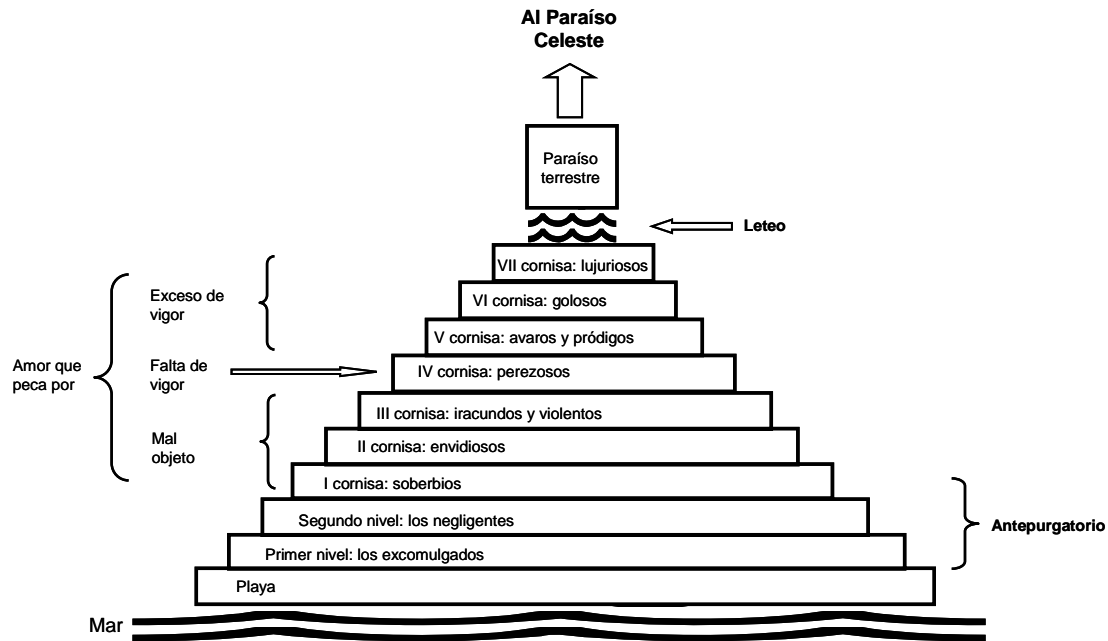


P. Miguel Ángel Fuentes, IVE

**EDUCACIÓN
DE LA AFECTIVIDAD**

PRÓLOGO

Un esquema que no pasa de moda: el Purgatorio dantesco



El cuadro que preside estas consideraciones reproduce la estructura con la cual Dante diseña la segunda parte de su Comedia, es decir, el Purgatorio. Él describe ese lugar de purificación del hombre como una montaña cónica, en cada una de cuyas cornisas las almas purgantes se purifican de sus tendencias pecaminosas. Se trata de las tendencias desordenadas que exigen purificación tras la muerte. Los pecados que han sido objeto de esas tendencias son los siete vicios capitales, pero Dante los considera bajo el aspecto de purificaciones de los “afectos” (del amor) según tres vertientes diversas en que éstos pueden desfigurarse: por tender a un mal objeto, por tender sin el vigor necesario, por tender con fogosidad excesiva. Son afectos con mal objeto los vicios de la soberbia (amor a la propia excelencia), la envidia (el encontrar en el mal ajeno la causa de la propia alegría o hacer del bien ajeno un motivo de nuestra tristeza) y la ira (desear el daño del prójimo). Afecto con mezquino vigor es la desidia, pereza o acidia. Finalmente, los afectos excesivos caracterizan la avaricia (apego desmedido a los bienes materiales), la gula (pasión por los placeres de la mesa) y la lujuria (búsqueda desquiciada del deleite sexual).

La purificación dantesca culmina con un baño en el Leteo, el mítico río *del olvido*, cuyas aguas las almas beben para olvidar los pesares terrestres antes de entrar en el Elíseo. Significa, en la simbología cristiana de Dante, la purificación radical de la memoria, condición para que el hombre alcance su total rectificación.

En la cúspide del monte se encuentra el *Paraíso terrestre* que indica, a mi entender, que tras la purificación del hombre (que se realiza en la Iglesia como el “lugar” que, tras el pecado de Adán, cumple con el hombre la función que tenía el Paraíso terrenal), éste alcanza el estado de perfección que Dios quiso para él como preparatorio para la gloria, al menos en el modo propio del hombre redimido (y no ya del hombre del Paraíso)¹.

¹ He tocado este tema en *La purificación del hombre en la Divina Comedia de Dante*, Rev. Gladius 48 (2000), 129-141.

Al igual que Dante, considero que en el fondo de los vicios nos encontramos con diversas desviaciones afectivas, es decir, desorientaciones del amor. Y así, el equilibrio y el desequilibrio humano dependerán, en gran medida, del equilibrio afectivo, o del orden del amor.

Divido este trabajo (que nació, originalmente, como *Curso de Actualización Teológica* para un grupo de religiosos en East Durham, New York, en 2005) en tres partes: en la primera, analizaré la naturaleza de la afectividad; en la segunda, algunos de los desórdenes más significativos; y en la tercera, expondré las principales pautas para la educación afectiva. He mechado estas páginas con extractos de algunas célebres obras de la literatura universal que pintan con gran vivacidad los diferentes caracteres y afectos humanos.

PRIMERA PARTE

LAS PASIONES O EMOCIONES EN SÍ MISMAS

El plano de la afectividad humana es ese ámbito en el que se expresa de modo más claro la unidad sustancial del hombre y la confluencia de las facultades superiores (inteligencia y voluntad) y las inferiores (tanto los sentidos internos como, propiamente, los apetitos). Para ser exactos, la afectividad o dimensión pasional corresponde a la dimensión corporal del hombre; pero en el hombre, los fenómenos pasionales o emotivos no se realizan nunca sin interactuar con las facultades superiores (ya sea recibiendo su influencia o influyendo sobre ellas). Como ha explicado Santo Tomás de Aquino: “por la unión entre las facultades del alma en una esencia, y del alma y del cuerpo en un ser compuesto, las facultades superiores y las inferiores, y también el cuerpo y el alma, influyen en el otro lo que en alguno de ellos sobreabunda”². Actúa el hombre por alguna de sus facultades (cuando entiende, juzga, ama), pero es todo el hombre el que se realiza en sus actos (libres). Por eso en el hombre la afectividad es un fenómeno “mixto”, en el que convergen dos fuentes: la corpórea y la espiritual³.

² Santo Tomás de Aquino, *De veritate*, 26,10.

³ Cf. Pithod, A., *El alma y su cuerpo*, Buenos Aires (1994), 157-161.

CAPÍTULO 1

NATURALEZA DE LA AFECTIVIDAD O ESFERA PASIONAL

I. Un poco de terminología⁴

Las pasiones, sentimientos, afectos o emociones, son los movimientos de la facultad apetitiva sensible que reacciona ante la percepción de un objeto –como atractivo o nocivo– por parte de los sentidos internos; produciendo, a su vez, (condición esencial de la pasión) una alteración física.

Así descritas, nos situamos en una esfera intermedia del hombre: por encima de ella están las facultades superiores (espirituales) y por debajo el organismo biológico del hombre con sus potencias vegetativas, nutritivas, etc. Sin embargo, nuestra naturaleza es “una” con unidad sustancial, y por eso todo tiene repercusión en este “todo” que es el hombre.

El sentido que los antiguos daban al término “pasión”, puede traducirse por “receptividad”: todo ser que pasa de la potencia al acto, todo sujeto que se encuentra bajo la influencia de una causa agente, se dice “pasivo” en relación con ese acto o causa. Y, con más propiedad, se dice “pasión” a la recepción en un sujeto de una forma (cualidad) que provoca la pérdida de su contraria (lo que implica cierta “alteración” del sujeto, el cual, por eso, viene llamado con propiedad “paciente”), como sucede, por ejemplo, con la enfermedad que corrompe la cualidad “salud”⁵. En la actualidad el término “pasión” ha perdido gran parte de su valor original, pasando a tener un cierto sentido peyorativo, reservándose su uso —entre muchas corrientes psicológicas— a “las inclinaciones y tendencias que rompen el equilibrio de la vida psíquica”⁶. Se privilegian así otros términos, como emoción, afección, afecto, sentimiento, apetición, etc. Los que más uso tienen en el lenguaje psicológico y espiritual son tres: pasión, emoción y sentimiento. El sentido último que se les da a cada uno depende de los diferentes autores. De esta manera, algunos proponen “pasión” para los movimientos de la afectividad en general (que incluye todos los demás); “emoción” a los más intensos pero de poca duración, y “sentimiento” a los que son menos intensos pero de mayor duración⁷. El término clásico “pasión” no ha perdido, sin embargo, su valor y tiene una amplitud que no revisten las otras voces. Usaré, por tanto, las expresiones pasión, emoción y afecto/afectividad, con relativa libertad.

Tomándola, pues, en el sentido original de la expresión que acabamos de mencionar, la pasión no se atribuye de modo directo al alma (por sí misma incorruptible), aunque puede atribuírsele de modo indirecto. De modo directo afecta al cuerpo, del cual el alma es forma. El alma, por tanto, sufre la pasión por razón del compuesto⁸, pero la pasión, propiamente, pertenece al apetito sensitivo. Téngase en cuenta que el apetito se divide en natural, sensible y racional o voluntario:

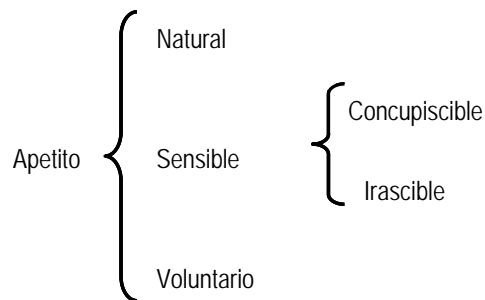
⁴ En esta primera parte, sobre todo en cuanto a la doctrina tomista de las pasiones, seguiré a grandes rasgos y con mucha libertad, dos obras de Noble: *Passions*, Dictionaire de Théologie Catholique, XII, 2212-2241; y: *Psicología de las pasiones*, Buenos Aires (1945).

⁵ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 22, 1.

⁶ Cf. Úbeda Purkiss, Manuel y Soria, Fernando, en *Introducciones a Santo Tomás de Aquino*, “Suma Teológica”, tomo IV, Madrid (1954), 579.

⁷ Castellani, por ejemplo, llama afectos a “las tendencias o inclinaciones generales sensitivas” (pasión en sentido abstracto); pasión a “la afectividad en concreto, es decir, fijada y diferenciada: amor concreto (al dinero, a la ciencia, a los pájaros)”; emoción a la “actualización de una pasión o un sentimiento”; sentimiento a la “pasión intelectualizada” (Castellani, *Psicología humana*, Mendoza [s/f], capítulo X “Los afectos”, 252, nota 2). Fröbes distingue entre sentimientos inferiores y superiores (o emociones complejas) (Fröbes, *Compendio de psicología experimental*, Buenos Aires [1949], 282). Lersch habla de “vivencias emocionales”, “sentimientos vitales”, “estados de ánimo”, etc. (Lersch, Philipp, *La estructura de la personalidad*, Barcelona [1971]).

⁸ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 22,1.



El natural es la inclinación que todo ser posee hacia lo que conviene a su naturaleza (todo ser tiende a lo que lo perfecciona). El apetito sensible es la inclinación hacia el bien que perfecciona la naturaleza *sensible* del hombre y surge a partir de un conocimiento sensible (por eso se da sólo en los seres dotados de conocimiento sensible); éste siempre tiene dos aspectos: uno interior o psíquico y otro exterior o fisiológico. El apetito voluntario o simplemente voluntad es la tendencia a bienes y fines presentados y valorados por la razón.

Por eso se puede decir, con toda propiedad, que “la afectividad humana tiene un doble origen; uno está ligado al *apetito sensible* y el otro al *apetito racional* (...) Es necesario comprender que la vida afectiva no se agota, pues, en lo sensible. Hay una riquísima vida afectiva *espiritual* en el hombre”⁹. Y todo lo que hay en el hombre —sensibilidad, animalidad— está, en él, asumido perfectivamente. Pithod lo llama “asunción eminente”, lo que quiere decir que “todo en el hombre es humano, también su animalidad. Es una animalidad racional”, dice el mismo autor, usando la expresión de M. Úbeda-Purkiss¹⁰. Por eso, su afectividad está elevada, asumida en la racionalidad, o penetrada de racionalidad al punto tal que sus mociones estrictamente espirituales echan raíces en su afectividad, prolongándose en ella, así como sus mociones afectivas afloran en su mundo espiritual.

II. Aspecto psíquico y fisiológico de la pasión

En su aspecto *psíquico* la pasión consiste en cierto “movimiento” del alma¹¹, entendiendo aquí “alma” en sentido amplio, como afectividad *humana*. Cuando estamos alegres o tristes tenemos la impresión de que nuestra alma se abre y expande en deseo hacia un bien que atrae o se retrae ante un obstáculo que la frena. Cuando experimentamos un deseo hacia algo, tenemos la impresión de “cierto movimiento del alma” hacia ese bien amable; cuando nos entristecemos, probamos como un freno o dificultad en el movimiento hacia algo que parece escapársenos; cuando sentimos miedo, parece como que algo violento sacude nuestra tranquilidad. Todos los movimientos interiores se caracterizan por una fase de comienzo, de progresión o de detención de una tendencia evolutiva hacia un bien que nos atrae o de una tendencia de retracción ante un mal que nos amenaza.

Pero este movimiento del alma tiene como correlativo necesario e inseparable un movimiento orgánico (“*transmutatio organica*”). Desde el momento en que surge una pasión, ésta toma una expresión y una mímica que la pone en evidencia. “Pepita —escribe magníficamente Coloma en *Por un piojo*— sintió realmente que de nuevo le amagaba el ataque de nervios. Púsola primero *pálida* la ira, luego *verde* la envidia, y fingiendo una carcajada que quería ser espontánea y era sólo nerviosa, exclamó atropellando hasta por el reparo natural que debía infundirle la presencia del inofensivo Don Recaredo”.

Así, por ejemplo, un hombre alegre está exultante, se mueve con prontitud y vivacidad, gesticula con fuerza y abundancia, su rostro tiene color, se anima, sus ojos brillan. El hombre triste tiene una mirada fija y sombría, su voz es débil, sus miembros están caídos y alargados, suele estar inerte, se mueve lentamente como atado a una pesada ancla. En su *Comentario a Job*, Fray Luis de León describe esto mismo, explicando las palabras de Elifaz, el temanés,

⁹ Pithod, A., *El alma y su cuerpo*, Buenos Aires (1994), 159.

¹⁰ *Ibidem.*, 55; cf. 53-56.

¹¹ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 23, 2 y 4.

contra Job: “*Y manos flojas esforzabas; a los tristes y afligidos se les caen con el ánimo las manos también; que la naturaleza, por acudir al corazón que la congoja oprime, desampara lo de fuera, y así se cae como si estuviese sin alma. Y porque la tristeza obra esto en las manos, por eso las *manos flojas* significan la tristeza y el descaimiento del ánimo*”. Por el contrario, el hombre airado se mueve con viveza y crispación, con nerviosismo, con el rostro enrojecido y los ojos saltones, el vello erizado y los pensamientos que le asaltan de modo incesante. He aquí un ejemplo de cómo se manifiestan en los gestos externos las pasiones de resentimiento, bronca y odio:

“Renzo, mientras tanto, caminaba hacia la casa a *pasos enfurecidos*, sin haber determinado lo que tenía que hacer, pero con *deseo* de hacer algo extraño y terrible. Los provocadores, los abusadores, todos los que, de cualquier modo, atropellan al prójimo, son culpables, no sólo del mal que cometen, sino también de la *depravación que suscitan* en los ánimos de los ofendidos. Renzo era un joven pacífico y ajeno a la sangre, un joven franco y enemigo de toda insidia; pero, en aquellos momentos, *su corazón no batía sino pensando en el homicidio*, su *mente sólo podía fantasear asechanzas*. Habría querido *correr* a la casa de don Rodrigo, *agarrarlo* por el cuello (...) Se imaginaba entonces que tomaba su escopeta, se escondía tras un seto, esperando si por casualidad aquél viniese a pasar por allí solo; y, adentrándose, con *feroz complacencia*, en aquella imaginación, se figuraba que escuchaba pasos y alzaba silenciosamente la cabeza, reconocía entonces al malvado, preparaba la escopeta, tomaba puntería, disparaba, lo veía caer y golpearse, le *lanzaba una maldición*, y *corría* por el camino hacia la frontera para ponerse a salvo” (Manzoni, *I promessi sposi*).

O también véase este pasaje:

“El terrible secreto y el torcedor de la conciencia *perturbaron el sueño* de Tom por más de una semana, y una mañana, durante el desayuno, dijo Sid:

—Das *tantas vueltas* en la cama y *hablas tanto* mientras duermes que me tienes despierto la mitad de la noche.

Tom *palideció y bajó los ojos*.

—Mala señal es ésta —dijo gravemente tía Polly—. ¿Qué traes en las mientes, Tom?

—Nada. Nada, que yo sepa..., pero *la mano le temblaba* de tal manera que vertió el café.

—¡Y hablas unas cosas! —continuó Sid—. Anoche decías «¡Es sangre, es sangre!, ¡eso es!» Ya lo dijiste la mar de veces. Y también decías: «¡No me atormentéis así..., ya lo diré!» Dirás ¿qué? ¿Qué es lo que ibas a decir?

El mundo *daba vueltas* ante Tom. No es posible saber lo que hubiera pasado; pero, felizmente, en la cara de tía Polly se disipó la preocupación, y sin saberlo vino en ayuda de su sobrino” (Mark Twain, *Las aventuras de Tom Sawyer*).

Los movimientos orgánicos y la mímica corporal varían mucho según los individuos y sus diferentes temperamentos. El mismo afecto es diverso en unos y en otros. Por ejemplo, el gozo en el impulsivo se manifiesta de modo exuberante y frondoso, pero en el apático se muestra más apagado y tranquilo. Incluso las manifestaciones externas pueden variar en el mismo individuo según los estados fisiológicos en los que se encuentre (por ejemplo, según tenga más o menos salud).

Estos movimientos orgánicos externos, “periféricos” (como dice Noble), no representan toda la fisiología de la pasión. Son más bien el resultado de ella. Se ha discutido mucho sobre el origen interno de estos movimientos pasionales y el factor fisiológico primario de las emociones. Para Santo Tomás esto depende del movimiento del corazón:

“El movimiento de ira viene a ser causa de cierta efervescencia de la sangre y de los espíritus junto al **corazón**, que es el **instrumento de las pasiones del alma**. De ahí que, por la gran perturbación del corazón que se da en la ira, aparezcan

principalmente en los airados ciertas señales en los miembros exteriores. Porque, como dice San Gregorio: *inflamado por los estímulos de la ira, el corazón palpita, el cuerpo tiembla, trábase la lengua, el rostro se enciende, se vuelven torvos los ojos, y de ningún modo se reconoce a los conocidos; con la boca forma sonidos, pero el sentido ignora lo que habla*¹².

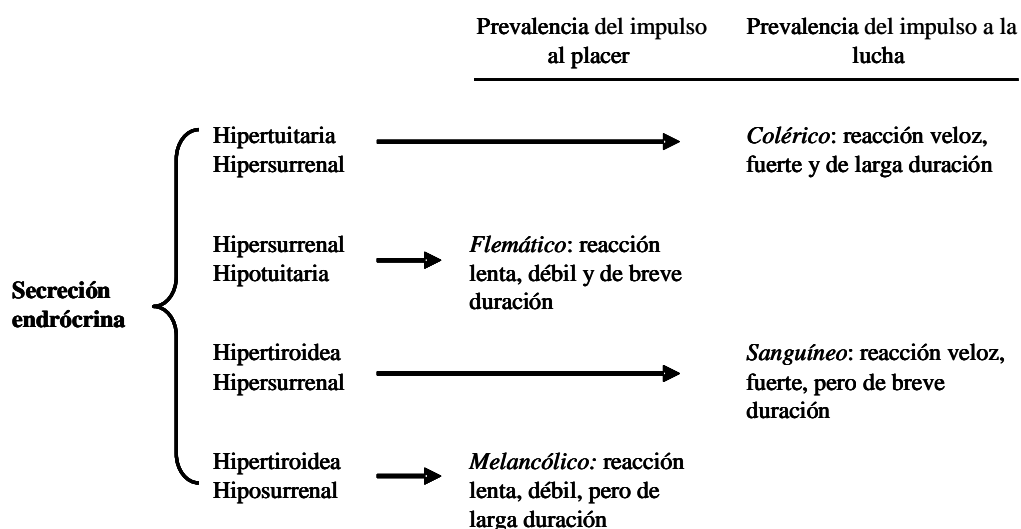
En toda pasión hay una modificación del ritmo cardíaco (aceleración o desaceleración). Las manifestaciones orgánicas externas serían, para los antiguos, engendradas por el ritmo del corazón, el cual a su vez sería moderado por el movimiento del alma, que es la causa formal de la pasión.

Estos aportes antiguos han sido enriquecidos por la ciencia moderna, aunque tampoco pueda decirse que esté todo aclarado sobre el punto en cuestión, ni que haya unanimidad al respecto entre los estudiosos del fenómeno afectivo. Actualmente se distinguen con más nitidez los tres grupos de fenómenos que componen la fisiología del acto pasional:

1º Ante todo, tenemos reacciones orgánicas internas, alteraciones de la circulación, de la respiración, etc., que tienen su principio en los centros bulbares (el bulbo raquídeo está implicado en el mantenimiento de las funciones involuntarias, tales como la respiración). El movimiento del corazón no es el punto de partida, sino que él mismo depende de los centros nerviosos. Una gran influencia sobre la afectividad proviene de las secreciones internas (endócrinas); las glándulas endócrinas segregan sustancias bioquímicas (hormonas) que vierten directamente en el torrente sanguíneo; estas secreciones contribuyen a elevar el tono arterial y muscular y, de este modo, intervienen en las reacciones orgánicas de la pasión. En cuanto funciones involuntarias, la actividad glandular y la influencia hormonal en la base fisiológica de las pasiones o afectos, escapa al control de la voluntad. No podemos, por eso, evitar, al menos de forma directa, que nuestro corazón lata con fuerza ante ciertos eventos, o que nuestra respiración se enarezca.

Escribe Bednarski: “La afectividad humana depende mucho de los temperamentos del hombre (...) El temperamento depende en particular de las secreciones pituitaria (de la hipófisis), de la tiroides y de las glándulas suprarrenales —en cuanto tal secreción determina la preponderancia del impulso a la lucha o a los placeres”.

De este modo, la división hipocrática de los temperamentos se puede presentar según el siguiente esquema (que tomamos del mismo Bednarski):



“En este esquema —sigue diciendo Bednarski—, en lugar de los cuatro humores propuestos por Hipócrates, se considera la hiperfunción o la hipofunción de tres glándulas endócrinas complementarias. Algunos autores usan como criterio de la división de los

¹² Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 48, 2.

temperamentos (o de la tipología), la morfología (distinguiendo tres tipos: leptosomático, atlético y ciclotímico) o el aparato autónomo de la vida vegetativa: simpático y ciclotímico (asténico y esténico). Pero la mayor parte de los hombres son 'tipos mixtos' sin posibilidad de ser referidos a tipos puros, porque la personalidad de cada uno es una resultante muy compleja de actitudes más o menos independientes, no fundamentalmente antagónicas y exclusivas. Por ejemplo, no todos los adolescentes sanguíneos son muy emotivos, impulsivos, rápidos, inteligentes, descontentos; y no todos los flemáticos son asiduamente aplicados al trabajo, prudentes, tolerantes, etc."¹³. Volveré sobre esto al hablar del proceso psicofísico de la pasión.

2º Tenemos luego una mímica externa (gesticulación de los miembros, palidez, rubor, gestos faciales, temblor, excitación, sobresaltos, gemidos, diversas reacciones musculares, etc.). Esta exteriorización motriz no está en directa y entera dependencia de las perturbaciones del corazón. La voluntad no tiene más que dominio muy parcial en estas reacciones.

Palidece mi rostro... Mi alma está conmovida,
y sacude mis miembros un sagrado temblor.
(Amado Nervo)

3º Y, en fin, tenemos lo que se denomina la mímica voluntaria de la pasión. La vida social de los hombres ha fijado ciertas actitudes y expresiones convencionales que traducen algunas pasiones, y sobre estos gestos la voluntad sí tiene dominio. Por ejemplo, el tirarse de los pelos o arrancarse la barba como manifestación de desesperación o duelo, cierto modo de mirar a una persona cuando se siente un gran deseo de ella, etc. Muchas de estas expresiones son, incluso, copiadas (tal vez inconscientemente) de los modelos de moda (películas, telenovelas, artistas que las usan, etc.).

Véase esta magnífica descripción de las reacciones psíquicas y fisiológicas de la pasión de los celos, que en el ciego Almudena (Benito Pérez Galdós, *Misericordia*) se transforman en furor y casi en ataque epiléptico:

“Poseído de súbito furor, [Almudena] se puso en pie, y antes de que Benina pudiera darse cuenta del peligro que la amenazaba, descargó sobre ella el palo con toda fuerza. Gracias que pudo la infeliz salvar la cabeza, apartándola vivamente; pero la paletilla, no. Quiso ella arrebatarle el palo; pero antes de que lo intentara recibió otro estacazo en el hombro, y un tercero en la cadera... La mejor defensa era la fuga. En un abrir y cerrar de ojos se puso la anciana a diez pasos del ciego. Éste trató de seguirla; ella le buscaba las vueltas; se ponía en lugar seguro, y él descargaba sus furibundos garrotazos en el aire y en el suelo. En una de éstas cayó boca abajo, y allí se quedó cual si fuera la víctima, mordiéndose la tierra (...)

Después de revolcarse en el suelo con epiléptica contracción de brazos y piernas y de golpearse la cara y tirarse de los pelos, lanzando exclamaciones guturales en lengua arábiga, que Benina no entendía, rompió a llorar como un niño, sentado ya a estilo moro y continuando en la tarea de aporrearse la frente y de clavar los dedos convulsos en su rostro. Lloraba con amargo desconsuelo, y las lágrimas calmaron, sin duda, su loca furia. Acercóse Benina un poquito y vio su rostro inundado de llanto que le humedecía la barba. Sus ojos eran fuentes por donde su alma se descargaba del raudal de una pena infinita”.

Estos aportes modernos no alteran el valor sustancial de la teoría tomista, la cual no queda atada a las viejas explicaciones sino que exige tan sólo que se acepte que la reacción corporal es un elemento integrante de la pasión y que las variaciones orgánicas se componen de reflejos motrices y sensibles, unos independientes de la voluntad y otros más o menos fácilmente dominables. Pero que tales movimientos y reacciones tengan por origen el corazón, o el sistema nervioso o el endócrino, no es lo fundamental para entender la pasión, *aunque sí*

¹³ Bednarski, *L'educazione della affettività*, Milano (1986), 22-23.

puede tener mucha importancia para un trabajo de base médico, cuando se trata de manejar casos más extremos de desórdenes afectivos.

III. Unidad psico-fisiológica de la pasión

Si bien debemos separar, en favor de la claridad de exposición, el aspecto psíquico y el fisiológico de la pasión, el hecho pasional mantiene una unidad fundamental. Los dos elementos se unen con una cohesión tan absoluta y necesaria que la pasión no existiría si, por un imposible, el aspecto psíquico pudiera darse sin el aspecto fisiológico. No se concibe una emoción de miedo sin perturbación orgánica, por lo menos interna. No existe gozo, tristeza o cólera sin una conmoción corporal paralela. Si este elemento fisiológico no existiera, estaríamos ante un sentimiento de orden puramente espiritual y voluntario, pero no ante una pasión.

Por tanto, la pasión es un acto único del apetito sensitivo, que comprende esencialmente una tendencia afectiva y una reacción fisiológica. Para Santo Tomás, la tendencia es el elemento formal de la pasión, mientras que la reacción fisiológica hace de materia de la misma. Hablando de la ira, dice: “Lo *formal* en la ira es lo que es por parte del alma apetitiva, es decir, que la ira es un apetito de venganza; y lo *material*, lo que pertenece a la conmoción corporal, es decir, que la ira es el calor de la sangre cerca del corazón”¹⁴. De aquí se sigue que es la tendencia la que cualifica la pasión o, si se quiere, lo que distingue una pasión de otra. Por ejemplo, el amor es una tendencia muy característica que se distingue del odio (uno es un movimiento apetitivo de atracción, el otro de rechazo). Pero los fenómenos fisiológicos (al menos observados desde afuera) están lejos de caracterizar o distinguir las pasiones: por ejemplo, varían en profundidad, conmoción e intensidad de un individuo a otro, incluso tratándose de la misma pasión (como el miedo a un mismo objeto afecta de manera diversa a dos personas que lo enfrentan juntas, y así y todo, es miedo lo que ambas tienen, o sea, la misma pasión y no dos pasiones diversas).

No obstante, hay paralelismo entre la tendencia y la reacción, subordinación de ésta a aquélla. La reacción fisiológica se presenta como adaptándose a servir a la tendencia para que pueda realizarse la acción, el movimiento o la operación, conforme a sus fines. Por ejemplo, en la ira, el apetito de venganza domina el alma, de donde surge la tendencia a lanzarse hacia adelante para alcanzar al enemigo, sujetarlo, aplastarlo, empleando para esto el máximo de fuerza, llegando incluso a la más violenta brutalidad. Éste es el motivo por el que la tendencia de agresión y lucha se acompaña de un dispositivo orgánico adaptado: el corazón salta en el pecho, la sangre afluye a la periferia, inyecta los ojos y el rostro, los músculos se contraen y endurecen, listos para golpear. Todo sucede como si hubiese, de parte del organismo, una adaptación electiva e inmediata al servicio del movimiento o de la actividad conforme a la tendencia apetitiva¹⁵.

Por todo esto, se ve claramente que la pasión es un fenómeno específicamente distinto del pensamiento intelectual, de la sensación y del querer. Indudablemente se puede observar que la sensación es requisito para la pasión, y que la inteligencia y la voluntad pueden mover y gobernar la pasión. Pero es algo distinto y tiene (o puede tener), por eso, una cierta autonomía, pudiendo oponerse al gobierno de la razón y al imperio de la voluntad. El ideal de la vida afectiva es que esté gobernada por la voluntad y que, a su vez, ésta se ordene al verdadero bien humano. La moralidad de las pasiones consiste, así, en su sujeción habitual a la voluntad virtuosa (o sea, que estén puestas al servicio del querer virtuoso).

Podemos vislumbrar, de lo dicho, algunas de las *dificultades de la educación virtuosa de las pasiones*:

1º La pasión implica cierta violencia, una impulsión que ordinariamente perturba nuestra conciencia. Bajo su influencia cuesta a la conciencia mantener su serenidad. Por su brusquedad y carácter cautivante, la pasión arrastra la inteligencia y la voluntad en pos de sí.

¹⁴ Santo Tomás de Aquino, De malo, 12, 1, corpus.

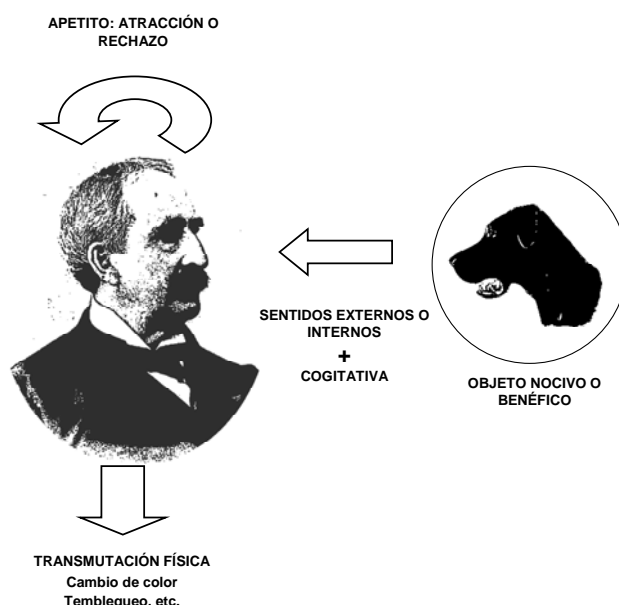
¹⁵ Cf. Santo Tomás de Aquino, De veritate 26,3.

2º Esta conmoción pasional impacta el elemento fisiológico que compone la pasión. El cuerpo es agitado, enervado, perturbado por la pasión, y este tumulto orgánico aumenta la fuerza sobre la conciencia para atraerla a sus fines. La pasión vehemente puede, por esta conmoción orgánica, engendrar una especie de locura pasajera. El trabajo educativo de las pasiones, es, por eso, en gran parte *dispositivo* y *preventivo*. Consiste en un trabajo adecuado, profundo y firme de arraigo de aquellas virtudes que pueden *prevenir*, en la medida en que esto sea posible, las reacciones involuntarias de la pasión; o al menos que pueden dejar sentados los *cauces virtuosos* por los que ha de transitar una pasión, en caso de surgir imprevistamente.

3º Esta participación corporal en la pasión, explica también la particular dificultad que algunos temperamentos encuentran para plegar sus pasiones a las leyes morales; porque tales temperamentos están inclinados a reaccionar más violentamente que otros, desde el punto de vista corporal, ante la provocación emotiva. La herencia pasional, que es, sobre todo, una herencia fisiológica, se explica también por el hecho de que el cuerpo tiene una gran parte en la pasión; y es el conjunto orgánico lo que se transmite por herencia. De aquí, entonces, que sea tan conveniente, para tener una idea aproximada de las posibles tendencias pasionales de una persona, el conocer a sus progenitores y hermanos, o al menos el preguntar a la persona por el temperamento y hábitos de sus familiares directos.

CAPÍTULO 2 ORIGEN Y DESARROLLO DE LA PASIÓN

El proceso de la pasión, en sus líneas esenciales es siempre semejante. Hemos mencionado las predisposiciones. Éstas son importantes, pero remotas; no son causa suficiente del surgimiento de una pasión. La causa inmediata es, en cambio, la aprehensión (o sea, conocimiento) de un objeto percibido como bueno o malo para el sujeto, o sea, hablando más propiamente, como atractivo (útil, deleitable) o nocivo (dañoso, perjudicial).



I. La pasión nace de un conocimiento sensible

Ante todo, toda pasión se especifica por una representación sensible: se siente miedo de *tal* peligro entrevisto, se ama *esta* cosa o *esta* persona, etc. Una pasión no puede existir sin objeto y sólo el sentido puede proporcionarle ese objeto. “Como la facultad cognoscitiva mueve al apetito presentándole su objeto, los movimientos del apetito serán diversos según los diversos aspectos del objeto percibido. En efecto, el movimiento que resulta en el apetito a partir de la aprehensión del bien es diferente del que surge al conocer el mal; y del mismo modo, los movimientos se siguen de conocer el presente y el futuro, lo fácil y lo difícil, lo posible y lo imposible”¹⁶.

Al referirnos a “sentidos”, entendemos por tales tanto los sentidos externos cuanto la memoria, que guarda las imágenes de las sensaciones pasadas, y la imaginación, que las reproduce, disminuye o agranda por asociaciones con otras imágenes. La construcción imaginaria juega un rol muy importante en el despertar de una pasión. En ciertos temperamentos, la memoria y la imaginación afectivas (o sea, influidas por los afectos) repercuten mucho sobre la sensación que causa la pasión, pueden amplificarla y sobreexcitarla de forma totalmente desproporcionada (es el caso de ciertos lujuriosos que son más estimulados por una imagen semi-desvestida que por un desnudo total, porque en la primera juega un papel importantísimo la imaginación que invita a fantasear cosas o sensaciones que no se dan en la realidad; muchas veces, estos temperamentos se sienten defraudados en sus expectativas quiméricas cuando contactan con la realidad).

Por eso, la intensidad de la pasión está más en relación con la riqueza de la capacidad imaginativa, que con la realidad objetiva de las sensaciones, lo que vale tanto para las pasiones

¹⁶ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 40,2.

del concupiscible como del irascible: un ratón puede suscitar un terror morboso en una mujer asustadiza, y un león puede dejar impávido a un loco que cree ser una reencarnación de la flor y nata de la caballería:

“—¿Leoncitos a mí? ¿A mí leoncitos, y a tales horas? Pues, ¡por Dios que han de ver esos señores que acá los envían si soy yo hombre que se espanta de leones! Apeaos, buen hombre, y, pues sois el leonero, abrid esas jaulas y echadme esas bestias fuera, que en mitad desta campaña les daré a conocer quién es don Quijote de la Mancha, a despecho y pesar de los encantadores que a mí los envían” (Cervantes, *El ingenioso hidalgo Don Quijote de la Mancha*).

A menudo, la fuerza de la pasión responde menos a la realidad exterior que a los encantamientos que le presta la imaginación sobreexcitada. De ahí la importancia, para dominar las propias pasiones, de educar el sentido de la realidad y la prudencia, que es capaz de sopesar, valorar y justipreciar cada cosa según parámetros objetivos.

También de aquí se puede comprender que las personas que tienen un alto desarrollo de las cualidades estéticas y de la apreciación de los valores estéticos (música, pintura y demás bellas artes), tengan que duplicar sus trabajos en el campo de las virtudes, pues son más propensas a manejarse en un campo influenciado por la imaginación, como es el mundo de los símbolos, de las interpretaciones, de los sentimientos y de las expresiones intensas de éstos, de la belleza sensible y también (y no en último lugar de importancia) de la tendencia a sensibilizar los valores espirituales. Piénsese, por ejemplo, en alguna de las piezas en que Mozart expresa la dulzura de la Eucaristía —por ejemplo, los *Agnus Dei* de sus Misas o el *Ave verum*— o la pureza de la Virgen (baste escuchar el *Et Incarnatus* de la Gran Misa): el concepto es espiritual, pero *está encarnado en imágenes sensibles de alto valor sentimental*, por lo que a no pocos se le corren las lágrimas o se “sienten” (y el término es exactísimo) transportados al mundo celestial... pero, no sólo con el alma, sino también con el riquísimo universo de sus afectos. No hay en esto nada malo, por supuesto; más aún, se puede aprovechar con un fin educativo de los mismos afectos (como diré en su lugar); pero también, si no es correctamente encauzado, oculta el riesgo de hacer juzgar *sensiblemente* el plano espiritual y confundir ambos mundos, terminando por creer que lo espiritual se siente, llevando, además, a que la persona se maneje afectiva y sensiblemente en *la mayoría de sus actividades espirituales* (o sea, a merced de las consolaciones y desolaciones sensibles). Éste es el motivo por el que, a menudo, las personas con grandes dotes artísticas, pero poco cultivo de la virtud, son afectivamente débiles, inestables, o muy influenciables.

Otro excitante indirecto de la pasión reside en las modificaciones orgánicas que la acompañan. Decíamos antes, que toda emoción está ligada necesariamente a movimientos fisiológicos externos e internos de los que no puede carecer (de lo contrario no tendríamos una pasión o afecto). Pero, por este mismo hecho, hay reversibilidad del estado orgánico al estado psíquico. Puede constatarse que determinados alimentos, la ingesta de calmantes o excitantes, estados de depresión insana, las condiciones atmosféricas, etc., repercuten sobre el sistema nervioso. Éstas y otras influencias que modifican los cambios orgánicos o la química vital de las funciones vegetativas, contribuyen activamente a preparar el fenómeno pasional, pues estas modificaciones fisiológicas hallan eco en la conciencia, a raíz de la capacidad sugestiva de las imágenes y sus asociaciones.

Véase, por ejemplo, la descripción que hace Tolstoi de Pedro Bezukhov, buscando a una niña en una casa a medio incendiarse (León Tolstoi, *La guerra y la paz*).

“Los crujidos, el ruido de muros y vigas que se derrumbaban, los silbidos de las llamas, los gritos de la gente, las nubes de humo, ora espesas, ora claras, que despedían chispas, las llamas rojas y doradas que lamían las paredes, aquel intenso calor y aquella nerviosa rapidez de movimientos que percibía en torno suyo *produjeron en él la excitación que suele engendrar el incendio en todos los hombres. Tan violenta fue la impresión que recibió, que de improviso se sintió libre de las ideas que le obsesionaban. Se sentía joven, hábil, audaz. Recorrió el pabellón por la parte más próxima a la casa, y*

ya iba a dirigirse a la que se conservaba intacta, cuando sonaron unos gritos sobre su cabeza. Luego oyó un crujido y finalmente vio caer a sus pies un cuerpo pesado”.

Ahora bien, sea que la pasión se enraíce en una percepción de los sentidos externos, en la imaginación o en la memoria, o que surja por provocación de los elementos orgánicos de la pasión, es siempre la imagen sensible la causa inmediata y determinante de la pasión. Lo mismo se diga del caso en que la pasión no proviene de una imagen surgida de modo espontáneo, sino que es suscitada por la voluntad al servicio de un querer que añade a su fervor el de la pasión correspondiente (pasión consiguiente o imperada); ésta no podría existir sino por la imagen que la voluntad misma conjura o suscita, la cual es la causa inmediata y determinante (en el sentido de especificante) de la pasión. Por ejemplo, una pena moral (el dolor por haber pecado) puede propagarse hasta nuestra sensibilidad, abatiéndonos hasta las lágrimas; pero esta emoción de tristeza se da en correspondencia con imágenes sensibles evocadas por el recuerdo o procuradas por la imaginación. La voluntad puede provocar la pasión, precisamente, porque puede orientar la imaginación y hacer surgir y vivir en ella *imágenes pasionales*.

II. La pasión es distinta de la sensación

Si bien la sensación (en el sentido amplio de conocimiento sensible —tocar, ver, oler, etc.— y conocimiento sensible interno —sentido común, imaginación, cogitativa, memoria o reminiscencia—) es causa determinante de la pasión, sin embargo, permanece distinta de ella.

Cuando se trata de un conocimiento sensible interno, no hay tanta dificultad en distinguirlo de la pasión. El recuerdo de una gran pena produce una gran tristeza momentánea. Una imaginación voluptuosa ordinariamente suscita una concupiscencia actual. Una prolongada reflexión sobre la muerte puede conducir a un estremecimiento de miedo. En estos ejemplos, el recuerdo, la imaginación, la evocación, se presentan como causas que especifican, pero que también se distinguen de la pasión que resulta de ellas. De hecho puede ocurrir que, habiendo tenido lugar una imaginación o un recuerdo intenso, no se siga, en algún caso determinado, una emoción.

También puede fácilmente distinguirse la pasión de la sensación que la produce, cuando la primera es causada por el sentido de la vista, del oído o del olfato. La vista inesperada de un animal furioso o de una persona con rostro amenazante puede despertar miedo; pero al mismo tiempo que un niño puede asustarse ante un perro que ladra, su padre tal vez no experimente ninguna turbación.

En cambio, la distinción se hace más difícil cuando la causa de la pasión está asociada al sentido del tacto. Hay sensaciones de placer que parecen, a primera vista, identificarse con la pasión de deleite y sensaciones de dolor que se confunden con la pasión de la tristeza. Santo Tomás menciona ya esta dificultad de discernir entre la pasión como acto del alma sensible y la pasión corporal producida por la inmutación del objeto sensible en el sentido¹⁷. Pero no son la misma cosa: una es la pasión misma o acto del apetito sensible, y otra la sensación (de placer o dolor) que acaece por el tacto y es fruto de la modificación orgánica por contacto o lesión¹⁸.

Lo mismo ocurre con la sensación de placer. La prueba de esta distinción la da la misma experiencia, pues se puede sufrir un intenso dolor físico sin experimentar propiamente tristeza (como, por ejemplo, el que mortifica su cuerpo haciendo penitencia) y, por el contrario, algunas sensaciones placenteras no despiertan la concupiscencia. Pero, de todos modos, hay que decir que las sensaciones dolorosas y placenteras son, con frecuencia, el punto de partida de una pasión. Así, por ejemplo, una sensación física (orgánica) de placer suele despertar un deseo voluptuoso. En este ejemplo, la pasión propiamente es el movimiento o tendencia apetitiva de deseo que se ha despertado a raíz del placer orgánico, pero éste es algo distinto de

¹⁷ Cf. Santo Tomás de Aquino, *De veritate* 26, 2, 3 y 9.

¹⁸ Así dice Santo Tomás: “El dolor, según que se toma propiamente, no se debe contar entre las pasiones del alma, ya que nada tiene de la parte del alma sino sólo la aprehensión; pues el dolor es la lesión del sentido la cual herida está en la parte del cuerpo. Y por esto también Agustín añade que, tratando de las pasiones del alma, prefirió usar el nombre de tristeza que el de dolor, pues la tristeza se consume en la misma apetitiva, como queda claro de lo dicho” (*De veritate* 26, 4 ad 4).

la pasión del deseo, y distinto también de la pasión del deleite, que se sigue del haber satisfecho el movimiento pasional (frucción o gozo).

La pasión es esencialmente la tendencia apetitiva con su conmoción orgánica. La percepción sólo le da su objeto, pero no entra en composición con ella. Esto es muy importante para la moralidad de la pasión, porque es la pasión en sí misma, en su apetencia, la que es objeto directo de la moderación virtuosa y no (en sí misma y de modo inmediato) la sensación que la provoca. Para moderar la pasión, tal vez sea necesario contrabalancear las imágenes pasionales que nutren la pasión, desviando la atención y de este modo apaciguando la pasión desordenada; pero puede ocurrir que la sensación-impresión o imagen sea refractaria a esta voluntad moral y que permanezca tenaz y resistente. En tal sentido, es inevitable que tal sensación sea sentida y que ella misma pueda no ser objeto de la moderación virtuosa. En tales casos, mientras tal sensación no haya sido voluntariamente causada, no será moralmente reprobable.

Irala, al hablar de la ira (lo que puede aplicarse análogamente a las demás pasiones), reduce los pensamientos conscientes que la causan a tres grupos: “yo”, “él-ella-ellos”, “ello”:

- (a) “Yo, que soy tan noble, bueno, sabio... no puedo tolerar este trato”. “Mi” parecer y querer deben ser respetados. En el fondo de esta referencia a sí mismo late el orgullo consciente o inconsciente.
- (b) “Él, ella o ellos son injustos, malos, me tienen mala voluntad”. En el fondo de este pensamiento tenemos la influencia de una idea inadecuada del prójimo.
- (c) “Ello, el acontecimiento, el sufrimiento, es intolerable”. La disposición para pensar así depende del poco aprecio por el dolor o la cobardía para sobrellevarlo.

En el fondo, la causa eficiente de la emoción es el Yo: “es la manera como cada uno de nosotros piensa al relacionar el acontecimiento con su felicidad, simbolizada, para unos, en su comodidad, salud, riquezas o antojos; para otros, en su ideal, virtud, honor, Dios; y para todos, en nuestra vida temporal o eterna”¹⁹.

De todo esto resultan algunas consideraciones pedagógicas:

1º Al ser la sensación-imagen la causa que provoca la pasión, dándole su objeto, se sigue que el medio directo para favorecer un estado pasional es favorecer la sensación que mantiene su fervor, mantener la sobreexcitación de la imaginación que prolonga y aviva la sensación. Por contraposición, para reducir un estado pasional, se hace necesario cortar los víveres alejando la causa de la sensación, forzando a la imaginación a que se dirija a otros objetos.

2º Puesto que la excitación pasional tiene su causa no sólo en la sensación, sino en ésta corroborada por la memoria y la imaginación, o incluso sugerida por algún estado orgánico, la atención de quien quiere impedir la reaparición de una pasión o al menos disminuir las oportunidades de que reaparezca, debe tener en cuenta todos estos elementos, sin dejar ninguno de lado.

3º “Para gobernar los sentimientos es necesario dominar los actos y las ideas”²⁰; y para esto el proceso lógico es:

- (a) Reeducar la receptividad (o sea, lograr tener sensaciones y actos conscientes y voluntarios²¹).
- (b) Dominar los pensamientos (para llegar a pensar cuando uno quiera y lo que uno quiera, y desviar la atención de lo que perjudica).
- (c) Alcanzar el dominio volitivo: poder querer de veras las acciones que uno quiere hacer (por ejemplo, ser puro y casto).
- (d) Poder modificar y controlar los propios sentimientos y emociones.

¹⁹ Irala, *Control cerebral y emocional*, Buenos Aires (1994), 89.

²⁰ *Ibidem*, 35. Este libro es muy valioso para lograr este objetivo siguiendo los pasos que indico a continuación.

²¹ Para entender lo que Irala quiere decir por esto (fundamental en su método de trabajo) es necesario leer el capítulo III de su libro *Control cerebral y emocional*, 41-54.

III. El desarrollo psicofísico de la emoción

Habiendo ya indicado los elementos sustanciales de la pasión, podemos tener una visión completa del proceso psicológico que sigue en su desenvolvimiento²².

Pensemos en la emoción negativa (miedo, cólera), por ser más fácil de seguir. Los estímulos llegan a la corteza cerebral desde el objeto presentado o bien por la memoria o por la imaginación (el recuerdo de una ofensa o fantasía de una injuria imaginaria) o por los sentidos (ver un animal enfurecido). Si captamos en ellos algo que nos parece peligroso, esa imagen trabaja como una alarma. Se desarrolla así una primera fase emocional espontánea, difícil de controlar de modo directo (y por tanto sin responsabilidad moral directa; es lo que los moralistas llaman “primeros movimientos”). La señal de alarma llega al hipotálamo (en la base del cerebro), donde se activa todo el mecanismo emocional. El hipotálamo pone en movimiento —para defender la felicidad amenazada— el sistema nervioso vegetativo y, a través de éste, tensiona los músculos (actitud de lucha o defensa); cuando la emoción es intensa, también entrarán en sobreactividad las glándulas de secreción interna, modificando la química del organismo. El tiroides, glándula de la emotividad e irritabilidad nerviosa, aumentará su energía, y la hipófisis reforzará las defensas y regulará a las otras glándulas. Si estos cambios han sido muy intensos o repetidos o prolongados, pueden alterar el funcionamiento corporal (dolores, enfermedades). Dependiendo de qué tensiones psicofísicas se pongan en funcionamiento, podemos ruborizarnos, sentir cefaleas, mareos, sofocación, dificultad para tragar o respirar, palidez, colitis, taquicardia, etc. Y a la larga, pueden producirse problemas de hipertensión arterial, úlceras, reumatismo, urticaria, etc.

La segunda etapa es ya más consciente (y por tanto, la responsabilidad moral se juega en ella). La conmoción de los órganos llega a la corteza cerebral, dándonos cuenta de que estamos en tensión de lucha. Pueden darse aquí tres reacciones: o nos dejamos llevar por la imaginación, o por la razón, o por la voluntad.

(a) Si dejamos que la razón piense serenamente sobre el acontecimiento que ha desencadenado la perturbación corporal, impidiendo llevarnos por la imaginación, podemos descubrir que el suceso no es tan grave o inminente como parece inicialmente, o que podemos solucionarlo de tal o cual manera. En este caso, la emoción se calma. Es la reacción de la persona que tiene dominio de sus emociones.

