



Dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional*

Two philosophical theories of intentional mental wandering

Santiago Agudelo Berrío**

Resumen

El rompecabezas de la divagación voluntaria plantea que la divagación mental intencional implica la contradicción de dos modos opuestos de pensamiento: dirigido y no-dirigido a un objetivo o tarea. Sin embargo, existe evidencia empírica que respalda los casos de divagación mental intencional. ¿Cómo es esto posible? En el presente trabajo abordaré dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional: la teoría del meta-control y la teoría de la omisión intencional. Mi principal objetivo es analizar cómo podrían articularse para superar el rompecabezas. Además, mostraré que tal articulación es una teoría fuerte, ya que propone una explicación promisoriosa a dos de los problemas más generales sobre el tema en la filosofía y las ciencias cognitivas: la agencia en la divagación mental intencional y la opacidad definicional del concepto de divagación mental.

Palabras clave: acciones mentales, agencia indirecta, divagación mental intencional, omisiones, rompecabezas de la divagación voluntaria.

Abstract

The puzzle of willful wandering states that intentional mind-wandering involves the contradiction of two opposing modes of thought: goal or task-directed, and non-goal or task-directed. However, empirical evidence supports the cases of intentional mind-wandering. How is it possible? In this paper I will address two philosophical theories of intentional mind-wandering: meta-control theory, and intentional omission theory. My main aim is to analyze how they could be articulated to overcome the puzzle. Furthermore, I will show that such articulation is a strong theory, since it proposes a promising explanation about two of more general problems on the topic in philosophy and cognitive sciences: agency in intentional mind-wandering, and definitional haze of the concept mind-wandering.

Keywords: mental actions, mind-wandering, indirect agency, omissions, puzzle of willful wandering.

*

Este trabajo se desarrolló en el marco del proyecto de investigación “Agencia indirecta en dos procesos cognitivos: memoria y pensamiento creativo” (código TG2022-05-SAB). Asimismo, se abordaron varias cuestiones sobre la agencia en la divagación mental, derivadas de mi participación como joven investigador (2020-2021) en el proyecto “Mind-wandering, mental action, and metacognition”, del profesor Santiago Arango-Muñoz (código 2018-23054). Ambas investigaciones están adscritas al Instituto de Filosofía y la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Antioquia.

**

Estudiante de la licenciatura en filosofía de la UdeA. Psicólogo de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. Integrante del Semillero Episteme, adscrito al grupo de investigación Conocimiento, Filosofía, Ciencia, Historia y Sociedad, del Instituto de Filosofía de la Universidad de Antioquia.

Introducción

La divagación mental es un tipo de *actividad mental generada internamente*, categoría que engloba a los procesos mentales cuyo contenido está desvinculado de los eventos del mundo externo en un tiempo determinado¹ (Andrews-Hanna *et al.*, 2013; Andrews-Hanna *et al.*, 2014; Callard *et al.*, 2013; Smallwood y Andrews-Hanna, 2013; Smallwood y Schooler, 2015). Para la visión estándar, la divagación mental es un pensamiento no-relacionado con la tarea o independiente del estímulo (Antrobus, 1968; Giambra, 1989, 1995; McMillan *et al.*, 2013; Smallwood y Schooler, 2006, 2015). En otras palabras, el agente se abstrae de lo que ocurre aquí y ahora.

Considere el ejemplo de un oficinista que debe atender llamadas, analizar datos y responder correos electrónicos (Smallwood y Schooler, 2015). Si en el transcurso de tales tareas se abstrae de manera espontánea en la planificación de sus próximas vacaciones de verano, este nuevo curso de pensamiento no es relevante para sus circunstancias actuales. En consecuencia, el oficinista ha tenido un típico caso de divagación mental, tal y como lo define la visión estándar.

A grandes rasgos, la divagación mental es un proceso espontáneo que ocupa entre el 30 % y el 50 % del tiempo de vigilia (Christoff *et al.*, 2016; Killingsworth y Gilbert, 2010; Marchetti *et al.*, 2016). Sin embargo, algunas investigaciones han encontrado que, además de los casos típicos, también existe la divagación mental intencional (Giambra, 1995; Golchert *et al.*, 2017; Kane *et al.*, 2007, 2017; Robison *et al.*, 2020; Robison y Unsworth, 2018; Seli *et al.*, 2016a; Seli *et al.*, 2016b; Seli *et al.*, 2017). Esto sugiere que el agente puede tomar la decisión de iniciar y mantener un tren de pensamientos no-relacionado con su tarea².

Según el rompecabezas de la divagación voluntaria (*puzzle of willful wandering*), la divagación mental intencional es incompatible con la visión estándar (Murray y Krasich, 2020), ya que implica la contradicción de dos modos opuestos de pensamiento: dirigido y no-dirigido a un objetivo o tarea. A este respecto, Murray y Krasich (2020) proponen dos soluciones: abandonar la visión estándar o rechazar la divagación mental intencional. La primera significa renunciar al principal paradigma de investigación sobre el tema en las ciencias cognitivas³. La segunda, en cambio, exige elaborar una *teoría del error* que explique la supuesta evidencia en favor de los casos de divagación mental intencional.

1

Otras instancias de actividad mental generada internamente son el pensamiento creativo y el sueño nocturno (Christoff *et al.*, 2016). El contenido mental es aquello de lo cual versa un pensamiento, y se expresa mediante proposiciones (O'Madagain y Tomasello, 2021).

2

En adelante, solo tomaré la versión más básica de la versión estándar, es decir, aquella que define la divagación mental por su independencia respecto de la tarea que el agente tiene a la mano.

3

Cerca del 95 % de las investigaciones del año 2016 implementaron la visión estándar (Mills *et al.*, 2018).

Ante este panorama, han surgido dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional: la teoría del meta-control (Irving, 2021) y la teoría de la omisión intencional (Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021). La primera sostiene que el agente ejerce control de segundo orden (o meta-control), con el cual suprime el control de los pensamientos de primer orden. Esto causa un modo de pensamiento no-guiado (de segunda instancia). En contraste, la segunda sostiene que el agente omite intencionalmente el control de sus pensamientos, lo cual causa que fluctúen de un tema a otro de manera cuasi-aleatoria.

El principal objetivo del presente trabajo es analizar cómo podrían articularse ambas teorías para superar el rompecabezas. En la sección 2., describiré una parte representativa de la investigación científica sobre los dos tipos de divagación mental. En la sección 3., explicaré el rompecabezas, las soluciones que proponen Murray y Krasich (2020) y los paradigmas alternativos a la visión estándar. En la sección 4., reconstruiré las dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional. En la sección 5., abordaré la articulación de ambas teorías, teniendo en cuenta sus similitudes y diferencias, y los desafíos del rompecabezas. Finalmente, en la sección 6., mostraré que tal articulación es una teoría fuerte, ya que propone una explicación promisoriosa a dos de los problemas más generales sobre el tema en la filosofía y las ciencias cognitivas: la agencia en la divagación mental intencional y la opacidad definicional del concepto de *divagación mental*.

Divagación mental espontánea y divagación mental intencional

A menudo, los investigadores recurren a los sondeos de pensamiento⁴ para estudiar las propiedades de la divagación mental. Esta técnica consiste en evaluar los cambios en el contenido de los pensamientos en condiciones controladas (Smallwood, 2013; Smallwood y Schooler, 2006, 2015). El modelo más extendido es el SART (*Sustained Attention to Response Task*), implementado en neurociencias para evaluar la atención sostenida al desempeñar una tarea (Robertson *et al.*, 1997). En este caso, el investigador le asigna al sujeto una tarea fácil y monótona, como identificar secuencias numéricas o patrones de figuras en una pantalla. Luego observa si existe alguna correlación entre los lapsos atencionales y ciertas alteraciones en el cerebro.

