

Investigaciones en complejidad y salud

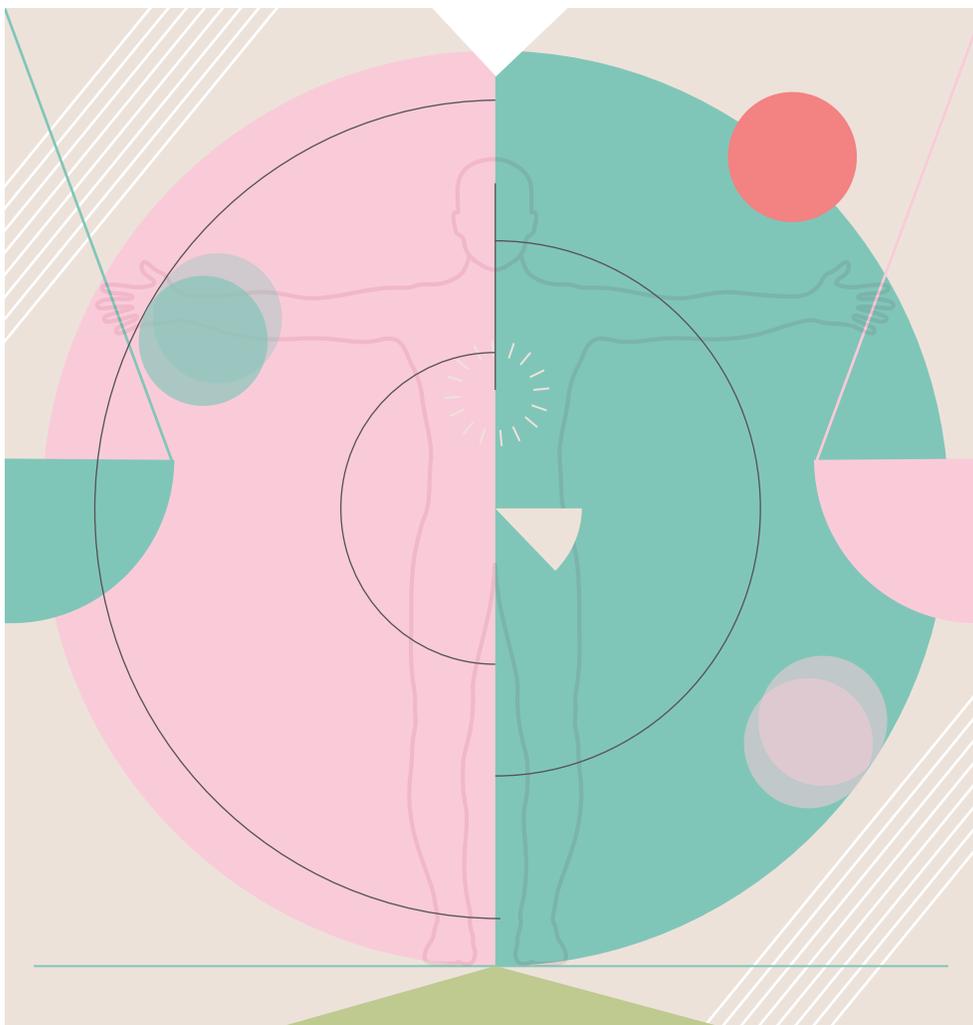
Facultad de Medicina

Grupo de Investigación Complejidad y Salud Pública

n.º 10

Año 3
marzo-abril 2021
ISSN: 2665-1564

**Tensiones entre
sentimientos y conciencia:
entendiendo la homeostasis**



Autor y editor académico

Carlos Eduardo Maldonado ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9262-8879>

Santiago Galvis Villamizar ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2015-7107>

Daniela Arango Ruda ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7855-4060>

Hugo Cárdenas López ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2777-2997>

Jorge Sandoval París ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-3350-1795>

Luis Alejandro Gómez Barrera ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4054-9527>

Wilson Andrés Parra Chica ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5916-7014>

Chantal Aristizábal Tobler ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8546-0628>

Eduardo Villar Concha ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-5005-4099>

Ana Camila García ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-6370-6906>

María Carolina Martínez R. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9843-4373>

Anny Bonilla Dueñas ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4296-9173>

Año 3, n.º 10, marzo-abril 2021 | ISSN: 2665-1564

Investigaciones en complejidad y salud

Facultad de Medicina

Grupo de Investigación en Complejidad y Salud Pública

n.º 10

Tensiones entre sentimientos y conciencia: entendiendo la homeostasis

Carlos Eduardo Maldonado
Santiago Galvis Villamizar
Daniela Arango Ruda
Hugo Cárdenas López
Jorge Sandoval París
Luis Alejandro Gómez Barrera

Wilson Andrés Parra Chica
Chantal Aristizábal Tobler
Eduardo Villar Concha
Ana Camila García
María Carolina Martínez R.
Anny Bonilla Dueñas

© Universidad El Bosque

© Editorial Universidad El Bosque

© Carlos Eduardo Maldonado

Editor académico

Rectora: María Clara Rangel Galvis

Hecho en Bogotá D. C., Colombia

Vicerrectoría de Investigaciones

Editorial Universidad El Bosque

Av. Cra 9 n.º 131A-02, Bloque A, 6.º piso

+57 (1) 648 9000, ext. 1395

editorial@unbosque.edu.co

www.unbosque.edu.co/investigaciones/editorial

Editor: Miller Alejandro Gallego C.

Dirección gráfica y diseño: María Camila Prieto A.

Corrección de estilo: Ana María Orjuela-Acosta

Agosto de 2021

Bogotá, Colombia



Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida ni en su todo ni en sus partes, ni registrada en o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electro-óptico, por fotocopia o cualquier otro, sin el permiso escrito por escrito de la Editorial Universidad El Bosque.

Universidad El Bosque | Vigilada Mineducación. Reconocimiento como universidad: Resolución n.º 327 del 5 de febrero de 1997, MEN. Reconocimiento de personería jurídica: Resolución 11153 del 4 de agosto de 1978, MEN. Reacreditación institucional de alta calidad: Resolución n.º 013172 del 17 de julio 2020, MEN.

501 M15t

Maldonado, Carlos Eduardo

Tensiones entre sentimientos y conciencia: entendiendo la homeostasis / Carlos Eduardo Maldonado, Santiago Galvis Villamizar, Daniela Arango Ruda, Hugo Cárdenas López, Jorge Sandoval París, Luis Alejandro Gómez Barrera, Wilson Andrés Parra Chica, Chantal Aristizábal Tobler, Eduardo Villar Concha, Ana Camila García, María Carolina Martínez R. y Anny Bonilla Dueñas, -- Bogotá: Universidad El Bosque, 2021

60 p.; 14,5 x 21 cm

Incluye tabla de contenido y referencias bibliográficas

ISSN: 2665-1564

<https://doi.org/10.18270/wp.n3.10>

1. Antropología filosófica 2. Emociones -- Aspectos filosóficos I. Galvis Villamizar, Santiago II. Arango Ruda, Daniela III. Cárdenas López, Hugo IV. Sandoval París, Jorge V. Gómez Barrera, Luis Alejandro VI. Parra Chica, Wilson Andrés VI. Aristizábal Tobler, Chantal VII. García, Ana Camila VIII Martínez R., María Carolina IX. Bonilla Dueñas, Anny X. Villar Concha, Eduardo XI. Universidad El Bosque. Vicerrectoría de Investigaciones.

Fuente. SCDD 23ª ed. - Universidad El Bosque. Biblioteca Juan Roa Vásquez (Agosto de 2021) - RR

Contenido

Introducción Pág. 6

1 Corazón roto Pág. 10

2 La necesidad de la trascendencia en la
noción de la naturaleza humana Pág. 16

2.1. La eterna crisis Pág. 18

2.2. Sobre la crisis humana ahora Pág. 20

2.3. Lo espiritual del quiebre Pág. 22

2.4. Libertad paradójica Pág. 24

2.5. A modo de conclusión parcial Pág. 24

3 Cómo la idea de homeostasis cuestiona
el concepto antropológico de cultura Pág. 26

4 Sobre la investigación social
o cómo entendernos desde los afectos Pág. 38

5 Del sentir a las mentes culturales Pág. 46

Referencias Pág. 57

Introducción

La vida es, de lejos, el más fantástico y complejo de todos los fenómenos imaginables. Estudiarla rebasa ampliamente a cualquier ciencia o disciplina y, al mismo tiempo, convoca tradiciones disciplinarias diferentes, integra lenguajes, aproxima metodologías, rompe la escisión rígida entre conceptos y metáforas, literalmente, da qué pensar. Es por ello que hemos sugerido que, quizás, el mejor vehículo para comprenderla y explicarla es, sin reduccionismos, las ciencias de la complejidad. La historia comienza en 1944, y en algo menos de ochenta años, a la fecha, los logros y avances que se han alcanzado son sorprendentes, entre otras razones, por vertiginosos.

La vida, esto es, los sistemas vivos, tienen una característica singular que rebosa muy ampliamente cualquier consideración mecanicista, determinista, dualista y reduccionista: se trata del hecho de que, *grosso modo*, los sistemas vivos son capaces de autoreparación. Pues bien, la condición para la misma está sentada por la dúplice perspectiva de la homeostasis y la metabolización.

En este sentido, los sistemas vivos se caracterizan, sin ambages, por una autoconservación. Filosóficamente, gracias a Spinoza –ese filósofo incómodo para católicos, judíos y protestantes (hay que ser verdaderamente inteligente y libre para lograr que todos lo detesten, podemos decir con algo de ironía)–, la pulsión de autoconservación es, al mismo tiempo la tendencia de superarse a sí mismos, por parte de los sistemas vivos, a cada instante. Spinoza denomina a esta pulsión *conatus* (digamos, entre paréntesis, con variaciones, que coincide con la idea de la *hybris*, propia de la Grecia arcaica). Los griegos antiguos, paganos y politeístas; Spinoza, panteísta, un mismo aire de familia, digamos.

