

## Amar y sentir es vivir plenamente

Gilberto Urrutia

Sentir es lo primero y lo más importante en la vida. Esa necesidad primordial humana la conocemos desde el mero inicio de nuestra existencia: al nacer. El neonato en sus primeras horas, días y semanas de haber nacido no piensa, no razona, no analiza, él únicamente ama y siente. Su existencia y su frágil cuerpecito dependen absolutamente de sus instintos biológicos básicos, los cuales son manifestados a su madre y al mundo exterior, por su capacidad de sentir hambre, sed, dolor, frío, calor, así como también de percibir el amor, el cuidado y las atenciones de su madre. Como segunda fase del desarrollo natural del infante y de su estrecha relación con su madre, se crean entonces inmediatamente entre los dos seres, los lazos invisibles de amor, ese maravilloso sentimiento, al cual podemos llamar: el más grandioso y sublime de los sentimientos humanos.

Por lo tanto, ya desde el comienzo de la existencia humana, el vivir y el sentir forman una unidad monolítica, inseparable y recíproca, la cual no sólo representa una realidad indiscutible, sino que además muestra claramente la interacción de dependencia mutua que existe entre el cuerpo y el alma, relación ésta de suprema importancia, para que cualquier ser humano sea capaz de lograr su desarrollo integral y una vida plena conforme a su naturaleza compuesta de una dimensión corporal y una espiritual.

### **Importancia e influencia de los sentimientos en nuestra existencia**

En nuestro mundo interior los sentimientos constituyen el pegamento que articula nuestra experiencia para generar creencias y comportamientos que se expresan en valores fundamentales, principios de vida, rutinas y realización de potencialidades.

Es por eso, que el escritor checo Milan Kundera llega a afirmar: *“no son los pensamientos aquello que me constituye, sino mis sentimientos: siento, luego soy.”* En un fragmento de su novela *La inmortalidad*, Kundera subraya el peso y la influencia del sufrimiento humano en el proceso de tomar conciencia de nuestro propio yo.

Los sentimientos no son otra cosa que comunicaciones reales y llenas de significado de cómo mejorar nuestra vida y nuestra relación con el mundo. Cada sentimiento activa en nuestro cuerpo la bioquímica celular, las hormonas y los neurotransmisores. A través de un proceso metabólico, los sentimientos se traducen en energía física y en movimiento, convirtiéndonos así literalmente en lo que sentimos.

La manera como sentimos determina nuestras actitudes frente a la vida. Los seres humanos estamos estructurados por tres energías internas: sentimiento, pensamiento y movimiento; una energía traduce a la otra y la armonía entre ellas genera congruencia. Nuestros sentimientos dan sentido y orientan la calidad de nuestra existencia.

No hay decisiones sin emociones. No podemos tomar una sola decisión que no sea por medio de una emoción. En el sistema límbico que regula las emociones, están los poderes más primitivos del cerebro y que son la guía para las decisiones de nuestro organismo.

Las emociones como el miedo, la seguridad, la ira, el amor, la tristeza y la alegría no son sólo complementos del intelecto. Éllas aseguran nuestra supervivencia. Sin sentir el asco, comeríamos el moho. La ira nos hace atentos y el miedo nos hace actuar y reaccionar. Y cuentan también en la toma de decisiones importantes.

Los sentimientos proporcionan a la persona su instalación en el mundo. Constituyen, por ello, un a priori de todo conocimiento, son el punto de vista propio, particular del sujeto. Los sentimientos revelan nuestro modo de estar en el mundo, previo a la escisión que establece la razón entre sujeto y objeto. Todo nuestro conocimiento está teñido por los sentimientos como los colores de un cuadro; se podría decir que constituyen el color o la música de todas nuestras experiencias. Los sentimientos nos dan lo familiar, el mundo íntimo, personal, aquello con lo que yo estoy íntimamente comprometido: mi mundo personal. Y también el entorno socio-político que la persona puede llamar suyo: el sitio (ciudad, pueblo, etc.) donde ha nacido, su país, en resumen, la cultura a la que pertenece y donde hunde sus raíces.