(b) Si la imaginación trabaja sin control, se aplicará al objeto exigiendo atención plena a él, fijación y obsesión y —generalmente— exageración. De este modo, la imaginación hace que el sentimiento negativo (tristeza, miedo, bronca) se refuerce y se repita (produciendo los problemas y hasta las enfermedades psicosomáticas antes mencionadas). Puede ocurrir también que, al reforzarse la emoción por causa de la imaginación, quede grabado en el subconsciente un sentimiento, una tendencia permanente (por ejemplo, de sentimiento de melancolía, temor, inseguridad); si esto no es contrarrestado con un trabajo de educación o autoeducación, puede producir, a la larga, un desequilibrio duradero, es decir, una neurosis.

(c) Si —tercera posibilidad— la voluntad acepta libremente el estímulo de la imaginación y lo secunda ordenando la acción (es lo que ocurre cuando *consentimos* ese primer movimiento), se refuerza la estimulación cerebral y el hipotálamo ahora pondrá en funcionamiento el sistema glandular de secreción interna; entra en acción la hipófisis, que controla, directa o indirectamente, toda la fuerza hormonal del organismo. De todas las hormonas que produce la hipófisis, Irala, a quien estamos resumiendo aquí, menciona de modo especial dos: la *adreno-córtico-tropa* y la *somatotropa*. La *somatotropa* es una hormona que la hipófisis libera por el torrente sanguíneo cuando agentes destructivos externos (veneno, infección, calor, frío) invaden el organismo, preparándolo con anticuerpo para resistir al invasor. Hace lo mismo cuando sobrevienen emociones depresivas (tristeza, frustración, desaliento, indecisión); el exceso de esta hormona puede producir hipertensión, artritis, asma, cansancio, etc. (por eso nos fatigamos mucho más cuando trabajamos con desaliento o con indecisión). En cambio, la *adreno-córtico-tropa* es liberada cuando se trata de emociones agresivas (rencor, rabia, enojo, ambición); esta hormona va directamente a la corteza de las glándulas suprarrenales para activarlas (allí se producen más de treinta hormonas); en la

²² Resumen lo que describe Irala, *Ibid.*, 92-108.

médula —parte más interna— de las suprarrenales se elabora la *adrenalina*, hormona que da rápidamente al organismo gran energía para huir del peligro o para luchar por la tranquilidad amenazada. Si estas cerca de treinta hormonas activísimas se encuentran en exceso en el organismo, por lo repetido y exagerado de las emociones, terminan por perturbar y enfermar el mismo organismo (produciendo úlceras, insomnio, hipertensión, ataques cerebro-vasculares, etc.).

En las emociones positivas (paz, confianza, alegría, etc.) el proceso no es así, sino que tonifica y da fuerza al organismo, energizando la búsqueda o posesión de aquello que es objeto de placer o serenidad. Incluso en las emociones de euforia equilibrada, entusiasmo, etc., se activan más bien los procesos que refuerzan la capacidad de esfuerzo, trabajo, resistencia y rendimiento.

CAPÍTULO 3

DIVERSIDAD Y RELACIÓN DE LAS PASIONES

I. Distinción de las pasiones entre sí

Hemos ya dicho que la pasión es un acto del apetito sensitivo al que va unido una conmoción orgánica.

La distinción del apetito sensible en concupiscible e irascible, proviene de las dos funciones que todo ser cumple en orden a subsistir y perfeccionarse; y éstas son conservarse y defenderse; aprovecha de su medio para su propio bien y crecimiento, y se defiende de lo que intenta contrariarlo y destruirlo. Todo animal desea y tiende a apropiarse de lo que le es útil y deleitable, y rechaza lo que es nocivo y hostil. La primera tendencia es llamada concupiscible, la segunda irascible. O sea, el apetito de placer y perfección, y el apetito de defensa, superación y lucha: “el apetito natural tiende a dos cosas: conseguir lo que le es conveniente y amistoso de su naturaleza, y vencer lo que es adverso; lo primero se da a modo de *receptividad*; lo segundo a modo de *acción* (...) Estas dos tendencias se encuentran en el apetito sensible”²³.

Se caracterizan, pues, de modo opuesto, como receptividad y actividad.

El apetito concupiscible actúa a modo de apetito receptivo, comprendiendo tanto las delectaciones sensibles cuanto las tendencias que se retraen ante los objetos dolorosos y dañinos. En ambos casos hay receptividad: se abandona al deseo del placer o se sucumbe ante el sufrimiento. Es claro que esta receptividad propia no excluye todo tipo de acción; el que desea *se mueve* hacia lo deseado; el que odia *rechaza* lo que se opone a sus amores. Observemos la característica de *pasividad* que, de alguna manera, resalta en todos estos movimientos como un *arrastré* por parte del objeto y una pasividad (propriadamente un *padecimiento*) por parte del apetito. Por eso se dice “hechizado por el amor”, “impelido por el deseo”, “arrastrado por el odio”, etc.

En cambio el irascible, empuja a un esfuerzo de acción violenta, de ataque o de resistencia, ante las dificultades u obstáculos que hacen áridas nuestras acciones. También en las pasiones del irascible se puede observar un aspecto pasivo, pues el que tiene esperanza de alcanzar un bien, es *arrastrado* por amor de él (el amor está en la base de *todas* las pasiones); pero este aspecto pasivo se complementa con uno nuevo y más fuerte, que es el principio activo. Así, por ejemplo, alguien capta un obstáculo en la consecución de un bien deseado: obtenerlo es dificultoso; pero también capta algo particular: es difícil pero *íposible!*; y esta perspectiva en la que se unen un amor que tiene forma de deseo ardiente y la captación de la posibilidad de obtener tal bien, desencadena fuerzas interiores que se imponen al abandono o dejadez que espontáneamente surge al captar el aspecto arduo del bien. Esta faceta enérgica, impulsiva, vehemente, es propia de las pasiones del irascible.

Teniendo en cuenta estas dos funciones del apetito, la doctrina clásica ha indicado once pasiones fundamentales. Hay otras clasificaciones indudablemente válidas y muy sugestivas. Valga de ejemplo la exposición de Lersch, quien habla de “emociones de la vitalidad” (dolor, placer, aburrimiento, saciedad y repugnancia, diversión y fastidio, embeleso y pánico, etc.), “vivencias emocionales del yo individual” (susto, agitación, ira, temor, confianza y

²³ Cf. Santo Tomás de Aquino, *De veritate*, 25, 2. Cf. I, 81, 3. Escribe el mismo autor: “En los seres naturales sujetos a corrupción, no sólo debe haber una inclinación a conseguir lo que les conviene y huir de lo que es nocivo, sino también una inclinación a resistir los agentes disgregadores y contrarios, los cuales impiden que consiga lo que ayuda, causando en cambio lo que es dañino... Por eso, siendo el apetito sensitivo una inclinación que sigue a la forma natural, es necesario que en la parte sensitiva haya dos potencias apetitivas. La primera, que inclina directamente al animal para que alcance los objetos placenteros en el plano sensible y a rechazar los nocivos; esta facultad es llamada *concupiscible*. La segunda, que lleva al animal a resistir los ataques de lo que contrasta la posesión de lo agradable, o de lo que molesta; esta facultad es llamada *irascible*. Por tal razón se dice que su objeto es lo arduo, porque tiende a vencer y a superar los agentes contrarios. Estas dos inclinaciones no se pueden reducir a un único principio porque las pasiones del irascible se presentan como contrastantes de las del concupiscible... De aquí se pone también de manifiesto que el irascible es como el defensor y vengador del concupiscible, alzándose contra cuanto impide alcanzar lo que es agradable, deseado por el concupiscible, o contra cuanto causa perjuicio, que es aborrecido por el concupiscible...”

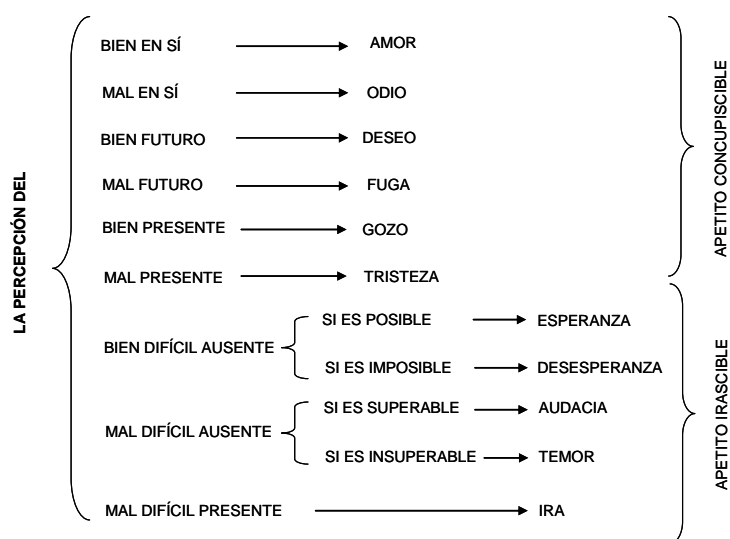
desconfianza, contento y descontento, desquite, etc.), “emociones transitivas” (simpatía y antipatía, estima y desprecio, capacidad de amar y odio, etc.)²⁴.

Creo que a pesar de los grandes aportes que la psicología moderna ha hecho en este punto, sigue siendo válido el esquema tradicional, pues su distinción de las pasiones reduce el mundo afectivo a once movimientos pasionales específicamente distintos; distinción que se realiza en base a la diversidad de sus objetos formales (bien o mal, ya alcanzado o todavía no; considerado simplemente o como arduo, etc.). Son los once modos que tiene el apetito humano de situarse frente al bien y al mal en sus diversas formalidades (modos que, a su vez, se subdividen dando las distintas especies de cada pasión).

Así, el bien produce en la potencia apetitiva una inclinación o connaturalidad hacia ese mismo bien. Esto es el *amor*. Respecto del mal, se da algo contrario, una aversión, un rechazo, que es el *odio*. El bien amado y no poseído mueve hacia su consecución y eso pertenece a la pasión del *deseo*, cuyo contrario, en la línea del mal, es la *fuga* o abominación. Cuando el bien llega a ser poseído, produce la quietud o reposo en el mismo bien. Esto pertenece al gozo o *delectación*, al que se opone el dolor o la *tristeza* por parte del mal. Estas seis pertenecen al apetito concupiscible

Cuando el bien es difícil (arduo) se dan las pasiones de *esperanza*, en caso de ser posible, y la *desesperación*, ante la imposibilidad de conseguirlo. Respecto del mal ausente difícil se dan la *audacia* cuando es superable, y el *temor* si se presenta como insuperable. Respecto del mal arduo ya presente se suscita la pasión de la *ira*. No existe, evidentemente, ningún bien que sea al mismo tiempo arduo y presente, por lo cual esta pasión no tiene contraria. Estas cinco pertenecen al apetito irascible.

Las podemos representar en el siguiente cuadro esquemático:



Por tanto, los afectos se distinguen entre sí por el objeto al que se dirigen (o sea, por las diversas formalidades de esos objetos) y no por el elemento material, es decir, los cambios somáticos que los acompañan, que pueden coincidir en algunas pasiones (por ejemplo, hay personas que quedan bloqueadas, inmóviles por un terror inesperado, y a otras les sucede lo mismo por una alegría imprevista). En contra de esta doctrina, Freud enseñó el monoinstintivismo, es decir, la reducción del mundo afectivo a un instinto único, que para él era el instinto sexual; a esto llegó partiendo del principio erróneo de que para conocer una función hay que conocer su raíz, cuando en realidad “para conocer una función no hay que escudriñar su raíz, la cual es común a todas y se llama *tendencia vital*, sino su flor y su fruto. Quiero decir que las funciones se especifican por sus actos y los actos por sus objetos; y en el hombre hay una progresiva aparición de nuevas funciones, que son nuevas y no nuevas;

²⁴ Cf. Lersch, Philipp, *La estructura de la personalidad*, Barcelona (1971).

nuevas por un nuevo objeto que las diversifica específicamente y en cierto modo, las crea; no nuevas por su lejana raíz, que no es otra que la tendencia general al bien, o sea, al Ser, que en todas las lenguas del mundo se llama Amor”²⁵.

II. Relaciones de las pasiones entre sí

Si bien consideramos aisladamente las pasiones para distinguirlas, hay que tener en cuenta que en la realidad no se dan de tal forma sino entremezcladas y, muchas veces, suscitándose unas a las otras. Así sucede que, a veces, son los mismos gozos los que dan paso a ulteriores tristezas, el amor engendra celos, la aversión a una persona puede convertirse de pronto en atracción por esa misma persona (al haber fijado demasiado la atención en ella), la esperanza puede dar paso a la desesperanza cuando surge un obstáculo inesperado, y la audacia convertirse de pronto en un temor insuperable. Esto se debe en gran medida, a que el objeto que suscita una pasión no es una realidad simple sino compleja, y, en cuanto tal, encierra diversos aspectos, los cuales pueden suscitar pasiones diversas (como la misma persona que amamos, puede ser la causa no sólo del amor sino del temor de perderla, del celo de que nos sea infiel, etc.).

Sin embargo, es importante tener en cuenta que no cualquier pasión engendra cualquier otra pasión, sino que se da mayor afinidad entre algunas, y hay afectos que psicológicamente están emparentados entre sí. Por eso, podemos decir que hay “grupos” de afectos que generalmente se dan juntos. Así, por ejemplo, el amor, el deseo y el gozo (tres momentos en la tendencia del apetito hacia un bien: atracción, búsqueda y reposo en el mismo), o tristeza y odio del mal que nos oprime, etc.

Como esto, a su vez, tiene que ver bastante con el temperamento y el carácter de cada persona, cada cual debería no sólo ser consciente del afecto que más predomina en él, sino también de los demás sentimientos con los cuales éste ordinariamente se relaciona, puesto que, para tener dominio de sí mismo, su atención y cuidado deberá dirigirse hacia el grupo entero de emociones que son más afines entre sí. Por ejemplo, una persona con tendencia a la tristeza, debe estar muy atenta también al resentimiento, a los sentimientos de venganza y a la desesperación, puesto que todos estos sentimientos están muy emparentados entre sí.

Y sobre todo ha de comprender una cosa fundamental: en el origen de todo afecto encontrará el amor, porque ésta es la pasión o afecto inspirador y básico que pone en funcionamiento toda nuestra base sentimental. Como dice Bossuet: “alejad el amor y no hay más pasiones; poned amor y las hacéis nacer todas”. Aunque parezca una indicación obvia (para muchos tal vez no lo sea) esto plantea que la educación de las pasiones será siempre, en definitiva, una educación, ordenamiento o rectificación del amor. Incluso en el caso de las pasiones aparentemente menos relacionadas con el amor, como la cólera o el odio, *todo se resuelve*, en definitiva, *en una cuestión de amor*. Así como es el amor el que hace nacer el odio (rechazo de aquello que se opone a lo que es amado), es también el amor el que encauza el odio (cuando es un amor suficientemente fuerte como para que la persona que odia esté dispuesta a frenar su mismo odio; por ejemplo, es el amor por Jesucristo el único que, a veces, puede hacernos perdonar a nuestros enemigos; y esto vale no sólo para el plano espiritual sino también para el sensible). Y lo mismo se diga del amor y el temor, del amor y la audacia, del amor y la tristeza, como experimenta el corazón del pobre Bombarda:

“Sentía adentro del corazón un terrible dolor que a ratos parecía que iba a ahogarle. Y era su amor, que, como un mar interior, pugnaba por romper el suelo y surgir a la luz. Y de ese amor, que fue al principio fuente de alegrías, comenzaron a nacer raras tristezas” (Hugo Wast, *Una estrella en la ventana*).

También se sigue de aquí que, siendo las pasiones solidarias, todo método educativo que apunte a educar una sola pasión sería inútil y no tendría efectividad alguna. Toda educación de la afectividad debe apuntar a la afectividad en su conjunto, para someter toda la

²⁵ Castellani, L., *Freud*, Mendoza (1996), 62

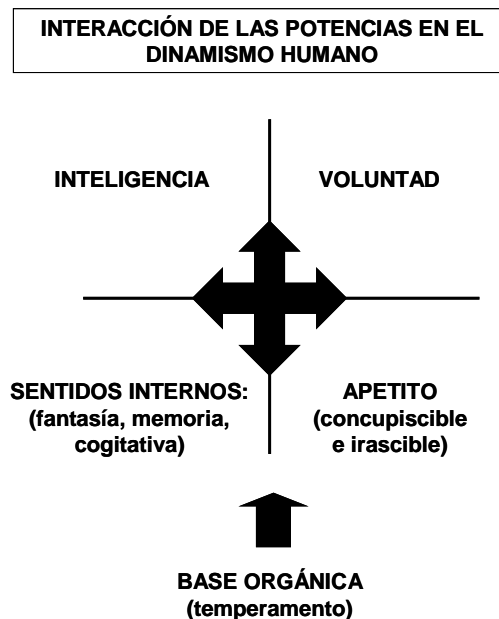
fuerza emotiva a la dirección de la vida moral. Tal vez sea éste uno de los déficit más notables de la educación de los últimos siglos, salvo honrosas excepciones, como las de los grandes educadores cristianos (por ejemplo, Don Bosco). En la educación de la afectividad no puede dejarse de lado ningún aspecto, por trivial que sea, ordenando todo el campo afectivo a una progresiva elevación por medio de las virtudes cardinales de la templanza y de la fortaleza. Es precisamente en el campo que se deje sin cultivo por donde comenzará a resquebrajarse luego la vida afectiva y, de allí, la moral.

CAPÍTULO 4

AFECTIVIDAD Y RAZÓN

Por encima de los afectos están la inteligencia y la voluntad. Aunque debemos dejar en claro que cuando hablamos de unas potencias y de otras (espirituales, sensibles, etc.), lo hacemos apelando a distinciones que son fáciles de concebir en el plano teórico, pero que, en la realidad concreta, están más íntimamente imbricadas de cuanto pueda parecer, debido a la “asunción eminente” (Pithod) a la que hemos aludido ya. La sensación puede ocasionar por sí sola la pasión; pero ésta, una vez nacida, entra en relación con la esfera racional, la cual puede sufrir la influencia de la pasión (por ejemplo, la razón que es arrastrada pasionalmente a buscar coartadas para sus movimientos, como hace el rencoroso para encontrar motivos que abonen su venganza), o influir sobre ella usando su energía (como el soldado que debe arriesgar su vida, trata de levantar pasionalmente el tono de su valor). Se trata de diversas alternativas que merecen ser examinadas por separado. De aquí que, siendo las pasiones o afectos, movimientos propios de nuestra esfera “animal”, sólo sean semejantes a las pasiones animales, pero nunca iguales. Un hombre apasionado por el odio puede ser más destructivo que una fiera, porque el motivo de su cólera no queda limitado a la “nocividad” que capta su cogitativa (como ocurre con la estimativa del animal), sino que es asumida muchas veces por una “idea” (o ideal) de la razón que puede forzar el obrar cuando ya la noción sensible de peligro ha pasado; por eso el animal se defiende pero no se venga; el hombre es el único que puede tramar venganza.

La esfera de las pasiones, pues, está en medio de dos niveles (el temperamental predispositivo y el espiritual). Así se da una gran interacción de estos tres niveles:



La inteligencia y la voluntad se influyen mutuamente (como se observa en los distintos momentos o pasos de los actos libres); los sentidos internos influyen sobre la inteligencia a través de la cogitativa, la imaginación y la memoria, de donde el intelecto agente forma el concepto; al mismo tiempo, los sentidos internos influyen sobre el apetito sensible dando pie al movimiento pasional (con el conocimiento sensible de un objeto que se presenta como atractivo o desagradable); los apetitos con sus pasiones influyen sobre la inteligencia y la voluntad, y éstas sobre los apetitos. Y, como ya dijimos, las predisposiciones orgánicas inclinan hacia determinado tipo de movimientos afectivos.

Además, la psicología sobrenatural añade a todo este cuadro un dato de fe: el hombre, en su estado actual, se encuentra en una situación “caída” (y redimida). Por el pecado original estamos heridos. La tradición resume las heridas de nuestra naturaleza en cuatro (correspondientes a cuatro de nuestras facultades principales): en la inteligencia, la “ignorancia” o debilidad para descubrir la verdad; en la voluntad, la “malicia” o dificultad para buscar y mantenerse en el bien auténtico; en el irascible, la falta de firmeza o valor; y en el concupiscible, la llamada “concupiscencia” o inclinación desordenada al deleite.

Estas heridas permanecen en nosotros tras el bautismo (pues constituyen materialmente el *fomes* del pecado²⁶), y deben de tenerse en cuenta para comprender tanto algunos de los desórdenes afectivos, cuanto su fuerza, la debilidad de la voluntad para manejar los sentimientos... y la necesidad de ser muy precavidos. De todos modos, hay que evitar entender estas heridas como una corrupción substancial de nuestra naturaleza, tal como lo entendió Lutero, confundiendo el pecado original con el desorden de la concupiscencia, sentando las bases de una concepción pesimista del hombre y de la educación de la afectividad. No es asombroso que las líneas trazadas por este pesimismo desembocaran en una concepción deformada del hombre —hasta llegar al criminal constitutivo de Lombroso o a las sombrías ideas de Freud—. Ya indicaba Pascal que “es peligroso hacerle ver al hombre su miseria sin mostrarle su grandeza”.

Veamos, pues, las relaciones entre pasión y esfera volitiva.

I. Coincidencia de la pasión y la voluntad

La pasión y la voluntad pueden tener el mismo objeto. De hecho, con frecuencia, nuestros actos libres (voluntarios) corresponden a pasiones de la sensibilidad y hacen una sola cosa con éstas. El elemento formal y esencial de la pasión (por ejemplo, el deseo de venganza en la cólera) lo podemos encontrar idéntico en la voluntad. Así, dice Santo Tomás, hablando de la ira: “si se la considera según lo *formal* (deseo de venganza), puede existir tanto en el apetito sensitivo, como en el apetito intelectual que es la voluntad, según la cual puede querer tomar venganza”²⁷. De hecho, el apetito instintivo de reacción vengativa, por medio de la reflexión y de los medios aptos, se convierte en voluntad de vengarse. Por tanto, pueden concebirse, en la voluntad, actitudes que responden, rasgo por rasgo, a las actitudes pasionales del apetito sensible. Así, enfrentados ante el mismo objeto, se suman y refuerzan el sentimiento voluntario y la pasión²⁸.

Nuestras pasiones se convierten en actos voluntarios, y nuestros querer libres se vuelven pasionales. La pasión moderada y vuelta virtuosa, dará una fuerza particular a nuestra capacidad de realización en las dificultades de la acción moral.

II. La pasión que arrastra la voluntad

La pasión que ha surgido espontáneamente puede, a su vez, arrastrar la voluntad en el mismo sentido que ella. Esta moción se realiza en dos etapas sucesivas.

(a) La primera etapa: la pasión, si está viva, produce en nuestra conciencia una *transposición de valores*. Es un hecho de experiencia que aquello que nos apasiona tiende a parecernos lo más importante, lo más urgente, lo más valioso. Como resultado, nuestra atención se dirige únicamente sobre el objeto pasional, y, por el contrario, todo lo demás

²⁶ Cf. Concilio de Trento, Denzinger-Hünermann, n. 1515.

²⁷ Santo Tomás de Aquino, *De malo* 12, 1.

²⁸ “La pasión animal sin duda está en el apetito sensual como en su propio sujeto, pero está también en la (parte) aprehensiva como causalmente, en cuanto que el movimiento de la pasión surge en la apetitiva en virtud del objeto aprehendido. Pero en el apetito superior hay algunas operaciones similares a las pasiones del apetito inferior, en razón de cuya semejanza alguna vez los nombres de pasiones se atribuyen a los ángeles o a Dios, como dice Agustín en el *IX Sobre la Ciudad de Dios*. Y por este modo se dice alguna vez que la tristeza está en la razón superior en cuanto a la aprehensiva y a la apetitiva” (Santo Tomás de Aquino, *De veritate*, 29, 9 ad 5).

pierde relieve para la atención, así como pierde fuerza también toda tendencia voluntaria que no se ajusta con la tendencia pasional. Como se ha escrito de un corazón enamorado:

“Había puesto los ojos en el sol, y fuera de él ya nada veía en lo que rodeaba su vida oscura. De noche, en su pobre cama, donde el insomnio le enseñaba a pensar, consideraba la incommensurable distancia creada entre él y ella por la educación y la fortuna, y desesperado mordía la almohada amarga, mojada por su llanto de niño” (Hugo Wast, *Una estrella en la ventana*).

(b) La segunda etapa: tras haber eliminado, o al menos incomodado, las tendencias opuestas, la pasión mueve indirectamente la voluntad, presentándole un objeto, que es precisamente el de la pasión. Éste no sólo atrae la atención, sino la aprobación de la razón, pues el juicio estimativo que ha determinado la pasión, hace cuerpo con la imaginación exaltada y exagerada, la cual ordinariamente acompaña la pasión, tanto que la razón se inclina a desposar el juicio pasional y la voluntad a adoptar la pasión, puesto que el juicio estimativo y la pasión se ponen al servicio del apasionado. En síntesis: la pasión tiene el talento, cuando nos tiene agarrados, de presentarse como una necesidad de ser preferida a cualquier otra cosa, de estimar sus motivos como los más valiosos y, en consecuencia, de conducirnos a querer con ella lo que ella desea²⁹.

Para ser completos sobre la psicología del “arrastre” pasional, sería necesario describir el conflicto del razonamiento (silogismo) moral y del razonamiento (silogismo) pasional. Tanto en sus premisas mayores como en sus premisas menores, los dos razonamientos se oponen y buscan vencerse uno al otro hasta que triunfa la conclusión del razonamiento moral o del pasional; volveremos sobre este punto al final de nuestro estudio al distinguir al continente y al virtuoso³⁰.

III. La pasión que brota espontáneamente del querer intenso

Hay dos modos de pasión que se derivan de un acto voluntario (pasión consecuente o consiguiente): un primer modo, es cuando brota espontáneamente, como un desborde de un querer intenso; un segundo modo, es cuando la voluntad quiere provocarla de modo directo.

Ante todo, la pasión puede seguirse de la voluntad como resultado espontáneo de un querer (es decir, como un desborde, de un querer muy intenso, sobre la sensibilidad). La repercusión de los actos voluntarios y de los sentimientos superiores en nuestra afectividad sensible, es una consecuencia natural de la unidad del compuesto humano y del arraigamiento de todas nuestras potencias en la esencia del alma. De este modo, nuestros querer

²⁹ “La pasión del apetito sensitivo no puede arrastrar o mover a la voluntad directamente, pero puede (hacerlo) indirectamente. Y esto de dos modos. Uno, por una manera de abstracción. Pues, radicando todas las potencias del alma en la única esencia de la misma, es necesario que, cuando una potencia se concentra en su acto, la otra afloje, o también se vea totalmente impedida en el propio. Ya porque toda la fuerza dispersada en muchas cosas deviene menor; de donde, por el contrario, cuando se concentra sobre una, se puede dispersar menos a otras cosas. Ya porque en las obras anímicas se requiere cierta atención que, si se aplica con vehemencia a una cosa, no puede atender vehementemente a la otra. Y de este modo, por cierta distracción, cuando se fortalece el apetito sensitivo en relación con una pasión, es necesario que afloje, o sea totalmente impedido, el movimiento propio del apetito racional, que es la voluntad. El segundo modo es por parte del objeto de la voluntad, que es el bien aprehendido por la razón. Como es evidente por los dementes, el juicio y la aprehensión de la razón, y también el juicio de la facultad estimativa, son impedidos por la aprehensión vehemente y desordenada de la imaginación. Pues es claro que la pasión del apetito sensitivo sigue a la aprehensión de la imaginación; como también el juicio del gusto sigue a la disposición de la lengua. Por donde vemos que las personas dominadas por una pasión no apartan fácilmente su imaginación de aquellas cosas sobre las que están afectadas. De ahí que, en consecuencia, frecuentemente el juicio de la razón siga a la pasión del apetito sensitivo y, consiguientemente, el movimiento de la voluntad, a cuya naturaleza corresponde seguir el juicio de la razón” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 77, 1).

³⁰ Baste por ahora con estas palabras de Santo Tomás: “A quien tiene el conocimiento en universal, la pasión le impide poder deducir de esa premisa universal y llegar a la conclusión; sino que deduce de otra universal, sugerida por la inclinación de la pasión, y bajo ella concluye. De ahí que el Filósofo diga que el silogismo del incontinente tiene cuatro proposiciones: dos universales, de las cuales una es de la razón —v. gr., no hay que cometer ninguna fornicación— y otra es la de la pasión —v. gr., hay que buscar el placer—. La pasión, pues, encadena la razón para que no asuma la primera y concluya por medio de ella; y por tanto, perdurando aquélla, asume la segunda y concluye bajo su influjo” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 77, 2 ad 4).

fervorosos, “por cierta redundancia”, conmocionan nuestra sensibilidad y la hacen vibrar al unísono de su exaltación³¹.

No todo sentimiento de nuestra afectividad superior produce esta repercusión emotiva: “La voluntad no sólo se mueve por el bien universal aprehendido mediante la razón, sino también por el bien aprehendido mediante los sentidos. Y, por tanto, puede moverse hacia un bien particular sin pasión del apetito sensitivo. Realmente queremos y hacemos muchas cosas sin pasión, sólo por elección, como queda bien claro en aquellas cosas en las que la razón se opone a la pasión”³². Pero la voluntad se vuelve excitante de la pasión cuando es “vehemente” y “perfecta” y, de modo especial, durante la realización de las acciones difíciles.

Quien hace de intermediario de esta repercusión de influencia es la imaginación: nuestros sentimientos y querer son alimentados por pensamientos; éstos provocan un conjunto de imágenes correspondientes, porque es normal que nuestras ideas (abstractas) se desarrollen en imágenes (concretas). Esta sensibilidad que vibra en torno de nuestros sentimientos, no está sometida a la razón en su íntima fuente. Podemos reprimir las manifestaciones exteriores, pero no la conmoción interior. Esta repercusión emotiva no tiene, en sí, nada moralmente reprehensible: es sólo la prolongación del querer intenso, su eco en la sensibilidad. Tiene la cualidad moral de ese querer, pues no es más que el signo que denuncia su intensidad, incluso admitiendo que cada temperamento tiene una acentuación mayor o menor en dicha reacción sensible (por lo que la reacción de ira del colérico parece más intensa que la del flemático³³).

IV. La pasión provocada por la voluntad

El segundo modo de pasión consecuente se da cuando ésta es deliberadamente suscitada por imperio de la razón; en este sentido, es fruto de un querer que la provoca y la excita³⁴.

Siendo la pasión un acto del apetito sensitivo, que comprende una tendencia apetitiva y un movimiento fisiológico, la voluntad tendrá poder sobre ella en la medida en que tenga influencia sobre estos dos últimos elementos.

(a) Del lado *psíquico*, la voluntad puede influir de dos modos: por mediación de la sensación, o por la imaginación.

- De modo directo, por aplicación de los sentidos: sabemos que la pasión se enciende por las miradas, tactos, audiciones, sabores, fragancias; esta excitación de la pasión por

³¹ “Por la unión entre las potencias del alma en una esencia y del alma y del cuerpo en un ser compuesto, las potencias superiores y las inferiores, y también el cuerpo y el alma, *se influyen entre sí lo que en alguno de ellos sobreabunda*; y de ahí que de la aprehensión del alma cambia el cuerpo según el calor y el frío, y alguna vez también hasta la salud y la enfermedad y hasta la muerte; pues sucede que alguien contrae la muerte por el gozo o la tristeza o el amor. Y de ahí que de la misma gloria del alma se hace la redundancia glorificando en el cuerpo (...) y de modo semejante sucede al contrario, que el cambio del cuerpo redunde en el alma. Pues el alma unida a su cuerpo imita sus complejiones según la locura o la docilidad y otras cosas de este estilo, como se dice en el libro *De los seis principios*. De modo semejante también, de las potencias superiores se hace la redundancia en las inferiores, de modo que *al movimiento intenso de la voluntad sigue la pasión en el apetito sensual*; y *de la intensa contemplación se retraen u obstaculizan las potencias animales de sus actos*; y al contrario, de las potencias inferiores se hace la redundancia en las superiores, como cuando de la vehemencia de las pasiones existentes en el apetito sensual se oscurece la razón, de modo que juzgue como simplemente bueno eso acerca de lo cual el hombre es afectado por la pasión” (Santo Tomás de Aquino, *De veritate* 26,10; Cf. *Suma Teológica*, I-II, 30, 1 ad 1; I-II, 59, 5; II-II, 158, 8).

³² I-II, 10, 3 ad 3.

³³ “Las pasiones del alma pueden referirse al juicio de la razón de dos maneras. Una, *antecedentemente* (...) La otra manera, *consiguientemente*. Y esto de dos modos. Primero, *a modo de redundancia, a saber, porque cuando la parte superior del alma se mueve intensamente hacia algo, la parte inferior sigue también su movimiento. Y así, la pasión que surge consiguientemente en el apetito sensitivo es señal de la intensidad de la voluntad*. Y de este modo indica mayor bondad moral (...)” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 24, 3 ad 1).

³⁴ “Procede también de modo consiguiente. Y esto de dos modos. Primero, *a modo de redundancia* (...) Segundo, *a modo de elección*, esto es, cuando el hombre por el juicio de la razón elige ser afectado por una pasión, para obrar más prontamente con la cooperación del apetito sensitivo. Y así, la pasión del alma aumenta la bondad de la acción” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 24, 3 ad 1).

medio de la sensación directa es la más fácil y más segura en sus resultados. Si la voluntad quiere excitar una pasión, basta, pues, intentarlo aplicando sus sentidos, o alguno de ellos, al objeto propio de esa pasión (mirando, tocando, etc.).

- También puede hacerlo por intermedio de la imaginación, lo cual es un fenómeno más complicado. La voluntad activa la imaginación por medio de la razón. Si se quiere excitar una pasión, basta que la voluntad quiera pensar en un objeto pasional, y la imaginación abundará en imágenes que representan actos, personas y circunstancias susceptibles de cebar la pasión. La fijación del espíritu sobre un objeto pasional fertiliza la imaginación inmediatamente y en el mismo sentido.

(b) Del lado *físico* es más limitado, pero también puede darse. Como se da una relación estrecha entre el elemento psíquico y el elemento fisiológico de la pasión, sucede que la provocación o excitación voluntaria de la fisiología de la pasión hace surgir la pasión de modo completo. El giro de nuestros estados afectivos se debe, a menudo, al bienestar o malestar de nuestras funciones vegetativas, que despiertan una imaginación afectiva conforme a tales estados. Las modificaciones orgánicas influyen tanto en la aparición y excitación de la pasión como en su apaciguamiento y sosiego. Es claro que la influencia de la voluntad sobre los estados físicos, en orden a excitar una pasión o apaciguarla, es limitada, pero, aún de modo limitado, puede lograrse algo por esta veta; por ejemplo, pueden atenuarse —y cambiarse— ciertos estados pasionales por ejercicios físicos e incluso por una terapia médica. Ejemplo claro de esto es el caso de los efectos del alcohol en el ebrio, que le dan “bríos” y “ardor” (o incluso lo hacen violento); por este motivo, algunos beben alcohol para “animarse” (pasionalmente, se entiende) a hacer obras que no harían sin esta “condición física” (por ejemplo, hablar en público, pelear, declararse a una mujer, etc.).

De aquí se pueden establecer algunos principios en orden a la educación de los afectos:

1º Si bien no tenemos dominio directo sobre algunas pasiones (como veremos en el punto siguiente), podemos, sin embargo, ejercitarnos de algún modo indirecto. Y esto de dos maneras. La primera, es tratando de hacer actos espirituales intensos sobre esos objetos (por ejemplo, amor intenso a la virginidad, a la castidad, al menos vistos de modo encarnado en personajes amables, como la Virgen Santísima, San José, Nuestro Señor, algún santo, etc.). Los actos espirituales intensos necesariamente tienen, aunque sea en grado mínimo, cierta repercusión o desborde sobre nuestra afectividad, creando las condiciones para que también nos apasionemos por esos objetos, y termine por originarse un hábito pasional (que en este caso sería un hábito virtuoso).

2º La segunda manera consiste en tratar de crear —cuanto está de nuestra parte— las condiciones orgánicas de las pasiones ordenadas:

- (a) Con deporte bien regulado, ordenado, continuo (se aconseja al menos una hora tres veces por semana).
- (b) Una buena alimentación (que, para algunos casos más problemáticos, debería estar regulada por un profesional, a quien se debería informar de los desórdenes afectivos que se trata de regular, para que pueda introducir en la dieta elementos que tengan incidencia sobre este tipo de reacciones físicas o al menos pueda indicar qué alimentos descartar); eventualmente, habrá que eliminar las bebidas alcohólicas cuando éstas tengan en alguna persona efectos más dañinos (aunque no lleguen a la ebriedad sino que produzcan desinhibición, excitabilidad, etc.).
- (c) Un horario que respete las horas necesarias de sueño, de recreación, de trabajo (incluso manual), de estudio, etc.; y de manera sistemática, evitando, cuanto sea posible, las continuas variaciones.
- (d) En algunos casos también hará falta una adecuada medicación.

V. La pasión dominada por la voluntad

La voluntad puede (si no siempre, al menos muchas veces) dominar la pasión, moderar su exceso, rechazarla, y/o detenerla. Es un hecho que nosotros reprimimos nuestras pasiones. Y es también un derecho, pues tenemos poder sobre las sensaciones, imágenes y pensamientos que provocan la pasión. El recurso principal y directo, es desviar la atención del motivo que causa la pasión. Esta desviación no siempre es algo fácil; la imaginación fascinada no siempre se presta a estos cambios de atención, y a pesar del esfuerzo de la voluntad, se desliza de nuevo hacia su punto de atracción. Esta dificultad llega al colmo cuando se da el caso de una pasión que está alimentada por una sensación persistente, sin que nada se pueda contra ella; por ejemplo, en las sensaciones voluptuosas, independientes del querer, provocadas por una concupiscencia del mismo orden. Mientras dura la sensación, causa excitante de la pasión, ésta difícilmente cederá. En cambio, cuando la pasión es causada solamente por la imaginación, sin la excitación de otras sensaciones, la voluntad tiene más dominio sobre la pasión; si la voluntad acumula imágenes contrarias y fija el espíritu en ellas, tendremos más chances de dispersar la pasión. Dice Santo Tomás:

“Los sentidos externos para obrar necesitan ser estimulados por los objetos sensibles exteriores, cuya presencia no depende de la razón. Pero las facultades interiores, tanto apetitivas como aprehensivas, no necesitan objetos exteriores. De este modo, están sometidas al imperio de la razón, que puede no solamente provocar o calmar los afectos de las potencias apetitivas, sino también formar las representaciones de la potencia imaginativa”³⁵.

Sin embargo, aún admitiendo que la pasión no afloje en su tendencia afectiva, ni tampoco la conmoción física, queda a la voluntad un último recurso para vencer la pasión: prohibir los actos que esta pasión llama. Los deseos sensuales pueden atormentar la conciencia con sus tentaciones obsesivas, pero sin llegar a involucrar actos positivos, porque nuestros actos externos ponen en obra nuestros miembros corporales y nuestras diversas facultades sensibles. Ahora bien, para ejecutar el acto, nuestros miembros y nuestras facultades requieren un imperio voluntario. A causa de esto siempre podemos no querer pasar al acto (hecha salvedad de los enfermos mentales en quienes estos actos sean compulsivos). En esta última barricada —muy importante desde el punto de vista moral— la voluntad puede resistir y vencer.

“Un acto que por su género es malo, sólo se excusa totalmente de pecado si viene a ser totalmente involuntario. Por consiguiente, si la pasión es tal que haga totalmente involuntario el acto que le sigue, excusará totalmente de pecado; en otro caso, no.

Respecto de lo cual parece que hay que considerar dos cosas. Primero, que algo puede ser voluntario en sí mismo, v. gr., cuando la voluntad tiende a ello directamente; o en su causa: cuando la voluntad tiende a la causa y no al efecto, como es claro en el que se embriaga voluntariamente —pues por eso se le imputa como si fuese voluntario lo que comete estando ebrio—. En segundo lugar, hay que tener en cuenta que una cosa puede decirse voluntaria directa o indirectamente. Directamente es aquello a lo que tiende la voluntad; indirectamente, aquello que la voluntad pudo impedir y no impidió.

Según esto, pues, hay que distinguir. Porque la pasión a veces es tan grande que quita totalmente el uso de la razón: como se ve en los que están fuera de sí por el amor o por la ira. Y entonces, si tal pasión desde el principio fue voluntaria, el acto se imputa como pecado, porque es voluntario en su causa, como dijimos también de la embriaguez. Mas si la causa no fue voluntaria, sino natural, como si uno por enfermedad u otra causa parecida cae en tal pasión que le priva totalmente del uso de la razón, entonces el acto se vuelve totalmente involuntario, y, por consiguiente, excusa totalmente de pecado.

Pero a veces la pasión no es tan grande que sustraiga el uso de la razón. Y entonces la razón puede eliminar la pasión, volviéndose a otros pensamientos; o impedir

³⁵ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I, 81, 3 ad 3.

que logre su efecto, porque los miembros no se aplican a la acción sino por el consentimiento de la razón, según hemos dicho anteriormente. Por consiguiente, tal pasión no excusa totalmente de pecado”³⁶.

De aquí se concluye que la pasión obedece a nuestra razón y sufre el dominio de nuestra voluntad; pues nuestra razón, teniendo poder sobre nuestras sensaciones y nuestras imaginaciones, puede presentar o retirar el objeto pasional. Nuestra voluntad tiene poder de aceptar o retirar los actos que reclama la pasión.

Este dominio, sin embargo, tiene sus límites. La pasión, en relación con nuestras facultades superiores, no es “como un esclavo, sino como una persona libre”³⁷. El objeto de la pasión, la sensación o la imagen que representa lo que atrae, no está en *total* dependencia de la razón. Antes de toda advertencia de la razón, la sensación dolorosa o deleitable, la imagen cautivante o repulsiva, anticipándose a todo mandato de la voluntad, han provocado ya la conmoción de la pasión, sin que la conciencia refleja se haya puesto en guardia. Más aún, incluso con la atención refleja de la conciencia, la sensación, la imagen o el pensamiento se presta poco a dejarse reemplazar. A esta dificultad hay que añadir la de excitar o frenar las modificaciones corporales que son esenciales a la pasión:

“El Filósofo [Aristóteles] dice: *En el animal es observable tanto el poder despótico como el político. El alma domina al cuerpo con despotismo, y el entendimiento domina al apetito con poder político y regio. Pues se llama dominio despótico el que se ejerce sobre los siervos, los cuales no disponen de ningún medio para enfrentarse a las órdenes de quien ordena, ya que no tienen nada propio. En cambio, el poder político y regio es el ejercido sobre hombres libres, los cuales, aunque estén sometidos al gobierno de un jefe, sin embargo, poseen cierta autonomía que les permite enfrentarse a los mandatos. Así, se dice que el alma domina al cuerpo con poder despótico, ya que los miembros del cuerpo en nada pueden oponerse al mandato del alma, sino que, conforme a su deseo inmediatamente mueven el pie, la mano o cualquier otro miembro capaz de movimiento voluntario. En cambio, se dice que el entendimiento o la razón ordenan al apetito concupiscible e irascible con poder político, porque el apetito sensitivo tiene cierta autonomía que le permite enfrentarse al mandato de la razón. Pues el apetito sensitivo, por naturaleza, no sólo puede ser movido por la facultad estimativa en los animales y por la cogitativa en el hombre, siendo ésta dirigida por la razón universal, sino también por la imaginación y los sentidos. De ahí que experimentemos la resistencia que el apetito concupiscible e irascible oponen a la razón, al sentir o imaginar algo deleitable que la razón veta o algo triste que la razón ordena. Por eso, la resistencia que el irascible y el concupiscible oponen a la razón no excluye que le estén sometidos*”³⁸.

Así se explica el hecho frecuente de la insubordinación de las pasiones a la razón. Para reducir esta insubordinación, será necesario concentrar los esfuerzos en la causa emancipadora: la sensación y la imaginación; será necesario evitar o hacer cesar la sensación provocadora y cambiar la imagen pasional. La vida moral deberá reducir cuanto sea posible, por la conquista de las virtudes que ordenan las pasiones, la iniciativa, el desorden y la independencia de la afectividad. Volveré sobre este tema en la Tercera Parte de este libro.

³⁶ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 77, 7; hace a su vez referencia a I-II, 17, 9.

³⁷ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I, 81, 3 ad 2.

³⁸ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I, 81, 3 ad 2.

CAPÍTULO 5

AFECTOS Y RESPONSABILIDAD

Sacando las consecuencias de lo que llevamos expuesto, debemos decir que somos responsables de los actos que hacemos deliberadamente, es decir, en la medida en que anticipadamente podemos discernir su valor moral, su razón de medio respecto de algún fin, etc. En estos casos, esa acción nace de nuestra voluntad deliberada (o sea, de nuestra libertad). La cuestión de la responsabilidad pasa, pues, por esto: ¿somos dueños del juicio por el que decidimos ese acto? Por tanto, en cuanto a la responsabilidad pasional, la cuestión es saber también si *la pasión nos deja dueños del juicio autónomo y deliberado que debe dirigir nuestra acción y presidir su realización*. Hay varias posibilidades, según el grado de repercusión más o menos profunda de una pasión sobre el juicio pasional:

- 1º Tendremos plena responsabilidad, cuando la pasión sea excitada por la voluntad o bien voluntariamente no sea contrarrestada, con pleno ejercicio de la razón.
- 2º Responsabilidad atenuada, cuando la pasión haya surgido sin advertencia de la razón, turbando el juicio racional.
- 3º Falta total de responsabilidad, cuando una pasión, por su violencia, impida el ejercicio de la razón.

I. La responsabilidad de la pasión y sus actos

La voluntad, excitando la sensación y la imaginación, puede hacer nacer una pasión, entretenerla, alimentarla y seguir sus impulsos. Es la pasión consecuente o imperada, a la que ya hemos aludido. La responsabilidad es, en estos casos, plena.

Dice Noble: “No hay que creer que el juicio de la conciencia disminuya su lucidez por encontrarse en conflicto con alguna inclinación pasional”³⁹. “Este conflicto, sigue diciendo Noble, no es un hecho insólito en nuestra vida interior, sino permanente. Desde el momento en que nuestra conciencia adquiere una estabilidad virtuosa, debe ponerse a la cabeza de la pasión. Por eso, cuando sucumbe, capitula voluntariamente. Bajo la seducción pasional, el apasionado deja de escuchar el reproche de los motivos opuestos a los de la pasión; *no quiere en adelante* prestar atención a la prohibición moral. Se veda de razonar con su conciencia; pone como un lazo sobre su razón, para impedir razonar en modo distinto del de la pasión. Bloquea voluntariamente su juicio moral para que su juicio pasional tenga la última palabra. A partir de allí, la pasión, teniendo vía libre, no tiene más que buscar su satisfacción. Esta ‘ligadura’ voluntaria de la razón —la palabra es de Santo Tomás: *ligatura, passio ligat*— es responsable, ya que el apasionado se la impone a sí mismo para dar libre curso a su pasión. Incluso bajo el asalto de la tentación, permanecemos libres de prohibir esta ‘atadura’ de la razón moral a la cual nos invita la pasión. Permanecemos libres de repeler el juicio de la pasión y preferir el juicio de la conciencia; por consiguiente, permanecemos responsables de esta preferencia. Los diferentes grados de voluntariedad, en esta ‘ligadura’ impuesta por la pasión, corresponderán a los diferentes grados de responsabilidad en el pecado pasional”⁴⁰.

Por tanto, cuando una persona juzga a favor de una pasión (“es muy bueno para mí aprovechar este placer”), hace un juicio *moralmente* equivocado (o sea inconciliable con las reglas morales); pero se trata del *juicio de elección* (o sea, del juicio que está implicado en toda elección —al elegir algo lo hace porque es *bueno o incluso lo mejor* para él *aquí y ahora*—) y no del *juicio de conciencia* (él sabe que ese placer no es congruente con su estado, o simplemente con los mandamientos divinos). Ambos juicios pueden coincidir (en una acción

³⁹ Noble, *Passions*, DTC, XII, col. 2225.

⁴⁰ Noble, *Passions*, DTC, XII, col. 2225-2226.

buena, por ejemplo), pero no son el mismo juicio⁴¹. Ambos se refieren a una acción particular (en lo que se distinguen de la *sindéresis*), pero se diferencian entre sí en que el juicio de conciencia “consiste en un puro conocimiento mientras que el [juicio de elección] consiste en la aplicación del conocimiento al afecto”⁴². Al describir el proceso discursivo de la conciencia (a modo de silogismo: “No hay que robar”; “Ahora bien, esto que se me presenta aquí y ahora es un robo”...), se puede ver que la conclusión es un juicio de conciencia personal (“Por tanto, yo debo evitar esta acción”). A este juicio sucede luego el juicio de elección, el cual, si coincide con el de conciencia (*decido evitar dicha acción*), se considera una extensión natural del mismo; pero también podría oponerse al mismo (cuando obramos contra nuestra conciencia por los beneficios que la acción reprobada por ella nos reporta: “Si bien no debería hacer esto, sólo por esta vez me tomaré una licencia”). Esto ocurre normalmente por la influencia de los vicios y de las pasiones.

Por tanto, el juicio de conciencia es *primariamente cognoscitivo*, mientras que el de elección atiende también a las *disposiciones afectivas* del sujeto. Es por este motivo que puede pervertirse el juicio de elección manteniéndose intacto el juicio de conciencia: decide *ligar* (es decir, impedir, atar) el juicio de conciencia para que no se extienda a la decisión y ésta siga, en cambio, el parecer pasional. En este caso, dice Santo Tomás, el sujeto “se equivoca al elegir pero no en la conciencia, ya que precisamente obra contra su conciencia”⁴³. Quiere decir que ha juzgado bien, pero ha decidido mal.

Hay que decir que se puede hablar de conformidad o disconformidad de ambos juicios pero no de identidad, y que el juicio de conciencia coincide con el de elección sólo cuando el sujeto actúa con rectitud, es decir, queriendo lo que juzga como bueno en sí o apartándose de lo que juzga malo.

Santo Tomás dice claramente que la pasión “liga la razón” pero también que “la voluntad puede impedir que la razón sea atada”: “Si se admite que la pasión ata la razón, es necesario que esto entrañe una elección viciosa, pero está en poder de la voluntad el impedir que la razón sea ligada. En efecto, esta ligadura de la razón proviene de la vehemencia con la que se aplica la intención del alma al acto del apetito sensible, lo que la desvía de considerar en particular lo que conoce en general de modo habitual. Ahora bien, aplicar o no aplicar su intención a un objeto, está en poder de la voluntad; igualmente, está bajo su poder el excluir esta atadura de la razón. Por consiguiente, el acto cometido, que procede de esta cadena de la razón, es voluntario, y no excusa de falta, incluso mortal. Pero, si esta atadura de la razón tomara tales proporciones que no estuviera más en poder de la voluntad el apartarse (por ejemplo, si a causa de una pasión del alma, alguien se volviera loco), no se le imputaría como falta lo que él hiciera más de cuanto se le imputa a un loco, a menos que se considere el comienzo de esta pasión, que ha sido voluntario: pues al principio estuvo en poder de la voluntad el impedir que la pasión tomara tales proporciones; por eso un homicidio cometido en estado de ebriedad se imputa, como falta, a su autor porque el principio de su ebriedad ha sido voluntario”⁴⁴.

