

EL COMPLEJO MUNDO DE LA AFECTIVIDAD

Tomás Melendo Granados
Gabriel Martí Andrés

EL COMPLEJO MUNDO DE LA AFECTIVIDAD (MATERIALES DOCENTES DE EDUFAMILIA)

Tomás Melendo Granados
Gabriel Martí Andrés

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN

1. ¿Es posible conocer la afectividad?.....	1
1.1. Las dificultades	1
1.2. La afectividad, realidad global	3
1.3. ¿Una causa para cada sentimiento?.....	3
2. ¿Cómo abordar su estudio?.....	4
2.1. La visión de conjunto y el «oído atento al ser de las cosas»	4
2.2. Volver una y otra vez sobre lo ya aprendido	5

II. ¡ADENTRO!

1. Por qué la afectividad.....	7
1.1. En cualquier tiempo y circunstancia	7
1.2. En la actualidad	9
1.3. Un poco de historia.....	10
1.4. Conclusión	13
2. Una explicación más cercana y de fondo	17
2.1. El diagnóstico.....	17
2.2. El sentimentalismo, manifestación de subjetivismo extremo.....	20
2.3. ¡La juventud!.....	22

III. ¿DEFINIR LOS SENTIMIENTOS?

1. Análisis básico de los sentimientos.....	29
1.1. Una realidad huidiza.....	29
1.2. Y una descripción elemental	30
2. Estudio más pormenorizado de los sentimientos	34
2.1. Las tendencias humanas.....	34

IV. ¿CLASIFICAR LOS SENTIMIENTOS?

1. Un primer intento	41
1.1. El «amor» como sentimiento de base.....	41
1.2. Otros tres sentimientos derivados del «amor»	43
1.3. Dos sentimientos más	44
1.4. Y los tres últimos.....	45
2. La complejidad de los sentimientos	46
2.1. Ampliando el panorama.....	46
2.2. Y ahondando un poco en él.....	48

V. UNA VISIÓN DE CONJUNTO

1. Los "niveles" de la afectividad.....	51
1.1. La afectividad del espíritu	51
1.2. Todo en el hombre es humano	53
1.3. Los sentimientos «humanos».....	55
2. Génesis de los sentimientos.....	60
2.1. El papel de las tendencias.....	61
2.2. La función del conocimiento	63
2.3. La conjunción de ambos.....	64

Asociación Edufamiliar

I. INTRODUCCIÓN

1. ¿ES POSIBLE CONOCER LA AFECTIVIDAD?

1.1. Las dificultades

El estudio de la afectividad lleva aparejados varios problemas muy particulares, que se convierten en insuperables si, al menos, no se los saca a la luz e intenta poner remedio. Esas dificultades podrían resumirse en dos:

①. La afectividad se nos presenta como una realidad compleja y global, que atañe a toda nuestra persona; pero no podemos sino estudiarla de forma analítica, paso a paso, aislando unos elementos que no gozan de realidad sino en el conjunto: como si tomáramos la fibra de un tejido, la analizáramos al margen de él... y pretendiéramos estar conociéndolos —la fibra y el tejido— de manera correcta.

②. Muy a menudo, en los fenómenos emotivos o sentimentales, la relación causa-efecto no es demasiado clara... o incluso se desconoce por completo; y como el ser humano tiene una acentuada tendencia a entender la realidad explicando o descubriendo sus causas, cuando esta operación resulta imposible o muy ardua, el saber obtenido también se torna muy pobre.

Cabe ilustrar estas afirmaciones mediante algunos ejemplos.

Pero antes me gustaría hacer una observación. Durante siglos se ha dicho que «*de nominibus non est disputandum*: que no vale la pena discutir sobre los nombres».

Muy probablemente esto resultaba cierto cuando el punto de referencia de las conversaciones era la realidad conocida a través de la inteligencia o, si se prefiere, aunque no sea del todo exacto, *lo comprendido* por las distintas personas.

Hoy no sucede así. Por motivos de muy diversa índole y alcance, pero que se apoyan mutuamente, las palabras se han desligado del pensamiento y de la realidad.

Como consecuencia: ya no son propiamente un medio que conduce nuestra atención hacia el pensamiento del otro (y hacia la realidad), sino un punto de llegada, algo sustantivo, que vale por sí mismo... con independencia del pensamiento (y las realidades) que lo sustenten: en vez de dirigir nuestra mirada y capacidad de comprensión hacia lo que nuestro interlocutor piensa y conoce realmente, el «lenguaje absolutizado» hace que nos detengamos en las palabras mismas; una de las más nefastas consecuencias de este hecho, fácil de comprobar en cuanto se le presta un mínimo de atención, es que las palabras se han convertido hoy en uno de los instrumentos de mayor alcance para «manipular» el conocimiento: para «transformar» una realidad en otra, para «confundir» a las personas, para hacer pasar como de ley una mercancía averiada, etc.; el uso fraudulento de los vocablos y expresiones —la «manipulación del lenguaje», como se suele llamar— conduce a bastantes personas a dar por bueno lo que, si se expresara de la manera adecuada y pudiera ser bien conocido, sin duda sería rechazado.

Por ejemplo: se habla de «pre-embrión» para aludir a una realidad inexistente (el pre-embrión en sentido estricto, si quiere darse algún valor a este término, serían el espermatozoide y el óvulo antes de su unión; una vez fecundado el óvulo, lo que existe es ya una nueva persona en la fase embrionaria... nunca pre-embionaria); de «interrupción del embarazo», para eliminar la fuerza emotiva que lleva aparejado el eliminar a una persona, de modo que se admita y legalice el aborto voluntario; de «homofobia», para desautorizar (tratándolos propiamente como enfermos mentales: la fobia está calificada por la OMS como anomalía psíquica) a quienes no consideran normal la homosexualidad... no hace mucho conceptuada ella misma como enfermedad; de «libertad» para aludir con frecuencia a la irresponsabilidad de quien actúa en contra del ser humano, sin tener en cuenta las consecuencias de sus actos; de «amor» para referirse a una mera pasión o al juego de los instintos... y un muy dilatado etcétera.

Ponerse de acuerdo sobre el significado de los distintos vocablos
y expresiones es algo que debe cuidarse con esmero

Todo lo cual lleva a sostener que hoy día, sin fanatismos ni salidas de tono, el ponerse de acuerdo sobre el significado de los distintos vocablos y expresiones es algo que debe cuidarse con gran esmero y, muchas veces, la clave para entenderse mutuamente.

Aclarado este extremo, hay que añadir que el empleo del lenguaje nunca es unívoco, sino que, según la propia biografía y las costumbres al uso, una misma realidad puede expresarse de maneras diferentes.

Pero eso no impide que su análisis ayude a menudo a comprender aquello que designa.

1.2. La afectividad, realidad global

En nuestro caso, debería servirnos para advertir el carácter global de la afectividad, comparándolo con otros fenómenos más localizados: y, así, cuando digo que me duele *la cabeza* o *el estómago*, que me han dado *una buena noticia*, que siento una especie de pinchazo en *el corazón*, que he conocido a *una persona* agradable o desagradable, que *la situación nacional* es desastrosa o que está mejorando..., aquello a lo que me refiero en fin de cuentas es siempre algo determinado: la cabeza, el corazón, el estado de la nación, un conocido...; por el contrario, si afirmo que (*yo*) estoy eufórico; que *me* siento desencantado o pletórico; que (*yo*) estoy hundido o deprimido; que el balance económico de mi empresa *me* descorazona, que el dolor de estómago prolongado acabó por bajar *mi* tono vital..., de un modo u otro estoy indicando que lo implicado en lo que expreso soy todo yo, mi entera persona.

En este sentido, *solemos* hablar de una *sensación* de dolor o de placer, mientras que a la depresión, la euforia, el desencanto, la felicidad... los llamamos *sentimientos*, *estado de ánimos*, y con expresiones similares, justo para indicar que afectan a todo nuestro ser.

Solemos hablar de una *sensación* de dolor o de placer.
Pero a la depresión, la euforia, el desencanto, la felicidad...
los llamamos *sentimientos*, *estado de ánimos*, etcétera

1.3. ¿Una causa para cada sentimiento?

Y también el análisis del lenguaje puede ayudarnos a advertir la falta de relación estricta entre lo que supuestamente tendría que ser causa de un estado de ánimo o de un sentimiento o emoción y el efecto realmente producido: desde esta perspectiva, aunque a menudo seamos conscientes de que el aumento de sueldo o la comprensión de un arduo problema teórico son el motivo de que estemos más optimistas y veamos el mundo «de color de rosas», cabe también que hagamos afirmaciones del estilo: «hoy todo me ha salido redondo en el trabajo y, sin embargo, estoy más desanimado que ayer»; «a pesar del dolor de cabeza casi insoportable, me siento muy optimista»; «el espectáculo era deprimente, pero yo me iba creciendo ante los obstáculos»...; o en otro ámbito muy cercano: «no tengo ni la menor idea de por qué me encuentro tan deprimido» (uno de los síntomas más frecuentes de depresión es que se desconoce lo que la ha desencadenado); «no había cambiado nada en nuestra relación y, no obstante,

rebosaba felicidad por todos mis poros»; «a menudo me invade una alegría desproporcionada, que no sé cómo explicar», «no tengo ni idea de por qué aquella persona, aparentemente normal, me conmovió hasta lo más íntimo»...

Todo lo cual es síntoma de lo que intento mostrar: que con frecuencia *desconocemos* aquello que origina nuestros sentimientos, emociones, estados anímicos, etc.

Con frecuencia *desconocemos*
el origen nuestros sentimientos, emociones, estados anímicos, etcétera

2. ¿CÓMO ABORDAR SU ESTUDIO?

Siendo esta la situación, bastantes de las orientaciones dadas para los temas anteriores —la persona, la singularidad, el amor—, alcanzan aquí un relieve muy particular, por lo que deben ser tenidas todavía más en cuenta.

2.1. La visión de conjunto y el «oído atento al ser de las cosas»

Si nunca conviene olvidar que todo lo que se estudia tiene un contexto determinado o forma parte de una realidad más amplia y compleja, las precauciones que hemos de tomar en este caso, para «no perdernos» en divagaciones ajenas a lo real, han de extremarse al máximo.

Como ya apunté, el estudio *directo* de la afectividad *en su conjunto*, como algo global, resulta imposible para un entendimiento limitado, como es el nuestro, que necesariamente debe avanzar por pasos, analizando unos componentes que, al aislarlos, no permiten descubrir su auténtica naturaleza y la función que les corresponde en el todo... sin el que nada son ni ejercen función alguna.

Por eso, en primer término, debemos procurar mantener bien visible, aunque en retaguardía, el horizonte sobre el que se recorta, y del que recibe su significado definitivo, cada uno de los elementos que estemos considerando.

Y todo ello, según decía, de un modo muy peculiar y acentuado... que no puede identificarse sin más con lo que ocurre al estudiar otras realidades.

Algunos casos distintos: Aunque es cierto que la voluntad no puede comprenderse por completo si prescindimos de su sujeto, también lo es que cabe hacer afirmaciones sobre ella *con relativa independencia* del resto de las potencias o facultades de la persona en cuestión; por ejemplo, podemos sostener con plena certeza que el acto más propio de la voluntad es amar (querer el bien para otro); que, en cierto modo, la voluntad lleva las riendas de la entera persona, etc.

Y algo análogo puede decirse de la inteligencia humana, no del todo comprensible sin apelar a los sentidos externos e internos, a la propia voluntad y a los afectos..., pero en la que cabe determinar una actividad como la más específica (comprender) y unos caracteres definidos y peculiares, que la distinguen de la sensibilidad o, en otra esfera, del entendimiento de los ángeles o de Dios.

2.2. Volver una y otra vez sobre lo ya aprendido

Según vengo apuntando, afirmaciones aisladas de ese tipo resultan mucho más difíciles cuando se refieren a *la afectividad*, por cuanto ella misma es ya un complejo de potencias y facultades, atracciones, actos y resonancias de esos actos, aspectos físico-orgánicos, psíquicos y espirituales... que, por separado, dicen algo de sí mismos, *pero prácticamente nada* de los sentimientos o emociones, de los estados de ánimo, del tono vital característico, tal como los experimentamos día a día.

De ahí la exigencia de mantenerse en estado de espera a medida que se van adquiriendo los primeros conocimientos, de contrastarlos constantemente con lo que nosotros vivimos... y de ejercitar la paciencia cuando dé la impresión de que lo expuesto nada o poco tiene que ver con lo que uno, por experiencia, califica como afectos, sentimientos, emociones, etc.

Y también la oportunidad de que, con cada adquisición de cierta envergadura, se repasen las nociones anteriores, con el fin de integrarlas en la nueva visión, y de hacer que lo recién aprendido adquiera el máximo de precisión y relieve.

(E incluso de abordar la cuestión en dos fases sucesivas: una inicial, para hacernos con los elementos imprescindibles que nos permitan indagar en la vida afectiva; y otra, posterior, en la que se determine la naturaleza, el alcance y el papel de cada uno de esos componentes... y se logre una visión mínimamente adecuada de la afectividad.)

Como contrapartida, y es de justicia dejarlo claro, la comprensión de la afectividad, una vez alcanzada o en la medida en que se vaya logrando, otorga un conocimiento de la persona que muy probablemente no admita parangón con aquellos de los que provee el estudio de las restantes esferas del ser humano.

De hecho, la vida afectiva implica de tal manera a la persona en su integridad que su estudio constituye tal vez la mejor vía para llegar a conocer al varón y a la mujer... sin dejar de lado ningún elemento o aspecto significativo.

Tal vez el estudio de la vida afectiva constituya
la mejor vía para llegar a conocer al varón y a la mujer

II. ¡ADENTRO!

1. POR QUÉ LA AFECTIVIDAD

Muy probablemente, la pretensión de justificar un análisis de la afectividad, anteponiéndolo o incluso dejando de lado otras dimensiones del sujeto humano, resulte innecesaria.

Apunto, no obstante, algunas de las razones de más peso para llevar a cabo ese estudio.

1.1. En cualquier tiempo y circunstancia

En primer término, hemos de conocer la afectividad porque de hecho se trata de algo constitutivo e irremplazable en cada uno de nosotros; de algo que, con más o menos conciencia, todos experimentamos y que influye poderosamente en nuestra conducta y en cada uno de nuestros quehaceres; y no de cualquier modo: la afectividad —lo que llamamos sentimientos, pasiones, emociones, etc.— penetra y da un tono particular y único, exclusivo de ella, a los restantes ámbitos que conforman al varón y a la mujer y a cada uno de sus actos; prácticamente en todo lo que hacemos o dejamos de hacer, en lo que pensamos, en lo que anhelamos o queremos o rechazamos o menospreciamos... está presente, con más o menos vigor y conciencia, para bien o para mal, un factor sentimental o emotivo.

Como sostiene Yepes, «el puesto de la afectividad y los sentimientos en la vida humana es muy central. Son ellos los que conforman la situación anímica interior e íntima, los que impulsan o retraen de la acción, y los que en definitiva juntan o separan a los hombres. Además, la posesión de los bienes más preciados y la presencia de los males más temidos significan *eo ipso* que nos embargan aquellos sentimientos que dan o quitan la felicidad».