En el caso de la divagación mental, el investigador registra los autoinformes del sujeto para evaluar si sus pensamientos efectivamente están relacionados con la tarea⁵ (Smallwood, 2013; Smallwood

4

Los sondeos de pensamiento también se conocen como sondeos de experiencia. Esta no ha sido la única técnica implementada en las investigaciones de la divagación mental. También se han usado encuestas y baterías psicotécnicas, como el cuestionario de divagación mental (Mrazek *et al.*, 2013) y la escala de mente excesivamente divagante (Mowlem *et al.*, 2019).

y Schooler, 2006, 2015). Imagine, por ejemplo, que la tarea consiste en observar una secuencia de animales en una pantalla y presionar un botón cada vez que aparezca cierto cuadrúpedo (*e. g.* perro, caballo, vaca, etc.). Durante el transcurso del experimento, el investigador solicita al sujeto que describa sus pensamientos. Si el sujeto piensa en un tema distinto a los animales (*e. g.* la película que verá más tarde), el investigador concluirá que ha estado divagando mentalmente.

A lo largo de varias investigaciones, se ha encontrado que existen dos tipos de divagación mental: espontánea e intencional (Giambra, 1995; Golchert *et al.*, 2017; Kane *et al.*, 2007, 2017; Robison *et al.*, 2020; Robison y Unsworth, 2018; Seli *et al.*, 2016a; Seli *et al.*, 2016b; Seli *et al.*, 2017). La principal distinción entre ambos tipos estriba en la agencia, es decir, la capacidad ejecutiva con la cual materializamos nuestras intenciones (Chisholm, 1979; Davidson, 1971; Frankfurt, 1978). Mientras que la divagación mental espontánea no es algo que hacemos, sino que nos sucede de manera pasiva (Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021; Irving, 2021), la divagación mental intencional es un proceso que iniciamos y mantenemos de manera activa, lo cual sugiere que podemos monitorear y regular los pensamientos en estos casos.

Ambos tipos de divagación mental se correlacionan con factores cognitivos, contextuales y disposicionales (Robison *et al.*, 2017, 2020; Robison y Unsworth, 2018). Se destacan dos factores cognitivos: funciones ejecutivas y dificultad de la tarea; dos factores contextuales: motivación y niveles de alerta; y un factor disposicional: salud mental (Robison *et al.*, 2020). En específico, mientras que la divagación mental espontánea se correlaciona con el desempeño de funciones ejecutivas, los niveles de alerta y la salud mental, la divagación mental intencional lo hace con la dificultad de la tarea y la motivación (Robison *et al.*, 2017, 2020; Robison y Unsworth, 2018; Seli *et al.*, 2015, 2019). McVay y Kane (2010) sostienen que la divagación mental ocurre por fallas temporales en las funciones ejecutivas, como la memoria de trabajo⁶ y el control de la atención⁷. Estas capacidades son fundamentales para mantener la información y operar con ella durante el desempeño de cierta tarea. Al perder el control sobre sus procesos mentales, el agente se abstrae en pensamientos generados espontáneamente. En contraste, Smallwood y Schooler (2006) consideran que no se trata exactamente de un fallo, sino de una inversión en las funciones ejecutivas, las cuales se desviarían de la tarea actual (proceso primario) para respaldar la divagación mental (proceso secundario), de modo que ambos procesos competirían por ocupar las funciones ejecutivas. En una investigación posterior, Smallwood y

5

La visión estándar ha sido preminente en las investigaciones científicas (Murray y Krasich, 2020). De ahí que el principal criterio para determinar si el sujeto ha divagado mentalmente sea la relación entre su pensamiento y la tarea.

6

La memoria de trabajo es la capacidad de mantener en la mente la información conceptual o perceptual relevante para desempeñar una tarea (Diamond, 2013, pp. 142-143).

7

El control de la atención es la capacidad para mantener el enfoque en una tarea y evitar estímulos distractores (Diamond, 2013, p. 137).

Andrews-Hanna (2013) consideraron que nuestra flexibilidad cognitiva podría favorecer una respuesta adaptativa ante los casos de divagación mental, lo cual sugiere que los agentes con alta flexibilidad cognitiva son capaces de realizar una tarea mientras divagan mentalmente⁸.

Los niveles de alerta y la salud mental se explican a partir de las alteraciones en el cerebro. A nivel cortical, la divagación mental hace parte de los procesos asociados a la red neuronal por defecto (*default network*)⁹, como la memoria autobiográfica, la conceptualización y la simulación mental orientada al futuro. Esta red permanece activa especialmente durante la cognición espontánea y los periodos de reposo (Christoff *et al.*, 2009, 2016; Dixon *et al.*, 2017; Fox *et al.*, 2005; Fox *et al.*, 2015). En cambio el desempeño de una tarea depende de la red neuronal orientada a tareas (*task-positive network*)¹⁰, que permanece activa durante la inversión de recursos ejecutivos, lo cual incluye no solo el control cognitivo sino también motriz (Dixon *et al.*, 2017, 2018; Fox *et al.*, 2005; Fox *et al.*, 2015; Golchert *et al.*, 2017).

Cabe destacar que también existe una tercera red: la red cingulada-insular media (*salience network*), que básicamente sirve de intermediaria entre las primeras dos, modulando sus patrones de activación (Menon, 2015). Si aumenta la actividad en la red orientada a tareas, disminuye notablemente en la red neuronal por defecto, y viceversa (Cocchi *et al.*, 2013; Spreng *et al.*, 2013). Sin embargo, algunos autores proponen que la falta de energía implica la concentración de ondas cerebrales bajas en unas regiones corticales más que en otras (Andrillon *et al.*, 2019). Aunque las correlaciones entre las redes neuronales no son definitivas (Fox *et al.*, 2015), es previsible que la concentración de ondas cerebrales bajas en la red neuronal por defecto contribuya a los casos de divagación mental espontánea.

En cuanto a la salud mental, el déficit de atención (Bozhilova *et al.*, 2018; Bozhilova *et al.*, 2020) y la esquizofrenia (Iglesias-Parro *et al.*, 2020) son algunos de los trastornos que se asocian con una activación constante de la red neuronal por defecto, a pesar de que el agente esté desempeñando una tarea. Esto sugiere que las alteraciones neuronales influyen en la red cingulada-insular media y, por ende, en los patrones de activación entre la red neuronal por defecto y la red neuronal orientada a tareas, lo cual repercute finalmente en los casos de divagación mental espontánea.

Por su parte, los factores correlacionados con la divagación mental intencional sugieren que estos casos nos permiten aliviar el estrés psicológico derivado del esfuerzo cognitivo, el mal humor o el

8

Una situación semejante es la del conductor que avanza por la carretera mientras divaga mentalmente (véase Berthié *et al.*, 2015, para una revisión más amplia).

9

Algunas regiones que conforman la red neuronal por defecto son la corteza prefrontal medial, la corteza cingulada posterior y el hipocampo (Christoff *et al.*, 2009, 2016)

10

Algunas regiones que conforman la red neuronal orientada a tareas son la corteza prefrontal medial, la corteza prefrontal dorso-lateral, la corteza cingulada anterior y el área motora suplementaria (Dixon *et al.*, 2018; Fox *et al.*, 2005; Golchert *et al.*, 2017).

aburrimiento (*cf.* Robison y Unsworth, 2018). Cuando sentimos que una tarea es tan difícil que sobrepasa nuestras propias capacidades, tenderemos a divagar mentalmente, y será igual si sentimos que la tarea es demasiado sencilla o monótona. Si no existe un incentivo valioso asociado a la tarea, ocuparemos nuestros pensamientos en otros asuntos que consideremos más interesantes¹¹ (Seli *et al.*, 2019). De modo que moderar la dificultad de la tarea llevaría a menos episodios de divagación mental y lo mismo sería el caso si la tarea ofrece incentivos más valiosos para el agente (Robison y Unsworth, 2018; Robison *et al.*, 2020).

A primera vista, los casos de divagación mental intencional representarían una contradicción a nivel neuronal, debido al antagonismo existente entre la red neuronal por defecto y la red neuronal orientada a tareas. Sin embargo, Golchert *et al.* (2017) encontraron, mediante imágenes por resonancia magnética, que la divagación mental intencional implica la activación no solo de la red neuronal por defecto sino también de regiones como la corteza prefrontal medial, la corteza cingulada anterior y la corteza prefrontal rostrolateral. Esto quiere decir que, contrario a los resultados previstos, en los casos de divagación mental intencional ocurre una conexión funcional positiva entre las dos grandes redes neuronales mencionadas.