II. Consecuencias de esta doctrina

Teniendo esto en cuenta, se siguen algunas cuestiones de carácter estrictamente ético (y no ya psicológico): (a) si el pecado pasional es tan culpable como el pecado de malicia; (b) al comportar el pecado pasional cierta atenuación de malicia, si ésta es suficiente para hablar de pecado mortal.

1. El pecado de pasión y el pecado de hábito

⁴¹ Cf. Rodríguez Luño, *Ética general*, Pamplona (1992), 286-287; R. García de Haro, *Iudicium conscientiae et iudicium liberi arbitrii: a propósito de un texto del “De Veritate” de Santo Tomás y su paralelo en el comentario a las Sentencias*, en: A. Lobato, *Littera Sensus Sententia*, Massimo, Milano 1991, pp. 285-305.

⁴² Santo Tomás de Aquino, *De veritate*, 17, 1 ad 4.

⁴³ Santo Tomás de Aquino, *De veritate*, 17, 1 ad 4.

⁴⁴ Santo Tomás de Aquino, *De malo*, 3, 10.

El pecado “de hábito” (es decir, procedente de un hábito) que Santo Tomás llama también pecado “de malicia” (lo que equivale a “libremente elegido” y no a “perversidad”), es aquel pecado en el que la voluntad elige el acto de pecado sin ser movida por un impulso pasional (lo que en la mayoría de los casos debe traducirse como “sin incidencia sustancial de la pasión”, pues en pocos casos obra el hombre sin actuación de sus emociones o sentimientos; la misma “frialidad”, que muchos consideran falta de empatía, puede esconder pasiones intensas).

En este sentido, es evidente que cuando se considera la *pasión antecedente*, ésta influye produciendo un acto que es, al menos parcialmente, voluntario (salvo el caso extremo en que anula toda voluntariedad, como en los que sufren una especie de “enajenación” pasajera por efecto de una pasión inesperada e intensísima). Un pecado será más o menos culpable según que la pasión disminuya o no la voluntariedad⁴⁵.

Donde se pone más de manifiesto esta diferencia entre el pecado de hábito y el pasional, es en la distinción entre el pecado de *incontinencia* y el de *intemperancia*.

El *incontinente* es el que sucumbe a la tentación sensual, a pesar de sus resoluciones y sus acostumbrados deseos de virtud. Es la persona que evita las ocasiones de pecado y alaba y quiere seguir la virtud, pero todavía no la tiene suficientemente arraigada. En este caso, el pecado sensual tiene lugar a causa de una pasión que surge inesperadamente, sin haberse puesto voluntariamente en ocasión de pecado. Cae, pero no se complace en su caída, fuera del tiempo en que dura el acto; por el contrario, se lamenta de su acción ni bien el pecado se ha consumado (de todos modos, téngase en cuenta que en una conciencia clara de un pecador *libertino*, también puede darse cierta lamentación motivada por otras razones, como el ver el fracaso de su vida, el oprobio en que pueda quedar ante los demás, etc.; no se tome, por eso, este “lamentarse”, como indicativo de que se trata de incontinencia y no de intemperancia).

En cambio, el *intemperante* o *libertino*, es aquél que ha elegido este modo de vida, o simplemente lo ha aceptado (puede haber empezado como un incontinente, abandonando luego toda lucha). Por lo menos no pone (ni busca) medios eficaces, se pone libremente en ocasiones de pecado, no combate las raíces de su pecado a pesar de conocerlas, etc.; todo lo cual indica que ese pecado es libremente querido. Normalmente este tipo de vida *termina* (aunque no siempre empieza así) guiándose por el principio de que hay que aprovechar todas las posibilidades de disfrutar de los sentidos (y del placer sexual especialmente)⁴⁶. El *licencioso* no se arrepiente fácilmente de sus caídas, puesto que su voluntad está adherida a la fruición sensual hasta el punto de ni siquiera concebir una vida en que no haya este tipo de placeres. Se regocija, pues, cuando la vida le presenta oportunidades de obrar desenfrenadamente; se lamenta más bien por la poca capacidad física que tiene el ser humano para gozar de los placeres sin atosigarse, etc. Este estado anímico es totalmente opuesto al del *incontinente*, a quien una tentación inesperada precipita en el pecado. En el *licencioso*, la voluntad de pecar, que en cierto modo parece ahora esclavizarlo, es consecuencia de una aceptación aferrada previamente en la conciencia, la cual puede llegar incluso a ahogar la capacidad de remordimiento (en realidad, el *licencioso* es actualmente un esclavo de su pasión, pero es un estado de esclavitud al que ha ingresado libremente, por lo que se considera *voluntario por su causa* —es decir, por haber sido causado por actos voluntarios—). Así se ha dicho: “Algunos amores matan. Los del lecho, esclavizan” (Joaquín Calvo-Sotelo, *La pasión de amar*).

Aristóteles compara la *incontinencia* con una enfermedad transitoria, como un acceso inesperado de fiebre o un ataque de epilepsia; en cambio, asemeja la *intemperancia* a una enfermedad crónica, como la tuberculosis.

Si comparamos al *incontinente* y al *intemperante* desde el punto de vista intelectual (es decir, de sus convicciones de base) o conciencia moral, también resalta la gravedad del pecado de elección por sobre el de pasión. Todo pecado supone una ceguera voluntaria. El pecador prefiere un bien aparente antes que el verdadero bien. La conciencia se falsea voluntariamente en el momento de la tentación: no quiere saber ni considerar, reflexionar ni discutir; decide no someterse al juicio de su conciencia y no quiere ver otra cosa que los motivos que están a favor

⁴⁵ Cf. Santo Tomás de Aquino, *De malo* 3, 11 ad 3.

⁴⁶ Cf. Santo Tomás de Aquino, *De malo* 3, 13.

de su pasión. Esta *parcialidad del espíritu* es responsable: no se quiere juzgar ni decidir por otros motivos que los del pecado. De aquí en más la ceguera se hace progresiva:

“La ignorancia del entendimiento precede, a veces, a la inclinación del apetito y es causa de la misma. Por eso, cuanto mayor es la ignorancia, tanto más disminuye el pecado, o incluso exime de él cuando hace que el acto sea totalmente involuntario. Otras veces la ignorancia de la razón es posterior a la inclinación del apetito, en cuyo caso, cuanto mayor es la ignorancia más grave es el pecado, porque es señal de que es mayor la inclinación del apetito. Ahora bien: tanto la ignorancia del incontinente como la del intemperado son producto de la inclinación del apetito hacia algún objeto, sea mediante la pasión, en el incontinente, o mediante el hábito en el intemperado. Pero esto produce en el intemperado una ignorancia mayor que en el incontinente bajo dos aspectos. En primer lugar, en cuanto a la duración, ya que en el incontinente permanece dicha ignorancia sólo mientras dura la pasión, del mismo modo que el acceso de fiebres tercianas permanece mientras persiste la conmoción de los humores. La ignorancia del intemperado, en cambio, es más duradera, porque permanece el hábito, lo cual hace que *se asemeje a la tisis* o a otra enfermedad permanente, como dice el Filósofo. La ignorancia del intemperado es mayor, también, bajo otro aspecto, a saber: en cuanto al objeto que ignora. En efecto, la ignorancia del incontinente se refiere a un objeto particular de libre elección, en cuanto que debe elegir un objeto determinado y en un momento concreto; el intemperado, en cambio, posee ignorancia sobre el fin mismo, en cuanto que juzga que es bueno seguir las pasiones sin moderación alguna. Por eso dice el Filósofo que *el incontinente es mejor que el intemperado, porque en él se salva el principio más excelente*, es decir, la estimación recta del fin”⁴⁷.

Esta ceguera voluntaria proviene, en el libertino, de una inclinación habitual (es decir, permanente) de su voluntad; en el incontinente, de una inclinación momentánea. El incontinente es asaltado bruscamente por la tentación; la voluntad es arrastrada, inclinada y rápidamente galvanizada por la atracción, empuja la razón a justificar el deseo actual, bloqueando el juicio reprobador de la conciencia. En cambio, en el libertino, cuya voluntad está acostumbrada a buscar todos los placeres que se le ofrecen, el juicio de la conciencia no tiene, por así decirlo, mucho espacio. En cada satisfacción de la pasión, ha sido rechazado, contradicho, y ha terminado por enmudecer: la ceguera se ha convertido en un estado habitual de la conciencia.

“—Estás ciego —le repuso Mena—; el crimen te conducirá a un cadalso, caerás si no hoy, mañana y morirás en el banco. Puedes salvarte si sigues mis consejos.

—Déjese usted de consejos, señor; vienen ya tarde. Mi obra está principiada y concluirá.

—¿Cuál es tu obra?

—Vengarme, exterminando a los que nos juzgan y nos mandan” (Manuel Bilbao, *El pirata de Huayas*).

Por eso hay más ceguera en el libertino que en el incontinente. Ante todo, porque hay más voluntariedad en la misma ceguera, ya que el habituado ha decidido por anticipado el consentimiento a la pasión, y el rechazo del juicio reprobador de la conciencia ha terminado por convertirse en algo automático.

Pero además, la ceguera tiene consecuencias más graves, tanto desde el punto de vista de la duración, como en la extensión. En cuanto a la *duración*: en el incontinente, la ceguera provocada por la pasión, es pasajera, como un acceso brusco de fiebre que voltea; la pasión es un acceso de fiebre moral: mientras está presente no se ve otra cosa que esa pasión, y se produce como un descentramiento de la conciencia y las convicciones morales quedan paralizadas; están en la conciencia pero no se escucha su intimación porque se prefiere escuchar, por ahora, los motivos que exigen la satisfacción de la pasión. Por el contrario, en el

⁴⁷ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 156, 3 ad 1.

disoluto, esta ceguera voluntaria es un *estado crónico*; se ha convertido en una *manera de ver*; la conciencia no conoce un estado pasajero de locura sino una disposición viciada e infectada de fondo; quedan, en cierto modo, abolidas las convicciones morales, como muertas. Antes, durante y después de su falta, el lujurioso, considera normal satisfacer sus pasiones; lo quiere de tal manera que casi experimenta una *exigencia* de buscar tal satisfacción pasional.

En cuanto a la *extensión*, es decir, las verdades que quedan en estado borroso y confuso (sobre las que la persona se vuelve miope o, incluso, ciega), es mucho más amplia en el intemperante que en el incontinente. Este último, bajo el asalto de la pasión, queda enceguecido respecto de un punto muy particular; precisamente sobre aquel punto en que es arrastrado por la pasión; rehúsa considerarlo fríamente, y no quiere ver otra cosa que lo que la pasión le promete. Su error voluntario consiste en considerar exclusivamente este acto pasional, juzgarlo deseable y factible, tal como lo ve bajo el influjo de la pasión. Pero el libertino no se enceguece sólo respecto de este acto en este momento concreto (por tanto, pasajeramente); él acepta como principio de conducta (por tanto, de modo estable) los principios pasionales (es decir, el principio de que debe aprovechar el placer siempre que pueda). Esto nunca lo sostendrá el incontinente (a menos que pase a ser libertino, como puede pasar si, una y otra vez, cede a la pasión terminando por crearse en él un hábito pasional). El disoluto tiene la conciencia obstruida; incurre en un *error en el plano de los principios morales*, lo que tiene consecuencias gravísimas a las que no llega (todavía) el incontinente (cuyos errores son más accidentales).

Puede comprenderse que la *curación moral* del *intemperante* sea más difícil que la del *incontinente*. La dificultad de la conversión de un habituado viene de una doble vertiente:

- Del lado de la inteligencia, porque el discernimiento de la conciencia en el intemperante se ha puesto al servicio del pecado. No hay rectificación a la luz de las obligaciones morales, especialmente en lo que toca al tema de la sensualidad; sobre este punto, puede ser que ni siquiera existan ya convicciones morales rectas (ha dejado de lado los fines de las virtudes). Es como el caso de quien se equivoca en los principios fundamentales de una ciencia: todas las conclusiones que se sigan estarán viciadas por los errores del principio. Para curar una conciencia fijada de este modo en los hábitos malos, hace falta una rectificación radical, una reeducación sobre los mismos fines de la moralidad, sea volviendo a instruirse sobre ellos, o reflexionando sobre las obligaciones, a partir de todos los medios susceptibles de reavivar las convicciones morales desgastadas y corregir las aberraciones de la conciencia.
- Del lado de la voluntad, la dificultad de la conversión viene de que, en el intemperante, la voluntad está habituada a buscar la satisfacción sensual y a gozarse en ella sin escrúpulo. No es fácil cambiar una voluntad acostumbrada y apegada al pecado. Las malas tendencias, fomentadas tan a menudo, no se extirpan fácilmente. Ante todo, hace falta hacer cesar los actos que, al renovarse, acentúan la fuerza del hábito; para esto, es necesario huir de las ocasiones, cambiar de medio ambiente si así lo requiriese el caso, dispersar las imágenes tentadoras por un trabajo tenaz, etc. Es imperioso también, realizar actos contrarios a los que acostumbra; y la curación será más eficaz cuanto más se opongan esos actos (virtuosos) a la voluntad pecadora. Es un trabajo muy dificultoso, pues el hábito está incrustado tanto en su alma como en su cuerpo: en su alma, por la aprobación acostumbrada de la conciencia a todo lo que favorece la pasión; en su cuerpo, por el acostumbramiento de las funciones orgánicas que sirven al acto pasional.

Santo Tomás lo explica con estas palabras: “Para curar al incontinente no basta el conocimiento, sino que se requiere el auxilio interior de la gracia que mitigue la concupiscencia, y se añade también el remedio de la admonición y la corrección, con las cuales puede empezar a resistir a las concupiscencias, y con ello se debilita el deseo. El intemperado puede curarse también así, pero su curación es más difícil por dos motivos. El primero es por parte de la razón, que está corrompida en el juicio sobre el fin último, que es como el principio de las demostraciones, y es más difícil hacer llegar a la verdad al que está equivocado en los principios, al igual que, en el orden operativo, al que está equivocado sobre el fin. El segundo

es por parte de la inclinación del apetito, la cual en el intemperado es producto de un hábito difícil de eliminar, mientras que en el incontinente procede de una pasión, que puede reprimirse más fácilmente”⁴⁸.

2. Atenuación de la culpabilidad en el pecado de pasión

De lo dicho se sigue que, a causa de las pasiones *antecedentes* e intensas, nuestros juicios pueden carecer del discernimiento suficiente y la conciencia se torna borrosa. Y tenemos experiencia personal de la opacidad de nuestros juicios cuando estamos dominados por una cólera súbita e inesperada. En estas situaciones, la pasión fácilmente nos hace creer lo que ella quiere que creamos (la necesidad de aplicar un castigo inmediato, por ejemplo), lo que, en estado de serenidad, no veríamos así, y muchas veces, nos lleva al arrepentimiento posterior de nuestras decisiones intempestivas.

De aquí que, bajo el efecto de la pasión, la gravedad de los pecados pueda disminuir; como explica Santo Tomás:

“El pecado esencialmente consiste en un acto del libre albedrío, que es *una facultad de la voluntad y de la razón*. Y la pasión es un movimiento del apetito sensitivo. Pero el apetito sensitivo puede relacionarse con el libre albedrío antecedente y consecuentemente. Antecedentemente, en cuanto que la pasión del apetito sensitivo arrastra o inclina a la razón y a la voluntad. Consecuentemente, en cuanto que el movimiento de las facultades superiores, si es vehemente, redundando en las inferiores; pues la voluntad no puede moverse intensamente hacia algo sin que se excite alguna pasión en el apetito sensitivo.

Si, pues, se considera la pasión en cuanto precede al acto pecaminoso, entonces es necesario que aminore el pecado. Pues un acto es pecado en la medida en que sea voluntario y esté bajo nuestra potestad. Ahora bien, se dice estar algo en nuestra potestad por la razón y la voluntad. Por tanto, cuanto más obran algo por sí mismas la voluntad y la razón, no por impulso de la pasión, es más voluntario y en nuestra potestad. Y en este sentido la pasión disminuye el pecado, en cuanto disminuye la voluntariedad. Pero la pasión consecuente no disminuye el pecado, sino que lo aumenta más: o más bien es señal de su magnitud, esto es: en cuanto demuestra la intensidad de la voluntad respecto del acto pecaminoso. Y en este sentido es verdad que cuanto uno peca con mayor liviandad o concupiscencia, tanto más peca”⁴⁹.

La disminución de la culpabilidad del pecado pasional, puede tener también otras causas distintas de la virulencia de una pasión surgida involuntariamente. Así por ejemplo:

- Del conocimiento impreciso o incompleto de las obligaciones morales.
- De la incertidumbre o duda sobre la aplicación de algunas obligaciones a los actos que ellas mandan o prohíben.
- De las disposiciones fisiológicas duraderas, crónicas o pasajeras (por ejemplo, estado enfermizo, nerviosismo, perturbaciones profundas por algún shock emotivo súbito y violento, etc.).
- Ciertos temperamentos, que pueden tener una influencia parcial en algunas pasiones.
- Hay, finalmente, una patología pasional y casos de perturbación patológica de la conciencia, en los cuales permanecería cierta responsabilidad en la medida en que los actos anteriores hayan sido causados, en parte o totalmente, por la incoherencia y la impulsividad pasional (y en la medida en que se haya llegado a este estado mental o pasional patológico a causa de aquellos actos *libres*; algunos son culpables de su propia locura).

⁴⁸ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 156, 3 ad 2.

⁴⁹ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 77, 6.

3. La gravedad del pecado de pasión

Teniendo en cuenta que el pecado pasional (o sea, fruto de un arranque pasional antecedente) tiene una responsabilidad atenuada, debemos preguntarnos si la naturaleza de tal atenuación es tal que impida que estos pecados sean mortales.

Santo Tomás responde que, en ciertas circunstancias, el pecado pasional puede ser mortal. Simplemente porque también en un pecado pasional puede darse suficiente discernimiento del mal moral (grave) y consentimiento pleno; por tanto, si también la materia del acto es grave (o considerada erróneamente como grave por la persona), tendremos todas las condiciones para un pecado mortal.

Es indudable que, algunas veces, la pasión entorpece el juicio de la conciencia, precipitando el acto desordenado, sin dar tiempo a una reflexión madura; pero también es cierto que, con frecuencia, *deja a la razón su libre andadura y su plena clarividencia*. En esta última situación, el consentimiento termina en un pecado grave si versa sobre materia grave⁵⁰.

Ocurre que, de hecho, la conciencia se abstiene de deliberar porque *no quiere* hacerlo, ya que aprueba totalmente la inclinación pasional; pero *podría* deliberar y considerar los motivos para rechazar la tentación. Esta posibilidad es muy real, ya que, por hipótesis, la pasión no perturba completamente el ejercicio de la razón. Esta posibilidad, de la que no se quiere hacer uso, basta para la culpabilidad. El pecador habituado (vicioso), del que antes hablábamos, se ha acostumbrado a no reaccionar, por su conciencia deliberante, contra el empuje de sus pasiones.

Al plantearse, Santo Tomás, si la concupiscencia torna los actos involuntarios por “corromper el conocimiento”, según la afirmación de Aristóteles de que “la *delectación*, o la concupiscencia de la delectación, *corrompe la estimación de la prudencia*”⁵¹, responde: “Si la concupiscencia quitara totalmente el conocimiento, como ocurre en quienes por la concupiscencia llegan a perder la razón, se seguiría que la concupiscencia quita lo voluntario. Con todo, tampoco habría allí propiamente [*un acto*] involuntario, porque en quienes no tienen uso de razón no hay voluntario ni involuntario [*es decir, tenemos un acto no humano*]. Pero en los otros casos, cuando se hace algo por concupiscencia, no desaparece la capacidad de conocer, sino sólo la consideración actual sobre un agible particular. Y, sin embargo, esto mismo es voluntario, porque se entiende por voluntario lo que está en el poder de la voluntad, como no actuar, no querer y, de un modo semejante, no pensar; pues la voluntad puede resistir la pasión”⁵².

⁵⁰ “Como en el hombre hay dos naturalezas, la intelectual y la sensitiva, unas veces se muestra de un modo con toda el alma, porque la parte sensitiva se somete totalmente a la razón, como ocurre en los virtuosos, o, al contrario, la razón queda absorbida totalmente por la pasión, como ocurre en los dementes. Pero otras veces, aunque la razón esté obnubilada por una pasión, queda algo de razón libre y, de acuerdo con esto, uno puede repeler totalmente la pasión o, al menos, abstenerse de secundarla. En realidad, en esta disposición, porque el hombre está dispuesto de distinta forma según las distintas partes del alma, le parece una cosa según la razón y otra según la pasión” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 10, 3 ad 2).

⁵¹ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 6, 7 obj. 3; cita de Aristóteles en el libro VI de la Ética a Nicómaco.

⁵² Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 6, 7 ad 3; los corchetes son nuestros. Santo Tomás vuelve sobre este argumento en: I-II, 10, 3 y I-II, 77, 7. En el primero dice: “Como se señaló (q.9 a.2), la pasión del apetito sensitivo mueve la voluntad desde la parte en que la voluntad es movida por el objeto, es decir, en cuanto que un hombre, predispuesto por una pasión, juzga que es conveniente y bueno algo que no juzgaría así estando sin pasión. Ahora bien, un cambio de este tipo, producido en el hombre por una pasión, sucede de dos modos. Uno, cuando la razón queda totalmente atada, hasta el punto de que el hombre queda sin uso de razón; por ejemplo, aquéllos que llegan a ser furiosos o dementes por una ira vehemente o por concupiscencia, o por alguna otra perturbación corporal; pues este tipo de pasiones no se producen sin transmutación corporal. Acerca de éstos hay que argumentar como acerca de los animales irracionales, que siguen el ímpetu de la pasión necesariamente, pues en ellos no hay movimiento de la razón y, por consiguiente, tampoco de la voluntad. Otras veces, en cambio, la razón no queda totalmente absorbida por la pasión, sino que queda la posibilidad de algún juicio libre de la razón. Y en esta medida queda algún movimiento de la voluntad, puesto que en la medida que la razón permanece libre y no sometida a la pasión, el movimiento de la voluntad que permanece, no tiende por necesidad a lo que sugiere la pasión. Y así, o no hay movimiento de la voluntad, sino que domina sólo la pasión, o, si hay movimiento de la voluntad, no secunda necesariamente a la pasión” (I-II, 10, 3). El segundo dice: “Un acto que por su género es malo, sólo se excusa totalmente de pecado si viene a ser totalmente involuntario. Por consiguiente, si la pasión es tal que haga totalmente involuntario el acto que le sigue, excusará totalmente de pecado; en otro caso, no. Respecto de lo cual parece que hay que considerar dos cosas. Primero, que algo puede ser voluntario en sí mismo, v. gr., cuando la voluntad tiende a ello directamente; o en su causa: cuando la voluntad tiende a la causa y no al efecto, como es claro en el que se embriaga voluntariamente —pues por eso se le imputa como si fuese voluntario lo que comete estando ebrio—. En segundo lugar, hay que tener en cuenta que una cosa puede decirse voluntaria directa o indirectamente. Directamente es aquello a lo que tiende la voluntad; indirectamente, aquello que la voluntad pudo impedir y no impidió. Según esto, pues, hay que distinguir.

Por tanto, se plantean tres situaciones diversas:

- 1º Cuando la pasión anula totalmente la razón (lo que ocurre en la minoría de los casos):
(a) Si no hubo ni siquiera voluntariedad en la causa que llevó a esta situación, los actos pasionales se consideran totalmente involuntarios, como sucede en un irracional. (b) Pero si hubo voluntariedad al poner las causas o condiciones que originaron esta situación, aunque no haya voluntad actual, hay una responsabilidad que viene de la causa libremente puesta. Es voluntaria *en su causa*.
- 2º Cuando queda un resquicio de razón (lo que ocurre en la mayoría de los casos no patológicos), el hombre es, al menos parcialmente, responsable de sus actos, según el grado de lucidez con que haya actuado (y si, además, se puso voluntariamente en esta situación, sabiendo las consecuencias pasionales que le traerían, su voluntariedad *en su causa* supliría la atenuación del juicio por obra de la pasión, y así sería plenamente responsable de sus actos).

4. Moralidad de las pasiones y afectos

Las pasiones, en sí mismas consideradas, no son ni buenas ni malas. La moralidad de las mismas se mide por el uso virtuoso o vicioso que de ellas hace la persona. Demos algunos principios al respecto:

1º Ante todo, la pasión no sirve, al menos directamente, al discernimiento que debe presidir las acciones. No cumple ninguna función en la fase discernidora de los actos. La pasión no puede hacer más que impedir o turbar la claridad del razonamiento y del discernimiento. Inspirarse en su pasión, en su sensibilidad sobreexcitada, es exponer el propio juicio al error. Es propio del virtuoso el reflexionar sobre sus acciones al margen de toda influencia pasional. O, como dice, San Ignacio, “sin determinarse por afección alguna que desordenada sea”⁵³.

De aquí que, aquéllos que dan lugar a la pasión en el momento de sus cavilaciones y juicios (es decir, los apasionados, los sensibles, los impresionables, los impulsivos y los entusiastas), sean fácilmente injustos. Porque sus juicios suelen ser parciales y exaltados. Y no son, generalmente, objetivos.

La pasión puede preceder el discernimiento prudencial sin turbarlo, pero esto ocurre cuando ella misma ya ha sido ordenada virtuosamente. Por ejemplo, un temor moderado puede apoyar a la voluntad a que aplique la razón para buscar algún medio de frenar un peligro; o un amor que es dueño de sí mismo, o incluso una tristeza virtuosamente contenida, puede ser el punto de partida de una acción concebida metódicamente y que debe terminar en la conquista de un bien legítimamente deseable o la liberación de un mal opresor. La pasión es una fuerza psicológica; es deseo, ardor, empuje. Cuando existe en todo su fervor, puede enriquecer la imaginación y movilizarla al servicio de lo que la atrae; por el mismo motivo, aviva las ideas y motivos a su favor, creando una atención privilegiada por la cautivación de su objeto. Pero estos casos suponen hipotéticamente que la pasión ha sido puesta al servicio de la voluntad virtuosa que respeta la imparcialidad del discernimiento.

2º La pasión ayuda las realizaciones virtuosas. Cuando la pasión es puesta al servicio de una obra buena, añade su vigor propio para la ejecución de tales obras. Le da una gran energía y movilidad. Algunas pasiones, especialmente las del irascible, refuerzan pasajera y energéticamente la energía nerviosa y muscular, aumentando la fuerza de la acción. Cuando esto se pone al servicio del bien, la obra alcanza un valor especial⁵⁴.

Porque la pasión a veces es tan grande que quita totalmente el uso de la razón: como se ve en los que están fuera de sí por el amor o por la ira. Y entonces, si tal pasión desde el principio fue voluntaria, el acto se imputa como pecado, porque es voluntario en su causa, como dijimos también de la embriaguez. Mas si la causa no fue voluntaria, sino natural, como si uno por enfermedad u otra causa parecida cae en tal pasión que le priva totalmente del uso de la razón (entonces) el acto se vuelve totalmente involuntario, y, por consiguiente, excusa totalmente de pecado. Pero a veces la pasión no es tan grande que sustraiga el uso de la razón. Y entonces la razón puede eliminar la pasión, volviéndose a otros pensamientos; o impedir que logre su efecto, porque los miembros no se aplican a la acción sino por el consentimiento de la razón, según hemos dicho anteriormente (q.17 a.9). Por consiguiente, tal pasión no excusa totalmente de pecado” (I-II, 77, 7).

⁵³ San Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, n. 21.

⁵⁴ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 59, 2 ad 3; *De malo* 12, 1; *De veritate* 26, 7 co y ad 3.

3º El justo medio virtuoso de la pasión es aquel punto en el que, ni falta la suficiente pasión, ni sobra. Esto sólo puede ocurrir si la pasión es puesta al servicio del bien por la virtud. Ese justo medio no es mediocridad sino el *máximo* prudencial o razonable: esta medida de valor, de temor, de amor, de deseo, de ímpetu, etc., es la que estas circunstancias requieren *exactamente*. Obrar con más audacia, temor o ímpetu, perjudicaría la bondad de la obra; obrar con menos, la dejaría trunca.

Esta exacta proporción es, como resulta obvio, muy variable según las circunstancias. Y no es posible de determinar para quien carece de cualquiera de las cuatro virtudes cardinales: la prudencia para poder *determinar esa medida*; la fortaleza, la templanza y la justicia, para garantizar la adhesión de la afectividad y de la voluntad a la intención de *obrar virtuosamente* en todo momento, en toda situación, con toda persona y cosa.

4º La obra buena realizada *con pasión* puede ser más meritoria, en el sentido de más valiosa moralmente; porque supone no sólo la realización externa de la obra, sino una mayor perfección en el modo de realizarla, ya que la pasión añade una participación de todo nuestro ser en tal obra (como cuando se alaba a Dios no sólo con la inteligencia, sino *con los afectos y el corazón todo*).

CAPÍTULO 6

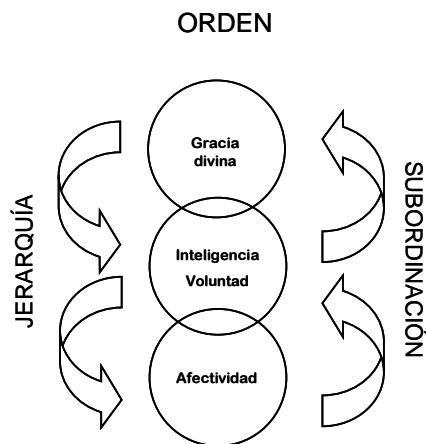
EQUILIBRIO Y DESEQUILIBRIO AFECTIVO

La idea de equilibrio se asocia físicamente con la de reposo y reparto equitativo de los pesos de una balanza donde un platillo se “compensa” y “armoniza” con el otro. Traspasado al plano psíquico, se refiere a la estabilidad anímica o psicológica de la persona en torno a una línea fundamental que calificamos de “normalidad” o “madurez”.

Si tenemos en cuenta los distintos elementos que hemos venido señalando como integrantes de la personalidad (racionalidad, afectividad, corporeidad, a los que hay que sumar la gracia divina), el equilibrio entre ellos se da por dos criterios: integración y jerarquía. Integración, ante todo, pues todos estos elementos (cuerpo, afectos, sentidos internos, inteligencia y voluntad, la gracia y las virtudes) forman un todo en el hombre. Pero, a su vez, ese todo debe estar ordenado jerárquicamente. Cuando alguno de esos elementos falta u ocupa un lugar que no le corresponde, tenemos, no un hombre normal o maduro, sino un engendro.

Equilibrio es lo que describe Rafael Caldera al escribir del humanista venezolano Andrés Bello: “Era el prototipo del hombre equilibrado: el entendimiento, ágil y claro; la memoria, de un natural feliz robustecido por intenso ejercicio; la imaginación, viva, pero jerarquizada; la sensibilidad, exquisita, pero sujeta siempre a la recta razón; la voluntad, serena y consciente: lo suficientemente para combatir la reacción de la inercia social ante el progreso, lo admirablemente tenaz para persistir largos años en arduos e improductivos trabajos. Dueño de estas superiores facultades, desarrolladas plenamente dentro de la armonía que exige la naturaleza, conocedor profundo de la Filosofía, pudo pensar con corrección en campos variados del saber”.

El orden puede, pues, representarse del siguiente modo:



Hay tres maneras de falta de equilibrio. La primera, es la pérdida de la gracia y del recto orden que impone la ley divina (tanto los diez mandamientos como la ley evangélica); la gracia se pierde por el pecado mortal, y a partir de ese momento el hombre deja de guiarse por la ley de Dios y se guía por su ley propia. El cristiano que no comprendiera o no valorara la dramaticidad de este primer, fundamental y originario desequilibrio, manifestaría una visión antropológica con alarmantes carencias. El pecado es el primer y gran desequilibrio humano con graves consecuencias, incluso para la psicología. Se dice de él que “hiere la naturaleza del hombre”⁵⁵; que “es un acto contrario a la razón; lesiona la naturaleza del hombre”⁵⁶; que “a los ojos de la fe, ningún mal es más grave que el pecado y nada tiene peores consecuencias

⁵⁵ *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1849.

⁵⁶ *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1872.

para los pecadores mismos, para la Iglesia y para el mundo entero”⁵⁷. “Puesto que con el pecado el hombre se niega a someterse a Dios, decía Juan Pablo II, también su equilibrio interior se rompe y se desatan dentro de sí contradicciones y conflictos. Desgarrado de esta forma, el hombre provoca casi inevitablemente una ruptura en sus relaciones con los otros hombres y con el mundo creado. Es una ley y un hecho objetivo que pueden comprobarse en tantos momentos de la psicología humana y de la vida espiritual, así como en la realidad de la vida social, en la que fácilmente pueden observarse repercusiones y señales del desorden interior (...) Por ser el pecado una acción de la persona, tiene sus primeras y más importantes consecuencias en el pecador mismo, o sea, en la relación de éste con Dios —que es el fundamento mismo de la vida humana— y en su espíritu, debilitando su voluntad y oscureciendo su inteligencia”⁵⁸. No es posible que alguien sea perfectamente equilibrado en su personalidad habiendo perdido su recta relación con Dios. Una persona que haya roto su vínculo con Dios por el pecado mortal, no necesariamente tiene algún problema que resulte interesante a la psicología o a la psiquiatría, pero no es “normal” (o sea, ajustado a la “norma”). El pecado implica una falta de virtud, y falta de virtud equivale a anormalidad.

El segundo desequilibrio es el “afectivismo”: cuando alguno de los afectos tiene la voz cantante en los actos de una persona, quien es arrastrada por el vaivén de sus emociones. Aquí reconocemos los principales tipos de sentimentales, melancólicos, sensuales, mundanos, etc.

El tercero, es la falta de empatía: cuando una persona deja de tener una afectividad integrada y es fríamente calculadora en su relación consigo mismo o con los demás. Éste es el racionalista exagerado, que no sabe amar ni conmoverse, o es incapaz de amistad y de ternura. Esta persona es insensible, aparentemente cerebral, incommovible, apática y glacial. Es la Susana de *El audaz*, de Benito Pérez Galdós, quien la describe:

“Lo fundamental en el carácter de Susana era el orgullo de raza y de mujer que a nada se doblegaba. Acusábanla muchos de ser insensible a toda ternura, y hacían notar en ella una circunstancia espantosa, que de ser cierta daría muy mala idea de su alma: decían que ofrecía la singularidad, inconcebible en su sexo, de no amar ni a los niños. No hacían efecto en ella las preocupaciones, y tenía un despejo y una claridad de inteligencia que eran cosa rara en la época de las falsas ideas. Nadie le imponía su yugo; no se dejaba dominar por el amor, ni por la religión, y amaba la independencia física y moral, sin que por esto hubiera mancha alguna en su honor, ni en su conciencia, porque el orgullo era en ella tan fuerte que hacía las veces de virtud”.

De esta desviación, dice el Principito de Saint-Exupéry: “Conozco un planeta en donde hay un señor carmesí. Jamás ha aspirado una flor. Jamás ha mirado una estrella. Jamás ha querido a nadie. No ha hecho más que sumas y restas. Y todo el día repite: ¡Soy un hombre serio! ¡Soy un hombre serio! Se infla de orgullo. Pero no es un hombre... ¡es un hongo!”.

En nuestros días, los casos en que se plantean problemas de este tipo son cada vez más frecuentes, y la psicología ha estudiado la modalidad patológica en que puede manifestarse este trastorno, calificándolo como personalidad “antisocial”; también encontramos sus rasgos en la personalidad narcisista.

Una correcta integración de todos estos elementos corresponde a la “normalidad”, “equilibrio” o simplemente “madurez” humana. Esta madurez se manifiesta en varias dimensiones⁵⁹:

- (a) Madurez intelectual: implica una percepción correcta de la realidad, tanto natural como sobrenatural. Una concepción correcta de Dios, del mundo y de sí mismo, con una escala de valores adecuada a la realidad; capacidad de discernimiento y de juicio objetivo, tanto en el plano moral como social.

⁵⁷ *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1488.

⁵⁸ Juan Pablo II, *Exh. Reconciliatio et paenitentia*, 15-16.

⁵⁹ Cf. Di Silvestri, María, *Equilibrio psíquico y madurez personal para la vida religiosa femenina*, Buenos Aires (1991), 95-162.

- (b) Madurez psicosocial, que implica: aceptación de sí mismo (de la propia historia, limitaciones y dones), de los demás (tolerancia, capacidad de convivencia y de amistad), capacidad de tolerar las propias frustraciones y fracasos (las que vienen de los propios límites y las que proceden de las circunstancias o de los demás), capacidad de confiar en los demás, capacidad de adaptarse al medio en el que se vive (a diferencia del eterno inconformista), capacidad de humor sin hostilidad, autonomía personal (sin dependencias afectivas) y responsabilidad, capacidad de colaboración, de iniciativa y creatividad.
- (c) Madurez afectivo-sexual: capacidad de controlar los propios instintos, de amar sin afán de poseer a los demás (de adueñarse o controlar sus vidas y personas), de renunciar (sacrificio), de practicar la castidad según el estado de vida que elija o deba vivir sin haberlo elegido (como el caso de las personas viudas o abandonadas de sus cónyuges, enfermos que no pueden contraer matrimonio a pesar de querer hacerlo, etc.).
- (d) Madurez volitiva: capacidad de tomar decisiones, de elegir (especialmente en las cosas importantes de la vida, como la vocación, la propia entrega, las grandes renunciaciones), de ejecutar lo elegido, de perseverar en lo elegido y ejecutado.
- (e) Madurez ética: capacidad de discernir con realismo y objetividad entre lo justo y lo injusto, lo malo y lo bueno; tener criterios morales claros (y evangélicos); poseer una escala de valores adecuada a la realidad (y al Evangelio).
- (f) Madurez religiosa: capacidad de silencio interior, de oración, de relacionarse adecuadamente con Dios (como Padre, Amigo, Creador, Salvador, Soberano, etc.) sin sacrificar ningún atributo divino en pro de otro; y tener un ideal de perfección.

La Dra. María Ana Ennis sintetiza con justeza el equilibrio humano en tres ecuaciones: 1ª Lo que el hombre es “es igual” a lo que cree ser (es decir, percibe adecuadamente su realidad); 2ª Lo que él es “es menos” de lo que quiere ser (o sea, su ideal lo trasciende, dándole un impulso de elevación); 3ª Lo que quiere ser “es igual” a lo que debe ser (por tanto, aspira a algo real, objetivo; no es utópico ni iluso)⁶⁰.

La “madurez” y el “equilibrio” equivalen, finalmente, a mantener la *independencia* respecto de cinco modos de dependencia⁶¹:

- (a) Independencia de la aprobación de los demás: de la recompensa o del castigo que se espera cosechar del prójimo. Hay muchos que tienen dependencia de este tipo de aprobación; para ellos está “bien” lo que despierta cariño en los demás y está mal lo que produce rechazo, desaprobación. Esta dependencia entraña el riesgo de “ser manipulado” y quita o limita la libertad.
- (b) Independencia de la aprobación de personas determinadas. Porque hay quienes no se interesan tanto de la aprobación general sino de las reacciones —favorables o desfavorables— de algunas personas determinadas (un superior, un jefe, un amigo, un novio, etc.). Una dependencia particularizada comporta el peligro de estar sometido o ser manejado por afectos particulares, de rendir culto a personas particulares, de ser arrastrado al sectarismo, etc.
- (c) Independencia de los valores establecidos por la sociedad. Esto libera de la esclavitud de la moda, de las reglas aceptadas por la masa social, que muchas veces reflejan criterios de manipulación masiva.
- (d) Independencia de la aprobación del propio estado anímico. Pues la dependencia de las propias sensaciones y estados emotivos (es decir, del “cómo nos sentimos” después de algún acto determinado), es también muy peligrosa (el alcohólico se siente mal cuando no puede beber y bien cuando está bebiendo). El peligro, cuando falta este tipo de independencia, es el riesgo de la adicción (droga, alcohol, sexo, juego, etc.).

⁶⁰ Cf. Ennis, María Ana, *Psicoterapia simbólica*, Buenos Aires (1981), 12-13.

⁶¹ Cf. Lukas, E., *Libertad e identidad*, Barcelona (2005), 27-32.

- (e) Independencia de falsas condiciones a la hora de elegir el bien. Es decir, capacidad de hacer el bien porque está bien o porque es necesario, o conveniente, o prudente hacerlo (lo que responde a lo que la doctrina clásica llamaba *bonum honestum*: el bien digno de ser elegido o amado por sí mismo). Es libertad de cualquier condicionamiento externo, ya sea la utilidad del bien (hay que estar dispuestos a hacer cosas que no producen provecho pero que son necesarias, como los sacrificios personales), del deleite que causen o incluso al margen de la actitud de los demás (a diferencia de quienes —al no tener esta independencia— sólo actúan “si los demás” también lo hacen; por ejemplo quienes están dispuestos a pedir perdón si los otros también lo hacen, o a obrar como corresponde si los demás también empiezan a hacerlo; son los esclavos del “si el otro no, yo tampoco”).

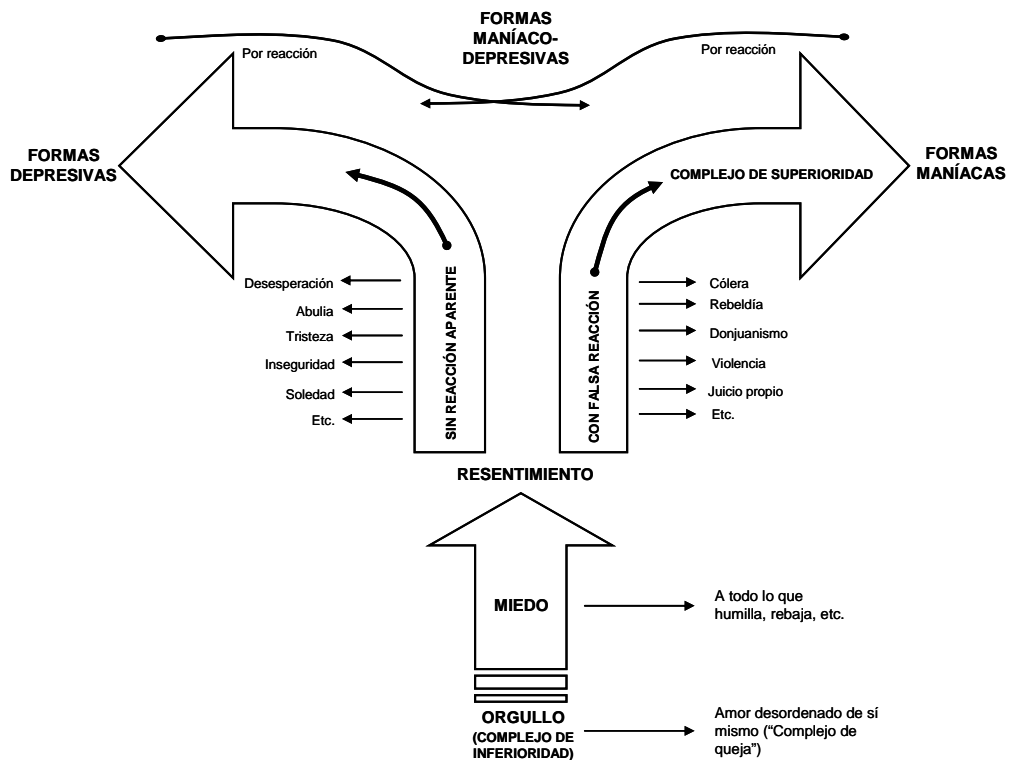
En este sentido, libertad (entendida como acabamos de presentarla) y madurez se equiparan, pues libre es quien se mueve a sí mismo al bien, el que no necesita que lo empujen, que lo manden; quien tiene iniciativa para ser bueno, virtuoso y santo. Lo expresó en un texto destacable Santo Tomás de Aquino: “Libre es quien es causa de su propio actuar; siervo quien tiene por causa de su actuar a su amo. Por tanto, quien obra por propia decisión, obra libremente; quien lo hace movido por otro, no obra libremente. Así, aquél que evita lo malo, no porque es malo, sino porque Dios lo manda, no es libre; pero quien evita lo malo porque es malo, ése es libre. Esto lo hace el Espíritu Santo, que perfecciona interiormente al alma por el hábito bueno, de modo tal que se abstiene del mal por amor, como si lo preceptuara la ley divina; y por tanto se dice libre, no porque no se someta a la ley divina, sino porque se inclina por los buenos hábitos a hacer lo que la ley divina manda”⁶².

⁶² Santo Tomás, *Ad II Cor.*, III, IIII, 112.

SEGUNDA PARTE

ALGUNOS DESEQUILIBRIOS EN PARTICULAR

Entiendo por “desórdenes afectivos” los trastornos “afectivo-espirituales”, sea que nazcan del espíritu desbordándose en lo afectivo, sea que nazcan como emociones que arrastran y comprometen la vida del espíritu. Éstos son, ciertamente, muchos; y, si bien, todos nacen del orgullo (muchas veces en una forma inicial de complejo de inferioridad que engendra miedo a todo lo que humilla, rebaja, etc.) y dan como fruto amargo el resentimiento, luego se diversifican según el modo de reacción que presentan. Algunos de ellos parecen más bien faltos de reacción (externa) y toman las formas depresivas de la desesperación, abulia, tristeza, soledad, sentimiento de abandono, etc. Otros, adquieren la expresión dinámica de una reacción contra esa timidez e inferioridad, al modo de un afán de superioridad e imposición, y se manifiestan como ira, violencia, terquedad de juicio, desenfreno sexual, etc. A su vez, una y otra forma pueden, en algunos casos, actuar por reacción alternando estados maníacos y estados depresivos, dando lugar a formas maníaco-depresivas (como el desenfreno lujurioso que termina hundiéndose en la desesperación o la abulia). Podemos representar este “árbol de los desórdenes afectivos” del siguiente modo:



En todos estos desequilibrios hay ingredientes cognoscitivos, volitivos, afectivos y físicos, mal digeridos o fuera de lugar. En los siguientes capítulos, presentaré los que más a menudo encontramos en nuestro trabajo y apostolado los directores espirituales, los confesores

y los profesionales que tratan con los asuntos del alma. Por razones pedagógicas, los agruparé según lo que en cada uno de ellos parece destacarse como principal anomalía (volición, conocimiento, instinto sexual).

CAPÍTULO 1

DESEQUILIBRIOS VOLITIVOS

En este primer grupo, indicaré cuatro de los problemas donde el elemento más representativo parece ser la voluntad: se trata de la inestabilidad afectiva, la tristeza, la depresión y la acidia. Todos ellos tienen en común la “falta de vigor” que Dante mencionaba como uno de los descarríos del amor.

I. Inestabilidad afectiva

“Su alma era semejante a un carro alado del cual tiraban dos potros diferentes: uno, color de cielo, crines abrojadas de estrellas y finos cascos voladores, tendía siempre hacia lo alto, hacia las praderas celestes que lo vieron nacer; el otro, color de tierra, sancocado de boca, empacador, lunanco, barrigón, orejudo, vencido de manos, jeta caída y rodador, tiraba siempre hacia lo bajo, ansioso de empantanarse hasta la verija. Y Adán, ipobre carrero!, tenía las riendas de uno y otro caballo y forcejeaba por mantenerlos en la ruta: cuando triunfaba el potro maldito arrastrando en su caída todo el atelaje del alma, junto al carro humillado el animal de cielo parecía dormirse; pero cuando vencía el potro celeste, sus remos braceaban una luz maravillosa y sus narices parecían ventear el olor de los alfalfares divinos: entonces el carro volaba, y también ascendía el caballo de tierra como un peso muerto. Se remontaba el animal celeste, hasta que sentía enrarecido el aire, flaqueaba de tendones y se dormía borracho de alturas; entonces despertaba el animal terrestre y hallando a su parejero dormido se dejaba caer a fondo, con un hambre voraz de materias impuras; cuando a su vez el animal de tierra se dormía en su hartazgo, el animal de cielo despertaba, dueño del carro ahora. Así, entre uno y otro caballo, entre el cielo y el suelo, tirando aquí una rienda y aflojando allá otra, el alma de Adán subía o se derrumbaba. Y al final de cada viaje Adán enjugaba en su frente un agrio sudor de carrero” (Leopoldo Marechal, *Adán Buenosayres*).

La “inestabilidad afectiva” es la variación frecuente de estados de ánimo sin razones de peso. No me refiero tanto a la “ciclotimia” propiamente dicha, o psicosis maníaco-depresiva, o trastorno bipolar, ni a la personalidad *borderline* o trastorno “límite”. A menudo tenemos que lidiar más bien con episodios leves o menos graves de variaciones en el humor, que podrían controlarse con un trabajo serio sobre la afectividad y la voluntad (al menos con la ayuda de un buen director espiritual), y que por renunciar a ejercer este imperio, la persona pasa de la alegría a la tristeza, de la serenidad a la depresión, y del pozo de su angustia a una euforia superficial y poco duradera. Es claro que la falta de trabajo espiritual en este plano puede terminar por desencadenar un trastorno más grave.

El inestable es una personalidad fluctuante. Pasa con relativa facilidad del entusiasmo al desaliento, de las “cumbres” a los “pozos”, de las euforias a los enojos. Ésta es una personalidad altamente emotiva, pues, precisamente, las emociones son las que controlan sus estados anímicos. Y, como los afectos son cambiantes, todo es arrastrado con sus cambios. Es un hombre cuyo hilo histórico se llama *capricho*; como aquel personaje del que se ha escrito:

“Durante años, Dorian Gray no pudo librarse de la influencia de aquel libro. O quizá sea más exacto decir que nunca trató de hacerlo. Encargó que le trajeran de París al menos nueve ejemplares de la primera edición en papel de gran tamaño, con márgenes muy amplios, y los hizo encuadernar en colores diferentes, de manera que se acomodaran a sus distintos estados de ánimo y a los cambiantes caprichos de una sensibilidad sobre la que, a veces, parecía haber perdido casi por completo el control” (Oscar Wilde, *El retrato de Dorian Gray*).

Esos cambios suelen darse, incluso, en forma explosiva, súbita; no gradual. En poco tiempo, o, a veces, a raíz de un simple episodio (por ejemplo, la negación de un capricho, una noticia contradictoria, etc.), pasan de la euforia al abatimiento. En esto actúan de modo semejante a los niños que brincan con un regalo y en cuestión de minutos patean ante un reto. Lo cual muestra que es un problema de inmadurez e infantilismo.

No debemos exagerar tampoco esta dificultad. Siendo los afectos un componente fundamental de nuestra vida, y siendo éstos, como hemos dicho, cambiantes por naturaleza (afectables a veces hasta por razones ajenas a nosotros, como el clima, los cambios estacionales, la debilidad física, etc.), no podemos pretender una estabilidad absoluta ni siquiera en una persona “normal”. Pero esta fluctuación a la que todos debemos hacer frente, se mantiene en una franja de altibajos relativamente estrecha, aceptable y dominable, a veces sin esfuerzos heroicos (y otras con esfuerzos más grandes), pero siempre al alcance de nuestras energías.

