

Thémata. Revista de Filosofía. Número 43, 2010

AUTORREGULACIÓN Y LIBERTAD

Teresa Bejarano. Universidad de Sevilla

Resumen. Tras reconocer el valor, pero también la insuficiencia, de los estudios sobre autorregulación (centrados en la recompensa demorada, o en el sociómetro o sistema que reacciona a indicios de rechazo real o posible), nos preguntamos cómo es posible la libertad humana. Asumiendo que la libertad tendría que actuar en contra de la motivación que más fuerte haya sido justo en el momento anterior, tenemos que ver, primero, de dónde podrá venir la motivación nueva, y, segundo, cómo esa motivación nueva podrá alcanzar la suficiente fuerza. Nuestra sugerencia es la de enfocar la evocación del futuro y la captación de la interioridad radicalmente ajena, y más en particular la relación que esas capacidades exclusivamente humanas guardan con la línea de contenidos mentales que compartimos con los animales.

Abstract. Having admitted the value, but also the insufficiency, of self-regulation literature (focused on the delay of gratification, or on the sociometer or psychological system which detects signs of real or potential rejection), we wonder how is human freedom possible. Assuming that freedom would have to act against the motivation which has been strongest in the very previous moment, we would have to see, firstly, where would the new motivation come from, and, secondly, how that new motivation could reach enough power. Our suggestion is to focus on foresight in mental time travel and the grasping of radically alien self, and more in particular the relationship which those exclusively human abilities present in connection with the line of mental contents which we share with animals.

Introducción

Aunque los datos y experimentos de la Psicología no están en condiciones ni siquiera de abordar el problema de cómo es posible la libertad humana, con todo, creo que es conveniente que atendamos a algunos de ellos. En la Primera Parte, revisamos la autorregulación implicada por la tarea de la recompensa demorada (1. 1), y a continuación, la tesis llamada del sociómetro o sistema psicológico que detecta indicios de rechazo real o posible y motiva a la persona a comportarse de modo que minimice la probabilidad de rechazo (1. 2).

Tras reconocer el valor, pero también la insuficiencia, de esos estudios (2. 1), pasamos a centrarnos en el problema nuclear (2. 2). Habiendo descrito los dos requisitos añadidos que endurecen mi formulación del problema (a saber, el rechazo de todo dualismo, y el rechazo de la necesidad de constructos intelectuales sofisticados), y asumiendo que la verdadera libertad, para serlo, tendría que actuar en contra de la motivación que más fuerte haya sido en el momento inmediatamente anterior, nos preguntamos, primero, de dónde podrá venir la motivación nueva, y, segundo, cómo esa motivación nueva podrá alcanzar la suficiente fuerza. Respecto al primer punto, yo señalaría (2. 3) como fuentes tanto la evocación del pasado y, sobre todo, del futuro, como igualmente la captación de la interioridad radicalmente ajena (que serían, sugiero, capacidades exclusivamente humanas). En 2. 4, reviso de nuevo la propuesta del sociómetro, sus aciertos y también su definitiva incapacidad para ofrecer una solución.

Respecto a la segunda y verdaderamente importante cuestión, voy, como paso previo, a proponer (2. 5, 2. 6 y 2. 7) que (gracias al habla interior) los actos de dirigir la propia atención son en el ser humano muy baratos, o, dicho de otra forma, que la fuerza motivadora que necesitan es excepcionalmente baja. Pero eso no soluciona nuestro problema. En general, la atención a una meta se limita a informar de la fuerza que a esa meta le corresponde.

Para vislumbrar aunque sea remotamente una respuesta, nos fijaremos en los contenidos de la segunda línea mental, o sea, los que versan sobre la interioridad ajena o sobre el futuro lejano (2. 8). Por un lado, se nos aparecen como objetivamente iguales a sus homólogos de la primera línea mental: la interioridad ajena es tan real como la mía, y el futuro lejano es tan importante como el momento presente. Por el otro lado, desde el punto de vista emocional, la segunda línea mental es débil, frágil y completamente inferior a la primera línea. Esta contradicción es intrínseca a la mente dotada de las dos líneas. Dicho de otro modo, en el ser humano la relación de fuerza (u ordenamiento jerárquico) entre dos metas puede ser diferente en el plano emocional que en el plano del conocimiento. Así pues, hay dos criterios entre los que el sujeto ha de elegir. No se trata de que el sujeto escoja la meta menos fuerte -eso sería imposible. Se trata de que escoja uno de los dos dictámenes opuestos sobre cuál es la meta más fuerte.

Primera parte: la psicología de la autorregulación del afecto

La Psicología que estudia la capacidad de regular la propia atención y afectos no está en condiciones de solucionar, ni siquiera de abordar, el problema de cómo es posible la libertad humana. Eso está muy claro. Pero, con todo, creo que es conveniente que quienes nos interesamos por la filosofía atendamos a esos estudios.

1) El paradigma experimental de la recompensa demorada

Hay un paradigma experimental que, surgido en el conductismo, lleva medio siglo dando frutos. Se da a los sujetos la opción de escoger entre una recompensa muy valorada, que sólo se podrá obtener tras un tiempo de espera, y otra mucho menos atractiva, pero que se puede conseguir de inmediato. El tiempo de demora era una espera pasiva en los primeros experimentos. Después, hubo una innovación en el paradigma: se les pedía a los sujetos que trabajaran intensamente durante la espera. ¿Cuánto tiempo aguantan los sujetos?: ésta es siempre la cuestión clave. A los cuatro años los niños ya se hacen capaces de soportar alguna demora, y a partir de ahí se observa un incremento que correlaciona con la edad. Pero las diferencias individuales son marcadísimas en todo este tipo de experimentos, y se ha mostrado que predicen de una forma muy exacta muchos hechos de la vida posterior de los sujetos, como los resultados en los estudios, el consumo o no de drogas o el éxito profesional. El resumen de todo esto podemos verlo en Mischell, 2004.¹ En Ainslie, 2005, se formula de un modo más preciso el frecuente cambio de preferencias: “La tendencia básica, tanto en humanos como en animales, es la de preferir recompensas menores a las mayores durante un pequeño intervalo de tiempo, concretamente en el momento en que la recompensa pequeña es accesible inmediatamente”. Esta tendencia, que en Ainslie, 2005, se formula en una curva hiperbólica sobre las coordenadas de valor y tiem-

¹ Este trabajo está incluido en Baumeister & Vohs (eds.), *Handbook of Self-regulation*. De ese libro voy a comentar cuatro trabajos y a aludir de pasada a algunos más. Pero tendré que pasar por alto puntos que me resultaron interesantes. Mencionaré tres. Uno, el de que el esfuerzo para ahuyentar un pensamiento es contraproducente (Wegner, 1992) a menos que el sujeto encuentre otro pensamiento sobre el que pueda reenfocar su atención y afecto (Mischell & Ayduk, 2004); otro, el de que los abandonos de una sana conducta largamente mantenida se dan a menudo (Rothman *et al.*, 2004), “ya sea por el arriba mencionado agotamiento del ego, ya sea por la intensificación del deseo”; otro aún, el derrumbamiento de la teoría, tan querida para el psicoanálisis, de la catarsis (o sea, las bondades del desahogo) de sentimientos negativos (Larsen & Prizmic, 2004).

po, yo la glosaría como la entrada en acción de las affordances (o invitaciones a actuar) suscitadas por el objeto. La influencia de estas affordances viene a sumarse a la intensidad del deseo que se sentía ya antes, cuando el objeto no era todavía inminente.