Pero hay más. Muy frecuentemente, nuestro *primer contacto* con el mundo y con cada uno de sus componentes es de tipo afectivo; bastante a menudo, nuestra afectividad canaliza, selecciona y modula «*de entrada*» cuanto llega hasta

nosotros, haciendo que lo conozcamos de un modo u otro: si nos encontramos ante realidades que a primera vista nos agradan, ese sentimiento intensifica nuestra percepción y nos permite captar detalles de bondad o belleza que a otros pasarían desapercibidos... o bien impide que advirtamos aspectos negativos patentes; por el contrario, el surgir de una sensación de repulsa ante aquello que se nos presenta como molesto o desagradable, hace que no prestemos atención a algo o alguien, o que distorsionemos su conocimiento y obtengamos de ellos una imagen deformada y empobrecida.

Y aún más: la primera impresión de las personas, objetos o situaciones, que habitualmente se halla condicionada o incluso determinada por los sentimientos, con más frecuencia de la deseable... *acaba por convertirse en definitiva*; no es raro que, al ver acercarse a alguien, antes de hablar con él o después de intercambiar una mirada o un par de frases, se instale en nosotros un sentimiento de agrado o desagrado (me cae bien o mal), de confianza o desconfianza (es o no es de fiar), de admiración o menosprecio, etc.; y esa impresión, que más de una vez resulta inadecuada, no la sabemos, queremos o podemos eliminar... *justo por* la presión que ejercen nuestros sentimientos.

Es frecuente que nos dejemos llevar por nuestros «prejuicios afectivos»

En este caso, es Pithod quien lo ilustra:

Al hablar de experiencia o de vivencia y no solo de conocimiento, diferencia que se enfatiza hoy en día, lo que se quiere señalar es la presencia de *significaciones afectivas* en la captación de lo real, *significaciones* tan fuertes a veces que pueden llegar a distorsionar la percepción, el reconocimiento, la memoria, el juicio y el discurso en general.

Cuanto he apuntado hasta ahora no es un fenómeno coyuntural, sino algo que impregna —con matices y variaciones de intensidad— toda la historia de la humanidad y que ha sido reconocido por pensadores, literatos, artistas, sociólogos, psicólogos... de cualquier tiempo y condición: Platón, por ejemplo, concedía una enorme importancia al influjo de la afectividad en el conjunto de la vida humana; Aristóteles, por su parte, venía a afirmar que un aspecto muy relevante de la educación —tal vez su clave— consistía en conformar los sentimientos y ponerlos de acuerdo con la razón, de modo que, de manera casi natural, las personas se sintieran atraídas por lo realmente bueno y pudieran realizar el bien prontamente, sin error, con el mínimo de esfuerzo o, en el culmen, con sumo gusto y agrado (es la doctrina de las virtudes, en la que luego me detendré); muchos siglos más tarde, después de los vaivenes experimentados en el aprecio de los sentimientos (a veces ensalzados hasta el extremo y otras vilipendiados o despreciados, como enseguida veremos), Lewis recoge la idea platónico-aristotélica, y defiende con pasión la necesidad perentoria de educar la afectividad, como una

de las exigencias primordiales de la formación global y radical de la persona. En el contexto concreto de los primeros años de vida escolar, afirma, por ejemplo:

Por cada alumno que precisa ser protegido de un frágil exceso de sensibilidad hay tres que necesitan que se los despierte del letargo de la fría mediocridad. El objetivo del educador moderno no es el de talar bosques, sino el de irrigar desiertos. *La correcta precaución contra el sentimentalismo es la de inculcar sentimientos adecuados.* Agostar la sensibilidad de nuestros alumnos es hacerlos presa fácil del proselitista de turno. Su propia naturaleza les empujará a vengarse, y un corazón duro no es protección infalible frente a una mente débil.

Y, en la misma línea, aunque el texto incluya afirmaciones que matizaré más adelante, se mueve López Ibor, cuando escribe:

Existe una forma de contacto superior, a través de la más pura vida del espíritu; pero existen contactos más inferiores a través de los instintos y de los afectos. Su inferioridad no le quita importancia, sino todo lo contrario, ya que, en la vida cotidiana, instintos y afectos la integran y aun la dominan en buena parte.

Es más fácil penetrar en un ser a través del plano afectivo que a través del plano de la pura razón. Aquél ofrece una permeabilidad especial. Incluso algo más que permeabilidad, un ansia de contacto, que no es tan ingente en el plano racional, menos dinámico y de arquitectura más contemplativa. Amistad, amor, odio y toda la variada escala de los sentimientos son vía de penetración en nuestros semejantes».

1.2. En la actualidad

En nuestra época, existen motivos complementarios para conocer de una manera especial en qué consisten nuestros sentimientos y emociones: cuál es su naturaleza en general y cómo se modula y manifiesta cada uno (temor, vergüenza, ansiedad, alegría, gozo, satisfacción, despecho, inquietud, embeleso, rencor, exultación, zozobra, desazón...).

① Tales razones podrían resumirse en solo una: la afectividad ha alcanzado hoy un relieve inusitado, en los *estudios* teóricos y, sobre todo, en la *vida vivida* de la mayoría de nuestros contemporáneos: una gran porción de estos actúan más en función de lo que «sienten» o experimentan (placer, dolor, tristeza, atracción, repugnancia, agrado, desprecio, satisfacción, resentimiento...) que de la bondad o maldad objetiva de su comportamiento; o, con palabras distintas: en la actualidad se cuentan por miles los artículos y libros (ensayos, novelas, tratados...), y por millones las personas que, a sabiendas o no, hacen de los sentimientos el punto de referencia fundamental de sus decisiones y del conjunto de su obrar.

La afectividad ha alcanzado hoy un relieve inusitado
en los *estudios* teóricos y en la *vida vivida*

② Una segunda razón, que refuerza la que acabo de mencionar, es que la afectividad se encuentra hoy muy *mal-tratada*... en la teoría y en la vida.

Son ya un buen número los psicólogos y psiquiatras que, interrogados sobre las dificultades de nuestra civilización, y como fruto de su experiencia clínica, aseguran que una proporción notable de los trastornos psíquicos deriva de la falta de conocimiento y de habilidad para «manejar» los propios afectos.

Y otros muchos profesionales ocupados directamente del trato con personas, así como pensadores y ensayistas de relieve, coinciden en sostener que una mala comprensión y un mal uso de la afectividad destrozan hoy día multitud de vidas.

③ Por fin, aunque no estemos ante el motivo de menor peso, puede afirmarse sin temor a dudas que, sobre todo —pero no en exclusiva— la sensibilidad general *de la mujer*, no solo la relacionada con la libido, ha cambiado de forma bastante neta con motivo de la revolución sexual de fines de los 60 y del conjunto de movimientos derivados o aparejados a ella.

En este sentido, muchas de las afirmaciones *clásicas* respecto a lo más o menos específico de la afectividad femenina, merece una revisión de fondo, que lleva también a poner entre interrogantes la veracidad de lo que —probablemente debido a razones no del todo objetivas— se venía calificando como «lo propio» de la mujer en este campo (el «eterno femenino»).

Por acudir a un solo detalle, normalmente se ha dicho —en pos de Aristóteles— que, en lo que atañe al ejercicio de la sexualidad, la mujer es más pasiva y el varón más activo: que este suele tomar la iniciativa. Si tal afirmación *parecía* confirmada por los hechos hace tan solo cuarenta años, hoy no hay duda de que culturalmente ha cambiado, y que bastantes mujeres, no solo por la forma de vestir y de moverse, sino también en lo que atañe al «inicio» de la conquista o seducción, se muestran más activas que muchos varones y, con frecuencia, bastante más «agresivas».

En cualquier caso, «sienten» y actúan de manera distinta a las de hace solo unos decenios.

1.3. Un poco de historia

EN LA TEORÍA

Desde el punto de vista teórico, y sin entrar en excesivos detalles ni atender al último de los extremos apuntado, algunas pinceladas sobre la historia del tratamiento de la emotividad en las épocas inmediatamente precedentes a la nuestra ayudarán a esclarecer lo que sucede en nuestros días.

① La afectividad en su conjunto fue olvidada y casi despreciada durante el largo período que conocemos como *racionalismo*. Para los representantes de esta

corriente de pensamiento —Descartes y Hegel, entre otros— la realidad entera debía poder interpretarse y conocerse racionalmente.

Como consecuencia, lo que no se adecuaba férreamente a las leyes lógicas, lo que no resultaba «claro y distinto» (y la afectividad es más bien indefinida y brumosa), fue expulsado del mundo de lo existente o considerado irrelevante: o bien se lo tachaba de no propiamente humano... o bien se transformaba en un remedo de lo racional —«una idea confusa», por ejemplo—, cuya importancia era por lo mismo nula y a la que no valía la pena prestar atención.

Frente a esto, afirma con autoridad Pithod:

«Los fenómenos cognitivos y los apetitivo-afectivos son irreductibles: Un sentimiento no es "una idea oscura", como pensaba Descartes; ni una idea oscura comporta necesariamente un sentimiento. No pueden confundirse, ni aun cuando se den entremezclados, como suelen, en una misma vivencia de manera casi inescindible para la introspección».

- A lo largo de los siglos XIX y XX, por fijar una fecha un tanto aproximada, se produce un claro redescubrimiento de la vida afectiva, que lleva a muchos estudiosos a centrar su atención en ella.

En virtud de lo que a veces se denomina la «ley del péndulo», la mayoría de estos expertos le conceden una importancia muy superior a la que posee, llegando casi a hacer de ella un absoluto... (sin que con ello pretenda negar —ya he dicho lo contrario— que goce de gran relieve en el conjunto de nuestras vidas).

Pero, en los momentos a que me refiero, bastantes ensayistas la consideran como *la clave* de cualquier existencia humana. A su vez, la mayoría de la gente de la calle, de los ciudadanos de a pie, acoge y acentúa semejante planteamiento. Y de esta suerte, los «teóricos», apoyados en gran medida por los medios de comunicación, realimentan su visión del asunto... con lo que se produce una especie de círculo o espiral, que acaba por transformar la vida afectiva en el *núcleo* en torno al que gira toda nuestra existencia.

Es la época en que se ponen de moda expresiones como «actúa según lo que te dicte el corazón»; o en la que los anuncios más diversos, igual que hoy, comienzan o utilizan como reclamo el «date un gusto o un respiro», «dedícate un minuto», «tú te lo mereces», «alégrate la vida» y expresiones de significados similares.

- Todo lo cual adquiere tintes un tanto trágicos porque el mundo de los sentimientos resulta (mal)tratado, a menudo por adoptar perspectivas reduccionistas: así, la fisiología, representada entre otros por William James, asegura que las emociones no son sino la percepción de los propios cambios fisiológicos; y de manera similar proceden, entre otros, ciertos neurólogos y una enorme cantidad de filósofos «abstractos».

Mas ninguno de ellos puede alcanzar resultados concluyentes.

¿Motivos?

Falta una antropología cabal, dotada de fundamento metafísico, que permita «situar» la vida afectiva en el lugar que le corresponde en el conjunto de la existencia humana, así como explicar su enorme complejidad.

Falta una antropología metafísica,
que sitúe la vida afectiva en el lugar que le corresponde

Vienen aquí muy a cuento unas palabras de Polo:

El hombre no es una máquina; por tanto, la antropología no puede plantearse analíticamente. Para alcanzar la verdad del ser humano es preciso atenerse a su complejidad. Sin duda, cabe estudiar analíticamente al hombre (en otro caso, por ejemplo, no habría medicina), pero así no se considera realmente su plenitud (el hígado, enfocado analíticamente, separado del cuerpo, no es el hígado vivo). Lo característico de la verdad del hombre es su integridad dinámica. El hombre es una unidad que no se reconstituye partiendo de su análisis.

Y, más en concreto:

No se puede tener una idea clara y distinta del sentimiento, porque es bastante confuso desde el punto de vista analítico. La antropología tiene que plantearse el problema de la unidad, que es a la vez el problema de lo radical, pero no analíticamente. Si no lo hace, no hay tal antropología.

Precisamente, una de las tareas principales que se propone este escrito es encontrar «el lugar adecuado» que ocupa la afectividad en nuestras vidas.

EN LA PRÁCTICA

Como fácilmente podemos comprobar, bastantes de nuestros contemporáneos toman sus decisiones, desde las más menudas hasta las más trascendentes, con base exclusiva en lo que sienten; o, con las expresiones que más suelen utilizarse, según lo que «les apetece», «les agrada», «les interesa», «les mola»... o sus contrarios.

En este sentido, me gusta contar una anécdota nimia, pero significativa. Cuando en cursos y conferencias comento que tengo siete hijos, es bastante habitual que algunas personas, en general desconocidas, me pregunten o afirmen: «a ti *te gustan* mucho los niños, ¿no?». Suelo hacer una pausa, mirarlas directamente, y después, según el lugar y las circunstancias, añadir en tono de broma: «gustarme, gustarme, a mí lo que verdaderamente *me gusta* es el jamón de pata negra y el rioja» (cambie cada cual, según sus «gustos» culinarios).

La reacción suele ser cordial, y no me cuesta mucho hacerles entender que un hijo —¡una persona!— no debe nunca convertirse en cuestión de gustos, antojos o apetencias. «A mis hijos —agrego de inmediato— los *quiero* con toda el alma» (y «querer» es un vocablo y un acto muy serios y hondos).

A continuación, expongo que, para no distorsionar la realidad, conviene que exista proporción entre el verbo empleado (manifestación a su vez de los ámbitos de nuestra persona que ponemos en juego) y aquello a que lo referimos. Y es que, en ocasiones, el que algo me apetezca o no, justifica de sobra mi elección y mi conducta: como, hasta cierto punto y según los casos, en lo que atañe a la comida y la bebida, la marca y el color de un automóvil o de una habitación, el modo de vestir o de arreglarse o maquillarse, etc. En otras circunstancias, sin embargo, es preciso poner en juego dimensiones más altas, conjugar con plena conciencia el «quiero» y el «no quiero», cargados de hondura y densidad: así debe hacerse, por ejemplo, en relación con el matrimonio, el número de hijos, las líneas fundamentales de su educación, el voto en la vida política, un cambio de trabajo, la elección de los propios amigos...

Sea como fuere, lo preocupante de cuanto estoy esbozando es que, buena parte de quienes viven de la manera indicada, consideran esa primacía prácticamente absoluta de los sentimientos como normal e incluso, en cierto modo, como lo más característico o lo único de auténtico valor del ser humano: lo que lo distingue de otras realidades.

Por apelar a un detalle relativamente banal, pero lleno de resonancias, es muy frecuente que, en las películas de ciencia-ficción, se dé por supuesto que los «replícantes» conocen intelectualmente y tienen una cierta voluntad... aunque programada o dirigida (lo cual da también una idea de la pobreza culturalmente imperante a la hora de determinar lo que es el entender y el querer).

Como consecuencia, y siempre de acuerdo con el pensamiento más habitual, lo que marca la diferencia entre ellos y nosotros es que puedan o no «sentir», incluyendo entre los sentimientos, como el más caracterizador, el amor. Si un mutante llega a amar cambia radicalmente de condición y, en virtud de ese *sentimiento*, entra con todo derecho en la esfera de los humanos.