Cuando la franja de los altibajos se hace más amplia, pasando de alegrías “desproporcionadas” a “bajones” igualmente exagerados, columpiándose entre el arrebató y el desaliento, estamos ante un problema que puede ser serio. Y cuando esto acaece con cierta asidua reiteración —y con picos de euforia y de vacío—, podemos estar ante una personalidad *borderline* (límite). En este punto, la característica más notoria de esta conducta es la impredecibilidad de los estados anímicos.

Uno de los caracteres que mejor tipifican este problema es la “persona caprichosa”. El perfil del caprichoso se puede describir con palabras del conocido psiquiatra Enrique Rojas: “no está dispuesto a renunciar a los deseos inmediatos, no tiene hábito para los esfuerzos concretos y frecuentes, lo quiere todo en el momento... No sabe negarse nada”⁶³. Esto no se hace de golpe; uno “se vuelve caprichoso poco a poco, no de forma momentánea, de hoy para mañana. Una persona acumula muchos factores: errores en la educación por parte de los padres, sobre todo si ha existido una protección excesiva; el consentimiento de absolutamente todo cuando se es pequeño; la falta de motivación para tener pequeños objetivos de lucha... y muchas veces, el mal ejemplo de los padres, que actúa como un potente deseducador; por otra parte, también influyen los fallos personales que ya se inician al final de la infancia y que van a ir escorando la conducta hacia posturas bastante negativas: una comodidad excesiva, seguir la ley del mínimo esfuerzo para las tareas escolares, la falta de generosidad en el día a día en la familia, la inapetencia, la pereza, la indolencia para tener orden en las cosas que se utilizan habitualmente... y un largo etcétera”⁶⁴. En el caprichoso hay una constante mudanza; por dos motivos: no sabe bien qué es lo que quiere y no está educado en el valor de la renuncia. “El sujeto caprichoso es inmaduro, débil y posee una base deficitaria para cualquier trabajo serio que signifique fortaleza para poder vencer la resistencia de su desidia, apatía y dejadez. Esta persona no sabe que todo lo que tiene valor cuesta conseguirlo. Todo lo grande que el hombre alcanza es fruto de una tenacidad valiente”⁶⁵. De no cambiar con un serio trabajo sobre su carácter, se convertirá en “una personalidad pueril y arbitraria”; afectivamente “incapaz de construir un matrimonio [Rojas dice *pareja*] estable”, profesionalmente “no doblará el estrecho de Magallanes de sus verdaderas posibilidades”, y culturalmente “se caracterizará por una mediocridad donde la televisión y la ley del mínimo esfuerzo lo llenen todo”⁶⁶. Y culmina diciendo Rojas estas terribles palabras: “Los psiquiatras sabemos que corregir a una persona así puede llegar a ser casi imposible, salvo que se produzca un fracaso monumental, de gran envergadura, que despierte del letargo e ilumine el desastre de sus planteamientos. No es fácil salir de este estado y, al final, se pagan todos los errores juntos, hilvanados por el mismo hilo: el deseo vehemente de haber hecho siempre lo que apetecía, perdiendo la cabeza por seguir la ruleta de los estímulos inmediatos. El caprichoso debe iniciar el *réquiem* por vencerse en lo pequeño, por dominarse en las cosas de cada día; si no cambia, no hará en la vida nada que merezca la pena, pues irá tirando, que es la peor manera de funcionar”⁶⁷.

⁶³ Rojas, E., *La conquista de la voluntad*, Buenos Aires (2006), 207.

⁶⁴ *Ibidem*.

⁶⁵ *Ibidem*, 209.

⁶⁶ Cf. *ibidem*., 210-211.

⁶⁷ *Ibidem*., 211.

Los problemas concomitantes de este desorden que crea eternos adolescentes, o *adultescentes*, como se dice hoy, (o “kidult”: *kid-adult*), son la inmadurez, la falta de perseverancia (muy notable, pues ligan la permanencia en un propósito a su estado anímico alto; mientras que, cuando desaparece el tono alto, caen también las motivaciones para continuar en sus designios), tristeza e incluso depresiones. Son dependientes de sus estados anímicos y de sus sensaciones, sentimientos o percepciones del momento. Se entusiasman grandemente y se desilusionan más grandemente aún. Estas personas suelen ser hipersensibles; y, como tales, no sólo se duelen de la más pequeña cosa sino que toman como dirigidas a ellas muchas acciones, palabras y gestos del prójimo que, en realidad, no han tenido intención de herirlas u ofenderlas o, tal vez, ni siquiera se han dirigido a ellas como blanco (a veces, sucede lo contrario: se sienten heridas por no ser tomadas en consideración por sus semejantes). También son sujetos superficiales, tornadizos y livianos: “Yo soy un aturdido, un calavera...Todas mis emociones suelen ser muy fugitivas... Casualmente, anoche mismo volví a enamorarme” (Alarcón, *El final de Norma*).

Dejando fuera los casos propiamente patológicos, el remedio pasa por un trabajo serio de la inteligencia y de la voluntad, primero sobre sí mismas (son facultades reflexivas) y luego sobre el plano pasional. Este trabajo necesita ser realizado con la ayuda de un buen director espiritual, y, en algunas ocasiones con apoyo profesional (psicopedagogo, psicólogo o psiquiatra, según los casos).

Ante todo, hace falta un trabajo serio por parte de la *inteligencia*. Normalidad y salud mental equivalen a cordura, a realismo. Una persona que ve la realidad, que le puede tomar el peso y juzgarla como es verdaderamente, es una persona sustancialmente sana, que mantiene su equilibrio o puede recuperarlo prontamente al ser zarandeada por alguna adversidad. Los problemas afectivos serios implican una distorsión del juicio sobre la realidad. El juicio realista que debe hacer la persona que quiera mantener su equilibrio (o el director espiritual que quiera ayudarla), contiene varios aspectos. Ante todo, debe ver que la realidad que nos rodea, es decir, el mundo en el que estamos, no es estable sino mutable, lleno de vanidad y caduco. No podemos pedirle seriedad al mundo, sino ponerla nosotros en él. No podemos tampoco ilusionarnos con lo que el mundo nos ofrece, porque éste es engañoso, y además, ninguna de las cosas que él puede darnos es capaz de satisfacer el apetito propiamente humano, que sólo Dios puede contentar. Esta sana visión llevará al hombre a descubrir la bondad de las creaturas, pero no a ilusionarse con la falsa estabilidad de esa bondad, ya que éstas ni siempre serán buenas, ni siempre serán bellas, ni siempre serán jóvenes, como dice Fray Luis a la desilusionada que no lo tuvo en cuenta:

¡Ay! ¿yo no te decía:

“Recoge, Elisa, el pie, que vuela el día?”

De aquí que fácilmente sufran este disturbio emotivo las personas superficiales y crédulas, que a todo prestan fe, y los que carecen de discernimiento apropiado. Estas personas se entusiasman ante toda buena noticia sin cribarla para examinar cuánto de verdad hay en ella; y así, al ver sus expectativas desmentidas (como sucede a menudo), se sienten defraudadas, decepcionadas y pasan a la desesperanza.

El inestable se va de cabeza en los momentos de euforia porque cree tocar el cielo con las manos. Y cuando ve que el cielo está años luz de su cabeza, da con ella en el fondo de su melancolía creyéndose defraudado. Es un engañado, pero de sí mismo.

Este realismo es reforzado por la fe. El espíritu de fe es esencial a la estabilidad, pues ve el hilo firme que va debajo de los acontecimientos mundanos. Ve la mano de Dios, que hoy da y mañana quita, que prueba, que purifica; y lo hace sin resentimiento, como traduce Fray Luis el texto de Job: “no pecó, ni se enloqueció contra Dios”. Por el don de ciencia juzga de las cosas creadas como son. Y, ni desespera en la desgracia, ni se ilusiona falsamente en la prosperidad. El espíritu de fe se manifiesta también en las reglas de discernimiento de espíritus

que le ayudan a identificar y comprender las consolaciones y las desolaciones y a obrar en consecuencia⁶⁸.

La voluntad debe luego hacer el esfuerzo de guiarse por este juicio recto, especialmente en la desolación, con serenidad y prudencia.

Una de las virtudes principales que debe adquirir el tornadizo, es la fortaleza de ánimo, y, más específicamente, las virtudes potenciales de la fortaleza, que son la perseverancia y la constancia.

II. Tristeza y melancolía⁶⁹

“Estaba casada con un mísero empleado del ferrocarril, que había venido de no sé qué pueblo, con el anhelo de ser algo, y que no sabiendo otra cosa que escribir con letra gallarda y ortografía, contar bastante bien y tocar la guitarra, pensaba que Madrid había de brindarle, a cambio de tan raras habilidades, algún alto puesto político. Su desengaño fue cruel; su amargura, sin límites; su tristeza, profunda. Acometióle la nostalgia del pueblo, sintió ansia de tornar al olvidado lugarejo de Extremadura y oír el ruido de la fuente que había en el patio de la casa de su tío el maestro de escuela” (José Ortega Munilla, *Lucio Tréllez*).

La tristeza es una reacción del apetito que sigue a la percepción de algún mal interior que incomoda. Es, pues, la *unión* afectiva con un mal captado por el sujeto mediante sus sentidos internos (memoria, imaginación) o por su inteligencia (como se da, por ejemplo, en quien tiene conciencia de estar en pecado y lejos de Dios). Puede tomar diversos modos, como la compasión (cuando se ve el mal ajeno como si fuera propio), la envidia (cuando se ve el bien ajeno como un mal propio), la angustia y ansiedad (cuando es una tristeza que oprime el corazón), la acedia (cuando es una tristeza de las cosas espirituales).

La tristeza es una de las pasiones más propiamente tales, dice Santo Tomás. Porque el término “pasión” viene de “pati”, padecer, y, por eso, mientras más padezca el sujeto, más “pasión” es la pasión. Y la tristeza es, de las pasiones, la que más daña al sujeto paciente. Don Bosco repetía las palabras de San Felipe Neri: “la melancolía es el octavo pecado capital”⁷⁰.

Bien sabéis la diferencia
que hay de la melancolía
a la tristeza; la mía
tiene esa misma licencia.
Que como es enfermedad
que nace de algún humor,
manda en mí con más rigor
que mi propia voluntad.
(Lope, *Quien todo lo quiere*)

Esto se puede ver claramente si describimos fisiológicamente esta pasión, porque semeja un estrechamiento, un aplastamiento o encogimiento del alma (angustia, que es uno de los nombres de la tristeza, indica el angostarse del corazón). Es como si se cargase un gran peso en el corazón. Se siente propiamente “pesadumbre”. La tristeza produce así parálisis y

⁶⁸ Me refiero fundamentalmente a las Reglas codificadas por san Ignacio de Loyola en sus Ejercicios Espirituales, pero presentes de diversas maneras en la gran tradición espiritual cristiana (cf. Miguel Ángel Fuentes, *La ciencia de Dios*, San Rafael [2001], Tercera parte, cap. 2º, 205-250).

⁶⁹ He tocado más largamente sobre este tema en: Miguel Ángel Fuentes, *La tristeza*, Rev. Diálogo (22), 83-110. No repito aquí las explicaciones que he desarrollado en ese artículo, me limito a una enumeración de los principales aspectos.

⁷⁰ Cf. *Memorias del Oratorio*, VIII, 638.

ahorcamiento espiritual, lentitud en los movimientos, abatimiento de hombros, mirada perdida, lágrimas. San Juan de Ávila la llamaba “caimiento del corazón”.

La princesa está triste... ¿Qué tendrá la princesa?
Los suspiros se escapan de su boca de fresa,
que ha perdido la risa, que ha perdido el color.
La princesa está pálida en su silla de oro,
está mudo el teclado de su clave sonoro,
y en un vaso, olvidada, se desmaya una flor.
(Rubén Darío)

El peor modo de tristeza es la angustia existencial, causa de la tercera parte de las neurosis actuales.

“La Tristeza —escribe Marechal en su *Didáctica de la Alegría*— es el juego más tramposo del diablo”. Y no es para menos, si tenemos en cuenta los efectos que se señalan como propios: (a) daña físicamente; (b) produce hastío por la oración; (c) causa aspereza y desabrimiento, enojo, ira; (d) amarga, aún hasta hacer perder el juicio; (e) torna inútiles a las personas (el triste se vuelve inservible); (f) empuja al pecado (el triste fácilmente cede a la tentación en la que ve a veces un escape de su amargura; la tristeza se relaciona especialmente con los pecados de lujuria, gula, pereza, etc.); (g) conduce a la desesperación porque ahoga (los pecados buscados como paliativo a la tristeza no palian nada sino que aumentan el vacío interior, de ahí que fácilmente desemboca luego en la desesperación); (h) en los religiosos hay que añadir como efecto propio de la tristeza la duda de su vocación; en los casados es tomado a veces como signo del fracaso matrimonial, de insatisfacción y lleva a la separación y al divorcio; en unos y otros puede hacer perder la fe en Dios.

¡Ay de la melancolía
que llorando se consuela! (Antonio Machado)

Las raíces profundas de la tristeza se pueden encontrar, a modo de predisposiciones, en el temperamento melancólico; puede también añadirse alguna predisposición orgánica a la depresión, de la que hablaremos aparte. También puede señalarse el perfeccionismo angustioso, el pesimismo exagerado, la falta de afecto durante la infancia y el miedo al sufrimiento.

El elemento temperamental es importante, pero no determinante. La exageración de la importancia de la base temperamental puede, por sí misma, desencadenar la tristeza, como ocurre con cualquier otra pasión; pues si una persona está convencida de que lo suyo es irremediable, y que hay una especie de “marca de familia” en su constitución que tarde o temprano se actualizará, está poniendo, con este pensamiento, las bases psicológicas para actualizarlo. A veces atraemos los fantasmas que tememos exageradamente. Conozco casos de personas que consideran que su familia está marcada por una tendencia suicida de base fisiológica, y este pensamiento se traduce en temor, tristeza... y hasta ideas suicidas. Por ejemplo, una persona muy preocupada por su pasado familiar, me escribía lo siguiente: “*En mi familia dos tíos se suicidaron (una tía, con estado depresivo, durante la guerra española, y un tío, hermano de la anterior, muchos años después, supuestamente bajo una depresión). Esto me causa mucho miedo pues mi papá, hermano de los anteriores, también sufrió de depresión y a mi mamá le decían que podía ser suicida. Gracias a Dios no lo fue, pero nos cuestionábamos si estaríamos sujetos por herencia a un cierto tipo de temperamento depresivo. De hecho, el psiquiatra que atendió a mi papá —según escuché alguna vez en mi casa— hablaba sobre esa posibilidad. ¿Cómo escapar a ese miedo de estar marcado por algo más fuerte que uno mismo?*”. Indudablemente puede haber aquí una enraizada tendencia melancólica e incluso cierta propensión fisiológica a la depresión, pero junto a esto hay también un enorme componente de sugestión, por la cual, unos a otros se convencen de su desgracia hasta hacerla real. Vale aquí cuanto dice E. Lukas sobre el “miedo anticipatorio”: “La práctica psicoterapéutica nos enseña que el miedo anticipatorio a una desgracia es capaz

de atraerla de una manera u otra. El temor induce a los factores desencadenantes de crisis mentales y corporales a tener reacciones erróneas justamente cuando lo importante es reaccionar de forma serena y juiciosa”⁷¹. Así como no hay peor ciego que el que no quiere ver, también debemos reconocer que no hay peor visionario que el que quiere ver fantasmas donde no los hay.

En cambio, si consideramos las causas próximas de la tristeza malsana (no toda tristeza es mala, como luego diré), hay que señalar entre éstas: (a) Las pasiones no mortificadas (especialmente la falta de mortificación en la ira y la impaciencia, que hacen al hombre hosco, retraído e insociable —generalmente culpando de su soledad a los demás, cuando, a menudo, él mismo es la causa—). (b) Los apegos y deseos mundanos: la afición a las cosas mundanas produce tristeza mundana, porque deseo y pena van muy unidos, ya que se espera de las cosas mundanas una alegría que no dan y, una vez obtenido el objeto que ha suscitado tanto deseo, se hace lugar al “desencanto” e incluso “fastidio”, que son las preliminares de la tristeza o parte de ella. Este fenómeno se ve en los niños que quieren caprichosamente un objeto, el que, una vez obtenido, es abandonado, al poco tiempo, con frustración, para poner su capricho en otra cosa; se repite así una y otra vez el ciclo de “deseo-capricho-frustración”. Esto muestra que la tristeza que nace de apegos caprichosos es una forma de infantilismo o puerilidad; y es muy común en las sociedades y en los individuos “consumistas”. (c) El orgullo: señala Alonso Rodríguez que, muchas veces, la tristeza de un alma no proviene de “humor (temperamento) de melancolía” sino de “humor de orgullo”. En efecto, muchas veces —Rodríguez dice “la mayoría”— es el deseo de soberbia o de honra lo que vuelve tristes a los hombres, especialmente si sospechan que tienen que humillarse ante los demás; podríamos añadir que este orgullo puede ser no plenamente consciente (o mejor, no plenamente confesado). El orgullo, a menudo, se esconde como gusano en muchos actos y comportamientos que no parecen, a primera vista, lo que son; entre éstos, precisamente, esas tristezas que nacen de no recibir el honor o la atención que, en el fondo, estas personas esperan de parte de los demás (aunque muchas veces se engañen a sí mismas, pensando que no quieren aparecer o ser el centro, y luego se resienten si no lo son). (d) El no hacer lo que a uno le corresponde: una de las causas más comunes de la tristeza es no vivir como corresponde delante de Dios. La mala conciencia ante Dios, que va desde el estado de pecado, hasta el incumplimiento de la voluntad divina, también variará el grado de tristeza. Por el contrario, la buena conciencia es causa de serena alegría⁷².

Todo esto contribuye al desencadenamiento de esta dañina emoción, lo que tiene lugar por la percepción del mal presente; y, más propiamente, por el pensamiento del fracaso, la frustración o cualquier manera de carencia espiritual o psicológicamente mal digerida.

La tristeza que yo tengo
no es tristeza así nomás;
mi alma está como una noche
que no se aclara jamás.

El primero de los remedios generales de la tristeza es la oración. Y no se entienda esto como un pálido paliativo. A veces se piensa que se manda a rezar a quien no se puede ayudar de otra manera más eficaz. El que así piensa, realmente no entiende lo que es la oración. La verdadera oración, como diálogo con Dios, consuela el alma, con más fuerza que la conversación con un amigo terreno.

⁷¹ Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 89.

⁷² Esto es comprensible si consideramos que los mandamientos divinos no son prescripciones arbitrarias, sino la guía para el “uso” correcto y perfecto de nuestra naturaleza. Estos preceptos tutelan los bienes fundamentales del hombre; de ahí que el vivir al margen de ellos, por más que se realice con convencimiento (como el adúltero empedernido, el asesino encarnizado, el ladrón insensible, el pornógrafo macerado en sus placeres) produce desazón y amargura, porque estas personas —ignorantes o conscientes de sus actos— “carecen” de estos bienes fundamentales del hombre (la castidad, la misericordia, la justicia, la fidelidad, etc.). En algunos casos no serán responsables ante Dios, si es que tienen ignorancia supina de su pecado, pero esto sólo los exime del castigo, no del vacío ni de la tristeza propia de la ausencia del bien del que ellos carecen. Se entiende aquí muy bien aquellas palabras de Cristo: *la verdad os hará libres*; y también “alegres”.

Relacionado con la oración debemos señalar la conformidad con la voluntad divina (precisamente la oración puede tener como fin el tratar de comprender la voluntad de Dios sobre nosotros). Muchas de las causas que señalamos antes como raíces de la tristeza, pueden expresarse como modos de “desacuerdo” con la voluntad de Dios. No entendemos por qué Dios permite el agravio, la enfermedad, la muerte, la pobreza, la derrota, la humillación. El pasar de preguntarle a Dios el “por qué” de estos acontecimientos amargos en la vida, a la aceptación (sufriente) de los mismos preguntándole, más bien, “qué espera” de nosotros al permitir estos sucesos, puede significar la salida desde la opresión interior (tristeza) hacia la serenidad. Esto explica por qué tantos santos han sido felices en medio de sus dolores. Hay que vencer el escándalo que produce el encuentro con la adversidad del mismo modo que Cristo en Getsemaní, es decir, orando: *Padre que se haga tu voluntad y no la mía*.

En la medida en que nos sea posible, debemos poner el remedio propio para toda pasión: cambiar el foco de nuestra atención del objeto que desencadena la tristeza dirigiéndola a otro diverso. Si bien esto se denomina técnicamente “divertirse” (separarse de la dirección que uno lleva), no se logra del modo que podría entenderse tomando esta palabra en su sentido vulgar. La persona triste puede tomar otras actividades que le quiten el pensamiento provisoriamente del objeto de su tristeza, pero algunas veces no lo logra, y, la mayoría de las veces, ni bien cesa su recreación, vuelve con la mente a sus problemas, a veces de manera más profunda. Por eso, el cambio de “foco” debe hacerse llevando la atención a alguna actividad que realmente colme el vacío interior de la tristeza. En este sentido, el volcarse a alguna de las obras de misericordia, trabajando con personas que sufren como uno mismo, o más que uno mismo, tiene efectos más profundos y determinantes. Muchas personas tristes huyen de los que sufren porque piensan que el trato con el dolor ajeno aumentará el propio, pero la realidad es muchas veces la contraria: ayudar al prójimo sufriente es el remedio para encontrarle un sentido a los propios dolores.

Finalmente, hay que decir que no toda tristeza es mala. Hay una tristeza buena, que es la tristeza moderada en cuanto a su forma y ordenada respecto de su objeto. El objeto de esta tristeza ha de ser, ante todo, los pecados propios, y su verdadero motivo, la ofensa hecha a Dios; igualmente, los pecados ajenos, por la ofensa que hacen a Dios y por el peligro de condenación que entrañan para los pecadores; el deseo de la perfección y la lejanía de ella que tenemos, el deseo de ver a Dios, etc.

III. La depresión⁷³

“Yo nunca he sido niño. No he tenido infancia (...) Infancia es amor, alegría, despreocupación, y yo me veo en el pasado siempre, separado y meditabundo. Desde pequeño me he sentido tremendamente solo y diferente —no sé el porqué (...) Y, en efecto; la mayor parte del tiempo estaba serio y cejjunto; hablaba muy poco hasta con los otros chicos; los cumplidos me daban fastidio; las caricias me causaban desprecio, y al tumulto desenfrenado de los compañeros de la edad más bella, prefería la soledad de los rincones más apartados de nuestra casa, pequeña, pobre, oscura. Era, en fin, lo que las señoras de sombrero llaman un ‘niño tímido’ y las mujeres en cabeza ‘un sapo’. Tenían razón: debía ser, y era, tremendamente antipático a todos. Recuerdo que sentía perfectamente en torno mío esta antipatía, la cual me hacía más tímido, más melancólico, más reconcentrado que nunca” (Giovanni, Papini, *Un hombre acabado*).

⁷³ Demal, Willibald, O.S.B. *Psicología pastoral práctica*, Madrid (1953), 405-407; Barcia Salorio, D., *Depresión*, G.E.R., tomo VII; Bless, H., *Pastoral psiquiátrica*, Madrid (1966), 178-182; Frankl, Viktor, *Ante el vacío existencial. Hacia una humanización de la psicoterapia*, Barcelona (1990); *Ibid.*, *La voluntad de sentido*, Barcelona (1988). He tratado este punto de modo resumido en: Miguel Fuentes, *La ciencia de Dios*, San Rafael (2001), 284-290; Pontificio Consejo para la Pastoral de la Salud, *La depresión*, Madrid (2004).

La depresión es una situación psíquica morbosa en la que se altera, disminuyéndose notablemente, el estado de ánimo. Se relaciona con ella la “personalidad depresiva”. La diferencia entre una y otra es la que va de lo pasajero o episódico a lo estable y permanente⁷⁴. Lo primero, es un estado que puede presentarse en diversos momentos de la vida; lo segundo, un modo de ser. A la personalidad depresiva la han definido como “aquella forma de ser centrada en una visión pesimista de sí misma y del entorno, con una tendencia a sentir displacer ante cualquier acontecimiento de la vida y cuyo ánimo está habitado generalmente por una mezcla de pesimismo, tristeza, aburrimiento y apatía”⁷⁵. Se caracteriza por una percepción negativista, con tendencia a oponerse a los criterios de los demás (y por eso se va fijando en estas personas un fondo cáustico, despectivo, distante, frío, como sin alma). Sentimentalmente es una personalidad melancólica y falta de ilusiones (“aguafiestas”); pesimista en su forma de pensar. En su conducta tiene una dificultad grave —incluso incapacidad— para sentir y buscar placer⁷⁶.

La depresión como estado, si bien tiene relación con la tristeza que mencionamos en el punto anterior, también se diferencia de ella. La tristeza puede conducir, y a menudo lo hace, a la depresión, pero se distinguen. La tristeza, que se maneja dentro de ciertos parámetros que no llamaremos “normales”, pero sí “no-patológicos”, suele: a) ser proporcional al estímulo que la origina; b) tener una duración breve; y c) no afectar especialmente a la esfera somática, al rendimiento profesional o a las actividades de relación.

“En cambio en la depresión como estado patológico se pierde la satisfacción de vivir, la capacidad de actuar y la esperanza de recuperar el bienestar. Se acompaña de manifestaciones clínicas en la esfera del estado de ánimo (tristeza, pérdida de interés, apatía, falta del sentido de esperanza), del pensamiento (capacidad de concentración disminuida, indecisión, pesimismo, deseo de muerte, etc.), de la actividad psicomotriz (inhibición, lentitud, falta de comunicación o inquietud, impaciencia e hiperactividad) y de las manifestaciones somáticas (insomnio, alteraciones del apetito y peso corporal, disminución del deseo sexual, pérdida de energía, cansancio, etc.). Este conjunto de síntomas ponen de manifiesto que nos hallamos ante un estado patológico específico, netamente distinto de la tristeza normal y que adquiere formas e intensidades bien definidas. Y en ese sentido se han establecido diversas formas clínicas de depresión internacionalmente aceptadas, que de menor a mayor intensidad son: 1º Reacción depresiva; 2º Trastorno depresivo mayor; 3º Distimia; 4º Trastorno bipolar; 5º Trastorno depresivo orgánico; 6º Depresión melancólica; 7º Depresión psicótica. Cada una de ellas con rasgos diferenciales clínicos bien establecidos”⁷⁷.

Las fuentes de las depresiones pueden ser distintas: disposiciones hereditarias, golpes emocionales (como la muerte de un ser querido, discusiones familiares, fracasos económicos o laborales), problemas físicos (como determinadas enfermedades que producen un debilitamiento tal que favorecen la aparición de la depresión), y también fracasos en la vida moral.

El depresivo tiene un aspecto reflexivo y cariacontecido; se encierra en sí y huye, cuanto puede, la compañía de los demás; se deja llevar, descuida su exterior, es indiferente y apático frente a los sucesos externos. En el interior domina una tristeza y un desconsuelo ilimitados. No se trata de una tristeza común sino de algo que también puede ser descrito como pesadumbre, congoja o sensación de soledad: “En ocasiones el enfermo no se encuentra triste, pero advierte una ausencia total de resonancia afectiva que da lugar a que la vida resulte insoportable. Parece ser que lo que se afecta en el deprimido es la vitalidad, la cual se expresa tanto en el ánimo como en lo corporal”⁷⁸. El depresivo no lucha, se abandona sin voluntad; no pocas veces alimenta pensamientos suicidas. Es usual que aparezcan también entre los síntomas “ideas deliroides, las cuales suelen referirse a los grandes temas que preocupan al hombre. Así, suelen centrarse sobre la salud y sobre la moralidad, pero mucho más típicamente sobre la

⁷⁴ Cf. Rojas, E., *Adiós depresión*, Madrid (2006).

⁷⁵ Rojas, E., *¿Quién eres?*, Buenos Aires (2006), 172.

⁷⁶ Cf. Rojas, E., *¿Quién eres?*, Buenos Aires (2006), 173-174.

⁷⁷ Salvador Cervera Enguix, La depresión, entre el malestar y la enfermedad, síntesis de la intervención en la XVIII Conferencia Internacional sobre «La depresión» (Zenit 23/11/2003).

⁷⁸ Barcia Salorio, *Depresión*, op. cit., 406.

situación económica (ideas de ruina). En su aspecto moral, por ejemplo, creen estar en pecado, o bien se atosigan con autorreproches y piensan que deben ser castigados”⁷⁹.

El problema de la depresión tiene que ver a menudo con la falta de sentido o pérdida de sentido en la vida; en el vacío existencial (falta de sentido de la propia existencia). Viktor Frankl señala este fenómeno con mucha fuerza, indicando algunos momentos claves en que se suele producir esta sensación de vacío: la “crisis de la jubilación” (cuando cambian de golpe los hábitos laborales y uno queda con mucho tiempo de ocio sin nada que hacer), la “neurosis dominguera” (la misma sensación pero cuando llega el momento del descanso semanal). En definitiva, parece ser esta causa una incapacidad (o temor de ser incapaces) para la contemplación, el ocio intelectual, la oración; es decir, las actividades del espíritu. Por esta razón se da, a veces, una depresión larvada en casos de hiperactividad: ese exceso de laboriosidad (incluso en forma de adicción al trabajo) puede esconder un miedo al vacío del silencio, del descanso, del “no tener otra cosa que hacer fuera del pensar”. Esto es realmente grave porque implica una frustración de la principal actividad del hombre: la actividad espiritual, artística, humana por excelencia.

Explica Gladys Sweeney, del “Institute for the Psychological Sciences”, que uno de los mayores errores en el tratamiento de la depresión es pensar que ésta se alivia “únicamente” a través de la medicación⁸⁰. Si bien es cierto que el uso de antidepresivos ha ofrecido un tremendo alivio a pacientes que padecen este trastorno, recurrir exclusivamente al tratamiento farmacológico, excluyendo formas más tradicionales de psicoterapia, no es el tratamiento mejor. Uno de los tratamientos más eficaces contra la depresión es lo que los psicólogos llaman “reestructuración cognitiva”. Esta modalidad de tratamiento tiende a reordenar las emociones de acuerdo con la razón. A menudo, en los casos de depresión, la sensación de desesperanza e impotencia toma control de toda la persona, y el paciente no es capaz de ver la realidad objetivamente. Es como si viera el mundo a través de un cristal oscuro. Una persona deprimida puede “interpretar” un acontecimiento neutro como algo negativo o personalmente ofensivo, cuando en realidad no es así.

El tratamiento consiste en ayudar a la persona deprimida a reestructurar su pensamiento, orientándola a enmendar sus esquemas distorsionados y negativos; se la entrena para que ordene sus emociones de acuerdo con la razón y vea las situaciones de forma más objetiva. Este procedimiento se ha demostrado extremadamente eficaz para ayudar a las personas con este diagnóstico.

Es importante observar que, a veces, las personas deprimidas no responden bien a esta terapia, inicialmente. Sobre todo cuando la depresión es severa. En estos casos, el mejor tratamiento es una combinación de medicación y terapia cognitiva. Como sea, raramente la sola medicación resulta, a largo plazo, la mejor solución para este problema.

Por tanto, en las situaciones más graves de depresión hace falta, ciertamente, medicación. Pero, en cualquier caso, desde los más leves a los más graves, la medicación jamás es el único medio, ni el principal. Lo fundamental no es bajar el estado de fobia o los miedos de la persona; esto es una condición para la reestructuración de la personalidad, que es el objetivo principal, y en el que juega un papel importantísimo, no sólo el psicólogo o el psicopedagogo, sino también el sacerdote bien preparado.

En tal reestructuración de la personalidad se debe apuntar, ante todo, al “realismo”. La realidad es sanante; la verdad libera al hombre de sus males. El depresivo es un caso especial de esclavitud de una visión deformante de la realidad. Los depresivos ven todo negro, pero la realidad, incluso en el peor de los casos, no es tal. Por eso, tomar conciencia de los propios dones y bienes, de la bondad, belleza y armonía que la naturaleza nos manifiesta, etc., es liberador. A la persona depresiva hay que exigirle con fuerza que sea realista, que no haga

⁷⁹ *Ibidem*.

⁸⁰ Entrevista a Gladys Sweeney, del “Institute for the Psychological Sciences” (Zenit, 19/01/2005). Cf. Polaino Lorente, Aquilino, *¿Depende la depresión únicamente de la intervención médica?*, en: Pontificio Consejo para la Pastoral de la Salud, *La depresión*, Madrid (2004), 161-200.

mentir a la realidad (aunque lo haga inculpablemente); que vea las cosas como son, tanto sus debilidades como sus fuerzas.

En segundo lugar, hay que darle sentido a su existencia. Decía Frankl: “lo que importa no es tanto que la vida de una persona esté llena de dolor o de placer, sino que esté llena de sentido”⁸¹. En un plano más alto, desde el punto de vista cristiano y a la luz de la fe, la consideración del misterio de la cruz, de la redención, del destino eterno de la visión beatífica, etc., arroja una luz esplendorosa que da sentido e ilumina toda existencia y, si bien no remedia por sí sola las depresiones de índole patológica, al menos ayuda a que los enfermos no se hundan en sus depresiones, al tiempo que permite que la sana acción del terapeuta obre con paso firme. Es lo que dice San Pablo: *estimo que los sufrimientos del tiempo presente no son comparables con la gloria que se ha de manifestar en nosotros* (Rom 8,18).

Junto a esto hay que llevar a la persona a cierto olvido de sí misma. El depresivo, como muchos otros enfermos (pero de modo más profundo), gira en torno de sí mismo. Por eso, se le aplica lo que dice Frankl del falta de voluntad existencial: “propiamente hablando sólo puede realizarse a sí mismo en la medida en que se olvida de sí mismo”. Vuelvo a mencionar, pues, lo que decíamos del triste: el salir al encuentro misericordioso de quien sufre como él, o más que él, y darse caritativamente al otro constituye, a veces, el comienzo de la curación.

Además, hay que consolar y animar; a pesar de que esto, con los depresivos agudos, sea una tarea sin fin, pues, por lo general, reinciden en sus obsesiones de modo periódico. En la ayuda que se brinda hay que tener en cuenta dos factores: el primero es que realmente su psicología está muy deteriorada y necesitan ayuda y apoyo; lo segundo, es que se debe ayudar sin que se estrechen cada vez más los lazos de dependencia de la persona depresiva respecto del director espiritual o la persona que la está ayudando. Por eso, en la medida de las posibilidades, hay que ayudarle a que mantenga cierta autonomía (tolerando, en la práctica, que ésta sea muy limitada), haciéndole juzgar a ella misma de su problema y que recuerde las soluciones que ya se le dieron (a modo de principios o *ideas-fuerza*, que debe repetir mentalmente en las situaciones difíciles).

En cuanto a los sacramentos, dice la ya citada Sweeney: “A menos que los problemas psicológicos de la persona dificulten su participación en la vida sacramental, es de suma importancia que la persona participe activamente en ella, aunque esté en terapia. Es por esto que es tan importante que el terapeuta se dé cuenta de esta necesidad y aliente a la persona a realizarlo. Los efectos de la acción de la gracia, combinados con un sano tratamiento psicológico, son muy eficaces para lograr la curación. Cualquier católico que sufra enfermedades mentales debería seguir recibiendo los sacramentos con frecuencia y respeto, además de mantener una vida de oración habitual y equilibrada. Un buen director espiritual puede ser muy útil al respecto, proporcionando guía en el camino del crecimiento espiritual. Sea a través de la terapia o de la espiritualidad, es siempre Cristo quien sana”⁸². La dirección espiritual —y la atención pastoral en general— de estos enfermos, es una eminente obra de caridad, urgente, aunque no exenta de sufrimientos; y requiere, ciertamente, una adecuada preparación profesional⁸³.

En este trabajo de reestructurar la personalidad, es muy importante detectar los *elementos culturales depresivos* que han sido absorbidos por el enfermo, ya sea para corregir su visión errónea, o su agravamiento; también vale para prevenir la enfermedad de los sanos⁸⁴. La auténtica terapia de la depresión puede significar, en muchos casos, un cambio cultural en las personas afectadas.

Hay que tener en cuenta que hay una “cultura personal”, es decir, un bagaje cultural conformado por las ideas culturales que una persona asume como propias (ya sea en forma de “ideales”, es decir, arquetipos, modelos o aspiraciones a las que se tiende; o solamente juicios o prejuicios que no se objetan, aunque no se amen, como cuando alguien acepta como

⁸¹ Frankl, Viktor, *Ante el vacío existencial*, Barcelona (1990), 107.

⁸² Cf. Sweeney, loc. cit.

⁸³ Cf. Brenninkmeyer, A., *Tratamiento pastoral de los neuróticos*, Buenos Aires (1950); Bless, H., *Pastoral psiquiátrica*, Madrid (1966). Me he ocupado brevemente de este tema en: *La ciencia de Dios. Manual de dirección espiritual*, San Rafael (2001), Tercera Parte.

⁸⁴ Un artículo interesante que señala este aspecto aunque desde otro ángulo diferente del que aquí presento, es el del Cardenal Paul Poupard, *Las ideas depresivas del mundo contemporáneo*, Rev. Humanitas 36 (2004), 654-666.

verdadero, aunque sin compartirlo, algún falso principio). Al primer tipo, pertenecen los ideales mundanos del confort, del placer, del lujo, etc.; al segundo, espurios postulados, como que no se puede luchar contra la cultura reinante, que es imposible una familia numerosa, que la religión ya no despierta interés, etc.

Una re-estructuración de la cultura personal implica un cambio de principios o, al menos, una corrección de los principios erróneos, y la formación o asunción de principios culturalmente “sanos”. Hay que reconocer que, en el fondo de muchas depresiones, encontramos algunas “ideas depresivas”⁸⁵, o, al menos, “potencialmente depresivas”, a menudo hincadas en expresiones y símbolos culturales popularmente aceptados; es absolutamente necesario corregir esto a tiempo, si se quiere evitar una depresión o sacar a alguien de un pozo depresivo. Señalo algunas de las principales:

(a) Uno de los principales factores culturales depresivos es el lugar que ocupa la “fealdad” en el arte moderno; del arte deshumanizado, sin sentido e incluso morboso. No me corresponde a mí discutir los parámetros para juzgar la belleza; y reconozco que ésta no se reduce a una imitación material de la naturaleza, teniendo mucho lugar en ella la capacidad simbólica y la expresión del artista que transmite sus ideas por muchas y muy diversas vías; pero siempre se exige un “marco”, y hay una línea que, al ser traspasada, nos sitúa en el reverso de lo bello: en lo grotesco, lo grosero y lo antiestético. El objeto del arte es la belleza, y siendo ésta un trascendental o un *cuasi* trascendental, no puede oponerse, en última instancia, a la bondad, al ser y a la verdad. Cuando una presunta expresión artística transmite un mensaje de desesperación, de absurdo de la vida, de náusea, de macabro, no puede ser arte, sino degeneración del arte, y ciertamente, es un sustrato cultural para cualquier tipo de depresión.

(b) La falta de sentido en la filosofía. Dice Chesterton, al comienzo de su “Herejes”, que lo más importante de todo hombre es su idea del universo. “Creemos, escribía, que para una patrona que recibe a un huésped es importante saber cuánto gana, pero más importante aún es conocer qué piensa (filosóficamente)”. La filosofía de “la muerte del hombre”, como la de Michel Foucault, o la “nada” como la realidad del hombre actual de Claude Lévi-Strauss, son potencia próxima para la depresión.

(c) La idea de la catástrofe sin redención: es decir, la apocalíptica actual, tan frecuente en la literatura (del estilo de “Un mundo feliz”, de Huxley, “1984” de Orwell), en el cine (distintas sagas que presentan un mundo posterior a la catástrofe nuclear, a la guerra final, la guerra de los mundos, etc.). El Apocalipsis cristiano es el triunfo de Dios sobre el mal, aunque sea el mal desatado con toda su furia final; pero triunfa Dios y surge un orden nuevo, celestial. La apocalíptica moderna, en cambio, presenta un desenlace desesperante, un reino del miedo y del terror, de la frustración y del desaliento. Tal vez algunos autores hayan querido poner el dedo en la llaga de la locura moderna, que lleva a una consumación del mundo en una calamidad universal; pero por denunciar la locura de los hombres, se han olvidado de Dios que rige la historia “a pesar” de las maquinaciones de los hombres. Para los que asumen esta idea negra sin fe en la Providencia, la desesperación se constituye necesariamente en su estilo de vida.

(d) También es una idea depresiva (o dispositivamente depresiva) la convicción de la “necesidad” de lo material para la felicidad: la necesidad del confort, de las comunicaciones, de la informática, etc., se ha convertido en una adicción. Pero ésta es una idea que lleva a la depresión y a la angustia. En la “comunicación sin respiro” (Internet, web, telefonía celular, etc.), hay una invasión permanente de la serenidad indispensable para el espíritu. Todo es hoy interrumpido por el llamado: el viaje, la conversación, la oración. Pero todo hombre necesita que “lo dejen en paz” en determinados momentos. Lamentablemente, el vacío que ha creado en su corazón hace que necesite interiormente esa paz, y al mismo tiempo que le huya porque tiene miedo al silencio, a la quietud, a la soledad. Se crea así una lucha entre la necesidad interior y el miedo, que es muy propio de las adicciones. Considero que la necesidad de sentir sonar su celular o de mandar constantemente mensajes, no responde a una cuestión laboral, sino que es un invento de la acidia para escapar del desasosiego de una soledad mal digerida... y puede ser el detonador de una depresión.

⁸⁵ La expresión “ideas depresivas” es de Poupard en el artículo citado.

(e) Es también potencialmente desesperante la música moderna con su ritmo enloquecedor, aplastante, convulsivo. Éste es un tema neurálgico de nuestra cultura, que nos limitamos a mencionar: no sólo es preocupante en la música moderna su relación con el satanismo, la droga y la incitación a la sexualidad desenfrenada o al odio, sino también por su relación con lo feo, lo grotesco, lo disforme. Creo que, a través de esta pérdida de la belleza en el arte, es como se transita el camino de la deshumanización fundamental; lo demás son las consecuencias de adentrarse en un camino deshumanizado.

(f) También hay que indicar como idea depresiva la deformación del amor, que ha pasado de ser entendido como entrega, a ser identificado como posesión. El amor es esencial al desenvolvimiento del espíritu. Pero el amor cuando tiene por objeto un ser humano, debe realizarse como entrega, donación amorosa. En cambio, el amor como uso es la versión inferior del amor, la de la tendencia natural a la conservación individual, y tiene por objeto las cosas (el alimento y todo lo necesario para la conservación); pero incluso en este nivel ese “amor-inclinación” tiene una medida: la impuesta por la necesidad de aquello que hace falta (sólo se come o se bebe cuanto se necesita para vivir).

Cuando el amor interpersonal es interpretado como disfrute y usufructo de lo que se ama, el amor ha caído del nivel espiritual al instintivo; y se cosifica lo que se ama. El amor que tiende a otra persona buscando no el bien de esa persona, no la donación sacrificada de sí mismo a esa persona, sino el disfrute de esa persona, es un amor auto-referencial, egoísta. Esto es lo que ocurre en el amor entendido como sexo, en la homosexualidad, en la pornografía, en la prostitución, en la unión sin compromiso matrimonial o en la afectividad cerrada a la concepción de nuevos hijos. En todos estos casos la figuración geométrica del amor es un círculo que se cierra sobre sí mismo. Pero el círculo, siempre cerrado sobre sí y centrípeto en su movimiento, es también la figura de la desesperación.

(g) Es, igualmente, una idea depresiva la del “superhombre nietzscheano”⁸⁶, porque esta concepción del hombre “creador del hombre”, encierra también el miedo de descubrir que el hombre no es más que objeto de la creación del hombre. Si el hombre puede crear al hombre (como se intenta a través de la clonación, de la manipulación genética, de la fecundación artificial), esto puede significar que el hombre no es más que eso: una creación del hombre, un producto natural. Dios no es necesario. Pero si Dios no es necesario, el hombre se desvanece en algo fugaz. No hay que dejar de subrayar que la idea del superhombre nietzscheano está en la base, no sólo de la ciencia moderna, sino en la plataforma política de Hitler y Stalin. Auschwitz pretendió ser el laboratorio del “superhombre” y no sólo el crematorio de lo que aquella ideología consideraba el “minushombre”.

(h) Y la idea depresiva por excelencia es *la negación de Dios*. El ateísmo en todas sus formas es el sinónimo filosófico más perfecto de la Depresión y de la Angustia. Por eso la versión del ateísmo moderno más extendida en el siglo XX ha sido (y lo es en nuestro siglo también) el existencialismo ateo en su versión de la desesperación-náusea y en su solución lógica: el suicidio.

Trabajar contra la depresión, puede implicar, por tanto, el trabajo de corregir muchas de estas ideas.

IV. La acidia⁸⁷

Voinitzkii. —Si hubiera usted podido verle el rostro y los movimientos!... ¡Qué pereza tiene de vivir!... ¡Oh, qué pereza!

Elena Andreevna. —Pereza, sí, y aburrimiento!

(A. Chejov, *Tío Vania*)

⁸⁶ Lo señala Poupard en el artículo mencionado.

⁸⁷ Resumo aquí lo que he expuesto de modo más largo en *La pereza y la acedia*, Revista Diálogo 27, 41-68.

La acedia o acidia es uno de los problemas que más a menudo enfrentamos, especialmente tratando con personas religiosas. Se trata de una pereza particular que afecta al alma en torno a las cosas espirituales como la oración, el estudio, las obras de misericordia espirituales, etc. No siempre nos encontramos con casos de acedia ya instalada en el alma, sino con tentaciones muy fuertes de ella. A menudo, lo que debemos remediar son casos de acedia incoada, o en sus primeros grados.

El término “acedia” aparece tres veces en la versión griega de los *Setenta* (Sal 118,28; Sir 29,5; Is 61,3), traducida más tarde por la Vulgata latina como *taedium* (tedio) y *maeror* (tristeza profunda). Casiano, la definió como: “tedio y ansiedad del corazón”. Los Padres del desierto la llamaron “terrible demonio del mediodía, entumecimiento, modorra y aburrimiento”. Guigues “el Cartujo”, la describió como “una suerte de inercia, de flojedad de espíritu, de fastidio del corazón (...) disgusto pesado”, y le achaca como efecto suyo el llevarse uno mismo como una carga; no encontrar suavidad en aquellas gracias interiores de las que habitualmente uno usaba gozosamente; el transformar la dulzura de ayer y antes de ayer en grande amargura”.

En síntesis, es un “cierto disgusto de las cosas espirituales, que hace que las cumplamos con negligencia, las abreviemos o las omitamos por fútiles razones. La acedia es el principio de la tibieza”⁸⁸. Los antiguos la llamaron “demonio del mediodía”, y la temieron como fuente de numerosos desórdenes y pecados, entendiéndola como la tentación que acecha tanto en el mediodía de cada día, como en el mediodía de la vida (ipantoso instante para muchos!):

—¿Qué edad tiene el Señor Savignan? —preguntó el benedictino, en vez de contestar a la pregunta.

—La mía —respondió el Vicario—. Cuarenta y tres años. Ya le he dicho a usted que fuimos camaradas de clases.

—La edad del Demonio del mediodía —manifestó Dom Bayle (...) Yo aplicaría [este] nombre a otra tentación (...) mucho más llena de espíritu y de sentido (...) Esta tentación es la que asalta al hombre en la hora meridiana, no de un día, si no de sus días, en la plenitud de su vigor. Hasta entonces ha guiado su vida de virtud en virtud, de triunfo en triunfo. Pero de repente se apodera de él el espíritu de destrucción —entiéndame bien: de su propia destrucción—. Una fuerza enemiga, el *aeternus hostis*, lo atrae fuera de su línea, hasta el camino donde ha de sucumbir. Este vértigo extraordinario va desde lo espiritual hasta lo temporal” (Paul Bourget, *El demonio del mediodía*).

La acedia no es siempre voluntaria. Puede ser una desolación del alma padecida por ésta (y así se presenta frecuentemente en la vida religiosa). Pero puede ser también voluntaria, ya sea buscada, ya sea no combatida y aceptada como un estado de indiferencia ante lo espiritual; y, de este segundo modo, es elemento culpable y dispositivo de la desolación⁸⁹. “Tristi fummo (...) portando dentro acidioso fummo”, dice Dante (Tristes fuimos [...] llevando adentro un amargado humo).

Desde el punto de vista psicológico, la acedia entraña:

(a) una percepción errónea del bien (al acidioso le parece bueno lo que produce deleite —al menos espiritual—, y para él es malo lo que produce dolor);

(b) un desplazamiento en el objeto del amor: se ama el consuelo del bien o de la virtud, y no el bien y la virtud por sí mismos (en esto la acedia, como la pereza en general, entraña un movimiento de sensualidad);

⁸⁸ Garrigou-Lagrange, *Las tres edades de la vida interior*, Madrid (1982), I, 450.

⁸⁹ No se identifica plenamente con la desolación descrita por San Ignacio de Loyola en sus *Ejercicios Espirituales* (cf. nn. 317) sino con uno de sus aspectos, pues en la desolación espiritual “hay que distinguir dos elementos: uno negativo, la retirada o negación de las gracias palpables consoladoras; y otro positivo, el estado depresivo descrito. El primero es de origen divino. El segundo, de origen diabólico...” (López Tejada, D., *Los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola. Comentario y textos afines*, Madrid [1998], 855-856). En la desolación “Dios es causa permisiva...; el demonio, causa eficiente; y el hombre, causa dispositiva (culpable o inculpable)” (Ibid., 869).

(c) consecuentemente, se produce una parálisis, o incluso una huida, en la ascética de la virtud, a causa de la cruz que ésta comporta (en esto la acedia entraña un movimiento de temor y de fuga).

Como hemos dicho, la acedia, en cuanto tristeza del bien divino, no siempre es plenamente voluntaria. Ocurre, a veces, que afecta sólo la sensibilidad, como una manifestación de la resistencia de la carne contra el espíritu, y, por eso, la impresión de apatía por las cosas del espíritu, se manifiesta, incluso, en las almas mejor impulsadas hacia la santidad. San Juan Clímaco dice que esta tentación acompaña al solitario durante toda su vida, para no dejarlo sino en el momento de su muerte. Santo Tomás, por su parte, reconoce que “en los hombres perfectos pueden darse movimientos imperfectos de acedia al menos en la sensualidad, porque nadie es tan perfecto que no permanezca en él alguna contrariedad de la carne hacia el espíritu”⁹⁰.

