

Rodríguez Valls, F., *¿Qué son las emociones?*, Sevilla: Senderos, 2022, 185 pp.

Recibido: 29 de septiembre de 2023

Aceptado: 2 de noviembre de 2023

DOI 10.24310/NATyLIB.2023.vi17.15479

El libro de Francisco Rodríguez Valls es una filosofía de la afectividad humana. Es necesario este último término, «humana», porque los animales también tienen cierta afectividad, pero distinta. El pensamiento clásico mostró que el rasgo más animal del ser humano son las sensaciones y la afectividad, mientras que el distintivo humano radica en la racionalidad. Sin embargo, Rodríguez Valls propone un ejercicio reflexivo nuevo. Una vuelta de tuerca más. ¿Y si los animales y los seres humanos nos diferenciásemos también en la afectividad? ¿Qué ocurre si hay afectividad propiamente humana? Para esto el libro traza la distinción clave: las emociones no son exactamente los sentimientos, como veremos más adelante.

Antes de adentrarnos en el contenido del libro, el autor de la reseña no se puede resistir a realizar un breve comentario personal: este libro, si lo consideramos bien, continúa con varios pensamientos expresados en *El sujeto emocional*. Lo considero su continuación y profundización. Dicho sea de paso, es un libro que se lee ágilmente por haberse escrito lentamente. Sin miedo afirmo que: si el Verbo se hizo carne, con Rodríguez Valls la claridad se hizo letra.

Entrando en el contenido, los temas escogidos para una filosofía de la afectividad son más que pertinente. Además, se los acompaña de dos anexos —los cuales por motivos de extensión no comentaremos aquí. En su primer capítulo se trata la relación entre cuerpo y emoción. La emoción vive en la corporalidad y nos sitúa hacia una expresión corporal. Esta expresión corporal refleja nuestro estado anímico. Sentir una emoción y expresar una emoción tienen simultaneidad entre sí. Como apunta Rodríguez Valls: «La

expresión no viene “después” de sentir, no es un asunto secundario y estético para dar a entender lo que se siente. Es lo que se siente (...). Sentir la emoción es adecuar el cuerpo a una acción, una y la otra son las caras de una misma moneda» (p. 37). En consecuencia, sin cuerpo no hay emociones. La emoción siempre está encarnada.

En el segundo capítulo entramos en una división crucial para todo el resto de la obra. Es la aclaración entre qué constituye una emoción y qué un sentimiento. Las emociones, como tal, forman parte de nuestra dotación biológica y de la de los animales. Estas tienen una función importante para la supervivencia. Pero en el ser humano la emotividad se eleva alcanzando el carácter de sentimiento. Los sentimientos son propiamente humanos: estos consisten en trascender —que no rechazar, ni suprimir— las emociones. El sentimiento es la emoción mediada por la conciencia. Igual que la emoción cumple un papel en la supervivencia, el sentimiento lo hace en el pensamiento práctico. Concretamente, gracias al sentimiento aparece una capacidad de decisión que se hace más patente y potente en el pensamiento práctico. Pues bien, el sentimiento se da en un nivel social y en uno individual. En el orden social el *hábito* es clave. Este se ejerce mediante la educación. Por ejemplo, «un niño humano está sometido a lo que se espera de él para que el entorno familiar siga existiendo: se le enseñará no a cómo sentir miedo sino ante qué sentirlo. El adulto es capaz de gestionar el sentimiento a través del hábito y de su esfuerzo consciente» (pp. 56-57). El capítulo cierra poniendo de alerta intelectual al lector: los valores occidentales, en nuestras sociedades, han tomado una deriva peligrosa que busca destruir a lo humano, volviéndolo patológico y deficiente frente a otras realidades que puedan llegar a superar los límites del propio ser humano. Frente a esto, Rodríguez Valls se pronuncia con la necesidad de humanizarnos. De tornarnos *humanos, aún más humanos*. El final del capítulo es impactante, pues es una apuesta del autor del libro. Ante los posibles futuros que superen a la existencia humana actual, Rodríguez Valls dice que «esa apuesta ocupará los próximos siglos y decidirá el sentido de los tiempos y de los seres humanos que tengan que venir tras ellos» (p. 60). Al leer el final de este capítulo,

el lector encontrará que la apuesta es *emocionante* —pues uno esboza cierta sonrisa— y la propuesta de *humanizar al humano* es jugosa y fresca. Sería genial profundizar en este punto, pero debemos continuar con la reseña, y de seguro que los lectores darán buena cuenta de ello.

En el capítulo tercero expone el paso hacia la formación de la afectividad. No es que controlemos lo que sentimos perfectamente, sino que también sentimentalmente orientamos la finalidad de nuestra existencia. Al sentir las emociones podemos dirigir las hacia *algo más* que la supervivencia. El ser humano las ennoblece sus emociones: la pasión indica una carencia, pero en la acción el ser humano dona la abundancia de su interior. El ser humano, podemos decir, que genera nuevas realidades. Así, comer no es nutrirse, sino celebrar el alimento. O la relación sexual no es solamente reproducirse, sino que expresa el amor, que se dona.