A diferencia de los pensamientos, los sentimientos sólo pueden sentirse, y por lo tanto son propios de la persona que los siente, y además son únicos e intransmisibles.

Mi dolor, por ejemplo, lo siento únicamente yo, tu dolor es sólo tuyo y más nadie en el mundo lo puede sentir como tú, ni a nadie se lo puedes transferir.

Precisamente por esa razón, el dolor y el sufrimiento nos conectan y comunican con nuestro verdadero yo, con nuestra alma, con nuestra consciencia.

Durante esos momentos en que sufrimos, en que sentimos dolores, o bien cuando estamos siendo afligidos por una enfermedad, abandonamos nuestros acostumbrados papeles o roles que desempeñamos siempre en la vida cotidiana, dejamos de aparentar lo que no somos, y aflora así entonces, nuestro propio yo sin ningún tipo de fingimiento.

La enfermedad y el sufrimiento no son más que procesos naturales e inevitables, que obligan al cuerpo y al espíritu a sentirse mutuamente, y además, conducen al ser humano a ensimismarse, a centrarse en sí mismo, a comprenderse, a encontrarse primero consigo mismo y seguidamente con Dios.

De los sentimientos y emociones que sentimos en carne propia podemos entonces deducir, que son absolutamente nuestros y verdaderos, por el contrario, del inmenso caudal de pensamientos que fluye permanentemente por nuestra mente, no podemos afirmar con plena certeza que todos son nuestros, ya que nuestros pensamientos originarios se encuentran mezclados con aquellos pensamientos ajenos, que hemos incorporado y aceptado durante nuestra crianza, educación y evolución personal.

Otra característica muy específica y exclusiva de los sentimientos es su condición de ser universal en los seres humanos de todos los tiempos.

Así como la función de la respiración la realiza cada ser humano de manera imperceptible y libre, igualmente cada persona siente y experimenta sus sentimientos y emociones, independientemente de la edad, del grado de educación, del estrato social, de la raza, de la cultura, de sus capacidades y de la inteligencia. Mientras que los pensamientos van cambiando en el transcurso de la vida según nuestro estado de desarrollo y las experiencias vividas, y son además, muy influenciados por esos factores mencionados.

Si recordamos y tomamos en cuenta el hecho de que durante toda la historia de la humanidad, según los testimonios de los pueblos y civilizaciones antiguas conocidas, sólo un minúsculo grupo de personas privilegiadas de cada comunidad

que existió en nuestro planeta, supo leer y escribir, y que por lo tanto, casi la totalidad de los seres humanos que existieron anteriormente fueron analfabetas, humildes en bienes materiales y vivieron de forma sencilla y en condiciones de subsistencia.

Si las condiciones de vida de la gente fueron así en la antigüedad, estoy seguro que ustedes también coincidirán conmigo, en que sería completamente inconcebible y absurdo pensar, que Dios como Creador amoroso y justo que es, le haya otorgado más poder y más influencia a la capacidad de pensar y de conocer del hombre, que a la capacidad de sentir y de percibir emociones, para poder alcanzar una vida plena y llena de sentido.

Solamente tenemos que imaginarnos las condiciones de analfabetismo y de oscurantismo en que vivieron durante milenios las grandes mayorías de las civilizaciones precedentes, para admitir y estar de acuerdo con la tesis de que son nuestros sentimientos y no nuestros pensamientos, los que nos conectan con nuestro propio ser interior, y que por esa razón, sentir es lo primero y lo más importante en la vida de los seres humanos.

No son los altos estudios universitarios, ni el uso de la tecnología avanzada, ni las nuevas comodidades materiales, ni la abundancia del consumo de bienes, ni la cantidad de actividades varias que nos ocupan, ni mucho menos las numerosas distracciones o aficiones con las que pasamos el tiempo libre; lo que le da plenitud, sentido y apasionamiento a la vida humana. Y no puede ser cierto por la sencilla razón, de que los miles de millones de personas comunes que existieron antes de nosotros y que no tuvieron nada de eso del mundo moderno que disponemos ahora, vivieron indudablemente una vida plena e intensa y seguro que no vegetaron como plantas.