Lo primero que debemos subrayar es que esta ‘fuerza de voluntad’ (como la llaman muchos de los autores que trabajan en esta corriente) no tiene por qué asimilarse a la libertad moral entendida en sentido estricto. La capacidad de persistencia hacia una meta puede ponerse al servicio de un deseo moralmente neutro -pensemos en quien se sacrifica extraordinariamente por comprarse un lujoso coche- o incluso perverso -como el de quien se prepara esforzadamente durante años para masacrar a los que en algún tiempo le llevaron la contraria. Es muy verdad, pues, que hay que mantener bien separados esos dos dominios, el de la fuerza de voluntad y el de la moral. De hecho, los ejemplos de vida real que la mayoría de los estudiosos de la autorregulación escogen se refieren a asuntos como la fidelidad o no a los propósitos de adelgazar y la consecuente tentación de los helados o bombones.² O sea, las opciones más estrictamente morales son raramente aludidas. Con todo, no es descabellado pensar que algunos procesos o estrategias puedan ser comunes a aquellos dos dominios.

Mischell, el autor quizá con más larga trayectoria en este campo, ofrece una formulación atractiva. “Es al enfocar el conocimiento como los sujetos se hacen capaces de aumentar su aguante y de superar, por tanto, el impulso primario hacia la satisfacción inmediata”. Este foco sobre el conocimiento lo contraponen Mischell & Metcalfe, 1999 a un sistema caliente, afectivo y pasional.³ Frente a este sistema caliente, que es el único en activo en niños y animales, el ‘sistema cognitivo’ es considerado por estos autores como frío, o, más precisamente, como “un sistema que representa los aspectos informativos, cognitivos y espaciales de los estímulos, y que por eso puede atenuar el sistema caliente y formar un agudo contraste con los efectos de enfrentarse a la tentación”. Este énfasis sobre el conocimiento me parece, repito, acertado.

Sin embargo, creo que hay que matizar la cualidad de fría y desapa-

² Sin embargo, en el *Handbook of Self-Regulation*, 2004, hay una contribución sobre auto-control y crimen -Hirschi, 2004 (Este artículo, aunque hace méritos para ser calificado de tortuoso -se demora en contar todos los fuertes cambios de teoría del autor a lo largo de su dilatada carrera-, es muy interesante: me referiré a él más tarde).

³ La segunda autora, Janet Metcalfe, se ha especializado después en conciencia autorreflexiva y en metamemoria. No puede haber una señal más evidente de cómo este punto de la ‘recompensa demorada’ ha llegado a conectar con el cognitivismo, a pesar de haberse originado en el conductismo.

sionada con la que Mischell & Metcalfe caracterizan la atención a la meta demorada. La meta por la que se aguanta la demora o el trabajo intenso ha de llegar a ser objeto de un deseo fuerte (además, claro está, de ser algo en lo que el sujeto confíe plenamente: cf. Mischell, 2004). Ese deseo ha de llegar al final a ser caliente y apasionado, por decirlo con los términos que reserva Mischell para el otro sistema⁴. La diferencia no estriba en la presencia o ausencia final de deseos fuertes, sino en que el deseo de la meta demorada apunta a una escena evocada y no a un objeto sobre el que se pueda inmediatamente actuar. Las acciones a las que los objetos reales invitan, o sea, las affordances de esos objetos, serían la clave del sistema primario. En cambio, en el sistema que da lugar al aguante en la demora (o, dicho de otro modo, a la autorregulación), la escena futura simbólicamente evocada es el elemento crucial. Esto encaja con unos ya antiguos datos experimentales que al principio sorprendieron a los estudiosos. Se ponía a la vista de los sujetos durante la espera la recompensa: en algunos casos, la recompensa demorada, en otros la inmediata, y en otros aún, las dos. Pues bien, frente a lo que esperaban los experimentadores, el tiempo de aguante disminuyó incluso cuando era sólo la recompensa demorada la visible. ¿Por qué ello era así? Pues porque el objeto real invita a la acción inmediata, mientras que es sólo el objeto simbólicamente evocado el que la mente puede colocar en la escena futura.⁵

Pero debo aclarar mejor por qué, a pesar de mis reparos de detalle, el énfasis sobre el conocimiento sería, en mi opinión, una estrategia acertada. ¿Cuál es la clave de que sólo los seres humanos y sólo a partir de una determinada edad sean capaces de la autorregulación implicada por la tarea de la recompensa demorada? A mi parecer, esa clave estriba en que sólo los humanos son capaces de enfocar escenas futuras (versus el mero tener expectativas o, dicho de otra forma, vacíos bien perfilados que claman por ser rellenados). Cuando hay confianza (la confianza que subrayan todos los estudiosos acerca de la meta demorada⁶), la escena futura cuenta como una realidad cognoscible por el sujeto (Aquí vendría conectar con la bibliografía acerca del ‘mental time travel’, capacidad que Suddendorf y Corballis, 2007 están defendiendo como exclusi-

4 En realidad, en las páginas finales del trabajo citado, Mischel parece decantarse por la postura que acabo de manifestar. “Para resistir la demora, los sujetos del test han de reforzar su motivación por la meta demorada” (p. 114). “Sería una mala interpretación pensar que la búsqueda adaptativa de meta es potenciada por el derrumbamiento del sistema caliente” (p. 122).

5 De ahí se podría derivar un punto interesante. La capacidad de aguante de la demora se potenciará cuando la meta demorada consista ante todo en un don o regalo. Los dones gratuitos no se pueden alcanzar con las propias fuerzas.

6 Carver, 2005, p. 30: “confidence”; Mischel & Ozlem, 2005, p. 105: “trust”.

vamente humana). Igualmente, la interioridad radicalmente ajena (o, más precisamente, una interioridad con la cual el sujeto pueda interactuar) es un ámbito de la realidad cognoscible por los humanos, y no en cambio por los chimpancés (Bejarano, en prensa). Los seres humanos saben que es verdad que el prójimo está ahí y que las necesidades o intereses de éste son tan reales como los suyos propios. Así pues, es la captación de nuevos niveles de realidad -la ampliación de las capacidades cognitivas, en suma- lo que daría lugar al sistema humano que autorregula la atención, y, como consecuencia, también el afecto y la conducta.