Contra viento y marea, contra los dioses y los demonios, los sistemas vivos se mantienen a sí mismos de una

forma que, una mirada superficial, por ejemplo, fisicalista, no podría jamás explicar. Los sistemas vivos no son, en absoluto dos cosas: sentidos y conciencia, incluso, con independencia de los matices, gradientes, variaciones y diferencias que se pueda establecer entre ambos a lo largo de la trama de la vida. Ambas, conciencia y sentidos, o sentimientos, conforman una unidad orgánica. Ambos existen en función del organismo, que es la unidad de vida básica, integral. Quisiéramos decirlo de la siguiente manera: los sistemas vivos saben de salud tanto como de vida, y perseveran, tanto como pueden, para alcanzarla y conservarla, incluso, aunque en numerosas ocasiones no sea un acto precisamente reflexivo. Al fin y al cabo, para ello está el cuerpo, para decirnos cómo sentirnos, cómo movernos, cómo y qué comer. El cuerpo jamás miente.

Podemos improvisar una metáfora que se inspira en la teoría de la relatividad. Análogamente a como la materia le dice al espacio-tiempo cómo curvarse, el espacio tiempo le dice a la materia cómo comportarse. Pues bien, de la misma manera, la conciencia le dice al cuerpo cómo sentirse, mientras que éste le dice a la conciencia lo que debe hacer y lo que no.

Podemos superar el dualismo, acaso la última tentación, una vez que hayamos logrado superar el mecanicismo, el determinismo y el reduccionismo, *volens et valens*. La comprensión de la homeostasis es, si cabe la expresión, la llave que abre la puerta para ello. Sin embargo, contra lo que generalmente se ha sostenido, la homeostasis no es simplemente una tendencia a la conservación por parte del organismo; es, mucho mejor, aquella tendencia que conserva al organismo al mismo tiempo que lo lanza hacia la exploración de nuevas posibilidades y opciones. Así, hay todo menos pasividad y autoreferencialidad en la homeostasis. La vida es esa experiencia que nos lanza a lo imposible, como si estuviera a la mano. Como se dice

habitualmente, para la vida el límite es el cielo, es decir, literalmente, sí misma.

Al fin y al cabo, los griegos, esa civilización que descubrió al “yo”, sostenían que el yo es una nave en altamar, y que la única obligación que tenía cada quien era mantener a flote la nave. Saber que llega al puerto, pero que debe abandonarlo pronto para zarpar nuevamente. Una nave en el puerto es una contradicción en los términos. Digamos, sin más, que a fin de mantener a flote la nave, los griegos debieron inventar la *episteme* –esa expresión que cobija tanto a la ciencia como a la filosofía–; y claro, inventaron a la filosofía como tal, y sentaron, con gente como Aristarco de Samos, Ptolomeo, Euclides y Arquímedes, los primeros pilares de la ciencia, *lato sensu*. La nave lo requería. Somos los herederos de esa tradición; una tradición que, sin embargo, contradictoriamente, con el curso de los siglos se traicionó a sí misma (pero no es ese el tema aquí, por lo pronto).

Un ser humano libre piensa en cualquier cosa menos en la muerte, y sabe siempre solo de libertad, sostenía Spinoza, en el centro de su *Ética*. (En realidad, Spinoza dice “un hombre libre”, pero en estos tiempos de inclusión y diversificación la expresión pudiera sonar enojosa para algunos). Queremos traducir la idea de Spinoza en el marco que nos ocupa: un ser humano libre piensa en cualquier cosa menos en la enfermedad, y sabe siempre solo de salud. *Traduttore traditore*, decían los antiguos, y jamás les faltó razón. Nosotros, que hemos hecho tantas veces traducciones, reconocemos el acierto.

No obstante, podemos decirlo sin temor: la salud es el tema de alguien verdaderamente libre, y solo puede ser alguien libre cuando sabe de vida y se lanza a la vida, como la nave en altamar. Enfrentando no solamente maremotos y tormentas, sino, mucho peor, sirenas, monstruos, semidioses y dioses de toda índole que quisieran jugar con la nave, y con sus tripulantes y habitantes.

En tiempos de crisis bien vale recordar ideas como estas. Y en tiempos de calma, recordar que se atravesó alguna vez una terrible tormenta. Pues bien, la llave de la nave es la homeostasis. Y aquí nos proponemos estudiar algunas ideas.

Carlos Eduardo Maldonado

1.

Corazon roto

Hace casi veinte años se dio a conocer a la comunidad médica, una nueva enfermedad cardíaca de tipo no isquémico (es decir, un evento en el que las arterias no se ocluyen), pero que aparte de eso, en todo imita a un infarto cardiaco. Tiene los mismos síntomas, mismos dolores, idénticas características electrocardiográficas y biomarcadores a los que presenta el tan temido síndrome coronario agudo. En las salas de urgencias, la manifestación clínica es dolor agudo de pecho que irradia el brazo u otras zonas, dificultad respiratoria y síncope (pérdida brusca y breve de la conciencia). Sato y sus colaboradores, un equipo médico japonés, fueron quienes describieron por primera vez, en 1991, la casuística de pacientes con esta desconcertante patología (González, *et al.*, 2018; Charro *et al.*, 2017).

Se trataba de una condición muy novedosa de la que poco se sabía entonces, caracterizada por una morfología muy particular que era revelada a través de medios de imágenes diagnósticas. Por sus particularidades, la bautizaron cardiopatía de *Takotsubo*. Este nombre, en japonés, alude a las trampas para pulpos (*tako* es pulpo y *tsubo* recipiente). Ello cobra sentido al entender que el corazón del paciente con este diagnóstico presenta un fuerte y repentino debilitamiento del músculo cardíaco, particularmente del ventrículo izquierdo, que entra en colapso a tal punto que se desfigura y adquiere la forma análoga al *takotsubo* (Akashi *et al.*, 2008).

Además de su desconcertante capacidad para mimetizarse tras la apariencia de un infarto (lo que supone dificultades de diagnóstico para el personal médico y para quien lo padece), esta enfermedad tiene otra particularidad: ha sido descrita como una cardiopatía inducida por fuertes estados de ánimo, lo que llaman los médicos “estrés emocional”; es una respuesta a eventos severos y repentinos de profunda angustia, “siendo los precipitantes

típicos de esta enfermedad los eventos estresantes negativos, patológicos, quirúrgicos, psicológicos, entre otros” (Charro et al., 2017, p. 44).

En la mayoría de las ocasiones, los pacientes se recuperan después de unas semanas y tratamiento, aunque en los casos más críticos, el síndrome resulta mortal o puede provocar una falla cardíaca permanente. Aunque inicialmente fue descrito como condición poco frecuente, propia de mujeres mayores, la detección de casos fue propagándose, los pacientes, multiplicándose y su aparición se expandió en múltiples geografías, poblaciones y grupos etarios. En la medida en que se fue haciendo más común, fue también llamado el “síndrome del corazón roto”.

En lo profundo de un convento, en la Cartagena esclavista del Santo Oficio, conocimos el amorío, furtivo y transgresor, entre Sierva María, la niña poseída y el padre que la exorcizaría, Cayetano. Pronto, ambos experimentarían un irracional y desahogado sentimiento de deseo y necesidad mutua, que fue descrito como solo podría García Márquez (1994): “Es el demonio, padre, el peor de todos” (p. 27). El padre, ya impedido de verla o realizar dicho exorcismo, es descubierto trepando los muros en las noches y atravesando pasadizos para visitarla.

“Me hubiera imaginado cualquier cosa de usted, menos estos estados de demencia” (p. 46), y después de increparlo, le preguntan si, como religioso, no teme su condena, a lo que Cayetano responde: Dios “toma más en cuenta el amor que la fe” (p. 52). Para alejarlo de semejantes tentaciones, el Santo Oficio lo manda a cuidar leprosos, lejos de ahí. Y ella, cuyo único respiro era su infalible visita nocturna, es encerrada en el pabellón de las “enterradas vivas” y sometida a repetidas y aterrorizantes sesiones de exorcismo por parte del obispo. De pronto, ya no aguanta más. Su guardiana “la encontró muerta de amor en la cama con los

ojos radiantes y la piel de recién nacida. Los troncos de los cabellos le brotaban como burbujas en el cráneo rapado, y se les veía crecer” (García Márquez, 1994, p. 201).

El síndrome de *Takotsubo* muestra las manifestaciones clínicas de pacientes con el corazón médicamente roto. Hasta ahora entendíamos que algo así sucedía únicamente en el mundo de la ficción, donde los sentimientos están enlazados en el cuerpo, inundan los vericuetos de las células y del corazón, con implicaciones determinantes, mágicas y, a veces, fatales. Sierva María, por ejemplo, fue víctima fatal del embrujo demoníaco del amor y sucumbió a la muerte cuando le rompieron el corazón. Además de una metáfora poética, es un diagnóstico. Las instituciones entonces solo sabían de demonios que poseían cuerpos inocentes para disputar sus almas, que nadaban a la deriva de la irracionalidad.

Los sentimientos intensos, aquellos demonios despiadados, surgen del cuerpo como manifestación física y también como interpretación simbólica. Como lo vemos, el reconocimiento de este síndrome es un paso más para superar la antítesis mente-cuerpo y promueve, en la misma dirección que Damasio, el integracionismo biológico. Él, en su libro *El extraño orden de las cosas* (2019) desarrolla varias tesis, dignas de reflexión y consideración, porque falsean el sentido común.

