

AFECTOS, SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

A pesar de la importancia que el concepto de afecto tiene para la teoría psicoanalítica, al parecer, no resulta demasiado necesario establecer mayores distinciones entre afectos, sentimientos y emociones. Según Strachey¹, Freud «*en general entendía por "afecto" más o menos lo mismo que por "sentimiento" o "emoción"*», y lo propio hacemos nosotros, herederos de sus ideas. Si bien es cierto que Luis Chiozza² considera que los sentimientos serían afectos que han sido atemperados mediante el pensamiento, por tratarse básicamente de una cuestión de «cantidad»³, esta distinción pierde cierta relevancia, ya que, en definitiva, consideramos que tanto afectos como sentimientos –quien más quien menos– son sensaciones actuales.

Mi intención hoy es explorar en qué medida los conceptos de *identidad de sensación* e *identidad de sentimiento* que formulé en 1999 (Chiozza, G., 1999a) pueden aportar nuevos argumentos para diferenciar afectos, sentimientos y emociones, a sabiendas de lo difícil que resulta cambiar el arraigado hábito de utilizar, en la práctica, estos términos como si fueran sinónimos.

Pensamiento y sentimiento:

Como sabemos, cuando las representaciones son investidas «a plena cantidad», la conciencia, en lugar de percibir lo que está presente en el mundo, alucina lo representado como si lo percibiera. Freud llamó a esto *identidad de percepción*, porque

¹ «Apéndice. Surgimiento de las hipótesis fundamentales en Freud», en Freud 1894a, pág. 66.

² Aunque no puedo hacer aquí un examen detallado de la cuestión, esta idea aparece ya esbozada –con algunas diferencias– en «Apuntes sobre metapsicología» (1972a, págs. 172-3) en la que el autor distingue entre «afectos primarios» (son inconcientes y se descargan a plena cantidad siguiendo el modo de funcionamiento «primario» del aparato psíquico) y «afectos secundarios» (son los *afectos propiamente dichos o sentimientos* –atemperados y «cualificados» por la conciencia–, que integran junto con las ideas las representaciones preconcientes). En 1975 añade que la atemperación posibilita la nominación del afecto (Chiozza, 1975a [1974]). Mientras que la idea de que los sentimientos sean los afectos «propiamente dichos», no vuelve a aparecer, el concepto de «afecto secundario», para Chiozza y colaboradores (1991d [1990], pág. 63; 1993i [1992]), pasa a designar tanto al «afecto atemperado» como al «afecto sustitutivo» que contrainvierte al afecto reprimido.

³ «Lo único que diferencia a los primeros [afectos primarios] de los segundos [secundarios] es la intensidad de esta descarga y, por lo tanto, la menor posibilidad de la elaboración cualitativa» (Chiozza, 1972a, pág. 173).

lo que la conciencia percibe en la alucinación resulta *idéntico* a la representación –ya que es a ella a quien percibe–.

Para poder percibir adecuadamente es necesario poder «controlar» la investidura del deseo («aguantarse las ganas»), de modo que las representaciones puedan aparecer en la conciencia en calidad de tales, es decir, como algo que no está presente, sino ausente y re-presentado. La conciencia, entonces, puede establecer una identidad «parcial» entre lo que percibe, presente, y lo que se representa, ausente. Si el sujeto *piensa* que lo que «encontró» se parece a lo que «buscaba» lo bastante como para satisfacer el deseo (que origina la investidura de la representación), entonces da paso a la acción. «*A falta de pan, buenas son las tortas*», dice el refrán. A esta identidad «parcial pero suficiente» –entre el «pan» y las «tortas»–, establecida mediante el pensamiento –el refrán–, Freud la llamó *identidad de pensamiento*.

La posibilidad de controlar «la cantidad» con la que el deseo inviste la representación es un aprendizaje gradual que de a poco va sustituyendo la identidad de percepción por la de pensamiento. Hilando un poco más fino, entonces, podemos decir que el pensamiento intenta distinguir cuánto de lo percibido es real, y cuánto es mera fantasía, expresión directa de los deseos. De este modo la identidad de pensamiento posibilita el ejercicio adecuado de la percepción; lo que Freud llamaba *examen de realidad*.