Relacionada con el paradigma de la recompensa demorada, hay dentro del libro editado por Baumeister & Vohs una contribución que nos puede resultar interesante. Baumeister (ver Schmeichel & Baumeister, 2004) es el especialista en la cuestión llamada del agotamiento del ego (“ego depletion”). Los recursos autorregulatorios se debilitan temporalmente -se gastan- cuando se ejercen, y por eso a continuación de una tarea costosa desde el punto de vista de la autorregulación le sobreviene normalmente al sujeto un periodo de fatiga o relajación en el que sus resultados autorregulatorios empeoran. A mí este punto me parece enormemente realista y sensato. “La fuerza de voluntad puede muy a menudo erguirse triunfante durante cierto tiempo hasta que al final el sujeto se dice: ‘Ya está bien. Se acabó.’” (Carver, 2004). Recuerdo en relación con esto una línea de la Encíclica *Deus caritas est*: “El hombre no puede vivir exclusivamente del amor oblativo. No podrá dar siempre y continuamente a menos que también reciba. Quien quiere dar amor debe a su vez recibirlo como don”. Schmeichel & Baumeister, 2004 mencionan como medidas de restauración de la fuerza del ego el sueño y las experiencias emocionales positivas.

2) El sociómetro

Quiero referirme a la cuestión llamada del “Sociometer”, cuyo principal patrocinador es Leary (2004).⁷ Quizá sea éste el autor que más controvertido resulte. A pesar de todo, a mí me ha interesado mucho su propuesta. ¿En qué consiste el sociómetro? “A causa de las cruciales ventajas adaptativas de pertenecer a un grupo, los seres humanos han desarrollado un sistema psicológico que detecta indicios de rechazo real o posible, evoca sentimientos que alertan al individuo de la amenaza de

⁷ Baumeister está muy cercano a estas propuestas. Ver Baumeister & Leary, 1995, y Baumeister, 2005 (pp. 44-45, y todo el capítulo 6).

rechazo y motiva a la persona a comportarse de modo que minimice la probabilidad de rechazo y favorezca la aceptación (Lo que estamos llamando coloquialmente ‘rechazo’ y ‘aceptación’ son realmente los puntos extremos en un continuum de ‘valor relacional’; por eso, es mejor hablar del grado en el que los otros miran sus relaciones con el individuo como valiosas o importantes).” Leary menciona “el ‘fenómeno de la reunión de cóctel’, por el que una persona, en medio de una mezcla ininteligible de muchas conversaciones es capaz de oír su nombre, lo cual le lleva a preguntarse, o a preguntar abiertamente, qué se está diciendo acerca de él.” Además, “es un hecho -continúa- que la gente gasta bastante tiempo pensando cómo los otros los perciben y evalúan.”

Pasa después Leary a comparar el sociómetro humano con los sistemas que otros animales poseen. Ciertamente muchas especies sociales, y entre ellas, la mayoría de las especies de primates han desarrollado sistemas que permiten al individuo regular las interacciones con los demás individuos de su grupo o subgrupo (y reaccionar adecuadamente, en definitiva) respecto a dominancia-subordinación o también inclusión-exclusión. Sin embargo, la diferencia estriba en que el sociómetro humano no sólo atiende a expresiones faciales o gestos, sino que depende de la capacidad -exclusivamente humana- de imaginar cómo uno mismo está siendo percibido y evaluado por los otros.

Esta atención permanente al juicio de los otros sería, según Leary, el verdadero núcleo de la llamada autoestima. Las variadas conductas que han sido atribuidas a los esfuerzos de la gente para mantener su propia autoestima reflejan sus esfuerzos para mantener valor relacional en los ojos de los otros. El ‘valor relacional’ es la verdadera causa y el fundamento explicativo de los sentimientos de sentirse bien o mal respecto a uno mismo. “La autoestima no es sino el indicador interno, subjetivo que calibra el éxito en la tarea de mantener al alza el valor relacional”. Es verdad que hay situaciones -reconoce Leary- en que la gente, tras haber realizado acciones buenas o malas, se siente bien o mal acerca de ellos mismos a pesar de que tales acciones no las ha visto nadie. Pero eso no invalida la propuesta. “El sociómetro es un mecanismo regulador, y por tanto no puede permitirse esperar a que una amenaza sea inminente, sino que ha de advertir de antemano de las posibilidades de un descenso en el valor relacional.” Como se ve, todo esto choca frontalmente con las ideas de autonomía moral.

A favor de Leary se pueden alinear indudablemente varios indicios. Los orígenes tanto en la evolución como en el niño resultan convincentemente conectables con su propuesta. Frente a eso, la autónoma autoes-

tima se nos aparece como una sofisticación tardía. Además, la circunscripción al grupo, que es característica de las etapas históricas tempranas, avanzaría progresivamente hacia una visión más universal; y así, al enfocar sobre ese grupo que es la Humanidad, los dictámenes del sociómetro empiezan a acercarse a la moral avanzada. Además, y sobre todo, la preocupación por el juicio de los demás puede proyectarse a los siglos venideros y convertirse en el esfuerzo en pro de la 'fama' (recordemos la descripción de la fama en Jorge Manrique). La idea de Leary, su énfasis en la importancia que para el individuo tiene el ser aceptado y querido, podría incluso encajar con las creencias religiosas. El recibir el amor de Dios, el abrazo del Padre, es el anhelo último, la meta más importante del verdadero creyente.

Pero ¿no se reduce todo entonces a un 'do ut des', a lo que se viene llamando 'altruísmo recíproco'? ¿No ha desaparecido así la objetividad de las normas morales? ¿No habremos perdido la idea de la verdadera libertad moral cuando nos hemos dejado seducir por la cercanía que el sociómetro tiene con los orígenes, con la evolución y el niño? Ante todas esas objeciones, habría que aferrarse a la idea de que el sociómetro humano se basa en la capacidad exclusivamente humana de captar la interioridad radicalmente ajena, o sea, la interioridad de quien me mira o se comunica conmigo. Este tener en cuenta las necesidades y los sentimientos ajenos es, después de todo, captar una realidad que es objetiva -tan objetiva como la que más- y suficiente para sostener la moral más elevada. Y, por otro lado, para que alguien llegue a querernos, un medio eficaz es sin duda el que él note que nosotros estamos compartiendo sus deseos y alegrías.

Ciertamente el buscar a toda costa la propia integración en el grupo, el esforzarse por no desentonar, puede ser una actitud nada recomendable. Por ese camino se puede acallar la verdad y tolerar la injusticia. Esos peligros son muy reales. Sin embargo, si tomamos el sociómetro, no como una medida del estado de opinión generalizado y anónimo del grupo, sino como una preocupación tendente a que cada persona concreta pueda sentirse cercana a mí, entonces esa propuesta viene a coincidir con la moral más exigente y objetiva que se pueda concebir.

Lo que se ha perdido, eso sí, es el prestigio de la autonomía moral, la autosuficiencia adulta que toma como criterio la propia autoestima. Con la nueva propuesta aparecemos más dependientes, más vulnerables y frágiles. ¿Es horrible ese resultado? En mi opinión, no lo es en absoluto. Somos realmente así de débiles y necesitados, necesitamos que los demás nos quieran, nunca acabamos de alejarnos de lo que fuimos de niños, y

sin embargo, aun a pesar de todo eso, somos capaces de verdadera libertad.

El temor de que nos rechacen, y a la inversa, la esperada recompensa de una buena y amorosa acogida, cuentan para conformar nuestra conducta. En eso yo estoy de acuerdo con Leary. Pero ¿bastan esos estímulos para explicar toda la conducta moral? ¿Son lo suficientemente fuertes? De momento dejemos esta interrogación y sigamos.