Hay un contraste entre los orígenes biológicos, cargados de azar, desorden, inconsciencia y evolución de formas primitivas muy antiguas, y las culturas completamente desarrolladas. Los sentimientos y la consciencia emergen de la mente corporizada, a partir de las estructuras más primitivas sobre las que se fue creando memoria, a medida que esta se depositaba, gracias a la experiencia evolutiva. Lo que consideramos más avanzado y superior de nuestra especie humana, la subjetividad, la cultura, la mente, los sentimientos, son características no humanas ni recientes,

sino distribuidas y muy primitivas. De ese modo, comportamientos sociales altamente emotivos e inteligentes integran los programas biológicos de los que nos dotó la naturaleza, como a tantos animales y plantas. Solo conocemos de altruismo, cooperación, beneficio, porque somos naturaleza, aunque podamos promoverlos como estrategias humanas deliberadas.

Lo que sugiere El extraño orden de las cosas (2019) es que aún somos ajenos a nosotros mismos y al universo que habitamos. Pero también, que hemos venido acumulando experiencia evolutiva y cultural para percibirlo y familiarizarnos:

Un trueno retumbó en la casa y se escapó rodando por el mar, y un aguacero bíblico los apartó del resto del mundo. El obispo se tendió en el mecedor y naufragó en la nostalgia.

- “¡Qué lejos estamos!”, suspiró.
- “¿De qué?”, dijo Delaura.
- “De nosotros mismos”. (García Márquez, 1994, p. 71)

2.

**La necesidad
de la trascendencia
en la noción de la
naturaleza humana**

I can't get no satisfaction.
The Rolling Stones

Encontramos pocos conceptos que desde la Biología traten de dar soporte a la naturaleza humana. La homeostasis, dotada de tantos significados y resignificados, parece incompleta para explicarla, pero necesaria para ejemplificar algunas conductas humanas a las que se les pretende conferir una explicación biológica. Decimos que ejemplifica lo humano por su incoherencia, lo paradójal que hay en su comprensión y, más que nada, por su incompletud y constante reformulación. Resulta sumamente extraño que un tercio de su libro *El extraño orden de las cosas* (2019) Antonio Damasio se ocupara de la homeostasis. Hay una frase que ha valido para reaprender acerca del término que consideramos vital, no solamente para la concepción de la naturaleza, sino para la naturaleza humana y la naturaleza aplicada a lo médico: los sentimientos son la expresión mental de la homeostasis.

El presente texto plantea una discusión en relación con el quiebre espiritual que implica el dualismo cuerpo-mente propuesto por Damasio (2019). Intentamos explicar el problema utilizando los mecanismos de regulación negativa de la homeostasis en el contexto de la patología mental, y tomamos la idea de *conato* de Spinoza (2011) como excusa para introducir la espiritualidad en la noción de naturaleza humana. Planteamos que la noción de trascendencia como pulsión espiritual que permite articular, desde la educación y las Humanidades, una idea de lo humano, aunque no completa, por lo menos, bien planteada.

2.1. La eterna crisis

Vivimos una eterna crisis que tiene que ver con la naturaleza humana. Como quiera que sea, cabe pensar que es preciso una separación entre la “crisis” innata del ser hu-

mano y la crisis de su entorno. Ambas pueden entenderse como crisis colectivas que responden más a la figura de criticalidad autoorganizada que a un modelo causal o determinístico tipo: todo lo que los seres humanos tocan, lo dañan. Dejando de lado factores tales como la pobreza, el lamentable deterioro del medioambiente, la violencia y la injusticia, entre otros, queremos centrarnos en el vacío existencial, explicado más por una quiebra espiritual y moral. Claramente, dicho vacío podría estar en relación con los problemas sociales previamente citados.

Siguiendo las ideas de Damasio (2019), la búsqueda de dicho vacío podría estar en la homeostasis. Si nos centramos en ella, desde lo corporal, tal entendimiento se limitaría a la regulación vital, a la consecución de fuentes de energía, al mantenimiento del equilibrio químico compatible con el proceso vital, a la conservación de la estructura del organismo y a la detección de los agentes externos de enfermedad y del daño físico (Damasio, 2010); por más que dicho proceso corporal se vea afectado por la enfermedad, el daño no explicaría del todo el vacío. De hecho, en muchas ocasiones, la enfermedad produce una resignificación vital de las personas que da solución a crisis previas y así estas entienden la enfermedad como un asunto de identidad, esto es, como algo que afecta a su estructura ontológica.

Parece entonces que el vacío se fundamenta más en la gestión de la vida que en su regulación, pero más que eso, es en la concepción de la regulación donde encontramos luces sobre la quiebra espiritual. La homeostasis tiene dos mecanismos de regulación: la realimentación negativa, que supone la mayoría de los fenómenos de regulación corporal y se entiende como la acción que se opone al cambio, y la realimentación positiva, aquella que se suma al cambio. El sistema tiene un sensor, un centro de control y un efector; el ejemplo clásico de comprensión es un ter-

mostato que, frente a cambios de temperatura, responde basado en el *setup* programado: calor, se prende; frío, se apaga. Múltiples ejemplos orgánicos tienen el mismo modelo, como la frecuencia cardíaca, el control del pH, la hipoxia, etc. Por su parte, la realimentación positiva es claramente un sinsentido regulatorio que tendería a la entropía máxima. Un ejemplo biológico serían las contracciones uterinas en el momento del parto o la coagulación, pero aún estos dos ejemplos presentan mecanismo de realimentación negativa para no perpetuarse.

Al entender los sentimientos como la expresión mental de la homeostasis, la realimentación negativa continúa teniendo un papel preponderante, ya que la contención, fruto de la oposición al cambio, emerge como un regulador de la existencia. Parece que la realimentación positiva fuera ley en los casos de sentimientos agradables, pero, incluso estos se limitan y no se perpetúan por la naturaleza “insatisfecha” –o dada a la insatisfacción– de los humanos.

2.2. Sobre la crisis humana ahora

Es difícil ponerse de acuerdo en lo que los salubristas llaman “la carga de la enfermedad”. Las enfermedades crónicas degenerativas, como la hipertensión arterial y la diabetes, representan un alto porcentaje de las patologías; los trastornos alimentarios, el cáncer y los traumas, entre muchos otros, compiten por el primer puesto, sin embargo, como nunca, la enfermedad mental y de la conducta representa actualmente una buena proporción de la incidencia y prevalencia en los países con una tendencia a crecer.

Byung-Chul Han (2017) considera que las enfermedades neuronales del siglo XXI siguen una dialéctica, no de la negatividad, sino de la positividad. Insiste en que dichos

estados patológicos son atribuibles a un exceso de positividad, esto es, al colapso del yo, la sobreacentuación de lo idéntico (Han, 2017). La lectura de la noción de positividad, si bien no está directamente relacionada con la homeostasis, sí permite hacernos a la siguiente idea: es en la regulación positiva de los sentimientos y no en la falla de su regulación negativa donde hay campo para la crisis. Se trata, dicho puntualmente, de un sujeto que carece de soberanía.

Así mismo, el agotamiento, la fatiga y asfíxia ante lo idéntico es propia de las sociedades del rendimiento y de la productividad; en otras palabras, se trata de la persistencia de estímulos, informaciones y sentimientos que privilegian el rendimiento y la disciplina. Para Han (2017), la ventaja de la realimentación negativa es el estado mental de atención al peligro, la búsqueda de la satisfacción y conservación, mientras que en la positividad se suman la pasividad, el aburrimiento y la entrega, lo que genera violencias que explicarían toda clase de crisis, como las evidenciadas con las enfermedades mentales.

La creciente positivización –esto es, el espíritu de decadencia–, del mundo hace que este se vuelva pobre en estados de excepción (Han, 2017), por lo tanto, nos inmunizamos a la crisis. Sentimientos como el miedo, la tristeza, que se basan en la negatividad, son mitigados por la creciente positivización. Además, sentimientos de satisfacción y realización se confunden con las consecuencias del logro alcanzado como los síndromes de desgaste profesional, por lo que emerge la idea de sujetos emprendedores de sí mismos, *animal laborans*, que se explotan a sí mismos, sujetos que son al mismo tiempo verdugos y víctimas (Han, 2017).

Una consecuencia más de la crisis planteada por Han es la antipatía. Ya que el otro emerge en la medida que entendemos los sentimientos relacionados con la realimentación negativa; solo donde hay retroacción por oposición

al cambio, podemos prever conductas morales, identificar qué siente el otro y tener actitudes empáticas. En el exceso de positividad todos somos idénticos, tratamos de ser singulares, pero compartimos el mismo vacío; el otro tiende a desaparecer, lo que da pie para plantear que ese exceso de positividad es causa de un quiebre espiritual.

2.3. Lo espiritual del quiebre

Ignoramos por qué en el índice analítico de *El extraño orden de las cosas* (2019) no hay mención al espíritu o la espiritualidad, mientras que, en el texto previo, *En busca de Spinoza* (2010), Damasio se refiere al tema de forma concluyente y le dedica medio capítulo al final del libro. Entendemos que la idea central que desarrolla en este último texto es la interacción cuerpo y cerebro que posibilita la mente, y es por ello que, a modo de incomodidad, denunciamos un vacío en lo referido a la “condición humana” desarrollada en dicho capítulo. Esto nos llevó a integrar la espiritualidad siguiendo la línea conceptual planteada en el libro y rescatando sus ideas previas. De hecho, el propio Damasio (2010) sugiere que, mentalmente, la espiritualidad, más que una emoción, se manifestaría como una intuición trascendente, un palpito. La emergencia del término *trascendencia* nos remite a la idea de conato, con el fin de no abandonar la homeostasis y ser fiel al hilo conductor de Damasio.