Si damos por válido que el pensamiento es a la percepción como el sentimiento es a la sensación (Chiozza, G., 1999a), «a primera vista» surgen dos conclusiones importantes en cuanto al tema que nos ocupa. La primera es que la diferencia entre sentimientos y afectos ya no es solo de «cantidad», sino más bien de cualidad. Si los pensamientos, por ser a pequeña cantidad, en lugar de registrarse en la conciencia como presentes, se registran como *ausentes* (son *representaciones*), entonces los sentimientos, a pequeña cantidad, ya no podemos considerarlos sensaciones actuales sino *latentes*; es decir, no son sensaciones sino *re-actualizaciones*. La conclusión, entonces, es que los sentimientos *no son* afectos sino *recuerdos* de afectos.

La segunda conclusión es que lo que atempera al afecto hasta convertirlo en un sentimiento ya no es el pensamiento sino, justamente, lo que llamamos *identidad de sentimiento*; es decir, un tipo de procesamiento de las sensaciones y las reactualizaciones análogo al procesamiento que el pensamiento lleva a cabo con las percepciones y representaciones. Transformar una identidad de sensación inicial, en una identidad de sentimiento –sustrayendo investidura; atemperando– es también un aprendizaje gradual que posibilita el *examen de actualidad*. Nos permite distinguir cuánto de lo que sentimos es verdaderamente «actual» y cuánto una reactualización de vivencias pasadas, mera repetición por transferencia.

Sin embargo, sin desmerecer la validez y utilidad de estas distinciones, una reflexión más atenta nos lleva a unir, de nuevo, lo que acabamos de separar. En efecto, la separación entre percepciones y sensaciones –enriquecedora en muchos aspectos–, es sobre todo conceptual. Cuando la investidura es plena, en todo fenómeno alucinatorio

participa también una cierta cuota de *identidad de sensación*. Del mismo modo, en toda «transferencia masiva» siempre participa, como *identidad de percepción*, algún grado de alteración del juicio de realidad.

Tampoco el pensamiento puede marchar separado del sentimiento por mucho trecho. Esa «pequeña cantidad de investidura» que permite al pensamiento sopesar percepciones y representaciones en su «justa importancia» no es otra cosa que *identidad de sentimiento*. Y también, en concordancia con lo planteado por Chiozza (1972a), lo que «atempera» al deseo rebajando su investidura, a la espera de la oportunidad propicia, no es otra cosa que *identidad de pensamiento*. El sentimiento, entonces, es una «expresión condensada» de un *pensamiento*⁴ acerca de las sensaciones que nos afectan.

Movimiento y emoción:

Otra línea de ideas nos presenta al pensamiento como pequeñas investiduras de movimiento; como un «ensayo» de acción, a pequeña cantidad. Así la polaridad pensamiento-acción nos ilumina la polaridad pensamiento-percepción recién tratada. Queda claro que si el pensamiento se contrapone tanto a la acción como a la percepción, es porque la percepción es también una acción: «el acto de percibir».

A diferencia de las sensaciones que son experiencias «pasivas» que nos suceden sin que nada hagamos, percibir es un proceso «activo»; es una acción que surge, secundariamente a la sensación y en respuesta a ella. Para Freud, la percepción nace de la necesidad de conocer el mundo con el propósito de evitar las sensaciones displacenteras que provienen de él, o para encontrar en él la posibilidad de satisfacer las necesidades que provienen del «cuerpo propio» (Freud, 1920g)⁵.

La sensación actual que proviene de algo ajeno a la conciencia –*ello*, que es tanto mundo como cuerpo– nos *afecta* empujándonos al «movimiento». No podemos permanecer «quietos»; tenemos que «movernos» para resolver la sensación: percibir, primero, y actuar en consecuencia, después. La sensación actual, entonces, nos *afecta* porque nos «mueve-con» ella; es decir, nos *conmueve*; nos *e-mociona*⁶.

⁴ Volveremos sobre esto más adelante.

⁵ «Para el organismo vivo, la tarea de protegerse contra los estímulos es casi más importante que la de recibirlos [...] La recepción de estímulos sirve sobre todo al propósito de averiguar la orientación y la índole de los estímulos exteriores y para ello debe bastar con tomar pequeñas muestras del mundo exterior, probarlo en cantidades pequeñas. [...] Nos referimos a los órganos sensoriales [...] quizás se los podría comparar con unas antenas que tantearan el mundo exterior y se retiraran de él cada vez» (Freud, 1920g, págs. 27-8).

