitar una emoción en ausencia de la causa que la incita normalmente tiende a ser más bien «vacuo».

El siguiente asunto del que debemos percatarnos es éste, que cada cambio corporal, cualquiera que sea, *se siente*, aguda u oscuramente, en el momento en que se produce. Si el lector nunca ha prestado atención a esto, se quedará sorprendido e interesado al darse cuenta del número de diferentes experiencias corporales locales que puede detectar en sí mismo caracterizando sus diversos estados emocionales. Quizá sea mucho pedir que el lector detenga el flujo de algún arrebatado de pasión en atención a un curioso análisis de este tipo; pero puede observar estados más sosegados y aquello cuya verdad se demuestra en lo menor puede asumirse como cierto referente a lo mayor. Todo nuestro volumen está sensiblemente vivo y cada fragmento de éste contribuye con sus pulsaciones de sentimiento, débiles o agudas, placenteras, dolorosas o inciertas, a ese sentido de personalidad que cada uno de nosotros indefectiblemente lleva consigo. Es sorprendente qué pequeños elementos acentúan estos complejos de sensibilidad. Cuando estamos molestos por algún ligero trastorno, podemos hallar que el centro de la consciencia corporal está en la contracción, a menudo apenas perceptible, de los ojos y las cejas. Cuando estamos momentáneamente turbados, es algo en la faringe que nos obliga o a tragar, o a carraspear, o a una ligera tos; y así para tantos otros ejemplos que podrían citarse. Nuestro centro de interés es aquí una perspectiva

general y no los detalles; no me extenderé discutiendo éstos, sino que, suponiendo aceptado el punto de que cada cambio que se produce debe ser sentido, proseguiré ¹.

Paso ahora a recalcar el punto vital de toda mi teoría, que es éste. Si nos imaginamos una emoción intensa y tratamos entonces de abstraer de nuestra consciencia de ella todas las sensaciones de sus síntomas corporales característicos, nos encontramos con que no nos queda nada, no hay un «ingrediente mental» a partir del cual pueda constituirse la emoción, de modo que todo lo que queda es un estado de percepción intelectual, frío y neutro. Es cierto que, si bien la mayoría de la gente, cuando se le pregunta, afirma que su introspección verifica esta afirmación, algunos se obstinan en afirmar que la suya no. A muchos no se les puede hacer comprender este problema. Cuando se les pide que borren de su imaginación todo sentimiento de risa y de tendencia a la risa motivada por su consciencia de lo jocoso de un objeto, y que nos digan entonces cómo sería el sentimiento de esa jocosidad, si es que es algo más que la percepción de que el objeto pertenece a la clase de lo «divertido», ellos se empeñan en que la tarea propuesta es físicamente imposible y que siempre *tienen* que reír si ven un objeto divertido. Obviamente, la tarea propuesta no es la práctica que consistiría en ver un objeto jocoso y aniquilar la tendencia que uno siente a reír. Es la tarea puramente especulativa de sustraer ciertos elementos de sentimiento de un estado emocional que se considera existe en su plenitud e indicar qué elementos residuales quedan. No puedo menos de pensar que todos aquellos que comprenden correctamente el problema estarán de acuerdo con la proposición anteriormente establecida. Es totalmente imposible pensar a qué quedaría reducida la emoción de miedo si no estuvieran presentes las sensaciones de latidos cardíacos acelerados, ni de respiración ligera, ni de labios temblorosos, ni de miembros debilitados, ni de carne de gallina, ni de agitación visceral. ¿Podemos imaginar el estado de ira sin representar su ebullición en el pecho, el rubor facial, la dilatación de las ventanas de la nariz, los dientes apretados, el impulso a la acción vigorosa, sustituyendo esto por músculos flácidos, respiración tranquila y rostro apacible? El que esto escribe, por su parte, ciertamente no puede. La rabia se evapora totalmente al tiempo que la sensación de sus llamadas manifestaciones y lo único que tal puede imaginarse para ocupar su lugar es alguna fría y desapasionada sentencia judicial, limitada totalmente a la esfera de lo intelectual, en el sentido de que cierta persona o personas merecen un castigo por sus pecados. Lo mismo pasa con la pena: ¿qué sería sin sus lágrimas, sus sollozos, su opresión del corazón, sus punzadas en el esternón? Una cognición carente de sentimiento de que ciertas circunstancias son lamentables y nada más. Cada pasión cuenta, a su vez, la misma historia. Una emoción humana puramente incorpórea es un ente vacío. No afirmo que haya una contradicción en la naturaleza de las cosas o que los espíritus puros estén necesariamente condenados a frías vidas intelectuales; pero afirmo que para *nosotros* es inconcebible una emoción disociada de toda sensación corporal. Cuanto más cuidadosa-

mente considero mis estados, más persuadido estoy de que cualquier estado de ánimo, afecto o pasión que yo posea, está constituido y compuesto ni más ni menos por aquellos cambios corporales que comúnmente denominamos sus expresiones o consecuencias; y más me parece que si me quedara corporalmente anestésico, me hallaría excluido de la vida afectiva, tanto tierna como cruel, y sobrellevaría una existencia exclusivamente cognitiva o intelectual. Tal existencia, aunque parece haber sido el ideal de algunos pensadores, es demasiado apática para que la codiciemos los que hemos nacido tras el renacimiento del culto a la sensibilidad, hace pocas generaciones.