Es comprendiendo la homeostasis como un imperativo vital que se llega a la idea de conato: la mente, en la medida de lo posible, se esfuerza en imaginar aquellas cosas que aumentan o ayudan al poder de acción del cuerpo (Spinoza, 2011) y, justamente, resulta bello cómo la visión de Spinoza acerca de la mente refleja las interacciones complejas entre cuerpo y cerebro. El cuerpo se esfuerza

por existir (homeostasis en el contexto de la regulación de la vida), por lo que parece que el esfuerzo de la mente por existir (homeostasis en el contexto de la gestión de la vida) es derivado del esfuerzo del cuerpo por existir. Spinoza (2011) describió la experiencia espiritual como un sentimiento agradable que es fuente de completión, obtención de significado y entusiasmo por la vida. Damasio (2010), por su parte, argumenta que lo espiritual es un estado particular del organismo, y desde una estrecha relación con los ámbitos morales, dice que lo espiritual es un índice del esquema de organización que hay detrás de una vida que está bien equilibrada, bien templada y bien intencionada (Damasio: 2010).

Así, podemos entender la trascendencia como un conato (fuerza, intensión irrefrenable) del espíritu humano. Cabe intuir que, si bien esta hace parte de la emergencia mental, hace parte de los presentimientos (prepálpitos) que coexisten con las emociones y los sentimientos y dan singularidad a la naturaleza humana. “Si los sentimientos dan testimonio del estado del proceso vital, los sentimientos espirituales excavan bajo dicho testimonio, profundamente en la sustancia de la vida. Forman la base de una intuición del proceso de la vida” (Damasio, 2010, p. 109). Aquí pareciera que se explora una taxonomía cerebral o visceral: se sugiere que es una víscera la que palpita trascendencia o el archicerebro representado en el hipotálamo el que representa esa figura profunda de la vida.

Anudando la crisis actual con la idea de espiritualidad, pareciera ser esta la asociada del no-conato aplicado a la gestión de la vida. La carencia de vínculos emocionales, propia de la progresiva fragmentación y atomización social, sumada a la pasividad, fruto de la obediencia, semejan un animal laboral que, enjaulado, ruge como todos, pero hace mucho no ataca.

2.4. Libertad paradójica

Limitado por el imperativo del rendimiento, el ser humano puede sentirse vacío por la contención de su conato espiritual. De esa manera, se cuestiona entonces las decisiones que se toman. Justamente, Damasio (2019) expone que la sombría crisis del ahora está fundamentada en la antigua tensión entre los afectos y la razón:

[e]l prolongado proceso de negociación que requieren los esfuerzos para gobernar se halla necesariamente incrustado en la biología del afecto, el conocimiento, el razonamiento y la toma de decisiones. El ser humano está inevitablemente atrapado dentro de la maquinaria de los afectos y sus acomodaciones con la razón. No se puede escapar de dicha condición. (Damasio 2019 p. 101)

Por lo tanto, pareciera ser entonces que es una cuestión de regulación, de negociación y de gobierno (de la mente, la razón o la conciencia).

2.5. A modo de conclusión parcial

No creemos que el conato se regule, mucho menos que se pueda gobernar, por el contrario, compartimos el “caute” con el que Spinoza firmaba sus cartas. La naturaleza humana se admira y, a su vez, es difícil de comprender. La espiritualidad, como muchas propiedades de la naturaleza humana, parece ser un mecanismo de adaptación a la incertidumbre, y en la medida en que se cultiva, favorece los sentimientos positivos que tendrán repercusión en la regulación y la gestión de la vida. Sin querer entrar en campos religiosos,

consideramos vital la noción de asombro para el cultivo de la espiritualidad. De entrada, el asombro saca al animal laboral de su inercia, la imagen de levantar la cabeza y asombrarse se acerca a su origen etimológico de “salir de la sombra”; claramente, ello es un pródromo de las experiencias místicas, de ser iluminado. En el asombro hay un sobrecogimiento emocional, la corriente galvánica de la piel se incrementa, cambia la frecuencia cardíaca, el estado mental fluctúa y los sentimientos emergen, y así es como el asombro resulta ser el paso necesario para el aprendizaje y, finalmente, ese aprendizaje favorece la trascendencia.

La crisis planteada a escala humana o social es susceptible de cambio en la medida que se apela a la naturaleza de lo humano integrando el componente espiritual a dicha naturaleza. Desde la educación –e incluso, desde la cotidianidad– se requiere asombro. Posibilidades de resistirse al cambio, de sobrecogerse y volver a las intuiciones y palpitos trascendentes. Creemos que, desde la educación, estamos en deuda de dotar a los estudiantes de momentos emotivos, afectuosos y espirituales que les permitan atreverse a desafiar lo impuesto. Es por eso que compartimos con Damasio (2010) la idea de que la ciencia puede combinarse con lo mejor de una tradición humanista que permita una aproximación a los asuntos humanos y que conduzca a la prosperidad humana. La naturaleza humana es de aquel que se asombra.

3.

**Cómo la idea de
homeostasis cuestiona
el concepto antropológico
de cultura**

La búsqueda de una explicación satisfactoria sobre la relación entre el ser humano y la cultura es un elemento distintivo de las discusiones que configuran la tradición antropológica. Muy rápidamente, desde su constitución como disciplina científica en la segunda mitad del siglo XIX, la Antropología concluyó que sus esfuerzos intelectuales debían orientarse a convertir la cultura en su principal objeto de estudio; la definición de ese propósito estuvo relacionada con la necesidad de superar las disputas académicas que surgieron durante los años turbulentos de la Ilustración, a raíz de las cuales emergieron nociones particulares de cultura que circulaban entre la necesidad de definir la naturaleza del ser humano que concibió el humanismo, y la urgencia de sustentar las ambiciones nacionalistas que afloraron con la decadencia del antiguo régimen (Kuper, 1999).

En medio de semejante ambivalencia, cruzada por tradiciones intelectuales vinculadas al Clasicismo y el Romanticismo, la Antropología encontró la oportunidad de llevar la cultura al entramado conceptual que, en su momento, instituyó las nascentes Ciencias sociales. A partir de allí, fue capaz de confeccionar un campo de reflexión y acción que le aseguró un lugar en la estructura disciplinar y profesional de la ciencia moderna; por más inverosímil que parezca, hurgar en las viviendas ajenas, hacer preguntas indiscretas y pasar días enteros entrometiéndose en la vida de otras personas, a veces sin que estas supieran bien por qué, se volvieron actividades susceptibles de remuneración y prestigio (Barley, 1983).

La definición de la cultura como objeto de estudio de la Antropología no significó, en ningún momento, la construcción de un consenso alrededor de sus alcances y limitaciones conceptuales. Tampoco representó la estabilización de una manera particular de describir su lugar en la configuración de la condición humana, pues las distintas

tradiciones disciplinares que se instituyeron en Europa y los Estados Unidos desarrollaron aproximaciones singulares que se anclaron en formas concretas de entender el mundo. Algunos autores canónicos como Edward Tylor (1871) optaron por definir la cultura como el conjunto de conocimientos, creencias, leyes, reglas morales y costumbres propias de las poblaciones humanas. Lo particular de esta concepción es que asumió que todos estos elementos habían aparecido sobre una versión biológica y medianamente acabada del ser humano, con lo que se estableció una ruptura visible entre la evolución biológica y la evolución cultural.

Desde esta perspectiva, que resultó muy popular en el pensamiento antropológico del siglo xx, y que se difundió con facilidad entre los saberes circulantes, la dimensión biológica del ser humano era resultado de los mecanismos de variación genética y de la selección natural, mientras que la cultura era la consecuencia del proceso de adaptación posterior, que supuso el desarrollo del lenguaje, la fabricación de herramientas y la vida en comunidad. Por su parte, autores como Clifford Geertz (1973/2006) llamaron la atención sobre la necesidad de entender la cultura como estructuras de significado, en las cuales se inscriben las prácticas y acciones humanas. A diferencia de Tylor, Geertz insistió en que la cultura había creado al ser humano y el ser humano había creado la cultura, y se rompió, entonces, esa distinción básica que comprendía la evolución biológica y la evolución cultural como etapas distintas de un mismo y dilatado proceso (Geertz, 1973/2006).

Hay que tener en cuenta que a este diálogo permanente se han adherido voces que hablan desde otras disciplinas, y han problematizado aún más el concepto de cultura y su lugar en la definición de la condición humana. Los aportes de la biología del desarrollo y de las ciencias

cognitivas, por ejemplo, han resultado enormemente útiles para comprender mejor los estrechos vínculos entre los procesos orgánicos y los procesos culturales, y han ofrecido explicaciones muy sugerentes sobre su codependencia y sobre las dificultades que supone seguir reconociendo la cultura como una esfera independiente, inmaterial y metafísica que solo existe en la mente de los seres humanos.

Entre esas voces que nos incitan a problematizar la cultura y su lugar en la configuración de la condición humana, tenemos a Antonio Damasio, un reconocido neurobiólogo con una amplia trayectoria en el estudio del sistema nervioso y sus funciones. En su obra *El extraño orden de las cosas* (2019), Damasio propone una idea aparentemente simple: la cultura es un mecanismo de corrección homeostática que emergió en el proceso de evolución biológica. Esto quiere decir que, como parte de su esfuerzo por resistir, prevalecer y hacerse posible, la vida concibió múltiples medios que le permitieran contrarrestar la influencia de los elementos que la ponían en peligro; uno de esos medios fue, precisamente, la cultura. En los seres humanos, sugiere Damasio (2019), la cultura alcanzó desarrollos extraordinarios, y les permitió valerse de ella para recomponer aquello que les produce dolor y sufrimiento, que desafía su supervivencia y los pone en situaciones de peligro y estrés.