Este esbozo de los factores correlacionados con ambos tipos de divagación mental ofrece un panorama de lo que ha sido su investigación científica. En los últimos años, los filósofos se han interesado en los problemas conceptuales relevantes a este tema (Irving y Glasser, 2019), entre los cuales se encuentran la opacidad definicional del concepto de divagación mental, la demarcación con respecto a otros procesos mentales semejantes (*e. g.* las distracciones y el soñar despierto) y, por supuesto, los casos de divagación mental intencional (Metzinger, 2018). En la siguiente sección, abordaré el problema de los casos intencionales a partir del rompecabezas en cuestión.

3. Rompecabezas de la divagación voluntaria

A grandes rasgos, considero que el rompecabezas se resume en dos premisas¹² principales:

- El agente S divaga mentalmente si y solo si S ha tenido un pensamiento no-relacionado con la tarea.
- A es una acción intencional si S tiene la intención próxima de A , o si A hace parte del *potencial motivacional* de una acción

11

Una teoría filosófica que retoma esta idea es la de Shepherd (2019), quien considera que la divagación mental consiste en un despliegue automático de control cognitivo, cuya finalidad es que el agente encuentre una tarea con mayores incentivos para él

12

El rompecabezas es una deducción con diecisiete proposiciones. Considero que las premisas 1 y 3 son las más relevantes en mi análisis, ya que las demás premisas se siguen de estas dos (véase Murray y Krasich, 2020, para una revisión más amplia).

B ; es decir, S está motivado a llevar a cabo B si cree que A es un medio constitutivo o un efecto secundario previsto de B .

La primera premisa es la visión estándar, y la segunda, el criterio de Bratman (1987) para determinar cuándo una acción es intencional¹³. Con esto a la vista, el problema de la divagación mental intencional consiste en lo siguiente:

- Desde la visión estándar, formar la intención próxima de divagar mentalmente implicaría asumir la tarea de iniciar y mantener un pensamiento no-relacionado con la tarea, lo cual es una contradicción.
- No es plausible que un pensamiento no-relacionado con la tarea sea un medio constitutivo de la tarea.
- Por definición, la divagación mental no es el medio constitutivo de ninguna acción.
- Para que la divagación mental pueda ser intencional por causa de otra acción, se requiere de un principio que determine cuándo un efecto secundario previsto hereda la intencionalidad de la acción que se deriva.
- Murray y Krasich (2020) consideran este principio: “Un efecto esperado E de la intención de B es intencional solo si es el caso de que un agente podría tener la intención próxima de E ” (p. 4, traducción propia); llamaré a esto *principio de acción ocasional*.
- Principio de acción ocasional y divagación mental: “Si la divagación mental de S es un efecto previsto de su acción B , entonces S debe ser capaz, en alguna ocasión, de tener la intención próxima de divagar mentalmente”¹⁴ (Murray y Krasich, 2020, pp. 3-4, traducción propia).
- La visión estándar es incompatible con el principio de acción ocasional.
- La divagación mental no es una acción ni un efecto secundario previsto de otra acción.
- Por tanto, los casos de divagación mental intencional no tienen sentido sobre la base de la visión estándar.

Una de las preguntas que se sigue de este esquema es por qué el principio de acción ocasional es plausible. Murray y Krasich (2020) consideran que tal principio “explica algunas de nuestras intuiciones sobre la distribución de la intencionalidad en la acción” (p. 4, traducción propia). Para ilustrar esto, contrastan dos ejemplos propuestos por Butler (1978) con la divagación mental. En el primero, Brown lanza un dado y obtiene el número seis. En el segundo, Brown toma

13

En su respectivo orden, se trata de las premisas 1 y 3 del rompecabezas (Murray y Krasich, 2020, p. 2).

14

Este fragmento corresponde a la proposición 15 del rompecabezas.

un revólver y pone una bala en una de las seis recámaras, gira el tambor y hala el gatillo mientras apunta a Smith; Brown dispara y Smith muere.

El meollo del asunto es el siguiente: si el azar está involucrado en ambos casos, ¿por qué lanzar el dado y obtener seis no parece ser una acción intencional de Brown, mientras que el asesinato de Smith sí? La respuesta es que Brown solo podría formar la intención próxima de asesinar a Smith (Murray y Krasich, 2020). En contraste, el rompecabezas demuestra que la divagación mental es semejante al ejemplo del dado. No es algo que al agente pueda hacer, ni siquiera de manera ocasional.

Para resolver el rompecabezas, Murray y Krasich (2020) proponen dos soluciones, ambas con un carácter eliminativista. La primera es rechazar la visión estándar de la divagación mental, lo que implica renunciar a uno de los paradigmas más investigados sobre el tema en las ciencias cognitivas. La segunda es rechazar los casos de divagación mental intencional, lo cual exige elaborar una teoría del error que explique la supuesta evidencia en favor de tales casos.

Al abandonar la visión estándar, quedan dos paradigmas alternativos. Por un lado está la visión dinámica, según la cual la divagación mental, el sueño nocturno y el pensamiento creativo conforman una familia de procesos espontáneos que se distinguen entre sí por sus dinámicas de control del pensamiento¹⁵ (Christoff *et al.*, 2016, 2018; Irving y Glasser, 2019). En teoría, parece que ejercemos una mayor restricción en el pensamiento creativo en contraste con la divagación mental, y en esta última con respecto al sueño nocturno. Asimismo, cuando nos enfocamos en un objetivo o tarea, parece que ejercemos una mayor restricción del pensamiento, en contraste con los procesos espontáneos ya mencionados.

Por otro lado, está la *visión de la familia de semejanzas*, según la cual la divagación mental es un constructo heterogéneo de características superpuestas entre sí. No hay, pues, un conjunto de condiciones necesarias y suficientes que abarquen todas las instancias de divagación mental¹⁶. Por tanto, no es plausible una definición unívoca de este proceso. Aunque hay múltiples definiciones semejantes entre sí¹⁷, hasta ahora, la evidencia empírica y la lógica no inclinan la balanza a favor de alguna de ellas en particular. Por tanto, es un deber de los investigadores aclarar qué instancia de divagación mental abordan en sus estudios¹⁸.

Murray y Krasich (2020) sostienen que ninguno de los paradigmas alternativos ofrece alguna ventaja teórica para superar el rompe-

15

Christoff *et al.* (2016) proponen que este control consiste en la capacidad del agente para definir el contenido de los pensamientos, así como para terminar un estado o proceso mental y comenzar otro.

16

En términos técnicos, la visión de la familia de semejanzas define la divagación mental como una clase natural.

17

Por ejemplo, “pensamiento no relacionado con la tarea” (Smallwood y Schooler, 2006); “pensamiento no-guiado” y “pensamiento desunificado” (Carruthers, 2015).

18

La presente investigación gira en torno a dos definiciones de divagación mental: pensamiento no-relacionado con la tarea y pensamiento no-guiado, y argumento en favor de esta última.

cabezas. La visión dinámica conlleva a una contradicción semejante a la visión estándar: si el agente forma la intención próxima de divagar mentalmente, entonces tendría que iniciar y mantener dos dinámicas de pensamiento opuestas, dirigidas y no-dirigidas a cierto objetivo. Por su parte, la visión de la familia de las semejanzas admite que la visión estándar y la divagación mental intencional son compatibles, lo cual no se ajusta al principio de acción ocasional.

En cuanto a rechazar los casos intencionales, un hecho a favor de elaborar una teoría del error es que las investigaciones sobre la divagación mental han recurrido a una metodología similar, que implica la asunción de la visión estándar, la implementación del modelo SART y los sondeos de pensamiento (Murray *et al.*, 2020). Podría esperarse, entonces, que una metodología similar derive en errores comunes entre distintas investigaciones, como malinterpretar los autoinformes de los sujetos, atribuyéndoles erróneamente que presentaron casos de divagación mental intencional.

De ser así, tales errores podrían explicarse a partir de otros procesos semejantes a la divagación mental, como el sueño diurno dirigido¹⁹, el cambio motivado de tarea y el procesamiento de objetivos personales (Murray y Krasich, 2020). Sin embargo, no creo que apostar por una teoría del error sea una solución plausible para responder al rompecabezas, pues una teoría así supone un escepticismo radical que ya se ha puesto en cuestión. Esto último se aprecia especialmente en dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional: la teoría del meta-control (Irving, 2021) y la teoría de la omisión intencional (Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021). En la siguiente sección, reconstruiré los principales planteamientos de ambas.