Por su enorme relevancia, advierto desde ahora que, aunque muy relacionado con ellos, en su sentido fuerte y cabal, el amor *no* es en absoluto un sentimiento ni un simple conjunto, más o menos abigarrado, de afectos o emociones, sino que coloca su núcleo más específico, lo radicalmente indispensable, en otra esfera muy superior: en los dominios de la voluntad.

En su sentido más propio, el amor *no* es un sentimiento,
sino —radicalmente— un acto de la voluntad

1.4. Conclusión

Me interesa dejar claro uno de los motivos de más peso que explican esta situación. Sé por experiencia que lo que me propongo exponer resulta difícil de aceptar, y por eso pido un poco de paciencia y la serenidad suficiente para atender a las razones que siguen, aunque uno se sienta personalmente interpelado, «tocado» o incluso ofendido.

RUPTURA DE LA ARMONÍA

En definitiva, y por ir directamente al grano:

La hipertrofia de la afectividad acompaña a (¿o se deriva de?) una atrofia de otras dos facultades: el *entendimiento* y la *voluntad*, que bastantes de nuestros compañeros (¡y nosotros mismos!) no hemos desarrollado en absoluto... o, al menos, no de la forma más certera. Y esto, en lo que atañe a la inteligencia, a pesar del presunto espíritu crítico hoy tan cacareado..., que no raramente es justo el fruto de la manipulación de quienes pretenden imponer un totalitarismo teórico y vital. Por otra parte, probablemente como derivación de los planteamientos kantianos al respecto, la voluntad goza en nuestros días de muy mala prensa: se la asocia de manera casi instintiva al esfuerzo sin sentido y al voluntarismo drástico y nada jugoso, y se entiende —en consecuencia— como falta de espontaneidad y de autenticidad.

Un simple indicio. No hace todavía muchos años, se hablaba en España con bastante frecuencia de «la satisfacción del deber cumplido». Hoy es difícil escuchar semejante afirmación, sobre todo entre los más jóvenes. Si volvemos a Kant, y a su defensa a ultranza del «deber por el deber», que le lleva a sostener que un comportamiento deja de ser moralmente lícito en cuanto quien realiza esa acción experimente un mínimo de gozo, bienestar o placer, y si se piensa que la voluntad consiste en «eso», ¿quién podría hoy no protestar airadamente contra ella y repudiarla?

Pero hay algo aún más de fondo, de lo que Kant no es el único responsable: Por diversos motivos de orden histórico, filosófico y cultural, se ha olvidado que *el acto por excelencia de cualquier voluntad* (humana, angélica o divina, diría la tradición cristiana) es *el amor*, en su sentido más noble: querer el bien del otro en cuanto otro... sin esfuerzo o con él (esto es muy secundario). Y que solo por la debilidad de nuestra voluntad, derivada de la menor categoría de nuestra condición personal (en definitiva, de nuestra alma), el amor meramente voluntario —por más sincero que fuere— resulta entre nosotros insuficiente, y debe ser «completado», «prolongado» y «reforzado», como ya apunté y veremos de nuevo: por determinados afectos, por manifestaciones externas de cariño, y por las obras o actividades que efectiva y eficazmente «construyen» los bienes que queremos otorgar al ser querido... y que son las que muchas veces exigen perseverancia, superación costosa de obstáculos, tensiones, etc.

Y CONFUSIÓN VITAL

El resultado era previsible: lo que se califica como educación de la voluntad tiene poco o nada que ver con el amor, y mucho con la «fortaleza» o con «la fuerza de voluntad», al estilo estoico; y el uso de esta potencia se confunde sin razón con el tan justamente denostado «voluntarismo» (en el que más adelante me detendré); con lo que se origina, de manera instintiva y arraigada, un claro rechazo de todo cuanto «huela» a voluntad.

¿Consecuencia?: en los asuntos no meramente técnicos, sino en los que afectan a nuestra vida vivida, muchos de nosotros estamos privados de capacidad de discernimiento y, lo que es más grave, no somos conscientes de esa carencia.

Y esto produce como resultado la falta de dominio intelectual-voluntario sobre nuestro obrar, sometido sin reservas a *lo único que nos queda*, es decir... a *los sentimientos*.

Muchos de nuestros contemporáneos tienen *los sentimientos*
como único criterio para conducirse en la vida

Todo ello se ve agravado por el hecho de que bastantes «profesionales» del obrar humano —psiquiatras, psicólogos, orientadores familiares, pedagogos, educadores...— conceden carta de ciudadanía y estatuto «científico» a esta situación y modo de encarar la propia existencia. Sucede así en cuestiones globales y de notable envergadura: como la desmesurada importancia otorgada a la autoestima, al *sentimiento de* la propia valía, con sus ventajas... y con las confusiones que más adelante pondré de manifiesto. En otras también de gran calado, como la huida *a toda costa* del dolor y sufrimiento, que es una de las características más patentes (y más demoledoras) de la civilización actual... y que también estudiaremos.

(Como otras veces he comentado, exagerando un poco, todo parece indicar que las *Constituciones* de una buena porción de los países que se declaran más desarrollados están realizadas desde una perspectiva sentimental o sentimentaloides, que deja de lado la inteligencia y la voluntad y ensalza como único valor el «bienestar», traducido erróneamente como «sentirse» bien, como no experimentar dolores ni contratiempos.

De lo que se sigue, entre otras cosas, la importancia que el médico y los fármacos adquieren en nuestros días, con todos los problemas antropológicos y jurídicos que de ahí se derivan, y una obsesión por la salud, que se declara, contra cualquier atisbo de visión trascendente o simplemente humana cabal, como lo más importante.) En la relevancia que ha adquirido el concepto de «calidad de vida», también erróneamente interpretado —con distintos matices— como mero bienestar físico-psíquico, o incluso simplemente físico... pensando que este es la raíz del equilibrio psíquico y espiritual (obsesión —¡auténtica!— por una dieta sana, por mantenerse en forma, «tabaco-fobia» desproporcionada...). Dentro de la familia, semejante planteamiento vicia a menudo casi toda la educación. Los padres, por motivos no siempre confesables y nunca acertados, se plantean como objetivo supremo el evitar contrariedades y sufrimientos a sus hijos, adelantándose a menudo a sus caprichos y satisfaciendo todo lo que les demandan: el resultado suelen ser jóvenes carentes del mínimo de vigor —de imperio sobre sí

mismos— para saber resistir más tarde a las sollicitaciones del ambiente y sopor-
tar el menor contratiempo.

En su momento apuntaré hasta qué extremo esta «flojera» se encuentra en la base de muchos fracasos conyugales: los matrimonios no pueden salir adelante porque «el material» con que están contruidos (esas personas blandengues y que piensan tener derecho a todo) es de «muy mala calidad», y porque a menudo falta cualquier «proyecto» para la construcción de la vida en común: ignoran, en el fondo, por qué o para qué se casan.

E incluso una vez casados, por inercia de lo que han vivido en sus hogares de origen, consideran como lo ideal el no sacar a la luz ningún problema entre ellos —para evitar y evitarse el sufrimiento que el hacerlo lleva aparejado—, retrasar o eludir cualquier diálogo sobre lo que no va, evadirse de la vida en común y de la educación de los hijos, condescendiendo con cuanto estos desean... En definitiva, y según la expresión castiza de España, no se atreven a «agarrar al toro por los cuernos», y viven internamente enojados o molestos, hasta que semejante desazón se torna insoportable, estalla, los cónyuges «concluyen» que son «incompatibles»... y «si te vi, no me acuerdo». Una última manifestación de este desorden es la costumbre de establecer la valía de una persona en función exclusiva de sus buenos sentimientos.

Y así, se oyen a menudo frases del estilo: «mi hijo (o mi nieto... o mi marido) es buenísimo; lo que ocurre es, simplemente, que no estudia (o no trabaja)».

Ante lo que siempre experimento una fuerte inclinación a corregir: «lo siento, señora (o señor, en su caso), pero si su hijo no cumple con una de sus principales obligaciones, la de estudiar, será bondadoso o bonachón o buenecito... o como prefiera llamarlo, pero, desde luego, nunca podrá convencerme de que es "bueno", si esta afirmación pretende tener algún sentido serio».

El peligro que cuanto acabo de apuntar lleva consigo puede manifestarse en esta cita, aunque se aplique a un extremo muy particular, que en otro momento consideraré detenidamente.

Afirma Rodríguez Luño:

Una de las mayores dificultades para captar la diferencia moral y antropológica entre la anticoncepción y la continencia periódica consiste precisamente en la creciente difusión de la mentalidad subjetivista. Es esta mentalidad la que no acepta un criterio objetivo capaz de discernir entre el orden y el desorden, entre el bien y el mal, en la manifestación del amor, en los fenómenos sentimentales, afectivos, de simpatía, en la búsqueda de determinados valores, en la fundamentación de ciertas relaciones interpersonales.

Según esa mentalidad, el juicio sobre las cosas, sobre los hombres, sobre los valores toma como norma la humana subjetividad en sus más variados aspectos: su situación vital, sus sentimientos —sean superficiales o profundos—, e incluso su capacidad de vivir o experimentar relaciones axiológicas. Hay que decir inmediatamente que todos esos aspectos de la subjetividad humana no deben ser dejados completamente aparte, pero

es necesario que todas las reacciones espontáneas del sujeto, sean de carácter afectivo, sean de carácter valorativo, tengan por encima de ellas una regla objetiva, que permita discernir su verdad.

Y todavía se ve más claro en estas palabras de Yepes:

La conducta no mediada por la reflexión y la voluntad, es decir, la conducta apoyada únicamente de los sentimientos, *el sentimentalismo*, produce insatisfacción con uno mismo y baja autoestima: adoptar como criterio para una determinada conducta la presencia o ausencia de sentimientos que la justifican genera *una vida dependiente de los estados de ánimo*, que son cíclicos y terriblemente cambiantes: las euforias y los desánimos se van entonces sucediendo, sobre todo en los caracteres más sentimentales, ya la conducta no responde a un criterio racional, sino a como nos sintamos. *El ejemplo más claro son "las ganas"* (de estudiar, de trabajar, de discutir, de dar explicaciones, etc.). *Las ganas como criterio de conducta no conducen a la excelencia...*

2. UNA EXPLICACIÓN MÁS CERCANA Y DE FONDO

2.1. El diagnóstico

Para hacer frente a esta situación, lo primero que debemos intentar es conocer sus causas.

Y, para lograrlo, tal vez convenga recordar de nuevo que los fenómenos sentimentales o afectivos han sido valorados de muy distinta manera a lo largo de la historia de Occidente: poco tiene que ver la concepción y la importancia que otorgan a las emociones los griegos o los romanos, los medievales, los románticos...

Pero más interesa detenernos en lo que podríamos denominar las posiciones al respecto de los «penúltimos años».

En ellos, como quedó apuntado, se dio inicialmente un rechazo casi total y absoluto del mundo afectivo.

Siguió una reacción ante este menosprecio, que cristalizó en una atención desmesurada, exclusiva o muy predominante... que acabó imponiéndose y es la que domina en nuestros días.

Tras el rechazo de los sentimientos siguió la reacción
que los elevaba a la condición de absolutos

Lo que ha faltado, como también insinué, son intentos serenos y fundamentados de estudiarla como se merece, sin reduccionismos, situándola en su lugar y asignándole la función que le corresponde.

En cualquier caso, si pretendiéramos llegar hasta el fondo de la pregunta: «¿por qué hoy predomina el sentimentalismo?», deberíamos introducirnos en disquisiciones filosóficas de largo alcance, difícilmente comprensibles para los no especialistas, y que exceden con mucho las pretensiones y el espacio de este escrito.

Intentaré por eso esbozarlas de un modo sencillo (aunque no falsificador) y, sobre todo, advertir que su comprensión *no* es imprescindible para entender el resto del escrito.

LA REALIDAD (TAL COMO ES) O EL YO (SEGÚN LO QUE DESEA O LE APETECE)

Tras las huellas de Cardona, en bastantes ocasiones me he referido a una especie de elección, no siempre consciente y muchas veces revocable o indecisa, que todos solemos hacer a la hora de enfocar nuestra vida: o intentamos adaptar nuestro comportamiento a lo que *la realidad* (sobre todo, las personas) nos pide; o, en el extremo opuesto, transformamos el propio yo en una especie de absoluto, por relación al cual recibe su cualificación, en los más diversos ámbitos, aquello que nos circunda: reclamamos de la realidad lo que *nuestro yo* necesita o desea.

Dejando a un lado los antecedentes históricos y filosóficos del asunto —que, a su vez, manifiestan esas dos posibilidades humanas radicales de encarar la existencia—, cabría afirmar que: hoy, culturalmente y con excepciones, se ha impuesto de forma casi total *la primacía del yo...* con cierto o total *desprecio* de lo que *la realidad es* y reclama de nosotros.

Hoy se ha impuesto de forma casi total *la primacía del yo...*
con *desprecio* de lo que *la realidad es* y reclama de nosotros

Las manifestaciones de esta suerte de opción son muy diversas y afectan a los caracteres más básicos y definitorios de lo que existe: su verdad, su bondad y su belleza (entre otros).

De ordinario se ha afirmado que: un conocimiento es verdadero cuando responde a la realidad tal como *es en sí misma*; la bondad, a su vez, viene determinada por las características *propias* de la persona con la que nos encontramos, por poner un caso, o del comportamiento que ella o nosotros llevamos a cabo; y también ha habido un cierto consenso, menos absoluto, respecto a lo que —según como *es en sí*— debe considerarse bello o no

(por lo menos, en lo que atañe a realidades de gran calibre: las cataratas del Niágara, un amanecer en alta mar, el panorama que se nos ofrece desde la cumbre de una montaña, el Partenón, la Venus de Milo, las Meninas...).

Por el contrario, multitud de manifestaciones de la cultura actual tienden a convencernos (y muy a menudo, con éxito) de que verdad, bondad y belleza no son atributos objetivos de las «cosas», sino algo que depende de cada cual.

En el fondo, bastantes piensan: no es que yo deba «responder» al reclamo de la realidad, sino que esta queda conformada —*¡es!*— según mis propias exigencias: *yo decido* lo que es verdadero (¡para mí!), bueno (¡para mí!)... y no digamos lo que es bello (¡para mí!)

(«Sobre gustos no hay nada escrito», se repite hasta la saciedad, para defender el propio subjetivismo y la independencia absoluta en la valoración de la realidad.

«Es arte lo que el artista decide que es arte», sostenía Picasso. A lo que no puedo sino preguntar: «¿Y quién o cómo se determina a su vez “quién es el artista que decide lo que es o no arte?”»).

En la actualidad,
muchos se creen con derecho a decidir lo que la realidad es

EL TRIUNFO DEL RELATIVISMO SUBJETIVO

Es lo que suele conocerse, de manera general, como subjetivismo, y aplicado a cuestiones más concretas —al conocimiento, por ejemplo, aunque no solo a él— como relativismo: todo es relativo a cada sujeto, que de este modo se convierte en punto de referencia «absoluto», intocable... y despótico.

La verdad-en-sí, la bondad-en-sí y la belleza-en-sí vienen *reemplazadas* por la verdad-para-mí, la bondad-para-mí y la belleza-para-mí. De esta suerte, desaparece del horizonte lo verdadero o falso en sí mismo.