En el origen de una crisis de acedia pueden hallarse diversas causas: la fatiga corporal, el sueño, el hambre, tentaciones muy frecuentes o muy violentas, una prolongada ausencia de consuelos sensibles, un despecho resultado de fracasos reales o aparentes en la lucha contra el mal o reprensiones más o menos merecidas, o bien la simple monotonía de los ejercicios regulares del espíritu, e incluso la necesidad del cambio que nos es natural. Así se lee en San Juan de la Cruz: “... estas sequedades podrían proceder muchas veces... de pecados e imperfecciones, o de flojedad y tibieza, o de algún mal humor o indisposición corporal”⁹¹. Santa Teresa le asigna como causa, algunas veces, las faltas deliberadas: “Como crecieron los pecados, comencóme a faltar el gusto y el regalo en las cosas de virtud. Veía yo muy claro, Señor mío, que me faltaba esto a mí por faltaros yo a Vos”⁹².

La acedia, como la pereza, es muy grave en sus consecuencias, pues no sólo empuja a la ociosidad sino que conduce al relajamiento y a la tibieza, siendo así preludio de la ruina espiritual. No debemos extrañarnos que muchos de los problemas psico-espirituales más graves con que tenemos que lidiar (pienso incluso en algunos casos de adicción sexual), hayan empezado con una relajación voluntaria en este resbaladizo terreno.

Suele afectar más a las almas principiantes, por estar más apegadas a los consuelos sensibles. En la medida en que más se aparta o se desapega uno de estos fenómenos, si bien persiste la tentación de acedia, es controlable y vencible.

Cuando el alma no combate la acedia sino que se deja llevar por sus movimientos (es decir, dejar la oración o las obras espirituales, o el estudio, o el deber de estado por la cruz que pueden significar) entonces se cae en el pecado de acedia, el cual es, además, pecado capital, porque engendra numerosos otros vicios, entre los cuales, debemos mencionar:

(a) La desesperación en el sentido de abandono y falta de esperanza de poder llevar una vida espiritual seria. Se lee en las *Floreillas de San Francisco* esta confesión de un fraile: “¡Oh, padre! Yo estoy tentado de pésimas tentaciones; cuando hago algún bien, enseguida estoy tentado de vanagloria; y cuando caigo en algún mal, caigo en tanta tristeza y en tanta acedia, que casi caigo en desesperación”.

(b) La pusilanimidad y la cobardía del alma y, por tanto, el abandono de toda obra grande.

(c) El incumplimiento de los deberes, especialmente todos los relacionados con las obras espirituales y los que más sufrimiento conllevan.

(d) El rencor y la amargura hacia las personas que nos mandan las obras que nos contristan. Se los ve como torturadores del alma.

(e) La indignación y hasta el odio hacia los bienes espirituales que entristecen y no dan consuelo.

(f) La divagación por las cosas prohibidas, que se manifiesta en forma de verbosidad, inestabilidad local (permanente movimiento, cambio, búsqueda de distracciones), etc. De aquí

⁹⁰ Santo Tomás de Aquino, *De malo*, 11,3 ad 1.

⁹¹ San Juan de la Cruz, *Noche oscura*, I, c. 9,1.

⁹² Santa Teresa de Jesús, *Vida*, 7,1.

es muy probable que se termine en placeres mundanos y hasta en pecados contra la carne, donde desemboca esta “necesidad” de distraerse en el mundo.

La acedia, consentida y no enfrentada, produce, en definitiva, el fracaso y la frustración más completa.

¿Qué hice? Lo mejor de mí mismo fue viento,
o flor, o nube, o pájaro. Me queda lo peor,
—o lo mejor—, que es este cansancio y este tedio
profundo, y este afán de perder hasta el último
hilo que me conduzca a los frustrados sueños.
Pude ser y no fui; quiero ser, y no soy;
y así siempre. Mi vida no fue más que el reverso
de lo soñado (...)

(Alfredo Bufano, *Elegía de la vida inútil*).

Los grandes autores de la vida espiritual han señalado los siguientes remedios contra la acedia:

(a) La meditación y valoración de los bienes sobrenaturales. Este disgusto sólo se contraría enamorándose de las realidades espirituales; y este amor sólo puede nacer en un alma que medita y estudia la grandeza de estos bienes. A la persona que espera que este amor le caiga del cielo sin poner nada de su parte, Dios no se lo otorgará.

(b) Al ser un pecado contra la caridad, se vence haciendo caridad con Dios y con el prójimo.

(c) En la medida en que no se trate de acedia voluntaria sino de pruebas de Dios (desolaciones), debe ser soportada con paciencia y sin cambiar los propósitos realizados ante Dios. Así entendida, esta prueba puede ser parte de la noche pasiva del sentido por la que se ha de pasar necesariamente si se quiere llegar a la santidad.

(d) También son válidos, para combatirla, todos los remedios contra la pereza: el trabajo, la perseverancia, el no estar ocioso, el resistir y obrar en sentido contrario a la tentación (sobre todo cuando son tentaciones de acortar las obras, de terminarlas pronto, de cambiarlas por otras más deleitables).

(e) Como toda pereza es una forma de sensualidad, ayuda mucho para luchar contra ella la mortificación, especialmente de lo que es más afín con la acedia: la constante movilidad, curiosidad y verborrea.

CAPÍTULO 2

ALGUNOS DESEQUILIBRIOS QUE PARECEN AFECTAR MÁS EL CAMPO COGNOSCITIVO

Siempre teniendo en cuenta que todos los trastornos afectivos producen (en diverso grado) desarreglos tanto volitivos como cognitivos, en este capítulo tocaré tres problemas en los que se manifiesta más la deformación de las funciones cognoscitivas: el juicio propio, el resentimiento (es decir, la hipertrofia de una memoria amargada) y el miedo. Volviendo al esquema dantesco con que hemos iniciado este estudio, estaríamos ahora frente a desórdenes del amor debidos a un “mal objeto”.

I. El juicio propio

En los tiempos miríficos en que la Teología
floreó con su máximo de savia y energía,
se cuenta que un doctor de los más eminentes
—tras persuadir a muchos corazones renuentes
y haberlos removido de su negro recelo;
tras subir hacia lo alto de las glorias del cielo
por sendas muy extrañas de él mismo insospechadas
que sólo a almas muy puras estaban destinadas—
como un hombre en las cumbres del vértigo y el pánico
se puso a gritar ebrio de un orgullo satánico:
“¡Jesusito, a qué alturas te llevé, criatura:
mas, si hubiera querido desarmar tu armadura,
hoy tu irrisión sin duda igualaría a tu gloria
y no serías, al cabo, más que un feto en la historia!”

Al decirlo, en el acto la razón se le fue,
nublóse el resplandor de ese sol ya sin fe;
todo el caos rodó dentro de su conciencia,
templo otrora notable por su orden y opulencia
y en el que tanta pompa luciera su oropel.
El silencio y la noche se instalaron en él
igual que en una cripta con su llave perdida.
Desde entonces anduvo como bestia en la vida
y cuando por los campos del mundo se alejaba
sin distinguir el tiempo ni saber donde estaba,
sucio, inútil, ridículo, grotesco vagabundo,
era el hazme reír de los niños del mundo.

(Charles Beaudelaire, *Punición del orgullo*; trad. Juan Oscar Ponferrada)

El juicio propio es el apego desordenado al propio parecer, a la opinión personal y a las valoraciones subjetivas. Encontramos este defecto en el fondo de todos los vicios de la inteligencia (desde la rebeldía hasta la herejía), pero se distingue de los demás defectos intelectuales. No se confunde con la curiosidad (que nos lleva a los conocimientos inútiles), ni con la necedad (que juzga de todo con criterios mundanos), ni con la ignorancia (que es carencia de un conocimiento obligatorio), ni con el embotamiento (propio de las inteligencias superficiales y poco profundas). En todo caso, tiene estrecha relación con la “ceguera mental” (*caecitas mentis*) de la cual el juicio propio es causa.

Hay dos modos de juicio propio. Uno negativo, que es típico de los cortos de entendimiento, quienes, por eso, son faltos de prudencia y no pueden discernir el valor de sus

propios pareceres; no saben dudar de sí mismos ni de la falacia de sus convicciones. Pero si estas personas trabajan en la humildad, pueden alcanzar la docilidad suficiente para dejarse guiar por otros.

En cambio, el juicio propio positivo es el causado por la soberbia intelectual. De éste hablamos principalmente aquí (aunque algunas cosas serán comunes al primero). El juicio propio “nos da tal confianza en nuestra razón y propio juicio que ya no nos agrada *consultar* a los demás, especialmente a nuestros superiores, ni buscar luz mediante el atento y discreto examen de las razones que contradicen nuestra manera de ser. Tal conducta nos hace cometer graves imprudencias que se expían dolorosamente. Nos hace también cometer grandes faltas de caridad en las discusiones, tener terquedad en los juicios, y desechar todo aquello que no cuadra con nuestra manera de ver. Tal conducta podría llevarnos a negar a los demás la libertad que reclamamos para nuestras opiniones, a no someternos, sino en parte y de mal talante, a la dirección del supremo Pastor, y aún a atenuar y rebajar los dogmas, con pretexto de explicarlos mejor que lo que se ha hecho hasta ahora”⁹³.

Puede llevarnos a oponer nuestros juicios a los juicios de Dios. Por eso el Profeta Isaías nos advierte, en nombre de Dios, que nuestros pensamientos y los divinos pueden ser muy distintos: *Deje el malo su camino, el hombre inicuo sus pensamientos, y vuélvase a Yahveh... Porque no son mis pensamientos vuestros pensamientos, ni vuestros caminos son mis caminos —oráculo de Yahveh—. Porque cuanto aventajan los cielos a la tierra, así aventajan mis caminos a los vuestros y mis pensamientos a los vuestros* (Is 55,7-9).

Algunos ejemplos de juicio propio son: el que nunca pide consejo a quien sabe más que él, el que pide consejo teniendo las decisiones ya tomadas, el que desprecia la dirección espiritual o es negligente para hacerla, el que desprecia el consejo ajeno, el que no acepta de buen grado las correcciones, el que discute de modo sistemático (al menos interiormente) las órdenes de los superiores, el que defiende con terquedad sus opiniones en cosas discutibles, el que no cambia sus puntos de vista cuando le demuestran sus errores, el que subjetiviza todo, juzgando desde una perspectiva parcializada, el que forma sus juicios a partir de las pasiones que lo dominan, el que toma decisiones sin desafectarse de los gustos o miedos que lo condicionan (típico caso es la “elección de estado” o “vocación” realizada cuando aún “el ojo de nuestra intención” no es “simple”, es decir, no cuando es elegida puramente para alcanzar el fin para el que hemos sido creados, sino “ordenando [y] trayendo el fin al medio” en lugar de llevar “el medio al fin”). En fin, el que San Ignacio caracteriza como “voluntad de segundo binario”, que hace su propio parecer, pero tratando de convencerse de que eso es lo que Dios quiere: “de manera que así venga Dios donde él quiere, y no determina de dejar [la cosa a la que está apegado] para ir a Dios”⁹⁴.

El hombre de juicio propio se caracteriza por la pertinacia en sus puntos de vista. Aristóteles lo llama hombre “de juicio fuerte” y “de juicio o sentencia personal”. Suele disfrazar esta pertinacia como firmeza y tesón. Pero es, en realidad, su caricatura. De la actitud del hereje sevillano Julianillo Hernández, durante su proceso inquisitorial, escribió Marcelino Menéndez y Pelayo, en su *Historia de los heterodoxos españoles*: “Si hemos de creer a Montes, Julianillo estuvo impenitente y tenaz. Por más de tres años se hicieron esfuerzos extraordinarios para convencerle; todo en vano. Ni las persuasiones ni los tormentos pudieron domeñarle. Cuando salía de las audiencias solía cantar: ‘Vencidos van los frailes, / vencidos van; / Corridos van los lobos, / corridos van’. Tenía la manía teológica, y disputaba sin tino, pero con toda la terquedad y grosería de un hombre rudo e indocto. ‘Cuando le apretaban los católicos — escribe el P. Roa—, reducíalos a voces y escabullíase mañosamente de todos los argumentos’”. Como el triste Julianillo, muchos hombres de juicio propio reducen sus razones a alaridos.

La tenacidad (con la que no debemos confundir al juicio propio o pertinacia), es, por el contrario, virtud; y quien la posee es firme ante los embates de las pasiones, pero es dócil intelectualmente cuando se le muestran las razones contrarias. El pertinaz es terco, no obstante

⁹³ Garrigou-Lagrange, *Las tres edades de la vida interior*, Madrid (1977), I, 412.

⁹⁴ Cf. San Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, nn. 150-155.

se le demuestre su error o, a pesar de que la persona que lo corrige tenga autoridad doctrinal para hacerlo; como aquél que decía “a mí con razones no me van a convencer”. Una de sus tipificaciones es el rebelde intelectual, como Giordano Bruno, a quien Trilussa describió con fino humor:

Fece la fine de l'abbacchio ar forno
perché credeva ar libbero pensiero,
perché si un prete je diceva: —È vero—
lui risponneva: —Nun è vero un corno!—

(Terminó como el cordero al horno/ porque creía en el pensamiento libre,/ ya que si un fraile le decía: —esto es verdadero—/ Le respondía: verdadero iun cuerno!)

Si bien encontramos cierto grado de juicio propio en la mayoría de los problemas psicoespirituales, emerge con una energía singular en la personalidad narcisista⁹⁵. El narcisista gira sobre sí mismo y sus juicios personales son el punto de vista con el que mide todas las cosas. Ordinariamente —a la corta o a la larga— provoca el rechazo de sus semejantes. Es un modo del complejo de superioridad. La idealización de sí mismo que supone este modo de ser, evidencia, en realidad, la poca capacidad de autoconocimiento objetivo del narcisista (no hay peor carencia intelectual que el desconocer los propios límites), o el rechazo de la verdad sobre sí mismo (mecanismo de defensa por negación). Se da a menudo entre personas hipermimadas y superprotegidas (que llegan a creerse realmente el centro del universo —al menos del entorno en que ellos se mueven—); también entre quienes han sido (o se han creído) rechazados, abusivamente criticados, los cuales actúan así como reacción insana (dando origen a lo que Van den Aardweg llama “el niño quejoso”, actitud básica de todas las formas de neurosis).

El verdadero narcisista es muy difícil de ayudar, pues sus mecanismos de resistencia son muy fuertes. Algunos califican de “reservado” al pronóstico sobre su mejoría. En todo caso, cualquier ayuda efectiva pasa por enseñarle a ser más objetivo y realista sobre sí mismo, por la corrección (iardua!) de sus principales cualidades negativas (egocentrismo, arrogancia, tendencia a reclamar admiración o atención especial), por la aceptación de las propias fallas y límites, por el aumento de su tolerancia al fracaso (es decir, encontrarle sentido *espiritual* del dolor) y lo que los autores espirituales llaman “práctica del olvido de sí mismo”.

Volviendo al juicio propio, considerado más generalmente, digamos que su raíz pasional se encuentra en el orgullo o amor propio, que aquí se manifiesta como amor de algo muy propio: el tener razón o guiarse por el propio parecer. Esta pasión actúa como ya vimos que lo hacen todas las pasiones: monopoliza todo el campo de la atención sobre su propio juicio, y aplica a la justificación de su parecer todas las fuerzas de su razón (los argumentos del que tiene juicio propio llueven uno tras otro, como puñetazos de loco). En esta emoción se ve muy claro porque, precisamente, es una pasión que se manifiesta como actuación viciosa de la razón.

El juicio propio es una manifestación del orgullo en su forma de afán enfermizo de superioridad. Y vale la pena indicar que no es sólo la espiritualidad cristiana sino la misma psicología (cuando no está contaminada por teorías enfermizas) la que señala el rol destructivo del orgullo. A este respecto se puede mencionar la afirmación de Alfred Adler, quien atribuía a la *voluntad de poder* el ser una patología central, madre de muchas conductas que tienen en común el afán de imponer la propia superioridad, y lo señalaba como el centro del carácter neurótico⁹⁶. Por este motivo, si bien podría presentarse entre los desórdenes afectivos, también

⁹⁵ Cf. Rojas, Enrique, *¿Quién eres?*, Buenos Aires (2006), 255-263.

⁹⁶ Escribía el psiquiatra: “Si cada uno tiene un ideal de superioridad —según se ve exageradamente en el neurótico—, simultáneamente tendrán que observarse fenómenos orientados a suprimir y disminuir a los demás. Rasgos de carácter como intolerancia, prepotencia, envidia, malignidad, sobrevaloración de sí mismo, jactancia, desconfianza, avaricia” (Adler, Alfred, *Práctica y teoría de la psicología del individuo*, Bs. As. [1967], 30).

la voluntad de dominio, o la “ambición de mandar”, me contento con señalar parte de su núcleo en el juicio propio.

La necesidad de luchar contra el juicio propio ha sido puesta en relieve por todos los grandes maestros de la espiritualidad. San Ignacio habla del juicio propio como un “camino incierto y peligroso”⁹⁷; y San Juan de Ávila lo considera “derramasolaces”, es decir, aguafiestas, y señala entre sus efectos: “enemigo de la paz, juez de sus mayores, padre de la disensión, enemigo de la obediencia, ídolo puesto en el lugar santo de Dios”. Y por eso exhorta: “Otra y otra vez les encomiendo que lo derriben, y reine Dios por fe en él [entendimiento] muy confiados que lo que sus mayores les mandan es la voluntad del Señor”⁹⁸.

Del juicio propio se pueden seguir muchas consecuencias importantes.

(a) San Ignacio, en sus cartas, señala algunas generales, como: las complicaciones que trae a la obediencia (deja de ser alegre, confiada, pronta), engendra descontento, pena, murmuraciones, excusas. Suele también esclavizar como hace con los escrúpulos “que procede(n) de nuestro juicio propio y libertad”, dice el mismo santo. Otras veces produce engaño. Y además hace precipitar en el pecado, como escribe San Juan de Ávila: “¡Cuántas veces os ha acaecido, por asomaros a una ventana, caer en un pecado, porque os asomasteis por seguir vuestro parecer; cuántas otras en otros pecados por regiros por vuestra cabeza”⁹⁹. Y también dice este santo: “Si no conoces el bien que es el no regirte por tu parecer y que no se haga lo que tú quieres, castigarte ha Dios con darte lo que a ti te parezca que te está bien, y pensarás que es misericordia, y será castigo”¹⁰⁰.

(b) Pero hay otras consecuencias más graves todavía, como son: el producir la ceguera del entendimiento, como ocurrió con los fariseos y enemigos de Cristo, que fue un caso extremo de juicio propio. Escribe Garrigou-Lagrange: “La ceguera espiritual es un castigo de Dios que retira su luz por los muchos pecados reiterados; y es además un pecado por el cual nos volvemos de espaldas a la consideración de las divinas verdades, anteponiéndoles el conocimiento de aquello que satisface nuestra pasión y orgullo”¹⁰¹. Además, produce lo que San Juan de la Cruz llama “espíritu de entender al revés”, que es un paso más allá de la ceguera; ya no es no ver, sino ver equivocadamente y, por haber seguido siempre el propio parecer, entender las cosas del modo contrario a lo que son, como los enemigos de Cristo que veían que sus milagros manifestaban un poder divino, y juzgaban que su causa era diabólica. Lleva también a los pecados contra la fe, como la herejía y la apostasía. E incluso cierta autodivinización, como testimonia nuevamente alguna rama de la psiquiatría contemporánea¹⁰².

Los remedios para este mal tan grave deben ser firmes y extremos.

(a) El primero es la humildad, que es lo contrario de la soberbia de la cual nace el juicio propio. Esta humildad ha de ser general.

(b) Pero además debe manifestarse de un modo propio: como docilidad; es decir, dejarse enseñar, dejarse corregir, y *asumir lo que se nos enseña* (porque también el orgulloso a veces escucha —con rencor— pero no acepta interiormente lo que se le dice). Hay que ser siempre discípulos, porque eso es lo que somos respecto de Dios, el cual, para nuestro bien a veces nos da lecciones por medio de los niños y de los torpes.

⁹⁷ San Ignacio, Carta al P. Andrés Iseren, en *Obras*, Madrid, 788.

⁹⁸ San Juan de Ávila, *Regla de espíritu*, *Obras completas*, Madrid (1953), I, 1056.

⁹⁹ San Juan de Ávila, Sermón 78, *Obras completas*, Madrid (1953), II, 1217, 352-358.

¹⁰⁰ San Juan de Ávila, Carta 135, *Obras completas*, Madrid (1953), I, 740, 34-41.

¹⁰¹ Garrigou-Lagrange, *Las tres edades de la vida interior*, Madrid (1977), I, 413-414.

¹⁰² Nuevamente hago referencia a A. Adler: “La ambición, en su crecimiento, no conoce límites, siendo interesante observar que, tanto en los cuentos como en la realidad, el aumento del afán de dominio y poder puede desembocar en una especie de ideal de divinidad. No es preciso buscar mucho para encontrar individuos (...) que se conducen como si fueran Dios mismo o sus representantes, o cuyos deseos y objetivos son tales que de cumplirse se convertirían en dioses. Este fenómeno, el afán de divinidad, es el punto extremo de la propensión a rebasar los límites de la personalidad” (*Alfred Adler, Conocimiento del hombre*, Bs. As. [1967]).

(c) Hay que practicar también el desapego material, porque luchar contra el juicio propio es una forma de desapego respecto de nuestros pareceres, y ayuda mucho el tener el hábito practicado en otros campos para poder ejercerlo en éste que es más difícil.

(d) Ciertamente también la obediencia humilde, que es la virtud que suele aborrecer con más fuerza el hombre de juicio personal. En un religioso esta virtud es su máxima defensa contra este vicio.

(e) El espíritu de fe; es decir, no ver las cosas a partir de nuestros pareceres sino según el parecer de Dios, de la Palabra de Dios. Hay que acostumbrarse a juzgar según el criterio de la divina Providencia y de Dios como Rector último de todos los acontecimientos de la historia humana; esto evitaría muchos yerros.

II. El resentimiento

“Había en el fondo de aquel tierno corazoncito un rinconcillo oculto, en que la memoria iba depositando con implacable fidelidad la lista de todos los agravios, como un grano de simiente venenosa entre una vegetación salubre, como un tallo de cicuta que había de hacer brotar en aquella selva virgen el sombrío rencor, el rencor callado y paciente, árbol siniestro que produce a la larga los envenenados frutos del odio. Todavía aquel corazón angelical perdonaba fácilmente lo que reputaba por injuria; mas ya había dado un paso adelante, ya le era imposible olvidarlo por completo” (Luis Coloma, *Pequeñeces*).

1. Dolor ulcerado

Castellani llama al rencor una “ira ulcerada”. Estamos, por tanto, en el campo de esta pasión: ira, rencor, resentimiento.

El fondo pasional de la ira es una reacción del apetito de lucha (o irascible) frente a una amenaza; esta pasión no es otra cosa que una reacción de orden biológico y psíquico, por el cual el organismo vivo se defiende. De aquí que la ira en sí no sea mala, sino esencial a la supervivencia humana y se pueda hablar de una ira buena e incluso santa, como la que vemos en Moisés ante la prevaricación de su pueblo o en Jesús con los mercaderes del Templo.

Pero la ira también puede desvirtuarse de varios modos.

(a) Ante todo cuando toma la forma de una reacción pronta y aguda. Esta forma de ira se manifiesta enseguida al exterior, reacciona impetuosamente, devolviendo inmediatamente venganza por la herida u ofensa recibida. A su favor tiene que suele pasar rápidamente, y se calma con la misma velocidad con que se encolerizó. Pero suele ser a menudo injusta y desproporcionada, como toda reacción que es instintiva y no racional; ya sea porque se enoja con quien no debe (identificando equivocadamente al autor de la injuria), o del modo que no debe, o en el momento en que no debe. Cuando no actúa la razón y la prudencia, sólo se puede ser justo de modo casual. A éstos los llamaremos “los violentos”, y no es de ellos que tratamos ahora.

(b) Por otro lado, tenemos la ira amarga y difícil (como la llama Aristóteles). A los dominados por ella se los llama “amargos”, porque la ira les dura largo tiempo dentro y les quema como un reflujo estomacal, pero en el alma. “Amargados” los llama Santo Tomás; e indica, siguiendo a Gregorio Magno que es tal el modo en que hierve interiormente la ira concentrada, que les puede perturbar muchas veces hasta el habla. Por eso, los que están consumidos por la cólera a veces balbucean y no atinan a hablar correctamente.

El rencor del que aquí hablamos es el segundo tipo de ira, que puede (y suele) caracterizarse por esa úlcera interior del alma. El rencor propiamente dicho no se manifiesta en reacciones clamorosas, estrépito, golpes, desmanes, sino que muchas veces no tiene notables manifestaciones externas, fuera de la taciturnidad, el silencio, la dureza de expresión y

concentración. Como un dispéptico, cuyo problema no es la difícil digestión de un alimento sino la indigestión de una ofensa o una herida.

Por tanto, el rencor nace de un mal inferido, es decir, de una herida que no cierra ni cicatriza, y que, por sangrar constantemente, mana una corriente ácida sobre toda la psicología de la persona. La que mantiene abierta la herida es la memoria vivaz de la injuria o del mal recibido. Tanto la imaginación como la inteligencia alimentan muchas veces con creces el dolor, pues si se agranda la idea del mal que se ha recibido aumenta el dolor y la cólera retenida.

El mal que causa el rencor puede ser un mal inferido con justicia, como el que recibe el reo de parte del juez como castigo de sus delitos (o un subalterno que ha obrado mal al ser corregido por su superior), y muchas veces puede ser una herida injustamente recibida: ya sea abusos y maltratos (especialmente cuando se reciben en la infancia y cuando lesionan bienes tan delicados como la castidad, los lazos familiares, la necesidad de protección y confianza en los padres o hermanos mayores, etc., llegando a la degeneración, al daño psicológico, a la pérdida de la confianza, a la amenaza brutal de parte de quienes se espera que sean sus valedores, etc.). Hay, además, heridas que no son injustas de lado de quien las inflige, sino que son interpretadas como ofensivas por parte de quien las recibe; y esto, a su vez, puede deberse a ignorancia o a malicia de parte del resentido (pensemos, por ejemplo, en el rencor de muchos súbditos hacia las correcciones justas de sus superiores, o del rencor que a veces juntan algunas personas hacia un familiar que obra de una manera difícil por una enfermedad —un cónyuge o un padre alcohólico, por ejemplo—). Hay heridas, en fin, que provienen del propio orgullo o vanidad, como la de la *Pepita* de Coloma:

“Pepita, por su parte, acogió a la prima con el entusiasmo con que acoge una niña el regalo de una muñeca grande: pensó además la reina de salón encontrar en ella una dama de honor que pudiera llevar siempre a la cola, para confiarle el abanico y el pañuelo mientras ella valsaba. Pero bien pronto pudo convencerse de que, así en lo físico como en lo moral, sobran a la dama de honor cualidades bastantes para arrebatarle a ella su corona de reina, y entonces comenzó a inspirarle Teresa ese amargo sentimiento, hostil hasta la crueldad, que suele degenerar en despotismo, y nace en el corazón del hombre mezquino cuando en sus relaciones con un subordinado tiene la superioridad material y la inferioridad moral” (Coloma, *Por un piojo*).

Tenemos así una variedad de causas que van de las heridas reales (a su vez, justas e injustas), a las imaginarias o injustificadas (téngase en cuenta para lo que diré a continuación que uso la expresión “herida imaginaria”, o también “injustificada o desproporcionada”, para referirme a las heridas del alma o de la afectividad producidas más por nuestra imaginación que por una causa externa). Un cuadro puede ayudarnos a ubicar este tema delicado:

- (a) Causa injusta y herida real (la niña abusada por su padrastro).
- (b) Causa justa y herida injustificada (el rencor del religioso contra su superior que lo ha castigado justamente).
- (c) Causa injusta y herida desproporcionada (como la persona que, por un pequeño despecho, se siente exageradamente humillada).
- (d) Causa involuntaria y herida real o irreal (como el que tiene que sobrellevar algunas enfermedades muy dolorosas de sus allegados, que a veces fácilmente hacen olvidar que éstos son irresponsables de sus actos; pensemos el caso de los hijos o el cónyuge de un enfermo mental o de un alcohólico, que agrede con sus palabras y sus actos cuando tiene alguna crisis, haciendo la vida muy difícil para los que, por otra parte, él mismo ama y trata con ternura cuando no es presa de su enfermedad).

Como vemos, las situaciones pueden ser muy variadas. Pero hay algo común: el que es víctima de un rencor, tenga éste, o no, causa justa o injusta que lo haya producido, padece un

sufrimiento terrible (que comparo a un reflujo ácido de la memoria) que puede desembocar, incluso, en la locura. “Max Scheler afirma que una persona resentida se intoxica a sí misma; el otro le ha herido y ahí se recluye, se instala y encapsula. Queda atrapada en el pasado. Da pábulo a su rencor con repeticiones del mismo acontecimiento. El resentimiento hace que las heridas se infecten en nuestro interior y ejerzan su influjo, creando una especie de malestar e insatisfacción generales. En consecuencia, uno no está a gusto, ni en su propia piel ni en ningún lugar. Los recuerdos amargos encienden de nuevo la cólera y llevan a depresiones. Al respecto, es muy ilustrativo el refrán chino que dice: el que busca venganza debe cavar dos fosas”¹⁰³.

Una de las caracterizaciones más interesantes de esta pasión amarga, la hizo Gregorio Marañón en su *Tiberio. Historia de un resentimiento*¹⁰⁴. El célebre psiquiatra español distinguía el resentimiento, del odio y de la envidia; estos dos últimos son pecados de proyección estrictamente individual (suponen un duelo entre el que odia o envidia y el odiado o envidiado). El resentimiento, en cambio, es una pasión que tiene mucho de impersonal, de social. Quien lo causa puede haber sido no éste o aquel ser humano, sino la vida, la “suerte”. Por eso, el odio o la envidia tienen un sitio en el alma, y si se extirpan, ésta puede quedar intacta; el resentimiento, en cambio, se infiltra en toda ella y es más difícil de curar. Señalaba Marañón que el resentido es siempre una persona sin generosidad y, en consecuencia, que el generoso no suele tener necesidad de perdonar. También decía que el resentido tiene una memoria contumaz, inaccesible al tiempo (ique fluye ante él sin lograr que olvide las injurias!). Destacaba que el resentido suele ser una persona de inteligencia positiva —al menos en el caso de los *grandes* resentidos como fue, para él, Tiberio—; no afecta tanto, en cambio, al pobre de espíritu que acepta la adversidad sin esta amarga reacción.

Muchas veces el resentimiento coincide con la timidez, o se da en espíritus tímidos. El hombre fuerte reacciona con energía ante la agresión y automáticamente expulsa, como un cuerpo extraño, el agravio de su conciencia. Esta elasticidad salvadora, dice Marañón, no existe en el resentido. Puede ofrecer la otra mejilla después de la bofetada, pero no por virtud, sino para disimular su cobardía. Pero su rencor se pondrá de manifiesto si algún día llega a ser fuerte o a tener mando social. Éste es el motivo por el que tantos resentidos se enrolan en las confusiones revolucionarias, ya que éstas, si triunfan, les dan la oportunidad de volcar en forma de crueldad, sus viejos resentimientos (todos los crueles tiranos, tanto políticos como religiosos, son resentidos).

El resentido suele ser casi siempre —hay excepciones— cauteloso e hipócrita. Disimula su resentimiento cuanto puede. Aunque a menudo éste se trasluce en sus actos y pensamientos (especialmente en sus juicios).

El resentimiento es una pasión no sólo corrompida sino peligrosa, porque a menudo es desproporcionada e insaciable. A propósito del asesinato de Agripa Póstumo, señala Marañón: “el resentido es capaz de todo, al tener el poder entre las manos”; y en otro lugar: “Tiberio, como buen resentido, no consideraba nunca suficientemente saldadas sus deudas”. Vivir encerrado con el propio resentimiento es peor que estar encerrado con los demás vicios.

“El resentimiento es incurable”, dice Marañón; “su única medicina es la generosidad”. Podemos estar de acuerdo con lo segundo, pero no con lo primero, si lo tomamos literalmente. Si decimos que el resentimiento es muy difícil de curar nos acercamos más a la verdad.

Además de la generosidad, como raíz última, hay dos remedios para el rencor, según sea la causa que lo produce. Cuando nace de una herida desproporcionadamente más dolorosa que la causa (justa o, al menos, involuntaria) que la ha desatado (sea porque el agresor no fue responsable de sus actos por enfermedad, ignorancia, falta de lucidez, etc., o porque la herida —amargamente recibida y reiterada por nuestra memoria— fue en justo castigo por nuestros delitos), la solución es el realismo humilde. En el primer caso, hace falta más realismo que humildad, porque se trata de reconocer que no hay o no hubo voluntad de

¹⁰³ Burgraff, Jutta, *Aprender a perdonar*, en www.arvo.net.

¹⁰⁴ Marañón, G., *Tiberio. Historia de un resentimiento*, Buenos Aires (1939).

dañar. En el segundo, hace falta tanta humildad como realismo para reconocer que no hay injusticia alguna.

En cambio, cuando se trata de heridas reales y dolorosas y su causa fue injusta, hace falta trabajar el perdón sincero. Esto no es para nada extraño. Hay personas que han sido heridas injustamente, ya sea porque han sido incomprendidas en momentos difíciles de su vida, o porque han sufrido en soledad momentos muy duros, y muchas razones más. Pensemos en religiosos que han padecido superiores “difíciles” o superiores que han tenido súbditos “complicados”; hombres y mujeres cuyos cónyuges les han causado hondo daño (físico o psicológico); quienes han padecido grandes tentaciones sin encontrar una persona que realmente comprenda lo que les sucede y pueda orientarlos, o, peor aún, cuando se reciben malos consejos (como Santa Teresa pasando un purgatorio con directores espirituales que no entendían sus fenómenos místicos y la tenían atormentada con sus errados juicios). Peor aún las víctimas de abusos físicos y humillantes, especialmente en la infancia, los que han visto sufrir injustamente a sus seres queridos (incluso asesinados), etc.

Todo esto puede haber causado heridas reales que permanecen durante años (o toda la vida) como llagas abiertas. Sea cual sea el trabajo que se intente para reestructurar la conciencia de estas personas, el perdón forma parte esencial de la labor.

2. Perdonar

Perdonar no es lo mismo que justificar, excusar u olvidar. No equivale a justificar lo que está mal hecho, excusar el pecado ni olvidar los sucesos amargos. No podemos llamar bien al mal; ni está en nuestra mano borrar los recuerdos que almacena nuestra memoria.

Tampoco equivale a reconciliarse. La reconciliación supone la buena voluntad de ambas personas; para el perdón basta la de una de ellas.

Perdonar no es, finalmente, un sentimiento o una emoción; es un acto de la voluntad que cura la herida producida por la emoción negativa del resentimiento. Por este motivo, podemos perdonar a pesar de no sentir simpatía hacia quien nos ha ofendido.

Perdonar es también más que deponer la ira y el deseo de venganza o renunciar a la deuda que el injuriador ha contraído con nosotros (deuda que lo obligaría a él a pedirnos perdón, a humillarse delante nuestro, a dar el primer paso para la reconciliación, o simplemente a compensarnos y desagraviarnos). Al perdonar, renunciamos a todo ello y nos comprometemos de nuestra parte, ante Dios, a no excluir a esa persona de nuestra caridad y de nuestras oraciones. Pero es también algo de orden positivo: es tratar de *entender* el mal a la luz del bien, como diremos más adelante¹⁰⁵.

No surge en el hombre de manera espontánea y natural. Perdonar sinceramente, en ocasiones, puede resultar heroico pero, aunque llena de dificultades, esta “experiencia liberadora”¹⁰⁶ del perdón puede ser vivida también por un corazón herido, gracias al poder curativo del amor.

El perdonar es signo de madurez espiritual. Sólo el que verdaderamente ama es verdaderamente maduro; y sólo el que verdaderamente perdona, ama verdaderamente y es, en consecuencia, maduro. El que no perdona queda esclavo de su propio dolor (y resentimiento). De ahí que, al perdonar, hacemos un pequeño beneficio a quienes nos han injuriado u ofendido, pero nos hacemos un bien gigantesco a nosotros mismos; porque el perdón cura nuestras propias heridas.

El perdón cumple una misión fundamental en la reconstitución de personalidades trastornadas por desórdenes afectivos muy variados. Es necesario en los casos de problemas depresivos, de abuso de alcohol y drogas, en los fracasos y dramas matrimoniales, en los problemas de aborto, en muchos desórdenes mentales, etc.¹⁰⁷. Lamentablemente es “uno de

¹⁰⁵ Ha escrito el Papa Juan Pablo II: “No se olvida fácilmente el mal que se ha experimentado directamente. Sólo se puede perdonar. Y ¿qué significa perdonar sino recurrir al bien, que es mayor que cualquier mal? Un bien que, en definitiva, tiene su fuente únicamente en Dios” (*Memoria e identidad*, Madrid [2005], 30).

¹⁰⁶ Es expresión de Juan Pablo II, *Mensaje para la XXX Jornada Mundial para la Paz* (1 de enero de 1997).

¹⁰⁷ Basta ver el índice del libro de Robert Enright (psicólogo) y Richard Fitzgibbons (psiquiatra), *Helping clients forgive. An empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope*, Washington DC (2005).

aquellos temas ausentes en los procesos de curación de muchos pacientes”; es el “eslabón perdido”¹⁰⁸; y así nos va en muchos casos.

Hemos dicho que no es olvidar. No se trata de cancelar la memoria. La historia (personal o colectiva) tiene su peso; las heridas son muchas veces reales y muy dolorosas; y, a menudo, engendran más heridas (miedos, sospechas, odios y rupturas). “Sin embargo —decía Juan Pablo II— es verdad que *no se puede permanecer prisioneros del pasado*: es necesaria, para cada uno y para los pueblos, una especie de «purificación de la memoria», a fin de que los males del pasado no vuelvan a producirse más. No se trata de olvidar todo lo que ha sucedido, sino de releerlo con sentimientos nuevos, aprendiendo, precisamente de las experiencias sufridas, que sólo el amor construye, mientras el odio produce destrucción y ruina. La novedad liberadora del perdón debe sustituir a la insistencia inquietante de la venganza”¹⁰⁹.

Aquí está la clave (o una de ellas). No podemos cancelar nuestro pasado ni huir siempre de él por cualquiera de los posibles *mecanismos de negación*. Cancelar voluntariamente vivencias del pasado es guillotinar nuestro yo; equivale a introducir una solución de continuidad en nuestra vida; y esto es quedarse sin historia (sin “hilo histórico”). Estos acontecimientos que nos han mortificado en el pasado son parte de nuestro yo personal; los necesitamos para entender quiénes somos, pues ellos, aún siendo hirientes, explican lo que somos. Ahogar o matar interiormente el niño que uno ha sido en algún momento cruel de su vida (ese niño o niña abusado o violado o comerciado por sus mayores), equivale a matar la persona que somos ahora. De este modo nunca acabamos de nacer. Si matamos nuestro pasado o una parte de él, dejamos de existir. Creo que éste es el drama profundo —e infructuoso— de quienes pretenden cancelar su pasado. Por otra parte, suele producir el efecto contrario, porque no podemos destruir el depósito subconsciente de nuestra memoria y, en consecuencia, este intento de “olvidar” suele ir de la mano con el “pánico de recordar lo que no queremos recordar”. Éste es el motivo por el cual algunos hechos reprimidos en la vida consciente emergen sin cesar en las pesadillas.

Decía más arriba que el perdón implica *entender* de una manera nueva los hechos dolorosos. Es decir, exige *releerlos* en lugar de huir de ellos (negación del mal) o de alimentar con ellos nuestro rencor. No se trata de reinterpretarlos en el sentido de falsear su verdad para hacernos creer que no fueron tales cuales sucedieron realmente. No es eso, sino una “lectura” del pasado respetando su “verdad”, pero *toda* su verdad, incluyendo la corriente subterránea que se nos escapa de los ojos y que conecta todo acontecimiento terreno con la acción de la Providencia de Dios.

Véase un buen ejemplo de esta lectura sobrenatural en el Salmo 73 de la Biblia. Este Salmo relata el cambio de mirada del Salmista quien, en cierto modo, está resentido con Dios, cuya justicia no entiende, pues se ve a sí mismo —un hombre que se esfuerza por ser bueno y obedecer los mandamientos divinos— golpeado por la adversidad, mientras que aquéllos que desprecian a Dios y obran el mal, crecen impunemente. El Salmo se abre con la expresión ya reconciliada del Salmista:

En verdad bueno es Dios para Israel,
el Señor para los de puro corazón.

Sigue luego relatando la causa de sus anteriores perplejidades (el progreso y seguridad de los malos), sus luchas y tentaciones de envidia y sus impulsos para imitarlos:

Por poco mis pies se me extravía,
nada faltó para que mis pasos resbalaran,
celoso como estaba de los arrogantes,
al ver la paz de los impíos.
No, no hay congojas para ellos,

¹⁰⁸ Enrigh-Fitzgibbons, *Helping clients forgive*, 10.

¹⁰⁹ Juan Pablo II, *Mensaje para la XXX Jornada Mundial para la Paz*, (1 de enero de 1997), 3.

sano y rollizo está su cuerpo;
no comparten la pena de los hombres,
con los humanos no son atribulados.
Por eso el orgullo es su collar,
la violencia el vestido que los cubre;
la malicia les cunde de la grasa,
de artimañas su corazón desborda.
Se sonríen, pregonan la maldad,
hablan altivamente de violencia;
ponen en el cielo su boca,
y su lengua se pasea por la tierra.
Por eso mi pueblo va hacia ellos:
aguas de abundancia les llegan.
Dicen: «¿Cómo va a saber Dios?
¿Hay conocimiento en el Altísimo?»
Miradlos: éstos son los impíos,
y, siempre tranquilos, aumentan su riqueza.
¡Así que en vano guardé el corazón puro,
mis manos lavando en la inocencia,
cuando era golpeado todo el día,
y cada mañana sufría mi castigo!

Pero antes de consentir en sus tentaciones, entra dentro de su corazón y reflexiona;
vuelve a leer sus propias tribulaciones y el éxito de los malos que lo hiere en carne propia:

Me puse, pues, a pensar para entenderlo,
¡ardua tarea ante mis ojos!
Hasta el día en que entré en los divinos santuarios,
donde su destino comprendí.

¿Qué comprende? El destino del malo, el fin del bueno y la misericordia de Dios:

Oh, sí, tú en precipicios los colocas,
a la ruina los empujas.
¡Ah, qué pronto quedan hechos un horror,
cómo desaparecen sumidos en pavores!
Como en un sueño al despertar, Señor,
así, cuando te alzas, desprecias tú su imagen.
Sí, cuando mi corazón se exacerbaba,
cuando se torturaba mi conciencia,
estúpido de mí, no comprendía,
una bestia era ante ti.
Pero a mí, que estoy siempre contigo,
de la mano derecha me has tomado;
me guiarás con tu consejo,
y tras la gloria me llevarás.
¿Quién hay para mí en el cielo?
Estando contigo no hallo gusto ya en la tierra.
Mi carne y mi corazón se consumen:
¡Roca de mi corazón, mi porción, Dios por siempre!
Sí, los que se alejan de ti perecerán,
tú aniquilas a todos los que te son adúlteros.
Mas para mí, mi bien es estar junto a Dios;
he puesto mi cobijo en el Señor,
a fin de publicar todas tus obras.

Al igual que en la historia del Salmista, en todos los hechos de nuestra vida se entretajan dimensiones físicas, psicológicas, espirituales, naturales y sobrenaturales, individuales y sociales. De ahí que todo mal —sin dejar de ser mal y, por tanto, sin dejar de obligarnos a evitarlo o a repararlo—, una vez ocurrido puede ser transformado por un bien superior. San Pablo diría que puede ser “vencido” por un bien superior (Rom 12,21: *No te dejes vencer por el mal, antes bien, vence al mal con el bien*). Así, los males físicos, los traumas psicológicos y aún los fracasos espirituales (incluso el pecado), pueden ser ocasión de otros bienes (no intentados por quien hizo el mal, sino por intervención divina). Del pecado de Adán Dios tomó ocasión para “crear” el orden de la Redención; y así la Iglesia canta “¡oh, feliz culpa, que nos mereció tal Redentor!”.

Los males más grandes de la vida —que no son sino privaciones, carencias del bien debido— pueden ser (pueden haber sido o pueden ser en el futuro) ocasión de humildad, de comprensión ante el dolor y el fracaso ajeno, o la oportunidad para forjar un corazón compasivo. El mismo Jesús se sometió al mal del dolor físico y del desprecio humano, a la traición y al abandono de los suyos y al desamparo *para poder compadecerse de nosotros*, como dice la carta a los Hebreos (Hb 4,15). O sea, para obtener el bien de un Corazón capaz de entender nuestra humillación, nuestro dolor, nuestro fracaso, etc.

Curar la memoria sin cancelarla es mirar sin miedo (ino sin sufrimiento!) aquello que nos dolió (y tal vez sigue doliendo), que nos humilló (y tal vez sigue humillando) y verlo a la luz del bien que vino después (o que puede estar aún por venir; o que está llegando al tratar de mirarlo de este nuevo modo). A quien tiene fe, esto le ha de resultar más fácil. Quien no tiene fe encontrará más dificultades, aunque puede lograrlo al menos parcialmente.

Este englobar los sucesos, personas implicadas, etc., en la gran cadena de “mayores bienes” (tal vez de otro orden, como cuando los males son físicos e irremediables en este orden, pero dan origen —o Dios da origen con ocasión de ellos— a bienes espirituales), es el núcleo de lo que cristianamente llamamos perdonar (y del pedir perdón). Como muy bien tituló una obra suya el gran convertido Abraham Soler: “Estoy ciego y nunca vi mejor”.

Perdonar no es olvidar, cancelar la memoria, sino transformarla.

El Antiguo Testamento nos recuerda la historia de José vendido por sus hermanos (Gn 39-45) y el Nuevo Testamento la parábola del hijo pródigo (Lc 15). En ambos casos se ve el bien que Dios saca del mal hecho por los hombres: en un caso, la salvación del pueblo elegido, en el otro, la conversión del mal hijo tras experimentar su propia necedad y la misericordia de su padre.

En el fondo de todas las emociones negativas (soledad, miedo, compulsión, inseguridad, amargura, odio, rencor), hay un poso de resentimiento: contra sí mismo (al no perdonarse los fracasos), o contra los padres (a quienes se culpa de no haber sabido evitarles los males sufridos o, incluso, por ser causa de ellos), contra el prójimo que nos ha herido e, incluso, contra Dios por haber permitido que sucediera lo ocurrido. Consecuentemente no habrá curación, ni paz, ni serenidad, ni equilibrio emotivo y psicológico, si no hay perdón. De aquí que, cuando en una persona con serios problemas afectivos se detectan heridas no cicatrizadas, es necesario informar a esa persona que, sin la resolución del resentimiento relacionado con las heridas del pasado, es improbable que terminen sus tentaciones o sus comportamientos perturbados.

Realizar el acto de perdonar resulta muy difícil para muchas personas; pero todos pueden intentar dar los pasos necesarios.

El primero de ellos es meditar y convencerse de todo cuanto llevamos dicho sobre el resentimiento y el perdón, y además, desenmascarar la propia rabia (es decir, tomar conciencia de ella, dejar de ocultarla a los propios ojos, asumir conscientemente que uno guarda rencor a tal persona y por tal o cual herida).

El segundo será decidir (querer) dar el paso de perdonar. Decidir perdonar es también decidir no seguir mirando el pasado y poner la vista en el futuro. Cuando parece que no se puede, habrá que pedir esa gracia a Dios. El hecho de pedir a Dios la gracia de perdonar es la

mejor manifestación de que esa decisión de perdonar está verdaderamente tomada en el corazón de la persona herida, aunque no se experimente en sus sentimientos.

En tercer lugar, dar el primer paso que realmente realiza el perdón: convencerse de todos los bienes que nos vienen de Dios (en general), incluso poniéndolos por escrito y ponderando uno por uno.

Un paso más largo será el intentar descubrir algunos bienes que nos hayan venido de los mismos acontecimientos que nos han herido. A veces cuesta descubrir esos bienes. ¿Qué bien puede enumerar la mujer que no se perdona el haber abortado a su hijo? Tal vez el hecho de descubrir, en carne propia, que el amor de Dios —que le ofrece el perdón de tan grande pecado— es infinitamente más grande que su pecado; tal vez el poder entender lo que pasa por el corazón de toda mujer tentada de hacer lo que ella hizo y por tanto la posibilidad de ayudarla y salvar así otras vidas.

De aquí pueden seguirse muchos otros pasos que señalarán la perfección de nuestro perdón. Los dejó señalados Jesucristo en el Sermón de la Montaña: *Yo os digo a los que me escucháis: Amad a vuestros enemigos, haced bien a los que os odian, bendecid a los que os maldigan, rogad por los que os difamen* (Lc 6,27-28). Éstos van de la generosidad al heroísmo: 1º amar, 2º hacer el bien, 3º bendecir y 4º rezar.

En muchos casos sólo el recuerdo de Jesucristo, Gran Perdonador de nuestros propios pecados, es capaz de movernos a perdonar.

En uno de sus libros sobre el perdón, Robert Enright, tiene un capítulo que titula “el perdón: un camino hacia la libertad”¹¹⁰. Efectivamente es eso, un sendero por el que salimos de uno de los más oscuros y sofocantes calabozos del alma. Sólo de esta manera nos sumergimos en las auténticas aguas del Leteo, de las que —como Dante en el Purgatorio— salimos con la memoria purificada por el perdón.

III. El miedo

“Me quedé frío. Me entró un frío de aquí, empezando por las patas, que me iba subiendo. Es peor que morir, doctor. Un derrepente, siente que me *mario* y todo y izas! De cabeza en el pescante (...) Me quedé quietito. Rezándole a San Antonio. Tenía un miedo imponente. De ay no pude más de miedo, y me levanté pa salir. El coche no se veía. Caminé un poco y izas! Como si me hubieran serruchao las patas. Al suelo. Ay me quedé. Rezando a todos los santos, y sobre todo a San Justo Juez. Tenía frío y chucho” (Castellani, *El enigma del fantasma en coche*).

El tercer disturbio que pongo entre los problemas afectivos en que se manifiesta más claramente el desorden cognoscitivo es el temor. El miedo es la reacción emotiva por la que huimos o nos retraemos de un objeto considerado peligroso o nocivo. Es saludable cuando lo experimentamos ante un peligro verdadero (y por eso es parte de nuestro instinto de conservación). Pero se torna problemático cuando se pasa a temer lo que no se debe temer, o se teme desmedidamente lo que debemos temer proporcionadamente, o el temor se instala de forma permanente en nuestra afectividad. El temor desordenado (por la intensidad, o por la duración o por el objeto que se teme) causa daños notables, incluida la locura mental.

Como recalca la psicología y la moral, el temor se *mide* no por el grado objetivo de nocividad que posee la realidad temida, sino por el volumen de peligro representado en el conocimiento de la persona temerosa (es decir, en su imaginación). Es la percepción subjetiva lo que mide el miedo. Muchos perciben como exageradamente temibles cosas que, como dice el vulgo, “no son para tanto”. Sin embargo, esa realidad, exagerada por la imaginación o la sugestión de la persona, puede hacer estragos en su vida psicológica.