4. Teorías filosóficas

4. 1. Teoría del meta-control

La teoría del meta-control de Irving (2021) sostiene que la divagación mental intencional está en el intermedio de la actividad mental pasiva y activa. Al dirigir los pensamientos a un objetivo, se satisfacen dos condiciones: 1) *condición normativa*: el agente debe enfocar fiablemente su atención en la información relevante para su objetivo; y 2) *condición contrafáctica*: si el agente pierde el enfoque, lo notaría, sentiría incomodidad y estaría en disposición de corregir este hecho. Así, los objetivos son una suerte de marcos fenomenológicos (*phenomenologi-*

19

Aclaro al lector que “el sueño diurno dirigido” se refiere al término inglés *focused day-dreaming*.

cal frames), es decir, separan la información relevante de las distracciones (Irving, 2021), tal y como el marco de una pintura la separa de los demás elementos del ambiente.

A grandes rasgos, la divagación mental no satisface aquellas condiciones. Por ello, Irving la define como un *pensamiento no-guiado* (*unguided thought*). Sin embargo, parece que esta definición solo se ajusta a los casos espontáneos, no a los intencionales. Si se supone que todo proceso intencional es susceptible de control agencial, entonces, ¿cómo podrían ser posibles los casos de divagación mental intencional? Es aquí donde el *meta-control* juega un rol fundamental.

Irving (2021) postula que el agente ejerce dos tipos de control durante la divagación mental intencional: 1) *control de primer orden*, la manera habitual de dirigir el pensamiento al mantener o retomar la atención sobre un objetivo; y 2) *control de segundo orden o meta-control*, el cual se impone sobre los mecanismos atencionales de primer orden²⁰; el agente monitorea y regula cómo dirige su pensamiento.

En la divagación mental intencional, el agente ejerce meta-control para iniciar o mantener tal proceso. Considere el ejemplo de un estudiante. Se siente aburrido en clase y por ello decide divagar mentalmente. Para esto, suprime el control de primer orden, por lo que sus pensamientos van a la deriva entre distintos contenidos (*e. g.* vacaciones, comida, amigos, etc.). Así, el estudiante ha iniciado activamente un caso de divagación mental, pero, una vez hecho esto, el proceso continúa de manera pasiva.

En contraste, mantenerse divagando mentalmente de manera intencional consiste en monitorear y regular el curso de los pensamientos, de modo que no se enfoquen en una dirección fija, como un objetivo o tarea. Aplicado al ejemplo del estudiante, si él sabe que está divagando mentalmente, pero nota que en el flujo de su conciencia algún pensamiento se torna predominante (*e. g.* el recuerdo de un próximo examen), entonces podría corregir este hecho dejando que su mente fluya entre otros recuerdos, ideas e imaginaciones.

4.2. Teoría de la omisión intencional

La teoría de la omisión intencional de Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) sostiene que la divagación mental es opuesta a las acciones mentales. En la primera, los pensamientos fluctúan de un tema a otro de manera cuasi-aleatoria; en las segundas, el agente dirige sus pensamientos en función de un objetivo²¹ (*e. g.* calcular, recordar, imaginar, planificar, etc.). Por ello, hay que dar un giro de tuerca en

20

En adelante, me referiré a esto como pensamiento de primer orden, para evitar la ambigüedad entre atención y pensamiento.

21

Algunos ejemplos de acciones mentales: recordar la lista de compras, realizar un cálculo matemático, construir un argumento desde las premisas hasta la conclusión (Metzinger, 2017; Proust, 2013).

la explicación. No se trata de entender la divagación mental intencional en términos de acción, sino de omisión mental, en específico, una omisión intencional del control sobre los pensamientos, lo cual repercute en el flujo de la conciencia, cambiando la disposición por defecto del agente, consistente en ejercer control.

Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) comprenden el flujo de la conciencia con base en el modelo de Sripada (2018), según el cual existen dos principales dinámicas de pensamiento: exploración y explotación. Las dinámicas de exploración consisten en buscar nuevos recursos cognitivos o distintos modos de aprovechar aquellos que ya se encuentran disponibles. El agente obtiene información útil a partir de sus recuerdos, expectativas y nuevos razonamientos. En contraste, las dinámicas de explotación consisten en reunir los recursos cognitivos disponibles para conseguir cierto objetivo. El agente aprovecha sus conocimientos y destrezas actuales en el desempeño de la tarea que tiene a la mano, y si acaso emprende la búsqueda de nueva información, esta se limita a dicha tarea.

A nivel cortical, las dinámicas de exploración se correlacionan con la red neuronal por defecto, y las de explotación, con la red neuronal enfocada a tareas. Además, se cree que la red cingulada-insular media sirve como una suerte de “mecanismo de intercambio”, ya que regula los patrones de activación de las otras dos redes (Sripada, 2018), lo cual sugiere que la intención de no-controlar el pensamiento afecta tal mecanismo de intercambio (Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021). De este modo, el agente evita la ejecución de acciones mentales y, en su lugar, divaga mentalmente, es decir, permanece más tiempo en dinámicas de exploración.

Para ser más preciso, las omisiones intencionales solo tienen sentido si el agente cuenta con una disposición por defecto a la acción (Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021). El ayuno y la quietud son omisiones porque existe una disposición a comer o moverse, respectivamente. Asimismo, la intención de no-controlar el pensamiento modifica la disposición a ejecutar acciones mentales, lo cual produce un caso de divagación mental intencional como omisión intencional.

Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) consideran que el método surrealista ilustra su teoría. De manera similar a la asociación libre de Freud, los surrealistas desarrollaron un método de creación artística basado en el automatismo psíquico. Dibujaban o escribían dejando que sus manos se deslizaran libremente por el papel, o mientras realizaban otra actividad al mismo tiempo, como leer una novela, recitar un poema o conversar. Así, se adentraban en una suerte de trance

que los llevaba a producciones artísticas muy pintorescas y carentes de una estructura narrativa rígida. Este trance no es otra cosa que un episodio de divagación mental intencional causado por la omisión intencional del control sobre los pensamientos. El esfuerzo que implica este proceso sugiere que el agente requiere de cierto ejercicio metacognitivo²² para mantenerse más tiempo en dinámicas de exploración, en lugar de en dinámicas de explotación.

5. Articulación de las dos teorías filosóficas

5.1. Semejanzas entre las dos teorías filosóficas

En primer lugar, ambas teorías se ajustan a la visión dinámica y sostienen prácticamente la misma definición: Irving (2021) propone que la divagación mental es un tren de pensamientos no-guiado, mientras que Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) la definen como un tren de pensamientos que fluctúan de un tema a otro de manera cuasi-aleatoria. A fin de cuentas, aquella ausencia de guianza implica que los pensamientos van a la deriva entre diversos contenidos.

En segundo lugar, ambas teorías analizan la divagación mental en contraste con las acciones mentales. A este respecto, la diferencia es una cuestión de énfasis. Irving (2021) argumenta que la guianza, o control de los pensamientos, es el ingrediente de las acciones mentales que no está presente en la divagación mental. En cambio, Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) se centran en la paradoja de la divagación mental intencional, según la cual este proceso no cumple con una condición fundamental para ser una acción mental intencional, a saber, que el agente ejerza un mínimo de control sobre sus pensamientos.

En tercero y último lugar, ambas teorías plantean que la divagación mental requiere de cierto ejercicio metacognitivo. Este asunto es el eje principal de la teoría de Irving (2021), la cual explica tal metacognición en términos de un control de segundo orden o meta-control. Por su parte, Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) consideran que el agente mantiene la divagación mental intencionalmente, evitando interrumpir las fluctuaciones de los pensamientos, algo que evidencia algunas habilidades metacognitivas, como conocer el contenido de los pensamientos, monitorear el tránsito entre ellos y regularlos si se enfocan en un tema determinado.

22

Cabe aclarar que en este trabajo considero una forma de metacognición que involucra capacidades metarrepresentacionales, lo cual no significa que sea la única forma de metacognición relativa a la divagación mental.

5.2. Diferencias entre las dos teorías filosóficas

La principal diferencia entre las dos teorías estriba en la descripción de la divagación mental intencional. Irving (2021) sostiene que el agente *suprime* el control de los pensamientos de primer orden, lo cual depende del meta-control. Por su parte, Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) sostienen que el agente *omite* intencionalmente el control de los pensamientos. La distinción es sutil, pero relevante al contraste entre acciones y omisiones. Mientras que *suprimir* podría referirse a una acción, *omitir* es justo lo opuesto a una acción.

