

ANTONIO
DAMASIO

SENTIR Y
SABER

*El camino
de la
consciencia*

Por el autor de
El error de Descartes
y *El extraño orden
de las cosas*

Antonio Damasio

Sentir y saber

El camino de la consciencia

Traducción de Joandomènec Ros

Título original: *Feeling and Knowing, Making Minds Conscious*

© Antonio Damasio, 2021

© por la traducción del inglés, Joandomènec Ros, 2021

© Editorial Planeta, S. A., 2021

Ediciones Destino, un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.planetadelibros.com

www.edestino.es

© por las ilustraciones, Hanna Damasio

Primera edición: octubre de 2021

ISBN: 978-84-233-6017-8

Depósito legal: B. 13.029-2021

Composición: Realización Planeta

Impresión y encuadernación: Black Print CPI

Printed in Spain - Impreso en España

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.



El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

ÍNDICE

Antes de empezar	13
----------------------------	----

I. SOBRE SER

En el principio no fue la palabra	23
El propósito de la vida	25
La vergüenza de los virus	29
Cerebros y cuerpos.	31
Los sistemas nerviosos como ocurrencias tardías de la naturaleza	33
Sobre ser, sentir y saber	35
Un calendario de la vida.	41

II. SOBRE LA MENTE Y EL NUEVO ARTE DE LA REPRESENTACIÓN

Inteligencia, mente y consciencia	45
Sentir no es lo mismo que ser consciente y no requiere tener mente.	51
El contenido de la mente	55
Inteligencia sin mente.	57

La formación de las imágenes mentales	59
Cómo se transforma la actividad neural en movimiento y mente.	63
Fabricando mentes.	65
La mente de las plantas y la sabiduría del príncipe Carlos.	69
Algoritmos en la cocina	73

III. SOBRE LOS SENTIMIENTOS

Los primeros pasos de los sentimientos: preparando el escenario	77
Afecto	79
La eficiencia biológica y el origen de los sentimientos.	87
Nociones básicas sobre los sentimientos I. . . .	89
Nociones básicas sobre los sentimientos II. . .	91
Nociones básicas sobre los sentimientos III. .	93
Nociones básicas sobre los sentimientos IV. .	97
Nociones básicas sobre los sentimientos V. . .	101
Nociones básicas sobre los sentimientos VI. .	105
Nociones básicas sobre los sentimientos VII. .	109
Sentimientos homeostáticos en un marco sociocultural.	111
Pero este sentimiento no es puramente mental	113

IV. SOBRE LA CONSCIENCIA Y EL CONOCIMIENTO

¿Por qué la consciencia? ¿Por qué ahora?	117
Consciencia natural	123
El problema de la consciencia.	129

¿Para qué sirve la consciencia?	133
Mente y consciencia no son sinónimos.	137
Ser consciente no es lo mismo que estar despierto	141
La consciencia (de)construida.	143
Consciencia extendida	147
Con facilidad, y tú también	149
La verdadera maravilla de los sentimientos . .	151
La prioridad del mundo interior.	153
Una acumulación de conocimiento.	155
La integración no es el origen de la consciencia	157
Consciencia y atención.	159
El sustrato cuenta.	163
Pérdida de consciencia	165
Las cortezas cerebrales y el bulbo raquídeo en la producción de la consciencia	171
Máquinas de sentimientos y máquinas conscientes.	177
Para ser justos. Un epílogo	181
Agradecimientos.	187
Notas y referencias.	189
Bibliografía adicional.	207
Índice analítico.	209

I

SOBRE SER

EN EL PRINCIPIO NO FUE LA PALABRA

En el principio no fue la palabra; esto es evidente. Ni el universo de lo vivo ha sido nunca simple, todo lo contrario. Desde su comienzo, hace cuatro mil millones de años, ha sido complejo. La vida inició su periplo sin palabras ni pensamientos, sin sentimientos ni razones, desprovista de mente y de consciencia. Y, aun así, los organismos vivos sentían a otros como ellos y sentían su entorno. Con sentir me refiero a la detección de una «presencia» —de otro organismo completo, de una molécula situada en la superficie de otro organismo o de una molécula secretada por otro organismo—. Sentir *no* es percibir, y *no* es construir un «patrón» basado en otra cosa para crear una «representación» de esa cosa y producir una «imagen» en la mente. En cambio, sentir es la variedad más elemental de cognición.

