

# **La teoría de la causación aparente**

Neurociencia de la voluntad y el libre albedrío

*Algunos han afirmado que sentimos una energía, o poder en nuestra propia mente. Pero para convencernos de lo falaz que es este razonamiento sólo tenemos que considerar que la voluntad aquí considerada como la causa, no tiene más conexión detectable con sus efectos que la que tiene cualquier causa material con su propio efecto. En resumen, las acciones de la mente son, a este respecto, las mismas que las de la materia. Percibimos sólo su conjunción constante; y no podemos jamás razonar más allá de ello. No hay una impresión de una energía interna aparente, diferente a la que tienen los objetos externos.*

Hume en el «Tratado de la naturaleza humana»

Voluntad consciente, voluntad libre, voluntad inconsciente, involuntariedad, voluntad empírica, voluntad fenoménica, etc...

Muchas voluntades. Dedicaremos este texto a charlar un poco de ellas y que nos aporta todo ello en el ámbito espiritual.

Este texto lo inspira el estudio de Daniel Wegner (del dept. de psicología de Havard) que podéis encontrar aquí.

Y de hecho esto es prácticamente una traducción/resumen del texto en inglés que se titula «La ilusión de la voluntad consciente». Ya vamos avisados... 😊

Primero las definiciones:

Voluntad consciente es lo que normalmente entendemos por voluntad, es decir, la situación en que siento internamente que quiero hacer algo y lo hago. Es decir hay una percepción consciente de la voluntad de hacer algo y luego ese algo es realizado. Existe la posibilidad de sentir internamente que quiero hacer algo pero no poder hacerlo, normalmente eso es debido a una patología (asumiendo que queremos hacer cosas factibles, como hablar o andar) y lo podemos dejar de lado por ahora. Pero también sería voluntad consciente (fallida).

Existe la voluntad inconsciente, no solo porque teóricamente parece que exista (cuando hacemos cosas inconscientemente o sin darnos cuenta o en piloto automático) sino porque la neurociencia la ha detectado, como cuando se detecta en experimentos esa voluntad de hacer o decidir algo, antes de que surja en la consciencia del sujeto del experimento.

El simple hecho de que exista la voluntad inconsciente es relevante a efectos espirituales. Por ejemplo ya no podremos decir eso de que todo es consciencia, pues hay mecanismos decisores no-conscientes. Y aunque no es muy relevante en el budismo, pues nunca se ha dicho que «todo es consciencia», si que es relevante para otras doctrinas espirituales algo más naives que sí lo afirman (e ignoran multitud de contra-ejemplos como este).

La involuntariedad existe en casos patológicos como los casos del «miembro alien» (que no fantasma, que es otra cosa) en que, por ejemplo, una mano

hace «lo que le da la gana». La diferencia con el caso anterior es que el sujeto puede expresar conscientemente una oposición a la acción pero aún así esta ocurrirá.

Este es otro ejemplo de no-todo-es-consciencia aunque en este caso patológico (como la visión ciega que demuestra lo mismo).

Existe una involuntariedad «light» (no patológica) que se da en espiritualidad bastante y que consiste en que no hemos puesto oposición a lo que se hace, pero tampoco parece que participemos de ello en absoluto. Esa forma de involuntariedad «light» es una forma disociativa más o menos fuerte (requiere de un atman que es el que observa, disociado de la acción). En espiritualidad a veces se denominará impersonalidad.

Voluntad empírica lo usaremos para hacer referencia a todo el proceso en el que nuestra supuesta voluntad mental sea consciente o inconsciente decide y ocurre la acción voluntaria. Es decir, abarca todo el proceso de «actuar» efectivo completo. Actuar es voluntad efectiva o empírica, sea como sea que ocurra eso. Es voluntad a secas, ocurra como ocurra.

Mientras que voluntad fenoménica se referirá solamente a «como sentimos mentalmente ese ejercer una supuesta voluntad». así esta segunda es totalmente subjetiva y consciente (es una sensación) mientras que la primera incluye algo que es objetivable (o has actuado o no has actuado).

Por voluntad libre, nos referiremos al famoso libre albedrío, a esa idea religiosa de que podemos ejercer una voluntad incondicionada o no condicionada pero que no es azar o aleatoriedad. Lo que más adelante se llama «una causa sin razón».

Aclarados términos, empezamos.

El Sr. Wegner en el inicio de su texto, empieza fuerte y hace una afirmación apasionante basada en pasados experimentos de neurociencia.

Esboza que la toma de decisiones es muy, muy compleja en nuestra mente y básicamente inconsciente.

Después afirma que la mente crea la ilusión consciente de la voluntad (fenoménica) pero que la mente y más concretamente la consciencia no conoce (no es consciente de) el mecanismo o las razones por las que se ha tomado la decisión.

Y que esa aparente sensación de voluntad consciente es resultado de haber decidido y no la causa de nada. Es meramente una forma de aviso a la consciencia de que se va a actuar voluntariamente.

A esta teoría se la llama teoría de la causación aparente. La revisaremos en detalle, de hecho es el núcleo de este texto. Explicar esta teoría y por qué parece correcta.