A primera vista, esta ambigüedad no representa dificultades para la teoría de Irving (2021). Si la supresión del control del pensamiento de primer orden es una acción, podría entenderse como una suerte de acción mental de segundo orden²³, luego la divagación mental intencional sería el efecto secundario previsto de otra acción. Esto no implicaría ninguna contradicción, ya que el control y el meta-control corresponden a dos niveles separados, aunque haya una subordinación del primero ante el segundo. Además, si no es plausible formar la intención próxima de divagar mentalmente, como propone el rompecabezas, de todos modos es plausible formar la intención próxima de suprimir el control de los pensamientos de primer orden, lo cual traería consigo el mismo resultado.

Así pues, incluso en el escenario en que *supresión* se refiera a una acción mental de segundo orden, la teoría de Irving (2021) supera el principio de acción ocasional, pues explica cómo la divagación podría ser el efecto previsto de una acción sin necesidad de que ella misma sea, a su vez, una acción. Sin embargo, esta idea de supresión añadiría un paso innecesario a la descripción del proceso mental en cuestión, puesto que el efecto previsto de suprimir el control del pensamiento de primer orden no es otra cosa que la omisión de tal control²⁴. Por tanto, la descripción que ofrece la teoría de la omisión intencional es más simple y directa. En la siguiente sección, abordaré la articulación de ambas teorías sobre la base de esta descripción.

5.3. Desafíos del rompecabezas de la divagación voluntaria

El rompecabezas de Murray y Krasich (2020) implica, al menos, dos desafíos. El primero es la paradoja de la divagación mental intencional, según la cual no parece plausible que el agente inicie o mantenga dos modos opuestos de pensamiento al mismo tiempo: dirigidos y no-dirigidos hacia un objetivo o tarea. Como había mencionado an-

23

Cabe anotar que Metzinger (2017) propone la idea de las acciones mentales de segundo orden para explicar la autonomía mental, es decir, la capacidad que tenemos de controlar nuestros procesos mentales.

24

También podría interpretarse que supresión es una forma de redescibir omisión en términos de acción o agencia positiva (véase Clarke, 2010, para una revisión más amplia); sin embargo, el resultado es el mismo: complicar la descripción de la divagación mental intencional.

teriormente, la teoría de la omisión intencional es más precisa en la descripción de la divagación mental intencional, mientras que la noción de meta-control arroja luces sobre el rol de la metacognición en estos casos. Mostraré cómo podrían articularse ambas teorías a partir de dos instancias de tiempo (T1 y T2), las cuales se referirán al inicio y al mantenimiento de la divagación mental intencional, respectivamente. En específico, T1 y T2 quedarían así:

- T1: El agente tiene la intención próxima de omitir el control de sus pensamientos de primer orden, lo que requiere de meta-control. Así, modifica su disposición por defecto, la cual consiste en ejecutar acciones mentales, y por tanto inicia dinámicas de exploración cognitiva.
- T2: Hay un tránsito pasivo y cuasi-aleatorio entre distintos contenidos mentales. Mantener activamente estas dinámicas de exploración cognitiva depende del meta-control. El agente monitorea y regula sus pensamientos de primer orden para que no se enfoquen en un tema determinado; por tanto, no inicia dinámicas de explotación cognitiva.

Tal articulación no necesita ser compatible con el principio de acción ocasional, ya que la divagación mental intencional no sería una acción o un efecto previsto de otra acción, sino la omisión intencional del control de los pensamientos de primer orden. Y tal omisión estaría sujeta a un ejercicio de meta-control, tanto al iniciar como al mantener el proceso. De ahí que los casos de divagación mental intencional no impliquen una contradicción desde la visión dinámica. El inicio y mantenimiento de tales casos implica dos instancias de tiempo independientes: T1 y T2. En T2, el pensamiento es dirigido y no-dirigido simultáneamente, pero desde dos niveles distintos de control: control de primer orden y meta-control.

Ahora bien, el segundo desafío consiste en distinguir la divagación mental de otros procesos mentales semejantes, como el sueño diurno dirigido, el cambio motivado de tarea y el procesamiento de objetivos personales. A grandes rasgos, estos procesos implican un tren de pensamientos dirigido a cierto objetivo. En cambio, la divagación mental intencional implica un tren de pensamientos relativamente constreñido, por lo que su contenido va a la deriva entre diversos contenidos.

En el sueño diurno dirigido, el agente se abstrae en una producción imaginística con una estructura narrativa bien definida, constreñida por la representación de cierto objetivo (Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021; Dorsch, 2015). Imagine, por ejemplo, que pronto hará una ex-

pedición a la sabana africana. El entusiasmo por este viaje lo lleva a fantasear en torno a sus expectativas. Se visualiza a sí mismo aterrizando en Kenia, conduciendo un vehículo todoterreno por la reserva Masái Mara, apreciando la impresionante fauna africana. Este tren de pensamientos conserva cierto desarrollo, organización temporal y regularidad temática; en la divagación mental no hay una estructura así, sino que los pensamientos fluyen entre distintos temas.

En el cambio motivado de tarea, el agente presta más atención a una tarea secundaria, en detrimento de aquella que tiene a la mano. Murray y Krasich (2020) presentan el ejemplo de un conductor que está manejando por un camino recto y poco transitado. Debido al poco esfuerzo que demanda esta tarea, decide conscientemente pensar en el artículo investigación que tiene pendiente, o en la conferencia que dictará en unas semanas. Esto parece un caso de divagación mental intencional, pero no es así a la luz de la visión dinámica, ya que no satisface la definición de *pensamiento no-guiado*; a diferencia de la divagación mental, los pensamientos en un cambio motivado de tarea sí están guiados.

En cuanto al procesamiento de objetivos personales, cabe anotar que la divagación mental está causalmente motivada por los objetivos del agente (Irving, 2021). Nuestras expectativas y preocupaciones actuales repercuten en los temas sobre los cuales versan los casos de divagación mental (Klinger y Cox, 1987), pero no hay ningún ejercicio de control del pensamiento, lo cual contrasta con la acción mental. En este caso, los pensamientos están causalmente regulados por los objetivos personales, por ello las acciones mentales satisfacen la condición contrafáctica de Irving (2021), mientras que divagar mentalmente en torno a nuestros objetivos o preocupaciones actuales es más bien una cuestión disposicional.

Puesto que supera los dos desafíos del rompecabezas, considero que la articulación entre ambas teorías resulta en una teoría fuerte, la cual no solo explica la divagación mental intencional, sino que también responde a dos de los problemas más generales sobre el tema en la filosofía y las ciencias cognitivas: la agencia en la divagación mental intencional y la opacidad definicional del concepto de *divagación mental*. En la siguiente sección abordaré brevemente estos asuntos.

6. Agencia indirecta y opacidad definicional en la divagación mental

Por una parte, la irreconciliable relación con las acciones mentales parecería clausurar cualquier posibilidad de agencia en la divagación mental; sin embargo, la idea de omisión intencional indica la necesidad de extender la agencia más allá de la acción (Buckareff, 2018). En específico, una omisión es la abstención de llevar a cabo una acción, lo cual produce efectos en el mundo (Clarke, 2010): si omito asistir a mi trabajo sin justificación, seguramente mi empresa ordene mi despido de inmediato. Asimismo, la teoría fuerte de la divagación mental intencional postula que, si omito intencionalmente el control sobre mis pensamientos, puedo iniciar y mantener un episodio de pensamiento no-guiado (*cf.* Arango-Muñoz y Bermúdez, 2021). Luego, si las omisiones permiten materializar las intenciones, entonces son una expresión de la agencia, y si esto es así, entonces hay una forma de agencia que posibilita la divagación mental intencional.

A grandes rasgos, considero que las omisiones son la expresión paradigmática de la agencia indirecta, término con el cual designo a toda forma de materializar nuestras intenciones en la que las acciones juegan un papel secundario, o bien, no intervienen en lo absoluto²⁵. Las omisiones son lo opuesto a las acciones y, sin embargo, permiten materializar nuestras intenciones, tal y como proponen Arango-Muñoz y Bermúdez (2021) con los casos de ayunar, quedarse quieto y, especialmente, con la divagación mental intencional.