La vida humana auténtica, es todo lo que sucede y transcurre de manera oculta y secreta en tu vida interior, lo que piensas, sientes, crees y esperas. El tipo de sentimientos y de emociones que percibes, su fuerza, su frecuencia, su duración. Siendo el amor lo más importante de la vida humana, porque es su principal guión. Y así como lo expresa bellamente la letra de una canción latinoamericana: *Amor es el pan de la vida, amor es la copa divina.*

Son también de capital importancia los estados del alma como: tener fe en Dios, una conciencia tranquila, paz interior y esperanza.

En estos tiempos modernos en que vivimos, se ha enfocado toda la atención de las escuelas, universidades y comunidades científicas, en la capacidad racional del hombre y en el entorno material exclusivamente, descuidando su dimensión espiritual y emocional hasta tal punto, que ha terminado siendo menospreciada e ignorada.

Cada sociedad, así también como cada familia en particular, enseña diferentes formas de expresar o reprimir emociones y sentimientos.

Desde que los niños son muy pequeños, los adultos comenzamos este proceso de formación del carácter, tanto en forma explícita (diciendo cómo pueden o no expresar ciertos sentimientos) como en forma no explícita, es decir, a través de nuestra propia forma de ser. Los niños aprenden principalmente por imitación, por lo tanto si nos ven reír aprenderán a celebrar las cosas buenas y reírse; si nos ven de mal humor aprenderán a irritarse cuando se enojen.

Si bien estos aprendizajes pueden resultar necesarios para que los niños se adapten al medio que pertenecen, también pueden dificultar la toma de contacto con ciertas emociones y sentimientos que no desaparecen, sino que se transforman.

En algunas culturas el lenguaje de los sentimientos no es tomado en cuenta (por ejemplo, nadie se toma el tiempo para oír las penas de los demás), pero sí se pone atención cuando alguien manifiesta un dolor físico. De esta forma, los padres enseñan a sus hijos que el lenguaje de los sentimientos y emociones se limita a las manifestaciones corporales, volviéndolos personas que se quejarán frecuentemente de diversas dolencias físicas sobre todo para buscar afecto.

De hecho, se ha visto que guardarse la expresión de las emociones puede terminar en verdaderos trastornos de la salud, siendo los hombres quienes más padecen de estas enfermedades llamadas psicósomáticas.

Pareciera que expresar con gestos o palabras lo que sentimos, es una necesidad para mantener sano el organismo, evitando así el peligro de que nuestra inhibición emocional se traduzca posteriormente en dolencias o enfermedades orgánicas graves.

Todos sentimos y percibimos nuestros sentimientos, pero entendemos poco de ellos. Explicar con palabras lo que sentimos es una tarea sumamente difícil, y muchas veces, es sencillamente imposible.

Para poder tener conciencia de nuestro estado emocional, no sólo debemos darnos cuenta de como nos sentimos, sino también entender nuestros sentimientos y saber reconocerlos en los demás.

La inteligencia emocional implica la capacidad de usar la razón no para reprimir las emociones, sino para tenerlas en cuenta, saber expresarlas oportunamente y apoyarnos en ellas en el momento de tomar decisiones.

El pintor norteamericano Daniel F. Gerhartz escribió un poema titulado Aprendiendo a usar mi alma, el cual comienza expresando lo siguiente:

*„Aprendo a usar el alma porque es la única forma de sentir la vida, de sentirme vivo, de conocer y empaparme de amor de verdad, de palpar con todo mi cuerpo y no sólo con el corazón.»*

Las emociones no se pueden elegir, ellas surgen o brotan en nosotros afectando nuestro estado anímico o emocional, lo que si tenemos es el poder de reprimirlas o de reconocerlas y aceptarlas, para después poder expresarlas de acuerdo a lo que nos dicte la razón en el momento y a la situación particular en que nos encontremos.

