

## **Capítulo 7**

---

### **LAS RAZONES DEL CORAZÓN**

**La polaridad razón-emoción. Primera parte**



## **I. Un modo de medir la inteligencia**

Alguna vez alguien me contó un curioso método de comparar la capacidad de pensar de las diferentes especies. Supongamos que ponemos un animal con hambre frente a un trozo de alimento muy apetecible pero separado por un tejido de alambre que le impide llegar hasta él. Imaginemos que el tejido es alto y que se extiende unos metros a izquierda y derecha.

Si hacemos la prueba con una gallina, con su pequeño cerebro, intentará inútilmente atravesar el obstáculo y sin éxito estirará el cuello a través de uno de los rombos del tejido. Tal vez llegue a retirarse unos centímetros para intentar lo mismo una y otra vez por otros huecos con resultados nulos.

Si la prueba es con un perro, el animal empujará el tejido, husmeará inquieto, después tomará un poco de distancia, la mínima para observar la valla. Probará circundar el tejido hacia un lado pero no va a soportar alejarse demasiado de la comida. Volverá rápido siempre con la vista fija en el alimento. Intentará por el lado opuesto. Y es posible que pruebe una y otra vez alejándose un poco más hacia cada uno de los lados hasta percibir finalmente dónde termina el tejido y hacer el rodeo necesario.

Si probáramos con un mono, tal vez podríamos ver que con conductas semejantes a las del perro lograría el éxito más rápido.

La primera conclusión es que cuanto más inteligente es un animal, mayor es su capacidad de alejarse del objetivo para poder alcanzarlo. La segunda la vamos a considerar en el próximo capítulo.

Con el relato de esta experiencia nos hemos alejado un poquito del objetivo. Tal vez no mucho, aunque sí un poco más que la pobre gallina. El propósito de este capítulo es enfocar la

relación entre pensamiento y emoción. Y para eso necesitamos saber qué es el pensamiento.

## **2. La evolución de la vida y el crecimiento psíquico**

En el mundo de lo vivo reina el principio del placer que, como vimos, impulsa a los seres a apartarse del displacer y buscar el placer mediante la descarga de las tensiones de estímulo.

Pero eso no es todo: si a cada excitación le hubiera seguido su descarga no habría sido posible la evolución y la vida no habría superado el nivel de la más primitiva de las amebas. Incluso lo más probable es que hubiese desaparecido, porque el apremio de la realidad exterior puso a los seres vivientes ante la disyuntiva de adaptarse o morir.

La incipiente materia viva, lejos de quedarse estancada, evolucionó y evoluciona; florece en millones de formas a fin de encontrar soluciones nuevas a cada una de las dificultades que el medio exterior le presenta.

La adaptación que posibilitó el desarrollo evolutivo consistió en que el principio del placer fuera reemplazado por *el principio de realidad*, un imperativo nuevo que no contradice al primero sino que lo perfecciona: exige evitar el displacer de un modo más efectivo y alcanzar un placer más real y duradero, aunque para eso haya que recorrer un camino más largo.

Aceptar el principio de realidad significa aprender a demorar la descarga, a soportar el displacer de que el estímulo vaya en aumento mientras se busca una respuesta acertada. En otras palabras, el ser vivo tuvo que tolerar la frustración.

Como bien sabemos por experiencia personal y por la tarea de educar a los niños, este aprendizaje es un largo proceso que de alguna manera no termina nunca. Pero, con independencia

de cuánto nos cueste, la verdad es que tanto el desarrollo evolutivo de la vida sobre la tierra como el crecimiento psíquico de cada individuo se basan en ese *aprendizaje biológico* que lleva a reemplazar el principio de placer por el de realidad.

### 3. El pensamiento

Algunos científicos —o mejor, algunos sabios— dicen que se alegran de los errores, porque de ellos se aprende. Piensan que de los aciertos, en cambio, no se aprende porque conducen a que se siga haciendo lo mismo. Tal vez en parte sea “consuelo de sabio”. Sin embargo, tienen razón. De no haber sido por la frustración, nunca habríamos necesitado pensar. Si las descargas inmediatas hubieran tenido éxito las habríamos repetido hasta el infinito.

Fueron las necesidades insatisfechas a causa del fracaso de nuestro actuar las que nos *obligaron a pensar* para imaginar otras acciones que tuvieran mejores resultados.

Para el psicoanálisis, los pensamientos son ensayos de acciones, que al no ser realizadas sino solo pensadas son llevadas a cabo con un mínimo gasto de energía.