Pero si la emoción no es sino el sentimiento de los efectos corporales reflejos producidos por lo que llamamos su «objeto», efectos debidos a la adaptación connatural del sistema nervioso a ese objeto, parece que inmediatamente nos enfrentamos a la siguiente objeción: sería absurdo suponer que el sistema nervioso del hombre civilizado está adaptado de forma innata a la mayoría de las cosas que son objeto de sus emociones. Casi todos los motivos de vergüenza y muchos insultos son puramente convencionales y varían según el ambiente social. Lo mismo ocurre con muchas cosas temidas o deseadas, y con muchas razones de melancolía y pesar. Parecería, al menos en estos casos, que las ideas de vergüenza, deseo, remordimiento, etc., deben haber sido ligadas primero por la educación y asociación a estos objetos convencionales antes de que los cambios corporales hubieran tenido posibilidad de despertar. Y si en *estos* casos los cambios corporales siguen a las ideas, en lugar de dar origen a ellas, ¿por qué no entonces en todos los casos?

Discutir a fondo esta objeción nos llevaría muy lejos en el estudio de la estética puramente intelectual. Bastarán aquí unas pocas palabras. No diremos nada de la ausencia de distinción, en este argumento, entre la idea de una emoción y la emoción misma. Sólo recordaremos el conocido principio evolutivo de que cuando un determinado poder ha estado una vez fijado en un animal en virtud de su utilidad en presencia de determinadas características del ambiente, puede resultar ser útil en presencia de otras características del ambiente que en un principio no tenían nada que ver ni con su producción ni con su preservación. Una vez que una tendencia nerviosa a descargar está ahí, todo tipo de imprevistos pueden apretar el gatillo y soltar los efectos. El que entre estas cosas deba haber convencionalismos creados por el hombre es un tema que no tiene ninguna consecuencia psicológica en absoluto. La parte más importante de mi ambiente es mi prójimo. La consciencia de su actitud hacia mí es la percepción que normalmente abre la mayoría de mis vergüenzas, indignaciones y miedos. La extraordinaria sensibilidad de esta consciencia se muestra por las modificaciones corporales operadas en nosotros al saber que nuestro prójimo nos está observando. Nadie puede pasearse por la tarima en una reunión pública exactamente con la misma inervación muscular que emplea para andar por su casa. Nadie puede dar un mensaje a tal reunión, en cuanto siente

los ojos de varios extraños fijos en él, aun cuando esté interiormente convencido de que sus sentimientos hacia él no tienen ninguna importancia práctica ². Siendo así, no es sorprendente que la persuasión adicional de que la actitud de mi prójimo significa bien o mal para mí, deba despertar emociones más fuertes todavía. En las sociedades primitivas, «bien» puede querer decir ofrecerme un trozo de carne, y «mal» puede significar asestarme un golpe en el cráneo. En nuestra «culturizada» época, «mal» puede significar rajarme en la calle, y «bien», darme una graduación de honor. Lo que la acción misma pueda ser es bastante insignificante, mientras yo pueda percibir en ella un intento o *ánimo*. Esa es la percepción activadora de la emoción; y puede dar lugar a convulsiones tan fuertes en mí, un hombre civilizado que experimenta el tratamiento de una sociedad artificial, como en cualquier salvaje prisionero de guerra, que intenta averiguar si sus apresadores están a punto de comérselo o de hacerle miembro de su tribu.

Pero ahora, resuelta esta objeción, surge una duda más general. ¿Existe alguna evidencia, podría preguntarse, en favor del supuesto de que percepciones particulares *sí* produzcan efectos corporales extendidos por un tipo de influencia física inmediata, antecedente de la activación de una emoción o idea emocional?