Y lo que es más sorprendente todavía, los organismos vivos respondían *inteligentemente* a lo que sentían. Responder con inteligencia significaba que la respuesta contribuía a la continuación de su vida. Por ejemplo, si lo que sentían planteaba un problema, una respuesta inteligente era la que resolvía el problema. Sin embargo, es importante que la inteligencia de estos organismos sencillos no se basaba en el tipo de conocimiento explícito que

nuestra mente es capaz de emplear en la actualidad —el tipo que requiere representaciones e imágenes—, sino en una capacidad oculta que solo tenía como objetivo mantener la vida, nada más. Esta inteligencia no explícita se encargaba de velar por la vida, gestionándola según las normas y las regulaciones de la *homeostasis*. ¿Homeostasis? Debemos pensar en la homeostasis como en un conjunto de normas prácticas ejecutadas sin descanso según un insólito manual de instrucciones sin palabras ni ilustraciones. Las instrucciones aseguraban que los parámetros de los que dependía la vida —por ejemplo, la presencia de nutrientes, determinados niveles de temperatura o pH— se mantuvieran dentro de rangos óptimos.

Recuerden: en el principio no fueron ni la palabra hablada ni la palabra escrita, ni siquiera en el riguroso manual de las reglas de la vida.

EL PROPÓSITO DE LA VIDA

Sé que hablar acerca del propósito de la vida puede causar cierto malestar, pero considerada desde la perspectiva inocente de cada organismo vivo, la vida es inseparable de un objetivo evidente: su propio mantenimiento durante tanto tiempo como la muerte por envejecimiento lo permita.

La ruta más directa de la vida para mantenerse es seguir los dictados de la homeostasis, el intrincado conjunto de procedimientos regulatorios que hicieron posible la vida cuando floreció por primera vez en los organismos unicelulares primitivos. Finalmente, cuando los organismos multicelulares y multisistema eclosionaron —unos tres mil quinientos millones de años después—, la homeostasis contó con la colaboración de unos recursos de coordinación recientemente evolucionados conocidos como sistemas nerviosos. Todo estaba dispuesto para que estos sistemas nerviosos no solo gestionaran acciones, sino que también representaran patrones. Los mapas y las imágenes no tardarían en llegar, y el resultado de todo ello fueron las mentes —las mentes sentientes y conscientes que los sistemas nerviosos hicieron posibles—. Gradualmente, a lo largo de unos cuantos cientos de millones de años después, la homeostasis empezó a ser regida parcialmente

por las mentes. Todo lo que se necesitaba entonces para que la vida fuera gestionada incluso mejor era el razonamiento creativo basado en el conocimiento memorizado. Los sentimientos, por un lado, y el razonamiento creativo, por el otro, acabaron por desempeñar un importante papel en el nuevo nivel de gobernanza que la consciencia permitía. Este desarrollo permitió que el propósito de la vida se ampliara: la supervivencia seguía en primer plano, desde luego, pero con una abundancia de bienestar derivada en buena parte de la experiencia de las creaciones inteligentes que la propia vida había originado.

La supervivencia como objetivo y los dictados de la homeostasis siguen funcionando en la actualidad, tanto en los organismos unicelulares y las bacterias como en nosotros mismos, pero el tipo de inteligencia que colabora en el proceso es diferente en esos seres unicelulares y en los humanos. Esos organismos más sencillos que no poseen una mente solo disponen de inteligencia no explícita e inconsciente. Su inteligencia carece de la riqueza y la potencia generadas por las representaciones explícitas. Los humanos poseen ambos tipos de inteligencia.

Dado que hablamos de la vida y de los diversos tipos de gestión inteligente que emplean las diferentes especies, resulta claro que necesitamos identificar el conjunto de estrategias específicas de que disponen dichos organismos y dar nombre a los pasos funcionales que constituyen. *Sentir* (detectar) es la más básica, y creo que se halla presente en todos los seres vivos. *Prestar atención** es la siguiente. Requiere un sistema nervioso y la creación de representaciones e imágenes, los componentes fundamen-

* *Minding* en el original, derivado de *mind*, «mente», es de difícil traducción; se ha optado por la que parece más adecuada al contexto, aunque así se pierde la relación indicada. (*N. del t.*)

tales de la mente. Las imágenes mentales fluyen inexorablemente en el tiempo y están infinitamente abiertas a la manipulación para producir nuevas imágenes. Como veremos, prestar atención abre el camino a los *sentimientos* y la *consciencia*. Si pretendemos dilucidar la consciencia, es necesario insistir en distinguir estos pasos intermedios.