La verdad-en-sí, la bondad-en-sí y la belleza-en-sí son *reemplazadas*
por la verdad-para-mí, la bondad-para-mí y la belleza-para-mí

Expresiones del tipo: «eso será lo que tú piensas, lo que piensa el profesor, lo que piensa el Papa...; yo, sin embargo, opino...», están a la orden del día, y cierran el paso a cualquier diálogo posterior. Pero algo semejante sucede con la bondad: no existen conductas o realidades buenas o malas por sí mismas, sino que lo bueno para uno no tiene por qué serlo para otro, y viceversa: «él sabe muy bien lo que hace: si se ha divorciado, tendrá sus razones»; «si a mí me gusta, ¿por qué tendría que dejar de hacerlo?» y un larguísimo etcétera. Y en los dominios de lo bello, como apuntaba, el asunto llega a extremos tales que resulta ofensiva la pretensión de afirmar que algo es o no hermoso; nadie tiene el derecho de sobrepasar los términos del «pues *a mí* me gusta o me parece interesante, etc.».

Lo más triste es que a este relativismo de lo bello no suele concederse ninguna importancia, cuando en realidad la tiene, y mucha: el hombre es un ser unitario, como también existe una correlación estricta entre verdad, bondad y belleza, aunque haga

falta una cierta educación para apreciarla. El culto a lo grotesco, brutal, pavoroso o zafio no es en absoluto indiferente para la formación (intelectual y) moral de una persona: lo feo, cabría decir, está bastante próximo al pecado e inclina en dirección a él.

2.2. El sentimentalismo, manifestación de subjetivismo extremo

Tras estas breves explicaciones, por fuerza elementales, quisiera poner de manifiesto que la prioridad absoluta del yo exagera los sentimientos y su importancia... y desemboca en sentimentalismo o sensiblería, con todas las connotaciones que ello lleva consigo.

Para intuir el sentido de esta afirmación, de momento bastará con recordar —anticipando lo que más tarde estudiaremos— que los sentimientos, afectos, emociones, etc., son siempre percepción del estado en que se encuentra el propio *yo*, aunque sea con relación a otras personas, situaciones o realidades, o incluso causado por ellas.

En lo que ahora nos importa, la manifestación de cualquier estado de ánimo comienza siempre con un «(yo) me siento...», en el que queda claro que el primer punto de referencia de la afectividad es uno mismo.

Resulta muy distinto, por poner ejemplos comprensibles, aunque un tanto banales, afirmar: «*me* arrebató la belleza de este paisaje», «sí, no *me* parece mal la puesta del sol» o, yendo al extremo, «la exposición será preciosa, pero *a mí me* importa un bledo»; que sostener: «este atardecer *es* impresionante, aunque hoy no me diga nada», «El Quijote *es* la máxima expresión de la novela castellana, por más que algunos no sepan advertirlo», «la película *es* fantástica, sin duda, con independencia de cuántos y quiénes logren apreciarla».

En los tres primeros supuestos, el punto de referencia y lo especialmente resaltado, aunque de distinto modo, es el yo; en los siguientes, por el contrario, nuestra afirmación recae y subraya un atributo de la realidad, haciendo pasar a segundo plano, o simplemente omitiendo, nuestra reacción frente a ella.

En cualquier caso, no es difícil comprender que la radical prioridad otorgada al yo se exprese de manera muy clara en una atención exagerada a uno mismo y, para lo que nos ocupa, en una percepción obsesiva de cómo *me encuentro*, de si *me siento* bien o mal, satisfecho o incómodo, pletórico o hundido, triunfante o fracasado...

Lo cual —lo digo con cierto deje de ironía, pero es bastante serio— suele conducir a la hipocondría e incluso a la neurosis. Como decía aquel viejo amigo mío, «si, cumplidos los 40 años, un día te levantas y no te duele nada, es... que estás muerto». Por eso, la reiterada inquisición sobre nuestra salud o nuestra felicidad lleva consigo, de ordinario, el recrudescimiento de los dolores y la fijación del estado de desdicha o depresión: pues, al ser muy difícil que en nuestra vida de adultos no haya algo (en cualquiera de los terrenos de nuestra existencia) que «vaya mal» o, cuando menos,

«no del todo bien», si nos ponemos a buscarlo no hay duda de que lo encontraremos, y de que ese «hallazgo» multiplicará nuestras dolencias físicas o psíquicas (o ambas, mutuamente realimentadas), en una especie de espiral, cuyo término puede y suele ser... el psiquiatra.

Si nos paramos a reflexionar sobre este asunto, advertiremos hasta qué extremos impregna casi toda la vida actual, en el ámbito público y en el privado... y en la relación de preponderancia del segundo (lo mío) sobre el primero (los demás).

Por ejemplo, aunque existan gloriosas excepciones y aunque con frecuencia se afirme lo contrario, lo habitual es que el propio interés se imponga al bien común, en el ámbito personal-familiar, nacional e internacional: expresiones del tipo «yo paso» o «ese es tu-su problema», dejan bien al descubierto el núcleo de la cuestión.

Y ya en los dominios que nos conciernen, es fácil comprobar que a muchos de nosotros nos importa más cómo nos sentimos al hacer o dejar de hacer algo que si lo realizado es bueno o malo, resulta beneficioso o dañino para los otros.

Más todavía, bastantes de nuestros contemporáneos no tienen otro criterio para calificar algo como bueno o malo que la repercusión que experimentan en sí mismos: el modo como *me siento* cuando lo veo, lo considero, lo realizo, lo repudio, etc.

A veces importa más cómo se siente uno
que la bondad intrínseca de lo realizado

Las consecuencias de todo ello pueden advertirse en este juicio de Polo, un tanto complejo en cuanto al modo de expresarlo, pero certerísimo en la afirmación de fondo que sustenta:

Y en lo que respecta a la afectividad, su hipertrofia es ambigua, pues termina en una inhibición por trauma, o en un agotamiento. Habrá que hacer con la afectividad una cosa muy importante: sosegarla, matizarla. Pues la hipertrofia lleva consigo la globalización, la masificación, de la afectividad. La afectividad, cuando funciona bien, de una manera sana —cuando es una afectividad humana integrada—, contribuye al perfeccionamiento del hombre. Pero para ello ha de ajustarse en cada caso, dejar de funcionar como una afectividad desnuda, que se dispara en bloque. Éste es el régimen de la afectividad cuando se encuentra sola, desasistida de la inteligencia y de la voluntad, que son las facultades capaces de marcar el matiz. Matizar significa discernir lo trivial y lo importante. [...] Una confusión en este orden acarrea consecuencias desastrosas.

2.3. ¡La juventud!

LAS RAÍCES

En la vida de los niños y adolescentes, cuanto acabo de exponer suele concretarse: en una cierta confusión entre las realidades objetivas y subjetivas, y en un claro predominio de estas últimas. Es decir, según la expresión que vengo utilizando, en una preponderancia casi total del *yo* sobre la realidad (que se traduce por lo común en restar importancia o «pasar» de los otros y conceder un valor desmesurado a lo que se refiere a él).

El yo suele imponerse a la realidad

(Pienso innecesario aclarar que, al hablar de confusión entre lo objetivo y lo subjetivo, no me estoy refiriendo al despliegue imaginativo propio de los niños, que les hace construirse un mundo propio... en el que aprenden cómo deben comportarse en el mundo real de los adultos.

Es esta una característica constitutiva de la infancia, que no solo no debe reprobarse, sino fomentar —dentro de ciertos límites y excepto cuando raye con la patología—, puesto que constituye un modo natural y eficazísimo del desarrollo humano a tales edades.

En este contexto, lo preocupante suele ser la «falta de creatividad» —por emplear un término al uso— de bastantes de nuestros niños y menos niños, que les lleva a *aburrirse* cuando no disponen de medios extremadamente sofisticados que *los* distraigan (resalto el *los* para dejar claro que los instrumentos utilizados son en este caso lo activo, mientras que los sujetos reciben casi *pasivamente* el entretenimiento).

A lo que pretendo aludir ahora es a la situación en que a menudo se encuentran nuestros jóvenes, o parte de ellos, **como consecuencia** casi inmediata del ambiente en que los obligamos a moverse.

Y, así: El relativismo imperante los lleva a agarrarse con fuerza a *su* propia verdad, no solo ni principalmente por pereza y comodidad inducida, y carencia de desarrollo de la capacidad de pensar, sino, sobre todo, por haber llegado al (¡o partido del!) convencimiento de que la verdad-en-sí resulta imposible de alcanzar. De manera similar, como fruto de una educación en la que el móvil principal de sus actuaciones es el premio (o el castigo), y como resultado también de lo que ven a su alrededor y, con frecuencia, en su propia familia, la primacía del ***bien para mí*** se instala en ellos con tal fuerza... que incluso les resulta imposible entender en qué extraño sentido algo puede calificarse como bueno si no les reporta ningún beneficio.

La primacía del *bien para mí* resulta tan poderosa...
que es difícil entender algo como bueno o malo
al margen del beneficio o perjuicio que lleva consigo

No debería asombrarnos por ello, puesto que de nosotros lo han aprendido, que las grandes aspiraciones de su vida giren en torno a la utilidad —interpretada a menudo como economicismo materialista— y el placer o gozo, en su acepción más amplia: sentirse bien, carecer de preocupaciones.

Respecto a la belleza, el subjetivismo puede llegar a ser casi pleno, entre otros motivos, y no como el menos importante, porque... nadie se ha preocupado ni propuesto enseñar a estos chicos a percibir la auténtica belleza de cuanto les rodea (en buena medida porque los propios educadores son incapaces de captarla y comunicarla).

Y, como veremos, la imposibilidad para apreciar lo bello —en el ambiente, en las personas, en los espectáculos, en el amor y en el buen obrar, sobre todo— constituye una de las taras de más peso, que impiden la formación en otros muchos ámbitos, considerados erróneamente como primarios, imprescindibles y más relevantes (y no lo digo por moda... más bien al contrario: por tradición olvidada).

ALGUNAS MANIFESTACIONES

Resulta imposible, e incluso fuera de lugar, examinar de qué modos afectan a nuestros jóvenes estas desviaciones de fondo.

Por eso, voy a limitarme a transcribir y glosar, sin pretensión de ser exhaustivo, algunos textos de una conferencia dictada por Tony Anatrella en la *Jornada Mundial de la Juventud: De Toronto a Colonia*, Roma, 10-13 de abril de 2003, y cuyo título fue: «El mundo de los jóvenes: ¿quiénes son?, ¿qué buscan?».

A través de estas referencias quiero también paliar el regusto más bien negativo que lo expuesto hasta ahora pueda haber dejado en nuestros paladares, así como insistir en que la juventud de hoy es, en gran medida, lo que nosotros —los adultos— hemos propiciado que sean.

Antepongo normalmente a las citas una breve frase, incluso sincopada, en la que manifiesto el modo cómo las interpreto.

• Un voto positivo, al que me adhiero, por la juventud y adolescencia, cuya opción hacia el yo resulta sugerida o, incluso, generada por el ambiente:

Aspiran a relaciones auténticas y están en búsqueda de la verdad, pero al no encontrarlas en la realidad, esperan encontrarlas en su propio interior. Tal actitud los predispone a replegarse dentro de sus propias sensaciones y del individualismo, poniendo a su disposición el vínculo social y el sentido del interés general.

• Una llamada de atención, o un tirón de orejas, a los de mi generación y a otros adultos de hoy:

En una sociedad que, por diversas razones, cultiva la duda y el cinismo, el miedo y la impotencia, la inmadurez y el infantilismo, los jóvenes tienden a asirse a modalidades de gratificaciones primarias y tienen dificultad en madurar, entendiendo por madurez la personalidad que ha completado la organización de las funciones basales de la vida psíquica y que por lo tanto es capaz de diferenciar la propia vida interior del mundo externo.

Muchos jóvenes [...] tienen dificultad en realizar esta diferenciación; aquello que sienten e imaginan, a menudo sustituye a los hechos y a la realidad del mundo externo.

Este fenómeno es ampliado y alimentado por la psicología mediática, que impregna hoy los ánimos y por el universo virtual, creado por videojuegos y el Internet.

Todo esto los predispone a vivir en lo imaginario y en un mundo virtual, sin contacto con la realidad, que no han aprendido a conocer y que los delude y deprime [importancia clave de que les mostremos la belleza de lo real; en concreto, del comportamiento humano recto; y necesidad, para lograrlo, de empeñarse personalmente en descubrirla]. Tienen un acercamiento lúdico a la vida, con la necesidad de ir de juerga, sobre todo los fines de semana, sin saber bien por qué [se trata de un problema muy de fondo, transmitido en gran medida por las generaciones mayores, y que cabría resumir así: *la vida no tiene otro sentido que el de divertirse*]

• Descuido del desarrollo *real* de la inteligencia e hipertrofia provocada de la afectividad sin control:

Estas personalidades son el resultado de una educación, de una escolarización, y a veces de una catequesis que no forman suficientemente la inteligencia. Han sido acostumbradas a vivir constantemente a nivel afectivo y sensorial, en detrimento de la razón en cuanto a conocimiento, memoria y reflexión. Se mantienen cerca de todo tipo de sensaciones, como las que han probado a través de la droga [y otras menores y aparentemente más inocentes, pero que preparan a estas últimas: delectación en sus caprichos]. En vez de decir: "Pienso, luego existo", afirman con su comportamiento: "pruebo las sensaciones, luego estoy calmado".

• Ausencia de formación en y para la libertad, y consiguiente dependencia afectiva y aspiración a «sentirse seguros», es decir, a «sentirse a gusto»... en función de lo que hagan los otros o de lo que tengan o dejen de tener.

La educación contemporánea produce sujetos demasiado apegados a las personas y a las cosas, por lo tanto, aunque lo niegue produce seres dependientes. Durante la infancia sus deseos y expectativas han sido de tal manera estimulados [y satisfechos] a costa de la realidad externa y de las exigencias objetivas, que terminan por creer que todo es maleable solo en función de los propios intereses subjetivos. Después, al inicio de la adolescencia, a falta de recursos suficientes y de un puntal interior, intentan desarrollar lazos de dependencia en la relación con el grupo o la pareja. Si he inventado la expresión de "pareja-bebé", lo he hecho precisamente para designar su economía afectiva [...]. De hecho pasan del apego a los padres [que les resuelven todas sus dificultades, colman sus apetencias y los protegen] al apego sentimental, quedándose siempre en la misma economía afectiva.

⦿ Ignorancia del sentido (o dirección) de la vida, puesto que raramente han experimentado, junto con la ausencia de algo, la necesidad de *orientar* sus acciones y su esfuerzo para lograrlo:

Los adultos que han hecho de todo para que no les faltase nada, inducen a los jóvenes a creer que tienen que satisfacer cada uno de sus deseos, confundiéndolos con la necesidad; los deseos, en cambio, no tienen como objeto el ser satisfechos, sino que constituyen más bien una fuente de inspiración [que capacita para orientar la propia vida]. Al no haber sufrido en carne propia la experiencia de la falta, a partir de la cual se elaboran los deseos, los jóvenes son indecisos e inciertos [no saben para qué vivir].

He aquí uno de los motivos que explican por qué el problema fundamental de las sociedades hiper-desarrolladas es justo... que tienen demasiado, que les sobra de casi todo.