La única respuesta posible es que, casi con toda seguridad, existe tal evidencia. Al escuchar poesía, teatro o novela épica, nos sorprendemos a menudo ante el escalofrío cutáneo que, como una repentina ola, nos invade, y ante nuestro corazón henchido y la efusión de lágrimas que inesperadamente nos embarga a intervalos. Al escuchar música, ocurre lo mismo, incluso de forma aún más notable. Si de repente vemos una forma oscura moviéndose entre los árboles, nuestro corazón deja de latir, y contenemos la respiración inmediatamente y antes de que cualquier idea articulada de peligro pueda aparecer. Si un amigo nuestro se acerca al borde de un precipicio, nos embarga la conocida sensación de «nerviosismo» y retrocedemos, aunque *sepamos* positivamente que está a salvo, y no tengamos una clara imagen de su caída. El autor recuerda bien su asombro, cuando tenía siete u ocho años, al desmayarse cuando vio sangrar a un caballo. La sangre estaba en un cubo, con un palo dentro, y, si la memoria no me engaña, la removía y la veía gotear del palo sin ningún sentimiento, salvo el de su curiosidad infantil. De pronto, el mundo se volvió negro ante sus ojos, sus oídos empezaron a zumbiar, y ya no supo nada más. Nunca había oído que la visión de la sangre produjera desvanecimientos o malestar, y sentía tan poca repugnancia hacia ello y tan poca aprensión de cualquier otro tipo de peligro, que incluso a esa tierna edad, como bien recuerda, no pudo evitar preguntarse cómo la mera presencia física de un cubo con líquido carmesí pudo provocar en él tan formidables efectos corporales.

Imagínense dos cuchillas de acero con los bordes afilados cruzándose en ángulo recto y moviéndose de un lado a otro. Se nos ponen todos los nervios «de punta» al pensarlo, y, sin embargo, ¿qué emoción

puede haber ahí excepto la misma desagradable sensación nerviosa, o el miedo de que pueda volver a aparecer? Todo el fondo y capital de la emoción aquí es el efecto corporal sin sentido que inmediatamente provocan las cuchillas. Este caso es típico de una clase: cuando una emoción ideal parece preceder a los síntomas corporales, a menudo no es sino una representación de los síntomas mismos. Alguien que ya se ha desmayado a la vista de la sangre puede presenciar los preparativos de una operación quirúrgica con un hundimiento y ansiedad incontrollables. Anticipa ciertas sensaciones, y la anticipación precipita su aparición. Me han contado un caso de terror mórbido, donde la sujeto confesaba que lo que la poseía parecía ser, más que ninguna otra cosa, el miedo al miedo mismo. En las diversas formas de lo que el profesor Bain llama «emoción tierna», aunque el objeto apropiado deba ser normalmente contemplado antes de que pueda activarse la emoción, sin embargo, a veces, pensar en los síntomas de la emoción misma puede tener el mismo efecto. En los caracteres sentimentales, el pensamiento de «anhelo» producirá verdadero «anhelo». Y, por no hablar de ejemplos más burdos, la imaginación de una madre de las caricias que prodiga a su hijo puede provocar un acceso de anhelo maternal.

En casos como éstos, vemos claramente cómo la emoción empieza y termina con lo que llamamos sus efectos o manifestaciones. No tiene ningún estatus mental, excepto como sentimiento o idea de las manifestaciones mostradas; estas últimas constituyen todo su material, su suma y sustancia, y sus existencias. Y estos ejemplos deberían hacernos ver cómo en todos los casos el sentimiento de las manifestaciones puede representar una parte mucho más importante en la constitución de la emoción de lo que solemos suponer.

Si nuestra teoría es cierta, un corolario necesario de ella debería ser que cualquier activación voluntaria de las llamadas manifestaciones de una emoción especial debería darnos la emoción misma. Por supuesto, en la mayoría de las emociones esta prueba es inaplicable, ya que muchas de las manifestaciones están en órganos sobre los que no tenemos ningún control volitivo. Sin embargo, dentro de los límites en los que puede verificarse, la experiencia corrobora totalmente esta prueba. Todo el mundo sabe cómo el pánico aumenta con la huida, y cómo el dar paso a los síntomas de dolor o rabia aumenta estas mismas pasiones. Cada acceso de llanto hace más aguda la pena y provoca otro acceso aún más fuerte, hasta que al final el reposo sólo sobreviene con lasitud y con el aparente agotamiento de la maquinaria. En la ira, es notorio cómo «nos excitamos» hasta un clímax mediante repetidos estallidos de expresión. Rehútese a expresar una pasión, y ésta morirá. Cuente hasta diez antes de desahogar su rabia, y la ocasión parecerá ridícula. Silbar para mantener el valor no es una mera forma de hablar. En cambio, siéntese todo el día en una postura abatida, suspire, y responda a todo con voz triste, y su melancolía persistirá. No existe ningún precepto más valioso en educación moral que éste, como todo el que lo haya experimentado sabe: si deseamos vencer tendencias

emocionales indeseables en nosotros mismos, debemos, con asiduidad, y al principio con sangre fría, pasar por las *señales externas* de aquellas disposiciones contrarias que prefiramos cultivar. La recompensa a la persistencia llegará infaliblemente en el desvanecimiento del mal humor o la depresión y el advenimiento de la alegría y la amabilidad en su lugar. Alise la frente, alegre los ojos, contraiga la parte dorsal de su talle más que la ventral y hable en tonalidad mayor, haga algún comentario amable, ¡y su corazón debe ser realmente frío si no se deshiela poco a poco!