El cuarto capítulo se dedica a la educación de los sentimientos bajo el siguiente lema rompedor: «pensar que la voluntad es soberana en la vida de los hombres y que los seres humanos actúan conforme al deber como una regla universal es, huelga decirlo, una ingenuidad» (p. 85). El capítulo expresa que la educación de la dimensión afectiva humana es algo más que gestionar nuestras emociones. Gestionar emociones tiene que ver con la biología y la adaptación al medio. Pero el ser humano no solo se acomoda al medio, sino que el medio es acomodado a él a través de él. De ahí que la dimensión creativa del ser humano sea desbordante en muchas ocasiones pues «no se trata de adecuarse al medio sino de seguir creándolo en un ambiente tal que permita el crecimiento de muchos» (pp. 90-91). Como tal, el ser humano hereda un mundo afectivo, pero también genera uno. La afectividad no es una *sustancia* estática, sino que es más bien un sujeto fluido: «la cultura y los procesos culturales modulan la afectividad para adaptarla a su dinámica. La afectividad humana es algo vivo (...). Cambia para adecuarse a los requerimientos de la cultura y a los nuevos objetos que la cultura procura» (p. 100). En este proceso de cambio se injerta la técnica. Esta es la que aumenta las posibilidades humanas hacia el futuro (p. 101). Técnica es futuro, no presente. De hecho, Rodríguez Valls afirma, decir que construir-

mos aparatos que serán como nosotros —robots, por ejemplo— es lo mismo que afirmar que nuestros ingenieros en el futuro tendrán una imaginación muy limitada. A fin de cuentas, «¿para qué harán falta más seres “como” nosotros si con nosotros ya nos bastamos?» (p. 103).

El capítulo quinto toma la complejidad como acompañante y acompañado del ser humano. Podría decirse que su lema es la unidad de la diferencia emocionalmente. En primer lugar, se expone qué sea la empatía. Esta quiere decir que nos ponemos en el lugar del otro, descubriéndolo como alteridad. Esta se produce mediante lo que el cuerpo expresa y también mediante lo que verbaliza. Pero en la expresión corporal encontramos una sinceridad mayor. El cuerpo exterioriza nuestras emociones, por eso engañar con el cuerpo es más difícil que con palabras. Rodríguez Valls realiza una comparación con la amistad. La amistad ejecuta un movimiento de dentro hacia fuera, es decir, con nuestros amigos exteriorizamos nuestra intimidad, la comunicamos. Pero en la empatía el recorrido es el contrario: esta lleva a la manifestación de lo que ha sido expresado por el otro hacia nuestro interior. Con esto se llega en esta obra a otras nociones afectivas que son típicamente humanas. Estas son la angustia, la esperanza, la beatitud y la desesperación. Con estas nociones, Rodríguez Valls presenta un pulso a los existencialistas. No porque lo que digan sea falso, sino porque pueden comprenderse más caras del mismo dado. La angustia, desde Kierkegaard, es la noción privilegiada y mimada de los existencialistas. Esta nos pone frente a la finitud y, asimismo, «podría decirse que es la encarnación de un tipo de sujeto que se siente solo frente al mundo» (p. 121). De ahí que, según Sartre, el infierno sean los otros. En contraste, Rodríguez Valls plantea el reverso de esto. A mi juicio, su posición puede resumirse en aquellos versos de Benedetti que oran diciendo que «el que piensa que el infierno son los otros, se olvida que el paraíso no es uno mismo». Considero que esta es la posición del autor del libro, que en este punto también se torna cercano a la filosofía de la proximidad de Josep Maria Esquirol. Desde la órbita de Rodríguez Valls, aparece en contraposición al sujeto angustiado otro sujeto, que es el *sujeto esperanzado*, ese que «no se enfrenta a retos menores que el

angustiado, pero se sabe partícipe de una trama en la que la madurez propia consiste en cuidar y ser cuidado. Cuenta con la ayuda de otros» (p. 122). Esto nos lleva a dos maneras de afrontar la vida. Una es la del camino de la desesperación, que es la tristeza infernal que condena y desprecia a todos y a absolutamente todo por el fracaso propio. Es una manera de vivir ensombrecida. La otra es el camino de la beatitud, que es la «alegría que afirma el orden del mundo y agradece activamente el recorrido que ha hecho en la existencia» (p. 123). O si se prefiere, beatitud es cuando se intenta hacer que el resto crezca. Es el sano disfrutar de las posibilidades de las personas. Este capítulo es filosóficamente hermoso, y además, probablemente la propuesta más original de todas.

El último capítulo es una historia interdisciplinar acerca de las teorías de las emociones. Para ello, primero se establece los argumentos que han debilitado en el siglo XX las bases naturales del ser humano dando lugar a realistas y a constructivistas. Los realistas piensan que hay un trasfondo común de los seres humanos, teniendo así un punto de vista universalista. Los constructivistas niegan lo común de los seres humanos, esgrimiendo así un punto de vista más bien relativista. Lejos de desdeñar a ninguna postura, el autor propone mostrar que los argumentos de los constructivistas han tenido una función muy útil, en la que ha obligado a los realistas a esforzarse por ser más convincentes. Y los de los realistas han conseguido que los salgan de una postura dogmática, la cual los llevaba a ser contradictorios. Sobre las emociones y los sentimientos este debate ha tenido su revestimiento. El autor nos presta su ayuda presentando este debate. Termina de manera elegante: Rodríguez Valls realiza una llamada y un reclamo a una respuesta interdisciplinar y dialogante. En este diálogo, por supuesto, debemos aparecer también los filósofos, pues «la filosofía consiste en atender a esas nuevas realidades con espíritu emprendedor y pionero» (p. 143). Así cierra el libro: abriéndose al diálogo.



Andrés Ortigosa
ortigosaandres@gmail.com