El artículo que en el Handbook se dedica a ‘Autocontrol y crimen’ - Hirschi, 2004- acaba proponiendo algo parecido a Leary. El autocontrol, que correlaciona negativamente con las acciones delictivas, es la tendencia a considerar la entera gama de costes potenciales de un acto particular. Mientras que en otros autores, se pone el acento sólo en las implicaciones a largo plazo, aquí se insiste en que sean las más amplias que sea posible considerar y que a menudo serán contemporáneas al acto. Se recoge así tanto el peso de los vínculos (attachments) con otras personas, como el de los proyectos del individuo para su propio futuro (Ya hemos visto varias veces esas dos dimensiones del autocontrol). En definitiva, como Hirschi subraya, la vertiente más importante del autocontrol se identifica prácticamente con el control social, que en una obra anterior él ya había analizado como compuesto de vínculos, proyectos y creencias.

Segunda parte: la cuestión filosófica de la libertad

1) ¿Qué hay acerca de la autodeterminación en los estudios antes revisados?

Pero ¿cómo hay que entender el autocontrol? ¿Es realmente el acto de un agente personal? Carver, 2004, reconoce que ha ignorado muchas cuestiones acerca de la conducta humana. “¿Qué hay acerca de la voluntad? ¿Qué acerca de la autodeterminación? Incluso los procesos deliberados y top-down que se han esbozado fueron descritos prácticamente como automáticos y privados de toda autodeterminación. Estas cuestiones, aunque importantes, no se tocan aquí”. Baumeister, 2004. pg. 86, se compromete de un modo un poco más explícito con el carácter activo, consciente e intencional del self y de sus funciones ejecutivas, o lo que sería lo mismo, autorregulatorias. Mischel & Ayduk, 2004, admiten el carácter agéntico de la autorregulación, pero ante el peligro de tener que invocar un homunculus, sugieren que la agencia está en la organización de la red neuronal.

Fitzsimons & Bargh, 2004, se contraponen abiertamente a la opinión

de Baumeister. “Mientras que para él, la autorregulación es activa (más bien que pasiva) y controlada (más bien que automática), en nuestra perspectiva, en cambio, la autorregulación puede ser activa y automática a la vez”. Cuando se atiende a los diferentes puntos tratados por Fitzsimons & Bargh, encontramos que hay dos tipos muy diferentes. Por un lado, está el hecho de que no sólo las metas conscientes sino también las inconscientes inhiben las distracciones o interferencias desde otras posibles metas competidoras. Si esos autores han convenido llamar autorregulación a este escudo que protege la meta focal, entonces están plenamente autorizados a hablar de autorregulación automática. El segundo y muy diferente tipo de comentarios que encontramos en Fitzsimons & Bargh, lo podemos ejemplificar con la sugerencia (que transcriben con aprobación Fitzsimons & Bargh) de Fishbach et al., 2003, de que “las tentaciones pueden llegar a ser asociadas automáticamente con las metas de orden más alto con las que interfieren. Por ejemplo, a los que siguen un régimen para adelgazar, la visión de un pastel de chocolate puede recordarles su meta de perder peso. Tal asociación podría ser una forma automática de autorregulación.” A mí, este segundo tipo de automaticidad (al menos si se lo quiere llevar más allá de ocasiones muy esporádicas) me parece demasiado optimista e irreal (y ello a pesar de que, como ya dije arriba, esta situación del pastel y el régimen para adelgazar no implica a mi juicio una verdadera autorregulación moral).

La inspiración para ese segundo tipo de automaticidad propuesta ha sido el trabajo, mucho más digno de ser tenido en cuenta, de Gollwitzer sobre la implementación de metas. Para que las metas determinen realmente nuestra conducta, no basta -proponen Gollwitzer, Fujita & Oettingen, 2004- con tenerlas formuladas como metas, sino que es necesario pensar en situaciones posibles en el camino a la meta y forjar un propósito adecuado para cada situación. En definitiva, se está elaborando aquí el viejo adagio de que los propósitos vagos no llevan a ninguna parte. Esto implica, desde luego, traspasar a la preparación y planificación parte del esfuerzo autorregulador (Parte, pero no todo: No estamos aquí -subrayaría yo- en la situación de Ulises y las sirenas). A más esfuerzo en la planificación, menos habrá que hacer cuando llegue la hora. Pero de esta sensata idea de Gollwitzer a la automaticidad de Fishbach et al. 2003, hay un largo trecho.

2) Mi formulación del problema

Como se ve, no encontramos en los trabajos revisados nada que pueda

ayudarnos en nuestra pregunta filosófica sobre la libertad. ¿Cómo me formulo yo esa pregunta? Yo creo que el ser humano tiene libertad moral -tiene instantes al menos de autodeterminación-. Pero al lado de eso, no invoco ningún elemento espiritual que no provenga de la materia y la evolución. En relación con esto último, y si me permitís una cierta digresión autobiográfica, confesaré que en mi vocación por la filosofía influyó muchísimo el convencimiento que muy pronto adquirí de que la evolución aún no había sido integrada realmente por ninguna obra filosófica valiosa. A mis ojos, la evolución a lo largo de millones de años, junto con la aparición tan reciente del ser humano, nos debía llevar, nos debía forzar casi, a ver las características exclusivamente humanas como una culminación maravillosa de todo lo anterior. Y de ahí derivé mi firme rechazo a cualquier dualismo. Siempre me ha parecido que invocar un principio espiritual ajeno a la biología para explicar la peculiaridad humana envuelve un desprecio injusto, una ceguera voluntaria, ante las maravillas de la evolución. Así que para mí, la libertad moral ha de brotar de una capacidad que sea exclusivamente humana, sí, pero que derive de las capacidades de los primates superiores. Pero ¿cómo se haría posible la libertad?

Para expresar la dificultad, transcribiré unas líneas de Ainslie, 2005, en las que se critica la postura de Baumeister (postura, recuérdese, más ‘agéntica’). “El principal problema con ese tipo de modelo que se ejemplifica en Baumeister & Heatherton 1996, es que tiene que ser guiado por algún proceso de evaluación fuera de la motivación, desde que ha de actuar en contra de la opción más fuertemente motivada en ese justo momento. ¿Sobre qué base escoge entonces este proceso?”. El énfasis sobre ‘el momento presente’ es el (muy valioso) leit-motiv de Ainslie. Pero dejemos ahora eso. El problema nuclear estriba en que la conducta ha de estar motivada, la conducta es, digamos, la consecuencia de una motivación. Pero si hay autodeterminación y libertad moral, entonces habría una conducta que actúa en contra de la motivación más fuerte en ese instante. Suprimir la premisa de que la conducta ha de derivar necesariamente de una motivación es un camino que yo nunca seguiría; esa premisa es inapelable. La única posibilidad que queda es que surgiera junto con la autodeterminación moral una motivación diferente a la que había justo en el instante anterior. Pero esa motivación -repito mi rechazo a cualquier dualismo- ha de ser explicable mediante las habilidades del cerebro humano (entiéndase tanto sus habilidades biológicas co-

mo las consecuencias de su ser educado en un grupo humano).⁸

Al problema formulado por Ainslie se asemejan en apariencia varias afirmaciones de otros autores. Así, Rothbart & Bates, 1998, definen el ‘control esforzado’ como “la habilidad de inhibir una respuesta dominante para realizar una respuesta subdominante”. McCabe, Cunnington & Brooks-Gunn, 2004, dan también prácticamente la misma definición. Pero la semejanza con el problema que extrajimos de Ainslie es sólo superficial. Cuando leemos los artículos de Rothbart, Ellis & Posner, 2004, o de McCabe et al., 2004, sobre el desarrollo del niño, se nos hace patente que ahí ‘subdominante’ no se refiere en absoluto a menos motivada, sino a una conducta que sólo podrá ser escogida si el sujeto tiene en cuenta todas las claves pertinentes y hace un inteligente análisis global de la situación, o -si preferimos decir lo mismo de un modo más concreto- si el sujeto no se deja llevar por la inercia de la última actuación, no es arrasado por el rasgo perceptivo más llamativo en detrimento de otros, etc. Así pues, volvamos a la anterior formulación del problema.