¹¹⁰ Cf. Enright, R., *Forgiveness is a Choice*, Washington DC (2005), cap. 1 (“Forgiveness: A Path to Freedom”).

Nuestra sociedad se caracteriza por el miedo. Y es comprensible, porque el miedo es el signo de toda visión pagana; y la nuestra está en proceso de fulminante paganización. Miedo que puede tomar la forma de supersticiones (falsos dioses, demonios, mala suerte, maleficios), temor patológico a la muerte (mayor en la medida que disminuye la fe, llegando a ser insoportable cuando ésta se pierde), miedo de perder el único objeto de esperanza “humana” (la vida temporal, los bienes de este mundo, la felicidad terrena), etc. Cuando las expectativas —y la idea de felicidad— se temporalizan, el temor se adueña de la propia existencia.

Muchos de nuestros temores son inconscientes, y algunos los intuimos confusamente pero nos resistimos a reconocerlos. Se manifiestan, sin embargo, a través de algunas emociones: desazón, tristezas, ansiedad (iel trastorno de ansiedad, que tan de moda está!), desconfianza, angustia, nerviosismo, problemas físicos (hipertensión, dificultades digestivas, problemas cardíacos, trastornos del sueño, etc.). En muchos casos influyen inconscientemente malas experiencias vividas en la infancia, que nunca han sido plenamente asimiladas y maduradas —por la sana razón o por la fe— y que siguen reviviéndose de forma no consciente.

Los grados del temor son muchos. Van desde el temor saludable (el “sano” temor es el comienzo de la sabiduría, dice la Escritura), pasando por el temor prudente (porque también son desórdenes psicológicos y morales tanto la impavidez como la temeridad), para llegar a la desconfianza, la angustia y el descontrol de sí mismo, la amargura del pensamiento, la parálisis y el terror.

“No sé por qué razón —dijo para sí luego que estuvo solo el juglar mirando a todas partes—, no sé por qué razón he de tener miedo, cuando estoy solo en esta cámara. Verdad es que nunca he podido comprender cómo hay hombres valientes, y eso que en más de un encuentro me he hallado yo mismo con el enemigo; pero puedo jurar que me da más miedo esta soledad que la compañía de diez moros y veinte portugueses en un día de batalla. Estas voces que corren de que mi amo es nigromante y este aparato... ¡Dios me valga! No tocaría a una redoma de ésas por mil cornados... ¿Quién sabe cuántas legiones de demonios podrán caber en cada una? (...) No será malo hacer la señal de la cruz y santiguarme... ¿Qué es esto?... ¡Ah!, no es nada; es mi sobrecapote, lo estaba pisando; hubiera dicho que tiraban de mí... Disimulemos el miedo; ya está aquí el paje: es preciso buscar un pretexto para estar acompañado” (Mariano José de Larra, *El doncel de Don Enrique el Doliente*).

La virtud que corrige el desorden deficitario de nuestro apetito de superación o lucha (que tal es la naturaleza del temor) es la fortaleza; virtud muy olvidada incluso entre los cristianos (sobre la que giran como satélites la magnanimidad, la perseverancia, la constancia, la longanimidad, etc.). Se trata de una virtud esencial (cardinal) ya que el peligro es una realidad humana ineludible.

Pero el temor es una de las pasiones más difíciles de controlar. Junto con la tristeza, es uno de los movimientos afectivos que más realiza el concepto de “pasión”, como ya hemos dicho. El mejor modo de enfrentar el temor es corregir el poder que éste tiene sobre nuestra imaginación, produciendo una especie de re-versión, es decir, atacando el temor por un movimiento contrario (habitualmente la única defensa que solemos ofrecer es huir, eludir, “no pensar” en aquello que nos asusta). “Arrebatemos a nuestro miedo su capacidad amenazadora declarándonos (hipotéticamente) conformes con lo peor que pueda suceder, escribe E. Lukas, y así avanzaremos y haremos lo mejor de cualquier cosa que suceda”¹¹¹. Es el método que encierra la sugerencia de la “Nota” que añade San Ignacio en su célebre meditación de “Tres binarios”: “Es de notar que cuando nosotros sentimos afecto o repugnancia [es decir, miedo] contra la pobreza actual, cuando no somos indiferentes a pobreza o riqueza, mucho aprovecha

¹¹¹ Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 90.

para extinguir el tal afecto desordenado [*el miedo*], pedir en los coloquios [*oración*] (aunque sea contra la carne [*contra los gustos y miedos carnales*]) que el Señor le elija en pobreza actual; y que él quiere, pide y suplica, sólo que sea servicio y alabanza de la su divina bondad”¹¹². El resultado de esta práctica ignaciana no es atraer sobre sí aquello que se teme, sino extinguir el miedo (repugnancia) hacia lo temido.

Hay dos formas particulares de temor notablemente extendidas entre personas buenas: el escrúpulo y el sentimiento de inferioridad.

El *escrúpulo* es una *obsesión (neurosis) de inseguridad*, que puede versar sobre cosas profanas, morales o religiosas. Es una angustia infundada, altamente perturbadora de la razón, cuya más típica expresión es el escrúpulo religioso-moral: el temor enfermizo del pecado (de haber pecado inconscientemente, de no haber confesado un pecado por olvido o no haberlo hecho claramente, de haber consentido una tentación confusa, etc.). No repetiré lo que ya ha sido expuesto de modo más que adecuado en los libros de moral y dirección espiritual. Baste decir que puede tener como causas predispositivas, cierto temperamento exageradamente impresionable, desequilibrios neurológicos, imaginación descontrolada, educación excesivamente rigurosa, miedo a la responsabilidad, etc.

El escrúpulo amarga la vida y puede conducir —si no es dominado a tiempo— a la perversión moral (o sea, a la desesperación, empujando al abandono moral) e incluso, lo que no resulta tan infrecuente, a la locura. También puede ser una tentación diabólica o bien una prueba de Dios. Pero “cuando es prolongada, casi siempre es indicio de psiconeurosis y a veces también de psicosis”¹¹³.

Los mejores medios prácticos que he encontrado para este problema son los que indica el P. Irala en su obra *Control cerebral y emocional*. Por la importancia del problema para tantas almas buenas y sufridas, resumo aquí sus principales consejos¹¹⁴:

1º Ante todo asegurarse de que es realmente escrúpulo y no mera ignorancia o una prueba pasajera de Dios. Este juicio lo dará el director y no el enfermo.

2º Entonces acepte lo que está científicamente probado, es decir, que se trata de una enfermedad psíquica y no moral. Es un temor que le hace ver al escrupuloso peligro donde no lo hay, o ver pecado grave donde sólo hubo imperfección o falta leve.

3º Según esto, hay que situar la lucha en su terreno propio. No pretenda destruir a ese enemigo psíquico y natural con sólo remedios espirituales o sobrenaturales, como la absolución. ¿Qué diríamos del que se acerque a un sacerdote repitiendo despavorido: ¡Padre, sálveme, déme la absolución, que tengo dolor de muelas!? La respuesta sería: “Vaya al dentista, pero deje de temer condenación por eso”. Lo mismo hay que decir del escrupuloso: “No dé alcance de eternidad a lo que sólo es perturbación emocional”.

4º Reconozca, pues, que la emoción de tal manera le perturba el juicio, que le hace ver lo que no hay. ¿No es frecuente, cuando de noche se habla de apariciones o fantasmas, que personas miedosas los vean y sientan? ¿No se les olvida en el examen a algunos tímidos lo que sabían muy bien, y no aciertan a discurrir cuando les domina el temor?

5º Al que tiene un reloj o termómetro que no marca bien, todos le aconsejan que no se rija por ellos, sino por lo que digan los que los tienen normales. Así también al escrupuloso le da derecho Dios a no guiarse ni inmutarse por lo que le diga su conciencia perturbada por el temor, sino por lo que indique su director. Más aún, su Padre Celestial le pide que se aproveche de esta facultad y que, despreciando ese juicio subjetivo, siga tranquilo.

6º Cuando el escrúpulo versa sobre la vida pasada, aún a pesar de confesiones generales serias; cuando cree que olvidó, no confesó bien, o no le entendieron, recuerde que por la absolución indirecta ya quedaron borrados todos los pecados el día en que hizo una confesión con buena voluntad. La obligación de declarar en la siguiente confesión los pecados olvidados es sólo para los ciertamente graves, ciertamente cometidos y ciertamente no acusados, y aún esa obligación cesa para el escrupuloso.

¹¹² Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, n.157.

¹¹³ Irala, N., *Control cerebral y emocional*, Buenos Aires (1994), 232.

¹¹⁴ Cf. *Ibidem.*, 232-239.

7° Muchos confunden confesión perfecta y confesión buena. La perfecta, sólo la podría hacer Dios, que conoce la responsabilidad de cada uno. La buena, todos la podemos hacer, pues sólo nos exige buena voluntad, y muchos escrupulosos difícilmente podrán hacer otra cosa con su mente inhibida y perturbada por la emoción. Sepan, pues, que en esa confesión se perdonaron por la absolución directa los pecados acusados, y por la indirecta los olvidados o los acusados con buena voluntad, aunque no con perfección. En lugar de angustiarse sobre si dijeron todo y bien, aviven la fe de que Jesucristo les lava con su sangre divina; que viene la Misericordia Infinita perdonando, borrando y olvidando sus culpas, como en forma humana y limitada nos lo representó por el padre del hijo pródigo.

8° Hay dos medios para recobrar la gracia perdida: la confesión y el acto de amor a Dios o de perfecta contrición. Por otra parte, la confesión y su integridad no obligan con grave inconveniente, como dice la moral. Ahora bien, para esos escrupulosos, con ese nerviosismo y confusión de ideas en el examen y en la confesión, llegan éstas a ser un tormento, y exigirles la integridad en la acusación sería para ellos un grave daño psíquico. Por tanto, podrán, de acuerdo con su confesor, contentarse con una declaración general o simplemente, arrepintiéndose y reconociéndose pecadores, pedir la absolución, o más sencillo aún, asegurarse de estar en gracia por el acto de amor de Dios.

9° A aquéllos cuya obsesión y duda verse sobre actos internos, como pensamientos, deseos, intenciones, sentimientos, dolor, propósito, habría que prohibirles no sólo el acusarse, sino también el examinarse de estos temas; pues si para todos es difícil discernir nuestra responsabilidad en tales actos, para el escrupuloso esto es imposible. Consuélnese con la realidad de que los llamados pecados de pensamiento no son sino actos deliberados de la voluntad que escoge, por ejemplo, el placer prohibido, y para conseguirlo quiere esos pensamientos y se relame en ellos como quien chupa un caramelo.

10° Como el escrupuloso apenas vive el presente ni se da cuenta exacta de los colores que ve, o los sonidos que oye, sino que está siempre enredado en sus pensamientos subjetivos, procure aumentar la vida consciente con sensaciones voluntarias, captando sobre todo los colores, viviendo el “presente”, o realizando el “Haz lo que haces”.

11° Reeduque la concentración, acostumbrándose a pensar en una sola cosa. El escrupuloso no sabe desentenderse de su obsesión cuando estudia, conversa, trabaja.

12° Fortifique sobre todo la voluntad por decisiones repetidas y asumiendo responsabilidades, lo que está en él casi extinguido. Por eso no debe el director tomar siempre sobre sí la responsabilidad de la decisión, sino que debe hacer que poco a poco la tome el enfermo mismo.

13° Reconozca que es ciego curable y que necesita entretanto de lazarillo, y obedezca ciegamente al director, quien con celo, paciencia y bondad le aplicará, primero el remedio, y luego hará que él mismo se lo aplique, exigiendo con firmeza su ejecución. En el momento de la duda, aténgase a lo determinado con su ayuda o cuando estaba tranquilo.

14° No se mueva por dudas o por “tal vez”, sino únicamente por evidencias; y observe con fidelidad inviolable estas tres reglas: (a) No acusar jamás dudas o tentaciones en la materia del escrúpulo. (b) No volver a hablar de confesiones ni de pecados de la vida pasada. (c) Al obrar, despreciar las dudas repentinas. Hay que aceptar que el malestar derivado de lanzarse a la acción a pesar de la duda, o contra su ansia de seguridad total, es un malestar que vale la pena de ser sufrido y entra en el plan de Dios, porque le sirve para dominar su perturbación y le acerca a la normalidad. Por el contrario el alivio momentáneo sometándose a su tendencia dubitativa es precursor de mayores molestias.

15° Conténtese con la seguridad humana de su salud, de su salvación o del estado de gracia, y no quiera tener la seguridad propia de Dios o del cielo que excluye toda posibilidad contraria. Así habrá margen para la confianza, que tanto agrada a Dios.

16° Aumente esta confianza con actos repetidos y concretos, subjetivamente heroicos, aún contra el sentimiento contrario.

17° Luche contra el sentimiento inconsciente de temor o de duda, que es la raíz remota del escrúpulo. Repita pensamientos, frases y actos de valor y confianza que acabarán por neutralizar el sentimiento contrario.

18° Cambie la actitud negativa de quien teme o rebusca pecado y responsabilidad, por otra positiva que se fija y se examina sobre cómo hubiera podido agradar más a Dios, ayudar

más al prójimo, practicar mejor la virtud. Cambie el examen y el pensamiento de pecados por el de virtudes.

19º Finalmente, respire más profunda, lenta y rítmicamente y afloje la tensión de sus músculos, sobre todo los ojos y la frente. Dibuje la sonrisa en su rostro, como quien sabe que sus temores son exagerados y se deben a la enfermedad y no a peligro verdadero del alma.

Otra forma de miedo muy extendida es el *sentimiento de inferioridad*, verdadera raíz de muchos problemas afectivos, que van desde timideces paralizantes, a perturbaciones afectivas como la homosexualidad y el lesbianismo. El sentimiento de inferioridad es timidez, no humildad. Tal vez el humilde y el tímido se asemejen en sus rasgos externos —no siempre—, pero son espíritus antagónicos. El humilde es realista (humildad es andar en verdad) y la conciencia que tiene de sus propios límites no le impide actuar cuando está convencido de que tal es su deber. El tímido (sentimiento de inferioridad) no es realista (se cree incapaz o indigno equivocadamente), y es orgulloso (si no obra es por vergüenza, pero él quisiera hacer lo que su mala emoción le impide), y esto lo lleva a menudo al resentimiento. De hecho, con frecuencia, los sentimientos de inferioridad producen una reacción “de rebote” en forma de sentimiento —compensatorio— de superioridad, que puede llegar a manifestarse en forma violenta, tiránica y aplastante (“la patada del tímido es como la del burro”, dice el dicho).

Las causas de este sentimiento pueden ser muy variadas. Incluyen fracasos personales (en el plano sentimental, intelectual o laboral) que han convencido a la persona de su incapacidad o indignidad, una educación represiva, el haber crecido en una familia donde se ha humillado a sus miembros, o también, “con frecuencia nace del amor propio desordenado”. “La humildad no deprime: es la verdad, y lleva a Dios y a la confianza. La timidez, con frecuencia, aumenta la soberbia, o es causada por ella”¹¹⁵. En definitiva, sea cual sea la causa, ésta ha formado en la conciencia del tímido un concepto falso de sí mismo. Y podemos añadir: un concepto de sí mismo parcial o completamente terreno, sin referencia a Dios, prácticamente pagano e inmanente. De hecho, quien sabe cuál es su lugar en el pensamiento y en el amor divinos, no puede tener sentimiento de inferioridad. Quien se reconoce fruto de un acto de amor de Dios, creado por Dios, llamado a ser hijo de Dios, con vocación de eternidad, templo de Dios, coheredero del cielo, etc., no puede tener complejo de inferioridad. Este complejo sólo se forja cuando una persona olvida lo esencial y pone sus metas en este mundo, en una competencia inútil y estéril con sus semejantes. Entraña, pues, de modo ordinario, un defecto en la fe.

Nuestras limitaciones (somos barro, no lo podemos todo, hemos nacido con el pecado original y permanecen en nosotros sus heridas) son, en comparación con nuestra dimensión sobrenatural, accidentales y secundarias.

¹¹⁵ *Ibidem*, 240.

CAPÍTULO 3

ALGUNOS DESEQUILIBRIOS DEL INSTINTO SEXUAL

Finalmente, abordamos uno de los disturbios que Dante caracterizaba como “exceso de vigor” amoroso; es decir, como una fuerza instintiva desbocada hasta la locura (por tanto, desmadrado, y, así, no sólo termina por ser un impulso vital desmedido sino dirigido a objetos desnaturalizados). Dejo de lado otras manifestaciones de este “ardor” incontrolado, como el amor por los bienes terrenos (avaricia) o por los placeres de la mesa (gula).

I. Castidad y dificultades actuales

“Quería seguir durmiendo; pero apenas cerraba los ojos la memoria sensual hacía sentir, junto a sí, la inconfundible forma... Trató entonces de evocar, a ejemplo de los santos, imágenes repelentes... Pero sus instintos no querían, no querían compartir ninguna repugnancia e impacientes y fieros clamaban por el sabor a que estaba ya hecho su delirio vicioso”.

(E. Larreta, *Zogoibi*).

Sin castidad no hay equilibrio; uno se convierte en juguete de las emociones e instintos. A su vez, la virtud de la castidad exige, para poder existir, el dominio de sí mismo. Cuando la afectividad se trastorna en este campo, las secuelas pueden ser desastrosas. En nuestro tiempo, la castidad y el equilibrio emocional que ésta requiere para desarrollarse de modo normal, están seriamente amenazados y, en muchos casos, seriamente perturbados. Se suele usar la expresión “bombardeo sexual” para describir la situación actual, lo que es exacto; también es adecuado hablar de “acoso”, “cacería” y “vejación” sexual y sensual. Todos los medios de comunicación están complotados para producir un estado de hipersensibilidad sensual y sexual: la música, las artes visuales, la televisión, el cine, la literatura, los periódicos y, sobre todo, Internet. Se ha instalado, así, tiránicamente, una cultura genitalizada que, no sólo convida agresivamente a todo tipo de comportamiento sexual, sino que exige la aceptación de principios “éticos” sexolátricos: las teorías del género, la legitimidad de la homosexualidad, el “matrimonio” entre personas del mismo sexo, la pornografía como “arte”, la educación sexual infantil entendida como adiestramiento escolar para el coito sin concepción, sexualidad sin matrimonio, el cuerpo como objeto de placer egoísta, etc. Se trata de imponer esto como normativa: debe ser aceptado como bueno, con la intención de no dejar lugar siquiera a la objeción de conciencia. El cristiano (y toda persona de buena voluntad) no puede ser indiferente a este fenómeno, que actúa produciendo un acorralamiento del que no se puede huir sin ser alcanzado por una u otra de sus manifestaciones sensibles e intelectuales.

Una persona con una sólida vida interior, con los principios claros y dispuesta a no exponerse voluntariamente a las ocasiones de pecado que se le presentan oportuna e inoportunamente, puede surcar la vida sin mayores averías, como lo demuestra el hecho de que hay hombres y mujeres santos (y muchos) en el ambiente que tan crudamente acabamos de describir. Pero también es muy cierto que esto no puede lograrse sin una lucha tenaz e inteligente. Además, a las asechanzas anteriormente mencionadas, hay que añadir lo que Groeschel llama “ocasiones ocultas” de lujuria, algunas de las cuales han sido objeto de nuestros anteriores capítulos¹¹⁶: (a) la autocompasión (el sentir lástima de sí mismo, de las cosas que uno ha elegido en la vida como estado o vocación propia, de las oportunidades perdidas; el lamento y la tristeza excesiva); (b) la ira y la rabia, incluso cuando hay motivos verdaderos; (c) el amor inesperado (que suele “nacer” especialmente entre personas emocionalmente machucadas; pensemos en los enamoramientos entre casados que arrastran

¹¹⁶ Groeschel, Benedict, *The Courage to be Chaste*, New York (1985), 70-74.

un fracaso matrimonial, o entre consagrados que se sienten incomprendidos en sus comunidades y personas abandonadas o relegadas por sus maridos, etc.); (d) y la influencia diabólica que, en este campo (como todo desorden sexual que realmente subvierte y deshumaniza), encuentra un ambiente propicio para desfigurar la imagen divina en el hombre.

A estas ocasiones ocultas podemos añadir otras no tan ocultas, que son causa remota o próxima, según los casos, de las perturbaciones sexuales que se ven en muchas personas buenas, incluso religiosos; me refiero a la mala soledad (la persona que se encierra en sí misma), la falta de mortificación, el no trabajar en la educación de las pasiones, la falta de amor al estudio y a la oración, las imprudencias en los tratos con personas del otro sexo (en personas con tendencias homosexuales el problema será la imprudencia emotiva con personas de su propio sexo), el exponerse a ocasiones de pecado por imprudencia y hasta por necesidad (como el frecuentar de modo privado, sin ninguna protección, Internet o revistas mundanas), el tener un modo de vida sensual, acomodado, el ser imprudente con las cosas que no apuntan directamente a la emoción sexual sino a la emocional (como es el caso de muchas películas que sin ser eróticas ni pornográficas, producen cierta tristeza del bien o cierta empatía con el mal, presentados no ya de modo abstracto sino encarnados en personajes que producen una honda “resonancia” afectiva). Señalo esto porque, a veces, no nos damos cuenta del daño que hace a nuestros principios el permitir que se nos inculquen principios falsos *endulzados con sentimientos seductores*. Ésa es la manteca que nos hace pasar por la garganta seca el pedazo de pan duro de las falsas doctrinas. Estas cosas muchas veces no provocan tentaciones eróticas pero sí “confusión” de sentimientos, al menos quitando la antipatía que caracteriza a lo que va contra la fe y la moral.

Muchos han empezado así a “no sentirse seguros” de lo que sienten ni de lo que creen.

II. El desequilibrio sexual

Todas estas situaciones pueden dar origen a algún desequilibrio en el plano de la castidad. Estos desórdenes pueden ser muy variados; pero podemos sintetizarlos en cuatro principales: (a) el compromiso afectivo y quizá sexual: el enamoramiento; (b) la relación sexual sin compromiso afectivo; (c) el problema de masturbación; (d) la desviación sexual.

El primero es el enamoramiento. Evidentemente no consideramos aquí el enamoramiento entre personas que pueden llegar al matrimonio entre sí; entre dos solteros de diferente sexo el enamoramiento es la puerta del noviazgo, y no constituye ningún problema (todo lo contrario) *a menos que se trate de una adicción al romance* (véase lo que diremos a propósito de la adicción). Me refiero aquí al enamoramiento entre personas consagradas, o consagrado/a y un laico, o entre personas laicas de las cuales al menos una de ellas está casada.

El “mal enamoramiento” es una de las distorsiones del afecto que más daño hacen a la persona que no debe enamorarse (o porque no debe en absoluto, sea que se haya comprometido a mantenerse casto, o bien porque no debe enamorarse *de esa persona* en concreto, como ocurre entre un casado y las personas que no son su legítimo cónyuge, o entre el soltero respecto de las personas casadas). El “mal enamoramiento” es un desorden que hace mucho daño; por varios motivos: (a) ante todo, no manifiesta inicialmente la gravedad de un acto sexual externo y completo (se mantiene en la esfera sensible e idealizada) y por eso hace a la persona más vulnerable (ante una tentación grosera de lujuria es probable que una persona buena tenga más reacción que ante una afección puramente “platónica”); (b) además se disfraza más fácilmente de otros sentimientos: comprensión hacia la persona que sufre o ha sido abandonada (hemos conocido personalmente enamoramientos entre sacerdotes y personas psicológicamente enfermas, que empezaron por una “falsa compasión y comprensión” y terminaron en el abandono del ministerio sacerdotal —y, dicho sea de paso, también en el fracaso posterior de la vida “en pareja”—); necesidad de consuelo (cuando el que se enamora es la persona que sufre, o es incomprendida); (c) como es más sutil que una tentación grosera de lujuria se la deja calar más hondo y, por tanto, después resulta más difícil de desarraigar; (d) a diferencia de la tentación grosera de lujuria, que es más explosiva y se

calma alcanzado el placer que la ha suscitado (con la vergüenza y el remordimiento consiguientes), ésta es más duradera y complica —a través de los sentimientos— las ideas y las convicciones (por eso un hombre en un momento de pasión puede cometer un adulterio, pero generalmente no se fuga con la adúltera; en cambio quien ha tenido un romance destruye su matrimonio; igualmente, un sacerdote solicitado pasionalmente por una mujer puede caer en el pecado y sufrir mucho por su situación, pero sin dudar de su vocación; en cambio, quien se ha encariñado con una feligresa a quien nadie entiende, lo primero que piensa es que decidió mal su vocación o que se ordenó de sacerdote sin saber qué hacía).

Véase cómo trabaja este embotamiento de la razón en la siguiente carta que hace un tiempo recibí de parte de una mujer casada: “Padre: soy una mujer de 39 años, casada con dos hijos, mi esposo es muy bueno pero *sin embargo* no es el hombre del que yo diga que estoy enamorada. Conozco a otra persona que cada día se mete más en mi mente. Es como un vicio: por más intentos que hago no lo puedo dejar. A veces pienso que lo amo; otras creo que amo a mi esposo; otras a nadie sino a mis hijos. He estado intentando dejarlo por todos los medios pero siempre regreso. Luego me viene el remordimiento, lloro, peleo conmigo misma... pero siempre igual. Hasta he desistido de confesarme porque, aunque sea una gran ayuda para mi alma, me da pena con Dios caer siempre en el mismo pecado. Sufro también por mis hijos”. Como vemos, se trata de un lamentable testimonio de cómo los sofismas destruyen el corazón... y la familia. Sofisma es ese “sin embargo” que he destacado con cursiva en el texto (el amor conyugal no es solamente sentimiento, y la fidelidad puede guardarse aún sin cariño afectivo; no es lo ideal, pero es posible); también podemos dudar que haya puesto “todos los medios” (tal vez sean algunos o muchos, pero no todos y, ciertamente, no ha puesto los medios eficaces); y así hay otros engaños.

He aquí otro testimonio muy sugestivo en el que se ven claramente los engaños en que la afectividad hace empantanar a la razón: “Tengo 19 años de casada y dos hijos, pero *todo el tiempo me he sentido muy sola*. Mi esposo, aunque es un buen hombre, porque es responsable económicamente con mis hijos, conmigo es muy egoísta; *no siento que sea el compañero que necesito*, ya que nunca me toma en cuenta en sus decisiones y nunca me pregunta si estoy bien o mal. Mi vida la he continuado junto a él, porque tengo mucho miedo a un divorcio y que mis hijos crezcan sin su padre; y además, porque cuando uno se casa le dicen: hasta que la muerte los separe. Lo que me tiene muy deprimida es que *me he enamorado platónicamente de un sacerdote*. Pienso que es la persona más maravillosa que he conocido. La cuestión es que ni por bromear me acerco a él; pero sueño con él, tengo muchas *fantasías pensando lo maravilloso que hubiese sido mi vida al lado de un hombre como él*, pienso constantemente en él; cuando me despierto lo encomiendo a Dios y cuando me duermo también. Todo lo que hago en mi vida, desde el trabajo hasta cocinar, pienso que lo hago por él y esa fantasía me llena de consuelo. Sin embargo también me atormenta, porque cuando me doy cuenta de mi realidad, me deprimó horriblemente; pienso en la ofensa que hago a mi amado Jesús por faltarle el respeto. Pero es que únicamente pensando en ese hombre me siento ilusionada. Es una tortura bien fea y no sé cómo salir de esa situación. *No pienso acercarme a él*, porque lo que menos quiero es hacerle daño; sólo quiero su felicidad y oro mucho por él. Lo malo es que estoy horriblemente deprimida y sintiendo que mi vida no tiene sentido (...) Sinceramente me siento muy sola y, como le repito, lo único que da alegría a mi vida es crear fantasías de felicidad con mi amor platónico. Me veo realmente en un gran lío, ya que, si anulo mi fantasía de felicidad platónica, nada tiene sentido para mí. Sin embargo, me siento muy apenada y con serios problemas de culpabilidad ante Dios por faltarle el respeto de pensamiento. ¡Me siento horriblemente deprimida!, ya que hasta cuando estoy en la iglesia todo me lo recuerda a él y pienso en lo lindo que él se ve con su atuendo sacerdotal y siento una combinación de gran ternura, respeto y una gran tristeza. ¿Qué puedo hacer para equilibrar mi vaciedad?”. Hasta aquí este testimonio de completo desgobierno de las propias emociones. Si esta buena señora quiere poner orden en su corazón, debe comenzar por tomar conciencia que sus afectos, contra su convicción personal, no tienen nada de platónicos; son muy realistas, y con un tinte epicúreo en alza. Los afectos se controlan ante todo por prevención; no hay que dejar nacer lo que sólo puede arrancarse con mucho dolor. Pero una vez que nació (culpable o tontamente) no queda más que el remedio doloroso: cortar; como dice el dicho: “cortar hasta el hueso”;

como hacemos con la gangrena. San Francisco de Sales escribe a Filotea: “Torno, pues, a decir en alta voz a cualquiera que hubiese caído en el lazo de estos vanos amores, que le corte, despedace y rompa. No es bien detenerse en descoser estas locas amistades; rasgarlas es menester. No se han de desanudar las ligaduras; mejor es cortarlas y romperlas; así como sus cuerdas y ataduras no valen nada. No es bien regatear el desasirnos de un amor que es tan contrario al amor de Dios”¹¹⁷. Con personas y casos así, debemos preguntar con toda franqueza: ¿Qué quiere usted: la vida o la muerte? Si la vida: hay que extirpar la ocasión y el trato de modo inmediato, sin anestesia, ni rebajas, ni caminos fáciles. Los medios indolores conducen a muchas partes, pero ciertamente no a la solución de estos problemas.

Por estos motivos he señalado antes el mal tan grave que producen las ocasiones de romanticismo, sentimentalismo y sensiblería; a veces más insidiosas que las de abierta lujuria. Y a pesar de esto, muchos se cuidan poco y nada de este aspecto de su vida afectiva, incluidos muchos consagrados.

De aquí la enorme prudencia que hay que tener en el campo del trato con las personas de otro sexo, especialmente para el consagrado y la consagrada; el cuidado del corazón, porque como al pescado voraz, una vez que mordió el anzuelo, éste sólo se puede arrancar destripándolo. Hay que tener cuidado de no disfrazar las cosas de “amistad”, “consuelo”, etc. Por eso se debe resguardar el delicado marco de sacralidad que caracteriza la confesión y la dirección espiritual y (entre casados) la prudente distancia. Y se debe ejercer un gran dominio ante el dolor ajeno para que la comprensión no se deslice en mala ternura y de aquí —¡hay un paso!— a la seducción. ¡Se ve tanto en este mundo! “Comienzan por el amor virtuoso, dice San Francisco de Sales, pero si no hay mucha prudencia, bien presto se mezclará el amor frívolo, después el amor sensual, y después el amor carnal”¹¹⁸.

En segundo lugar, menciono la relación sexual sin afecto, o relación sexual ocasional. Puede tratarse de un acto sexual con prostitutas o simplemente de un acto esporádico con otra persona sin intenciones de mantener una relación estable. Externamente esta falta es más grave que la anterior, pero es también más pasajera.

La búsqueda del placer sexual cuando es anónima, con extraños (sea a través de la prostitución o con una persona con quien se ha presentado la oportunidad) es frustrante y humillante; suele tener consecuencias autodestructivas, especialmente en personas casadas y consagradas. A veces, porque una persona que ha mantenido por años la fidelidad matrimonial o la castidad consagrada y cae en una falta externa de este orden, ve derrumbarse la imagen que tenía de sí (mezclándose un poco de orgullo al remordimiento) y siente que ya no puede rehacerse, lo que a menudo la lleva a desesperar de volver a reconstruir lo que ha roto con este acto, tomando la peor decisión: seguir en el camino equivocado que ha empezado.

Esta conducta corre el riesgo de pasar a convertirse en compulsiva, es decir, en una adicción.

Otro de los modos en que puede manifestarse el problema sexual es la pasión solitaria, autoerotismo o *masturbación*. Se trata de un fenómeno muy conflictivo y triste. Éste es un comportamiento sexual “simbólico”, porque proyecta sobre sí mismo un amor frustrado. La masturbación no es amor. Con crudeza, el psiquiatra vienés Víktor Frankl escribía: “al masturbador no le interesa sino únicamente la detumescencia [deshinchazón]”¹¹⁹. Por eso difícilmente se produce un acto masturbatorio sin fantasías eróticas que incluyan pensamientos, deseos y concupiscencias hacia otras personas. Una de las mayores pruebas de esto es que, si no siempre, en la mayoría de los casos, empieza a ser alimentada con pornografía, es decir, con imágenes obscenas de otros cuerpos (no digo personas, porque esta conducta no es amor por una “persona” sino deseo de un cuerpo). Pero al mismo tiempo el acto es un acto de “amor” consigo mismo sin contacto verdadero con alguien real. Por eso es altamente frustrante y humillante.

¹¹⁷ San Francisco de Sales, *Introducción a la vida devota*, XXI.

¹¹⁸ *Ibidem.*, XX.

¹¹⁹ Frankl, Víktor, *Teoría y terapia de las neurosis*, Barcelona (2001), 163.

Esta pasión tiene un efecto voraz y destructivo sobre la persona. El mismo Freud, para quien el placer sexual era la gran aspiración del hombre, decía también que la masturbación crónica solía conducir a las llamadas neurosis actuales¹²⁰. Este comportamiento, fácilmente se vuelve compulsivo. Escribe el conocido psiquiatra español Enrique Rojas: “Uno de los problemas es que la masturbación se convierta en un hábito, que puede llegar a alcanzar niveles de adicción cuando el joven es incapaz de dominar su impulso autoerótico. En algunos casos se puede hablar de verdadera compulsión masturbatoria”¹²¹. También se vuelve con facilidad “desviado” (proyectando las fantasías sexuales, por las cuales se busca alcanzar el clímax sexual, hacia comportamientos desviados como la homosexualidad, pedofilia, sadomasoquismo, violación, etc., porque cada vez las fantasías se vuelven más frustratorias y menos excitantes). Con frecuencia, la persona con conducta masturbatoria, o es empujada a este estado por complejos de inferioridad y de autocompasión y frustración, o los adquiere después de esta práctica. “A partir de los veinticinco años, ya en plena edad adulta, la masturbación es un síntoma de inmadurez que se agrava a medida que la persona crece (...) El adulto que sigue masturbándose demuestra escasa fuerza de voluntad y nulo control sobre sus deseos, y las consecuencias psicológicas pueden llegar a ser graves (...) No se trata de pensar, como antaño se creía, que la masturbación es fuente de todo tipo de males (acné, calvicie, escoliosis o epilepsia, por ejemplo), pero lo cierto es que se trata de un síntoma muy negativo de falta de plenitud, revelador de carencias internas que impiden a la persona realizarse por completo. Y no sólo eso: hay toda una patología de tipo psicológico asociada a la masturbación adulta, sobre todo sentimientos de culpa e inferioridad”¹²².

En la solución de este conflicto —mientras no se trate de adicción—, no solamente deben entrar ciertas prácticas espirituales ordinarias (de las cuales la primera es la huida del ocio y el evitar las ocasiones de pecado), sino el encontrarle un sentido bien positivo a la propia vida y estado (vocación). En muchos casos, hay que reestructurar la personalidad o algunos aspectos de ella; porque este comportamiento suele basarse en algunas ideas erróneas respecto de sí mismo. Pero, como este punto también se trata al hablar de la adicción, servirá lo que diremos a propósito de ella¹²³.

El último problema es la conducta sexual desviada, es decir los comportamientos homosexuales, lésbicos, sadomasoquistas, voyeuristas, exhibicionistas, etc. Todos estos disturbios (que no procede explicar en este lugar), tienen en su base desórdenes psicológicos más o menos graves (en algunos muy graves), pueden experimentarse sólo a nivel de pulsiones o inclinaciones, o bien como comportamientos aceptados y puestos en práctica libremente. Se trata de problemas altamente adictivos (es decir, que fácilmente se convierten en una compulsión) y exigen ayuda no sólo espiritual sino profesional. Afecta o puede afectar tanto a personas solteras, como casadas y hasta consagradas. En el fondo de estos dramas, a menudo nos encontramos con conflictos irresueltos (algunos que vienen de la infancia o adolescencia). Ordinariamente se complican y agravan con otros problemas como depresiones, rencores y hasta tentaciones de suicidio; como puede observarse en este testimonio: “Necesito una palabra de orientación. Soy bisexual, casada, tengo un hijo, y tuve relaciones con otras chicas. Me siento la peor basura del mundo; no quisiera ser así, muchas veces intenté cambiar pero no puedo, soy muy débil; sólo pienso en el suicidio, ya no puedo salir de esta locura. ¿Por qué Dios permite esto cuando le pido ayuda? ¿Ya me abandonó? ¿Hay salvación para mí? Por favor, le agradecería una respuesta”.

III. El problema de la adicción sexual¹²⁴

¹²⁰ Cf. Rojas, E., *Los lenguajes del deseo*, Madrid (2004), 307.

¹²¹ Rojas, E., *Los lenguajes del deseo*, Madrid (2004), 308.

¹²² Rojas, E., *Los lenguajes del deseo*, Madrid (2004), 309.

¹²³ Digo de paso que uno de los mejores escritos sobre este tema es el del P. John Harvey OSFS, *The Pastoral Problem of Masturbation*, publicado en la página de Courage (www.couragerc.org).

¹²⁴ Cf. Patrick Carnes, Ph.D. *Out of the Shadows. Understanding Sexual Addiction*, 3rd. edition, Minnesota (2001); Idem, *Contrary to Love*, Minnesota (1994); Idem, *Don't call it love. Recovery from sexual addiction*, NY. Toronto. London. Sydney.

Los comportamientos sexuales desequilibrados pueden terminar generando un problema adictivo. A pesar de que algunos profesionales —especialmente de línea freudiana— continúan resistiéndose a considerar el sexo como posible objeto de una adicción (no figura, por ejemplo, en la lista de enfermedades del DSM-IV —*Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*—), la conciencia de que también en este plano puede verificarse un problema adictivo crece sin cesar entre psicólogos, psiquiatras, médicos clínicos, sacerdotes y otros expertos. Basta considerar seriamente que, según el “Internet-filter-review”, la cantidad de páginas pornográficas en la actualidad (primeros años del siglo XXI) se calcula en 372 millones; las búsquedas diarias alcanzan los 68 millones, es decir, el 25% del total de peticiones en motores de búsqueda; los correos (e-mail) pornográficos por día alcanzan la cifra de 2500 millones (el 8% del total del correo); el promedio diario de correos pornográficos se estima en 4,5 por cada usuario; la edad promedio de la primera exposición a contenidos pornográficos en Internet ronda los once años de edad; el segmento más grande de consumidores de pornografía por Internet es el grupo que se encuentra entre los 12 y los 17 años de edad; el 80% de los adolescentes de 15-17 años tuvo múltiples exposiciones a contenido de sexo explícito. El 20% de los hombres y el 13% de las mujeres admiten que observan pornografía en Internet durante su trabajo; 40 millones de adultos norteamericanos visitan regularmente sitios de pornografía en Internet; el 17% de las mujeres tienen problemas de adicción a la pornografía; y el 47% de los cristianos (católicos y no católicos) opinan que la pornografía es un problema mayor en sus familias.

Menciono la pornografía sólo como un ejemplo, aunque tal vez manifieste de forma dramática la dimensión actual del problema, pues si bien es sólo un aspecto del drama de la adicción sexual, suele ser el camino de ingreso a ella, o al menos el detonante para que una conducta (por ejemplo, la masturbación, la prostitución, etc.) se potencie y vuelva compulsiva. En su artículo “El problema pastoral de la masturbación”, el P. John Harvey sostiene repetidamente que muchos de los casos de masturbación que perturban a las distintas clases de personas (adolescentes, jóvenes, adultos, casados, solteros, consagrados, etc.) es un problema adictivo¹²⁵. Quienes no admiten que el sexo o la vida sexual pueda considerarse objeto de un comportamiento adictivo, ignoran, probablemente, que el adicto no se relaciona con una persona (la persona que mira, espía, imagina o con la que se une sexualmente) sino con un comportamiento: el adicto al sexo, es adicto *al sexo*, no *a la persona* con la que se une sexualmente.

Por eso, el Dr. Richard Fitzgibbons, señala: “A pesar de que la específica categoría de diagnóstico de adicción sexual todavía no ha sido aceptada en el campo de la salud mental, existen programas en varios lugares del país [Estados Unidos] para el tratamiento de las adicciones sexuales, e incluso ya hay una publicación periódica sobre este tema. Estas adicciones se asemejan a los desórdenes causados por el abuso de sustancias, en el hecho de que los individuos caen en conductas compulsivas que son clínicamente peligrosas. También está presente [en estos fenómenos] una poderosa negación respecto del serio peligro que estas conductas implican para la propia salud y para la salud ajena”¹²⁶.

La adicción sexual, como toda adicción (por ejemplo al alcohol, a las drogas, al juego, a las compras, etc.), se caracteriza por ser una conducta compulsiva y patológica. En el adicto, algún comportamiento sexual (masturbación, relaciones sexuales con prostitutas, actos homosexuales, búsqueda de pornografía, etc.), se ha vuelto inmanejable, ingobernable e incontrolable. La persona adicta es arrastrada y su complejidad psicológica queda

Auckland (1992); y en colaboración Carnes, David Delmonico, Elizabeth Griffin y Joseph Moriarty, *In the Shadows of the Net*, Minnesota (2001); Stephen Arterburn, *Addicted to “Love”*, Ventura, California (2003).

¹²⁵ John Harvey, *The Pastoral Problem of Masturbation*, *Linacre Quarterly*, spring of 1993. Puede encontrarse en la página de “Courage” (www.couragerc.org).

¹²⁶ Fitzgibbons, R., *Origins and Healing*, en: Harvey, John, *The Truth about Homosexuality*, Ignatius, San Francisco (1996), 317.

desestructurada hasta perder la libertad —y, en consecuencia, la responsabilidad— sobre sus actos. El hecho de que un adicto no sea ya responsable de sus actos (los cuales sólo pueden juzgarse imputables *en su causa*, cuando la persona ha comenzado a involucrarse en este modo de vida conscientemente —con cierta conciencia incluso de la consecuencia adictiva—) no significa que su obrar sea inocuo; por el contrario, es destructivo de su personalidad.

La adicción sexual tiene varias formas o especies. Hay una adicción al “romance”, cuyo foco de obsesión (es decir, aquello que se convierte en fuente de placer para la persona) es la seducción (que puede ser solamente ideal y romántica, como quienes viven con la cabeza inundada de novelas; o bien real, como el caso del donjuanismo —el seductor serial—). En segundo lugar, tenemos la adicción al “emparejarse”, es decir, al formar pareja (no matrimonio); es el caso de aquéllos y aquéllas (afecta más a mujeres que a hombres) que pasan de una pareja a otra, de una relación trágica (generalmente se unen a personas golpearadoras, traumáticas, problematizadas) a otra que termina siendo peor. Y finalmente, tenemos la adicción propiamente sexual, es decir, a un comportamiento sexual (masturbación, pornografía, sexo ocasional, sadomasoquismo, etc.).

Las causas que llevan a una persona a caer en un problema adictivo pueden ser muy diversas. Hay situaciones que predisponen, especialmente los problemas afectivos sufridos durante la infancia (abusos, maltrato, violación, abandono, falta de cariño), complejos (de inferioridad, de abandono, etc.), también problemas cerebrales, trastornos de la personalidad (personalidades obsesivas, antisociales, *borderline*, etc.), o también causas morales (mala vida, malos ejemplos, malos ambientes). Algunos se inician en una conducta sexual desordenada —que termina siendo para ellos adictiva— por diversos motivos: llevados por amigos, por curiosidad, siguiendo el ejemplo de sus mayores, forzados, etc.; pero también —y esto es muy importante— huyendo de algo: un vacío, la soledad, la falta de sentido en la vida, el tedio, las dudas de fe, el miedo, etc. Nuestra cultura es altamente adictiva (es decir, generadora de adicción) por muchas razones que ya hemos expuesto en las páginas anteriores.

Además, la adicción es un negocio. Un negocio turbio y mafioso que maneja —sólo con la pornografía— 57.000 millones de dólares anuales en el mundo (12.000 millones en Estados Unidos); por Internet se calcula entre 1500 y 2500 millones (según los datos del “Internet-filter-review”). Al igual que el negocio de la droga, el negocio del sexo necesita consumidores incondicionales; los adictos lo son.

El problema del adicto al sexo se plantea en dos niveles: uno es el ciclo adictivo del que es víctima y otro es el sistema adictivo que alimenta el ciclo adictivo.

- (a) El ciclo adictivo es la parte externamente observable del problema. Todo adicto vive envuelto en un ciclo que comienza por la *preocupación obsesiva* o focalización de su pensamiento en el objeto de su adicción (por ejemplo, lo asalta la idea de masturbarse o ver pornografía). Esta obsesión, que fija todos sus pensamientos sobre este punto, desata un segundo proceso que es una especie de *ritual*: el adicto ejecuta sus actos (masturbatorios, ver pornografía, seducir a una persona, etc.) siguiendo un modo específico de obrar, algo como una rutina o incluso —como alguno la denomina— una suerte de *liturgia* (da siempre los mismos pasos que pueden ser, por ejemplo: la elección de la hora, el nivel de luz, la música que exige, los lugares que frecuenta, el tiempo que dedica, etc.); ese rito cada vez se va haciendo más y más atroz, y tiende a estirarse más y más. Sigue luego la *ejecución* del acto sexual (masturbación, relación, violación, etc.); este momento es incontrolable. Finalmente se desata un *torbellino pasional*: vergüenza, remordimiento, dolor, frustración, desesperación, asco de sí mismo, promesas de no volver a reincidir nuevamente... Este revuelo emotivo no hace más que fijar nuevamente la pasión disparando, poco después, nuevamente el ciclo.

- (b) Por debajo de este nivel, el adicto está atrapado en un sistema de ideas (o sea, cultural) que es adictivo y que es la causa directa del ciclo que se repite una y otra vez. El adicto ha asumido, por causas muy diversas, una serie de convicciones erróneas que apesadumbran su alma; una visión materialista y hedonista, la pérdida de la idea de eternidad, un falso concepto de Dios, la degradación del hombre a su cuerpo, la reducción de la felicidad al sexo, etc., conforman un sistema filosófico potencialmente adictivo. De estos principios surgen numerosos juicios dañinos sobre la propia persona: se considera a sí mismo poca cosa, sin valor, incapaz de nada grande, necesitado de sexo para ser feliz, incapaz de ser amado por verdaderos valores espirituales, etc. Estas ideas hacen que la persona sea fértil terreno para la amargura, la depresión y el resentimiento. Sobre este suelo preparado, cualquier contradicción, humillación, maltrato o fracaso, funcionan como detonantes para que una y otra vez se active el ciclo adictivo, que no es más que el modo de *evasión* con que el adicto escapa de este vacío interior.

En cualquier modo y en cualquier nivel, la adicción es penosa, degradante y destructiva de la persona. Además es *progresiva*. La adicción progresa en gravedad (compromete paulatinamente las facultades de la persona, destruyendo su libertad, su capacidad de discernimiento y de juicio, pudiendo llegar hasta la locura), y progresa en los comportamientos que encadena (pornografía cada vez más dura, sexo cada vez más peligroso, comportamientos cada vez más delictivos). En una página dedicada a la lucha contra la adicción sexual se lee un desgarrante testimonio de una ex bailarina de cabaret, que firma “Helga”. A pesar de la sobriedad de su relato, se descubre el patetismo que inunda todas las prácticas relacionadas con el desenfreno sexual:

“Durante tres años trabajé como *stripper* (bailarina que se desnuda mientras danza) en un famoso club en Hollywood (...) y he aprendido de primera mano que la industria del sexo es destructiva y adictiva para las personas que trabajan en ella, tanto como para los clientes que la solicitan. Muchas de las mujeres que se introducen en esta profesión terminan dedicándose a la prostitución, haciendo películas pornográficas y trabajando en revistas para adultos.

Los que permanecen mucho tiempo en este negocio (y muchos lo hacen) a menudo terminan alcohólicos, drogadictos, lesbianas o simplemente volviéndose locos. Algunos encuentran la muerte como trágico desenlace de este insalubre estilo de vida (por obra del Sida, de las drogas, o de fanáticos) (...). Varias veces me alejé, pero por la tentación, el dinero fácil y la falsa amistad, volví a lo mismo. Se trata realmente de una telaraña. La forma en que se obra la seducción y la manipulación parece hechicería. De hecho, bastantes de mis compañeros de trabajo practicaban la brujería; no es una simple coincidencia. Algunas de las mujeres y de los clientes parecían totalmente poseídos. Muchos de nuestros consumidores eran hombres casados y con hijos. Ahora rezo cada día el rosario como parte de mi purificación diaria de este oscuro y envenenado mundo en el que he participado. Y rezo por las almas de mis ex compañeros de trabajo y de los que fueron mis clientes, y para que todos esos clubes nudistas se cierren.

Me convertí al catolicismo hace un año, gracias a Dios, y gracias, en parte, a un custodio de un club de *strippers* que murió trágicamente por sobredosis de droga. Su vida y su muerte fue un sacudón para que todos los que lo conocían, pues se trataba de un católico que había abandonado la Iglesia, pero que todavía creía mucho en Dios y estaba planeando dejar este trabajo y abandonar Hollywood el año en que murió.

Hubo varias muertes violentas en mi club durante los tres años que trabajé en él.

La gente tiene que entender que la industria del sexo mata —tanto el cuerpo como el alma—. Atrapa muchas mujeres que creen que sólo se trata de un medio divertido e inofensivo de ganar mucho dinero para pagarse los estudios o una carrera; pero ésa es una actitud egoísta y desquiciada.

Una ‘vedette del desnudo’ no es más que una patética y pobre prostituta sagrada que termina destruyéndose a sí misma y a muchos otros. Por lo general termina odiando a los hombres por haber sido tan estúpidos de darle dinero por girar frente a ellos. Sabe

claramente que ellos la están explotando, y ella, a su vez, es consciente de que se está aprovechando de ellos. He visto con mis propios ojos cómo esta profesión destruye amistades y matrimonios. Nunca conocí una stripper o un cliente que haya tenido una relación feliz, incluyéndome a mí misma”¹²⁷.

La adicción sexual es una enfermedad seria y exige ayuda profesional. Generalmente requiere medicación como cualquier trastorno obsesivo-compulsivo grave y además reclama ayuda de otras personas. Uno de los tratamientos que mejor resultado dan es la terapia grupal siguiendo el programa de los *Doce Pasos de Sexólicos Anónimos* (adaptación del de *Alcohólicos Anónimos*)¹²⁸. Estos pasos garantizan los cuatro elementos claves de una reestructuración de la personalidad como la necesita un adicto para superar su problema: (a) Un profundo realismo (¡a cualquier costo!) que ayude a tomar conciencia de la gravedad del problema, de la impotencia personal para vencerlo y de la necesidad de ayuda. (b) Esperanza sobrenatural, aceptando que Dios puede y quiere ayudarnos, especialmente a través de la confesión y la dirección espiritual con sacerdotes adecuadamente preparados. (c) Aprender a perdonar (y perdonarse) y reparar, en la medida de lo posible, el mal realizado. (d) Finalmente, reformar toda la vida y adaptarla a un programa espiritual sano.