Lo que se afirma es demoledor: decidimos de forma a menudo inconsciente, y no solo eso sino que no se aflora a la consciencia las razones, solo la sensación de que queremos hacer eso.

En palabras del blog esto sería como decir que la decisión la toma la inteligencia (que es no-manifiesta, es decir inconsciente) y se aflora a la consciencia la sensación de voluntad, como una señal para que conste «que sí, que eso era lo que se quería hacer, no es un error». Pero sin aflorar el por qué (que probablemente tampoco se conoce en lo inconsciente).

Así el afloramiento de esa sensación de voluntad o autoría, es la forma de decirle a la parte consciente (al teatro dual o cartesiano) que la acción está validada, que es la que se supone que tiene que ser.

El autor cita a Spinoza para reforzar el mensaje:

*Los hombres se equivocan al creerse libres; su opinión se compone de la consciencia de sus propias acciones y de la ignorancia de las causas que las determinan. Su idea de libertad, por lo tanto, es simplemente su ignorancia de cualquier causa de sus acciones.*

- Spinoza

Es decir, la hipótesis es que las causas las trata la inteligencia y están vetadas a la parte consciente (aunque ésta puede hacer hipótesis al respecto y las hará).

Por supuesto si no afloráramos ninguna sensación de autoría consciente, entonces nos parecería, dada la situación, que «somos una marioneta» pues nos movemos y no solo no sabemos por qué, sino que además no parecería que lo hemos decidido nosotros.

Así la sensación de ejercer una voluntad es el aviso a la consciencia de que se va a hacer algo y que está bien, que es lo que se esperaba. Y así se evita la sensación de involuntariedad (light y no tan light) de la que hemos hablado antes y que sí existe pero solo aparece con patologías (cuando funcionamos mal) o bien de forma ligera, espiritualmente con ciertas prácticas concretas.

Esa sensación habitual de autoría que surge y todos conocemos, suele ir asociada a procesos mentales adicionales (como pensamiento conceptual) que a veces (no siempre) nos afloran algunas posibles razones para la acción y sobre todo que nos permitan justificar la acción (aunque no necesariamente han de ser la causa real, pues, repetimos, la consciencia no conoce esas razones).

Esta especie de esquizofrenia intrínseca de la mente no es algo nuevo, está en el fondo de conceptos ya tratados cómo la mente bicameral. O la fragmentación mental.

El autor nos explica esto con una metáfora: si dado un árbol, pudiéramos saber inconscientemente cuando el viento va a mover cada rama antes de que eso pase, acabaríamos pensando que la rama la movemos con la mente, pues cada vez que pensáramos que se va a mover, lo haría. Esa es más o menos la función de la sensación de voluntad consciente y así se asociaría la sensación de autoría en un caso en que no la hay realmente: aflorando a la consciencia el aviso de lo que va a pasar, un poco antes. Y eso es más o menos lo que se observa en algunos estudios al respecto.

Paréntesis (de mi cosecha, en el texto no se trata): es cierto que los procesos conscientes pueden a su vez enviar a la inteligencia argumentos y datos que

aporten al siguiente curso de acción, pudiéndolo matizar o hasta cambiar o bloquear, y eso también se ha demostrado en experimentos. Eso es razonable si no la consciencia no serviría para nada y eso evolutivamente sería raro que ocurriera pues es un sistema complejo y costoso, ha de ser muy útil, ha de aportar. Pero el circuito de toma de decisiones que la neurociencia va definiendo es básicamente el comentado antes y esto último sería más bien un circuito de realimentación consciente posterior y que completa el ciclo orientándose hacia la siguiente acción que se vaya a tomar.

Igual que con el ejemplo del árbol, no necesariamente sabemos conscientemente por qué ha ocurrido la acción. Aunque por lógica, a veces (quizá a menudo) sí deducimos más o menos correctamente por qué razones hacemos las cosas, dado que conocemos qué nos ha ido pasando en esta vida... pero es importante entender que lanzamos hipótesis y a veces acertamos y a veces nos equivocamos pero no lo sabemos pues esa información no se aflora conscientemente. Esa información no está disponible. Nunca.

Así la teoría de la causación aparente afirma que «la gente siente una voluntad consciente cuando interpretan su propio pensamiento como la causa de la acción [pero no lo es]».

Esto es también muy espiritual, es típico fuera de los círculos espirituales estar convencidos de que la acción la guía el pensamiento intelectual (aquí intelecto), pero si se estudia la propia situación con detenimiento es muy fácil ver que no siempre es así. Y este texto nos refuerza la idea dejando caer que posiblemente nunca es así. Y eso es muy relevante a efectos espirituales.

Como se ha dicho siempre aquí, el pensamiento no actúa, no piensa, sino que es el resultado aflorado a la consciencia de haber pensado (la inteligencia) y cómo tal se comporta aquí. En esto la neurociencia también está de acuerdo con el blog.

Es como mirar una libreta con palabras y pensar que estas piensan. No, eso es el resultado de que alguien pensó (y lo escribió).

En realidad los misterios son ¿quién/qué y para qué lee esa escritura?  
¿quién/qué y por qué la escribe?