Los sentimientos son un misterio digno de explorar con los ojos abiertos, si lo que buscamos es comprender más este complejo mundo interior nuestro, como también conocernos mejor a nosotros mismos.

### **Efectos del racionalismo y del avance de las ciencias modernas**

Aunque se sabe desde hace mucho tiempo, que para la conducta humana es más determinante el sentimiento que el pensamiento, sin embargo, en los últimos 100 años las ciencias modernas de la mente humana han estado considerando los sentimientos como subproductos de los pensamientos y hasta contaminantes de los mismos.

Desde que se inició en Europa, la época de las luces y del racionalismo en el siglo XVIII, y con ellos, el avance incontenible de la educación, las ciencias y de la tecnología, se fue gradualmente consolidando la creencia, de que lo más importante y conveniente para el desarrollo del mundo y la sociedad modernos, era fomentar el desarrollo de las capacidades intelectuales y aumentar la adquisición de conocimientos.

Cómo durante décadas, la civilización occidental se ha preocupado al máximo por la educación intelectual y sus rendimientos, es por esa razón, que hoy en día, se

admira más la inteligencia y la sabiduría de una persona que su capacidad de amar, y como consecuencia de esa nueva creencia, el descuido en lo afectivo ha sido enorme.

Refiriéndose a esa situación, el psiquiatra colombiano Luis Carlos Restrepo, afirma: *“Los ciudadanos occidentales sufrimos una terrible deformación, un empobrecimiento histórico que nos ha llevado a un nivel nunca antes conocido de analfabetismo afectivo. Sabemos sumar, multiplicar y dividir; pero nada sabemos de nuestra vida afectiva, por lo que seguimos exhibiendo gran torpeza en nuestras relaciones con otros, campo en el que cualquiera de las culturas llamadas exóticas o primitivas nos supera en creces”*

Según el señor Restrepo, esta separación entre el entendimiento y la afectividad se debe a una elección por parte de la sociedad moderna de una percepción mediada por nuestros receptores sensoriales a distancia como son la vista y el oído. Así occidente prefirió el conocimiento a través de estos dos receptores a distancia conformando una cultura basada en la formación audiovisual.

La subestimación de nuestros propios sentimientos y el hecho de considerarlos como algo totalmente secundario en nuestras vidas, se ha convertido en la más grave deficiencia social y en la causa más relevante tanto del empobrecimiento afectivo como del vacío existencial que se han estado propagando rápida y silenciosamente en las sociedades modernas.

A medida que los tiempos avanzan y nos adentramos en el siglo XXI, nuestras sociedades se alejan cada día más de la posibilidad de lograr lo que tanto ansían: paz interior, armonía, equilibrio psicológico y emocional.

Los problemas emocionales en las sociedades modernas han aumentado vertiginosamente, convirtiéndose en una verdadera epidemia de nuestra civilización, tanto es así, que en Norteamérica y en Europa los consultorios existentes de psiquiatras y de psicólogos no dan a basto para la tremenda demanda que existe. Como respuesta a ésta situación y a la dificultad de conseguir un cupo de tratamiento en un consultorio profesional, han surgido una organización privada de autoayuda similar a la de alcohólicos anónimos, que se llaman emocionales anónimos.

## **Lo que dijeron sobre los sentimientos algunos de los grandes filósofos**

### **Henri Bergson**

El filósofo Henri Bergson aseveraba que sin recuerdos no poseeríamos una auténtica personalidad, pues ¿qué somos nosotros? ¿qué es nuestro carácter sino la condensación de la historia que hemos vivido desde nuestro nacimiento, antes de nuestro nacimiento incluso, dado que llevamos con nosotros disposiciones prenatales?