IV. Algunos elementos pedagógicos para la castidad

El desarrollo de la castidad requiere muchos elementos y, sobre todo, un clima y actitudes positivas que hagan posible la castidad. Considero que puede ser útil reproducir y comentar lo que indica el Documento *Orientaciones sobre la formación en los Institutos religiosos*¹²⁹, donde, hablando de la “pedagogía de la castidad consagrada”, señala algunas condiciones para su adquisición y cultivo. Creo que, con las debidas adaptaciones, son válidas para todos los regímenes de la castidad (solteros, casados y consagrados).

- 1º “Conservar la alegría y la acción de gracias por el amor personal con el que cada uno ha sido mirado y elegido por Cristo”. Es decir, el celibato y la castidad “deben” ser vistos como un don, un regalo, no como una carga, no como una “condición” que hay que tolerar si se quiere ser sacerdote de la Iglesia latina o religioso o simplemente buen cristiano¹³⁰. Hay que tener en cuenta la importancia que se le da a la “alegría” para vivir con plenitud la castidad.
- 2º “Fomentar la frecuente recepción del sacramento de la reconciliación, el recurso a una dirección espiritual regular y el compartir un verdadero amor fraterno en comunidad, concretizado en relaciones francas y cordiales”. Se trata, pues, de tres pilares que han de ser base de la vida de todo cristiano (más del consagrado) que quiere vivir en

¹²⁷ Se puede leer la carta original completa (*A Former Stripper's Testimonial*) en www.pornnomore.com.

¹²⁸ Los Doce Pasos son (cf. www.sa.org): 1. Admitimos que éramos impotentes ante la lujuria, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables. 2. Llegamos al convencimiento de que sólo un Poder Superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio. 3. Decidimos poner nuestra voluntad y nuestras vidas al cuidado de Dios tal como nosotros lo concebimos. 4. Sin ningún temor hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos. 5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de nuestras faltas. 6. Estuvimos completamente dispuestos a dejar que Dios eliminase todos estos defectos de carácter. 7. Le pedimos humildemente que nos liberase de nuestros defectos. 8. Hicimos una lista de todas las personas a las que habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les habíamos causado. 9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño que les habíamos causado, salvo en aquellos casos en que el hacerlo les perjudicara a ellos mismos o a otros. 10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente. 11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, tal como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos permitiese conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla. 12. Habiendo experimentado un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de transmitir este mensaje a los sexólicos y de practicar estos principios en todos nuestros actos.

¹²⁹ Cf. Congregación para los Institutos de Vida Consagrada y las Sociedades de Vida Apostólica, *Orientaciones sobre la formación en los Institutos religiosos* (1990), n.13.

¹³⁰ Decía Pablo VI: “El motivo verdadero y profundo del sagrado celibato es... la elección de una relación personal más íntima y completa con el misterio de Cristo y de la Iglesia, en beneficio de toda la humanidad” (*Sacerdotalis caelibatus*, 54).

plenitud su castidad: confesión frecuente, dirección espiritual seria y asidua y vida fraterna (o verdadera y sana amistad y afectuoso clima familiar).

- 3º “Hacer conocer el valor del cuerpo y su significación, educar para una elemental higiene corporal (sueño, deporte, esparcimientos, alimentación, etc.)”. Debemos velar por el equilibrio físico que es la base de una afectividad ordenada; es una cuestión de sana psicología: si de una vida físicamente desordenada pueden venir trastornos depresivos o neurasténicos, ¿por qué no habrían de venir también desórdenes para la castidad?
- 4º “Ofrecer las nociones fundamentales sobre la sexualidad masculina y femenina, con sus connotaciones físicas, psicológicas y espirituales”. Puede ser que algunos jóvenes no conozcan cosas elementales de su desarrollo físico y las malinterpreten cometiendo imprudencias que los expongan a pecar¹³¹.
- 5º “Ayudar a controlarse en el plano sexual y afectivo, y también en lo que se refiere a otras necesidades instintivas o adquiridas (golosinas, tabaco, alcohol)”. Se trata de una cuestión lógica: el que no se controla en algunas cosas sobre las que fácilmente podría ejercer un dominio, difícilmente lo hará en las que exigen más energía. Además, hay una cuestión de fondo resaltada por toda la tradición moral y espiritual cristiana: (a) la falta de dominio en la comida y, especialmente, en las bebidas alcohólicas, conduce a la lujuria; al menos perturba la imaginación y los sueños y debilita la voluntad; (b) el que es incapaz de “negarse” al tabaco, también tendrá problemas para vencerse respecto de las tentaciones más fuertes que el tabaco.
- 6º “Ayudar a cada uno a asumir sus experiencias pasadas, sean positivas para agradecerlas, sean negativas para descubrir los puntos débiles, humillarse serenamente delante de Dios y permanecer vigilantes en el futuro”. La memoria de lo pasado nos tiene que hacer prudentes respecto del futuro; pero también es necesario aprender a perdonar y perdonarse en cuanto a los errores y sufrimientos pasados, como dijimos más arriba hablando del rencor.
- 7º “Destacar la fecundidad de la castidad, la maternidad espiritual (*Gal* 4,19) que es generadora de vida para la Iglesia”. Ya lo hemos dicho: hay que ver positivamente la castidad y el celibato, no como algo negativo y una condición que hay que tolerar.
- 8º “Crear un clima de confianza entre los religiosos y sus educadores que deben estar prontos a comprender todo y a escuchar con afecto a fin de poder clarificar y sostener”. Ésta es la base para la sana confianza y el diálogo; y debe aplicarse análogamente a la relación entre padres e hijos, y entre maestros y alumnos.
- 9º “Comportarse con la prudencia necesaria en el uso de los medios de comunicación social y en las relaciones personales que pudieran impedir una práctica coherente del consejo de castidad”. No hacen falta comentarios; vale para todo cristiano.

¹³¹ En este sentido, me parece que este aspecto puede ser satisfactoriamente cumplido estudiando el documento del Pontificio Consejo para la Familia *Sexualidad humana: verdad y significado* (año 1995). He tratado el tema en: *La castidad ¿posible?*, San Rafael (2006).

TERCERA PARTE

SOLUCIONES PARA UNA EDUCACIÓN DE LOS AFECTOS

Si hablamos de educación de la afectividad, es porque creemos que la persona (incluso en los problemas más serios que pueden afectar su vida pasional) mantiene siempre un núcleo de libertad, a partir del cual puede reestructurar su equilibrio personal. En algunos casos puede haber muchos factores que predisponen o limitan la libertad (la educación recibida en la familia durante los primeros años, la herencia biológica y otros factores), pero existe, por encima de todo, el misterio de la libertad y la emergencia (no en sentido de “urgencia” sino de “emerger”, sobresalir, irrumpir) del espíritu por encima de la materia. El mismo estudio de los fenómenos psíquicos patológicos que muestran los distintos condicionamientos en el campo de la acción del espíritu humano (piénsese en las neurosis más profundas, trastornos de la personalidad, e incluso algunas formas de psicosis) “también son capaces de mostrar —en palabras de Viktor Frankl—, de manera no menos asombrosa, cómo el ser humano, a pesar de todo, todavía tiene la facultad de levantar el vuelo en virtud de su libertad: nos referimos a esos hechos biológicos y psicológicos que se resisten a la intervención del médico y, no en menor medida, a la del neurólogo y el psiquiatra (...) El neuropsiquiatra es, por definición, un conocedor del condicionamiento psicofísico de la persona espiritual, pero también es, precisamente por ello, testigo de su libertad: el conocedor de la impotencia es llamado aquí en calidad de testimonio de lo que nosotros denominamos *el poder de obstinación del espíritu*”¹³². Y añade Lukas, hablando de los profesionales que trabajan con adictos: “todos ellos son, por un lado, ‘conocedores de la impotencia humana’ y, por otro, ‘testigos del poder de obstinación del espíritu’, porque cada día se enfrentan con el ‘soy así porque...’ de sus pacientes y, simultáneamente, con el ‘puedo cambiar, aunque...’ de estos mismos pacientes”¹³³.

¹³² Frankl, Viktor, *El hombre doliente*, Barcelona (1994); citado por Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 47.

¹³³ Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 48.

CAPÍTULO 1

RECAPITULACIÓN DE LOS PRINCIPALES FACTORES DESQUICIANTES

Hemos enumerado, sin pretensión de ser exhaustivos, varios de los desórdenes afectivos más frecuentes. Algunas de sus causas ya han sido mencionadas. Para hacer una revisión del problema podríamos reducir las principales a:

- (a) Factores predispositivos. Éstos pueden, a su vez, dividirse en biológicos y psicosociales. Son factores biológicos el mal funcionamiento endócrino y nervioso, el temperamento que se deriva de dicho funcionamiento, las predisposiciones orgánicas (como, por ejemplo, a cierto tipo de depresión), etc. Son factores psicosociales, o mejor, socio-culturales, los problemas familiares en los que ha crecido la persona conflictuada, los conflictos de la historia personal de cada ser humano (abandono, maltrato, abuso, orfandad), los inconvenientes en el desarrollo o evolución psicológica personal (cómo ha vivido o percibido los distintos acontecimientos de su propia historia), etc. Notablemente influyentes cultural y moralmente son el bombardeo sexual, el espíritu de consumo, los ideales materialistas que constantemente agreden la conciencia de cada persona a través de la publicidad y de los medios de comunicación, etc. De todos modos, hay que dejar en claro lo que explica E. Lukas: “Nadie es víctima exclusivamente de sus circunstancias (exceptuando a los niños y a los que padecen enfermedades orgánicas). Todos configuramos activamente nuestras circunstancias, aunque, naturalmente, también podemos hacerlo para caer víctimas de ellas”¹³⁴. A este respecto ha escrito Frankl: “El hombre puede conservar un vestigio de la libertad espiritual, de independencia mental, incluso en las terribles circunstancias de tensión psíquica y física. Los que estuvimos en campos de concentración recordamos a los hombres que iban de barracón en barracón consolando a los demás, dándoles el último trozo de pan que les quedaba. Puede que fueran pocos en número, pero ofrecían pruebas suficientes de que al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas —la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias— para decidir su propio camino. Y allí, siempre había ocasiones para elegir”¹³⁵.
- (b) Defectos en la formación de la voluntad. Influye mucho una formación falsamente intelectualista, que supone que la formación de las costumbres o su reforma, depende casi exclusivamente de la “información” o de la adquisición de los conocimientos correspondientes. Por el contrario, debemos recordar aquellas palabras de Don Orione: “La grandeza del hombre está en el corazón. La grandeza del hombre moral está en el corazón. En las cárceles hay mucha gente; todas personas inteligentes, pero sin corazón”. Hay una enorme confusión entre los verdaderos actos de la voluntad (actos eficaces) y sus falsos sucedáneos: el mero deseo (mera inclinación hacia algo), la intención (tendencia hacia algo, que no es más que ensayo de querer), el impulso (que es indeliberado e instintivo, automático; una gran fuerza, pero anárquica, puramente determinada por las circunstancias), y la vealidad (una simple aspiración). Los actos eficaces proceden de una voluntad bien templada, y en circunstancias difíciles, no nacen sino de una voluntad perfeccionada por la virtud. Por eso hablaré más adelante de este tema.

¹³⁴ Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 49

¹³⁵ Frankl, V., *El hombre en busca de sentido*, Barcelona (1990), 69.

- (c) Defectos en la formación de la inteligencia (y deformación de la inteligencia). Es clarísimo que, el no conocer la verdad moral, o el conocerla mal o parcialmente, es un defecto intelectual que puede pagarse muy caro. Pero también hay otros defectos que pueden darse en quienes poseen o han poseído un buen conocimiento de la verdad. De hecho, es un defecto intelectual, con serias consecuencias, el no tener clara la importancia de la voluntad en la vida moral y su influencia sobre la misma inteligencia. Ambas potencias se influyen mutuamente. La inteligencia presenta la verdad a la voluntad, pero la voluntad, según su amor, puede influir opacando la evidencia de la verdad. Lo que no nos gusta oír, no nos parece tan evidente. Negamos lo que no queremos. Dejamos que se nos olvide lo que hemos dejado de amar. Y tratamos de encontrar razones para avalar lo que amamos, aunque no sea objetivamente tan bueno. Creo validísimas las reflexiones de Kierkegaard: “(...) si un hombre, en el mismo instante en que ha conocido el bien, no lo obra, entonces se debilita el fuego del conocimiento. Y además resta el problema de qué piensa la voluntad sobre lo que se ha conocido¹³⁶. La voluntad es un principio dialéctico y tiene debajo suyo toda la naturaleza inferior del hombre. Si a ésta no le agrada lo que el hombre ha conocido, no se sigue ciertamente que la voluntad se ponga inmediatamente a hacer lo contrario de lo que ha comprendido la inteligencia: oposiciones tan fuertes son ciertamente raras. Pero la voluntad deja pasar un poco de tiempo de tal modo de tener un *interim*, es decir: ¡esperemos a ver cómo van las cosas mañana! En el entretiem po, el conocimiento se oscurece cada vez más y los instintos más bajos toman cada vez más la delantera; ¡ay, el bien hay que hacerlo inmediatamente, apenas se lo ha conocido! (...), pero la fuerza de la baja naturaleza consiste en dilatar largamente las cosas. Así, poco a poco, la voluntad no tiene nada en contra de que la cosa se haga, pero en cierta manera cierra un ojo. Y cuando el conocimiento se ha oscurecido lo suficiente, entonces la inteligencia y la voluntad se pueden entender mejor; finalmente se ponen totalmente de acuerdo, porque la inteligencia ya ha tomado el lugar de la voluntad y reconoce como perfectamente justo lo que ella quiere”¹³⁷.
- (d) Finalmente, los defectos en la formación de la afectividad, que han sido expuestos en los capítulos precedentes.

Estos elementos —todos o algunos de ellos— interactúan para hacer que nos convirtamos en nuestros propios enemigos. Porque debemos ser conscientes de una cosa: no podemos explicar la decadencia moral —o, si se quiere, la decadencia afectiva y moral— de una persona sólo por razones externas, salvo en el caso de que su problema se deba a causas involuntarias, como alguna enfermedad psíquica; en la mayoría de los casos, el problema ha nacido, se ha desarrollado y ha explotado dentro nuestro y por nuestra propia culpa, o, al menos, con algo de culpa de parte nuestra. Podemos compartir las palabras del P. Groeschel en el capítulo de su libro “Arise from darkness”, que titula, precisamente, “Cuando nos convertimos en nuestros peores enemigos”: “Si miras dentro de tu propia vida (especialmente cuando te vuelves viejo) podrás descubrir que una de las cosas más importantes de las cuales nos damos cuenta en el proceso de maduración, es que la causa de muchos, si no de la mayoría, de nuestros problemas, somos nosotros mismos. Cuando las cosas van perdiendo sentido, a menudo es porque nosotros no le dimos sentido a las cosas. Puede ser un consuelo saber que ésta es una experiencia común a todo ser humano. Uno encuentra, aún en las vidas de los santos, la tendencia a crearse problemas a uno mismo. Aún los santos, esas personas tan especiales, al igual que nosotros, causaron muchos de sus propios problemas. Pocos hay exceptuados de haber sido sus propios enemigos, al menos por un tiempo. Los santos, los pecadores, los personajes bíblicos, incluso las celebridades modernas, todos podrían reunirse bajo un gran estandarte que diga: ‘Hundamos nuestro propio barco’. Éste es uno de los más obvios y universales signos del pecado original, que con una serie de movimientos premeditados,

¹³⁶ Entiéndase esta expresión en el sentido de lo que “siente” la voluntad (si tiene, o no, connaturalidad hacia un determinado objeto).

¹³⁷ S. Kierkegaard, *La malattia mortale*, P. II, cap. 2; en: *Opere*, Casale Monferrato (1995), tomo 3, 107.

considerados atentamente, prudentemente estudiados, y llevados a la práctica con gran solicitud e incluso habiendo rezado, hundimos nuestro propio barco, santos y pecadores por igual. En muchos casos, basta con ser un poquito pecador para convertirse en el peor enemigo de uno mismo. Aunque esto no es absolutamente necesario. Puedes hacerlo aún en el caso que seas devoto, entonces lo harás un poquito más piadosamente. Todos podemos decir con bastante convicción que ‘hemos encontrado al enemigo: nosotros mismos’¹³⁸.

Y señalo algunos de los modos en que ejecutamos esta auto-destrucción de nosotros mismos, inspirándome en las notas del mismo Groeschel.

- (a) El primer modo tiene lugar cuando dejamos de caminar según los criterios de la fe y del sentido común (de ambos, pues se complementan: la fe supone el sentido común y lo eleva al sentido común sobrenatural, que es, precisamente, lo que indica el criterio de fe). Groeschel llama a este modo de actuar “fenómeno *Titanic*”. El *Titanic* no tenía suficientes botes salvavidas, y, sin embargo, sobraron al menos doscientos lugares sin ocupar cuando aquél se hundió. El motivo: a pesar del agujero hecho por el iceberg, muchos dijeron: “Éste es un gran barco; no puede hundirse”; y es probable que otros —o esos mismos— hayan pensado que pocas horas más tarde, cuando hubiesen arreglado el problema, habrían tenido que volver a subir al barco humillados y sintiéndose ridículos por haber mostrado miedo; y así prefirieron quedarse en cubierta, contra todo sentido común.
- (b) “Otra forma efectiva de hundir el propio barco —dice Groeschel— es negar el peligro evidente y caminar hacia él. En psicología hablamos de mecanismos de defensa, modos inconscientes de deformar las realidades con las cuales creemos no poder lidiar. Considera, por ejemplo, al profesional exitoso que fuma dos paquetes de cigarrillos por día. Le han dicho miles de veces: ‘Eso es muy peligroso para tu salud’. Y él responderá: ‘Sabes, Golda Meir solía fumar dos paquetes diarios y vivió hasta los setenta’. Este fumador empedernido ignora —o quiere ignorar, añadimos nosotros— el ejército de personas que fumaron dos paquetes diarios y ni si quiera llegaron a los cincuenta. Todos negamos los peligros evidentes”.
- (c) El tercer modo de convertirnos en nuestros peores enemigos es dejar de pensar en la vida eterna. Cito textualmente a nuestro autor: “La falla en ordenar nuestro comportamiento respecto a nuestra meta eterna y lo que nuestro Dios ha señalado como propósito para nuestra vida, nos convierte en los necios de los que Cristo habla en sus parábolas. Para evitar la auto-destrucción, deberíamos ordenar nuestras vidas en vistas a la eternidad. No digo que todos deban entrar en un monasterio. Es una vocación particular. Pero digo que, en cualquier cosa que hagamos, no importa lo que otros puedan decir, deberíamos vivir cada día conscientemente y con un propósito que ayude a nuestra salvación eterna. Un ejemplo puede servir. He escrito las cartas de dispensa para más de 180 sacerdotes. Debo tener el récord mundial al respecto; es parte de mi trabajo. Algunas veces estos hombres tenían que irse. Era el único camino honesto y moralmente bueno que les quedaba. Pero al terminar nuestras entrevistas siempre les decía a estos sacerdotes: ‘cualquier cosa que hagas, hazlo para tu salvación eterna. Tal vez nadie más lo pueda entender, pero da este paso para tu salvación. Trabaja en tu vida espiritual’. Muchos me miraban sorprendidos cuando les decía esto, porque en nuestra sociedad la salvación está cerca del puesto noventa y nueve entre las cosas importantes. Aún cuando es la única tarea que se presenta ante nosotros que durará para siempre. Nuestro Señor lo dice muy claramente: *Pues ¿de qué le sirve al hombre ganar el mundo entero si arruina su vida?* (Mc 8, 36). Claramente, uno de los caminos más rápidos hacia la auto-destrucción es fallar en estructurar la vida en orden a la salvación eterna”.

¹³⁸ Cf. Groeschel, B., *Arise from darkness*, San Francisco (1995), 85 (cf. 85-104).

- (d) Otro de los caminos para auto-destruirnos es “ir contra Dios” y “acomodarnos al mundo”. “Otro camino muy popular hacia la auto-destrucción consiste en ser indulgentes con nosotros mismos en cosas que están prohibidas. Conocí a muchos que decían que realmente quisieran cumplir con la voluntad de Dios y ser tenidos como cristianos, *pero...* y entonces venía la excusa. Por supuesto que todos pecamos, y a menudo, sea por nuestra debilidad, sea por la concupiscencia, sea por falta de fuerzas, o por confusión. Podemos incluso, en un momento de estupidez, pecar con deliberada voluntad. Pero, *permanecer en un estado que uno sabe es contrario a la ley de Dios, consciente y deliberadamente, es abrir las puertas al desastre*. Eso no es otra cosa que el propósito de seguir pecando. Hay otras admoniciones en el Nuevo Testamento, especialmente las de Nuestro Señor y las de San Pablo, aconsejándonos a no conformarnos con el espíritu del mundo. Conformarse con el mundo en desintegración es el mensaje contenido en muchos de los medios de comunicación del sector secular e incluso de instituciones religiosas. *No os acomodéis*, dice San Pablo, *al mundo presente (Rom 12, 1)*, porque *el que siembre en su carne, de la carne cosechará corrupción (Gal 6, 8)*. Si hay algo obvio en el Nuevo Testamento es que, comprometerse con los principios del mundo, no sólo es traicionar a Dios, sino renunciar a la propia causa, y atraer sobre uno mismo toda clase de desastres, no por parte de Dios sino de uno mismo”.
- (e) La quinta manera “muy eficaz de destruirse a uno mismo es mantener vivo todo tipo de sentimientos de rencor (...) Si quieres vivir de los resentimientos y sentimientos de rencor, tendrás una dieta muy anti-saludable por el resto de tu vida, puro colesterol psicológico. ¿Cuánta gente gasta gran parte de sus energías en lamentarse, llorar, estar tristes o volviéndose literalmente locos por vivir con resentimientos hacia quienes de algún modo les han fallado? Sí, la gente nos falla. Algunos ni siquiera saben que nos fallaron; a otros no les importa habernos fallado. Algunos están tan preocupados con sus propios problemas, que ni siquiera saben lo que hacen. Y a alguno ni les interesa. El lema de los seguidores de Cristo debe ser: ‘Sigue adelante. No mires atrás’. Si nuestro Señor Jesucristo hubiera sido de los que se preocupaban por sus propios sentimientos heridos, ninguno de nosotros hubiese sido salvado. Misericordiosamente, Dios no nutre ningún sentimiento de rencor. Para nuestro bien espiritual, como también psicológico, debemos perdonar a aquéllos que nos han ofendido”.
- (f) Finalmente, señalo, entre los modos de perjudicarnos que menciona Groeschel en el lugar arriba indicado, el *hacer cosas que sabemos nos perjudican*. En psicología, este comportamiento se denomina “agresión pasiva” (aunque el término también se usa para otros modos de agresión). Hacemos lo que sabemos nos hace mal, o dejamos de hacer lo que sabemos que es necesario para nuestra salud física, psicológica, espiritual y sobrenatural. Sabemos que si comemos determinadas cosas nos haremos daño; sabemos que si manejamos con sueño o demasiadas horas, arriesgamos la vida; sabemos que si no cumplimos lo que el médico nos ha dicho, dañaremos nuestra salud; sabemos que si no cuidamos lo que vemos por televisión, lo que leemos en los diarios y lo que miramos en Internet, corremos el serio riesgo de perder la castidad, la vocación y la misma salud mental; sabemos que si no llevamos una vida equilibrada terminaremos con la cabeza humeando; sabemos que si no rezamos diariamente no podremos perseverar en la virtud; sabemos que si no examinamos nuestra conciencia y no tenemos un programa estricto de vida espiritual, dejaremos de tener cualquier tipo de vida espiritual. Sabemos todo eso; y, sin embargo, muchos de nosotros obramos contra lo que sabemos. Ésta es una forma larvada de (estúpido) masoquismo.

He aquí, pues, algunas de las causas por las que muchos padecen serios problemas afectivos o desequilibrios en su personalidad. No siempre los enemigos vienen de afuera.

CAPÍTULO 2

VIRTUDES Y AFECTOS

I. Educar por las virtudes

Educar las pasiones (sentimientos, emociones, afectos) consiste en “llevar los impulsos emotivos al estado de perfeccionamiento”¹³⁹. Por eso se ha dicho: “Es desde la espiritualidad que se ordena la sensibilidad”¹⁴⁰. Una auténtica educación consistirá, esencialmente, en forjar en la persona, con la energía de nuestras facultades superiores (inteligencia y voluntad), las virtudes que rectifican, encauzan y potencian (perfeccionan) el caudal afectivo humano.

Ésta es la gran tradición educativa, presente en las grandes religiones y filosofías antiguas. Hoy en día parece haber sido redescubierta por la corriente de la psicología conocida como “Psicología positiva”. Es, ésta, una reacción contra la “psicología negativa” (que ha dominado los últimos cien años, a partir de Freud), la cual se focaliza sobre los traumas y patologías. La “positiva”, en cambio, sin restar valor, ni utilidad, a cuanto puede aportar un análisis de los problemas psicológicos, señala que éste no es más que una parte del verdadero problema (y de su solución). En cambio, la parte más importante de toda terapia (y de la prevención de enfermedades, a través de la educación) radica en el desarrollo de las energías positivas del carácter, las cuales, sustancialmente, coinciden con lo que los grandes pensadores (de tradiciones tan distintas como la judeo-cristiana, el confucianismo chino, las virtudes de la tradición budista, la tradición helénica y romana, etc.) han llamado las “virtudes esenciales”¹⁴¹.

1. Continencia y virtud

En la Primera Parte, a propósito del pecado pasional, me he referido a las diferencias y relaciones entre el incontinente y el libertino. El primero, sucumbe a la tentación sensual, a pesar de sus resoluciones y sus deseos de virtud; se lamenta de sus caídas, se siente fracasado y amargado de corazón (pudiendo desarrollar, a la larga, sentimientos de inferioridad y fracaso, abandonándose cada vez más a sus pasiones). El segundo, en cambio, está convencido de que no puede hacer nada mejor que aprovechar todas las ocasiones de divertirse que se le presenten, particularmente las que se apartan de las reglas de la razón. El incontinente peca por debilidad de su voluntad; el vicioso por malicia, es decir, por apetecer de modo habitual un fin desordenado. El primero, vive con el corazón amargado por la división interior entre su ideal abstracto y su debilidad concreta (Rom 7,15.24: *No hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco [...] ¡Pobre de mí! ¿Quién me libraré de este cuerpo que me lleva a la muerte?*). El lujurioso, va poco a poco enmudeciendo su consciencia (es decir, cauterizándola) hasta perder (en parte) la luz moral de los principios éticos¹⁴².

Esto debemos completarlo ahora con algo que considero crucial para la educación de la persona: la distinción —y complementariedad— entre *continencia*, por un lado, y, por otro, *templanza* y *fortaleza*; es decir, los hábitos que se oponen, respectivamente, a la incontinencia y al desarreglo afectivo. Mientras la templanza y la fortaleza son virtudes en el sentido estricto de la palabra, la continencia, como ya notaba Aristóteles, no lo es (se trata de una *cuasi* virtud, o virtud imperfecta, o mejor *condición* de las antedichas virtudes). He aquí un cuadro comparativo entre ellas:

Continencia

Fortaleza-Templanza

¹³⁹ Cf. Bednarski F, *L'educazione dell'affettività*, 43.

¹⁴⁰ Pithod, A., *Psicología y ética de la conducta*, Buenos Aires (2006), 139.

¹⁴¹ Al respecto puede verse el completísimo estudio (de 800 páginas): Peterson, Ch., Seligman, M., *Character Strengths and Virtues. A Handbook and classification*, New York (2004). Cf. también: Vitz, Paul, *Psychology in Recovery*, Rev. “First Things” 151 (marzo 2005), 17-22.

¹⁴² También me he ocupado del tema en: Miguel Fuentes, *La castidad ¿posible?*, San Rafael (2006), 243-274; especialmente 262-274.

<i>Sujeto</i>	Voluntad	Apetito sensible
<i>Acto negativo propio</i>	Refrena los movimientos pasionales no demasiado intensos o inesperados	Desenraíza los movimientos desordenados y tiene fuerza para luchar contra los inesperados muy violentos
<i>Acto positivo propio</i>	NO TIENE	Amor por el bien sensible perfectivo de la naturaleza humana (castidad, sobriedad, coraje, etc.)
<i>Juicio prudencial</i>	Se hace más difícil porque falta la connaturalidad del apetito sensible	Se hace fácil porque hay connaturalidad del apetito sensible con el objeto virtuoso

La persona *continente* es alguien que puede emitir un juicio prudencial correcto (es decir, determinar y mandar un verdadero acto virtuoso), que será luego ejecutado por la afectividad, *siempre y cuando* su razón no sea asaltada por pasiones inesperadas o vehementes en exceso. Actúa, pues, en circunstancias relativamente favorables o no intensamente adversas. Se distingue del verdadero virtuoso en que su afectividad no posee una connaturalidad respecto del auténtico bien sensible. La afectividad en el *virtuoso*, en cambio, está ordenada —cuanto es posible en nuestro estado actual herido por el pecado original— *desde adentro*; es decir, hay un gusto y tendencia del afecto hacia el bien verdadero, o sea, *siente bien* del auténtico bien, y sus afectos son sanos y verdaderamente perfectivos de la naturaleza y conformes al estado propio de esa persona; además, experimenta repugnancia intrínseca hacia lo que es desordenado en su objeto. Santo Tomás dice que el fin bueno no aparece bueno “sino al bueno, es decir al virtuoso, quien tiene recta apreciación del fin, por cuanto la virtud moral hace recta la intención del fin”¹⁴³. De ahí que el virtuoso permanezca en su virtud —firme a los principios que le indican la razón y la fe— también en medio de las tentaciones y pasiones que surgen imprevistamente, o las muy intensas. Santo Tomás afirma que “más se manifiesta [que una acción] pertenece a un hábito en cuanto menos preparada parece estar [la persona] para resistir [una pasión]. Pues en aquellas cosas que se ven venir de lejos, con más anticipación, uno puede obrar con más libertad (con razón y deliberación) incluso contra las inclinaciones pasionales y habituales (...). Pero en las cosas repentinas el hombre no puede deliberar. Por lo que en estos casos obra según la inclinación interior, que es la que da el hábito”¹⁴⁴. Por tanto, en los asaltos pasionales repentinos (y lo mismo se diga de las pasiones vehementes) uno no puede razonar y deliberar; no tiene la serenidad —ni el tiempo— que requiere la continencia para poder ejercer su influjo dominante sobre la afectividad. Sólo quien tiene un hábito adquirido y arraigado (o sea, el virtuoso) reaccionará —por la misma fuerza del hábito— frenando, encauzando, cortando o morigerando la pasión.

¹⁴³ “El hábito de la prudencia no se logra sin virtud moral, que dispone siempre al bien (...). Cuya razón es manifiesta, pues como los silogismos especulativos tienen sus principios, así el principio de lo operable es tal fin que es bueno y óptimo, cualquiera sea el fin en razón del cual alguien obra; así, por ejemplo, para el templado lo óptimo y cuasi un principio es alcanzar el medio debido en las concupiscencias del tacto. Ahora bien, que esto sea lo mejor no aparece sino para el bueno o virtuoso, que tiene una recta apreciación del fin puesto que la virtud moral hace recta la intención del fin. Pero que para los malos no aparezca lo que en verdad sea mejor se hace patente porque la malicia opuesta a la virtud pervierte el juicio de la razón y hace mentir en torno a los fines, que se dan en torno a los principios prácticos. Así al intemperante le parece óptimo seguir las concupiscencias, pues no puede razonar rectamente cuando yerra en torno a los principios. Luego, como al prudente pertenece razonar rectamente sobre lo operable, es manifiesto que es imposible que sea prudente el que no es virtuoso como no puede ser sabio aquél que errase en torno a los principios de la demostración” (*In Eth.*, VI, 10, nn. 1273-1274).

¹⁴⁴ Santo Tomás de Aquino, *In Eth.*, III, 17, n. 579.

Se comprende, así, que una educación verdaderamente eficaz (sea auto-educación o educación de otros) no puede limitarse a la adquisición de la continencia, sino que debe consistir en la conquista de virtudes profundamente arraigadas en la afectividad; hábitos virtuosos que ordenen la afectividad desde dentro.

Un ambiente sereno, sin ocasiones de pecado, sin grandes sobresaltos morales, es una *situación de continencia*. Esto es muy bueno y deseable; pero no es suficiente y puede resultar engañoso. Es una óptima condición para la adquisición de las virtudes, pero no es la virtud. Muchas personas que han vivido en tales ambientes (familias bien constituidas, casas religiosas, colegios modelos, grupos parroquiales, etc.), que cada vez son más raros, pueden forjarse la ilusión de ser virtuosos, cuando sólo son continentales. Así, al poco tiempo de salir de esas “cajas de algodones”, se ven zamarreadas por los impetuosos vientos de las pasiones y fácilmente se desgajan.

Educación equivale, en cambio, a forjar flores montañosas, capaces de soportar las altas y las bajas temperaturas, los vientos fuertes y las intensas nevadas e, incluso, las aplastantes tormentas cordilleranas. Sólo la virtud moral es capaz de lograr esto.

2. Fortaleza

La primera de las dos virtudes que perfeccionan la afectividad es la fortaleza. Sin ella el hombre es juguete de los vientos e, incluso, hoja mecida por la brisa de los miedos. “Fortaleza” equivale a valor y coraje, y se manifiesta especialmente en los peligros más graves que son los que amenazan la vida. También ayuda subsidiariamente a otras virtudes que, sin ella, no podrían subsistir; así, por ejemplo, hace soportar con entereza las pruebas por las que es acrisolada la fe, lleva la caridad al heroísmo, sostiene la defensa de la veracidad cuando la mentira se impone y la verdad es impugnada, y afianza en la justicia, a pesar de las amenazas de quienes esperan de nosotros claudicaciones, compromisos partidarios, silencios obsecuentes, etc.

Propiamente, comporta firmeza de alma, y se la define como *el hábito que robustece el apetito contra los máximos peligros de la vida corporal, de modo tal que no desista en la búsqueda del bien arduo en conformidad con el bien debido*.

Tiene por sujeto el apetito irascible, al que rectifica y perfecciona haciéndolo actuar en conformidad con los principios morales de la razón (iluminada por la fe). Dicho de otro modo, haciéndolo dócil a los dictámenes de la virtud de la prudencia, pues es ésta la que tiene por tarea indicar el modo concreto en que un principio moral universal debe realizarse en cada momento (lo que denominamos el “justo medio”). La fortaleza realiza esta perfección del irascible, dándole la firmeza necesaria para no apartarse del bien concreto (arduo en este caso) por debilidad, ni buscarlo con un ardor imprudente. De este modo ayuda a que el hombre haga frente a las dificultades que obstaculizan el recto obrar racional.

Sin embargo, no hay que confundir la fortaleza virtud con la obra externa, la cual puede tener semejanza con las obras de esta virtud pero no proceder de ella¹⁴⁵. Esto ocurre, por ejemplo, en los que enfrentan lo difícil *ignorando* la dimensión del peligro, o porque confían en su experiencia (ya lo han superado en otras oportunidades) o en su pericia combativa; otros realizan actos semejantes pero impulsados por la *pasión de la ira*; otros, finalmente, lo hacen *con malos motivos o malos fines*, como quien obra corajudamente pero buscando el honor, la riqueza, o para evitar el vituperio, la aflicción, el daño. Ninguna de estas acciones responden a la virtud de la fortaleza; falta en ellas la condición *virtuosa*, ya sea el obrar consciente y racional (prudente), o el obrar con señorío de sí mismo y no sólo movido de la pasión, o, simplemente, está ausente la bondad propia de todo acto de virtud.

Esto nos muestra que no siempre se identifica adecuadamente esta virtud. Suele escucharse a menudo que la fortaleza ha sido una de las virtudes más admiradas de la antigüedad clásica, al punto, incluso, de hacerla la principal de ellas en algunas sociedades. Es una verdad a medias. Los antiguos admiraron notablemente la fortaleza, pero no siempre la virtud de este nombre, sino lo que denominamos ambiguamente “coraje”. Digo ambiguamente porque lo que se exalta en muchas ocasiones es lo que “parece” fruto del coraje (porque el

¹⁴⁵ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 123, 1 ad 2.

coraje o valor *también* produce ese fruto) pero no necesariamente lo es. No es coraje virtuoso el acto por el que un hombre se quita la vida antes que aceptar la deshonra, o quien se bate a duelo por la afrenta recibida; o quien alardea su vigor para conquistar una dama; eso responde, las más de las veces, al orgullo, a la soberbia y a la vanidad, defectos *que desencadenan* el proceso pasional por el cual nuestras glándulas suprarrenales segregan adrenalina suficiente para enrostrar el peligro y salir airosos, o para acabar envueltos en un halo de gloria. De ahí a la virtud hay un trecho. Falta en estos actos un *dictamen prudencial* y un acuerdo con la *virtud de la justicia*, por el que el verdadero valiente haga lo que tiene que hacer ante Dios y ante el bien común, supremos árbitros de nuestros actos... aunque, a veces, ese acto deba transfigurarse externamente en una enorme humillación y aparente fracaso *para sobrellevar el cual, hace falta más valor que para pegarse un tiro*. El Romanticismo ha exaltado, pues, un simulacro de fortaleza, confundiendo el plano espiritual con el sensible y pasional. Así como no es amor verdadero la pasión adulterina de Ginebra y Lancelot, por más ribetes caballerescos con que la adornemos, tampoco es fortaleza *virtuosa* la de Juan Velarde, arriesgando su vida en duelo por complacer a la condesa de Albornoz (véase la admirable novela *Pequeñeces*, de Coloma), como lo demuestra de paso su necia muerte y el frívolo y fugaz luto de la ingrata.

Su objeto son los temores y las temeridades; es decir, todo cuanto puede apartarnos *imprudentemente* del peligro, y todo cuanto puede precipitarnos *imprudentemente* en él. Se puede decir también que el objeto de esta virtud es el “bien arduo”, y arduo en el sentido de “peligroso”; tanto que mantenerse en ese bien puede conllevar riesgo, incluso, para la propia vida y, por eso, sostener ese bien, origina temor que, a unos, hace huir cobardemente y, a otros, abalanzarse sobre las amenazas temerariamente. La fortaleza nos hace encontrar el acto virtuoso adecuado para mantener lo que hay que mantener sin deslizarnos viciosamente en ninguno de los costados.

Pero su motivo formal es, en cambio, el amor del bien virtuoso. Esto es lo que distingue, como hemos indicado, otros actos exteriores que pueden ser similares a los de la fortaleza, pero carecen de este motivo. “El amor que fácilmente todo lo soporta por el objeto amado”, dice Santo Tomás hablando de lo que hace que la fortaleza sea virtud¹⁴⁶; y San Agustín: “el amor al que no intimidan las adversidades ni la muerte”, o con expresión más hermosa aún: “un amor que soporta fácilmente todo por Dios”¹⁴⁷. Esto es muy importante de entender, y pone en conexión la fortaleza con la justicia; porque al decir “el bien virtuoso”, nos referimos al “bien justo”. Dice Santo Tomás que “el hombre no pone su vida en peligro más que cuando se trata de conservar la justicia. De ahí que la gloria de la fortaleza dependa en cierto modo de la justicia”¹⁴⁸.

3. Templanza

La segunda virtud que perfecciona la afectividad es la templanza. En nuestro tiempo ser templados equivale, para muchos, a moderarse en el comer y en el beber. La templanza produce esta “moderación”, pero es mucho más que eso. Es la virtud que establece el “orden en el interior del hombre”. “La templanza (...) revierte sobre el mismo que la ejercita (*ad ipsum hominem*). Actuar con templanza quiere decir que el hombre ‘enfoca’ sobre sí y sobre su situación interior, que tiene puesta sobre sí mismo la mirada y la voluntad”¹⁴⁹.

Es la *virtud que modera la inclinación a los placeres sensibles, especialmente del tacto y del gusto, conteniéndola dentro de los límites de la razón (templanza natural) o de la razón iluminada por la fe (templanza infusa)*.

No se dice, pues, que este hábito nos aparte de los placeres (como alguno podría entender reviviendo un mal orientado estoicismo), sino que nos ayuda a elegir los placeres convenientes a nuestro bien integral o placeres “prudentes” (en el sentido de “determinados como buenos por la prudencia”). Así explica Santo Tomás: “dado que el hombre, en cuanto tal, es racional, se sigue que los placeres que convienen [*entiéndase: ‘que lo perfeccionan’*] son

¹⁴⁶ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 123, 4 obj. 1.

¹⁴⁷ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 123, 7 obj. 3.

¹⁴⁸ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 123, 12 ad 2.

¹⁴⁹ Pieper, Josef, *Las virtudes fundamentales*, Madrid (1980), 225.

los que se ajustan a la razón; por eso la templanza no aparta de éstos, sino de los que se oponen a la razón. Por tanto, la templanza no se opone a la inclinación natural del hombre, sino que actúa de acuerdo con ella; pero sí se opone a la inclinación bestial, no sujeta a la razón”¹⁵⁰.

La templanza ha sido adecuadamente comparada con la belleza (se habla, de hecho, de la belleza de la castidad o de la virginidad o de la pureza) y con mucha razón, puesto que, en rasgos generales, consiste en una moderación y, como tal, produce la adecuada proporción o disposición de todos los elementos de nuestra naturaleza (armonía entre cuerpo y alma, entre instintos y razón, entre apetito y prudencia), y esto es lo que define la belleza (armonía y proporción de las partes). Además, porque lo propio de la templanza es regular (o sea someter a una regla) los movimientos más bajos del hombre, que corresponden a su naturaleza animal y, como tales, más aptos para degradar la dignidad humana; de este modo preserva de dicha torpeza y embellece.

Se puede distinguir en ella un doble objeto o campo de acción: genérico y específico¹⁵¹. De modo genérico, regula las pasiones del apetito sensitivo que persiguen desordenadamente los bienes corporales y sensibles. Pero de modo específico, su objeto son los placeres del tacto y del gusto; comparándola con la fortaleza, que tiene por objeto específico los mayores temores y audacias (los que se relacionan con el riesgo de muerte), dice Santo Tomás: “también la templanza debe fijarse en los máximos deleites. Y siendo así que el deleite brota de una operación connatural, es tanto más vehemente cuanto deriva de actos más naturales. Los actos más naturales de los animales son aquellas operaciones mediante las cuales se conserva la vida del individuo (por la comida y bebida) y la vida de la especie (por la unión sexual). Por eso la templanza tiene por objeto los placeres de la comida y bebida y los placeres venéreos, todos los cuales dependen del tacto. Luego la templanza tiene por materia propia los placeres del tacto”¹⁵².

Como ya hemos dicho más arriba, se relaciona pero no se identifica —reductivamente— con la simple continencia. Esta última es, como observa Pieper, un “bosquejo”, mientras la segunda es una “perfecta realidad”. La primera es menos perfecta que la segunda; pues, en la continencia, si la energía reguladora de la razón se ha impuesto a la voluntad, no ha conseguido aún penetrar las facultades apetitivas, mientras que en la templanza el “ordo rationis” queda impreso tanto en la voluntad como en los apetitos.

II. Recursos educativos de la afectividad

Presento, a continuación, algunos recursos (no son los únicos) por los que debería transitar toda buena educación de la afectividad humana, es decir, la adquisición y desarrollo de las virtudes que perfeccionan los afectos.

1. La función educadora de la belleza

Un elemento de mucha importancia en la educación de los afectos es el cultivo estético. La belleza no es sólo camino que conduce a Dios, sino también instrumento que armoniza la personalidad. Muchos de los problemas que afectan la sensibilidad (por ejemplo, las ideas depresivas, la tristeza desgastante, el rigidismo moral, etc.), provienen de un cultivo descuidado —o de la total ausencia— del sentido estético. Escribía Alberto Hurtado: “El mal gusto tendrá consecuencias fatales, como lo prueba el arte contemporáneo, ¡¡si es que hay arte religioso contemporáneo!! Santerías en serie, frente a la obra individual, acabada... ¡¡¡el yeso en lugar de la madera, del mármol y de la piedra!!! La falta de gusto formado es peligrosa para un sacerdote [*lo que vale también para todo ser humano*]. Si éste prefiere lo falso a lo verdadero, porque es más dulce; si no posee ningún sentido de la armonía, de la proporción, será también inseguro en el juicio de los hombres. Allí no habrá armonía entre lo verdadero y lo bello. La Suma no está realizada. La formación estética es necesaria no sólo por motivos práctico-

¹⁵⁰ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 141, 1 ad 1.

¹⁵¹ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 141, 3-5.

¹⁵² Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 141, 4. Cf. 5 corpus y ad 1.

profesionales: una cierta inteligencia del arte, de los estilos, sino porque la requiere la formación total. A lo bello le corresponde un puesto tan esencial como a lo bueno y a lo verdadero. El mundo de los valores es indisoluble: en la persona se juntan simultáneamente los valores éticos, metafísicos y estéticos. En la idea de la perfección, lo verdadero debe ser bueno y bello. La santidad es la perfección total: lo verdadero, bello, bueno en uno. Un santo hace al mundo más rico, más bello, más bueno. El cultivo del arte nos llevará, pues, a Dios. Toda verdadera experiencia estética es un peldaño para el mismo Dios. Ésta es la actitud del humanismo cristiano, abierto a todos los valores, porque son vestigios de Dios en la creación. Esta formación nos permitirá también el contacto espiritual con los hombres de ‘tipo estético’, que sólo a través de lo bello hallan lo bueno y verdadero”¹⁵³.

Y en otro lugar: “Viniendo ya a tratar más en detalle los medios de que se puede valer el educador para canalizar la vida afectiva del adolescente, señalaremos en primer lugar, el ponerlo en contacto con la belleza. Todo lo que es bello, noble, armonioso, por el sólo hecho de serlo, educa. Por lo tanto que el hogar y la escuela, aunque sean pobres, sean bellos, sean hechos con gusto; que el mobiliario, los cuadros, los jardines, que todo refleje algo de belleza. El alma plástica del niño y del adolescente se va modelando al contacto de lo bello. Lo bello es bello porque es armónico. Y la armonía es el fundamento de un orden moral, la armonía que se manifiesta en el respeto de todas las relaciones esenciales de la naturaleza”¹⁵⁴.

El sentimiento estético es un puente entre el plano intelectual, del que procede propiamente la percepción estética (que es captación de la armonía, de la proporción y de la forma) y el plano emotivo, en el que se produce la “resonancia” esencial de la captación estética. *Quae visa placent*, las cosas que, vistas, agradan, define Santo Tomás a las cosas bellas. La “visión” no es aquí la puramente sensible sino la que, supuesto el puente sensible, capta la forma estética —proporción, armonía, etc.— encarnada en la realidad bella. El “placer” o “agrado”, que se deriva es el sentimiento “mixto” (mezcla de emotividad y espiritualidad) que se deriva de la captación de lo bello.

De este modo, la belleza es un instrumento de educación de los afectos, suscitando sentimientos nobles (y, a la postre, haciéndolos habituales). No puede reducirse toda la educación a belleza (hay también un riesgo de hipertrofia de esteticismo, cuando se descuidan los valores intelectuales o morales o se altera la jerarquía) pero cumple una función indiscutible.

Muchas veces el desenvolvimiento de las capacidades estéticas precede a la educación propiamente intelectual, al contacto con la verdad, e introduce en ella (en el mundo de la verdad). Como señalaba Don Bosco al hablar de la importancia de la música, del teatro, etc., en la educación infantil: “[Estas actividades] son un llamamiento a la emotividad y a las facultades espirituales del niño en la edad en que, menos sensible todavía a los estímulos propiamente intelectuales, lo es extraordinariamente a todo lo que habla a su fantasía”¹⁵⁵. Por eso, hablando de la importancia de la música él mismo llegó a decir: “un Oratorio sin música es un cuerpo sin alma”¹⁵⁶.

El cultivo del gusto por lo bello se logra a través de la familiaridad con el arte auténtico: la pintura, la escultura, la arquitectura, la música, la literatura en general y la poesía en particular, el arte escénico, etc. No se trata tan sólo del agrado, sino de un trabajo de interiorización con la obra bella y de entendimiento de la misma. Y no sólo con la obra sino con los grandes artistas, intentando alcanzar una participación en su *mirada* artística (su comprensión estética). Este trabajo aporta connaturalidad con la proporción, el equilibrio, la armonía, el orden, la jerarquía, etc., conceptos que son claves para conseguir el equilibrio emotivo (o recuperarlo si se ha perdido).

Educar en la apreciación de la belleza implica enseñar a entender, encuadrar, apreciar, interpretar, dejarse inspirar, en cierto modo reproducir o imitar, saber escuchar o contemplar, y

¹⁵³ Hurtado, Alberto, *La formación del sacerdote*, en: “La búsqueda de Dios”, Santiago de Chile (2004), 259-272.

¹⁵⁴ Hurtado, Alberto, *Vida afectiva en la adolescencia*, Santiago de Chile (2003), 90.

¹⁵⁵ San Juan Bosco, *Ideario Pedagógico*, en *Biografías y Escritos*, Madrid (1977), 407.

¹⁵⁶ *Memorias Biográficas del Oratorio*, V, 347.

hacer silencio para recibir el mensaje artístico. Todo esto ordena la función activa de la imaginación y, a través de ella, los afectos.

2. La función educativa del ideal y el sentido

(a) El ideal

Llama la atención la insistencia con que el P. Irala, en su conocido libro “Control cerebral y emocional”, menciona la necesidad de un ideal en el trabajo de educación de los afectos y el enseñoramiento de la propia persona. “¡Cuántas energías perdidas por falta de unidad psíquica! Y podrían ser grandes genios, inventores, artistas, santos, si aprendiesen a concentrar sus fuerzas intelectivas y volitivas en un ideal”¹⁵⁷; “El ocio y la falta de ideal u ocupación, producen más neuróticos que el trabajo”¹⁵⁸; “Tanto más se perfeccionará cuanto más se olvide de sí en bien de los demás, o de un ideal”¹⁵⁹. Entre los elementos negativos que hay que combatir para lograr la felicidad, el mismo autor indica: “Superar esa afectividad negativa y deprimente con otra positiva, sublime y ennoblecedora, con el amor a un ideal, a Dios, a las almas, al cielo”¹⁶⁰. Entre las vías positivas señala la vía “volitiva, o el poder producir mediante el ejercicio de una voluntad firme y constante, lo que ha de ser apreciado y ha de causar satisfacción, es decir, el poder realizar un ideal”¹⁶¹. Finalmente, dedica todo un capítulo al tema “Escoger un ideal”¹⁶². El ideal, pues, concentra las energías, las eleva, armoniza la personalidad y es un elemento fundamental en la consecución de la propia felicidad.