Yendo a la espiritualidad, los famosos «testigos» neo-advaitas, se «desligan» de la acción (es decir eliminan la sensación de la autoría de esa acción) seguramente por el bloqueo que se hace durante el mindfulness de esos surgimientos de pensamientos más la interiorización de las creencias presentes en su doctrina.

Es decir, reducen mucho su sensación de autoría al reducir su pensamiento consciente al respecto de la acción (sobre todo por la activación de la mente mindful) y eso lleva al paradigma del «no hacedor» advaita. Que es una experiencia de impersonalidad por bloqueo mental que no es difícil de obtener puntualmente aunque suele sorprender cuando ocurre, diversos lectores del blog me las han relatado (las mías pasaron hace mucho pero también pasaron, la primera pelando una naranja).

Pueden pasar, no es raro, ya antes del primer kensho. Incluso a veces se malinterpretan como realización de algún tipo.

Estos maestros advaitas y neo-advaitas, en realidad no se equivocan del todo en sus planteamientos: si fueran «solo-consciencia», serían no-hacedores, pues la consciencia no marca el curso de acción, no actúa según esta teoría y este texto. Serían testigos puros realmente (que no eternos).

El problema es otro, el problema es que «no todo es consciencia» por mucho que se empeñen, y la parte inconsciente de su mente va a seguir actuando... y como eso es molesto, se disociarán de todo ello... neti, neti... diciendo que no les afecta (cierto en parte) pero se han partido en dos aún mucho más de lo que ya estamos inicialmente.



Eso ocurre con cualquier doctrina de atman: cuando más fuerte sientas ese atman (tú mismo), más partida está tu mente, más potenciado está el teatro cartesiano.

Es decir las doctrinas de testigo puro o atman, disocian la consciencia del resto de la mente, y es correcto decir que lo que queda es un no-hacedor. Coincide con este texto. El problema es que además sigue existiendo toda su mente inconsciente (la gran inteligencia) que verán como ajena... Esa es la disociación en este caso.

Y esa mente inconsciente no se va, no se va a ir nunca, así se llega a aquello de «sigo deprimido pero ya no me importa (conscientemente)» y de hecho en esa situación va a ser más difícil arreglarlo... pues se tiende a ignorar el problema pues es ajeno. Eso es lo que en el blog llamamos disociación (una forma de bypass espiritual avanzado).

Retomamos el texto.

Así la voluntad consciente se define como «la sensación experimentada consecuencia de auto-percibir mentalmente una aparente causa» (palabras literales del estudio). Y lo de aparente es importante, porque es deducida, es una hipótesis mental que nos auto-damos.

O incluso de otra manera: la (sensación de) voluntad es una experiencia consciente que se deriva de interpretar nuestra acción como voluntaria.

Otra frase demoledora del estudio y que apunta directamente a «nuestra» inteligencia dice: por mucho que estemos convencidos de que nuestros pensamientos causan las acciones, sigue siendo cierto que tanto el pensamiento como la acción podrían ser causados por otra cosa que no se observa.

Que sería (ya lo hemos dicho) nuestra inteligencia del Sistema-mente. Que es un concepto comodín, no nos mojamos mucho realmente, pero sirve para explicar todo esto y desde «aquí» no se puede ver más... lo que haya dentro

de la inteligencia no lo revelarán los meditadores, porque no se ve, lo revelará la ciencia.

De igual forma podemos usar la palabra freudiana «inconsciente» para referirnos a ello, siempre que tengamos en mente que es la mayor parte de nuestro procesado mental y no una mera cuestión de traumas ocultos y demás.

Y otra en la misma línea para reforzar el concepto: la ocurrencia de un proceso mental no garantiza al individuo ningún conocimiento especial sobre el mecanismo de este proceso.

¡Ningún conocimiento especial!!! Ninguno... poca broma... De tu propio pensar o actuar... No tienes ningún conocimiento especial o directo consciente de por qué haces las cosas. Otra cuestión es lo que deduzcas... pero es deducción, no saber y por tanto sujeta a error.

Y trasladándolo a la espiritualidad, es por eso, que la renuncia al intelecto que tanto nos aterroriza, en última instancia es bastante inofensiva, pues no es imprescindible generar esas hipótesis sobre el por qué hacemos las cosas. Al menos no siempre y sobre todo nunca de manera incontrolada. Y si bien es cierto que la sensación de autoría se reduce, si no se contemplan teorías atmánicas como verdad absoluta, tampoco se revierte a ese atman sino justo lo contrario (se revierte al origen inter-dependiente o causalidad)

A continuación el autor propone las características que debe tener el pensamiento para que se asocie acción y sensación de autoría, estas serían: prioridad, consistencia y exclusividad.

Es decir el pensamiento al respecto debe ocurrir antes de la acción (prioritariamente), ser consistente con la acción (que trate sobre ella y coincida con lo que haces) y que no trate sobre otras cosas o causas (exclusividad).

Experimentalmente se comprueba que si se carece de alguna o varias de esas características la sensación de autoría se degrada, se reduce o se pierde completamente.

Así se concluye: La experiencia de la voluntad es la forma en que nuestras mentes representan sus operaciones a nosotros [a la consciencia] y no su operación real.