En el caso de los animales de nuestro relato inicial, vemos que no solo piensan sino que actúan sus pensamientos. La gallina apenas puede tomar una pequeña distancia e insiste tozudamente por uno u otro hueco. En el perro se ve mejor cómo, mientras piensa, *hace* lo que piensa: “Tal vez se pueda ir por acá; no, quizás por este otro lado”. Cuando vamos probando y aprendemos por ensayo y error, nosotros también estamos actuando nuestros pensamientos.<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> Naturalmente no estamos atribuyendo pensamiento lógico racional a los animales. Usando un concepto amplio, aquí pensamiento equivale a la capacidad de anticiparse a las acciones.

Desde esas formas menos desarrolladas, en escala ascendente, la evolución hizo que se desplegara el pensamiento abstracto, ese instrumento del que los seres humanos nos sentimos tan orgullosos, aunque no hayamos sido nosotros quienes lo inventamos. Con él, podemos alcanzar las alturas inimaginables de la filosofía, la ciencia, el arte. No se sabe a dónde se podrá llegar con sus prodigios.

Sin embargo, la función primaria del pensamiento no ha cambiado en absoluto: nacido para subsanar las frustraciones, su sentido originario es el de imaginar y descubrir el modo y la oportunidad de descargar las tensiones que se originan en el cuerpo, a través de acciones que operen con eficacia sobre el mundo exterior.

Por eso, por más lejos que el pensamiento haya llegado en su vuelo y por más valiosa que sea su libertad, su salud sigue dependiendo de que no se corte el hilo que lo liga con el cuerpo y con la realidad. En pocas palabras: para ser inteligente, la razón tiene que escuchar a la emoción.

#### **4. El extraño caso de Phineas Gage**

Un caso famoso en la historia de la medicina norteamericana es el de Phineas Gage. En 1848, Gage era un joven responsable y eficiente, capataz de una cuadrilla que colocaba cargas explosivas para la construcción de las vías del ferrocarril.

Por un accidente en el que se produjo una explosión a destiempo, una barra de hierro que usaba como herramienta se le soltó de la mano, voló por los aires y fue a dar a treinta metros. En su trayectoria, la barra, que era puntiaguda y un poco más chica que un palo de escoba, le perforó el cráneo. Ingresó debajo del pómulo izquierdo y salió por la parte superior de la cabeza arrastrando consigo fragmentos de masa encefálica.

Puede considerarse un milagro que Gage sobreviviera, pero más sorprendente resultó el hecho de que se rehabilitara hasta el punto de ser dado de alta dos meses después del accidente. En apariencia, conservaba sus capacidades intelectuales y pudo volver a su trabajo.

El Dr. John M. Harlow, el médico de pueblo que lo atendió, redactó un informe detallado. Gracias a él podemos conocer lo más interesante de la historia.

Al poco tiempo de que Gage retomara su trabajo, comenzaron a notarse secuelas llamativas. Según escribió Harlow, “Gage ya no era Gage”. Antes era “un personaje inteligente y hábil, muy persistente y enérgico en la consecución de sus objetivos”; ahora abandonaba sus proyectos casi sin iniciarlos. Era notorio que se había roto “el equilibrio entre sus facultades intelectuales y sus inclinaciones animales”. Se había vuelto irrespetuoso e irreverente al punto que se recomendaba a las mujeres que no se le acercaran. Aunque razonaba con lógica, perdió la capacidad de comandar la cuadrilla de trabajo y al poco tiempo se quedó sin empleo.

De ahí en más su vida perdió el rumbo y, paradójicamente, “era muy bueno para encontrar trabajos que no le convenían”. Se empleó en un circo, donde ofrecía como espectáculo sus cicatrices y la barra del accidente. Estuvo en Chile, donde cuidó caballos y manejó diligencias. Volvió a Estados Unidos y anduvo sin trabajo fijo, bebiendo y provocando alboroto, hasta morir unos trece años después del accidente. El cráneo y la barra de hierro se conservan en el *Warren Anatomical Museum*, en Boston.<sup>31</sup>

En los últimos años, este caso ha cobrado enorme interés para el estudio de la relación razón-emoción a partir de los planteos del ya citado investigador Antonio Damasio.

---

<sup>31</sup> Encontramos una versión resumida de esta historia en [http://es.wikipedia.org/wiki/Phineas\\_Gage](http://es.wikipedia.org/wiki/Phineas_Gage).