⦿ Carencia de una jerarquía de valores... que no se les ha transmitido ni eficaz ni coherentemente (a veces porque los presuntos *transmisores* también carecen de ella). Inestabilidad y tendencia al «picoteo»: cambio de carrera, de *pareja*, de modos de divertirse...

... en diversos sectores de la vida se nota una fuerte tendencia a la experimentación: así los jóvenes pueden dejar la familia, pero vuelven a ella después de un fracaso o una dificultad. La diferencia principal respecto a la mayor parte de las generaciones precedentes (que hacían una elección precisa con una prioridad precisa) consiste en la propensión de vivir contemporáneamente diversos aspectos de la vida, aspectos a veces contradictorios, sin jerarquizar las propias necesidades y valores. Algunos jóvenes son hoy muy dependientes de la necesidad de hacer experiencias porque, por la falta de transmisión de valores [los padres no los tienen o se sienten incapaces de vencer un ambiente contrario, donde los valores no existen], piensan que no se sabe nada de esta vida [falta de coherencia en los adultos] y que todo aún se debe descubrir e "inventar". Por eso, a menudo presentan una identidad vaga y flexible frente a la multiplicidad de las solicitudes contemporáneas, sean estas regresivas o, por el contrario, enriquecedoras.

⦿ Imperiosa necesidad de tener cuanto desean en el mismo instante en que advierten ese anhelo. Lo que suele denominarse «yaísmo».

Las psicologías contemporáneas están influidas por representaciones sociales centradas en una vida afectiva y sexual fragmentada. La expresión afectiva debe ser inmediata, como una llamada telefónica o una conexión por Internet, sin respetar los términos y el sentido de la construcción de una relación. También las imágenes de los medios de comunicación y de las películas se caracterizan actualmente por una expresión sexual fácil, de fusión y del momento.

⦿ Influjo de todo ello en la concepción y el modo de vivir el noviazgo, el matrimonio... y la separación o el divorcio.

Es típico que la pareja formada por jóvenes sea incierta y temporal, cuando está fundada únicamente en la necesidad de ser protegidos y estar cobijados, y también en la inestabilidad de los sentimientos, sin que estos estén integrados en un proyecto de vida y en el sentido del amor.

La mentalidad reinante, a su vez, tampoco simplifica la tarea de los jóvenes, porque presenta la separación y el divorcio como norma para tratar los problemas afectivos y relacionales en el ámbito de la pareja.

⦿ Ni siquiera se proponen hacer lo mejor de lo que anhelan porque nadie les ha enseñado, ni con la palabra ni con el ejemplo, que aquello *es posible* y *cómo podrían lograrlo*. Mis alumnos, cuando hablamos de estos temas, suelen terminar reconociendo: «es cierto que lo paso fatal, **pero no existe otra cosa**»:

Los sondeos aún demuestran que la mayoría de los jóvenes quiere casarse y fundar una familia, aunque no siempre sepan cómo se constituye una relación en el tiempo. Querrían estabilizar la relación ya desde el inicio y resolver todos los problemas respecto al presente y al futuro. Sin duda los jóvenes necesitan aprender a hacer la experiencia de la fidelidad en la vida cotidiana [otra idea fundamental: compromiso]: es un valor que recoge el consenso unánime de todos ellos, pero que no encuentra el más mínimo apoyo en los medios contemporáneos. En el mensaje de la sociedad predominan el miedo al matrimonio y a tener hijos, hecho que no ayuda a tener fe en sí mismo y aún menos en la vida, que, según ellos, debería limitarse y agotarse con su historia personal.

⦿ Más sobre el imperio totalitario del materialismo economicista... fomentado a menudo por padres y profesores. La persona es sustituida por el dinero; la dignidad, por la eficacia:

La mayor parte de los jóvenes es esclava de las normas de la sociedad del mercado; la publicidad exige ampliamente la satisfacción de los deseos inmediatos. La organización política de la sociedad reposa en la mentalidad mercantilista, que transforma a los ciudadanos en consumidores. Las reglas económicas reemplazan las reglas morales, dictan leyes e imponen su sistema de referencia y de valoración en todos los campos de la existencia con el consenso del poder político: la educación, la enseñanza, la salud, el trabajo, la vejez son regulados según las normas económicas en detrimento de los valores de la vida. En el centro de este mecanismo no se encuentran la persona y el bien común, sino el costo y el beneficio. La dictadura del dinero y de la economía construye, a través de la publicidad, una visión de la existencia en la que aquello que no rinde no debe existir, lo que contribuye a alterar el sentido de la persona humana, del vínculo social y del bien común.

⦿ De nuevo, pero ahora con más ejemplos, la falta de desarrollo intelectual auténtico, conlleva a la falta de vocabulario y el exceso de palabras o de frases «comodines»:

La fragilidad de los procesos de interiorización da origen a psicologías más superficiales, más fragmentadas, que tienen dificultad en recurrir a la racionalidad. En cuanto al lenguaje utilizado, su pobreza no favorece el dominio de lo real. Las fórmulas, repetidas como eslóganes, indican el pánico y el sufrimiento frente a la idea de reflexionar. Así la expresión: “Me martillea la cabeza” sugiere claramente el hecho de que pensar podría provocar hemicránea.

⦿ La lectura es insustituible:

A los jóvenes les falta una verdadera formación intelectual que, entre otras cosas, se adquiere poniéndose en contacto con la literatura. No tienen una vida intelectual porque

no entienden los textos y autores, ni saben reflexionar sobre ellos. En los programas actuales del Ministerio de Educación y Ciencia francés, los profesores han de tener principalmente en cuenta la subjetividad de los alumnos y articular toda su enseñanza a partir de cuanto los propios alumnos perciben; esto dilata el número de quienes se lamentan de tener dificultad en concentrarse intelectualmente como también en controlarse. El conocimiento del sentido de la ley comienza siempre por medio de la adquisición del lenguaje y de las reglas de la gramática, cosa que hoy día ya no sucede, pues los lingüistas han tomado el puesto de los gramáticos en la elaboración de los programas ministeriales. El método global o los métodos llamados mixtos, que hoy están de moda en las escuelas, producen analfabetismo, dislexia y una visión fragmentada de la realidad.

Llegados a este punto, me gustaría recordar tres cosas:

- ◆ Para centrarnos en el tema que nos ocupa, aconsejo releer lo anterior desde la perspectiva-clave del «sentimentalismo». La afectividad no solo es imprescindible, sino maravillosa; pero su función no consiste en registrar la vida humana, sino en potenciar la capacidad y el vigor del entendimiento y de la voluntad para llevar con tino esas riendas (lo estudiaremos más despacio).
- ◆ Estamos en los dominios del diagnóstico. Un diagnóstico nunca es optimista o pesimista, sino certero o erróneo.
- ◆ El diagnóstico adecuado es el único que permite poner remedio a una situación. Tras lo que hemos leído, me parece bastante claro dónde habría que incidir para evitar la que en gran medida estamos viviendo.

Pero prefiero volver sobre ello una vez que hayamos estudiado más despacio el conjunto de la vida afectiva y confirmado su lugar y papel en la existencia humana.

III. ¿DEFINIR LOS SENTIMIENTOS?

1. ANÁLISIS BÁSICO DE LOS SENTIMIENTOS

Sin un excesivo afán de jugar con las palabras, estimo que si algo está claro respecto a los sentimientos es... que no son nada claros.

Si algo está claro respecto a los sentimientos es...
que no son nada claros.

1.1. Una realidad huidiza

Por una parte, no nos resulta fácil descubrir en qué consisten los sentimientos: ni en general, ni cada uno de ellos.

Otro síntoma de lo más elemental: cuando alguien (incluidos nosotros) quiere explicar un estado afectivo relativamente complejo, suele iniciar la conversación diciendo: «la verdad es que *no sé* lo que me pasa, pero desde hace días...».

Teodoro Haecker ha dedicado toda una monografía al estudio de la afectividad. A lo largo de ella, uno va advirtiendo qué difícil resulta definir los afectos... o como deseemos llamarlos de momento. Se trata de realidades esquivas, inestables, con perfiles poco netos, tornadizos, vaporosos... Como contrapartida, podríamos argüir que, mal que bien, todos conocemos de forma relativamente neta a qué conmoción o trepidación del ánimo pretendemos referirnos cuando empleamos palabras como «sentimientos», «emociones», «pasiones», etc.

Vocablos que, aunque en sí mismos no son sinónimos, solemos emplear, y así lo haremos por ahora, como prácticamente equivalentes.

Y sabemos a qué atenernos al hablar de nuestras emociones o estados de ánimo porque, en efecto, los estamos *sintiendo* o *experimentando*; sobre todo en determinados momentos de nuestra existencia..., pero también en condiciones

más normales: casi a lo largo de todo el día, mientras permanecemos despiertos (y, a veces, incluso en sueños).

A ello se une, como ya ha apuntado, que la terminología no está muy determinada en el presente... y menos todavía si atendemos a la historia de la civilización occidental.

De todos modos, existen cuatro o cinco términos o expresiones que sirven para referirse al conjunto de nuestra vida afectiva: emociones, sentimientos, exaltaciones o depresiones, estremecimientos, tono vital, estados de ánimo, pasiones (en el sentido actual)

(Como consecuencia, en su momento tendremos que *establecer*, de forma hasta cierto punto arbitraria, el significado que damos a cada uno de esos términos).

1.2. Y una descripción elemental

LO QUE NO ES UN SENTIMIENTO

Podemos intentar esa descripción ateniéndonos, de entrada, al vocablo tal vez más utilizado en el presente contexto: «sentimiento».

En primer lugar, es fácil relacionar el «sentimiento» (derivado de *sentire*: sentir) con la percepción, con el «darnos cuenta de algo». Y, además, como nos muestra la experiencia, de un algo que *nos* «habla» de *nosotros mismos*, que tiene lugar, por así decir, en *nuestro interior* y a nosotros se refiere.

Pero, al mismo tiempo, ese caer en la cuenta se distingue sin excesivos problemas de la sensación, en su sentido más estricto, y del conocimiento intelectual: el objeto propio de las sensaciones, lo que advertimos a través de ellas, *si las consideramos aisladas*, es siempre (con plena conciencia de la redundancia) un contenido *sensible*: color, olor, sabor, etc.

(cosa que también ocurre, a su modo, incluso cuando se trata de las sensaciones del propio organismo, agrupadas en general bajo el nombre de sinestesia); por otro lado, muy pocas personas (con excepción de algunos filósofos) confundirían los sentimientos con el conocimiento intelectual, también ahora aunque se trate del autoconocimiento

(lo más característico de este, al menos en teoría y en buena parte de los casos —en que sí se lo considera aisladamente—, es que se trata de algo frío, objetivo, que raras veces nos conmueve)

La afectividad vendría, pues, a ser un tipo de conocimiento de sí mismo... que *no* constituye un propio *y mero* conocimiento.

La afectividad vendría a ser un tipo de conocimiento de sí mismo...
que *no* constituye un propio *y mero* conocimiento.

Si esto es correcto, y empleando categorías clásicas, cabría considerar el conocimiento de sí mismo —el intelectual y el sensible, y la conjunción de ambos— como una suerte de género del que el sentimiento constituye una especie... y, sobre todo y por lo mismo, *agrega otros elementos*.

Resumiendo: en una primera consideración, es propio del «sentimiento» el dar a conocer algo del sujeto al sujeto mismo; pero, aunque resulte muy relevante, el hecho de que el sentimiento indique siempre algo «subjetivo» (el modo como uno «se siente» = «se conoce + está», «conoce cómo está»), no basta para describirlo de manera adecuada

(la «sensación» de frío o calor, pongo por caso, no constituye propiamente un sentimiento; ni tan siquiera, en su acepción más estricta, las de «mero» dolor o placer o mareo o vértigo... si es que estas percepciones o las anteriores pudieran darse separadas).

LO QUE SÍ PARECE SER UN SENTIMIENTO

Para llegar a advertir en qué consiste un sentimiento o una emoción, tal vez lo más sencillo sea partir de (la experiencia de) cuanto hemos visto y sacar a la luz el elemento «nuevo y específico» que interviene en cualquiera de ellos.

Semejante elemento podemos calificarlo, inicialmente y de manera un tanto vaga, como un *deseo*.

Con lo que el sentimiento sería: la percepción de que un deseo se ha despertado o activado... y, más tarde, de la satisfacción o el desencanto por estar acercándose y haber conseguido o no aquello que se anhelaba.

El sentimiento es la percepción de que un deseo se ha activado...
y, más tarde, de la satisfacción o el desencanto por estar acercándose y
haber conseguido o no aquello que se anhelaba

Si no me equivoco, lo que de entrada hay que añadir (para pasar del «género» a la «especie») es que el «sentimiento» implica siempre relación con una o más tendencias o inclinaciones y, por ende, según veremos, tiene *una connotación intrínseca «valorativa»*: de perfección o imperfección... advertidas y, por ello, de que nos está sucediendo o estamos experimentando algo «bueno» o «malo»... aunque no siempre, o muy pocas veces, de forma clara y distinta.

Es lo que Marina llama un cierto «balance» de nuestro estado global: si nos sentimos *bien o mal...* con determinados matices (cfr. *El laberinto sentimental*, en otros puntos realmente pobre).

Por eso, para empezar, cabría definir el sentimiento como «la percepción de que una (o más) tendencia(s) ha sido activada —y lo que eso implica para su

sujeto— o del estado que origina el cumplimiento o frustración de tal(es) tendencia(s)».

Y en este una (o más), desde el punto de vista real y fenomenológico habría que invertir la importancia —(una) o *más*—, puesto que la situación y el estado reales de cualquier ser humano en cada uno de los momentos de su biografía resultan siempre enormemente complejos.

Es muy difícil, casi imposible, que se active una sola tendencia; lo normal es que entren en actividad un buen conjunto de ellas, relacionadas entre sí (más todavía: la entera persona, en la concreta situación en que en tal momento se halla).

Es muy difícil que se active una sola tendencia; lo normal es que entren en actividad un buen conjunto de ellas, relacionadas entre sí

Aunque en principio bastaría con hablar de «tendencia percibida», es preferible explicitar, como ya he apuntado y enseguida advertiré: que a esa percepción se encuentra aparejado un balance valorativo espontáneo e inevitable, justo porque la tendencia tiene como objeto su «bien»; y un balance complejo porque, según acabo de sugerir, difícilmente se despierta o desata una sola tendencia, y porque en cada nueva activación compleja se encuentra como resumida no solo la entera persona como es hoy y ahora, sino *toda* la biografía del sujeto

(la afirmación, tan importante, de que quien actúa *no* es una u otra de las facultades, sino el individuo o el sujeto, puede traducirse diciendo que, en todas y en cada una de nuestras acciones —del tipo que fueren, aunque de formas diversas y con distinta intensidad— se pone en juego todo lo que hemos vivido y asimilado a lo largo de nuestra existencia: en el plano individual, familiar, social, etc.; es justamente aquí donde se insertaría el difícil pero muy relevante discurso relativo a la educación, la cultura, la historia, el lenguaje, etc.).

Así enfocado, y con palabras de García-Morato, podría describirse el sentimiento como «la reacción [en principio cognoscitiva, aunque luego intervenga en el modo de obrar y sea a su vez afectada por este] del ser espiritual ante la propia vitalidad. En nuestro interior hay un enjambre de fuerzas que chocan y se entrecruzan. Los sentimientos son la manera que tenemos de percibirlos y así sabemos qué pasa. En el ánimo, cada persona experimenta el eco del desarrollo o menoscabo de su ser, y la satisfacción o insatisfacción de sus impulsos vitales».