Por otra parte, la opacidad definicional consiste en la ausencia de un consenso entre científicos y filósofos para definir el concepto de *divagación mental* (Christoff *et al.*, 2018). La visión de la familia de semejanzas surge en respuesta a este problema y postula dos tesis principales: 1) asumir una definición univoca de la divagación mental implica rechazar las diversas definiciones que se han implementado en investigaciones separadas; y 2) la evidencia disponible no parece inclinar la balanza en favor de alguna definición en particular (Seli *et al.*, 2018a; Seli *et al.*, 2018b). Por lo anterior, este paradigma considera que la divagación mental no implicaría una estructura definicional, sino probabilística, donde hay unas instancias más prototípicas que otras, como es el caso de la visión estándar.

La visión dinámica no está de acuerdo con aquella interpretación, dado que agrupa una amplia variedad de procesos mentales en una misma categoría, y sin ningún criterio claro de inclusión o exclusión (Christoff *et al.*, 2018). Esto es problemático por dos razones: 1) su-

25

Creo que esta forma de agencia podría explicar algunos casos relevantes para la ética consecuencialista y la filosofía de la mente, como el efecto Knobe.

giere que los resultados de investigaciones separadas, y con diversas definiciones, serían igualmente válidos para la categoría de *divagación mental*; y 2) no permite formar una caracterización rigurosa de la divagación mental para distinguirla de otros procesos semejantes. Por lo anterior, este paradigma considera que las dinámicas de control del pensamiento son un criterio clave para elaborar una caracterización rigurosa de la divagación mental.

Incluso si la evidencia disponible no es decisiva en este debate, una estrategia plausible es recurrir a una inferencia a la mejor explicación (Irving y Glasser, 2019). Si una teoría de la divagación mental ofrece la mejor explicación conforme a la evidencia, entonces es preciso adoptar tal teoría. Si varias teorías ofrecen buenas explicaciones, entonces solo quedan dos alternativas: buscar una nueva teoría o adoptar la visión de la familia de semejanzas.

Considero que este razonamiento demuestra que la visión dinámica apunta en la dirección correcta, ya que: 1) trata de caracterizar la divagación mental de manera precisa y sencilla, de modo que pueda distinguirse de otros procesos semejantes²⁶; 2) retoma la evidencia disponible como un medio decisivo para seleccionar alguna entre las mejores teorías de la divagación mental, sin aceptar la subdeterminación; y 3) concede que la visión de la familia de semejanzas es una alternativa plausible si, a fin de cuentas, no hay una mejor explicación de la divagación mental.

Frente a lo anterior, creo que la teoría fuerte es promisoría, porque: 1) explica la agencia en la divagación mental intencional; 2) es compatible con las dinámicas de exploración y explotación que están asociadas, a su vez, con marcadores neuronales relevantes a los casos espontáneos e intencionales de divagación mental; y 3) distingue este proceso de otros semejantes a partir de los criterios de desvinculación de una estructura narrativa rígida y de relativa ausencia de guía o control del pensamiento en torno a cierto objetivo.

7. Conclusión

El rompecabezas de la divagación voluntaria plantea que la divagación mental intencional implica la contradicción de dos modos opuestos de pensamiento: dirigido y no dirigido a un objetivo o tarea. En respuesta a este problema han surgido, al menos, dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional: la teoría del meta-control y la teoría de la omisión intencional.

26

No creo que sea obligatorio desarrollar una definición de la divagación mental derivada de un esquema de condiciones necesarias y suficientes. Este tipo de explicaciones reductivas son un ideal heredado del método geométrico moderno; en la práctica, el margen de cosas que admite tales reducciones es realmente estrecho.

La primera postula que existen dos niveles de control de los pensamientos: el control de primer orden y el meta-control. Los casos de divagación mental intencional consisten en suprimir el control de primer orden, y evitar que el tren de pensamientos no-guiado se enfoque en un tema en particular. Así, el inicio y mantenimiento de estos casos depende del ejercicio de meta-control. En contraste, la segunda teoría sostiene que los casos de divagación mental intencional consisten en la omisión del control del pensamiento, lo cual cambia nuestra disposición por defecto a ejecutar acciones mentales, por lo que el pensamiento fluctúa de un tema a otro de manera cuasi-aleatoria.

Ambas teorías son semejantes, ya que se ajustan a la visión dinámica, analizan la divagación mental en contraste con las acciones mentales, y consideran relevante el rol de la metacognición en los casos de divagación mental intencional. Su principal diferencia gira en torno a las expresiones *suprimir* y *omitir* en la descripción de tales casos. El problema es que *suprimir* podría entenderse como una acción, algo que añadiría un paso innecesario a la descripción en cuestión, pues sugiere que la divagación mental intencional es un efecto previsto de otra acción. Por su parte, la *omisión* conlleva a una descripción más simple y directa.

Al articular ambas teorías, el rompecabezas se resuelve con base en dos niveles de control del pensamiento, y dos instancias de tiempo. En T1, el agente omite el control de primer orden y, por ende, inicia dinámicas de exploración cognitiva; en T2, el agente monitorea y regula sus pensamientos de primer orden para que no se enfoquen en un tema determinado y, por ende, no inicia dinámicas de explotación cognitiva. En ambas instancias, el agente ejerce meta-control: en T1, para iniciar el pensamiento no-guiado, y en T2, para mantenerlo. De este modo, los casos de divagación mental intencional no implican contradicción.

Esta articulación postula dos criterios para distinguir la divagación mental de otros procesos semejantes. El primero es la desvinculación de una estructura narrativa rígida, porque la divagación mental no implica organización temporal o regularidad temática determinadas. El segundo se refiere a la relativa ausencia de guianza o control del pensamiento, dado que la divagación mental no se dirige a un objetivo específico. Si estos casos versan sobre objetivos personales o preocupaciones actuales, es más bien una cuestión disposicional. El sueño diurno dirigido, el cambio motivado de tarea y el procesamiento de objetivos personales no satisfacen ninguno de los dos criterios.

Finalmente, cabe mencionar que la articulación de ambas teorías resulta en una teoría fuerte, ya que ofrece una explicación promisoriosa a dos de los problemas más generales sobre el tema en la filosofía y las ciencias cognitivas. Por una parte, muestra que las omisiones son un ejercicio de agencia. A este respecto, considero que dichas omisiones son la expresión paradigmática de la agencia indirecta, pues son el caso opuesto a la acción y, sin embargo, permiten materializar algunas de nuestras intenciones. Por otra parte, la teoría fuerte arroja luces sobre la opacidad definicional del concepto de divagación mental, ya que no solo explica la agencia en los casos intencionales, sino que también está sujeta a la evidencia disponible y propone criterios para distinguir este proceso de otros semejantes. Así la teoría fuerte reivindica la visión dinámica de la divagación mental en contraste con otros paradigmas, como la visión estándar y la visión de la familia de semejanzas.

Agradecimientos

Agradezco a Santiago Arango, Carlos Garzón, Juan David Cartagena y David Vanegas por su acompañamiento, sugerencias y correcciones, además de su paciencia, comprensión y enseñanzas. También a mis colegas del semillero Episteme, de la revista *Versiones* y del CESCLAM-GSP, quienes han compartido conmigo la filosofía como conocimiento y experiencia de vida. Finalmente, a los revisores anónimos, cuyas anotaciones contribuyeron significativamente a la consolidación de este trabajo.