⁶ «La palabra “emoción” proviene del francés *emouvoir*, que significa “conmover”, “emocionar” (Corominas, 1983). Está formada por *motion*, “mover”, “poner en movimiento”, y por la partícula *e-* que, según Skeat (1972), quiere decir *out*, que significa “fuera”, “sin participación en”, y much, equivalente a “mucho”. De allí que el término “emoción” puede aludir, como señalan Pribram y

Podemos pensar, entonces, que llamamos «afecto» al aspecto más básico de las sensaciones actuales; lo que de ellas nos afecta. En cambio, lo que llamamos «emoción» es un producto más elaborado que contiene una «cierta representación perceptiva» del origen corporal de las sensaciones que nos afectan y que nos permite reconocer al conjunto como una determinada *emoción*. Se trataría, entonces, de ese producto mixto⁷, entre sensación y percepción, que llamamos *sensaciones somáticas* (Chiozza,1998m).

Estas «representaciones corporales», que hacen del afecto una emoción, son el resultado de las acciones vegetativas que «mueven» el propio cuerpo durante la descarga afectiva. Son por lo tanto «esquemas de acción» filogenéticos (Chiozza, G., 2000a [1999]). El sentimiento, entonces, sería como un «pensamiento filogenético», condensado y heredado, en el cual las «acciones» del afecto, suceden a pequeña cantidad; atemperadas.

Aunque en materia de afectos el lenguaje siempre parece insuficiente, nos inclinamos a hablar de «emociones» cuando, independientemente de la intensidad con que se presentan, podemos identificar claramente un «origen corporal» para lo que sentimos. Hablamos, entonces, de emociones como el miedo, el enojo o la angustia porque en ellas las «sensaciones somáticas» que las acompañan nos resultan claramente identificables. A otros afectos –como por ejemplo, la impropiedad o la impertinencia–, nos cuesta darles la categoría de «emociones» porque en ellos no acertamos a identificar el «componente vegetativo» de la vivencia; su origen «somático». Los reconocemos como sensaciones típicas, pero no como «sensaciones somáticas» típicas.

En síntesis, la palabra «afecto» parece describir *qué* nos hacen las sensaciones: nos *afectan*. La palabra «emoción», en cambio, describe *cómo* lo hacen: *conmoviéndonos*; es decir, «moviéndonos» de determinada manera, determinadas partes del cuerpo. Según lo que planteo, la palabra «sentimiento» describiría el «recuerdo» de lo que las sensaciones *nos hicieron* o lo que «pensamos» que *podrían hacernos*.

Acción y afecto:

Hay un aspecto importante que diferencia a pensamientos y sentimientos. En tanto el pensamiento –a pequeña cantidad– es acción, podemos a voluntad decidir «pensar» o

Melges (1969), a estar fuera del movimiento que implica una acción sobre el mundo exterior, o puede referirse al movimiento afectivo que, como conmoción neurovegetativa, recae sobre el yo.» (Chiozza y colab., 1993i [1992], pág. 39).

⁷ Sostiene Chiozza que «es indudablemente lícito otorgarle a la sensación somática el carácter de formación mixta secundaria (que se constituye combinando sensación con percepción)....» (1998m, pág. 33)

no hacerlo; en cambio, las sensaciones nos suceden pasivamente y no dependen de la voluntad. No es tan sencillo experimentar a voluntad sensaciones –incluso a pequeña cantidad–. Re-actualizar las sensaciones pasadas parece requerir de la posibilidad de representar.

Tampoco el pensamiento es eficaz si está demasiado separado del sentimiento. ¿De qué nos serviría ponernos a pensar qué hacer si no podemos saber, previamente, cómo nos harán *sentir* cada una de las acciones que ensayamos mentalmente? Si lo que nos «mueve» a actuar es una *emoción* que nos *afecta*, para que el pensamiento, anticipadamente, pueda «pre-ver» el resultado de la acción conjeturada, re-presentándolo, al mismo tiempo, tiene que poder «pre-sentir» sus efectos, re-actualizándolos; *presentir* si lo que «pensamos hacer» provocará la satisfacción buscada⁸; si cancelará el displacer o lo aumentará... Como dijimos, pensamiento y sentimiento son difíciles de separar.