Claro está que este autor reconoce la dificultad que conlleva establecer la relevancia homeostática de la mayoría de las prácticas culturales, e incluso, insinúa que algunas de ellas pueden resultar perjudiciales para conservar la homeostasis y favorecer la vida. No todo lo que produce la cultura puede considerarse beneficioso, tal como ha quedado en evidencia en los registros que inscriben las acciones humanas; no son raras las ocasiones en que sus efectos pueden tener consecuencias devastadoras. Ciertamente, esta idea despliega algunos matices que se apartan de las

comprensiones más tradicionales elaboradas por la Antropología; en ese sentido, esa distancia resulta útil para problematizar un poco más el concepto de cultura y discutir su papel en la configuración de la condición humana.

En primer lugar, hay que destacar la manera como Damasio (2019) exalta los estrechos vínculos entre biología y cultura. De manera análoga a como en su momento sugirió Geertz (2006), Damasio insiste en resaltar las raíces biológicas de las culturas humanas, y muestra, además, las enormes dificultades que supone reconocer la existencia de una fractura indeleble entre ambas. Si la cultura surgió como un mecanismo de corrección homeostática, no es posible pensarla como un elemento añadido que apareció cuando la selección natural terminó de hacer su trabajo; por el contrario, debe concebirse como un medio análogo a la variación genética, que fue seleccionado por la vida debido a sus efectos favorables, y que logró prevalecer porque supo acoplarse y coevolucionar en conjunto y en cooperación con los procesos orgánicos.

Para la Antropología, que por mucho tiempo asumió la custodia del concepto de cultura, esta idea significa un reto adicional: debe dialogar de manera mucho más fluida y fructífera con las ciencias biológicas, incluso si ello significa cuestionar su propia estructura, que se acostumbró a distinguir entre Antropología biológica y Antropología cultural. Al mismo tiempo, para las disciplinas que se ocupan de la vida, y en particular de sus procesos orgánicos, esta estrecha relación constituye un llamado a prestar más atención a las discusiones conceptuales de las Ciencias sociales, pues parece claro que aquello que llamamos cultura tiene un lugar en la configuración biológica de muchas especies, incluida la humana, por supuesto.

Ahora bien, aunque la idea de que la cultura funciona como un mecanismo de corrección homeostática que

realza las raíces biológicas y permite cuestionar la fragmentación antes mencionada, esto también plantea algunos interrogantes sobre los cuales vale la pena abrir algunas vetas de discusión. Se asume que una de las principales funciones del proceso homeostático es permitir que los sistemas vivos se mantengan dentro de unos parámetros aceptables que les permitan seguir existiendo y desarrollarse; en ese sentido, la homeostasis debe entenderse ante todo como un mecanismo que favorece la vida, en la medida que la aleja de las condiciones que propician el equilibrio absoluto y, por tanto, la muerte. Bajo este principio, la homeostasis es una de las estrategias más notables que ha concebido la vida para mantenerse vigente y prevalecer. Por tanto, si asumimos que la cultura se configuró como el resultado de esos esfuerzos incesantes de la vida, podríamos suponer que sus efectos deberían orientarse a favorecer la vida misma. Esto equivaldría a afirmar que la vida y la cultura son necesariamente compatibles, en la medida que contemplan como propósito primordial un mismo fin: seguir existiendo y no desaparecer entre la inmovilidad de la muerte.

Esta idea, por supuesto, resulta problemática, pues como señala el propio Damasio (2019), es supremamente complicado determinar con precisión la relevancia homeostática de la mayoría de manifestaciones culturales. Tal cosa resulta evidente, por ejemplo, cuando se aprecian diseños culturales que desembocan en la producción de dolor, sufrimiento y muerte, las cuales, de entrada, parecen incompatibles con la vida y su conservación. Por ello, en este punto, es conveniente revisar con algo más de profundidad la manera como este planteamiento contrasta con visiones más tradicionales del concepto de cultura, que la conciben en términos de un logro particularmente humano gracias al cual podemos distinguarnos del resto de la naturaleza. Así mismo, aunque la idea de Damasio abre claramente la

posibilidad de reconocer formas de cultura no humanas, a veces sus planteamientos simplifican el concepto. Lo hacen porque, desde nuestro punto de vista, allí persiste una noción progresiva de la cultura, que no solo incorpora juicios de valor, sino que también define una trayectoria teleológica que proyecta cuál es y cuál debería ser el destino conveniente de las manifestaciones culturales humanas. Desde luego, la difusión de esta idea no responde, exclusivamente, al análisis que plantea Damasio, sino que es el resultado de una manera particular e influyente de concebir la cultura y sus características. Revisemos con algo más de detalle este último planteamiento.

No es extraño que las versiones más ampliamente difundidas sobre la cultura acepten, sin mayores dificultades, la idea según la cual esta constituye un logro principalmente humano que nos permite distinguirnos de los animales y otras formas de vida, incluso de aquellas que no se consideran elementales. De manera más o menos reiterada, se admite que los mecanismos culturales cumplen la función primordial de regular y gestionar los instintos primarios, reconociendo además que son estos últimos los que se encargan de gobernar el comportamiento del resto de organismos vivos. La tesis central de este planteamiento es entonces muy sencilla: los seres humanos poseemos mecanismos de control que nos permiten domesticar nuestra faceta animal, y entre más los usemos, más podemos diferenciarnos de las bestias y sus comportamientos primitivos. Esta tesis, además, se inscribe en la concepción progresiva de la cultura que ya mencionamos, esto quiere decir que se entiende como un bien que se acumula gradualmente y gracias al cual es posible distinguirse y destacarse entre los demás organismos vivos, incluso si estos son humanos.

Vemos varias dificultades en esta manera de interpretar la cultura. Por un lado, simplifica el concepto a una

simple sumatoria de aditamentos que opacan la naturaleza humana, entendiéndolo esta última como una especie de versión primitiva que se oculta bajo pesadas capas de creaciones culturales. Por el otro, ofrece una versión demasiado optimista e ingenua de la cultura, en la medida que sugiere que su emergencia y su destino se inscriben en el propósito común de conservar y favorecer la vida. No queremos decir con esto que la idea de la relevancia homeostática de la cultura defiende con vehemencia esos planteamientos; tal como lo expone de manera clara el mismo Damasio, hay expresiones culturales que son absolutamente contrarias a la vida. Sin embargo, en la medida que sus argumentos prefieren no profundizar en la discusión conceptual que ya han sugerido las Ciencias sociales y la Antropología, algunas de las afirmaciones que allí se proponen parecieran reproducir las dificultades propias de esa noción particular de cultura.

No todo aquello que el ser humano ha conservado en su proceso evolutivo ni aquello que le resulta útil puede entenderse compatible con la vida y su conservación; hay manifestaciones culturales recurrentes que, sin duda, la ponen en peligro, como los genocidios, tipos diversos de violencia, formas de consumo desmedido y avances tecnológicos de punta –como aquellos que procuran la inmortalidad–. En ese sentido, el interrogante sobre la conveniencia de entender la cultura como un mecanismo concebido por la vida para producir beneficios homeostáticos requiere desarrollos mucho más amplios, pues no resulta del todo claro por qué la vida se impone la tarea de concebir instrumentos que, finalmente, terminarán destruyéndola.

Podríamos encontrar una solución a esta inquietud explorando el mundo de lo ínfimamente pequeño. Como es bien sabido, el sistema inmunológico desarrolló las células macrófagas para estructurar un avanzado sistema de vigilancia y defensa que permite, entre otras cosas, la fagoci-

tosis de microorganismos y células extrañas, la eliminación de residuos, el desarrollo de respuestas inmunes específicas y la actividad antitumoral. Puesto en estos términos, todo indica que, en el marco de su proceso evolutivo, algunos organismos vivos fueron capaces de desplegar estos ingeniosos mecanismos, y a través de ellos, lograron fortalecer su respuesta ante procesos capaces de desembocar en enfermedad y muerte. Los beneficios homeostáticos de estas células parecen innegables. Sin embargo, tal como han demostrado algunos estudios e investigaciones recientes, en circunstancias específicas que no están claramente determinadas, las células macrófagas también actúan como aliadas en el proceso que favorece el desarrollo de neoplasias malignas: inducen la angiogénesis en tumores que no están vascularizados y contribuyen con la migración celular necesaria para desencadenar la metástasis que puede derivar en la muerte (Ochoa-Carrillo y Bravo-Cuéllar, 2013; Ehrenreich, 2018).

Al igual que ocurre con las manifestaciones culturales, aquello que aparentemente fue concebido como un mecanismo benéfico para la vida, termina revelándose contra esta. Ante semejante ambivalencia, quizá es conveniente volver sobre algunas de las afirmaciones que aparecen en este texto. Hasta aquí, tan solo hemos intentado mostrar algunas de las versiones canónicas del concepto de cultura, señalando qué sucede cuando las problematizamos a partir de visiones como la que propone Antonio Damasio. No ha sido un ejercicio para tomar partido, sino un esfuerzo por revisar cómo un análisis simple puede desestabilizar algunas de nuestras certezas conceptuales.

En primer lugar, quedan claras las dificultades que supone pensar al ser humano como una especie constituida por una dimensión cultural que reposa sobre una dimensión biológica, y que ambas son plenamente distingui-

bles. Allí no hay fronteras claras, sino membranas flexibles y porosas que circulan constantemente para constituirse mutuamente. En segundo lugar, no parece conveniente entender la cultura analizándola sobre una matriz de valores gracias a la cual identificamos características positivas y negativas. Aunque la idea de que la cultura fue un mecanismo desarrollado por la vida para generar beneficios homeostáticos resulta enormemente útil para reflexionar sobre sus orígenes –y también para eliminar la visión dicotómica que mencionamos previamente–, tal vez refuerza una visión propia y discontinuada de la tradición antropológica que quiso juzgar la pertinencia de las prácticas culturales.