Referencias

- Andrews-Hanna, J., Kaiser, R., Turner, A., Reineberg, A., Godinez, D., Dimidjian, S., y Banich, M. (2013). A penny for your thoughts: Dimensions of self-generated thought content and relationships with individual differences in emotional wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00900>
- Andrews-Hanna, J. R., Smallwood, J., y Spreng, R. N. (2014). The default network and self-generated thought: Component processes, dynamic control, and clinical relevance. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1316(1), 29-52. <https://doi.org/10.1111/nyas.12360>
- Andrillon, T., Windt, J., Silk, T., Drummond, S. P. A., Bellgrove, M. A., y Tsuchiya, N. (2019). Does the Mind Wander When the Brain Takes a Break? Local Sleep in Wakefulness, Attentional Lapses and Mind-Wan-

- dering. *Frontiers in Neuroscience*, 13, 949. <https://doi.org/10.3389/fnins.2019.00949>
- Antrobus, J. (1968). Information Theory and Stimulus-independent Thought. *British Journal of Psychology*, 59(4), 423-430. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1968.tb01157.x>
- Arango-Muñoz, S., y Bermúdez, J. P. (2021). Intentional mind-wandering as intentional omission: The surrealist method. *Synthese*, 199, 1-22. <https://doi.org/10.1007/s11229-021-03135-2>
- Berthié, G., Lemerrier, C., Paubel, P.-V., Cour, M., Fort, A., Galéra, C., Lagarde, E., Gabaude, C., y Maury, B. (2015). The restless mind while driving: Drivers' thoughts behind the wheel. *Accident Analysis y Prevention*, 76, 159-165. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2015.01.005>
- Bozhilova, N., Cooper, R., Kuntsi, J., Asherson, P., y Michelini, G. (2020). Electrophysiological correlates of spontaneous mind wandering in attention-deficit/hyperactivity disorder. *Behavioural Brain Research*, 391, 112632. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2020.112632>
- Bozhilova, N. S., Michelini, G., Kuntsi, J., y Asherson, P. (2018). Mind wandering perspective on attention-deficit/hyperactivity disorder. *Neuroscience y Biobehavioral Reviews*, 92, 464-476. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.07.010>
- Bratman, M. (1987). *Intention, Plans, and Practical Reason*. Harvard University Press.
- Buckareff, A. A. (2018). I'm just sitting around doing nothing: On exercising intentional agency in omitting to act. *Synthese*, 195(10), 4617-4635. <https://doi.org/10.1007/s11229-017-1424-x>
- Butler, R. J. (1978). Report on Analysis "problem" No. 16. *Analysis*, 38(3), 113-114. <https://doi.org/10.1093/analys/38.3.113a>
- Callard, F., Smallwood, J., Golchert, J., y Margulies, D. (2013). The era of the wandering mind? Twenty-first century research on self-generated mental activity. *Frontiers in Psychology*, 4, 891. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00891>
- Carruthers, P. (2015). *The centered mind: What the science of working memory shows us about the nature of human thought* (pp. xiv, 290). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198738824.001.0001>
- Chisholm, R. M. (1979). *Person and object: A metaphysical study*. Open Court Publishing Company.
- Christoff, K., Gordon, A. M., Smallwood, J., Smith, R., y Schooler, J. W. (2009). Experience sampling during fMRI reveals default network and executive system contributions to mind wandering. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 106(21), 8719. <https://doi.org/10.1073/pnas.0900234106>

- Christoff, K., Irving, Z. C., Fox, K. C. R., Spreng, R. N., y Andrews-Hanna, J. R. (2016). Mind-wandering as spontaneous thought: A dynamic framework. *Nature Reviews Neuroscience*, 17(11), 718-731. <https://doi.org/10.1038/nrn.2016.113>
- Christoff, K., Mills, C., Andrews-Hanna, J. R., Irving, Z. C., Thompson, E., Fox, K. C. R., y Kam, J. W. Y. (2018). Mind-Wandering as a Scientific Concept: Cutting through the Definitional Haze. *Trends in Cognitive Sciences*, 22(11), 957-959. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.07.004>
- Clarke, R. (2010). Intentional Omissions. *Noûs*, 44(1), 158-177. <https://doi.org/10.1111/j.1468-0068.2009.00735.x>
- Cocchi, L., Zalesky, A., Fornito, A., y Mattingley, J. B. (2013). Dynamic cooperation and competition between brain systems during cognitive control. *Trends in Cognitive Sciences*, 17(10), 493-501. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.08.006>
- Davidson, D. (1971). Agency. In R. Binkley, R. Bronaugh, y A. Marras (Eds.), *Agent, Action, and Reason* (pp. 3-25). University of Toronto Press. <https://doi.org/10.3138/9781442656963-002>
- Diamond, A. (2013). Executive Functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Dixon, M. L., Andrews-Hanna, J. R., Spreng, R. N., Irving, Z. C., Mills, C., Girn, M., y Christoff, K. (2017). Interactions between the default network and dorsal attention network vary across default subsystems, time, and cognitive states. *NeuroImage*, 147, 632-649. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2016.12.073>
- Dixon, M. L., De La Vega, A., Mills, C., Andrews-Hanna, J., Spreng, R. N., Cole, M. W., y Christoff, K. (2018). Heterogeneity within the frontoparietal control network and its relationship to the default and dorsal attention networks. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(7), E1598. <https://doi.org/10.1073/pnas.1715766115>
- Dorsch, F. (2015). Focused daydreaming and mind-wandering. *Review of Philosophy and Psychology*, 6(4), 791-813. <https://doi.org/10.1007/s13164-014-0221-4>
- Fox, K., Spreng, R. N., Ellamil, M., Andrews-Hanna, J. R., y Christoff, K. (2015). The wandering brain: Meta-analysis of functional neuroimaging studies of mind-wandering and related spontaneous thought processes. *NeuroImage*, 111, 611-621. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2015.02.039>
- Fox, M. D., Snyder, A. Z., Vincent, J. L., Corbetta, M., Van Essen, D. C., y Raichle, M. E. (2005). The human brain is intrinsically organized into dynamic, anticorrelated functional networks. *Proceedings of the National*

- Academy of Sciences of the United States of America*, 102(27), 9673. <https://doi.org/10.1073/pnas.0504136102>
- Frankfurt, H. G. (1978). The Problem of Action. *American Philosophical Quarterly*, 15(2), 157-162.
- Giambra, L. M. (1989). Task-unrelated thought frequency as a function of age: A laboratory study. *Psychology and Aging*, 4(2), 136-143. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.4.2.136>
- Giambra, L. M. (1995). A Laboratory Method for Investigating Influences on Switching Attention to Task-Unrelated Imagery and Thought. *Consciousness and Cognition*, 4(1), 1-21. <https://doi.org/10.1006/ccog.1995.1001>
- Golchert, J., Smallwood, J., Jefferies, E., Seli, P., Huntenburg, J. M., Liem, F., Lauckner, M. E., Oligschläger, S., Bernhardt, B. C., Villringer, A., y Margulies, D. S. (2017). Individual variation in intentionality in the mind-wandering state is reflected in the integration of the default-mode, fronto-parietal, and limbic networks. *NeuroImage*, 146, 226-235. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2016.11.025>
- Iglesias-Parro, S., Soriano, M. F., Prieto, M., Rodríguez, I., Aznarte, J. I., y Ibáñez-Molina, A. J. (2020). Introspective and Neurophysiological Measures of Mind Wandering in Schizophrenia. *Scientific Reports*, 10(1), 4833. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-61843-0>
- Irving, Z. (2016). Mind-wandering is unguided attention: Accounting for the “purposeful” wanderer. *Philosophical Studies*, 173(2), 547-571. <https://doi.org/10.1007/s11098-015-0506-1>
- Irving, Z. (2021). Drifting and Directed Minds: The Significance of Mind-Wandering for Mental Action. *The Journal of Philosophy*, 118(11), 614-644. <https://doi.org/10.5840/jphil20211181141>
- Irving, Z., y Glasser, A. (2019). Mind-wandering: A philosophical guide. *Philosophy Compass*, 15(1), e12644. <https://doi.org/10.1111/phc3.12644>
- Kane, M. J., Brown, L. H., McVay, J. C., Silvia, P. J., Myin-Germeys, I., y Kwapil, T. R. (2007). For Whom the Mind Wanders, and When: An Experience-Sampling Study of Working Memory and Executive Control in Daily Life. *Psychological Science*, 18(7), 614-621. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01948.x>
- Kane, M. J., Gross, G. M., Chun, C. A., Smeekens, B. A., Meier, M. E., Silvia, P. J., y Kwapil, T. R. (2017). For Whom the Mind Wanders, and When, Varies Across Laboratory and Daily-Life Settings. *Psychological Science*, 28(9), 1271-1289. <https://doi.org/10.1177/0956797617706086>
- Killingsworth, M. A., y Gilbert, D. T. (2010). A Wandering Mind Is an Unhappy Mind. *Science*, 330(6006), 932. <https://doi.org/10.1126/science.1192439>