Las únicas excepciones a esto son aparentes, no reales. La gran expresividad emocional y movilidad de ciertas personas nos lleva a menudo a decir: «Sentirían más si hablaran menos.» Y en otra clase de personas, la energía explosiva con que se manifiesta la pasión en ocasiones críticas parece correlacionar con la forma en que la reprimen durante los intervalos. Pero éstos son sólo tipos excéntricos de carácter, y dentro de cada tipo prevalece la ley expuesta en el último párrafo. El sentimental está constituido de tal forma que la «afectación» es su modo normal de expresión. Poner un tope a la «afectación» hará sólo en una medida limitada que tengan lugar actividades más «reales»; como mucho, producirá simplemente languidez. Por otra parte, el ponderado y bilioso «volcán inactivo», si se le permite reprimir la expresión de sus pasiones como desea, encontrará que éstas expiran si no consiguen absolutamente ninguna salida; mientras que, si se multiplican las raras ocasiones que él considera dignas de su erupción, encontrará que crecen en intensidad con el tiempo.

Estoy persuadido de que no hay ninguna excepción real a la ley. Podrían mencionarse los formidables efectos de contener las lágrimas y los tranquilizadores resultados de decir lo que se piensa cuando se está enfadado y acabar con ello. Pero esto tampoco son más que desviaciones especiosas de la norma. Toda percepción debe llevar a *algún* resultado nervioso. Si ésta es la expresión emocional normal, en seguida se agota, y en el curso natural de las cosas sigue una calma. Pero si el curso normal está bloqueado por alguna causa, las corrientes podrían, en ciertas circunstancias, invadir otros tractos, y operar allí efectos diferentes y peores. Así, una meditación vengativa puede reemplazar a una explosión de indignación; un calor seco puede consumir el estado de ánimo de quien con gusto lloraría, o puede, como dice Dante, volverse de piedra; y entonces las lágrimas o un arrebatado de rabia pueden producir un agradable alivio. Cuando enseñamos a los niños a reprimir sus emociones, no es que ellos puedan *sentir* más; muy al contrario, es que pueden *pensar* más; porque, en cierta medida, cualesquiera que sean las corrientes nerviosas desviadas desde las regiones inferiores, deben incrementar la actividad de los tractos de pensamiento del cerebro³.

El último gran argumento en favor de la prioridad de los síntomas corporales para la emoción sentida es la facilidad con que formulamos mediante ellos casos patológicos y casos normales bajo un esquema

común. En todos los asilos encontramos ejemplos de miedo, ira, melancolía o presunción, absolutamente inmotivados; y otros, de una apatía igualmente inmotivada que persiste a pesar de la mejor de las razones externas para que desaparezca. En los primeros casos, debemos suponer que la maquinaria nerviosa es tan «lábil» en alguna dirección emocional, que casi todos los estímulos, por muy inapropiados que sean, harán que se excite de esa forma y, como consecuencia, engendre el particular complejo de sentimientos en los que consiste el cuerpo psíquico de la emoción. Así, por tomar un caso especial, si la incapacidad para aspirar profundamente, las palpitaciones del corazón y ese peculiar cambio epigástrico sentido como «ansiedad precordial», con una irresistible tendencia a tomar una actitud algo encogida y a sentarse quieto, y quizá con otros procesos viscerales no conocidos hoy, ocurren todos juntos de forma espontánea en una determinada persona, su sentimiento de esta combinación es la emoción de terror, y él es víctima de lo que se conoce como miedo mórbido. Un amigo, que ha tenido ataques ocasionales de éste, el más angustiante de todos los males, me decía que en su caso todo el drama parecía centrarse en torno a la región del corazón y el aparato respiratorio, que su mayor esfuerzo durante los ataques era conseguir el control de sus inspiraciones y decelerar el corazón, y que en el momento en que lograba respirar profundamente y mantenerse erguido, el terror, «ipso facto», parecía desaparecer ⁴.

La explicación dada a Brachet por una de sus propias pacientes de su condición opuesta, la de inestabilidad emocional, ha sido frecuentemente citada, y merece serlo de nuevo:

«Sigo sufriendo constantemente [dice ella]; no tengo un momento de reposo, ni ninguna sensación humana. Rodeada de todo lo que puede hacer la vida feliz y agradable, todavía me falta la facultad de disfrutar y de sentir —ambas se han convertido en imposibilidades físicas—. En todo, incluso en las más tiernas caricias de mis hijos, encuentro sólo amargura. Los colmo de besos, pero hay algo entre sus labios y los míos, y ese algo horrible está entre yo y todos los disfrutes de la vida. Mi existencia es incompleta. Las funciones y actos de la vida ordinaria, es cierto, todavía siguen existiendo para mí; pero en todos ellos me falta algo —es decir, el sentimiento que es propio de ellos y el placer que les sigue...—. *Cada uno de mis sentidos, cada parte de mi propio yo es como si estuviera separada de mí y ya no pudiera proporcionarme ningún sentimiento; esta imposibilidad parece depender de un vacío que siento en la parte de delante de la cabeza y deberse a la disminución de la sensibilidad por toda la superficie de mi cuerpo, porque me parece que nunca alcanzo realmente los objetos que toco... Siento bastante bien los cambios de temperatura en mi piel, pero ya no experimento la sensación interna del aire cuando respiro...* Todo esto sería un problema sin importancia, pero su horrible resultado, que es el de la imposibilidad de cualquier otro tipo de sentimiento y de cualquier clase de disfrute, aunque experimento una necesidad y un deseo de ellos, está haciendo de mi vida una incomprensible tortura. Todas las funciones, todas las acciones de mi vida siguen existiendo, pero privadas del sentimiento que les pertenece, del disfrute que debería seguirse de ellas. Tengo los pies fríos, me los caliento, pero no obtengo ningún placer con el

calor. Reconozco el sabor de todo lo que como, sin sacar ningún placer de ello... Mis hijos están creciendo guapos y sanos, todo el mundo me lo dice, yo lo veo por mí misma, pero el deleite, el descanso interior que debería sentir, no puedo conseguirlo. La música ha perdido todo su encanto para mí; yo solía adorarla. Mi hija toca muy bien, pero para mí no es más que ruido. Ese vivo interés que hace un año convertía en un concierto delicioso la más pequeña melodía que tocara con sus dedos —esa emoción, esa vibración general que me hacía derramar lágrimas de ternura—, todo eso ya no existe»⁵.

Otras víctimas se describen como encerradas entre paredes de hielo o cubiertas por una envoltura de caucho, por la que no penetra ninguna impresión o la sensibilidad herméticamente cerrada.

Si nuestra hipótesis es cierta, nos hace darnos cuenta mejor que nunca de lo mucho que nuestra vida mental está unida a nuestra estructura corporal, en el más estricto sentido del término. Extasis, amor, ambición, indignación y orgullo, considerados como sentimientos, son frutos de la misma tierra que las sensaciones corporales más toscas de placer y de dolor. Pero se dijo al principio que esto se afirmaría sólo de lo que entonces acordamos llamar emociones estándar y que aquellos sentimientos internos que parecían a primera vista desprovistos de resultados corporales deberían dejarse aparte. Sería conveniente, antes de concluir, decir una o dos cosas acerca de estos últimos sentimientos.

Son, recordará el lector, los sentimientos morales, intelectuales y estéticos. La armonía de sonidos, de colores, de líneas, las constancias lógicas, la idoneidad teleológica, nos afectan con un placer que parece engranado en la forma misma de la propia representación y sin tener que recurrir a ninguna reverberación que surja de las zonas inferiores del cerebro. Los psicólogos herbartianos han tratado de distinguir los sentimientos debidos a la *forma* en que pueden ser organizadas las ideas. Una demostración geométrica puede ser tan «bonita» y un acto de justicia tan «elegante» como un dibujo o una melodía, aunque la belleza y la elegancia parecen aquí ser una pura cuestión de sensación. Tenemos, entonces, o algunos de nosotros parecemos tener, formas genuinamente *cerebrales* de placer y disgusto que, al parecer, no concuerdan en su modo de producción con las llamadas emociones estándar que hemos estado analizando. Y es seguro que los lectores a quienes hasta ahora no han convencido nuestras razones, se sorprenderán ante esta admisión, y considerarán que con ella renunciamos a toda nuestra defensa. Puesto que las percepciones musicales y puesto que las ideas lógicas pueden despertar inmediatamente una forma de placer emocional, dirán: ¿no es más natural suponer que en el caso de las llamadas emociones estándar incitadas por la presencia de objetos o la experiencia de hechos, el sentimiento emocional es igualmente inmediato y la expresión corporal algo que viene después y se añade a aquél?