Es posible que Damasio no tuviera la intención de defender esa postura; sin embargo, en la medida que no discutió suficientemente con los conceptos desarrollados por la Antropología, muchas de sus ideas pueden ser interpretadas en ese sentido. A su favor, digamos que nos sugiere un planteamiento sobre el cual vale la pena seguir reflexionando: la cultura no puede entenderse como una serie de algoritmos replicables que pueden ser extraídos de su contexto; es, por el contrario, una serie de signos anclados a un sustrato que los activa y les da sentido. Esta idea sencilla reafirmaría su cuestionamiento a una visión universalista de la cultura y, por tanto, a una perspectiva progresiva que solo reconoce una trayectoria y un mismo fin. Sinceramente, aún no distinguimos con claridad cómo resuelve Damasio esta aparente contradicción. Quizás ni se cuestionó su existencia y el problema recae en el intérprete.

Para finalizar, tal parece que esta discusión también nos permite concluir con un argumento: la vida, la cultura y sus enlaces no tienen trayectorias lineales. Es inoficioso pensarlas en términos de procesos que avanzan por un mismo sendero y que en el camino se liberan de aquello que les incomoda para garantizar un paso ligero. Son, por el

contrario, flujos llenos de giros, retornos, pliegues y bifurcaciones que constantemente conciben mecanismos pendulares que van y vienen. En ese sentido, las manifestaciones culturales actúan de manera análoga a como lo hace las células macrófagas: pueden contribuir con la homeostasis de los organismos, pero también pueden destruirlos. Y lo hacen no porque exista un error de diseño o un desvío en la trayectoria original, sino porque la cultura es, ante todo, impredecible: como la vida, crea sus propias trayectorias a partir de sus interacciones, se proyecta de acuerdo con las condiciones del sustrato, que puede ser ella misma.

En conclusión, aunque la Antropología se propuso monopolizar el concepto de cultura, hoy es clara la necesidad de abrir la discusión para que dicho concepto se construya en colaboración y diálogo -no necesariamente fraternal- con otras disciplinas. Ello no implica, desde luego, desechar lo que hasta aquí se ha dicho al respecto; por el contrario, demanda una revisión profunda de esos conceptos para, desde allí, abrir una conversación rigurosa que permita cuestionarlos. El conocimiento científico no se construye estabilizando ideas, se hace desafiándolas. Respecto a la discusión que acá se ha propuesto, creemos que aún no se resuelven algunos de los interrogantes y problemas formulados. La idea de la función homeostática de la cultura es ciertamente sugerente, pues no solo reafirma su estrecha relación con los procesos orgánicos y biológicos, sino que pone de presente la vieja pregunta por su lugar en el desarrollo de la especie humana, en particular, y de la vida, en general.

4.

**Sobre la investigación
social o cómo entendernos
desde los afectos**

Cierto es que en la tradición de la investigación científica ha predominado la separación entre razón y emoción. Dicha separación se ha vislumbrado en dos sentidos: estos fenómenos se han separado en tanto objetos de investigación y se han separado en el abordaje metodológico para hacer ciencia. Podríamos afirmar que la característica más conspicua en la construcción de conocimiento científico ha sido este divorcio entre los afectos y las razones, entre otros motivos, porque se ha considerado habitualmente que las emociones nublan o parcializan en extremo el juicio, la racionalidad y el carácter analítico con que se piensa el mundo.

Particularmente, en la tradición clásica de las Ciencias sociales, los afectos en tanto objetos de investigación, han sido ubicados bajo premisas que los separan de la acción humana. Así pues, los afectos pueden preceder o motivar la acción, pero no la constituyen integralmente. Por ejemplo, en Weber (2002) la acción social se explica porque es motivada por cuatro posibles orientaciones, unas distintas de las otras: las razones, entendidas como ideas; los valores, tanto éticos como estéticos; los afectos, entendidos como estados sentimentales, o las tradiciones, es decir, las costumbres. Los sentimientos no ocupan aquí, un carácter protagónico en la acción humana. Son componentes, partes, antecedentes o consecuencias de la acción, que es algo diferente al sentir.

Al mismo tiempo, desde el punto de vista del método científico clásico, esta escisión ha marcado considerablemente el cómo construimos conocimiento. En las Ciencias sociales, el positivismo ha dejado una huella aún no superada del todo, que ha impelido y exhortado por mantener la distancia entre el sentir y el pensar. El positivismo proponía la llamada neutralidad valorativa, según la cual, el investigador debe poner en paréntesis su juicio

valorativo y su emocionalidad para poder “acercarse” a la realidad, “extraer” los datos y analizarlos en completa paz teórica. La contrapropuesta, llamada naturalismo, abogaba por hacer una inmersión total en el campo de los sujetos de investigación, apropiarse de su cotidianidad y hablar desde dicha experiencia (Guber, 2011). Así pues, bajo esta segunda perspectiva, los investigadores se apropiaban de las voces de los sujetos de investigación, las interpretaban y externalizaban en un idioma científico. La dificultad en ambos casos reside en que no hay un reconocimiento de los sentimientos de los partícipes de la investigación. En el primer caso, hay negación; y en el segundo, suplantación.

Por fortuna, esta tradición ha empezado a tener quiebres importantes, aunque no suficientes. Negar la importancia del papel de los sentimientos en la acción humana, y de paso, en nuestra acción como investigadores, constituye, ante todo, un obstáculo que nos impide tener un acercamiento franco y honesto en la comprensión de quiénes somos. La motivación de la investigación social es, justamente, acercarse, mapear, rastrear, representar, identificar, interpretar, describir, recrear con palabras, textos e imágenes el movimiento de la naturaleza humana, no como un producto acabado, sino, más bien, como un continuo, como un interludio entre distintos actos de la naturaleza cambiante.

Hemos visto el quiebre de esta tradición en ambos sentidos: en tanto objeto, o mejor, en tanto problema, y en tanto metodología. En las últimas décadas, han nacido nuevos espacios en la investigación social que se han preocupado por poner en el centro a las emociones: la Sociología, la Antropología, la Política, la Economía, la Historia, entre otras. Así, investigaciones sobre el amor, la ira, el arrepentimiento, el miedo, la vergüenza, la construcción afectiva de los vínculos han empezado a protagonizar carátulas de algunas investigaciones sociales (Almeida, 2019), y hemos

visto, en consecuencia, cómo han emergido, aún al margen, pero de manera creciente, eventos académicos y revistas especializadas dedicadas al respecto.

Este emergente camino tiene por delante desafíos señalados por los propios deudos de las investigaciones. Citando a Jasper (2012), podemos esbozar al menos tres problemas vigentes que se presentan en la investigación social sobre las emociones. En primer lugar, la persistente división, ya mencionada, entre razón y emoción, que se ha disfrazado de otras dualidades insostenibles: mente-cuerpo, individual-social, naturaleza-cultura, etc. Estos pares opuestos no permiten ver de manera integral los procesos de pensamiento y sentimiento. Dice Jasper (2012), en su crítica, que el sentir y el pensar son procesos paralelos, ahora sabemos que no son paralelos, son inseparables.

En segundo lugar, existe una indistinción conceptual entre emociones y sentimientos. Pareciera que “emociones” se ha convertido en el paraguas conceptual que cobija una serie de fenómenos que, según Damasio (2019), no son equiparables: afectos, emociones, sentimientos y sus derivaciones, sentimientos espontáneos y provocados. Además de las causas que provocan estos sentimientos, que bien pueden ser derivados de procesos homeostáticos (primarios), respuestas emotivas por estímulos sensoriales externos y respuestas emotivas por impulsos internos. Otros conceptos siguen quedando también a la deriva, tales como estado de ánimo. Así, todas estas distinciones no son siempre claras en el abordaje de la emocionalidad como problema de investigación social.

En tercer lugar, y como consecuencia, hay dificultad en la descripción empírica de la experiencia emocional. En otras palabras, falta más rigurosidad, detalle, profundidad, si se quiere, visceralidad, a la hora de ahondar en los detalles de una experiencia emotiva. Por ejemplo, si bien la ira

es una experiencia que tiene un similar espectro de acción para los seres humanos, su vivencia y manifestación tiene tantas variaciones como la imaginación nos permita; así pues, la experiencia corporal y mental son únicas en cada interacción social y su retrato debe corresponder en detalle.

Quisiéramos añadir un cuarto desafío al respecto de pensar los afectos desde la investigación social, y es que, si bien es necesario e importante reivindicar un espacio propio que piense los sentimientos y emociones, los problematice, les dedique un foco de atención particular como un inicio en la consolidación de este problema de investigación, ello podría nuevamente derivar en separar o aislar los sentimientos, y quitarles su valía como componente fundamental del comportamiento humano. Así pues, vemos que un reto persistente es que la investigación social, toda en su conjunto, debe permearse por esta preocupación de pensar los afectos, que sean tan omnipresentes como la preocupación por las ideas o las prácticas sociales, pues ya sabemos que son indivisibles.

Según Damasio (2019), los sentimientos son justamente estas experiencias muy genuinas, propias en contenido e intensidad, del cuerpo que las vive. Son la expresión más confiable del estado vital de quien las experimenta. Al tener una mediación de la conciencia, los sentimientos no se limitan a ser la reacción emocional ante un suceso, un objeto o una remembranza. Son vividos repetidas veces, pero no de la misma manera siempre, de allí, su carácter único y universal.

