

El teatro de las emociones

José Gordon

“Hay que confiar en Shakespeare, él ya ha estado ahí”, dice Antonio Damasio al referirse a la distinción que puede hacer la ciencia entre emociones y sentimientos. Hacia el final de la obra *Ricardo II*, cuando la corona ya está perdida y se acerca la posibilidad de la prisión, el personaje, venido a menos, delinea la diferencia entre estas dos categorías. Pide un espejo, observa su rostro y analiza los estragos. Nota que “la forma exterior de los lamentos” que se expresa en sus facciones es tan solo “una sombra de una aflicción invisible”, un dolor que se “expande en silencio dentro del alma torturada”.

Damasio señala que en unas cuantas líneas Shakespeare ubica dos escenarios en el rostro de Ricardo II: el externo, que corresponde a las emociones, y el interno, a los sentimientos. Usualmente, la palabra emoción tiende a abarcar los sentimientos, pero resulta que cuando la ciencia quiere entender los sustratos neurofisiológicos de estas experiencias es adecuada la distinción: las emociones actúan en el teatro del cuerpo, los sentimientos en el teatro de la mente. No hay que malentender, están íntimamente ligados, pero para fines de estudio este análisis resulta pertinente.

Marvin Minsky, pionero en los estudios de inteligencia artificial, considera a Damasio como uno de los mejores pensadores en el campo de la neurociencia. Este investigador de origen portugués recibió el Premio Príncipe de Asturias de Investigación Científica y Técnica en el año 2005. Antonio Damasio dirige el departamento de neurología en el Centro Médico de la Universidad de Iowa.

La investigación de Damasio aborda un terreno muy difícil para la ciencia ya que aparentemente está fuera del rigor de lo medible. ¿Cómo se le saca la raíz cúbica a un

soneto? Ésa es una tarea imposible. Sin embargo, de acuerdo con sus trabajos, se pueden rastrear las relaciones del mundo interno con el externo.

Para Damasio, “los procesos mentales se fundamentan en la cartografía que el cerebro tiene del cuerpo, acumulaciones de pautas neurales que representan respuestas a acontecimientos que causan emociones y sentimientos”. Cuando estamos ante una persona atractiva o ante una casa que nos asusta, las emociones que producen esas experiencias son visibles en nuestra fisiología en términos de reacciones que se pueden monitorear: se tensan los músculos faciales, se aceleran los latidos, cambia la voz. Esta cadena de reacciones produce un sentimiento: la emoción internalizada de la emoción.

Estos procesos se registran en la forma de mapas neurales en el cerebro. Así, el sentimiento es una idea del cuerpo. En forma más concreta: una idea de un determinado aspecto del cuerpo. Damasio plantea que los sentimientos funcionan como “sensores mentales del interior del organismo, testimonios de la vida en marcha”. De esta manera, los sentimientos son cruciales para reajustar al organismo, para preservarlo, para crear nuestro sentido de identidad. Damasio propone que “los sentimientos traducen el estado de vida en curso en el lenguaje de la mente”.

Desde la perspectiva de este investigador, la mente no es independiente del cuerpo. Esta noción es considerada por Damasio como el error de Descartes. En su libro más reciente *En busca de Spinoza. Neurobiología de la emoción y los sentimientos*, su visión se nutre del pensamiento del filósofo holandés que planteaba que la mente y el cuerpo eran una sola entidad. Por eso, advierte, darnos cuenta “de que existen mecanismos biológicos tras el comporta-

miento humano más sublime no implica una reducción simplista a la maquinaria fundamental de la neurobiología”.

Muy cerca de Spinoza, Damasio considera que los sentimientos y las emociones constituyen los aspectos centrales de la humanidad. ¿Cuáles son las implicaciones que tendrá este conocimiento en el campo de la salud física y mental? El científico ofrece una respuesta que plantea nuevas posibilidades:

Saber acerca de la emoción, el sentimiento y su funcionamiento es importante para la forma en que vivimos. Al nivel personal, esto es muy cierto. A lo largo de las dos próximas décadas, quizás antes, la neurobiología de la emoción y de los sentimientos permitirá que la ciencia biomédica desarrolle tratamientos efectivos contra el dolor y la depresión, sobre la base de una comprensión general de la manera en la que los genes se expresan en determinadas regiones del cerebro y de la manera en que dichas regiones cooperan para hacer que nos emocionemos y sintamos. Los nuevos tratamientos se dirigirán a corregir carencias específicas de un proceso normal en lugar de simplemente atacar los síntomas de una forma general. Combinadas con intervenciones psicológicas, las nuevas terapias revolucionarán la salud mental. Los tratamientos de que ahora disponemos parecerán entonces tan toscos y arcaicos como ahora nos parece la cirugía sin anestesia.

Tal vez entonces podremos apreciar las emociones visibles y los sentimientos invisibles creados por la lectura de las obras de Shakespeare. En una de éstas, nos la recetan junto con Borges y Einstein —admiradores de Spinoza— como tratamiento para restaurar el sentido de armonía y belleza en el teatro de nuestros mapas neurales. [1]