Si pensamiento y sentimiento se implican mutuamente, comprendemos que, cuando pensamos, cada uno de los ensayos tentativos de acción, a pequeña cantidad «mueven» al propio yo⁹ generando, a su vez, a pequeña cantidad, sensaciones... Mejor dicho, *recuerdos de sensaciones*, que la conciencia evoca como reactualizaciones latentes. Mientras la acción no se ejecute a plena cantidad, estas sensaciones presentidas permanecerán latentes; es decir, como sentimiento y no como afecto.

Entonces podemos concluir que, así como el pensamiento es un ensayo de acción, el sentimiento es un «ensayo de afecto». Así como la re-presentación ayuda a re-conocer lo presente, la re-actualización –el sentimiento–, ayuda a re-conocer lo que actualmente sentimos –el afecto–. Como tal, el *sentimiento*, desde «lo» *sentido* en el pasado, aporta «el» *sentido* a lo pensado; es decir, esa «pequeña cuota de afecto» necesaria para poder sopesar, de cada idea, su importancia¹⁰.

BIBLIOGRAFÍA

CHIOZZA, Gustavo, 1999a

“Acerca de las relaciones entre presencia, ausencia, actualidad y latencia”, Fundación Luis Chiozza, Bs. As., diciembre de 1999.

⁸ Cuando, «a falta de pan», *pensamos* de «las tortas» que son «buenas», es porque, antes de comerlas, *presentimos* que servirán para calmar el hambre. Sabemos que son «buenas» porque reactualizamos la «sensación de satisfacción del hambre» experimentada en el pasado.

⁹ Dado que las representaciones-palabra contienen las imágenes de movimiento del acto de pronunciarlas, en 1993 propusimos que pensar en palabras es, a pequeña cantidad, pronunciarlas y, por lo tanto, también a pequeña cantidad, oír las (Chiozza, G., y colab. 1993d).

¹⁰ En el refrán que analizamos, «buenas» –como para calmar el hambre– es, entonces, el *sentimiento* que aporta «la pequeña cuota de afecto» que le da *sentido* al pensamiento que la frase condensa.

CHIOZZA, Gustavo, 2000a [1999]
“El afecto como símbolo de la acción”, Simposio 2000, Fundación Luis Chiozza, Bs. As., 2000.

CHIOZZA, Gustavo y colab., 1993d
“Aproximaciones a los significados inconcientes de la audición”, Gustavo Chiozza, Norma Gavechesky e Inés Karamanian, Fundación Luis Chiozza, Bs. As., septiembre de 1993.

CHIOZZA, Luis, 1972a
“Apuntes sobre metapsicología”, en *Obras completas*, Tomo III, Libros del Zorzal, Bs. As., 2008.

CHIOZZA, Luis, 1975a [1974]
“Cuerpo, afecto y lenguaje”, en *Obras completas*, Tomo III, Libros del Zorzal, Bs. As., 2008.

CHIOZZA, Luis, 1998m
“Acerca de la relación entre sensación somática y afecto”, en *Obras completas*, Tomo VII, Libros del Zorzal, Bs. As., 2008.

CHIOZZA, Luis y colab., 1991d [1990]
“Cefaleas vasculares y accidentes cerebrovasculares”, Luis Chiozza, Sergio Aizenberg y Dorrit Busch, en *Obras completas*, Tomo XI, Libros del Zorzal, Bs. As., 2008.

CHIOZZA, Luis y colab., 1993i [1992]
“Una introducción al estudio de las claves de inervación de los afectos”, Luis Chiozza, Luis Barbero, Liliana Casali y Roberto Salzman, en *Obras completas*, Tomo VI, Libros del Zorzal, Bs. As., 2008.

Freud, Sigmund, 1894a
“Las neuropsicosis de defensa”, en *Freud obras completas*, Amorrortu editores, Buenos Aires, 1976.

Freud, Sigmund, 1920g
Más allá del principio del placer, en *Freud obras completas*, Amorrortu editores, Buenos Aires, 1976.