- Klinger, E., y Cox, W. M. (1987). Dimensions of Thought Flow in Everyday Life. *Imagination, Cognition and Personality*, 7(2), 105-128. <https://doi.org/10.2190/7K24-G343-MTQW-115V>
- Marchetti, I., Koster, E. H. W., Klinger, E., y Alloy, L. B. (2016). Spontaneous Thought and Vulnerability to Mood Disorders: The Dark Side of the Wandering Mind. *Clinical Psychological Science*, 4(5), 835-857. <https://doi.org/10.1177/2167702615622383>
- McMillan, R., Kaufman, S., y Singer, J. (2013). Ode to positive constructive daydreaming. *Frontiers in Psychology*, 4, 626. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00626>
- McVay, J. C., y Kane, M. J. (2010). Does Mind Wandering Reflect Executive Function or Executive Failure? Comment on Smallwood and Schooler (2006) and Watkins (2008). *Psychological Bulletin*, 136(2), 188-207. <https://doi.org/10.1037/a0018298>
- Menon, V. (2015). Salience Network. In A. W. Toga (Ed.), *Brain Mapping* (pp. 597-611). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397025-1.00052-X>
- Metzinger. (2017). The Problem of Mental Action. In T. Metzinger y W. Wiese (Eds.), *Philosophy and Predictive Processing*. MIND Group. <https://doi.org/10.15502/9783958573208>
- Metzinger. (2018). Why is Mind Wandering Interesting for Philosophers? In K. C. R. Fox y K. Christoff (Eds.), *The Oxford Handbook of Spontaneous Thought: Mind-Wandering, Creativity and Dreaming* (pp. 97-111). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxford-hb/9780190464745.013.32>
- Mills, C., Raffaelli, Q., Irving, Z. C., Stan, D., y Christoff, K. (2018). Is an off-task mind a freely-moving mind? Examining the relationship between different dimensions of thought. *Consciousness and Cognition*, 58, 20-33. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2017.10.003>
- Mowlem, F. D., Skirrow, C., Reid, P., Maltezos, S., Nijjar, S. K., Merwood, A., Barker, E., Cooper, R., Kuntsi, J., y Asherson, P. (2019). Validation of the Mind Excessively Wandering Scale and the Relationship of Mind Wandering to Impairment in Adult ADHD. *Journal of Attention Disorders*, 23(6), 624-634. <https://doi.org/10.1177/1087054716651927>
- Mrazek, M., Phillips, D., Franklin, M., Broadway, J., y Schooler, J. (2013). Young and restless: Validation of the Mind-Wandering Questionnaire (MWQ) reveals disruptive impact of mind-wandering for youth. *Frontiers in Psychology*, 4, 560. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00560>
- Murray, S., y Krasich, K. (2020). Can the mind wander intentionally? *Mind y Language*, 37(3), 432-443. <https://doi.org/10.1111/mila.12332>

- Murray, S., Krasich, K., Schooler, J. W., y Seli, P. (2020). What's in a Task? Complications in the Study of the Task-Unrelated-Thought Variety of Mind Wandering. *Perspectives on Psychological Science*, 15(3), 572-588. <https://doi.org/10.1177/1745691619897966>
- O'Madagain, C., y Tomasello, M. (2021). Joint attention to mental content and the social origin of reasoning. *Synthese*, 198(5), 4057-4078. <https://doi.org/10.1007/s11229-019-02327-1>
- Proust, J. (2013). *The philosophy of metacognition mental agency and self-awareness*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199602162.001.0001>
- Robertson, I. H., Manly, T., Andrade, J., Baddeley, B. T., y Yiend, J. (1997). 'Oops!': Performance correlates of everyday attentional failures in traumatic brain injured and normal subjects. *Neuropsychologia*, 35(6), 747-758. [https://doi.org/10.1016/S0028-3932\(97\)00015-8](https://doi.org/10.1016/S0028-3932(97)00015-8)
- Robison, M. K., Gath, K. I., y Unsworth, N. (2017). The neurotic wandering mind: An individual differences investigation of neuroticism, mind-wandering, and executive control. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 70(4), 649-663. <https://doi.org/10.1080/17470218.2016.1145706>
- Robison, M. K., Miller, A. L., y Unsworth, N. (2020). A multi-faceted approach to understanding individual differences in mind-wandering. *Cognition*, 198, 104078. <https://doi.org/10.1016/j.cognition.2019.104078>
- Robison, M. K., y Unsworth, N. (2018). Cognitive and Contextual Correlates of Spontaneous and Deliberate Mind-Wandering. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 44(1), 85-98.
- Seli, P., Cheyne, J. A., Xu, M., Purdon, C., y Smilek, D. (2015). Motivation, intentionality, and mind wandering: Implications for assessments of task-unrelated thought. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 41(5), 1417-1425. <https://doi.org/10.1037/xlm0000116>
- Seli, P., Kane, M. J., Metzinger, T., Smallwood, J., Schacter, D. L., Maillet, D., Schooler, J. W., y Smilek, D. (2018a). The Family-Resemblances Framework for Mind-Wandering Remains Well Clad. *Trends in Cognitive Sciences*, 22(11), 959-961. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.07.007>
- Seli, P., Kane, M. J., Smallwood, J., Schacter, D. L., Maillet, D., Schooler, J. W., y Smilek, D. (2018b). Mind-Wandering as a Natural Kind: A Family-Resemblances View. *Trends in Cognitive Sciences*, 22(6), 479-490. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.03.010>
- Seli, P., Ralph, B. C. W., Konishi, M., Smilek, D., y Schacter, D. L. (2017). What did you have in mind? Examining the content of intentional and

- unintentional types of mind wandering. *Consciousness and Cognition*, 51, 149-156. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2017.03.007>
- Seli, P., Risko, E. F., y Smilek, D. (2016a). On the Necessity of Distinguishing Between Unintentional and Intentional Mind Wandering. *Psychological Science*, 27(5), 685-691. <https://doi.org/10.1177/0956797616634068>
- Seli, P., Risko, E. F., Smilek, D., y Schacter, D. L. (2016b). Mind-Wandering With and Without Intention. *Trends in Cognitive Sciences*, 20(8), 605-617. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.05.010>
- Seli, P., Schacter, D. L., Risko, E. F., y Smilek, D. (2019). Increasing participant motivation reduces rates of intentional and unintentional mind wandering. *Psychological Research*, 83(5), 1057-1069. <https://doi.org/10.1007/s00426-017-0914-2>
- Shepherd, J. (2019). Why does the mind wander? *Neuroscience of Consciousness*, 2019(niz014). <https://doi.org/10.1093/nc/niz014>
- Smallwood, J. (2013). Distinguishing how from why the mind wanders: A process–occurrence framework for self-generated mental activity. *Psychological Bulletin*, 139(3), 519-535. <https://doi.org/10.1037/a0030010>
- Smallwood, J., y Andrews-Hanna, J. (2013). Not all minds that wander are lost: The importance of a balanced perspective on the mind-wandering state. *Frontiers in Psychology*, 4, 441. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00441>
- Smallwood, J., y Schooler, J. W. (2006). The restless mind. *Psychological Bulletin*, 132(6), 946-958. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.6.946>
- Smallwood, J., y Schooler, J. W. (2015). The Science of Mind Wandering: Empirically Navigating the Stream of Consciousness. *Annual Review of Psychology*, 66(1), 487-518. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015331>
- Spreng, R. N., Sepulcre, J., Turner, G. R., Stevens, W. D., y Schacter, D. L. (2013). Intrinsic Architecture Underlying the Relations among the Default, Dorsal Attention, and Frontoparietal Control Networks of the Human Brain. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 25(1), 74-86. https://doi.org/10.1162/jocn_a_00281
- Sripada, C. (2018). An Exploration/Exploitation Trade-off Between Mind-Wandering and Goal-Directed Thinking. In K. Christoff y K. C. R. Fox (eds.), *The Oxford Handbook of Spontaneous Thought: Mind-Wandering, Creativity, and Dreaming* (pp. 23-34). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780190464745.013.28>

Cómo citar: Agudelo Berrío, S. (2022). Dos teorías filosóficas de la divagación mental intencional. *Humanitas Hodie*, 5(2), H52a2. <http://doi.org/10.28970/hh.2022.2.a2>