Es decir que voluntad empírica o efectiva y voluntad consciente (ver definiciones al principio) están totalmente segregadas y la segunda es solamente «un aviso» de la primera, puesto en la consciencia para que la consciencia sepa lo que se va a hacer y no resulte sorprendida.

Siguiendo con el texto se dice: Una posibilidad es que el pensamiento y la acción surjan de sistemas mentales inconscientes acoplados.

Y de ahí surgen tanto la decisión de la acción como los pensamientos que la refuerzan y hacen explícita para la consciencia esa acción. Son aflorados ambos a la consciencia como forma de sincronización entre dos sistemas segregados.

Volviendo a la espiritualidad, es interesante ver que teniendo en cuenta todo esto, el famoso «comentarista», es decir todo ese pensamiento que surge y que lo único que hace es retransmitir con palabras lo que estamos haciendo, recupera todo su sentido. Ya no es una cosa inútil y sin sentido. Pasa a tener una utilidad muy clara (esta parte es mía):

Este es el proceso que alinea la consciencia con la inteligencia (no manifiesta) de tal manera que toda acción de la inteligencia (que es quién actúa) sea vista por la consciencia como «correcta» y alineada con ella y coherente. Una especie de aviso de que todo va bien y de que se sigue actuando como debe... por eso te lo va contando... Una especie de protección anti-esquizofrenia (anti-escisión), es decir un proceso que continuamente pretende demostrar que no estamos partidos en dos (consciente e inconsciente) sino que «somos uno». Aunque eso sea falso pues el modelo propuesto claramente está partido en dos, pero permite un cierto nivel de

salud mental al menos hasta que realices Anatman y una mente integrada (o algo más integrada).

Seguimos profundizando en este apasionante tema y el autor da otro mazazo:

*La experiencia de la voluntad consciente es más probable que acompañe procesos [mentales] ineficientes que eficientes porque hay más tiempo disponible antes de la acción para que los pensamientos se vuelvan conscientes, y así impulsar la formación de inferencias causales que vinculan el pensamiento y acción.*

Esto lo hemos comentado alguna vez en el blog y también coincide con lo que el autor dice: las acciones muy rápidas apenas tienen sensación de autoría (como parar una pelota que te tiran a la cara sin aviso) y sería por la razón que comenta el autor, porque no da tiempo a «pensar» mucho (es decir a enviar pensamientos a la consciencia) sobre ello, ahora todo eso tiene mucho sentido y todo cuadra.

Antes de leer este texto en el blog comentábamos que simplemente «no daba tiempo a hacer surgir la sensación consciente de autoría pues la consciencia es lenta» pero viene a ser algo muy parecido.

Y también dice que cuanto más dudemos, más sensación de autoría tendremos, pues el proceso es más ineficiente y lento, y surgirán muchos pensamientos sobre esa autoría. No es raro que en la época dorada del zen, dudar fuera casi un crimen... algo al respecto intuían...

Y también es cierto que cuanto más dudas tengas, más sensación tienes de que has elegido. Las decisiones muy rápidas apenas parecen decisiones y las muy «meditadas» son vistas como plenamente nuestras.

Es apasionante como la observación interna personal y profunda puede deducir cosas tan parecidas a los experimentos de neurociencia.

Reiterando esto pues es importante, cito literalmente:

*Entonces, aunque nuestros pensamientos pueden tener profundas conexiones causales importantes e inconscientes con nuestras acciones, la experiencia de la voluntad consciente surge de un proceso que interpreta estas conexiones, no desde las conexiones mismas.*

Llegados a este punto, ¿cómo no afirmar que «apenas sabemos nada» (conscientemente)? Si no sabemos con seguridad ni por qué hacemos lo que hacemos.

Eso sí, como se dijo antes, muchas deducciones (casi todas) puede ser que acierten con los motivos... al final es nuestra vida y somos los que más sabemos de ella... pero también podemos equivocarnos a menudo...

El caso típico de deducción claramente incorrecta por incompleta es cuando ante una reacción propia solo contemplamos la causa más evidente.

Por ejemplo si pierdo los nervios y grito en el trabajo, probablemente argumente que es por lo mucho que me «putean» allí, pero seguramente no contemple otras variables como que hoy he tomado mucho café o que de camino al trabajo alguien me empujó y me puso de mal humor, o que estoy dejando de fumar, etc... toda acción tiene muchas causas y casi nunca deducimos todas, si es que deducimos alguna bien... En este caso hay un error por complejidad, el intelecto no es bueno trabajando holísticamente, es bueno partiendo las cosas en trocitos. Y casi toda decisión debe ser notablemente holística (incluida por todo, hasta el color de las paredes del despacho). Y en cambio «podamos» las causas y tendemos a reducirlas a una o dos. Ese es uno de los sesgos típicos que nos lleva a conclusiones equivocadas.

Por sorprendente que pueda parecer, todo lo que hemos dicho hasta ahora ni re-afirma, ni sorprendentemente desmiente el libre albedrío. Simplemente nos dice dónde seguro que no está esa «cosa» y sorprendentemente se deduce que donde seguro que no está ¡¡es en la consciencia!!.