UN ENFOQUE ANALÍTICO

En el sentimiento intervienen, pues, dos «factores», que ahora me limito a enunciar y después estudiaré con más detalle:

- ◆ el conocimiento y

◆ las tendencias o inclinaciones, que dan lugar a los deseos (o rechazos).

①. El conocimiento. Resulta fácil de comprobar, puesto que nadie habla de sentimiento o afecto si no *percibe* nada en su interior. En relación a este extremo, conviene puntualizar: por una parte, no es correcto decir que si careciéramos de tendencias o inclinaciones «no sentiríamos» nada, puesto que la percepción de frío, calor, estabilidad o inestabilidad corporal, cansancio, dolor, etc., *a las que con todo rigor puede llamárselas sensaciones* o percepciones, no van por fuerza e inmediatamente aparejadas a una tendencia y en sentido estrictísimo, no serían sentimientos; sin embargo, los sentimientos propiamente dichos —o las emociones o estados de ánimo— sí que se encuentran ligados a esas inclinaciones, y pueden calificarse con mayor propiedad como sentimientos en la medida en que más comprometan a la persona en cuanto tal: lo que equivale a sostener que, de manera más directa, se relacionan con la perfección o el fin del hombre, real o percibido (o, al menos, barruntado) como tal, y, por consiguiente, por esa relación con nuestro destino final, hay que decir que nos implican o comprometen y nos hacen vibrar o con-movernos de forma más íntima y total (y de ahí, en parte, su gran relevancia y la atención que le estamos prestando).

Cabe, entonces, concluir que los sentimientos surgen cuando «está en juego» un valor, propio o ajeno —verdad, bondad, belleza...—, que nosotros percibimos o vislumbramos como tal.

Los sentimientos surgen cuando «está en juego» un valor,
propio o ajeno, percibidos o vislumbrados como tal

②. Los apetitos o inclinaciones. Estableciendo un cierto paralelismo con lo analizado con relación al conocer, podemos comprobar que tampoco solemos hablar de sentimiento, en su significado más propio, cuando se trata de una percepción en la que no está implicada tendencia alguna y como consecuencia, una cierta sensación *de déficit o carencia*, en el momento inicial de activarse; (al advertir, por ejemplo, que no gozamos de los conocimientos y la autoridad suficientes para arreglar un problema conyugal o familiar, experimentamos simultáneamente la desazón y el malestar que esa *falta* de capacidad lleva aparejada; no se trata, sin embargo, de una ley absoluta y sin excepciones: cuando se afirma en nosotros un gran ideal, el resquemor de todavía no haberlo conquistado se mezcla y atempera con la satisfacción que surge en nosotros por habernos propuesto alcanzar esa meta); o *de cumplimiento o de frustración*, según se vaya logrando y se alcance o no el término al que tendía ese deseo.

Creo imprescindible insistir en que este modo de enfocar el asunto, aunque inevitable, resulta excesivamente *analítico*: intenta aislar y definir un «elemento

puro», que, de hecho, se da siempre en conjunción con otros muchos de la vida humana.

En estos momentos, nuestro estudio es *excesivamente analítico*:
intenta aislar y definir un «elemento puro»,
que, de hecho, se da siempre unido a otros muchos

Por eso, si nuestra pretensión fuera observar lo que efectivamente ocurre, deberíamos actuar al contrario: partir del todo, del complejo emocional-cognoscitivo tal como lo advertimos, para después discernir sus componentes.

Pero este trabajo es más bien metafísico, y se mueve en un continuo ir y venir entre el todo y sus elementos... y viceversa: el análisis es imprescindible para no perderse en la indefinición («no sé exactamente lo que me pasa, pero...»), aunque peligroso si no se tiene mucho cuidado en mantener de continuo, como en retaguardia, pero muy presente, *el conjunto* de lo vivido... que es lo único que *en realidad* existe.

2. ESTUDIO MÁS PORMENORIZADO DE LOS SENTIMIENTOS

Para avanzar en el esclarecimiento de todo este asunto, me parece importante recordar algunos extremos un tanto más técnicos y, por eso, más difíciles de comprender. No hay que preocuparse en exceso, pues todo ello irá resultando más inteligible conforme avancemos y, como de costumbre, volvamos sobre lo anteriormente leído.

2.1. Las tendencias humanas

Hace ya un buen rato que venimos hablando de tendencias, apetitos, inclinaciones... No me ha parecido necesario explicar en qué consistían, porque los mismos términos indican lo que nuestra experiencia más habitual confirma: que nos sentimos a menudo solicitados o inclinados a realizar determinadas acciones, o a omitirlas, con el fin de conseguir (o, en su caso, evitar) «algo».

¿QUÉ SON?

En este sentido, el término «apetito» resulta muy significativo: por un lado, apela a ese estado orgánico-psíquico que nos impulsa (nos hace tender) a buscar comida, algo que nos sacie; por otro, empleado de manera más genérica, es utilizado también para aludir, de forma más o menos propia, a cualquier tendencia o inclinación: a esas «ganas» de ver un partido de fútbol o baloncesto o una película, de estar con unos amigos, con la mujer o la novia, de cambiar de ocupación, de tratar a Dios con más intimidad, de aprender matemáticas o filosofía o física, de librarnos de una situación embarazosa, de «romper a cantar», de bailar, de «morirnos», etcétera.

Todos esos deseos o apetitos, que en los animales atribuiríamos a sus *instintos*, en los seres humanos están provocados por las distintas *tendencias* (que más tarde procuraré enumerar, distinguir... y relacionar de nuevo).

Los *apetitos* de los animales corresponden a las *tendencias* humanas

Entre las características capitales de las tendencias humanas, cabe señalar: que, a diferencia de los que sucede con los instintos, a los que el animal no puede resistirse, las tendencias humanas, en condiciones normales, pueden seguirse o no... incluso aunque las experimentemos con una gran intensidad; que, como repitiera Aristóteles —si la consideramos desgajada de su sujeto, cosa incorrecta pero inevitable—, toda tendencia inclina hacia *su bien propio* (aunque deba ser educada... y aunque una mala educación la desvíe de tal objetivo): la vista aspira a ver (y a ver lo digno de verse), el oído a escuchar sonidos armónicos, el gusto a paladear manjares o bebidas exquisitas...; el entendimiento, aunque a veces no lo parezca, a conocer más y mejor; el apetito sexual, a unirse con una persona del sexo complementario (con el propio cónyuge, si lo hemos hecho madurar); y asimismo existen, entre otras muchas, tendencias a la comodidad, a gozar de la temperatura adecuada, a moverse o descansar, a «buscar la horizontal», a relajarse cuando nuestros músculos soportan una tensión excesiva..., es decir, a lo que, en principio, sería el *bien*-estar físico...

A todo lo cual es imprescindible añadir que, como he medio sugerido: el bien de que estoy hablando, precisamente porque el hombre no actúa de manera instintiva, sino que en él intervienen otros factores (llamémoslos, de manera genérica, su formación o la carencia de ella), puede ser: incluso para la misma tendencia particular, un bien *real* o solo *aparente*, y, para el conjunto de la persona, *global* (por cuanto, en efecto, mejora al individuo en su totalidad) o *parcial*, porque no perfecciona al ser humano en cuanto tal; es decir, aunque el apetito en concreto «quede a gusto y disfrute» (pongamos el ejemplo sencillo del alcohol, del azúcar o la sal excesivas, etc.), no conviene a la persona en su conjunto; como es obvio, en cualquiera de estos dos últimos casos, si atendemos al bien radical de la persona como persona, el beneficio aparente o solo parcial puede en definitiva ser un mal o perjuicio respecto al bien *real* o al *global y superior* (al de la persona en sí misma considerada);

UNA CARACTERÍSTICA IMPORTANTE... Y DIFÍCIL DE COMPRENDER

Aunque de momento no se entienda el porqué del excursus, y aun tratándose de cuestiones un tanto técnicas, solicito un voto de confianza para desarrollar algunas características de las tendencias humanas... que en su momento manifestarán su importancia.

Y pido perdón por actuar por un rato como metafísico... de los aburridos.

Vamos a ello.

⦿ Con las tendencias sucede algo muy parecido a lo de aquella *potencia*... que más o menos todos estudiamos cuando cursamos filosofía, y nos hablaron de Aristóteles... y de «la potencia y el acto». Muy probablemente, las explicaciones de entonces nos llevaron a pensar que la potencia resulta suprimida cuando adviene el acto: así solemos (o solíamos) entender que lo que estaba en potencia *pasa a* estar en acto. Pero no. La potencia no es eliminada cuando «pasa al acto» correspondiente, sino que permanece como potencia, pero actualizada (no puedo detenerme a explicarlo, pero confío en que se comprenda con los ejemplos que aduciré de inmediato).

⦿ En este caso (como también en el de la inclinación o aspiración), el malentendido surge por poner un excesivo énfasis y fijar nuestra atención exclusivamente en el movimiento... que, en efecto, es donde más clara se ve la distinción entre potencia y acto, pero no la única ni mejor situación donde acto y potencia conviven y se complementan. Como acabo de decir, suele definirse el movimiento como *paso* de la potencia al acto. Y con ello se da la impresión que comentaba: que el acto *sustituye* a la potencia. Pero en realidad, moverse —en el sentido indicado— es la transición del *estar solo en potencia* (potencia sin acto que la actualice), a *estar en acto* (potencia actualizada por el acto que le es propio).

La potencia, por tanto, sigue ahí, pero *con* su acto

La potencia, por tanto, sigue ahí, pero *con* su acto: no es *reemplazada* por él, sino solo actualizada. Pues algo similar ocurre con las tendencias que están en la base de los sentimientos: que *no* son suprimidas cuando alcanzan el bien al que están inclinadas. Más bien se actualizan, y permanecen en ese estado: el de «actualizadas» o, en este caso, «colmadas» o «satisfechas». Por el contrario, sí que podría afirmarse que la tendencia o inclinación se habría esfumado cuando (si así fuere) se acabara el *gozo* derivado de la adquisición y posesión de su bien propio.

¿Difícil de entender?

Tal vez un par de ejemplos aclare lo que hasta aquí probablemente haya sonado a chino. Pero antes conviene darse cuenta de que potencia es tanto como «capacidad real de...», como «poder realmente...». Entendido esto, nadie en su sano juicio diría que un coche tiene capacidad (o potencia) de alcanzar los 300 km. por hora, si, al probarlo en las condiciones adecuadas y por un conductor con pericia que sabe hacerlo rendir a tope... el coche no pasa de los 230. Pero tampoco, y es lo que pretendo hacer ver, que el automóvil deja de tener esa capacidad justo cuando alcanza o supera los 300 por hora. Acudiendo a otro supuesto: resulta bastante obvio que nadie

vería en acto si en ese preciso instante, por desvanecerse la potencia de ver, *no pudiera* ver. El que esté viendo es la prueba más clara de que puede ver, de que tiene capacidad o potencia real para ello. Esa potencia la posee también cuando cierra los ojos o se encuentra a oscuras; pero sería absurdo afirmar que la pierde (que ya *no puede* ver) justo cuando, al abrir los ojos o encender la luz, está viendo de nuevo. A oscuras, la potencia se encuentra sin actualizar: puede ver, pero no ve; con luz, sigue la potencia o posibilidad (de ver), pero actualizada: hasta tal punto *puede* ver... que, de hecho, está *haciendo* lo que *puede* hacer: *está viendo*. Me parece que no es difícil de entender y admitir.

• Y, como acabo de sostener, no es muy distinto lo que sucede a las tendencias o apetitos: también ellos persisten una vez actualizados o colmados... a no ser que, en el instante en que logran su objetivo, o con el paso del tiempo, desaparezca o se embote la inclinación hacia aquello que antes atraía.

(Es lo que solemos llamar «perder el gusto por...» y, en efecto, la prueba más clara de que la tendencia ya no sigue operativa es que el sujeto en cuestión ya no goza con el bien poseído: aquello deja de «gustarle».) Por el contrario, y volviendo a lo que acabo de sugerir respecto a la potencia y el acto, mientras disfrute con lo que he alcanzado, está claro que la tendencia a aquello sigue presente... aunque satisfecha o hecha plena: actualizada. Es fácil de entender que, si en el momento en que ya alcanzo lo que ando largo tiempo persiguiendo —un título universitario, un trabajo, un vino de marca, casarme con la persona a la que amo...—, desapareciera la inclinación a tenerlo, ¿cómo podría disfrutar de lo obtenido?. ¿Puede alguien gozarse en lo que ya no quiere o desea... justo porque lo posee?

Cierto que esto ocurre a veces, y tal vez más en el mundo contemporáneo. Pero solo indica que demasiado a menudo ponemos grandes ilusiones en algo que no es capaz de colmarlas. En tales circunstancias sí que es posible (e incluso necesario) que, al conquistar lo que deseaba, pierda las ganas de tenerlo... y la ilusión y el gozo por haberlo conseguido: que me *des-ilusione*.

Pero el problema es que estaba buscando llenar mis ansias de bien (de felicidad, como suele decirse) con algo que, por no ser lo suficientemente bueno, no puede lograrlo. Y de ahí que, hoy día, y como antes apunté, existan tantas personas perpetuamente insatisfechas, que, desengañadas con las anteriores, buscan de continuo nuevas emociones, sensaciones, experiencias...

(Según explica Pithod, «el único deleite sin hastío es el deleite o gozo [*gaudium, fruitio*] espiritual. Los gozos espirituales solo *per accidens* [no por sí mismos, sino de manera indirecta y concomitante] pueden cansarnos o dejarnos insatisfechos, y esto por causa de nuestra condición material, pues el cuerpo se fatiga. Al contrario, los deleites carnales son en sí mismos insatisfactorios y mientras más sed despiertan más pueden conllevar el hastío. Y esto es visible en los voluptuosos, que no hallan nunca reposo en el deleite y más hastiados están cuanto más complican o pervierten las delectaciones libidinales».)

No cuesta demasiado intuir cuánto tiene que ver todo esto con la felicidad y sus aledaños. (Para los creyentes, con ese «saciar sin saciar» que será el resultado de nuestro contacto íntimo con Dios en el Cielo y para toda la eternidad). Por eso, al abordar ese tema, volveré a traerlo a colación.

[iii] Y una aplicación aún más difícil, que solo interesará a algunos, y que anticipa cuestiones que luego estudiaremos con calma. Algo, por tanto, que la mayoría puede directamente omitir y que, si no se comprende, indica solo que lo he introducido antes del momento oportuno... y que más tarde sí se entenderá.

Me refiero a lo que sucede con cuanto hemos visto en Dios, en la medida — ¡ínfima!— en que podemos conocerlo y hablar de ello.

Como apunto en el epígrafe, estamos ante un asunto muy arduo, al que no todos han de atender, aunque se trate de un planteamiento estrictamente filosófico, y no de fe. Sin embargo, en nuestro escrito goza de una función muy clara: la misma que viene ejerciendo cualquier apelación a Dios desde el instante en que, en otro lugar, distinguí entre diversas categorías de «persona», más o menos nobles, y de la conveniencia de entender que la persona humana ocupa el rango más bajo en esa jerarquía, en cuyo culmen se sitúa el Dios tres veces Personal.