Los recuerdos se encuentran íntimamente ligados a los sentimientos y las vivencias y como estos a la temporalidad. Al transcurrir las vivencias durante el tiempo, su permanencia como recuerdos conforma nuestro Yo. Así, los recuerdos pasan a convertirse en una suerte de "certificado" de nuestra existencia, conforman nuestra persona, nuestro ser, deseamos que perduren y tememos que con nuestra muerte desaparezcan y se pierdan.

El amor es la mayor fuerza de origen divino que existe en todo el Universo, y para estar en contacto con ella, hay que primero consentirla para poder sentirla y estar conectado con ella.

### **Miguel de Unamuno**

Para Miguel de Unamuno, la raíz de la existencia humana es *el sentimiento trágico de la vida*.

Lo que Bergson llama *emoción fundamental*, Unamuno lo llama *sentimiento trágico*. No suelen ser nuestras ideas las que nos hacen optimistas o pesimistas, sino que es nuestro optimismo o nuestro pesimismo el que hace nuestras ideas.

A la luz de estos textos es cuando adquiere luminosidad la doctrina de Unamuno sobre los estados de conciencia, impregnados de fe y esperanza. La doctrina teológica conexiona estas virtudes mostrando cómo de la fe brota la esperanza. Porque creemos en Dios esperamos en Él, porque creemos en el amor infinito que Dios nos ha revelado en Cristo, ponemos en Él toda nuestra confianza, toda nuestra seguridad. La esperanza nos impulsa a anhelar el reino de los cielos, que es nuestro fin último.

Bergson por su parte afirma, que las grandes ideas, nuestro modo de pensar, no son un producto meramente intelectual, sino que tienen un manantial oculto en la conciencia. Este manantial oculto es la emoción fundamental que define nuestro más íntimo ser.

Para llegar a su grado supremo, la *intuición*, es necesario pasar por una serie de estadios anímicos. El primero de estos estadios, de donde parte todo el proceso cognoscitivo, es la *emoción* para Bergson, el *sentimiento trágico* para Unamuno. De ellos brotan nuestras ideas. Ellos son la fuente de la moral del héroe, de la religión del santo, de la invención del genio y toda creación literaria o artística bebe sus aguas inspiradoras en este escondido manantial del espíritu.

Unamuno fue un escritor polémico que no quiso callar lo que otros muchos callan. Advertía que, con demasiada frecuencia, el ser humano huye, corre y se enreda en un activismo febril, con tal de no «sentirse a sí mismo», con tal de eludir lo más intenso e íntimo, por el esfuerzo que exige llegar a ello. Es la llamada «pereza espiritual».

Quiso profundizar sobre la experiencia del sufrimiento, sabiendo que al igual que el dolor físico nos hace experimentar nuestro cuerpo, el dolor espiritual, la angustia, nos permite darnos cuenta del alma y nos lleva a descubrir la interioridad y la individualidad, despertando del sueño de la inconsciencia. El pensamiento que no nos duele es un pensamiento muerto, es un puro esqueleto; en cambio, de noche y a oscuras es como uno puede llegar a ver en desnudo su alma.

### **Blas Pascal**

*«Digo que el corazón ama naturalmente a Dios; y se ama naturalmente a sí mismo si a ello se entrega; y se endurece entre lo uno y contra lo otro, según elige. Es el corazón el que siente a Dios y no la razón. La fe es esto: Dios sensible al corazón, no a la razón. Conocemos la verdad no sólo por la razón, sino también por el corazón.»*

Frente a la demostración cartesiana que concluye en la certidumbre acerca de la existencia de un «yo pienso», Pascal opone la incerteza y la imposibilidad de cualquier prueba racional a la que opone las «certezas del corazón» que siente sus verdades y no las deduce de principios. Es en el corazón y no en la razón donde se juega la partida por encontrar la trascendencia hacia lo infinito y con ello la felicidad.

Con su famoso adagio *«el corazón tiene razones que la razón no entiende»*, Pascal introduce la importancia fundamental de los sentimientos en el conocimiento de la subjetividad y, por tanto, de la persona. Pascal pone en guardia frente a los racionalismos excesivamente abstractos en la consideración del hombre: *la verdad, sin la participación decisiva del corazón, corre el riesgo de extenuarse*.