## 5. El papel invisible de las emociones

El tema de la relación entre razón y emoción tiene una larga historia en las discusiones dentro de la filosofía y las ciencias. Habitualmente, se lo plantea como una polaridad de opuestos, independientes y en pugna. Pero no tendría por qué ser así.

Como tantas otras cosas que mientras funcionan bien pasan desapercibidas, cuando la razón y la emoción colaboran entre sí no se notan los hilos invisibles que las unen. En cambio, cuando esos hilos se cortan, aparecen desequilibrios que, como veremos, son muy perjudiciales.

Sin embargo, esos desequilibrios nos ofrecen el beneficio secundario de abrir una hendidura por donde asomarnos a vislumbrar el papel de las emociones en el concierto de la vida anímica.

En este capítulo nos vamos a ocupar de ejemplos en los que la razón parece conservada en sus funciones mientras que las emociones no son escuchadas.

Empecemos por los extraños cambios en la personalidad de Phineas Gage. Damasio formuló una explicación neurológica, a la que hubiera sido imposible llegar antes, cuando se creía que la regulación de las emociones dependía exclusivamente de las zonas subcorticales (sistema límbico) en tanto que la corteza sólo se ocupaba de la racionalidad. A través de sus investigaciones, Damasio localizó una zona encargada de la modulación emocional ubicada en la corteza cerebral. Justamente esa zona fue la afectada en el cerebro de Gage mientras que las áreas responsables del pensamiento racional no sufrieron un daño significativo. Por eso Gage razonaba lógicamente, pero sin conexión con sus emociones.

El caso resulta de sumo interés, porque estamos frente a un paciente que parece que *piensa bien, pero decide mal*. O sea



que Damasio nos muestra que para tomar decisiones acertadas es necesaria la participación de la afectividad.

Desde su campo, la neurología, formuló entonces una primera conclusión: *la ausencia de emoción y sentimiento aniquila la racionalidad*, hasta el punto de hacer imposible la supervivencia. Para Damasio, la racionalidad se define como la capacidad de tomar decisiones sensatas, que tienen en cuenta el futuro personal, las convenciones sociales y los principios morales.

Damasio también ha avanzado en la investigación del mecanismo por el cual las emociones y los sentimientos participan en la toma de decisiones. Sostiene que el cerebro lee, registra y evalúa todo lo que sucede en el cuerpo. Sus decisiones dependen de esa información, por eso postuló la existencia de “marcadores somáticos”, que son señales que provienen del cuerpo y permiten anticipar si el resultado de las acciones va a ser placentero o displacentero. Sobre esa base, hay soluciones que se descartan y otras que se eligen automáticamente.

Estos marcadores no sólo operan en el caso de las emociones primarias enraizadas fuertemente en el cuerpo, como el placer y el dolor, sino también en las situaciones mucho más sutiles y elevadas de la mente humana. La voluntad y el altruismo, por ejemplo, también se basan en la posibilidad de usar estos marcadores en la medida en que permiten anticipar gratificaciones futuras.

Para Damasio, todo lo que el cerebro hace depende de lo que sucede en el organismo. Esto conlleva una consecuencia fundamental que el autor no explicita: si el cerebro decide bien porque escucha al cuerpo, el cuerpo es portador de una “sabiduría” enorme, acumulada a lo largo de millones de años de experiencia biológica.

Damasio cuestiona a fondo el dualismo cuerpo-mente de Descartes, al punto que su libro lleva por título *El error de Descartes*.

Llega entonces a una segunda conclusión más general, “psicosomática”: *las emociones y los sentimientos, junto con la maquinaria fisiológica subyacente, nos asisten en la inquietante tarea de predecir un futuro incierto y planear con acierto nuestros actos.*

## **6. La sordera emocional I: El papá de Bianca**

Las lesiones anatómicas como las de Gage no son la única forma en que la razón deja de escuchar a la emoción. Hay modos más cotidianos, tal vez menos graves, pero muy difundidos, como la insensatez y la hiper-racionalidad.