En consecuencia, las referencias a Dios que ahora hago tendrían valor en sí mismas. Pero las introduzco en *nuestra assinatura*, sobre todo porque, al ser Dios la Realidad en la que se da de modo pleno cuanto entre nosotros tiene lugar de manera imperfecta y parcial, la consideración de lo que hay en Él ayuda —como «ideal» y por contraste— a entender mejor lo que ocurre en el hombre.

Yendo a lo que nos ocupa, si los filósofos sostienen —con razón... aunque muy limitada— que toda potencia susceptible de ser atribuida a Dios está presente en Él en cuanto se reduce o se identifica con el Acto, ahora habrá que añadir que también lo estará toda tendencia *pero solo en cuanto tendencia colmada o actualizada* (o, mejor, como Acto no mezclado con potencia-tendencia-carencia alguna).

En lo que atañe a los «sentimientos de Dios», la cuestión podría expresarse así. Ante todo, es correcto hablar de *Afectividad divina*, aunque con muchas reservas y matizaciones... cuando el punto de referencia es la humana. Pues, de modo similar a como en Dios se halla de manera perfectísima, sin déficit alguno, lo que en las criaturas se logra por la conjunción de potencia y acto, también se da en plenitud lo que en lo creado resulta «subjetivamente» de la posesión del bien al que cada realidad tiende: lo que solemos llamar emociones, afectos, sentimientos...

Pero con una salvedad importantísima: por su infinita perfección, solo cabe atribuir a Dios, con cierta propiedad, lo positivo y capaz de adquirir una dimensión infinita: no, por tanto, la tristeza, el miedo, el tedio, la desesperanza... y un largo etcétera, mas sí los sentimientos afirmativos: ternura, fruición, complacencia, alegría... felicidad.

En concreto, y hablando a nuestro modo, lo que hay en Dios (o, más bien, lo que Él *Es*), es la máxima felicidad o gozo, fruto del Amor (tendencia al Bien) plenamente satisfecha... o, mejor, idéntica a tal Amor.

Por otra parte, esa Felicidad-Amor engloba todos los afectos positivos que nosotros experimentamos, pero infinitamente sublimados y eliminando de ellos cuanto hay de imperfección y contraría la inmutabilidad correctamente entendida... e identificados, según acabo de sugerir, con el mismo y único Ser de Dios... que es su Amor y su Felicidad.

Y así, es lícito hablar de «compasión divina» respecto a los hombres, y de hecho expresiones similares se encuentran en las Escrituras. Pero conviene tener muy en cuenta que esa «compasión» de ningún modo indica un «padecer», sino solo la actividad positiva de búsqueda del bien que en nosotros suscita una compasión cabal.

Lo que nos da pie para anticipar que, tal como aquí estamos considerando los sentimientos, la felicidad vendría a ser la posesión del bien sumo más la delectación originada por esa posesión, y constituiría el sentimiento supremo o por excelencia y, en cierto modo, el fundamento u «origen» de cualquier otro.

Y asimismo que el amor, también en su sentido más noble y pleno y completo, sería la tendencia-actualizada-al-bien-y-el-gozo-consiguiente y, desde este punto de vista, se identificaría con la felicidad, aunque en todo ello lo absolutamente relevante, si la distinción pudiera hacerse, es *el acto de amar...* y *no* el *sentimiento* de gozo o satisfacción (*gaudium*, como decían los latinos) que el amor lleva aparejado.

Semejante deleite, tal como explica Tomás de Aquino y en oposición al pensamiento habitual en la cultura contemporánea, no constituye la esencia de la felicidad, sino que tal esencia o substancia es la perfección o plenitud que se alcanza al amar inteligentemente: es decir, la conquista y posesión del bien (o *adeptio boni*).

De ahí que Dios sea un puro Acto de Ser-Amor-Felicidad... en el que se congrega todo lo positivo que, de forma muy pobre y deficiente, nos aportan nuestros afectos.

A lo que todavía hay que hacer una observación de enorme relevancia: y es que la tendencia más perfecta que existe en cualquier persona —la propensión a amar— consiste en *comunicar libremente el bien* que se posee (en el fondo, uno mismo), y *no* en conseguir el bien del que se carece.

Estamos ante una de las exigencias más claras de la interpretación metafísica y no reduccionista de la persona: la que marca la diferencia «infinitamente infinita» entre el hombre y los animales, como quería Pascal, y tal vez la causa de que naufragen bastantes de los intentos actuales de explicar la afectividad, que —olvidando este dato fundamentalísimo— intentan explicar lo superior desde lo inferior o, con términos más inteligibles, se mueven «de abajo a arriba», al estilo de Freud y tantos otros en la cultura contemporánea.

Repito que nadie se preocupe si, de lo expuesto, no ha logrado entender *nada*].

IV. ¿CLASIFICAR LOS SENTIMIENTOS?

1. UN PRIMER INTENTO

Siguiendo la tónica general del escrito, en el que pretenden conjugarse la claridad y sencillez de exposición con el rigor suficiente para que la verdad no quede disminuida o falsificada, ofrezco a continuación un primer avance de los tipos básicos de sentimientos que suelen darse en el ser humano.

Aclaro, sin embargo, que, aun cuando los primeros pasos de este cuarto capítulo ofrezcan una visión «fragmentada» de la afectividad, en la que se analizan de forma relativamente aislada cada una de las modalidades básicas de afectos, *en la vida real* resulta casi imposible que esas emociones se den separadas: lo que se pone en juego es *siempre* un conjunto más o menos complejo de sentimientos, que se alzan sobre un preciso estado de ánimo global, capaz de modular cada uno de esos afectos y la resultante de todos ellos; y, ahondando más, cada afecto, emoción o sentimiento se apoya sobre la entera persona tal como se encuentra en ese instante... en el que influyen, de un modo u otro, con mayor o menor intensidad, *la entera biografía* de ese individuo: todo lo que le ha ocurrido a lo largo de su vida, desde que fue concebido, con relativa independencia de que lo recuerde o no.

1.1. El «amor» como sentimiento de base

Durante siglos, *la atracción hacia el bien* ha sido denominada *amor*, utilizando este término en una acepción generalísima y por eso impropia, bastante distinta de la que hemos empleado hasta ahora al hablar del amor en su sentido más noble y específico.

Así enfocado, como *activación* de la inclinación a un bien, *el amor* [percibido] constituye *el primer sentimiento* y *la raíz* de cualquier sentimiento posterior.

*El amor constituye el primer sentimiento
y la raíz de cualquier sentimiento posterior*

¿En qué sentido? Repito que estoy ahora empleando el vocablo «amor» con un significado excesivamente amplio, casi equívoco, para referirnos a cualquier *tensión hacia un bien*, a la inclinación o tendencia que nos lleva a poseer o gozar, de la forma en que fuere, de algo que consideramos bueno y, por consiguiente, a evitar o a eliminar lo que se opone a ese bien concreto o cualquier otro bien ya poseído (desde este punto de vista, lo que impide un bien, en cualquiera de las formas señaladas, tendría razón de mal). Adoptando tal perspectiva, y para evitar equívocos —pues el término «amor» resulta hoy enormemente ambiguo—, tal vez convenga denominar este impulso básico con el vocablo *aspiración* o con alguno de sus sinónimos: *anhelo, apetencia...* a la consecución o logro de algo.

Al analizar esta situación real, el bien a que nos estamos refiriendo puede hallarse en dos situaciones: *presente o ausente*. Si el bien todavía no es poseído, si no se encuentra ya a nuestro alcance, pero queremos que lo esté, la aspiración que nos impulsa hacia él se configura como *deseo*; por el contrario, cuando ya hemos alcanzado lo que perseguíamos, semejante aspiración, lejos de desaparecer —excepto en casos de bienes solo aparentes, en los que sobrevendría una desilusión o decepción—, engendra en nosotros el *gozo*. El deseo sería, entonces, la vivencia de la aspiración *mientras todavía no ha sido satisfecha*; el gozo, por el contrario, la experiencia *de la satisfacción* de esa misma tendencia, ya colmada.

Los ejemplos pueden multiplicarse. Desde los más sencillos, como los que se refieren a la comida o la bebida, pasando por otros de más calado, como la persecución de un puesto de trabajo, o, en un ámbito relativamente diverso, casarse con el ser querido, concebir y dar a luz a un hijo, ayudarlo a crecer, tratar con los amigos, y un dilatado etcétera.

Así enfocado y esquematizado, el mecanismo básico de nuestra vida sentimental no puede resultar más sencillo. Vivimos en el mundo y nos relacionamos con él. Y, entre las realidades que lo componen —personas, animales, simples cosas—, a tenor de nuestra naturaleza y de las circunstancias del momento, unas nos resultan beneficiosas, nos ayudan a perfeccionarnos, nos completan en algún aspecto (o, al menos, así nos parece), mientras que otras se nos presentan como dañinas. Cuando conocemos las primeras —*puesto que toda realidad desea naturalmente su perfección*, según expuso ya Aristóteles y antes consideramos—, la correspondiente tendencia se moviliza, lo cual es *experimentado* en nosotros como *inclinación (aspiración o amor en su sentido más lato)* hacia esa persona o cosa; mientras esa tensión perdure y la realidad no haya sido alcanzada, lo que sentimos, con más o menos inquietud —que depende de circunstancias variadas:

modo de ser, estado actual, relevancia para nosotros del asunto...—, es justamente el *deseo*; al lograr lo que anhelábamos, la respuesta de nuestra tendencia se experimenta o vivencia como *gozo*, deleite, placer, etc.

Tenemos, así, por ahora, tres sentimientos básicos, correspondientes a la percepción de tres estados distintos de la inclinación hacia el bien: la *aspiración*, que se manifiesta como *deseo*, o como *gozo*.

Aspiración, deseo, gozo

1.2. Otros tres sentimientos derivados del «amor»

Pero en muchísimas ocasiones, el bien que es *objeto* de nuestra tendencia no puede lograrse de manera inmediata, porque algo o alguien nos lo impide. Ese algo o alguien se nos presenta entonces como malo, como una realidad que debe ser eliminada, rebasada o vadeada (para todo ser humano: desde los niños más chicos hasta los adultos más maduros).

Pues bien, el sentimiento generado por ese mal es el *odio* o *rechazo*, en la acepción más amplia de estos vocablos, que reviste la forma de *aversión* cuando el obstáculo maligno está todavía lejos, ausente, y que provoca *tristeza* o *dolor* cuando, de forma efectiva, ese mal está presente e impide que poseamos y nos deleitemos en el bien deseado.

(*Aversión*: no quiero ver a esa persona, asistir a esa reunión...; *rechazo*: me ha sido imposible evitar esas situaciones, estoy pasándolo mal y deseando que se acaben).

Por acudir a un ejemplo relativamente común, un joven que siente atracción ante una chica puede ver dificultada la posibilidad de abordarla y entablar amistad con ella por muchos motivos, unos de orden interno y otros de carácter externo. Entre los primeros, por una suerte de timidez que hace problemático su trato con las personas del otro sexo. Entre los segundos, el hecho de que la chica vaya siempre acompañada por un conjunto de amigas, de las que difícilmente se separa, o por su padre.

Ante estos dos tipos de trabas, nuestro joven sentirá *rechazo* u *odio*, dando a este vocablo el sentido amplísimo que estamos utilizando: es decir, pues el término «odio» reviste hoy unas connotaciones mucho más fuertes que las que aquí quieren expresarse, deseará con todas sus fuerzas que tales impedimentos desaparezcan y, dentro de sus posibilidades, pondrá los medios para eliminarlos o sortearlos: los *rechazará*. Ese *odio* suele llamarse *aversión* mientras el chico está dudando si abordar o no a la muchacha o ya lo ha decidido pero no intentado, esto es, cuando *todavía los obstáculos* solo amenazan, pero ni han sido superados ni han hecho que fracase en su propósito; por el contrario, la *aversión* se

transformaría en *tristeza o dolor*, en la acepción también dilatada de este término, si la timidez fuera de tal grado (o los impedimentos generados por los acompañantes, tan fuertes) que, al acercarse a la chica, de hecho no lograra dirigirle la palabra ni, como consecuencia, iniciar ningún tipo de relación con ella.

Con lo que los sentimientos básicos de *aspiración, deseo y gozo* se verían ahora completados por otros tres, de signo estrictamente contrario: *rechazo, aversión y tristeza o dolor*.

Rechazo, aversión y tristeza o dolor

Aunque es cosa fácil de advertir con solo reflexionar un poco, quiero dejar claro que los tres sentimientos fundamentales enunciados en segundo lugar, los negativos, se derivan realmente de los anteriores, por oposición, y que de ningún modo existirían si aquellos —los que llamaremos «básicos»— no se dieran. Por ejemplo, la timidez (mal) no sería problema para nadie si esa persona no tuviera nunca que relacionarse con otras (bien). Con lo que queda claro que algo es malo, según afirman los clásicos, por cuanto impide o se opone a un bien o lo deshace. Y, entonces, el odio o rechazo, sentimiento primordial de la esfera negativa, depende o se deriva del amor o aspiración, su simétrico en la afirmativa: repudiamos el mal que estorba la consecución o permanencia en la posesión del bien amado o deseado.

1.3. Dos sentimientos más

Ese bien, por su parte, puede ser *difícil* de conseguir. En tal supuesto, se tratará siempre de una realidad *ausente* o futura: pues, por muy complicado que nos resulte lograr algo, cuando ya lo poseemos desaparece su carácter penoso o arduo; de acuerdo con el dicho inmemorial, cuando la madre ha dado a luz, la presencia del niño le hace olvidar las molestias y dolores del embarazo y del parto.

(Entre paréntesis: nuestra vida cotidiana se simplificaría enormemente si tomáramos conciencia de que, desde el punto de vista que nos ocupa, lo mejor del tiempo es que «pasa».

Lo cual, a mi parecer, trae al menos dos consecuencias:

①. No es lógico, aunque sí bastante habitual y comprensible, que «amontone-mos» en el presente el pasado y el futuro. El mal que hoy nos aqueja se ve entonces incrementado por: los males pretéritos, que no podemos hacer que no hayan sucedido, pero de los que deberíamos habernos liberado; y por los futuros, que en realidad ni siquiera sabemos si llegarán a cobrar vida y, en cualquier caso, ahora no tienen por qué afectarnos: ni los podemos superar ni, menos aún, ahora nos producirán el

más mínimo perjuicio... si no nos empeñáramos en anticiparlos y, en este sentido, es signo de honda sabiduría vivir solo el y en el presente.

②. A veces, la solución para nuestros problemas consiste simplemente en tener paciencia y esperar que el tiempo *pase*, ya que ineluctablemente lo hace). En todo caso, si el bien ausente nos parece posible de lograr, aun en medio de las dificultades, surge un sentimiento de *esperanza*, con todas las *emociones* que la suelen enriquecer. Al contrario, si se nos presenta como imposible, da origen a la *desesperanza* o, si esta es muy fuerte, a la *desesperación*.

La consecución de un título universitario o de un master, que la mayoría de los jóvenes actuales consideran como algo positivo, por cuanto teóricamente les abrirá un más fácil acceso al mundo laboral y a la remuneración que lleva consigo, se presenta de ordinario como difícil de lograr, aunque no fuera más que por el hecho de que es menester mantener el esfuerzo continuado de la presencia más o menos activa en la Universidad durante cuatro, cinco o más años, en el primer caso, y durante uno o dos, por lo normal con alto costo económico, en el segundo.