### **Soren Kierkegaard**

*"Quien esperó lo imposible es el más grande de todos"*

La fe es un camino singular, es la pasión por lo imposible.

Para Kierkegaard, la angustia es una experiencia fundamental del ser humano:

*"La función esencial de la angustia no es relación con el decir, sino su relación con lo real".*

En toda su obra se vislumbra un método de transmisión ligado a la experiencia subjetiva, una narración reflexiva del acontecer interno, que a partir de lo íntimo y singular muestra el rasgo universal de la experiencia humana. El problema central es el de la persona, para defenderla no recurre a la filosofía, a la razón, sino a la religión, a la fe.

Según Kierkegaard el mundo existe porque Dios lo hace existir y considera que en la religión se esconde el secreto de la vida, la solución de nuestro único problema que es el de nosotros mismos como personas. Lo que considera importante es encontrar una idea con un sentido por la cual pueda vivir o morir, la razón de la existencia, un principio de vida.

### **San Agustín de Hipona**

*«Te doy un breve precepto: Ama y haz lo que quieras: si callas, calla por amor; si gritas, grita por amor; si corriges, corrige por amor; si perdonas, perdona por amor; ten dentro la raíz del amor, de la cual no puede brotar sino el bien» (Exposición sobre la 1 a epístola de san Juan, 7, 8) San Agustín*

### **Ortega y Gasset**

*«Todo vivir es vivirse, sentirse vivir, saberse existiendo»*

Los objetos meramente físicos no tienen una noticia de sí mismos, no se sienten ni se saben a sí mismos, nosotros sí.

El saber al que se refiere es una conciencia inmediata de lo que estamos viviendo, de lo que estamos haciendo o padeciendo o queriendo, es un enterarse.

Nuestra vida no sería nada si no nos diésemos cuenta de ello, *"sin ese saberse, sin ese darse cuenta el dolor de muelas no nos dolería".*

### **Santo Tomás de Aquino**

Lo esencial de la vida moral es que coincidan nuestros sentimientos con lo que es lo mejor para nosotros. Somos por naturaleza seres amantes, pero debemos aprender a amar las cosas adecuadas de modo apropiado. Hemos de educar nuestros afectos para que reaccionemos correctamente a todo lo que tenemos delante, amando lo bueno, odiando lo que es malo, sintiendo tristeza por la pérdida de lo que es realmente un bien, ira cuando lo vemos amenazado y temor cuando cabe la posibilidad de que sea vencido. Al contrario de lo que muchos piensan y de cómo muchas veces se ha interpretado el pensamiento del Aquinate, lo que importa en la vida moral no es negar las pasiones o intentar reprimirlas, sino cultivarlas hasta que nos faculten para hacer bien. La vida moral cristiana, insiste Tomás, no requiere extirpación de las pasiones, sino su transformación. La moralidad necesita de las pasiones porque, solo cuando algo nos importa, somos capaces de hacer alguna cosa. Santo Tomás valora los sentimientos, las pasiones y las emociones en su justo punto. Para él, la moralidad se mantiene gracias cultivo de un amor correcto al que permitimos la dirección nuestras vidas.

Este es el esquema de la vida moral que expone Tomás: el amor empeñado en la búsqueda de su plenitud en el gozo. Sabe que es necesario sentir para poder actuar; por eso, nuestras pasiones y afectos le parecen cruciales y no los desprecia en su discusión sobre la vida moral. Son el eje de la vida moral, porque lo que al final llegamos a hacer gira sobre lo que amamos y sobre cómo lo amamos, sobre lo que escogemos para hacernos felices y sobre lo que nos puede entristecer. En este

sentido, el amor conforma todo lo que hacemos porque el deseo de lo que amamos nos mueve a su búsqueda a través de la acción. En nuestra vida se dan una multitud de amores y empeños, y cada uno de ellos guía, forma y transforma nuestra vida. Nuestros sentimientos son parte fundamental e indispensable de nuestra existencia y Tomás quiere establecer un diálogo con ellos para definir su papel en la vida moral y descubrir por qué tienen tanto poder sobre nosotros. Despreciarlos sería ignorar una parte vital de nosotros mismos; considerarlos irrelevantes en una discusión sobre la moralidad es plantear una ética que solo puede dañar.