Pero un examen serio de los casos de emoción cerebral pura aporta

poca fuerza a esta asimilación. A menos que en ellos haya realmente emparejada con el sentimiento intelectual una reverberación corporal de algún tipo, a menos que realmente nos riamos de la elegancia del artefacto mecánico, nos emocionemos ante la justicia del acto o nos estremezcamos ante la perfección de la forma musical, nuestra condición mental está más relacionada con un juicio de *valor* que con cualquier otra cosa. Y ese juicio debe mejor ser clasificado como consciencia de la verdad: es un acto *cognitivo*. Pero, en realidad, el sentimiento intelectual rara vez existe tan aislado. La caja de resonancia corporal está en funcionamiento, como muestra la introspección detenida, mucho más de lo que solemos suponer. Sin embargo, cuando la prolongada familiaridad con una cierta clase de efectos ha embotado la sensibilidad emocional a ello tanto como ha agudizado el gusto y el juicio, sí alcanzamos la emoción intelectual, si es que puede llamarse así, pura e inmaculada. Y su aridez, la palidez, la ausencia de todo brillo, como pueda existir en la mente de un crítico muy experto, no sólo nos muestra lo totalmente diferente que es de las emociones estándar que consideramos antes, sino que nos hace sospechar que casi toda la diferencia reside en el hecho de que la caja de resonancia corporal que vibra en uno de los casos está muda en el otro. «No está tan mal» es, en una persona de gusto consumado, por regla general, el límite más alto de expresión aprobatoria. «Rien ne me choque» se dice que ha sido el superlativo de Chopin como elogio de la nueva música. Un lego sentimental se sentiría, y debería sentirse, horrorizado, siendo admitido en la mente de ese crítico, al ver lo fríos, lo poco convincentes, lo faltos de significado humano que son los motivos que prevalecen para el favor o la desaprobación. La capacidad para hacer una bonita mancha en la pared superará todo el contenido de un cuadro; un absurdo juego de palabras preservará un poema; un ajuste de secuencia totalmente sin sentido en una composición musical desprecia cualquier cantidad de «expresividad» en otra.

Recuerdo que vi una pareja inglesa sentada durante más de una hora en un gélido día de febrero en la Academia de Venecia ante la célebre «Asunción» de Ticiano, y cuando yo, después de ser perseguido por el frío de sala en sala, terminé por ponerme al sol lo más rápidamente que pude y dejar los cuadros, pero antes de salir me acerqué reverentemente a ellos para averiguar de qué formas superiores de sensibilidad podían estar dotados, todo lo que pude oír fue la voz de la mujer murmurando: «¡Qué expresión de *lamentación* tiene! ¡Qué auto-*abnegación*! ¡Qué *indigna* se siente del honor que está recibiendo!». Sus honestos corazones se habían mantenido cálidos todo el rato por la luz de un sentimiento falso que casi habría puesto enfermo al viejo Ticiano. Mr. Ruskin hace en alguna parte la (para él) terrible afirmación de que la gente religiosa, como norma, se preocupa poco de los cuadros y que cuando sí lo hacen, por lo general prefieren los peores a los mejores. ¡Sí! En todo arte, en toda ciencia existe la aguda percepción de que ciertas relaciones están *bien* o no, y existe el calor y el estremecimiento emocional consiguientes. Y esto son dos cosas, no

una. En la primera de ellas es donde los expertos y maestros se sienten como en casa. Lo otro son conmociones corporales que apenas pueden sentir, pero que pueden ser experimentadas en su plenitud por *cretinos* y personas incultas y materialistas, en los que el juicio crítico está en su punto más bajo. Los «prodigios» de la ciencia, sobre los que tanta literatura popular edificante se ha escrito, tienden a ser un «bocado demasiado exquisito» para los hombres de laboratorio. Cognición y emoción están separadas incluso en este último refugio —¿quién dirá que su antagonismo no puede ser sólo una fase del conflicto, viejo como el mundo, conocido como el que existe entre el espíritu y la carne?—, conflicto en el que parece bastante seguro que ninguna de las dos partes expulsará a la otra del campo definitivamente.

Volvamos ahora a nuestro punto de partida, la fisiología del cerebro. Si suponemos que su córtex contiene centros para la percepción de cambios en cada órgano sensorial especial, en cada porción de la piel, en cada músculo, cada articulación y cada víscera, y que no contiene absolutamente nada más, seguimos teniendo un esquema perfectamente capaz de representar el proceso de las emociones. Un objeto cae sobre un órgano sensorial y es apercibido por el centro cortical apropiado; o bien este último, excitado de alguna otra forma, da lugar a una idea del mismo objeto. Rápidas como un rayo, las corrientes reflejas descienden por sus canales preordenados, alteran la condición del músculo, la piel y la víscera, y estas alteraciones, apercibidas como el objeto original, en tantas porciones específicas del córtex, se combinan con él en la consciencia y lo transforman de un objeto simplemente aprehendido en un objeto emocionalmente sentido. No hace falta invocar ningún principio nuevo, no se postula nada más allá del circuito reflejo ordinario y los centros tópicos cuya existencia es admitida de una forma u otra por todos.

Hay que confesar que una prueba crucial de la verdad de la hipótesis es tan difícil como su refutación decisiva. Un caso de anestesia corporal interna y externa completa, sin alteración motora ni alteración de la inteligencia, excepto apatía emocional, proporcionaría, si no una prueba crucial, al menos una fuerte suposición en favor de la verdad del punto de vista que hemos expuesto; aunque la persistencia de un sentimiento emocional fuerte en tal caso echaría abajo nuestra causa. La anestesia histérica parece no ser nunca lo suficientemente completa como para cubrir el terreno. Las anestесias completas de trastornos orgánicos, por otra parte, son excesivamente poco frecuentes. En el famoso caso de Remigius Leims no se hace ninguna mención por parte de los informadores de su condición emocional, circunstancia que por sí misma no aporta ninguna suposición de que fuera normal, ya que, como norma, nada *es* notado nunca sin un planteamiento preexistente en la mente. El doctor Georg Winter ha descrito recientemente un caso algo similar ⁶, y en respuesta a una pregunta me escribió amablemente lo siguiente: «El caso ha estado durante un año y medio totalmente fuera de mi observación. Pero por lo que pude afirmar, el hombre se