Si la pregunta que nos hacemos desde la investigación social es sobre la naturaleza del otro en movimiento, sobre cómo se constituye el otro, y sobre cómo se transforma; sobre qué hacen los colectivos, cómo se construyen y se diluyen y se reorganizan, y sobre cómo interactuamos, cuál es el contenido de nuestras interacciones, cómo nos

hacemos en acciones colectivas, esta pregunta o serie de preguntas no podrán pasar por alto el papel de los afectos, pues ellos están atravesando todas estas cuestiones de orden epistemológico y metodológico.

A pesar de que hemos avanzado en querer acercarnos y conocer la naturaleza de los afectos, bien nos falta mucho en saber cómo, metodológicamente hablando, aceptamos su protagonismo en la investigación social. La propuesta de la etnografía que reivindica a la reflexividad (Guber, 2011) nos parece conducente en este sentido. Producimos realidad en tanto informamos sobre ella a través del lenguaje. La reflexividad no es exclusiva del conocimiento científico, es cualidad de toda producción de conocimiento, así pues, los investigadores, teniendo conciencia de la importancia de la interacción social en la producción de conocimiento, ponen en juego también, sus modos de comprender el mundo y experimentarlo.

La valencia, ese medidor que nos indica los grados de bienestar, el traductor de los procesos vitales en términos mentales (Damasio, 2019), puede ser una guía que nos permita ver, calibrar, detallar, observar, intuir, describir, señalar, asombrarnos y admirarnos ante la variedad de interpretaciones y representaciones sobre las experiencias humanas. Saber y entender que el “bueno” y “malo” de quien pregunta no es el mismo “bueno” y “malo” de quien responde, es un paso maravilloso y necesario a la hora de hacer conocimiento que pretenda una comprensión de quiénes somos.

El bienestar no es más una fórmula prefabricada, impuesta y medida con un metro. Es interacción, es influencia ambiental, es una interpretación corporal de los estados vitales, es la expresión genuina de cómo vivimos la vida y, en consecuencia, la invitación queda abierta para indagar en esa ruta, por ese camino, cuestionarnos por los

bienestares y los malestares, cómo se edifican y se diluyen, cómo se transforman, qué es lo aceptable y qué es lo no aceptable y por qué; y principalmente, de qué modos podemos potenciar esos bienestares hechos interacción social.

4.

**Del sentir a las
mentes culturales**

Hasta hace unos pocos años hubiese sido impensable hablar de las bacterias como aquellas escritoras principales de la historia de la vida. De igual modo, habría sido inconcebible pensarlas como organismos inteligentes capaces de desarrollar estrategias de regulación vital como la homeostasis. Estos organismos desarrollaron comportamientos sociales que nos permiten, incluso, referirnos a un tipo de cultura primitiva, cultura de las primeras especies vivas eucariotas. Adicionalmente, las bacterias, a través de la trasmisión de mecanismos intermedios, lograron la construcción de respuestas emotivas que propiciaron la homeostasis (Damasio, 2019).

Nótese que cuando hablamos de culturas primitivas no estamos evocando nuestros antepasados *sapiens*, sino que estamos refiriéndonos a organismos unicelulares que desarrollaron un tipo de comunicación rigurosamente química;

[e]n los organismos más sencillos, la selección se hizo a partir de opciones generadas naturalmente por procesos de autoorganización autónoma; en organismos más complejos, la selección acabó siendo cultural; se hizo a partir de opciones producidas por la invención dirigida subjetivamente. El nivel de complejidad variaba, pero los objetivos homeostáticos básicos tácitos seguían siendo los mismos: supervivencia, prosperidad y reproducción potencial. (Damasio, 2019, p.233)

Varios cientos de miles de años después surgieron los insectos sociales, en los que claramente se reconoce una cultura animal que nos sigue sorprendiendo y sirviendo de ejemplo de cooperación, que buena falta nos hace. A medida que el nivel de complejidad variaba, se mantenían firmes los objetivos básicos, aunque tácitos, puramente homeostáticos: supervivencia, reproducción, mejora del nivel de vida.

Sin embargo, no fue hasta la aparición de organismos complejos, con sistema nervioso, que se dieron las mentes culturales. Los sentimientos se ubican de manera protagónica en este gran capítulo de la vida, pues fueron estos los principales motivadores para la generación de nuevas respuestas que permitieron el desarrollo de mecanismos homeostáticos para la supervivencia (Damasio, 2019). Estas pudieron tomar nuevas formas solo gracias a la creatividad y al ingenio del ser humano.

Pese al papel fundamental de los sentimientos, las mentes culturales son el resultado de múltiples interacciones entre las emociones, los sentimientos y el razonamiento. Las emociones son las encargadas de enviar señales al cerebro a través de imágenes sobre el estado de nuestro cuerpo. Dichas señales son, precisamente, los sentimientos. Toda esta información es recibida por el cerebro que busca crear razonamientos superiores para dar respuesta a las señales recibidas (Castainhgts, 2017). Esta forma de operar nos permite entender la mente como proceso y comprender que emoción y sentimiento no se refieren a lo mismo ni cumplen la misma función.

Según Miller (2005) la emoción “es una reacción corporal no siempre consciente” (p.10) que nos avisa sobre lo que está sucediendo interna o externamente. Las emociones se relacionan más con el miedo, la alegría, la ira, etc. Por otra parte, los sentimientos expresan más nuestra “percepción consciente de las emociones” (p.10), es decir, trascienden nuestra relación con el cuerpo y se conectan con la mente para dar sentido a nuestras emociones, así otorgan significados y respuestas particulares que dependerán de la experiencia y la conciencia de cada individuo.

Para LeDoux (citado en Andrade, 2019), los sentimientos aparecen conjuntamente con la conciencia, es decir, cuando detectamos una situación difícil que es

percibida por nuestro cuerpo y cerebro. No obstante, estos solo aparecen cuando “estamos conscientes de que nuestro cerebro ha detectado de manera no consciente alguna fuente de peligro” (p.58). Por lo anterior, a través de diversas estrategias proporcionadas por la creatividad, los seres humanos respondemos a dichas fuentes de peligro de maneras muy específicas.

Adicionalmente, los sentimientos nos dan la capacidad de saber cómo actúa la homeostasis, y establecen así un puente de transmisión de información con esta. A pesar de ello, es la capacidad de sentir la que realmente nos permite interactuar con lo que nos rodea. De allí que podemos, no solo habitar el mundo, sino también sentirlo, experimentarlo, y gracias a nuestra inteligencia creativa, darle sentido y recrearlo continuamente. Así, los sentimientos actúan de manera excepcional sobre la cultura, por lo que podemos referirnos a estos como la principal motivación para hacerle frente a los problemas y crear soluciones que nos permitan responder a los mismos.

La creación de soluciones que permitan responder a los problemas o situaciones de peligro se conecta directamente con nuestra capacidad de crear herramientas. El uso de estas ha sido uno de los factores que más ha logrado desarrollar nuestra inteligencia. Con todo, esta no es una acción exclusiva de los seres humanos. En los animales podemos encontrar distinciones importantes en la creación de herramientas, dependiendo de las necesidades del entorno y su relación con los demás elementos de la naturaleza. Por ejemplo, algunas familias de chimpancés han creado una especie de caña de pescar para obtener termitas. Mientras que en otros grupos esta herramienta no ha sido desarrollada simplemente porque las termitas no son una fuente importante de alimento (Dennet, 1999).

Sin embargo, según Damasio (2019), el desarrollo de estas acciones culturales no humanas no se debe precisamente al efecto de los sentimientos, sino que, más bien, son el

resultado de programas bien establecidos que se despliegan en circunstancias apropiadas y de manera en gran parte estereotipada. Sus programas de ejecución se han ido perfeccionando a lo largo de eones gracias a la selección natural, bajo el control de la homeostasis, y han sido transmitidos por los genes. (p. 234)

Así, la creación de herramientas es un buen ejemplo de cómo los seres humanos logramos responder a sentimientos homeostáticos espontáneos como el hambre, el frío, etc. Sin duda, una proeza atribuida a nuestra capacidad de sentir y a la implicación de nuestra conciencia sobre lo que sentimos.

Ahora bien, en el caso de acciones socioculturales humanas, tanto los afectos como las experiencias mentales subsiguientes, es decir, los sentimientos, son los responsables no solo de la creación de herramientas que permitan responder a los problemas de la existencia, sino también, del desarrollo de expresiones más trascendentales de la cultura. Desde esta perspectiva, las mentes culturales han llenado de sentido la experiencia con nuestro mundo exterior, la naturaleza y las interacciones con los demás. La pintura, la escritura, el baile, la música, la religión, son todos ellos mecanismos homeostáticos transformados por las mentes culturales a través de la inteligencia creativa, y dan sentido a nuestra experiencia social y cultural, no solo como individuos, sino también como partes de un colectivo.

Precisamente, la relación con el otro siempre ha sido un elemento relevante en todo lo que respecta a los sen-

timientos y la regulación homeostática. Esta es una de las características más sobresalientes de la cultura. La empatía por los otros y los afectos que se generan como resultado de las relaciones sociales en contextos de comunidad, nos evocan a la estimulación continua de la creatividad. Así, alguien puede simplemente hacer un gesto ante la persona que aprecia cuando ve que pasa por una situación difícil, o puede generar respuestas más complejas como escribir un poema, crear una melodía o pintar un cuadro.