Santo Tomás llama pasión al amor. Una pasión es signo de una deficiencia, una confesión de necesidad. El término significa la necesidad de un desarrollo posterior, habla de una indigencia que anhela superación; sin embargo, también reconoce que la plenitud no es algo que podemos darnos a nosotros mismos, la adquirimos por medio de la acción de otro. Decir que el amor es la llave de nuestra salvación moral e identificarlo con una pasión equivale a saber que nuestra perfección llegará gracias a la recepción de un bien que nos falta y que, además, ese bien nos ha de venir de mano ajena, puesto que por naturaleza somos incapaces de proporcionárnoslo a nosotros mismos.

Llamar pasión al amor no solo significa que tiene que ocurrirnos algo más, sino también que ese «más» no depende de nuestro empeño en hacer, sino de la influencia que recibamos del otro. Estamos ante una relación que va de «la potencia a la realidad», una relación que se encuentra entre la promesa y la posible realización. Tomás insiste en que tal realización no es obra de nuestras propias manos, sino que nos llega a través de la ternura de un amor mejor. Como veremos, esta intuición es la que sostiene la convicción del Aquinate de que las virtudes se perfeccionan no por nuestro propio esfuerzo, sino por el Espíritu del Amor activo en nosotros.

Esta idea cambia nuestra manera de pensar sobre el amor. Tomás habla de él como de aquello que nos perfecciona, pero no en el sentido de que alcanzamos la perfección en cuanto a lo que hacemos. Nos perfecciona porque su actividad explícita es llevarnos a lo que nos llena. La estrategia del amor es abrirnos gradualmente al Amor, del que vienen todas las cosas. Si Dios y los demás nos hacen vivir, entonces nuestro amor nos perfecciona, no porque desarrolle una capacidad innata en nosotros, sino porque nos acerca más a los que pueden llevarnos a nuestra plenitud.

Ser hombre significa recibir lo que nos falta para ser plenos, reconocerse como vulnerable es abrir la puerta a todo lo que nos puede dar lo más glorioso de la vida.

Cuanto más nos acercamos a Dios, somos mejores, porque Dios es la excelencia en la que todo se vuelve bueno. Nosotros, estrictamente hablando, no nos hacemos buenos sino que nos transformamos, nos renovamos y nos fortalecemos por la acción del amor de Dios en nosotros, que cura y salva. Por eso, llamar pasión al amor y hacer de él la madre y raíz de las virtudes podría ser el elemento metodológico más brillante de Santo Tomás.

Una pasión significa que algo es más perfecto cuanto más recibe de la fuente de su perfección. No puede perfeccionarse a sí mismo porque la fuente de su perfección está fuera de él. El término pasión implica que el paciente sea atraído hacia algo que hay en el agente.

En la vida moral, nosotros somos los «pacientes» y Dios es el «agente», es decir, que Dios es el que actúa y nosotros los que debemos abrirnos para recibir. Somos pacientes tratados y sanados por el amor divino.



Esto significa que tenemos necesidad de una curación que solo podemos recibir y que, de hecho, recibimos de Dios. Significa que estamos rotos, heridos, a menudo destrozados en nuestras vidas.

Es Dios, que actúa en nosotros por medio del Espíritu, el que nos fortalece; así, cuanto más enamorados nos acercamos a Dios, más intenso es su amor redentor por nosotros, más nos perfecciona, más irresistible, penetrante y eficaz resulta para nosotros. Según Santo Tomás, la vida moral consiste en nuestra continua rehabilitación a través del amor santo que nos redime, y el hecho de no merecer este amor no tiene importancia; solo necesitamos la suficiente humildad para poder recibirlo.