caracterizaba por una cierta indolencia e inercia mental. Era tranquilo, y tenía en general el temperamento de un flemático. No era irritable, no era pendenciero, se ocupaba con calma de su trabajo en la granja, y dejaba el cuidado de sus negocios y la economía doméstica a otros. En resumen, daba la impresión de un plácido campesino, que no tenía más intereses que su trabajo.» El doctor Winter añade que al estudiar el caso no prestó una especial atención a la condición psíquica del hombre, ya que parecía *nebensächlich* (secundario) para su propósito principal. Habría que añadir que la forma de mi pregunta al doctor Winter no podía darle ninguna pista sobre el tipo de respuesta que yo esperaba.

Desde luego, este caso no prueba nada, pero es de esperar que los médicos de asilos y los especialistas en sistema nervioso puedan empezar metódicamente a estudiar la relación entre anestesia y apatía emocional. Si la hipótesis aquí sugerida se ha de ver alguna vez definitivamente confirmada o refutada, parece que debiera serlo por ellos, ya que son los únicos que tienen los datos en sus manos.

PS.—Por un imperdonable descuido en el momento de enviar mi manuscrito al editor, pasé por alto la existencia del extraordinario caso de anestesia total publicado por el profesor Strümpell en Ziemssen's Deutsches Archiv für Klinische Medicin XXII, 321, del que yo había leído, no obstante, informes en el momento de su publicación. (Véase el primer informe del caso en Mind X, 263, traducido de Pflüger's Archiv. Ed.) Creo que constituye el único caso que queda de este tipo en la literatura médica, de forma que con él nuestra revisión es completa. Al remitirme al original, que es importante en muchos aspectos, encontré que el paciente, un aprendiz de zapatero de quince años, totalmente anestésico por dentro y por fuera, con la excepción de un ojo y una oreja, había mostrado vergüenza por manchar la cama, y dolor, cuando le pusieron delante un plato que antes era su favorito, ante la idea de no poder ya saborearlo. Como el doctor Strümpell parecía, sin embargo, no haber prestado especial atención a sus estados psíquicos, en la medida en que éstos son importantes para nuestra teoría, le escribí en pocas palabras cuál era la esencia de la teoría, y le pedí que dijera si estaba seguro de que el dolor y la vergüenza mencionados eran sentimientos reales en la mente del niño, o sólo las manifestaciones reflejas provocadas por ciertas percepciones, manifestaciones que un observador externo pudiera notar, pero a las que el niño pudiera ser insensible.

El doctor Strümpell me ha enviado una atenta respuesta, de la que traduzco el pasaje más importante.

«Debo confesar realmente que desde luego no emprendí con mi Anaesthetiker observaciones tan especiales como el sentido de su teoría requeriría. No obstante, puedo decididamente hacer la afirmación de que él de ninguna manera carecía por completo de afectos emocionales. Además de los sentimientos de dolor y vergüenza mencionados en mi artículo, recuerdo claramente que mostraba, por ejemplo, ira, y con frecuencia se peleaba con los enfermos del hospital. También manifestaba miedo de que le castigara. En resumen, no creo que mi caso hable exactamente en favor de su teoría. Por otra parte, no voy a afirmar que la refute positivamente. Porque mi caso era ciertamente el de una anestesia condicionada

muy centralmente (anestesia perceptiva, como la de los histéricos) y, por tanto, la conducción de impresiones externas puede haber estado intacta en él.»