En las artes encontramos cómo la forma en la que el artista se sitúa con respecto al otro, puede llevar a la construcción de la obra de arte en sí misma. Pensemos, por ejemplo, en las obras de Van Gogh, y en la ya bastante reconocida correspondencia que intercambiaba con su hermano Theo. Pese a que gran parte de la obra de Van Gogh se llevó a cabo en la más profunda soledad, tras varios meses en Bélgica, le escribió a Theo: “como cualquier persona, necesito amistad, afecto, gente en la que confiar... No soy una fuente o una farola, no soy de piedra o de metal, no puedo vivir sin ello” (Museo Van Gogh, 2016). En estas líneas, Van Gogh nos deja ver su necesidad de interacción con otros y el papel de los afectos en su existencia. De todos modos, sería esta misma percepción de profunda soledad la que le permitiría la creación de múltiples obras. Por otro lado, una de los elementos que más llama la atención es el torbellino de sentimientos que quedaron plasmados en sus pinturas.

En este sentido, vemos cómo manifestaciones homeostáticas representadas en el arte pueden trascender las necesidades afectivas individuales, por lo que podríamos hablar de los sentimientos como percepciones individuales que logran materializarse de manera creativa en la interacción con los demás. Según Vygotsky (citado en Pazos-López, 2014):

El arte lo conforman tanto la habilidad técnica de crear, como la capacidad de expresar una visión particular del mundo en relación con el contexto social del artista. Toda creación artística, por original que parezca, fruto del genio creador del autor, siempre es consecuencia del diálogo de este con su entorno cultural, personal y social. En consecuencia, el proceso artístico está vinculado a lo que el autor denomina pensamiento emocional, porque el deseo fundamental para los artistas al crear una obra es generar emociones o sensaciones en los espectadores. Se convierte así en una experiencia estética, comunicativa y puramente social, porque su fin último es comunicar y hacer sentir valores y emociones personales a otros individuos. (p. 136)

Algunas manifestaciones artísticas antiguas también representan esa convergencia del sentimiento y la interacción con los otros como elementos fundamentales en los procesos de creación y desarrollo de respuestas homeostáticas. Para Jhon Blacking (2006), por ejemplo, la música es el resultado de la interacción de los sentimientos humanos y las experiencias de la sociedad. En las sociedades primitivas, la música y el baile eran fundamentales en ceremonias religiosas o reuniones grupales en las que se buscaba afianzar lazos de hermandad. También fueron importantes en la creación de espacios simbólicos de comunicación con los dioses que permitían a los grupos humanos de la época responder a determinados problemas propios de su contexto:

[...] la música logra, en los que la escuchan, conmover los sentimientos, excitar las emociones y concitar los afectos de tal forma que correspon-

den aparentemente a las intenciones expresivas del creador y del intérprete. Langer, a partir de la evidente ligazón entre las emociones y la música, ha enfatizado la necesidad de comprender que esta implica un vínculo de representación con los sentimientos y los afectos (Bartra, 2007, p. 163).

Ahora bien, las manifestaciones artísticas no son los únicos ejemplos de la importancia de los sentimientos y los afectos para la incorporación de comportamientos socioculturales. Incluso, en la medicina primitiva vemos estos primeros atisbos entre la concepción de la salud y los afectos colectivos; una medicina que tenía en cuenta los afectos. Según Balint (1961), antes de la existencia de los fármacos, la mejor medicina era el curandero en sí mismo, es decir, la atención, el afecto y la compañía que esta persona ofrecía al enfermo, eran el motivo de sanación más importante. En ese sentido, el curador tenía un poder mágico sobresaliente en la comunidad, pero este poder solo era efectivo en la interacción con ese otro que deseaba ser sanado. Desde esa perspectiva, según Balint (1961), la medicina primitiva

no era un fenómeno racional, medible, objetiva-ble, sino vinculado con la subjetividad más profunda, donde radica el impulso misterioso por el Bien y en contra del Mal, por alejar la muerte y la desgracia, y que desde antaño está engarzado en las técnicas de curar. (p.17)

Pese a esto, actualmente estamos abocados a una medicina que excluye los afectos. En ese sentido, hemos construido un mundo contradictorio, que se sirve de los sentimientos para hacer posible los elementos más plausibles de la vida, pero que, al mismo tiempo, se avergüenza de estos y trata

de ocultarlos. Este tipo de contradicciones se hacen aún más visibles en el ejercicio de la medicina contemporánea. En cierta medida, una persona que consulta a su médico está aceptando la presencia de sentimientos desagradables que desea resolver, sin embargo, las dinámicas de una consulta médica tratan de anular cualquier tipo de vínculos afectivos que puedan construirse.

Sin duda, este tipo de fenómenos hacen parte de la herencia que la extrema racionalidad impuesta en el siglo XVIII nos ha endilgado, la misma que nos ha llevado a la creación de un mundo sin sentido, que deja de lado el significado inmanente de las cosas. Un mundo donde “sobra toda religión, donde sobra toda filosofía, donde sobra toda poesía” (Ospina, 2012, p.17.). Del mismo modo, la herencia del racionalismo ha permeado el ejercicio de la medicina, pues de forma tácita el sistema médico nos lleva a negar la esencia de los sentimientos. Al paciente se le exige decir lo más exactamente que le sea posible cuál es el síntoma, y al médico, basarse en los algoritmos y dejar de lado el sentir del paciente.

Lo anterior también ocurre porque la medicina actual se enfoca en la perspectiva de un cuerpo colmado de síntomas, pero excluye la existencia de una mente/cuerpo construida en torno a los sentimientos. En ese sentido, el cuerpo es definido como artefacto sin mayores dinámismos. Desde la perspectiva de los afectos, la concepción del cuerpo como parte de lo que somos y sentimos es fundamental debido a que ese sentir que experimentamos es el que nos hace eminentemente humanos.

Por lo anterior, debemos pensar el cuerpo unido a la mente, como espacio que contiene la vida. Incluso, en algunas manifestaciones artísticas se pueden encontrar lo más profundos sentimientos materializados en el cuerpo. De allí que Borges expresara su más profundo desamor diciendo:

“me duele una mujer en todo el cuerpo” (1974, p. 1107). Pese a esto, en muchos espacios de la cultura, el cuerpo y la razón parecen estar actuando por sí solos sin echar de menos los sentimientos. Por esto, hace falta explotar nuestras mentes culturales, ir más allá a través de esas herramientas que nos hacen humanos: la imaginación, la sensibilidad, la intuición. Tal vez necesitamos poner a dialogar todas estas facultades y construir la vida a través de nuestra inmensa inteligencia creativa como actores que hacen parte del más grande espectáculo multisensorial: la vida.

Bibliografía

- Akashi, Y. J., Goldstein, D. S., Barbaro, G., y Ueyama, T. (2008). Takotsubo cardiomyopathy: a new form of acute, reversible heart failure. *Circulation*, 118, 25, 2754-2762. <https://www.ahajournals.org/doi/pdf/10.1161/circulationaha.108.767012>
- Almeida, J. (set-dez, 2019). Corpos, emoções e risco como objetos sociológicos. *Sociologias*, 21, 52, 9-16. <https://doi.org/10.1590/15174522-97960>
- Balint, M. (1961). *El médico, el paciente y la enfermedad*. Libros básicos.
- Barley, N. (1983). *The Innocent Anthropologist. Notes from a Mud Hut*. Waveland Press.
- Bartra, R. (2007). *Antropología del cerebro. La conciencia y los sistemas simbólicos*. Fondo de Cultura Económica.
- Blacking, J. (2006). *¿Hay música en el hombre?* Alianza.
- Borges, J. (1974). *Borges: obras completas*. Emecé Editores.
- Charro, R. G., Deheza, G. C., Pablo, C. S. y Lara, G. N. N. (2017). Síndrome del corazón roto, el gran imitador de infarto agudo de miocardio: relato de un caso. *Revista Médico-Científica. Luz y Vida*, 8 (1), 43-47 <https://www.redalyc.org/pdf/3250/325057242009.pdf>
- Chul Han, B. (2017). *La sociedad del cansancio*. Herder Editorial.
- Damasio, A. (2010). *En busca de Spinoza*. Crítica.
- Damasio, A. (2019). *El extraño orden de las cosas: la vida, los sentimientos y la creación de las culturas*. Ediciones Destino.
- Ehrenreich, B. (2018). *Causas naturales: Como nos matamos para vivir más*. Turner Noema.
- García Márquez, G. (1994). *Del amor y otros demonios*. Norma.
- Geertz, C. (2006). *La interpretación de las culturas*. (A. L., Bixio, trad.). (Publicado originalmente en 1973). Gedisa.
- Guber, R. (2011). *La etnografía. Método, campo y reflexividad*. Siglo XXI Editores.

- Museo Van Gogh (2016). *Cara a cara con Van Gogh*. Ámsterdam. <https://www.vangoghmuseum.nl/en>
- Nietzsche, F. (2007). *Humano demasiado Humano*. Akal.
- Ochoa-Carrillo, F. J. y Bravo-Cuellar, A. (2013). Los macrófagos, ángeles o demonios. Los macrófagos, ángeles o demonios. *Gaceta Mexicana de Oncología*, 12, 1. <https://www.elsevier.es/es-revista-gaceta-mexicana-oncologia-305-articulo-los-macrofagos-mexicana-o-demonios-X1665920113933087>
- Ospina, W. (2012). *Es tarde para el hombre*. Bogotá: Mondadori.
- Pazos-López, A. (2014). Mente, cultura y teoría: aproximaciones a la Psicología del Arte. *Acción Psicológica*, 11, 2, 127-140. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.11.2.14214>
- Spinoza, B. (2011). *Ética*. Alianza.

Investigaciones en complejidad y salud

Facultad de Medicina

Grupo de Investigación en Complejidad y Salud Pública

n.º 10

Tensiones entre sentimientos y conciencia: entendiendo la homeostasis

Fue editado y publicado por la
Editorial Universidad El Bosque,
Agosto de 2021
Bogotá, Colombia