Es curioso lo que ocurre con la idea y el significado de sensatez. Los diccionarios comienzan definiéndola como buen juicio, cordura y razonabilidad, de modo que la sensatez parece una cualidad del pensamiento. Pero con el uso, su significado se desliza hacia la acción, por ejemplo, cuando se la describe como “prudencia o capacidad de sopesar las consecuencias antes de actuar”. Y más todavía cuando directamente se dice: “Cualidad que tienen las personas que muestran buen juicio, prudencia y madurez en sus actos y decisiones.”<sup>32</sup>

La etimología avala estos deslizamientos, porque *sensato* viene de la voz latina *sensus* que significa juicio, entendimiento y también sensación, percepción. Es decir que *sensus* designa no solo la capacidad intelectual de percibir sino también la sensorial. Incluso en su origen más lejano, la palabra “sensatez”, lo mismo que “sentir”, proviene de la raíz indoeuropea \*sent,

---

<sup>32</sup> La primera de estas definiciones se encuentra en <http://es.wiktionary.org/wiki/sensatez>. La segunda en <http://es.thefreedictionary.com/sensatez>.

que significa tomar una dirección. De modo que, otra vez, estamos cerca de la acción.<sup>33</sup>

Tras este breve recorrido, resulta coherente que María Moliner, en su reconocido diccionario, afirme que insensato “se dice de la persona que hace o dice cosas que causan o pueden causar daño o perjuicio importante a ella misma o a otra, aunque sin intención de causarlo (...)”.<sup>34</sup>

Frente a alguien que obra así, a uno le surge naturalmente la pregunta: “¿pero vos no pensás?” Sin embargo, como le ocurría a Phineas Gage, no se trata de un problema de pensamiento, sino de un problema de conexión con las emociones. Si alguien realmente no se da cuenta del daño que causa o puede causar es porque está poco conectado con los sentimientos ajenos e incluso con los propios. Por eso, el verdadero daño, en estos casos, es directa o indirectamente emocional.

Hace poco, con un grupo de colegas estudiábamos la situación de una chica de veinte años. Llamémosla Bianca. Es un poco aniñada y está de novia con un muchacho bastante mayor que ella. El novio, de treinta y cinco años, tiene dos hijos, uno de diez y otro de cuatro, con madres diferentes.

El motivo de consulta de Bianca fue la angustia que le había producido un episodio de violencia unos días atrás. Estaban en la calle, de noche, el lugar era bastante solitario. Discutían y ella lo empujó. Él se puso agresivo. La insultó, la escupió y después amenazó con dejarla allí, en la calle, sola.

---

<sup>33</sup> Ver, por ejemplo, Guido Gómez de Silva, *Breve diccionario etimológico de la lengua española*, Fondo de Cultura Económica, México, 1995. Y también los sitios de internet de Valentín Anders (<http://valentin.dechile.net/>): quien de una forma muy atractiva nos pone en el camino de averiguar etimologías (<http://etimologias.dechile.net/?sensato>).

<sup>34</sup> María Moliner, *Diccionario de uso del español*, Gredos, Madrid, 2007.

La terapeuta siguió preguntando cómo habían sido las cosas, qué había hecho ella después, etc. Bianca dijo que se había quedado mal y que le había contado a su papá. Y aquí viene la sorpresa. El papá no defendió al novio abiertamente pero procuró atemperar las cosas. Apostó por la continuidad de la pareja, dijo que era un buen muchacho, que hacía mucho tiempo trabajaba en el mismo lugar, y cosas por el estilo. Y Bianca terminó pidiéndole perdón a su novio.

Todo padre sabe el lío en que se mete si pretende determinar cuál de sus hijos empezó una pelea. En este caso también cuesta juzgar cómo comenzó la escena. Bianca es infantil y puede haber irritado a su novio, pero la reacción de escupir y de amenazar con dejarla abandonada en la noche es chocante e intranquilizaría a cualquier padre. Mejor dicho, a cualquier padre que esté bien conectado con sus vivencias y las de su hija. Si escuchara sus sensaciones y alarmas emocionales, el padre se inquietaría con el noviazgo de Bianca con un hombre que ya tiene dos hijos de parejas distintas, que muy probablemente va a seguir el mismo camino, embarazando a su novia actual, poco más que una niña que apenas puede con su propia existencia.

Esta breve historia nos explica en parte la inmadurez y el desamparo de Bianca. Lo que no nos explica es cómo el papá llegó a plasmar esa sordera emocional que lo lleva a la insensatez. Si nos apresuráramos a pensar que los responsables son el bajo nivel sociocultural o la ignorancia, el vecino de enfrente, del mismo estrato social e intelectual, podría sorprendernos por la sabiduría y la conexión afectiva con que protege a sus hijos.

Aunque pueda parecer sorprendente, desarrollos como el social, el económico, el cultural o el intelectual —juntos o separados— no van necesariamente de la mano del desarrollo emocional y por eso no garantizan la sensatez. Cuando esos

desarrollos están, son bienvenidos. Pero la sensatez parece depender totalmente de la madurez afectiva.