Confieso que no veo la pertinencia de esta última consideración, y esto me hace sospechar que mi carta era demasiado breve u oscura para poner a mi corresponsal totalmente en posesión de mi propia forma de pensar. Porque su respuesta sigue sin hacer referencia explícita a nada más que las manifestaciones externas de emoción en el chico. ¿No es por lo menos concebible que, igual que un extraño llevado a presencia del niño por primera vez, y viéndole comer y beber y satisfacer otras necesidades naturales, supondría que tiene las sensaciones de hambre, sed, etc., hasta ser informado por el propio niño de que él hacía todas esas cosas sin ninguna sensación en absoluto aparte de la vista y el sonido? ¿No es, digo, al menos posible que el doctor Strümpell, sin dirigir ninguna pregunta introspectiva directa a su paciente, y no siendo éste de una clase de la que podrían esperarse revelaciones voluntarias de ese tipo, hubiera omitido, de forma similar, discriminar entre un sentimiento y su acompañamiento motor habitual, y hubiera tomado erróneamente este último como prueba de que el primero estaba ahí? Tal error es, desde luego, posible, y debo, por tanto, repetir las propias palabras del doctor Strümpell, que su caso no refuta, sin embargo, mi teoría. Si se produjera un caso similar, habría que preguntar sobre el estado emocional interno que coexistía con las expresiones externas de vergüenza, ira, etc. Y si entonces resultara que el paciente reconocía explícitamente los mismos sentimientos conocidos por esos nombres en su estado normal anterior, mi teoría, desde luego, se derrumbaría. Sin embargo, es increíble para mí que el paciente tuviera un sentimiento idéntico, porque el desprendimiento de la caja de resonancia orgánica disminuiría necesariamente su volumen de alguna manera. El profesor del paciente del doctor Strümpell encontró una deficiencia mental en él durante su anestesia, que posiblemente se debiera a las consecuencias resultantes para su vivacidad intelectual general de la sustracción de tan importante masa de sentimientos, aun cuando no fueran toda su vida emocional. Quien quiera extraer del próximo caso de anestesia total el máximo conocimiento sobre las emociones, tendrá que interrogar al paciente con alguna noción como la de mi artículo en la mente. Podemos definir las emociones psíquicas puras mucho mejor empezando desde tal hipótesis y modificándola en forma de restricción y sustracción, que no teniendo ninguna hipótesis definida en absoluto. Así habrá sido justificada la publicación de mi artículo, aun cuando la teoría que defiende, considerada rigurosamente, sea errónea. Lo mejor que puedo decir en su favor es que al escribirla casi me he persuadido a mí mismo de que puede ser cierta.

Notas

¹ Obviamente, surge la pregunta fisiológica, ¿cómo se experimentan los cambios?, ¿después de producidos, por medio de los nervios sensoriales de los órganos que devuelven al cerebro un registro de las modificaciones producidas?, ¿o antes de que se hayan producido gracias a un estado consciente de las corrientes nerviosas eferentes al comenzar su camino descendente hacia las partes que han de excitar? Creo que todas las pruebas que poseemos están a favor de la primera opción. El problema es demasiado minucioso para discutirlo aquí, pero he hecho algún comentario sobre el tema en un artículo titulado «The Feeling of Effort», en el *Anniversary Memoirs of the Boston Natural History Society*, 1880 (traducido en *La Critique Philosophique* durante ese año, y resumido en *Mind*, vol. 20, pág. 582). Véase también la obra de G. E. MÜLLER: *Grundlegung der Psychophysik*, párrafo 110.

² Nótese, de paso, que esta autoconsciencia personal parece un asunto totalmente corporal, en gran parte una consciencia de nuestra actitud, y que, como otras emociones, reacciona en su condición física, y lleva a modificaciones de la actitud —a una cierta rigidez en la mayoría de los hombres, pero en los niños, a regulares accesos de dar vueltas y retorcerse, y en las mujeres, a diversas poses graciosamente tímidas.

³ Esto es lo contrario de lo que ocurre en daños al cerebro, ya sean por violencia externa, por ruptura o tumor interno, o por mera inanición debida al trastorno. La permeabilidad cortical parece reducida, de forma que la excitación, en lugar de propagarse lateralmente por los canales mentales como antes, tiende a tomar el camino descendente hacia los órganos del cuerpo. La consecuencia es que lloramos, reímos y tenemos arrebatos de mal genio ante la más insignificante provocación, junto con una debilidad proporcional en el pensamiento lógico y en el poder de atención y decisión volitivas.

⁴ Hay que confesar que existen casos de miedo mórbido en que objetivamente el corazón no está muy perturbado. Sin embargo, éstos no prueban nada contra nuestra teoría, ya que es, por supuesto, posible que los centros corticales que normalmente perciben el terror como un complejo de sensaciones cardíacas y orgánicas de otro tipo debido a un cambio corporal real, deban resultar *principalmente* excitadas en el trastorno cerebral, y dar origen a una alucinación de que los cambios están ahí —una alucinación de terror, en consecuencia, coexistente con un pulso tranquilo, etc., en comparación. Digo que es posible, ya que desconozco observaciones que puedan probar el hecho. El trance, el éxtasis, etc., ofrecen ejemplos análogos—, por no hablar de los sueños corrientes. En todas estas condiciones uno puede tener las sensaciones subjetivas más vivas, bien oculares o auditivas, o de la clase más visceral y emocional, como resultado de la pura actividad nerviosa central, con un reposo periférico completo. Si la fuerza subjetiva de la sensación es debida en estos casos a la energía real del trastorno central, o simplemente al estrechamiento del campo de consciencia, no tiene por qué importarnos. En los casos de melancolía de los asilos suele existir un estrechamiento del campo.

⁵ Citado por SEMAL: *De la Sensibilité générale dans les Affections mélancoliques*, págs. 130-135. París, 1876.

⁶ «Ein Fall von allgemeiner Anaesthesia», *Conferencia Inaugural*. Heidelberg, invierno, 1882.