## **El libre albedrío caso de existir, no sería consciente.**

Dado que la toma de decisiones es básicamente inconsciente, si esa toma de decisiones es libre, el libre albedrío será básicamente inconsciente.

¿Y tiene sentido un libre albedrío inconsciente? Bueno, irá a gustos, pero no parece tener mucho sentido... quizá sería libre pero no sería mi libre albedrío sino de esos procesos inconscientes. Eso hablando coloquialmente (es decir, asumiendo que hay un «yo consciente», etc...)

A nivel religioso-cristiano, tampoco parece servir para nada, pues si se usa como condición necesaria para que exista el pecado, pues seríamos pecadores inconscientes... luego ¿seríamos castigables? difícil de decir. De hecho no sé si la teología ha concluido si para ellos el alma está también en la parte inconsciente de la mente o no. ¿Alguien lo sabe?

Es por todo ello que el autor dice que discutir si existe o no el libre albedrío, es una «falsa dicotomía»... aunque también opina que tal como se ha dicho en este blog, o algo se decide causalmente o se decide al azar (o parte de uno y del otro). Pero no existen otras posibilidades intermedias, físicas o lógicas. Luego «libre albedrío» no apunta a nada que pueda siquiera expresarse... no es solo que no exista, es un concepto indescriptible. Es decir un concepto vacío.

En todo caso, la hipótesis que nos deja la navaja de Occam (es decir, por sencillez, dado que ese libre albedrío no hace falta para explicar nada) pues lo razonable es pensar de nuevo, que no, no hay libre albedrío tampoco inconsciente que sería el único posible ahora mismo y que tampoco aportaría mucho...

El autor comenta que mucha gente ve el libre albedrío como «un poder personal» y por eso les cuesta renunciar a él. Además, la causalidad disminuye notablemente nuestro ego pues nada de lo que hagamos es «mérito mío» y al ego esas cosas no le gustan nada... se resiste... De hecho una realización completa del origen causal de nosotros mismos, lleva

implícita o incorporada siempre la de Anatman, por tanto es más completa o abarcante.

En este punto el autor cita a Voltaire que muy sabiamente dice:

La voluntad, por tanto, no es una facultad que uno pueda llamar libre. El libre albedrío es una expresión absolutamente desprovista de sentido, y lo que los escolásticos han llamado voluntad de indiferencia, es decir querer sin causa, es una quimera indigna ni de ser combatida”

Vamos que para Voltaire (y somos muchos más) es que hasta la discusión es innecesaria pues «libre albedrío» es un concepto vacío, no puede describirse «un querer sin causa». Voltaire dice «absolutamente desprovisto de sentido». Casi nada, y estoy de acuerdo.

Einstein más breve dijo, cuando le preguntaron por él, que no sabía ni a lo que se refería la gente con libre albedrío, apuntado a lo mismo, dejando claro que es un concepto vacío de significado, que ni se puede describir seriamente.

No aporta más que la típica expresión tibetana que se usa para apuntar a falacias conceptuales: «el hijo de una mujer estéril».

Técnicamente «libre albedrío» es una falacia conceptual equivalente pues no apunta a nada que podamos describir o entender como podría funcionar (un querer sin causa). Así pues ambas expresiones apuntan a lo mismo. A nada. De ahí que Voltaire diga que «es una quimera indigna ni de ser combatida”

Los detractores de este modelo o los libre-albedriistas en general, llaman a eso que no tiene sensación de autoría por ser muy rápido «acciones automatizadas» para distinguirlas de aquellas en las que «ellos actúan» con claridad, y así el argumento es que ellos deciden siempre y conscientemente (y sabiendo por qué actúan) pero que luego hay acciones que son casi como movimientos reflejos y por eso no los deciden (al estilo del reflejo de la rodilla).

Pero en realidad no lo son.

Eso es parte del espejismo y en realidad es evidente que realizamos muchas acciones muy complejas sin aplicar voluntad consciente o incluso sensación detectable de autoría. No son meros reflejos, ni acciones sencillas.

Por ejemplo conducir mientras piensas en otra cosa es una acción muy compleja y muy poco automática, que solo se puede resolver con gran inteligencia, sea la nuestra o la una IA de Tesla (que todavía fallan). No son acciones automatizadas, ni sencillas, pero no tienes sensación de autoría propia por lo comentado. En este caso no es una acción lenta o ineficiente pero si estás absorto pensando en otra cosa, no surgen pensamientos sobre la acción, sino sobre otra cosa y también se pierde la sensación de autoría (esto no lo dice el texto, pero se puede observar con claridad a partir de cierto punto de trascendencia del intelecto).

Es por eso también, por cierto, que cuando quedas absorto en tus pensamientos que no son sobre la acción, no hay sensación de autoría, pero no lo notas porque estás absorto. Cuando estás no-absorto y/o centrado/absorto en la acción concreta, la sensación de autoría es muy fuerte.

Así encaja de nuevo perfectamente la visión interna funcional del meditador (en este caso la nuestra) con la visión neurocientífica externa.