Un ideal implica dos cosas correlativas: *objetivamente*, indica hacer de alguna realidad concreta el blanco de las aspiraciones personales; *subjetivamente*, es la tendencia o inclinación intensa y permanente hacia ese objeto. Un ideal integra todas las fuerzas de la persona: las cognoscitivas (el ideal es una “idea” clara, concreta, nítida, fija, permanente, que atrae todo el poder de concentración de la persona), las afectivas (el ideal atrae las inclinaciones afines y neutraliza las opuestas), y las volitivas y ejecutivas (el ideal es lo principalmente querido por la voluntad, con lo que aumenta la misma energía del acto volitivo y su capacidad de ejecución de los actos que conducen a él).

Pero esta descripción perfectiva del ideal sólo vale adecuadamente para los ideales que encarnan valores *auténticos* de la persona (o sea, los correspondientes a los fines naturales humanos). No ocurre lo mismo con los “falsos ideales”. También los falsos valores pueden convertirse en un “ideal” para algunas personas: el sexo, la diversión, el dominio, la bebida, la riqueza o la ambición, pueden tornarse *fines* de la actividad humana. Podemos llamarlos “ideales” en sentido análogo, porque también empeñan todas las energías de la persona. Pero esas energías no se potencian sino provisoriamente, desgastándose paulatinamente. La pasión idealizada desune, produce desarmonía interior, porque el bien que intenta, es —si es un bien y no sólo apariencia de bien— parcial e incompatible con el *bien integral* de la persona y, por tanto, termina por desintegrar la misma unidad psíquica y espiritual, introduciendo dolor, tristeza, inquietud, remordimiento e, incluso, locura.

“El ideal noble —dice Irala— da unidad, armonía, vigor y plenitud a nuestra vida, aumentando la perfección física y psíquica de nuestros actos. La unidad de pensamiento y de deseo acaba con las ideas parásitas, facilitando la concentración y dando al trabajo y al estudio su agrado y rendimiento máximo”¹⁶³.

Es un sano “monoideismo”; no en el sentido de una idea fija, monopolizadora y obsesiva, sino al modo de una idea arquitectónica, es decir, ordenadora (eso quiere decir arquitectónico) y centralizadora de las energías de la persona. “Para educarnos y perfeccionarnos, ¡qué fuerzas desarrolla el ideal! ¡A cuántos tímidos hizo héroes el ideal

¹⁵⁷ Irala, N., *Control cerebral y emocional*, Buenos Aires (1994), 36.

¹⁵⁸ *Ibidem*, 144.

¹⁵⁹ *Ibidem*, 183.

¹⁶⁰ *Ibidem*, 268.

¹⁶¹ *Ibidem*, 269.

¹⁶² *Ibidem*, 277-288.

¹⁶³ *Ibidem*, 279.

patriótico! El de la ciencia o de los descubrimientos, ¡qué constancia y agrado en superar dificultades no ha producido! El de la santidad o del sacerdocio y aún el de la familia cristiana, ¡a cuántos jóvenes conservó sin mancha entre los cenagales de la sensualidad!”¹⁶⁴.

Pero, para esto, es necesario que el ideal: (a) no esté en pugna con nuestro bien total (por tanto, con el fin último de nuestra vida, que es Dios); (b) sea acorde a nuestras aptitudes; (c) que sea superior a nosotros (para que nos eleve y nos sublime); (d) que sea práctico (o sea, capaz de ser realizado en el momento presente, si no en lugar de un *hombre con un ideal*, tendríamos un *idealista*... utópico); (e) que sea expresable en pocas palabras (para que pueda reiterarse constantemente en el corazón).

En este sentido, hay muchos ideales nobles y ennoblecedores de la persona, como lo demuestran los héroes y personajes célebres de la historia. Pero, por encima de todos ellos, hay un ideal de los ideales, que es Jesucristo. “Los ejemplos y las palabras de una persona —dice Santo Tomás— tanto más eficazmente inducen a la virtud cuanto más fuerte opinión se tiene de su bondad. Pero de la bondad de ningún mero hombre se podría tener una opinión infalible, ya que aún los varones más santos han tenido defectos. Por lo cual, para que el hombre se afirmara en la virtud, fue necesario que recibiera de Dios humanado (*a Deo humanato*) la doctrina y el ejemplo de virtud. Por eso dice el Señor: *Os he dado ejemplo para que así como yo he hecho, también hagáis vosotros* (Jn 13,15)”¹⁶⁵.

La madurez —nosotros los cristianos lo sabemos bien— es Cristo. Él revela al hombre el *Hombre perfecto*, es decir, el *Hombre-Maduro* (intelectual, volitiva y afectivamente hablando). Lo dice, sin ambages, San Pablo: *Hasta que lleguemos (...) al estado de hombre perfecto, a la madurez de la plenitud de Cristo* (Ef 4,13). Solo alcanzando esta medida de madurez, el hombre abandona atrás la labilidad infantil y deja de ser *llevado a la deriva* por sus caprichos, y *zarandeado por cualquier viento de doctrina, a merced de la malicia humana y de la astucia que conduce al error*, incapaz de discernimiento maduro; para, en cambio, *crecer en todo, sinceros en el amor, hasta quien es la Cabeza, Cristo* (cf. Ef 4,14-15).

(b) El “sentido”

En estrecha relación con el ideal, mencionamos lo que Viktor Frankl llama “sentido”. El ideal inspira y da sentido último a toda la vida y a cada acto que se ordena a ese ideal, y, bajo este aspecto, pueden identificarse. Pero también puede hablarse de “sentido” con una acepción más próxima, como motivación inmediata. Escribe Elisabeth Lukas: “Según Frankl, el ser humano sano y mentalmente estable no aspira por naturaleza a la felicidad sino al sentido”¹⁶⁶. La existencia propia se llena de significado y la vida merece la pena vivirla cuando hay una dedicación a algo fascinante, a un objetivo autoimpuesto, a una obra o a las personas queridas. La felicidad aparece entonces en forma de efecto secundario, y los posibles períodos de infelicidad vividos se podrán soportar valientemente desde el conocimiento de que en el obrar propio existe, a pesar de todo, un sentido. Quien sabe de algo que necesita su fuerza y que vale la pena aplicarla, también obtiene esa fuerza. Es decir: el ser humano es feliz —y también capaz de sufrir— cuando descubre significados que enriquecen y llenan su vida”¹⁶⁷.

El sentido, entendido como “motivo”¹⁶⁸ puede ser algo más concreto que el ideal e, incluso, puede ir cambiando a lo largo de la vida. Cuando lo que daba sentido a nuestro obrar desaparece, siempre podemos encontrar otro sentido-motivo para seguir luchando. Si la felicidad del marido puede dar sentido a los sacrificios y proyectos de una esposa, también

¹⁶⁴ *Ibidem*, 280.

¹⁶⁵ Santo Tomás de Aquino, *Suma Contra Gentiles*, IV, 54, n. 3928.

¹⁶⁶ Esta afirmación de la Dra. Lukas no debe entenderse en el sentido de “felicidad última y definitiva”, la cual toda creatura desea de modo natural (*creatura intellectualis [...] naturaliter desiderat felicitatem*: Santo Tomás, *Suma Contra Gentiles*, III, 62), sino como felicidad actual (es decir, placer, gratificación). Dice Frankl: “Los neurólogos lo sabemos por experiencia, pues la vida clínica cotidiana demuestra que es precisamente la falta de un «motivo para ser feliz» lo que impide ser felices a las personas que padecen una neurosis sexual —al hombre con trastornos de potencia o a la mujer frígida—. Pero, ¿a qué se debe este desvío patológico del «motivo para ser feliz»? A un interés forzado hacia la felicidad misma, hacia el placer mismo. ¡Qué razón tenía Kierkegaard cuando decía que la puerta de la felicidad se abre hacia afuera, y a quien intenta «derribarla» se le cierra con llave!” (Frankl, *La psicoterapia al alcance de todos*, Barcelona [1990], 14).

¹⁶⁷ Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 12.

¹⁶⁸ “Yo diría que lo que el hombre quiere realmente no es, al fin y al cabo, la felicidad en sí, sino un motivo para ser feliz” (Frankl, *La psicoterapia al alcance de todos*, Barcelona [1990], 13).

puede ésta —al ser injustamente abandonada— encontrar sentido para seguir luchando en el ejemplo que debe dar a sus hijos o en ser fiel a la palabra dada a Dios el día de su boda.

El o los motivos pueden cambiar, mientras el ideal permanece como última fuente de inspiración. Y es este último el que produce una vida centrada y da sentido a todos los actos de la vida, *incluidos los que implican renunciaciones, sacrificios y sufrimiento*, como lo demuestran todos aquellos hombres y mujeres que *con gusto y satisfacción* han gastado sus vidas —o aceptado la enfermedad y la muerte— por un ideal.

3. La función educativa del esparcimiento

Señalo, también, la función educadora del plano afectivo de todo cuanto podemos englobar bajo el título de “sano esparcimiento”. La falta de una sana recreación —contacto con la naturaleza, juego, diversión, deporte— se cobra un precio muy alto en el mundo de las emociones que van cultivándose de modo envenenado o con excesiva presión. La recreación sana es un modo de contacto con la realidad extrapsíquica y un contrapeso necesario para el trabajo intrapsíquico que constantemente está realizando nuestra alma. En 1934, en uno de sus libros sobre educación, escribía Don Carlo Gnocchi: “la diversión, no sólo es sumamente útil, sino absolutamente necesaria”¹⁶⁹. Y explicaba: “¿Cuál es la función de la diversión? Se dice rápidamente: la misma del sueño. Así como en las horas consagradas a Morfeo, el organismo se renueva, expelle los tóxicos de los tejidos, repara las células y recarga los acumuladores de energía vital, al punto que el cuerpo (tras algún sonoro bostezo) puede volver ágil y fresco al sólido trabajo, así, durante las horas del juego y de la recreación, el joven se reposa y reconstituye las energías psíquicas para retomar voluntarioso el estudio y el trabajo”¹⁷⁰. “Es por esto que los educadores cristianos de todos los tiempos dieron a la diversión un lugar importantísimo en sus sistemas pedagógicos y en sus instituciones destinadas a la juventud (...) Veán, si no, las reglas monacales del primer medioevo, en las que los fundadores destinaron una gran parte a la recreación de la mente y del cuerpo; o bien lean la historia del colegio parisino del canónico Sorbon —año 1256!— en el que los estudiantes debían pasar la tarde del martes y del jueves —además del descanso festivo— en... el campo deportivo de Prè-aux-clercs sobre las orillas del Sena; y no olviden la Casa Alegre (¡qué gran nombre!) de Vittorino da Feltre —año 1400— donde la enseñanza comprendía también la gimnasia y se incitaba a los jóvenes a la caza, la pesca, y las excursiones alpinas; o releen la vida de nuestro gran San Felipe Neri, quien ponía a disposición de sus hijitos sus salas, escaleras y bártulos (¡qué desastre!), se asociaba a sus juegos, provocándolos con la conocida invitación: ‘Diviértanse, pero no pequen’; y por último, no olviden las hermosas palabras de Don Bosco: ‘permítase que corran, salten y hagan alboroto a gusto. La gimnasia, la música, los paseos, son medios eficacísimos para obtener disciplina, para ayudar a la moralidad y a la salud’”¹⁷¹.

Esto vale, como señala el mismo autor, mientras se recuerden dos cosas: la primera, que la diversión es un medio —y no el primero ni el único— y no el fin de la educación cristiana. Si la educación termina convertida en una feria de juegos, sin un trabajo educativo de la inteligencia y del corazón, quiere decir que se ha desnaturalizado. Lo segundo, que no toda diversión es verdaderamente beneficiosa. En la medida en que transmite falsos valores, la misma recreación se vuelve disgregante y corruptora. Don Gnocchi, antes de la Segunda Guerra Mundial, hacía referencia al cine, convertido en “vulgarización de la delincuencia y de las malas pasiones”, y algo análogo decía de ciertas corrientes teatrales. Lo mismo decía del deporte cuando se convertía —¡en su tiempo!— en un “perfecto cuadro clínico de sugestión colectiva” (se refería a las “hinchadas” de su tiempo, ya dominadas, en algunos momentos, por una especie de delirio febril. ¡Qué diría de nuestra época en que estos mismos fenómenos (y podemos añadir la televisión, los videojuegos, etc.) se convierten en canales de violencia, sexo, odio, descreimiento, etc.!

¹⁶⁹ Tomo varias de estas ideas de Gnocchi, Carlo, *Andate e ingegnate. Conferenze per educatori nell'Oratorio e nell'Azione Cattolica*, en: Gnocchi, C., *Gli Scritti*, Milano (1993), 98-108.

¹⁷⁰ *Ibidem.*, 98-99.

¹⁷¹ *Ibidem.*, 99-100

Es necesario, pues, recuperar (o volver a crear) una sana cultura del juego, del descanso, del deporte¹⁷², y el desarrollo de la virtud que regula esta esfera humana esencial, cuyo nombre griego era “eutrapelia”, y que podemos traducir simplemente por “alegría” (*iucunditatem*)¹⁷³. Volvemos a insistir: se trata de algo necesario al hombre. Vale la pena transcribir la justificación de un intelectual como Santo Tomás: “El hombre necesita de cuando en cuando del reposo corporal, porque sus fuerzas son limitadas e incapaces para un trabajo ilimitado. Y el alma exige también someterse proporcionalmente a esa misma ley, pues sus energías son igualmente limitadas y, cuando se exceden en el modo de obrar, sienten fatiga. Además, el alma, en sus operaciones, va unida al cuerpo, usando de los órganos sensibles para realizar sus actos; y cuando, en su modo de obrar, sale del mundo de lo sensible, se produce cierto cansancio de la parte animal, tanto si se dedica a la vida contemplativa como a la vida activa: sobre todo si es a la contemplativa, pues lleva consigo una mayor elevación sobre la vida sensible, aunque a veces exista más intensidad corporal en algunas operaciones externas. En ambos casos la fatiga corporal es tanto mayor cuanto la vehemencia puesta en la obra va creciendo; y así como la fatiga corporal se repone por el descanso orgánico, también la agilidad espiritual se restaura por el reposo espiritual. Sabiendo, pues, que el descanso del alma se halla en el placer (...) debemos buscar un placer apropiado que alivie la fatiga espiritual procurando un rebajamiento en la tensión del espíritu. En las ‘Colaciones de los Padres’ se lee que, habiéndose escandalizado algunos de sorprender a San Juan Evangelista jugando con sus discípulos, mandó éste a uno de ellos que arrojara una flecha. Lo hizo repetidas veces, y luego prosiguió el Santo: ‘¿Podrías hacerlo continuamente?’. ‘No —respondió—, se rompería el arco’. ‘Eso mismo sucede al alma si se mantiene siempre en la misma tensión’, añadió San Juan. Estos dichos o hechos en que se busca el placer del espíritu se denominan juegos y fiestas, y es preciso usarlas para descanso del alma. ‘En la vida —dice Aristóteles— es necesario cierto reposo’, y para conseguirlo hacen falta las distracciones que lo proporcionen. Sin embargo, hay que tener presentes tres cosas. Ante todo, es necesario no buscar dicho placer en actos torpes o nocivos, pues ‘hay juegos —dice Cicerón— que son groseros, insolentes, disolutos y obscenos’. Conviene, además, no perder la gravedad del espíritu. ‘Cuidémonos —observa San Ambrosio— de que, aligerando el peso del espíritu, no vayamos a perder la armonía formada por el concierto de las buenas obras’. ‘Así como a los niños — escribe Cicerón— no les permitimos cualquier clase de juegos, sino solamente la recreación honesta, procuremos también que en nuestro juego haya siempre una chispa de ingenio’. En tercer lugar debemos tener en cuenta que el juego debe acomodarse a la dignidad de la persona, circunstancias de lugar, tiempo, etc.; que sea ‘algo digno del hombre y del momento’, como dice Cicerón. Todas estas cosas han de estar ponderadas por la razón. Y como todo hábito que obra en conformidad con la razón es virtud, se sigue, en consecuencia, que acerca del juego puede darse también virtud: la ‘eutrapelia’, de que habla Aristóteles. Y al hombre que tiene la gracia de convertir en motivo de recreo sano las palabras y obras, le llamaremos ‘eutrapélico’. Y como virtud moderadora del juego corresponde a la categoría general de modestia”¹⁷⁴.

Por tanto, la justa medida en el juego implica evitar sus excesos (buscar las diversiones en lo que es deshonesto, o hacerlo fuera de lugar o de manera indigna)¹⁷⁵ y su defecto (pues

¹⁷² Hay un interesante capítulo dedicado al tema del deporte en Santo Tomás de Aquino en: Bednarski, F., *L’educazione dei giovani alla luce del Concilio Vaticano II*, Roma (1970); se trata del capítulo “El deporte y la educación física según el pensamiento de Santo Tomás” (“Lo sport e l’educazione fisica secondo il pensiero di S. Tommaso”), páginas 164-180.

¹⁷³ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 168, 2 *sed contra*.

¹⁷⁴ Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 168, 2.

¹⁷⁵ Escribe el mismo Santo Tomás: “En todo lo que puede ser dirigido por la razón, el exceso consiste en traspasar la regla que ella señala, y el defecto en no alcanzarla. Como todos los chistes y juegos pueden estar regulados por la razón, es superfluo cuanto supere ese margen racional, cosa que puede suceder por dos capítulos. Primero, por la misma naturaleza de las cosas en que se busca diversión. Tales son los juegos que Cicerón calificó de ‘groseros, insolentes, disolutos y obscenos’. Si, bajo pretexto de diversión, se habla o se comete una acción inmoral por sí misma o nociva para el prójimo en materia grave, tenemos un pecado grave. En segundo lugar, puede existir exceso en virtud de las circunstancias, como jugar y recrearse en tiempo y lugar indebido o en forma que desdice de la dignidad de la persona y de sus negocios. Esto puede ser a veces pecado mortal, por la vehemencia del afecto que se pone en el juego, hasta llegar a anteponerlo al amor de Dios, menospreciando los preceptos de Dios o de la Iglesia. Otras veces es pecado venial, a saber, cuando dicho afecto al juego no alcanza esa gravedad de preferirlo al amor de Dios” (*Suma Teológica*, II-II, 168, 3).

también el falso rigor, la aspereza de carácter, y la acidez, son defectos y problemas educativos)¹⁷⁶.

4. Función educativa de la *higiene mental*

Por *higiene mental*, a falta de una expresión más adecuada, entiendo el uso equilibrado de nuestras facultades en general (espirituales y sensibles). Gran parte de nuestros desequilibrios afectivos se derivan del hecho de llevar una vida psíquica *insalubre*, atomizada, en gran medida desconcertante. El moderno ritmo de vida equivale a una olla a presión puesta al fuego y con las válvulas de escape atascadas. Desconozco las cifras actuales, pero Irala señalaba, que en 1956, las estadísticas norteamericanas hablaban de 19 millones de personas que necesitaban cada noche de píldoras para dormir; más de 10 millones de neuróticos declarados —a los que había que sumar otros 20 millones sin declarar— y unos 800 millones de dólares gastados (en aquel año) en psicotropos, estimulantes o calmantes. Para 1971 (poco más de una década después) el dinero gastado ascendía a 70.000 millones y las cifras de personas antes indicadas se habían duplicado. A casi medio siglo de distancia, ¿cómo estarán hoy las cosas?

Y explicaba, el reconocido jesuita, algunas de sus causas: “Es que en nuestro *pensar* ya no hay aquella calma socrática en que las ideas se suceden ordenadas y gradualmente, ni aquel recibir con nitidez, paz y alegría las impresiones con que el mundo de los colores, de las formas y de los sonidos iba a enriquecernos, alegrarnos y tranquilizarnos. Apenas nos damos cuenta de lo que vemos u oímos porque tenemos la mente ocupada con ambiciosos proyectos, con tristezas y preocupaciones. Hemos cambiado la *sofrósine* griega o la ecuanimidad clásica por un tumulto de imágenes o ideas que se agolpan en nosotros sin poderse grabar ni asentar en la mente, sin paz para concentrar la atención en una cosa sola. De donde: confusión, nerviosidad, cansancio cerebral, inquietud, insomnio, etc.

En la vida *afectiva de sentimientos y emociones*, aquella moderación de nuestros abuelos, aquellas sanas y santas expansiones de la vida de familia van cediendo lugar a multitud de impresiones anormales o sin cohesión, a excitaciones precoces o brutales, a temores o deseos exaltados, que se graban o se exageran o se transfieren a objetos indebidos, dando origen a variadísimas fobias, obsesiones, angustia, preocupaciones y tristezas.

En la vida *volitiva de deseos y decisiones*, tampoco son ya aquellas personalidades con normas fijas a que atenerse, esos caracteres que saben encarar la vida y superar sus dificultades, sino por el contrario, son gentes sin principios, sin fuerza de voluntad, hombres y aun jóvenes derrotados hasta el suicidio. O bien, es una multiplicidad de impulsos incoherentes o de deseos inmoderados, procedentes de las excitaciones externas o del instinto desenfrenado, que eliminan la decisión deliberada gobernada por la razón y van produciendo la indecisión, la abulia, la inconstancia y el desaliento, hasta que el ‘Yo consciente y superior’ deja de ejercer el control sobre el ‘Yo bajo e inconsciente’, y la voluntad pierde las riendas para gobernar su mundo psíquico.

Vida agitada y bulliciosa, divertida si se quiere, pero triste, vacía, desaprovechada, atormentada, anárquica. Vida en que no se sabe descansar reposadamente, ni trabajar eficientemente, ni querer de veras, ni dominar los sentimientos y el instinto sexual. Vida, en fin, en que no se sabe ser íntimamente feliz, sino a lo sumo se encubre la tristeza y vacío en un montón de diversiones y pasatiempos.

‘Encontré mi propia vida’, era la frase que repetía una joven de la alta sociedad de Sao Paulo internada hacía meses en un sanatorio de tuberculosos. ‘Hasta aquí no sabía lo que era pensar, sentir y querer por cuenta propia. Viví vida ajena, esclava de las conveniencias

¹⁷⁶ Como se expresa con fineza psicológica el Aquinate: “Todo lo que se opone a la regla de la razón es vicio; y es obrar contra razón el no concurrir a la alegría común o impedir el recreo ameno de los demás. Séneca escribió una maravillosa sentencia: ‘Te comportarás como sabio si sabes mostrarte afable sin perder el respeto ante los demás’. Pecar por defecto en el juego es ‘no proferir siquiera un chiste (*aliquid ridiculum*) ni consentir que los demás bromeen’, pues no toleran la gracia moderada de sus semejantes. Estos hombres son viciosos y se llaman ‘duros y rústicos’ (*duri et agrestes*), según Aristóteles” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, II-II, 168, 4).

sociales. Por fin, en esta soledad e impotencia física, me encontré a mí misma y comienzo a ser íntimamente feliz”¹⁷⁷.

La educación de los afectos, implicará *necesariamente*, aprender a usar de nuestras potencias (inteligencia, voluntad, sentimientos, imaginación, memoria, sentidos externos) de una manera equilibrada y sana, capaz de evitar o corregir todo modo de obrar descontrolado, descentrado y neurótico¹⁷⁸.

5. El cultivo de la prudencia

Un tema clave, sin el cual sería difícil emprender una obra educativa de las virtudes, es el trabajo sobre la prudencia. Hemos hablado más arriba de la función perfecta —en el orden afectivo— de las virtudes cardinales de la fortaleza y de la templanza, con todo el séquito de virtudes que las entornan (magnanimidad, paciencia, longanimidad, perseverancia, constancia, en torno a la fortaleza; castidad, continencia, mansedumbre, clemencia, modestia, etc., en torno a la templanza). Pero estas virtudes no son posibles sin la prudencia. La relación entre la prudencia y las virtudes morales es estrechísima y puede expresarse en dos tesis clásicas: no es posible la prudencia sin las virtudes morales y no es posible la virtud moral sin la prudencia. Se exigen mutuamente. De ahí que muchas veces los problemas afectivos graves tengan por causa un mal cultivo de la prudencia (¡y qué pocos son los que trabajan en desarrollar su prudencia!).

Ante todo, no puede haber prudencia sin virtudes morales. Lo dice con toda claridad Santo Tomás: “La prudencia no puede existir sin la virtud moral”. Y explica el motivo: la prudencia es el dictamen recto (bueno, virtuoso) de lo que debe hacerse en cada momento singular. Para poder determinar lo que hay que hacer en cada momento, la persona tiene que tener en claro dos cosas: los principios morales universales (que el hombre recibe, sea de su *sindéresis*, de la ciencia moral, de la instrucción ética y/o de la revelación divina), y *además* debe tener lo que podemos llamar el *gusto moral sano*, es decir, captar como bueno el bien moral y como malo el mal moral; de lo contrario, los principios morales universales no bastan, porque el razonamiento se corrompe por obra de las pasiones y concupiscencias. Este gusto moral sano (es decir, el tener cierta *connaturalidad* en el afecto hacia las cosas virtuosas) es lo que proporciona la virtud moral (como la templanza y la fortaleza). Equivale a lo que ocurre en el sentido: el catador de vino, para poder reconocer un buen vino, no sólo debe tener en acto su ciencia enológica, sino, además, debe tener sanos el olfato y el gusto (un resfrío o una quemadura en la lengua alteran su apreciación de lo particular, aunque mantenga intactos sus conocimientos generales). La prudencia, por eso, necesita —para dictaminar correctamente— la garantía de la tendencia virtuosa que otorga la virtud moral¹⁷⁹. Cuando no hay virtud moral, pero tampoco hay vicio, ni pasiones actuales que alteren la discreción del sujeto, la prudencia puede actuar, aunque con más dificultad. Pero, si no se adquiere la virtud, siempre se corre el riesgo de la perversión del juicio particular y la consiguiente obnubilación paulatina de la inteligencia en el campo moral.

¹⁷⁷ Irala, N., *Control cerebral emocional*, Buenos Aires (1994), 14-15.

¹⁷⁸ Para este trabajo recomiendo los dos libros del P. Narciso Irala, *Control cerebral y emocional* (Buenos Aires [1994], 112ª edición) y *Eficiencia sin fatiga en el trabajo mental* (Buenos Aires [1994], 10ª edición).

¹⁷⁹ En palabras de Santo Tomás: “La prudencia es la recta razón de lo agible, no sólo en general, sino también en los casos particulares, donde se realizan las acciones. Ahora bien, la recta razón preexige unos principios de los que procede en su raciocinio. Pero es necesario que la razón sobre los casos particulares proceda no sólo de los principios universales sino también de los principios particulares. En cuanto a los principios universales de lo agible, el hombre está bien dispuesto por el entendimiento natural de los principios, mediante el cual conoce que nunca se ha de hacer el mal, o también por alguna ciencia práctica. Pero esto no basta para razonar correctamente sobre lo particular, pues ocurre a veces que este principio universal conocido por el entendimiento o por la ciencia, se corrompe en su aplicación al caso particular por influjo de la pasión, como sucede al concupiscente, a quien, al vencerle la concupiscencia, le parece bueno lo que desea, aunque sea contrario al juicio universal de la razón. Por consiguiente, así como el hombre está bien dispuesto respecto de los principios universales por el entendimiento natural o por el hábito de ciencia, para estar bien dispuesto respecto de los principios particulares de lo agible, que son los fines, necesita ser perfeccionado por algunos hábitos mediante los cuales resulte en cierto modo *connatural* al hombre juzgar rectamente del fin; y esto lo logra por la virtud moral, pues el virtuoso juzga rectamente del fin de la virtud, puesto que según es cada uno, así le parece a él el fin, conforme se dice en el libro III de la *Ética*. Por consiguiente, para la recta razón de lo agible, que es la prudencia, se requiere que el hombre posea la virtud moral” (Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 58, 5).

A su vez, la prudencia es esencial para la adquisición y crecimiento de la virtud moral (justicia, fortaleza y templanza)¹⁸⁰. La virtud moral puede existir en la sensibilidad sin que la persona tenga ciencia, sabiduría o arte alguna (se puede ser casto y no saber matemáticas, ni música, ni pintura), pero no puede haber virtud moral sin la *sindéresis* ni la prudencia. Porque el acto propio de las virtudes morales (el elegir correctamente) no puede darse sin un recto juicio sobre los medios, el cual es posible solamente gracias a los actos intelectuales de consejo, juicio práctico e imperio, que son los tres actos de la prudencia. Para la obra virtuosa se requiere “que el hombre esté bien dispuesto respecto de aquello que se ordena al fin [*medios*], y esto lo hace la prudencia que es buenamente consiliativa, judicativa y preceptiva respecto de aquello que se ordena al fin”¹⁸¹.

El trabajo de adquisición o perfección de la prudencia pasa, indudablemente, por el desarrollo o cultivo de lo que los clásicos han llamado las “partes” o elementos de la prudencia: la memoria (es decir, no sólo el recordar los hechos pasados sino el saber aprender la “lección” que se contiene en ellos; lo que solemos decir: “aprender de la experiencia”); el entendimiento (o estudio y profundización de los principios universales de la moral); la docilidad a las enseñanzas de los mayores, sabios y experimentados; la sagacidad y flexibilidad para interpretar las diversas situaciones; la razón y discernimiento (mucho ayuda la meditación de las llamadas “reglas de discernimiento” que San Ignacio de Loyola indica en sus *Ejercicios Espirituales*); la previsión del futuro (es decir, el tener en cuenta, antes de actuar, el posible desenlace o desarrollo de nuestras decisiones); la circunspección (atención a las circunstancias concretas en que se actúa, es decir, capacidad de “situarse” o “ubicarse”) y la precaución o cautela (cuidado y tiento para no ser engañado por falsas o apresuradas apreciaciones).

6. Educación y disciplina

No hay verdadera pedagogía sobre la afectividad si no hay disciplina, es decir, dominio firme de la voluntad sobre todas las potencias inferiores a ella¹⁸². No debemos olvidar que, como dijimos al comienzo de estas páginas, las potencias inferiores no sólo son no-racionales, sino que, además, están heridas como consecuencia del pecado original con el que hemos venido al mundo. El desorden que estigmatiza nuestros instintos y facultades (*fomes peccati*), permanece incluso después del bautismo. El Concilio de Trento dice que esto sucede *ad agonem*, es decir, para el combate (se entiende que para ganar mérito ante Dios y conquistar el cielo, del que Jesús mismo dice que se deja ganar de los que luchan: cf. Mt 11,12), y, aunque “no daña a quienes no consienten [esta torcida inclinación] y virilmente la resisten por la gracia de Jesucristo”¹⁸³, exige nuestro esfuerzo cotidiano. El Catecismo de la Iglesia Católica ha dicho: “La alternativa es clara: o el hombre controla sus pasiones y obtiene la paz, o se deja dominar por ellas y se hace desgraciado”¹⁸⁴.

Ha escrito Víctor García Hoz: “El esfuerzo es, pues, en el concepto ascético de la educación, el fenómeno central en el cual pivotan todos los demás fenómenos internos que han de dejar huella en la vida futura del hombre, es decir, los fenómenos educativos. No puede deducirse otra consecuencia del examen psicológico del hombre, en el cual ya se consideren una, varias o muchas potencias o facultades, en todas ellas existe como denominador común la energía anímica proyectada en una u otra dirección; es absurdo pensar en operaciones, del tipo que se quiera, sin aplicación de energías, sin esfuerzos”. Y poco más adelante: “Es un concepto monstruoso y antibiológico el pensar en una educación sin esfuerzo, hecha allanando dificultades. Representa esa idea una mutilación de la vida en el sentir de nuestros ascéticos y un lamentable prejuicio que destruye el concepto mismo de la educación, ya que toda educación implica la idea de evolución, y ésta no puede realizarse sin actualización de energía”¹⁸⁵.

¹⁸⁰ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Suma Teológica*, I-II, 58, 4.

¹⁸¹ Santo Tomás de Aquino, *In Eth.*, VI, 10, n. 1269.

¹⁸² Se puede ver sobre este punto: García Hoz, Víctor, *Pedagogía de la lucha ascética*, Madrid (1946).

¹⁸³ Cf. Denzinger-Hünneman, 1515.

¹⁸⁴ *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 2339.

¹⁸⁵ García Hoz, Víctor, *Pedagogía de la lucha ascética*, Madrid (1946), 357-358.

Esto vale para la educación intelectual y cultural; pero mucho más para la educación moral y afectiva. En este campo “la lucha ascética tiene como fin inmediato el robustecimiento de la voluntad, mediante ejercicios ordenados de esta misma facultad. (...) El fortalecimiento moral del hombre mediante la lucha ascética llega a poder someter al mundo, por difícil que sea su moral, y a utilizarle como elemento en la vida moral del hombre”¹⁸⁶.

El resultado de esta lucha, de este dominio y esfuerzo, es la capacidad (que no todos tienen) de decir “no” al mal, al desorden y, lo que es la cumbre de la libertad perfeccionada, a “lo menos bueno” en orden a elegir lo más bueno. Los blandos son, precisamente, quienes no pueden decir “no” a sus caprichos (“No tengo de fiar más / en hombres blandos y tristes”, dijo Boscán).

Este trabajo requiere la práctica de la *mortificación*. En definitiva, no hay educación de la afectividad sin mortificación, aunque la educación de la afectividad no consista *principalmente* en la mortificación, sino en el cultivo de la verdadera libertad, como ya hemos dicho. Pero el problema de la libertad (o sea, del elegir) es que *siempre* implica una renuncia a alguna cosa por otra. Los grandes problemas de “indecisión” de la voluntad, no provienen tanto de una carencia de energía volitiva, cuanto de no estar dispuestos a renunciar a algo. Cuando se quiere todo y no se está pronto para renunciar a nada, es imposible elegir, lo que, a la postre, paraliza el alma y hace perder todo (incluso aquello a que no se quiso renunciar)¹⁸⁷.

La aversión a todo tipo de mortificación o renuncia, es una de las *funestas* causas del desequilibrio educativo y del desorden emotivo en que vive sumergido el hombre actual (así como la contraria reducción de la educación a mortificación y disciplina puede haber sido una de las causas del fracaso educativo de los siglos pasados, fruto de la influencia jansenista y puritana, respectivamente, sobre el catolicismo y el protestantismo de los siglos XVII-XIX). Pero no se puede dudar que “el camino de la perfección pasa por la cruz. No hay santidad sin renuncia y sin combate espiritual. El progreso espiritual implica la ascesis y la mortificación que conducen gradualmente a vivir en la paz y el gozo de las bienaventuranzas”¹⁸⁸. No hay tampoco equilibrio psíquico sin dominio de sí: “Renunciar al vencimiento propio y a la mortificación por dejarse llevar del vicio es una regresión en la evolución o progreso”¹⁸⁹.

Al hablar de *mortificación*, la entiendo en sentido bien amplio, como sujeción de las propias energías inferiores. En términos concretos y prácticos, implica:

- a) Firmeza sin concesiones respecto de las ocasiones de pecado (que en nuestro tiempo pueden presentarse a través de programas televisivos, revistas dudosas, videos, Internet, etc.);
- b) El proponerse (no necesariamente de modo permanente, pero al menos ocasionalmente) renunciando de cosas que no son malas en sí mismas (por ejemplo, privarse algunas veces del tabaco, del alcohol, etc.), e incluso de cosas buenas (recortar el tiempo de descanso, privarse de algunos alimentos, ayunar, etc.), para enseñar al “hermano asno”, como llamaba San Francisco al cuerpo, quién es el que manda.
- c) Purificar la memoria (como dice San Juan de la Cruz) de los malos recuerdos de la vida pasada (voluntarios e involuntarios). Para esto hay que trabajar en la virtud de la esperanza de las realidades eternas.
- d) También considero íntimamente relacionado con este trabajo, la educación del pudor, cuidándose de las falsas “compensaciones” y de los “disfraces de la impureza”. Lamentablemente muchos parecen ignorar que la templanza y la castidad también se pueden manchar con palabras, chistes subidos de tono, groserías y frases de doble sentido, etc. ¿Acaso no vale para todos lo que escribe San Pablo: *La fornicación, y toda impureza o codicia, ni siquiera se mencione entre vosotros, como conviene a los santos. Lo mismo de la grosería, las necedades o las chocarrerías, cosas que no están bien; sino más bien, acciones de gracias* (Ef 5,3-4)?

¹⁸⁶ García Hoz, Víctor, *Pedagogía de la lucha ascética*, Madrid (1946), 362.

¹⁸⁷ Cf. Lukas, E., *Libertad e identidad. Logoterapia y problemas de adicción*, Barcelona (2005), 20-23.

¹⁸⁸ *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 2015.

¹⁸⁹ Irala, N., *Control cerebral y emocional*, Buenos Aires (1994), 184.

7. La vida sobrenatural

Por último, no puede haber educación acabada de la afectividad si no se cultiva la vida de la gracia. Y no me refiero a la gracia natural —o ingenio, buen talante— sino a la gracia divina. Lo señalábamos desde las primeras páginas: el primer desequilibrio humano es la ruptura con Dios; por eso, el primer desequilibrio humano histórico es el pecado original de nuestros primeros padres. La gracia divina es la participación que Dios hace al hombre, por Jesucristo, de su misma vida divina. Y la gracia no sólo *diviniza* al hombre sino que lo hace *perfecto como hombre*. Éste es un principio metafísico: “mientras más participe un efecto de su causa, más perfecto es; por tanto mientras el hombre participa más de Dios, que es su causa primera, más perfecto es (...) Un hombre, pues, con gracia, es semejante a Dios, en el conocer, amar y vivir; tiene más de Dios, participa más del entender, querer y poder a lo Dios, más que un ángel sin gracia; un hombre lleno de gracia es un hombre lleno de Dios, un hombre perfecto, ¡el hombre cabal!”¹⁹⁰. Se dice “cabal” de quien es excelente en su clase, o también lo que es completo, exacto, perfecto. Perfecto y cabal en su alma y en las facultades de su alma como en su cuerpo, y en los sentidos y movimientos de su cuerpo por irradiación de la gracia del alma.

La gracia sana y eleva la naturaleza humana¹⁹¹. Porque nuestra naturaleza no sólo necesita ser elevada a un plano más alto (el divino) sino también curada de sus heridas (las heredadas de nuestros primeros padres y las que nos hemos causado a nosotros mismos por el pecado¹⁹²). El pecado (original —al menos sus secuelas— y actual) en el educando “de suyo previene contra toda buena educación, endurece y petrifica la tierra de las almas en las que se han de sembrar las buenas simientes educadoras, para que no arraiguen o las sequen y ahoguen con las malas hierbas y espinas de los vicios”¹⁹³.

El pecado produce un deterioro en el alma; un cambio *in deterius* (en detrimento); esto vale no sólo para el pecado original (la expresión es usada precisamente en el Concilio de Trento para este pecado)¹⁹⁴, sino análogamente para todo pecado (“hiere la naturaleza del hombre”¹⁹⁵). Esto se traduce en lo que el beato Manuel González calificaba, con plástica expresión, “la fragilidad y la porosidad”¹⁹⁶; o sea, una consistencia de barro. Fragilidad para el bien y porosidad para el mal; a lo que debemos sumar la facilidad para animalizarse que el hombre manifiesta cuando le falta Dios.

De ahí que un programa educativo de la afectividad (sea de auto-educación como de hetero-educación) exija el recurso a la gracia sobrenatural y al organismo sobrenatural (virtudes infusas, dones, oración), y a la oración. Un hombre sin oración es, tarde o temprano, un ser destinado al desequilibrio.

La gracia divina viene, a su vez, circundada de los hábitos operativos sobrenaturales (las virtudes teologales —fe, esperanza y caridad—, los dones del Espíritu Santo y las virtudes morales infusas). Estos hábitos perfeccionan las potencias elevándolas a un obrar sobrenatural y dando al hombre una auténtica connaturalidad con las cosas divinas, un “olfato” sobrenatural; permiten así conocer de modo propio y proporcionado las realidades sobrenaturales y predisponen para ejercer un verdadero discernimiento de las realidades

¹⁹⁰ González, Manuel, *La gracia en la educación*, Madrid (1985), 42-43.

¹⁹¹ “La gracia de Cristo es el don gratuito que Dios nos hace de su vida infundida por el Espíritu Santo en nuestra alma para sanarla del pecado y santificarla” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1999).

¹⁹² “Siguiendo a san Pablo, la Iglesia ha enseñado siempre que la inmensa miseria que oprime a los hombres y su inclinación al mal y a la muerte no son comprensibles sin su conexión con el pecado de Adán” (*Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 403). “Para sanar las heridas del pecado, el hombre y la mujer necesitan la ayuda de la gracia que Dios, en su misericordia infinita, jamás les ha negado” (*ibid.*, 1608).

¹⁹³ González, Manuel, *La gracia en la educación*, 48.

¹⁹⁴ El Concilio de Trento utiliza la frase *in deterius commutatum esse* refiriéndose al estado de Adán tras el pecado: “toda la persona de Adán, por aquella ofensa de prevaricación fue mudada en detrimento, según el cuerpo y el alma” (Concilio tridentino, Sesión V; Denzinger-Hünneman, 1511).

¹⁹⁵ *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 1849.

¹⁹⁶ González, Manuel, *La gracia en la educación*, 65.

genuinamente sobrenaturales. Fundan lo que en teología mística se llaman “sentidos espirituales”¹⁹⁷.

En el plano volitivo, los hábitos sobrenaturales otorgan a la voluntad la perfección sobrenatural de la libertad. Ésta se transforma bajo el influjo perfectivo de las virtudes y dones, en libertad “verdadera y espiritual”, como la llama Santo Tomás¹⁹⁸ o libertad “perfecta”, como dice San Agustín, es decir, libertad respecto del pecado, del error, de las pasiones, de la materialidad de la ley, de la caducidad del tiempo y de la corrupción de la muerte; le otorga al hombre una plena posesión de sus actos, es decir, la capacidad de ser autor de su movimiento hacia el bien auténtico del hombre (movimiento que es, al mismo tiempo, plenamente suyo y plenamente de Dios). Los hábitos sobrenaturales inclinan al bien sobrenatural, haciendo que éste nos atraiga de modo subyugante, lo que hace que el corazón se mueva hacia Dios como a su Bien propio y connatural, libremente elegido e irresistiblemente atractivo. “Si el poeta [Virgilio] —escribía San Agustín— pudo decir: *Cada uno va en pos de su afición*, no con necesidad, sino con placer; no con violencia, sino con delectación, ¿con cuánta mayor razón se debe decir que es atraído a Cristo el hombre cuyo deleite es la verdad, y la felicidad, y la justicia, y la vida sempiterna, todo lo cual es Cristo?... Dame un corazón amante y entenderá lo que digo. Dame un corazón que desee y tenga hambre; dame un corazón que se mire como desterrado, y que tenga sed, y que suspire por la fuente de la patria eterna; dame un corazón así, y éste se dará perfecta cuenta de lo que estoy diciendo”¹⁹⁹.

Si la educación ha de ser educación de la libertad, en la libertad y para la libertad, es fundamental tener en cuenta que no puede haber verdadera libertad si el hombre no es radicalmente sanado y transformado por la gracia y el organismo de hábitos sobrenaturales.

¹⁹⁷ Decía Juan de Santo Tomás: “En virtud misma del don que Dios nos hace de Sí mismo y de la unión que el amor experimenta, la sabiduría mística alcanza las cosas divinas, más unidas a nosotros por el amor, más inmediatamente tocadas y gustadas, y nos hace percibir que lo que es así sentido en la afición es más elevado y excelente que toda consideración de las virtudes cognoscitivas” (Juan de Santo Tomás, *Cursus theologicus*, I-II, 68-70, disp. 18, a. 4, n° 9 y 15).

¹⁹⁸ Cf. Santo Tomás de Aquino, *In Io.*, VIII, 34, n° 1209.

¹⁹⁹ San Agustín, *In Io.*, 26, 4.

A MODO DE CONCLUSIÓN

A menudo, cuando se representa la ópera *Turandot*, de Puccini, el público ovaciona más el papel de Liú, la esclava, que el de Turandot, la princesa, a pesar de que la actuación de la primera sea inferior a esta última. El motivo es simple: Liú se roba contundentemente el corazón del público en la escena en que ella, humilde y mansa, es torturada para que revele la identidad de su amo, el Príncipe *Desconocido*, a quien ella asegura, con una melodía llena de beatitud: *Signor, non parleró*. Cuando la dura y gélida Turandot, ve que se le escapa la única posibilidad de averiguar ese nombre, evitando así un matrimonio que aborrece pero al que está obligada por ley, le pregunta desconcertada:

—*Chi pose tanta forza nel tuo cuore?*

A lo que la esclava, muriendo, responde:

—*Principessa, l'Amore!*

¿Quién puso tanta fuerza en tu corazón? ¡El Amor! Si en la introducción señalábamos, con Dante, que muchos de los grandes problemas humanos, son desviaciones del amor, al terminar debemos decir que también radica en el amor la gran fuerza restauradora del hombre. Es el amor el que produce sus desvíos y es el amor el que produce su transformación y su éxtasis.

Una afectividad ordenada, madura, integrada en la persona, es, en definitiva, una afectividad asumida por la fuerza transformante de un amor ordenado. Un amor ordenado es un amor intenso, profundo, pero jerarquizado y canalizado por un cauce preciso. No pone a los demás —ni a nosotros— por encima de Dios, ni separa al prójimo de Dios. Ama a Dios y ordena todo el obrar del hombre a Dios (¡y ésta es la fuente primordial de todo equilibrio!), y descubre a Dios en todo hombre; es capaz de vigorizar el corazón para volcar todas sus energías en la transformación del mundo, pero no ama el mundo más que el paraíso eterno. Puede dar la vida por los hombres, pero jamás dejará que la afección a un ser humano lo separe de Dios.

Una afectividad ordenada es una afectividad asumida y elevada en un amor capaz de abrirse a lo sobrenatural, universal, sacrificado, capaz de total posesión de sí y, consecuentemente, de plena donación de sí. Sólo un amor así es capaz de hacer milagros y de poner luz donde hay tinieblas, porque el amor no es ciego, como dicen los que confunden el amor con la sensualidad desordenada, sino luminoso (ya que el amor, cuando es verdadero, está empapado de la luz de la prudencia y de la fe) como lo demuestra aquel episodio que relataba un capellán militar —Don Bonini— poco después de terminar la primera guerra mundial: “Plava, 10 de junio de 1922. Anteayer apareció aquí —en valle de Edera— una mujer provinciana de Brescia: ‘*Quiero estar presente durante la recolección de los huesos —me dijo—; ¡tal vez encuentre los de mi hijo! Ayer estuvo impasible todo el día mirando uno por uno los cientos de esqueletos que afloraban en el terreno; esta mañana llegó al lugar antes que los soldados. Cerca del mediodía extrajeron un esqueleto todo triturado; ella se puso en pie y señalando con el índice hacia aquellos huesos desencarnados, gritó en delirio: ‘*¡Ése es mi hijo, ése es mi hijo!*’. Para no contradecirla le dije que podía ser así..., que su hijo ciertamente estaba en aquel cúmulo de cadáveres. Pero la mujer no me escuchaba; se había arrodillado junto a aquellos pobres despojos, acariciaba esos huesos y besaba la calavera con una violencia amorosa que arrancaba nuestras lágrimas. En tanto, los soldados continuaban excavando. A un palmo de distancia, bajo el esqueleto, había una mochila. La abrieron y encontraron cartas; miraron la dirección. ¡Era la de esa pobre mujer!’”²⁰⁰.*

Sí, el amor ordenado se abre camino en el cañaveral de los afectos enmarañados, pone luz en las emociones oscurecidas por el turbión y desentierra los sentimientos que parecían muertos.

²⁰⁰ La carta la reproduce Don Carlo Gnocchi, en su obra *Andate e insegnate, Opere*, Milano (1993), 55.

ÍNDICE

PRÓLOGO

UN ESQUEMA QUE NO PASA DE MODA: EL PURGATORIO DANTESCO

PRIMERA PARTE

LAS PASIONES O EMOCIONES EN SÍ MISMAS 11

CAPÍTULO 1

NATURALEZA DE LA AFECTIVIDAD O ESFERA PASIONAL

- I. Un poco de terminología 13
- II. Aspecto psíquico y fisiológico de la pasión 16
- III. Unidad psico-fisiológica de la pasión 23

CAPÍTULO 2

ORIGEN Y DESARROLLO DE LA PASIÓN 27

- I. La pasión nace de un conocimiento sensible 28
- II. La pasión es distinta de la sensación 32
- III. El desarrollo psicofísico de la emoción 36

CAPÍTULO 3

DIVERSIDAD Y RELACIÓN DE LAS PASIONES 39

- I. Distinción de las pasiones entre sí 39
- II. Relaciones de las pasiones entre sí 43

CAPÍTULO 4

AFECTIVIDAD Y RAZÓN 47

- I. Coincidencia de la pasión y la voluntad 50
- II. La pasión que arrastra la voluntad 51
- III. La pasión que brota espontáneamente del querer intenso 53
- IV. La pasión provocada por la voluntad 55
- V. La pasión dominada por la voluntad 57

CAPÍTULO 5

AFECTOS Y RESPONSABILIDAD 63

- I. La responsabilidad de la pasión y sus actos 64
- II. Consecuencias de esta doctrina 67
 1. El pecado de pasión y el pecado de hábito 67
 2. Atenuación de la culpabilidad en el pecado de pasión 74
 3. La gravedad del pecado de pasión 76
 4. Moralidad de las pasiones y afectos 79

CAPÍTULO 6

EQUILIBRIO Y DESEQUILIBRIO AFECTIVO 83

SEGUNDA PARTE

ALGUNOS DESEQUILIBRIOS EN PARTICULAR 91

CAPÍTULO 1

DESEQUILIBRIOS VOLITIVOS 93

- I. Inestabilidad afectiva 93
- II. Tristeza y melancolía 100
- III. La depresión 107
- IV. La acidia 119

CAPÍTULO 2

ALGUNOS DESEQUILIBRIOS QUE PARECEN AFECTAR MÁS EL CAMPO
COGNOSCITIVO 127

- I. El juicio propio 127
- II. El resentimiento 136
 - 1. Dolor ulcerado 136
 - 2. Perdonar 143
- III. El miedo 152

CAPÍTULO 3

ALGUNOS DESEQUILIBRIOS DEL INSTINTO SEXUAL 163

- I. Castidad y dificultades actuales 163
- II. El desequilibrio sexual 166
- III. El problema de la adicción sexual 174
- IV. Algunos elementos pedagógicos
para la castidad 182

TERCERA PARTE

SOLUCIONES PARA UNA EDUCACIÓN DE LOS AFECTOS

CAPÍTULO 1

RECAPITULACIÓN DE LOS PRINCIPALES FACTORES DESQUICIANTES

CAPÍTULO 2

VIRTUDES Y AFECTOS 199

- I. Educar por las virtudes 199
 - 1. Continencia y virtud 200
 - 2. Fortaleza 203
 - 3. Templanza 207
- II. Recursos educativos de la afectividad 209
 - 1. La función educadora de la belleza 209
 - 2. La función educativa del ideal y el sentido 212
 - (a) El ideal 212
 - (b) El “sentido” 215
 - 3. La función educativa del esparcimiento 217
 - 4. Función educativa de la higiene mental 221
 - 5. El cultivo de la prudencia 223
 - 6. Educación y disciplina 226
 - 7. La vida sobrenatural 230

A MODO DE CONCLUSIÓN

ÍNDICE