2. 3) La interioridad ajena y el tiempo no presente: el papel de las capacidades exclusivamente humanas

En ese problema voy a distinguir dos puntos. Uno, ¿de dónde podrá venir la motivación nueva? Dos, ¿cómo esa motivación nueva podrá alcanzar la suficiente fuerza? Respecto al primer punto, ya he sugerido arriba por dónde podríamos buscar la respuesta. Tanto la interioridad radicalmente ajena como igualmente las evocaciones del pasado o del futuro serían accesibles sólo a las capacidades exclusivamente humanas. Mientras que del tiempo no vigente y aún (en el caso de los chimpancés) de la interioridad ajena, los animales pueden tener expectativas -incluso expectativas tan definidas y precisas como pueda serlo un perfil vacío-, nunca llega, en cambio, ningún animal a tener verdaderos contenidos acerca de lo ajeno o de lo no presente. Nótese que llegar a eso requiere la capacidad de mantener en mente a la vez dos contenidos alternativos, ya sea la dualidad tiempo presente / tiempo no presente, ya sea la dualidad contenidos míos / contenidos ajenos. Por mucho que nosotros los humanos accedamos a la interioridad ajena o a posibles escenas futuras, no por ello dejamos de atender simultáneamente a lo propio y al presente: Así pues,

⁸ Invocar cosas como la indeterminación cuántica siempre me ha parecido una estrategia totalmente desorientada. ¿Acaso se da la libertad en algún otro lugar fuera del cerebro humano adulto? Así pues, no es en la materia en general donde hay que buscar explicaciones para la libertad.

la dualidad de contenidos es indispensable (Bejarano, en prensa). Y eso es seguramente lo que explica la exclusividad humana de aquellas habilidades. Una parte sustancial del cerebro ha de dedicarse en los seres humanos a esa segunda línea de pensamiento en la que el sujeto simula contenidos diferentes a los propios vigentes suyos. Ciertamente esa segunda línea mental es más débil y esporádica que la primera línea (o línea que compartimos con los animales). Pero de todos modos, ahí están esas otras realidades para el ser humano, y de ahí puede venir cierta motivación para la conducta moral.

2. 4) ¿Basta la motivación proporcionada por el sociómetro?

Pero esa motivación -así reza nuestro segundo punto- es muy débil. Y, sin embargo, para que pueda haber libertad moral esa motivación tendría que superar la motivación que más fuerza tuviera en el instante anterior.⁹ Lo que en primer lugar conviene ahora que nos preguntemos es si los estímulos envueltos en el sociómetro bastan o no bastan para ase-

⁹ Éste es el momento adecuado para comentar la propuesta de Rachlin (2002). Según este autor, la recompensa o gratificación que estaría en la base de cada acto altruista surge de la pauta misma de actos sucesivos. La pauta misma es intrínsecamente gratificante (aunque algún acto suelto pueda ser 'no-preferido' para el sujeto), y, a la inversa, la ruptura de una pauta es un hecho intensamente aversivo. Como se ve, la inspiración remota para Rachlin tiene que haber sido el reconocimiento de la potencia de los hábitos: Recordemos la definición clásica de virtudes y vicios como "hábitos" o, en otros términos, pautas de conducta. Romper un buen hábito puede aparecer a los ojos del sujeto como un tachón en medio de un folio hasta entonces perfectamente escrito. En cambio, una pauta que se prolonga sin fallos es algo bello, y verla es gratificante. Este conjunto de ideas no sólo está en la base de la propuesta de Rachlin, sino que es responsable de todo el atractivo que su propuesta pueda ofrecer. Pero volvamos a la cuestión de cómo explicar la libertad. En ese sentido, lo de Rachlin se queda muy corto. Por un lado, la obsesión esteticista de quien escribe su folio sin un solo tachón es difícilmente generalizable. Ni en la tarea del folio ni aún menos en la tarea de la propia vida parece que sea esa preocupación un universal presente en todos los seres humanos. Pero, aunque lo fuera, la fuerza de tal motivación es siempre muy reducida: Es verdad que puede contar con el apoyo adicional de la inercia o perseverancia conductual, pero sin embargo la fuerza total así disponible no sería capaz de vencer unas motivaciones egoístas verdaderamente intensas. Además, si aceptamos la propuesta de Rachlin, entonces la posibilidad de un moribundo que habiendo estado toda su vida al margen de cualquier altruismo opte al final por un acto altruista costoso se convierte en un absurdo: Ahí no hay pauta ni pasada ni futura que con su valor gratificante pueda sostener el acto aislado. Pero yo no tengo claro el que esa situación sea necesariamente imposible. También podríamos pasar revista a la propuesta, diferente pero no demasiado lejana a la de Rachlin, que defiende Ainslie, 2005. Aquí, el que el fallo del sujeto en cumplir algún propósito sea un hecho contraproducente para los intereses del sujeto, se explica, no ya por la obsesión esteticista contra la ruptura de pautas, sino porque le corta las alas al sujeto para emprender tareas fuertes en el futuro: "Mi fallo para llevar a cabo realmente mi intención altruista ha reducido la credibilidad de mis intenciones, y, por tanto, el tamaño de las tareas que yo puedo proponerme después de eso". Pero, respecto a nuestra cuestión, ese acertado y valioso subrayado de la credibilidad que para el sujeto puedan tener sus propias intenciones no nos resuelve nada.