Seguimos reforzando estas ideas, el famoso neurocientífico Damasio dice con un lenguaje algo más técnico: «la voluntad consciente es el marcador somático que autentica el autor de la acción como uno mismo». Es decir más o menos lo mismo que hemos comentado dicho algo más técnicamente: la voluntad consciente es un aviso a la consciencia desde la inconsciencia de que «esto lo he hecho yo o lo voy a hacer yo a propósito. Tranquilidad».

El autor aún da otra vuelta de tuerca con un impacto muy espiritual: «Nuestra experiencia [falsa] de voluntad consciente puede tener más influencia en nuestra vida moral que la verdadera causa de nuestro comportamiento.»



Es decir, que nos juzgamos en función de las explicaciones que construimos de nuestra voluntad consciente, y como hemos visto, esas explicaciones son hipótesis a menudo equivocadas... Luego nuestro juicio sobre nosotros mismo también tiene pies de barro (siendo suaves). Es hipotético.

Dicho de otra manera, construimos nuestra imagen como personas de forma básicamente inventada, que es otro planteamiento espiritual habitual. La imagen que tienes de ti mismo es básicamente inventada (por ti) y es así, porque no conoces en detalle, ni con precisión ni las causas por las que haces las cosas.

El texto finaliza comentando sobre lo que llama «voluntad ilusoria».

Eso son las distorsiones cognitivas que afloran para poder mantener la ilusión de voluntad. Es la situación en que el sujeto inventa o distorsiona pensamientos sobre la acción para hacerlos coherentes con lo que él piensa que debe ser su voluntad o su capacidad como agente. Estas distorsiones nos ejemplifican todo lo visto hasta ahora.

Un ejemplo de esto es cuando bajo hipnosis a alguien se le hace realizar alguna acción exótica y luego se le pide que la justifique: casi siempre se encuentra una explicación (totalmente inventada) para justificar por qué lo hizo voluntariamente (según él), lo cual es falso pues lo hizo hipnotizado y sin otra causa más que la influencia hipnótica. Pero como el sujeto eso no lo sabe, pues inventa razones, dado que su sensación de autoría fue total: lo hizo porque quiso o más bien, eso le parece.

Este ejemplo demuestra cuan inventadas son las razones que nos mueven a la acción (y al pensar y al hablar...)

Esa situación anterior tan exagerada, de forma parecida nos ocurre a todos, todos los días. Nos piden que expliquemos por qué hacemos algo o sentimos la necesidad de usar esas razones en nuestros argumentos. Y todo ello probablemente contiene una gran carga de ilusoriedad, es ilusorio, está influido en gran parte, no por la hipnosis de otra persona, sino por nuestra propia hipnosis que es básicamente las creencias sobre lo que somos y no somos que nos ciegan y construyen las razones que sean coherentes con esas

creencias, sin siquiera dudar ni por un instante que eso pueda ser en gran parte inventado.

Así nuestras vidas se convierten básicamente en una dicotomía entre lo que realmente hacemos y la historia sobre nosotros mismo que nos hemos inventado y que servirá para justificar nuestras acciones, de origen notablemente desconocido.

Así la metáfora de la hoja en el río, que es lo que somos, se completa, entendiendo que la hoja siempre, siempre, siempre, cree que ella dirige las aguas del río y por eso sabe con seguridad hacia donde va.

Y ya acabamos este texto apasionante y que tanto refuerza los planteamientos del blog, con su último párrafo completo:

La idea de que la voluntad consciente es una ilusión, en resumen, está respaldada por una variedad de demostraciones experimentales y de casos, de la extraordinaria disociación que existe entre la experiencia de la voluntad y las fuentes reales de la acción. Las personas sienten voluntad por acciones que no causaron, y pueden no sentir voluntad por acciones que claramente causaron. La desconexión fundamental de la sensación y el hacer sugiere que la sensación de voluntad consciente emana de mecanismos mentales que no son los mismos que los mecanismos mentales que provocan la acción.

Resumiendo, es este un texto demoledor para los egos, los yoes y los atmanes, el libre albedrío, el yo controlo, el yo sé quién soy y por qué hago las cosas, la culpa, la personalidad e incluso la fiabilidad de nuestros pensamientos...

Espero os haya gustado y a los más interesados, os animo a leer el texto completo, pues seguro que no queda muy mal traducido por google u otros.

## Anexo:

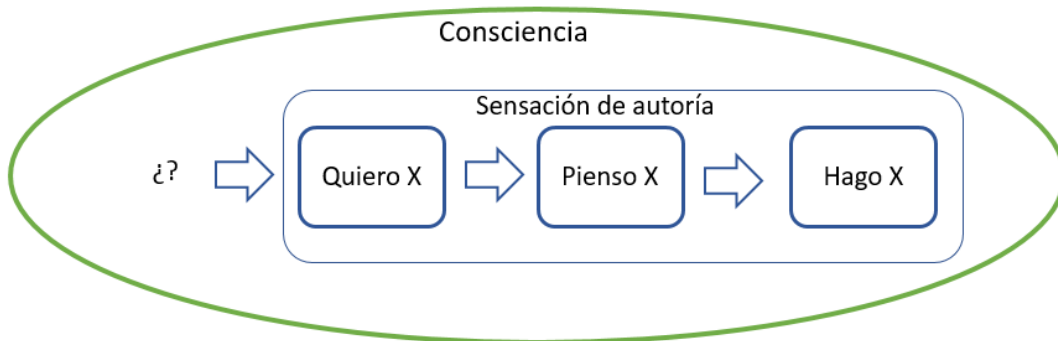
A modo de resumen y aclaración de las entradas anteriores, vamos a poner en unos pequeños esquemas, cómo se ve la voluntariedad habitualmente y como propone que ocurre según la teoría de causación aparente.