## 7. La sordera emocional II: Gabriela

La misma pobreza afectiva que vimos en el papá de Bianca, en estratos culturales más altos suele aparecer como hiper-racionalidad, una forma de insensatez que queda en parte oculta tras la respetable fachada del pensamiento lógico.

La lógica es un recurso racional formidable. Como herramienta es implacable porque en general los silogismos permiten una única conclusión que no puede ser refutada. Tal vez por eso se presta para ser idealizada y conduce a la creencia errónea de que si nos regimos únicamente por la lógica estaremos seguros, a resguardo de cualquier equivocación.

Sin embargo, no es así. El pensamiento lógico-racional es solo uno de nuestros recursos. En la evolución de las especies, es una adquisición extraordinaria pero reciente: apareció con los homínidos o, más aún, con el *homo sapiens*, si se adopta una definición restringida de pensamiento lógico. Las señales emocionales, en cambio, como vimos, son recursos imprescindibles para la supervivencia y por eso deben de haber aparecido muy tempranamente. De hecho, hay millones y millones de especies que viven —y viven bien— sin gozar del don de la razón. Si fuera al revés, si hubiera un ser que como único recurso tuviese el pensamiento lógico, sobreviviría mucho menos tiempo que el pobre Phineas Gage.

La sabiduría y la sensatez necesarias para la vida se sostienen en bases más amplias que la mera lógica. Pascal, que justamente fue un destacado matemático y físico antes de dedicarse a la filosofía, sabía de lo que hablaba cuando dijo: “El corazón tiene razones que la razón no conoce”.

Pero la culpa de no escuchar no es de la razón. El abuso de razonamientos lógicos y argumentaciones suele ser un refugio para no escuchar los sentimientos con los que no sabemos qué hacer.

Gabriela es médica y –por *casualidad* o porque se encontró con un gran maestro del tema– se dedicó a la ortopedia. Para ella la vida, como los huesos, se arregla con cirugías y se completa con yesos, férulas, clavijas y tensores. Es decir, basta la fuerza de la voluntad para que las cosas estén derechas, en el lugar que corresponde. Se entiende que Gabriela sea así. Le tocó vivir bajo la autoridad de un padre al que ella quiere muchísimo aun cuando reconoce que fue estricto, tacaño y exigente. Sobrevivió conteniendo sus pasiones y adaptándose a ese estilo de su papá tan querido, un régimen militar innecesario para ella y su hermano, que eran chicos tranquilos. Si se hubiese rebelado, como su hermano, habría terminado, como él, sin recibirse y con episodios de violencia irracional, comprensibles pero inútiles porque tampoco lo condujeron a nada.

Como madre es cariñosa, pero con demasiada frecuencia su cariño queda tapado por la cantidad de argumentos con que procura convencer a sus hijos. Logró que Juan fuera bastante sumiso. Hasta ahora, a sus trece años, no le ha traído demasiados problemas. El tema es Luz. Ahora ya está por comenzar la escuela primaria, pero la viene enfrentando con decisión desde antes de haber aprendido a caminar. Comer, bañarse, vestirse, ir al baño, especialmente ir al baño, todo es motivo de enfrentamientos. Gabriela se angustia porque su marido, Luis, se vincula mucho mejor que ella. Pero principalmente se angustia porque la que más se entiende con Luz es la empleada. Hace años que trabaja en la casa de Gabriela y habla muy poco, pero con Luz logra lo que quiere.

Gabriela se esfuerza, trata de ser comprensiva y explica todo. Se atrinchera en la fortaleza de argumentos que a ella la salvó. “No te sueltes de la mano, el ochenta por ciento de los accidentes de chicos se produce porque...”

Y Luz también parece atrincherarse en la necesidad de tener una mamá distinta. No cede hasta lograr torcerle el brazo a la pobre madre, que termina destrozada de impotencia.

En algunas de esas ocasiones, cuando la estructura de argumentos se rompe en mil pedazos y la angustia anuncia la derrota total, Gabriela se da por vencida y se siente frente al abismo. Pero es en ese momento cuando, arrinconada y chiquita, muerta de miedo, en el fondo de sí misma, aparece la verdadera Gabriela. Por fin se anima *a sentir lo que siente* y desesperada, con la guardia baja, se resigna a confesar que no sabe qué hacer. Y entonces, *milagrosamente*, Luz deja toda su bravura y se vuelve una niña dulce que con gusto le da el gusto a su mamá.