gurar la motivación en todos los casos. La autorregulación ha de prevenir el mal antes de que suceda, nos dijo Leary, y por eso nos proporciona un sentimiento evaluador de nuestros actos incluso cuando nadie ha visto esos actos. Yo estoy de acuerdo en eso. El sociómetro nos proporciona ese sentimiento tanto cuando nuestros actos están siendo o van a ser conocidos por los demás como igualmente cuando permanecerán ocultos. Pero ¿tiene ese sentimiento fuerza suficiente para imponerse sobre una motivación egoísta intensa? Yo dudo que sea así. Las percepciones de tipo exclusivamente humano antes mencionadas -a saber, la percepción de la interioridad ajena y las evocaciones del pasado o del futuro como tal- son fácilmente frenables. Ciertamente las percepciones del entorno propio y vigente son también en cierto modo frenables -uno puede cerrar los ojos, desviar la mirada, taparse los oídos. Pero esas medidas son mucho menos eficaces que las que se pueden poner en práctica para impedirse a uno mismo captar aquellos contenidos que hemos llamado de la segunda línea mental. La segunda línea mental, ya lo dijimos antes, es mucho más esporádica y frágil, depende de un proceso de más alto nivel que por lo mismo es más fácilmente suprimible. Digámoslo más en concreto. Si bien es verdad que, al ver y al oír a otro ser humano, nuestra constitución nos lleva a simular en nuestra segunda línea mental esa interioridad ajena así como su mirada y su juicio sobre nosotros, es, sin embargo, también verdad que podemos renunciar temporalmente a esa más profunda percepción y mantenernos operando sobre percepciones sólo de la primera línea mental. Si eso es posible hacerlo delante mismo de otro ser humano que nos mira, mucho más fácil aún será hacerlo con respecto a posibles futuras evaluaciones que puedan hacerse de nuestros actos. (Seguramente el ser humano no es capaz de renunciar completamente a alguna dosis al menos de respaldo social. Pero para la actitud de sordera voluntaria antes descrita hay una opción que está siempre disponible. En ella, el sujeto escoge sólo un pequeño grupo de personas para que sean sólo ellas las que le importen, o sea, trataría de acallar su sociómetro ante cualquier ser humano que no figure en ese grupito que se viene llamando 'personas significantes para el sujeto'). Vayamos a la conclusión. Dado que el sociómetro no tiene fuerza para obligarnos a seguir su dictamen, ¿de dónde vendría la motivación para los actos libres que hemos asumido que existen? Como se ve, he rechazado la posibilidad de que el sociómetro solucione nuestra papeleta. El sociómetro sería un indicador, proporcionaría una información muy valiosa, pero por sí mismo no tendría poder ejecutivo capaz de sobreponerse a una fuerza opuesta intensa.

2. 5) La libertad de atención

Antes de seguir, quiero manifestar mi convencimiento de que en la libertad moral sería muy importante el plano de la atención.¹⁰ Cuando se atiende a una determinada realidad, podrán seguir las reacciones a ella y más allá la conducta pertinente. Después de todo, las capacidades perceptivas e igualmente la evaluación envuelta en las emociones surgieron en la evolución para guiar la conducta. Así, el momento de escoger a dónde dirigir la atención es muy importante. Según eso, es en la atención o desatención al sociómetro, o también en la atención al futuro lejano de las evocaciones y no a las expectativas inmediatas, en donde habremos de colocar nuestro próximo objeto de estudio.

Pero, claro está, si ese dirigir y mantener la atención lo queremos concebir como un acto autocontrolado y no determinado por el estímulo, entonces tenemos que volver a preguntarnos lo de siempre. ¿De dónde viene la fuerza motivadora para ese acto de dirigir la atención? Ese acto, como cualquier otro, necesita de una fuerza motivadora, pero en nuestra formulación hemos asumido que el objeto al que se dirige la atención no tenía fuerza suficiente para atraer o mantener la atención focalizada capaz de desencadenar la emoción y conducta resultantes. ¿Es entonces absurdo hablar de autocontrol de la atención?

Vayamos paso a paso. Mi primer punto, aún muy alejado de la cuestión crucial, va a ser el mostrar que el acto de dirigir la atención es en el ser humano un acto muy barato, o sea, que la fuerza motivadora que necesita es excepcionalmente baja. No estoy diciendo en absoluto que no necesite fuerza motivadora. La necesita, y el problema de fondo subsiste, pues. Pero esa fuerza que necesita es particularmente baja. ¿Hasta qué punto eso puede aliviar el problema?

2. 6) El habla interior, bajo costo y mucho rendimiento

Antes que nada, concretemos por qué el acto por el que el sujeto dirige su atención sería 'barato' y bajos sus requisitos de fuerza motivadora. El habla interior es la clave. Esa actividad, cuya génesis mediante internalización fue estudiada por Vygotsky, y cuyo inicio en el niño puede colocarse hacia los 7 años, la famosa 'edad de la razón' de los antiguos, me ha parecido siempre un rasgo importantísimo de la constitución humana.

¹⁰ Ésta es una idea que viene siendo defendida desde hace tiempo por varios autores. Cf. el 'supervisory attentional gateway' (SAG) de Burgess *et al.*, 2007, y, remontándonos en el tiempo, la obra de Shallice.

Por supuesto, además de Vygotsky, muchos otros autores la han enfocado, desde el clásico Jaynes, 1990, al reciente Jones, 2009, y ante todo quizá Clark, 2006. Por supuesto también, en dos trabajos del Handbook se menciona la vinculación entre habla interior y autorregulación (Gollwitzer et al., 2004; y aún más insistentemente en el muy vygotskiano Barkley, 2004). Sin embargo, creo que todavía no se ha explorado suficientemente cómo el habla interior podría intervenir en la cuestión de la autodeterminación.

¿Por qué es barata el habla interior? ¿Por qué requiere poca fuerza motivadora? Primero, no hay despliegue muscular. Segundo, dado que el habla no está destinada sino al mismo hablante, no hay que elaborar los modos de designar ni tampoco la sintaxis. Tercero, en el habla interior desaparecerían los sucesivos pasos de la secuencia articulatoria de la palabra. La clave estriba en que el verdadero modelo de palabra es el modelo fonémico-social, que es por definición imposible de ejecutar. Si alguien ejecuta un fonema, ya no será un fonema, sino un sonido real, con su timbre, su volumen y su opción particular de alguna de las variaciones permitidas. Naturalmente, en el habla externa hay que renunciar a reproducir el verdadero modelo, o sea, el fonémico-social. Sin embargo, dado que en el habla interior es posible trabajar con el modelo fonémico-social o verdadero modelo, ¿por qué no se iba a hacer así? La gran ventaja es que en ese modelo, la palabra cuenta como una unidad no sólo al nivel semántico (lo cual sucede siempre), sino al nivel de producción (donde normalmente hay que funcionar con la palabra como compleja secuencia articulatoria).

Veamos ahora por qué, a pesar de su bajo coste, el habla interior puede tener un gran rendimiento. Una palabra no sólo es capaz de evocar su referente, si lo tiene, sino también de preactivar los enlaces más habituales, o también los más recientes, de la palabra, o sea, aquellas otras palabras junto a las cuales, o bien es frecuente encontrarla, o bien se la acaba de encontrar. Y, naturalmente, esa evocación es mantenible durante el tiempo que se quiera, ya que una y otra vez se la puede suscitar mediante el habla interior. Así, por ejemplo, una meta que vaya difuminando su presencia en la mente, porque esté siendo atacada por interferencias, por ejemplo, puede ser repintada repetidamente de modo que pueda mantener su pleno atractivo durante mucho tiempo.

2. 7) Meta perdedora, pero capaz de suscitar habla interior: Una posibilidad factible

Bajo coste, gran rendimiento.¹¹ Eso es estupendo, sí. Pero ya estamos topando con una primera dificultad. Por mucho que el habla interior requiera muy poca fuerza motivadora, alguna fuerza es claro que requiere. ¿De dónde saldría esa fuerza, si en nuestra formulación del problema hemos asumido que en el punto de partida del proceso hay una meta opuesta con gran fuerza motivadora?