Empecemos por cómo lo vemos habitualmente:

Habitualmente percibimos la voluntad y autoría de nuestros actos como un proceso 100% consciente por ello todo queda representado dentro del «ámbito» de la consciencia.

Hay dos opciones posibles pero son muy similares, en todos los casos es un proceso en serie consciente en el que pasan las cosas unas detrás de otras:

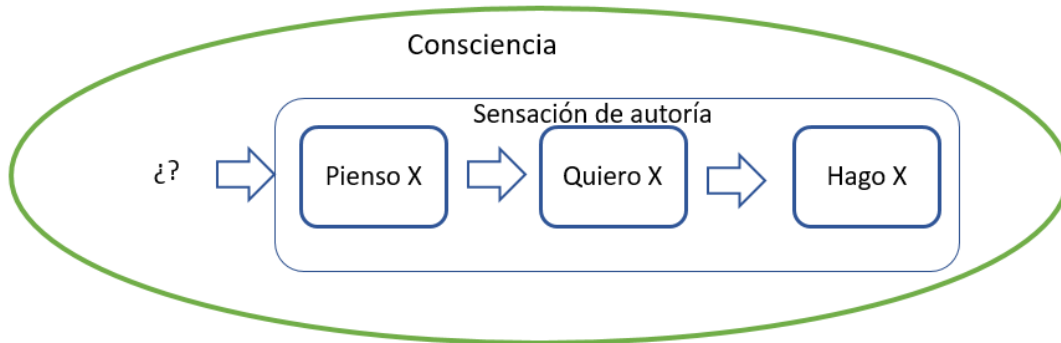
Opción A: Quiero hacer algo, luego Pienso «voy a hacer X» y hago X.



El interrogante al inicio, se pone porque como decía Schopenhauer «haces lo que quieres, pero no decides lo que quieres». Luego el origen de ese querer es desconocido. Nadie controla porque le gusta algo y odia otra cosa, no hay control sobre eso.

Todo fácil directo, evidente, consciente y ... falso. 😊

Opción B: Pienso «quiero hacer X», luego surge la voluntad de hacer X, luego hago X.

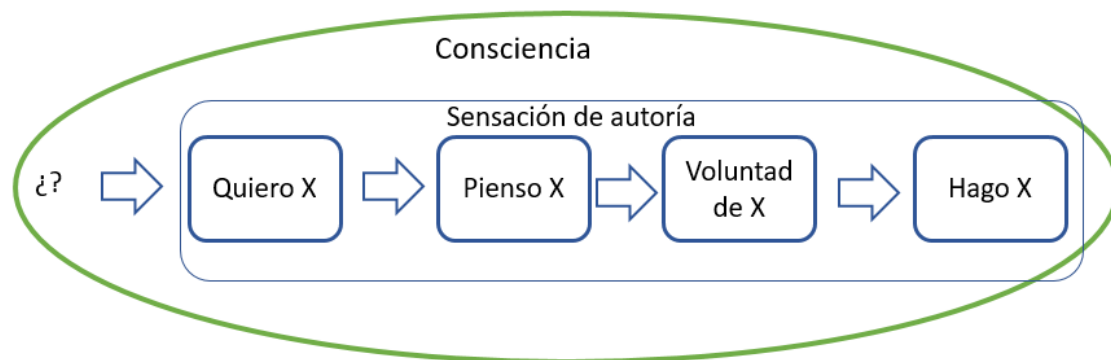


Hay personas que opinan que su pensamiento desencadena lo que quiere hacer y personas que opinan que lo que quieren hacer desencadena su pensamiento. Serían estas dos opciones.

La Opción B, donde el pensamiento desencadena todo, es la más intelectual y posiblemente la creencia más común fuera de la espiritualidad y las ciencias de la mente.

La Opción A es también muy común y será especialmente habitual en meditadores pues saben que «Pensar sobre X» puede estar ausente y sin embargo «querer hacer X» presente, luego no pueden estar 100% conectados.

También podemos distinguir «querer algo» de «voluntad» (aunque es raro) y proponer un proceso con cuatro fases: Quiero X, pienso en hacer X, surge la voluntad de hacer X y hago X. Todo en secuencia y los meditadores seguramente dirán que la parte de «Pensarlo» es opcional.