La respuesta a esta primera dificultad es relativamente fácil. Se sabe que cuando hay en el cerebro una competencia entre varias metas, cada una de ellas pondrá en activación sus enlaces, aún cuando desde el principio haya una clara ganadora. Cada uno de los enlaces de una meta devuelve siempre algo de fuerza a esa meta, y así habrá momentos, aún cuando sean brevísimos, en que una meta claramente no ganadora cuente con un monto de fuerza suficiente para esa actividad tan de bajo coste que es el habla interior. En definitiva, el que una meta no ganadora logre producir habla interior y así dirigir hacia sí la atención es una posibilidad muy factible y fácil de explicar.

Pero con ello no se resuelve nuestro problema. Volvemos a toparnos con el muro de siempre. Si la meta es una que tiene menos fuerza que la dominante en ese momento, entonces el que, gracias al habla interior, reciba una atención focalizada, no la convertirá ipso facto en meta dominante. Si se convierte realmente en meta dominante, ello será sólo porque intervenga en este punto algún otro factor.¹²

2. 8) El último y decisivo encontronazo con la dificultad

¿Cómo la atención a una meta perdedora puede convertirla en dominante? ¿Por qué los impulsos derivados de la captación de la interioridad ajena o de la evocación del futuro a largo plazo podrían cobrar fuerza una

11 Incluso podemos añadir la posibilidad que el habla interior ofrece de redescipción (Esta redescipción coincidiría con lo que en la bibliografía clásica acerca de la recompensa demorada se viene llamando "cognitive reappraisal", o "re-construal mechanisms").

12 La misma objeción alzaríamos contra cualquier intento de entender la 'repriorización' de Simon (1967) como automática. La emoción serviría (ésa sería su función biológica) para llevar al foco de la atención una meta que en ese momento no estaba dentro de tal foco. Veo muy bien, sí, esa afirmación de Simon. Pero pensemos en una emoción compasiva, p. e. Ésta focalizaría la meta a la que apuntan unos intereses ajenos, es verdad. Pero ¿por qué esto iba a alzar esa meta al primer puesto entre las metas que guían nuestra conducta? O, más concretamente, ¿por qué esto iba a ponerla por encima de los intereses propios?

vez que la atención se focalizara sobre tales contenidos? En general, la atención a una meta se limita a informar de la fuerza que a esa meta le corresponde. Aquí, en cambio, necesitaríamos que esa fuerza resultara aumentada por obra de la atención. ¿Cómo podría hacerse tal cosa?

Los contenidos de la segunda línea (que versan, ya se sabe, sobre la interioridad ajena o sobre el futuro lejano) son débiles y frágiles precisamente porque no se incluyen en la primera línea mental. Pero, aún a pesar de eso, la capacidad exclusivamente humana que nos proporciona esos contenidos los señala como objetivamente iguales a sus homólogos de la primera línea mental. La interioridad ajena es tan real como la mía; el futuro lejano es tan importante como el momento presente. Así pues, aunque la segunda línea mental sea débil y frágil desde el punto de vista emocional, en cambio desde el punto de vista del conocimiento objetivo no se presenta en absoluto como inferior a la primera línea. Ésta es una contradicción que es intrínseca a la mente dotada de las dos líneas. ¿Se atiende a la fuerza emocional inmediata?: entonces siempre saldrá perdiendo la meta ligada a la segunda línea mental. ¿Se atiende, por el contrario, al conocimiento objetivo para que nos guíe en el manejo de nuestras dos líneas mentales?: entonces la meta al principio perdedora podría convertirse en dominante.

Ésta sería la opción básica, el punto donde interviene la libertad humana. Ahora podemos recoger una idea que apareció ya en el 1. 1. El conocimiento, la atención a la más completa verdad que sea accesible, sería la verdadera base de la libertad humana.

Hay un artículo, Schwartz, 2008, que, en un campo muy reducido, afín al de la meta demorada, apunta ya esta idea. “Supongamos que alguien dice ‘Mi meta de cuidar mi salud mental tolerará sin problemas el que esta noche no me lave los dientes’. En realidad, quien dice eso, tiene razón: por un solo día sin lavarse los dientes no aparecen caries. Sin embargo, tendríamos que buscar alguna forma de socavar tales afirmaciones. Aunque tal debilidad de voluntad no es moral, el razonamiento de tipo moral que envuelve el principio de igualdad podría ser invocado aquí (...) El principio de igualdad puede, lo sabemos, aplicarse al campo estrictamente moral. Así cuando tú te tratas a ti mismo de modo diferente a como tratas a otros, hay una violación del principio de igualdad aplicado a la moral. En el caso del cepillado de dientes, el sujeto no se está tratando ciertamente a sí mismo como una excepción, pero está haciendo una excepción injustificada de su momento presente, como si no fuera similar a otros muchos momentos futuros.” O sea, la motivación dominante lleva a hacer una excepción objetivamente no justificada. Pero el

conocimiento de la verdad empuja a tratar igual las cosas que son iguales.

La posibilidad de la libertad moral derivaría según eso de las capacidades cognitivas humanas. Pero en su raíz estas capacidades no tendrían que ofrecernos necesariamente elaboraciones intelectuales, no conocerían valores o principios morales, sino que consisten primariamente y sobre todo en la captación de la interioridad ajena (y también, como hemos estado repitiendo, en la evocación de escenas futuras). Ciertamente, a partir de ahí, y con el despliegue histórico del lenguaje y la cultura, se podrá llegar a aquellas elaboraciones más abstractas. Sin embargo, en el origen mismo de la libertad es preferible, a mi juicio, poner conocimientos que, aun siendo exclusivamente humanos, sean explicables como una profundización y superación de las capacidades de los primates superiores, sobre todo de aquéllas (propias del chimpancé) que logran atribuir percepciones visuales y estados internos al congénere (salvo -pequeña pero crucial salvedad- cuando éste lo está mirando a él o comunicándose con él: Bejarano, en prensa).

Pero volvamos a nuestro hilo. El conocimiento de la interioridad ajena es, por definición, el origen de toda superación del subjetivismo. El que esa superación se traspase o no desde el plano cognitivo al emocional, ésa sería la elección libre. Dicho de otro modo, en el ser humano la relación de fuerza, u ordenamiento jerárquico, entre dos metas puede ser diferente en el plano emocional y en el plano del conocimiento. Así pues, hay dos criterios entre los que el sujeto ha de elegir. No se trata de que el sujeto escoja la meta menos fuerte -eso sería imposible-. Se trata de que escoja uno de los dos dictámenes opuestos sobre cuál es la meta más fuerte.

¿Cómo se llevaría a cabo esto en el cerebro? No tengo la más mínima idea.¹³ Creo, sin embargo, que con la reformulación que hemos hecho del problema, algo se ha logrado. Veamos poco a poco qué sería ese pequeñí-

13 Invocar factores como la reestructuración humana de la especialización hemisférica, o como la ampliación de la zona prefrontal y la memoria de trabajo, me parece totalmente prematuro e infundamentado. ¿Cómo no van a ser prematuros esos intentos si aún no contamos realmente con ninguna explicación del punto de vista interno de un animal? Es verdad que desde Descartes al conductismo y a una gran parte del cognitivismo actual muchos autores han optado por negar ese punto de vista interno en los animales. Y es totalmente verdad que de momento no tenemos nada que respalde la existencia de ese punto de vista interno. ¿Cómo lo vamos a tener si los animales no hablan y si los conocimientos de hoy sobre el cerebro son sólo detalles fragmentarios y superficiales? Pero, sin embargo, yo estoy convencida de que es inverosímil el concebir un cerebro animal sin punto de vista interno, o sea, el concebirlo al modo de un termostato. Y en consecuencia, estoy convencida también de que sólo después de que conozcamos en profundidad el cerebro animal, sólo después, repito, se estará en condiciones de empezar a abordar cómo la libertad y el espíritu surgen en el cerebro humano.

simo algo.

Todo animal, en la conducta hacia sus metas, atiende siempre a sus percepciones, o sea, se deja guiar por el más amplio conocimiento de la realidad del que en cada caso disponga. Esto debería cumplirse, pues, también en el ser humano. Pero aquí ese dejarse guiar por el conocimiento se complica. Las capacidades humanas ofrecen conocimientos sobre la interioridad ajena que, en vez de ser útiles a la consecución de las metas que estén siendo perseguidas en ese momento por el individuo, interfieren con tal consecución. En concreto, el ser humano puede darse cuenta de que unas necesidades ajenas son más urgentes que las suyas. Éste es el lugar donde se insertaría la libertad moral tal como la estamos asumiendo. Pero lo que me importa subrayar es que, en esa encrucijada, es justo la opción a favor de los intereses ajenos, o sea, justo la conducta inasequible para los animales, la que está respaldada por la ley biológica general de atender al mejor y más amplio conocimiento disponible. Ciertamente, la opción de desatender ese conocimiento está disponible para el ser humano. La satisfacción de las necesidades del propio organismo es sin duda una ley biológica aún más general, dado que se cumple también en vegetales o en organismos unicelulares. Sin embargo, tomar esta opción y renunciar, pues, al mejor conocimiento disponible, equivale a dejar de lado la tendencia evolutiva que se inició con la percepción y el cerebro animal. Como se ve, con la reformulación del problema, no se ha logrado mucho. Pero quizá ahora aparezca la libertad moral como un poco menos lejana a la biología y la evolución.

Bibliografía

- Ainslie, G. (2005). Précis of Breakdown of Will. *Behavioral and Brain Sciences*, 28 (5), 635-650.
- Barkley, R. A. (2004). Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder and Self-Regulation: Taking an Evolutionary Perspective on Executive Functioning. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 301-323). Guilford Press.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Baumeister, R. F. (2005). *Cultural Animal*. Oxford University Press.
- Bejarano, T. (en prensa). En busca de lo exclusivamente humano. Antonio Machado Eds.
- Benedicto XVI. (2006). *Deus caritas est*. San Pablo.
- Burgess, P. W., Dumontheil, I., Gilbert, S. J. (2007). The gateway hypothesis of

- rostral prefrontal cortex (area 10) function. *Trends in Cognitive Sciences*, 11 (7), 290-298.
- Carver, C. S. (2004). Self-Regulation of Action and Affect. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 13--39). Guilford Press.
- Clark, A. (2006). Language, embodiment, and the cognitive niche. *Trends in Cognitive Sciences*, 10 (8), 370-374.
- Fishbach, A., Friedman, R. S. & Kruglanski, A.W. (2003). Leading Us Not Unto Temptation: Momentary Allurements Elicit Overriding Goal Activation. *Journal of Personality & Social Psychology*, 84, 296-309.
- Fitzsimons, G. M. & Bargh, J. A. (2004). Automatic Self-Regulation. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 151-170). Guilford Press.
- Gilbert, S. J., Gollwitzer, P. M., Cohen, A., Oettingen, G. and Burgess, P. W. (2009). Separable Brain Systems Supporting Cued Versus Self-Initiated Realization of Delayed Intentions. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 35 (4), 905-915.
- Gollwitzer, P. M., Fujita K. & Oettingen, G. (2004). Planning and Implementation of Goals. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 211-228). Guilford Press.
- Hirschi, T. (2004). Self-control and Crime. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 537-552). Guilford Press.
- Huizenga, H.M., Crone, E.A., & Jansen, B.J. (2007). Decision-making in healthy children, adolescents and adults explained by the use of increasingly complex proportional reasoning rules. *Developmental Science*, 10 (6), 814–825.
- Jones, P. E. (2009). From 'external speech' to 'inner speech' in Vygotsky: A critical appraisal and fresh perspectives. *Language & Communication*, 29 (2), 166-181.
- Larsen, R. J. & Prizmic, Z. (2004). Affect Regulation. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 40-61). Guilford Press.
- Leary, M. R. (2004): The Sociometer. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 373-391). Guilford Press.
- McCabe, L. A., Cunnington, M. & Brooks-Gunn, J. (2004). The Development of Self-Regulation in Young Children: Individual Characteristics and Environmental Contexts. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 340-356). Guilford Press.
- Mischel, W. & Ayduk, O. (2004). Willpower in a Cognitive-Affective Processing System: The Dynamics of Delay of Gratification. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 99-129). Guilford Press.
- Metcalf, J., & Mischel, W. (1999). A hot/cool system analysis of delay of gratification: Dynamics of willpower. *Psychological Review*, 106, 3-19.
- Rachlin, H. (2002). Altruism is a form of self-control. *Behavioral and Brain*

- Sciences, 25 (2), 284-291.
- Rothbart M. K. & Bates, J. E. (1998). En Damon, W. & Eisenberg, N. (eds.), *Handbook of child psychology: vol. 3* (pp. 105-176). New York. Wiley.
- Rothbart, M. K., Ellis, L. K. & Posner, M. I. (2004). Temperament and Self-Regulation. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 357-370). Guilford Press.
- Rothman, A. J., Baldwin, A. S. & Hertel, A. W. (2004). Self-Regulation and Behavior Change: Disentangling Behavioral Initiation and Behavioral Maintenance. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 130-148). Guilford Press.
- Schmeichel, B. J. & Baumeister, R. F. (2004). Self-Regulatory Strength. En Baumeister, R. F. & Vohs, K. D. (eds.), *Handbook of self-regulation: research, theory, and applications* (pp. 84-98). Guilford Press.
- Schwartz, S. P. (2008). Soritic thinking, vagueness, and weakness of will. *New Ideas in Psychology*, 27(1), 18-31.
- Shallice, T. & Burgess, P. W. (1996). The domain of supervisory processes and temporal organisation of behaviour, *Philos. Trans. R. Soc. Lond. B. Biol. Sci* 351 (1996), pp. 1405–1412.
- Simon, H. (1967). Motivational and emotional controls of cognition. *Psychology Review*, 74, 29-39.
- Suddendorf, T. & Corballis, M.C. (2007). The evolution of foresight: What is mental time travel and is it unique to humans? *Behavioral and Brain Sciences*, 30, 299-313.

Teresa Bejarano
Departamento de Filosofía y Lógica
Universidad de Sevilla
tebefer@us.es