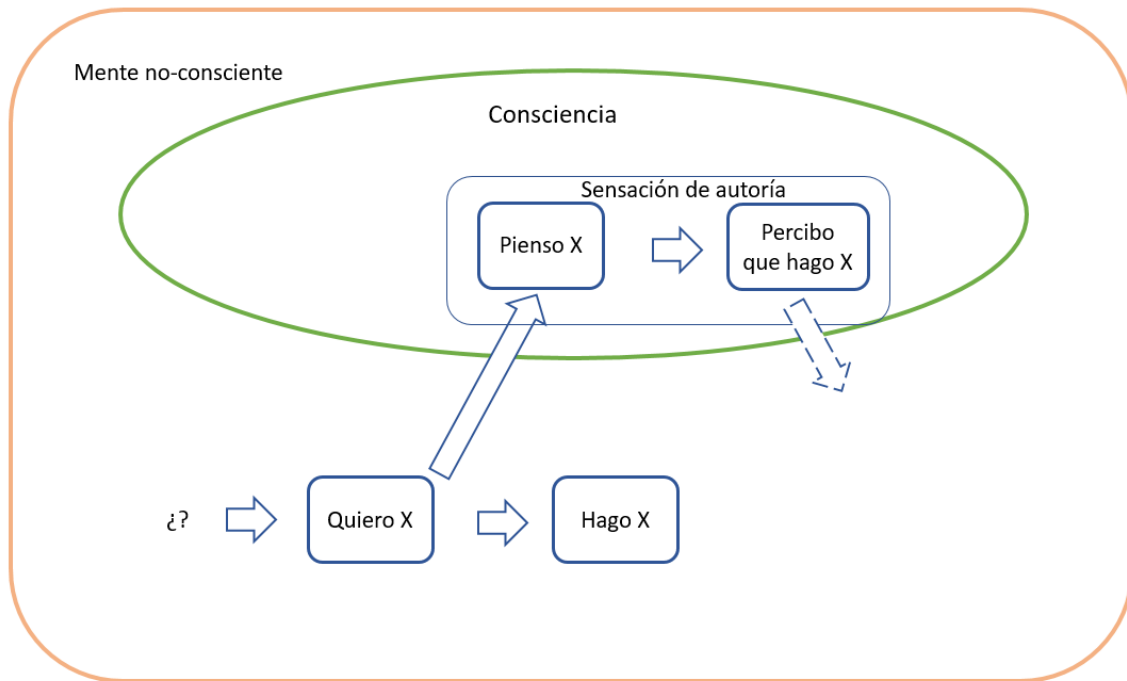


Es interesante ver que el pensamiento aunque afirmaremos con contundencia que es voluntario y pienso lo que quiero pensar, bastará con decidir no pensar durante 20 minutos para ver cuan falso es eso... Ya en Dinámicas de realización hace una década, destacábamos la paradoja de que el pensamiento parece ser voluntario a veces y muy poco voluntario otras veces. Con esta teoría empezamos a entender por qué.

Al final, todas estas posibilidades son obviamente falsas a poco que nos observemos en diferentes situaciones y esto ya lo sabíamos. Lo que ocurre es que lo olvidamos y/o no lo tenemos interiorizado completamente.

Hay otras opciones posibles aunque parecidas, seguramente se te ocurren otras, pero da un poco igual porque todas esas opciones son falsas y eso ya se sabe. No es ninguna hipótesis. Lo que puede ser una hipótesis es la propuesta de cómo puede estar ocurriendo esto realmente, a partir de los experimentos realizados.

Veamos qué propone la neurociencia como circuito más probable. Para ello tenemos que incorporar al gráfico una parte no consciente:



La teoría de la causación aparente y casi todos los indicios neurocientíficos nos dicen que la cosa ocurre de una manera más complicada y sobre todo muy diferente a la que creemos y con funciones no-conscientes operando (en la línea inferior).

El impulso para hacer algo surgiría siempre en la parte no-consciente y también por motivos desconocidos.

Y justo después se aflorarían a la consciencia dos tipos de qualia (fenómenos) que son dependientes entre sí:

- Pensamiento explícito sobre la acción (el famoso comentarista)
- Sensación de autoría.

Especialmente se observa que la sensación de autoría, depende del pensamiento explícito sobre la acción. Cabe decir que el texto original no dice, y tengo mis dudas, que haya qualia alguno que sea la «sensación de autoría», tómese pues eso con pinzas. Si fuera el caso de que no existe, entonces la sensación de autoría sería una mera creencia (creo que actúo voluntariamente) inducida por el pensamiento aflorado desde la inconsciencia.

En paralelo y (muy importante) no debido al pensamiento o a la sensación de autoría se ejecutará la acción.

La consciencia no sabe ni caminar, por eso la acción la dejo en lo inconsciente, además eso alinea la propuesta con el concepto Advaita de que la consciencia no es un hacedor (y es cierto), pero la consciencia recibe cierto feedback fenoménico también pues «percibe» la acción que se está realizando y por tanto confirma el acto, completando el ciclo.

Tal como hemos comentado pero el texto no decía, los procesos que beben de la consciencia (las seis vijñanas en el modelo clásico Yogacara) también obtienen información en todo este proceso (es el feedback comentado) y esa información llegará a la inteligencia, cerrando el círculo. Se muestra por ello en línea discontinua. Por ejemplo, si al realizar la acción (sea la que sea) nos equivocamos, eso será percibido y procesado (vijñana del ver) y llegará a la inteligencia global.

Espero que estos modestos esquemas hayan ayudado a entender la propuesta de esta apasionante teoría, que tan bien encaja con lo que puede llegar a percibir un psiconauta.