De todos modos, a la mayoría de las personas, la conquista de esos títulos les parece posible: en consecuencia, inician la carrera o el máster con la *esperanza* de llevarlos a cumplimiento; y mientras esa esperanza siga viva, los problemas y contrariedades que vayan surgiendo resultarán relativamente fáciles de resolver o sobrellevar.

Por el contrario, si a medida que avanzan los meses o incluso los años, uno fuera descubriendo que las materias que debe aprobar son inasequibles para su aptitud intelectual o su capacidad de esfuerzo, o que el tiempo que puede consagrar al estudio es excesivamente escaso, le irá embargando un sentimiento de *desesperanza*, que se transformará en *desesperación* en la proporción exacta en que la meta se vaya mostrando más lejana o «imposible» y el chico o la joven tuvieran más necesidad de lograr esos títulos.

Ante un bien ausente, los sentimientos posibles son, pues, dos: *la esperanza* y *la desesperación*... (que vienen a sumarse a los seis sentimientos ya conocidos: aspiración, deseo y gozo; rechazo, aversión y tristeza).

Esperanza y desesperación

1.4. Y los tres últimos

Mas en la mayoría de las ocasiones, por no decir en todas, el bien se torna difícil de lograr porque existen algunos males que dificultan o impiden su consecución.

En los ejemplos anteriores, las amigas o el padre de la chica, si la relación consiguiera iniciarse y siguiera adelante, o el profesor de una determinada asignatura, un auténtico hueso, que se convierte en la barrera más importante para superar una carrera. Ante ese mal presente surge en nosotros un sentimiento de *ira* o *cólera* que nos impulsa a eliminarlo, aunque no siempre con violencia. Pero

también puede tratarse de un mal que *no* está actualmente frente nosotros —y en ese sentido, se trata de un mal ausente o futuro—, ante el que cabe adoptar dos actitudes, en función tanto de nuestro propio vigor como de la categoría del obstáculo. Si nos consideramos capaces de vencerlo, nos veremos animados de un ímpetu que expansiona nuestro ser, y que recibe el nombre de *audacia*. En el extremo opuesto, si el mal que nos amenaza a cierta distancia parece superar las fuerzas disponibles, la reacción sentimental será alejarnos de él, en la misma medida en que lo percibamos como indestructible: y a esto se denomina *temor*.

(Según apunté, una magnífica terapia ante ese miedo consiste en no anticipar los problemas ni pretender resolverlos antes de que surjan; porque, en el caso de que más tarde lleguen a presentarse, será entonces —nunca antes— cuando contaremos con la fuerza y los medios para intentar darle solución... tanto en el plano humano como en el sobrenatural).

De esta suerte, los «*once*» sentimientos fundamentales que modulan y dan tono a la vida de una persona serían los que siguen: ante un bien considerado en general, *aspiración*; si el bien aún no se posee, *deseo*; y si el bien ya se ha conseguido, *gozo*; (a estos tres, y de manera particular al amor o aspiración, los denominamos sentimientos fundamentales «básicos»;) ante un mal, también en general, *rechazo*; *aversión*, si el mal está ausente; y *dolor* o *tristeza*, si ya se ha hecho presente y resulta insuperable; ante un bien *arduo*, pero que suponemos asequible, *esperanza*; y *desesperación*, si nos sentimos incapaces de lograrlo; ante un mal difícil de vencer, *ira*, si el mal está presente; *audacia*, si el mal es poderoso pero lo advertimos superable; y *temor*, si el mal resulta tan fuerte que pensamos que no lo podremos eliminar o eludir.

EN ESQUEMA:

<i>aspiración,</i>	<i>deseo,</i>	<i>gozo;</i>
<i>rechazo,</i>	<i>aversión,</i>	<i>dolor;</i>
—	<i>esperanza,</i>	<i>desesperación,</i>
<i>ira,</i>	<i>audacia,</i>	<i>temor.</i>

2. LA COMPLEJIDAD DE LOS SENTIMIENTOS

2.1. Ampliando el panorama

Soy consciente de que la clasificación recién esbozada, puede parecer excesivamente sencilla e incluso ingenua... y que en efecto lo es; o, mejor, resulta verdadera, aunque esquemática y básica, fundamental. Pero ese mismo esquematismo facilita su comprensión y nos servirá de ayuda a la hora de elaborarla ulteriormente y de examinar la propia vida.

Si comenzamos con el segundo paso, en cuanto echamos una mirada a nuestro interior advertimos, antes que nada, que ninguno de los sentimientos fundamentales —ninguno de los enunciados hasta el momento— se da en estado puro.

Aunque indirecta, una clara corroboración de esta experiencia nos la ofrece el panorama de los términos afectivos que nos presenta cualquier diccionario.

En él encontraríamos, acompañando a las expresiones de los afectos puros que acabo de enumerar, un elenco casi inabarcable de voces relacionadas con ellos. Por ejemplo, junto a los vocablos amor-aspiración, deseo y gozo (reunidos los tres en la primera línea como núcleo de la entera vida afectiva), podríamos colocar, entre otros, los de cariño, ternura, simpatía, querencia, atracción, adoración, cordialidad, interés, ansia, afán, apetencia, ambición, ilusión, pasión, anhelo, afición, codicia, placer, complacencia, alegría, contento, felicidad, regocijo, júbilo, satisfacción, agrado, consuelo, dicha... Al lado de la aversión y el odio irían, por ejemplo, la abominación, la repugnancia, el resentimiento, el rencor, la manía, el aborrecimiento, la envidia, la inquina, el desprecio, la fobia, la incompatibilidad, la antipatía, la ojeriza, el encono, la hostilidad, la prevención, el asco, la aprensión, el escrúpulo, la repulsión, la malquerencia, el sufrimiento, la aflicción, el daño, la tristeza, la angustia, la amargura, la congoja, la pena, la compunción, la desolación, la incomodidad, el disgusto, la pesadumbre, la desventura... A su vez, las palabras esperanza y desesperación se verían flanqueadas por otras como confianza, fe, seguridad, tranquilidad, certeza, paciencia, optimismo, euforia, entusiasmo, brío, aliento, desesperanza, desmoralización, descorazonamiento, decepción, despecho, impotencia, pesimismo, desfallecimiento, desilusión, consternación, impaciencia, desencanto... y así podríamos continuar.

Probablemente, el significado preciso de cada una de estas palabras no solo se escape a alguno de los lectores y a quien escribe estas líneas, sino que cabe que ni siquiera esté en sí del todo determinado (no olvidemos que una de las notas más características de los afectos es su falta de «claridad»). Por eso es posible que, según las circunstancias, utilicemos de manera indiferente uno u otro término. Pero, en todo caso, ofrecen una idea bastante adecuada de la *riqueza* de la vida afectiva, que rebasa por todas partes el *análisis* simplificador, aunque no falso, que hace unos momentos llevábamos a cabo.

¿De dónde deriva esta abundancia? Antes que nada, del *juego y entrecruzamiento* plurivalente de las distintas tendencias. Esto es, del hecho ya recordado de que jamás operen aisladas, sino en unión más o menos explícita con otras pulsiones y con los sentimientos que de unas y otras se derivan (y con muchas «cosas» más —la persona íntegra: pasado, presente y perspectivas de futuro—, que después estudiaremos). En efecto, resulta muy difícil encontrar a alguien que,

en un concreto momento de su vida, solo se halle afectada por uno de los denominados sentimientos puros o fundamentales. De lo que sí puede hablarse, y es lo que se trataría de determinar, es de sentimiento o sentimientos *dominantes* (que, si se tornan estables, desembocarían, a su vez, en un *estado de ánimo* e incluso en un *carácter*); pero no de sentimiento *exclusivo*. Resulta muy problemático que, entre la multiplicidad de factores que conforman el tono vital de una persona en un momento dado, no figuren simultáneamente más de una realidad (anhelada o presente) de las que cabe calificar como *bienes* y más de una de las que pueden considerarse *males*. y así, la ilusión de terminar la carrera o de pasar un rato con la novia o el esposo convive a veces con el pesar por un posible fracaso en los estudios o, en determinados casos, con la «amenaza» de una discusión; la alegría por la victoria del equipo favorito o por el triunfo de un amigo, con cierta envidia hacia este último (si fuera el caso) o, en términos más amplios, y acudiendo a ámbitos distintos, por la preocupación por la propia figura corporal, el mal estado de la piel, el modo de vestir..., y mil posibilidades más.

La conjunción de esa multiplicidad de bienes y males, junto con el peso otorgado a cada uno de ellos, su índole de presentes o ausentes, de superables o insuperables, etc., acabará por definir, en unión con el propio temperamento y la intervención activa de la inteligencia y de la voluntad y de la conducta derivada de ellas, el *tono emotivo* de una persona durante un período más o menos largo de su existencia y, hasta cierto punto, durante toda su vida.

El *tono emotivo* de una persona durante resulta
de la compleja conjunción de distintos tipos de realidades afectivas

En este sentido, Philip Lersch subraya:

La conducta objetiva de un hombre no sería referible, muchas veces, a una sola tendencia, sino que representaría un haz, un complejo, una mezcla de varias. Lo mismo puede decirse de las emociones. Lo que en las distintas situaciones de la vida experimentamos emocionalmente es casi siempre una mezcla de diversas tonalidades afectivas. Así, en la tristeza resuena el movimiento afectivo del dolor, en el amor el de la alegría, en el resentimiento el del fastidio, en la envidia el del resentimiento.

2.2. Y ahondando un poco en él

Es evidente que estamos ante una situación complicada, que no he hecho sino insinuar.

Con todo, y antes de proseguir, me gustaría dejar claro un extremo: y es que la intervención de más de un sentimiento no es solo algo que sucede, por decirlo así, de una manera coyuntural, «porque la existencia es muy compleja»; sino que la mayor parte de las emociones que, dentro de las fundamentales, cabría calificar

como derivadas (las de las tres últimas líneas de nuestro esquema) solo son posibles porque de antemano se ha activado una tendencia o atracción primaria o básica (de la línea inicial de ese cuadro).

Y este es el sentido en el que cabe afirmar que toda la vida afectiva remite, como a su núcleo y raíz, al sentimiento inaugural de esa primera línea, es decir, al *amor* o aspiración (y, en el hombre, por más que a veces se desdibuje y no se perciba claramente, al amor al bien en cuanto tal y, en fin de cuentas, al Bien sumo... del que cualquier otro recibe su cualidad de bien).

Toda la vida afectiva remite al del *amor*

Tomemos, por ejemplo, el caso de la desesperanza. Esta no podría surgir si no existiera de antemano un bien reclamado por alguna tendencia bajo la forma de *aspiración o inclinación* (en la acepción amplia de los términos que aquí estamos utilizando). Solo si nos sentimos impulsados a lograr algo, podremos después, según un orden de naturaleza, calibrar si nuestras fuerzas son o no las adecuadas para superar los males que se oponen a ella y, como consecuencia, en la segunda circunstancia, en que el *temor* se impone a cualquier otra consideración, caer en la *desesperanza*.

El hijo de cirujanos famosos, pongo por caso, después de mucho tiempo de convivir con ellos, podrá sentirse impelido a realizar la carrera de medicina (*aspiración*)... y comenzarla de hecho. Pero los seis años de estudios iniciales, más los otros muchos de especialización y de práctica, junto con una aprensión invencible ante la presencia de la sangre descubierta en un momento concreto (*temor-repugnancia*), pueden hacer que, al cabo de tantos meses de esfuerzo, se rinda a la *desesperanza*, convencido de que jamás podrá superar los obstáculos que se interponen entre él y su deseo.

Por tanto, ningún sentimiento, ni siquiera los calificados como fundamentales, se encuentra en estado puro: siempre lo hallamos unido a otros, de signo similar o contrario, de la misma línea —volviendo a nuestro esquema— o de otra anterior o posterior. Pero es que «además de estos complejos emocionales —continúa Lersch—, existen también los que el lenguaje corriente designa como "sentimientos mixtos"», que son aquellos en que, respecto a una misma realidad, parecen enfrentarse dos tendencias opuestas, por cuanto esa persona o cosa, desde un punto de vista se nos presenta como buena o beneficiosa y, simultáneamente, desde otro, nos parece dañina o perjudicial.

A nuestro padre, pongo por caso, lo advertimos con un bien inmenso, que nos proporciona cariño, seguridad, protección, amistad, experiencia...; pero al mismo tiempo, en ocasiones, podría repelernos por cuanto nos exige comportamientos y actitudes costosos e incluso, según nuestro parecer, exagerados e injustos. Es lo que apunta Lersch: «Del mismo modo que las tendencias pueden en

cada hombre disientir en diferentes direcciones, también un mismo objeto o una misma situación provoca a veces sentimientos divergentes. Así pueden hallarse mezclados la esperanza y el temor, la antipatía y la estimación, el miedo y el amor al padre, la admiración y la envidia, la satisfacción por la venganza o la alegría ante el daño que el destino ha producido al otro al hacerle una mala jugada y, al mismo tiempo, la vergüenza de sí mismo por ser capaz de sentimientos tan bajos».

Como puede imaginarse, el número y la variedad de combinaciones que así podríamos obtener solo puede ser superado... por la vida misma.

(Y debe tenerse en cuenta que todavía no hemos traído a colación otros muchos factores que influyen en el estado de ánimo, crónico o agudo, que una persona presenta en una temporada o en un momento concreto).

V. UNA VISIÓN DE CONJUNTO

1. LOS “NIVELES” DE LA AFECTIVIDAD

Después de esta muy sumaria aproximación a la vida sentimental, y en consonancia con la última observación del apartado anterior, iniciamos un análisis más detallado, y espero que más fecundo, de la afectividad.

1.1. La afectividad del espíritu

En semejante sentido, y por los motivos que a continuación esbozaré, concedo una muy especial relevancia a la afirmación y el análisis de los distintos *niveles de sentimientos* que se dan de ordinario en el ser humano, frente a la pretensión casi generalizada de que la vida afectiva se desarrolla exclusiva o muy fundamentalmente en un solo plano —el psíquico—, que serviría de enlace o «bisagra» entre las dimensiones sensibles y las propiamente espirituales (en las que, por consiguiente, no habría ni afectos, ni emociones, etc.).

Y estimo que es de una importancia extrema porque el planteamiento habitual —afectividad-psiquismo—, aunque contenga algo o bastante de verdad, es en fin de cuentas erróneo y plantea aporías insolubles desde el punto de vista teórico... y problemas vitales difíciles o imposibles de resolver.

Por tanto, aunque todavía no lo haya mostrado, me gustaría insistir en que el *espíritu* (el de Dios y los ángeles, cada cual a su modo, y el ámbito más propiamente espiritual del ser humano) goza de una muy rica e intensa *vida afectiva*, y que el desconocimiento o el desprecio de este hecho tergiversa enormemente *en la teoría* lo que es la persona humana, y puede llevar consigo *errores prácticos* de tal alcance... como para arruinar toda una existencia.

También el *espíritu* goza de una muy rica e intensa *vida afectiva*

Para esclarecer este extremo, y comprender mínimamente a qué me refiero, y tal vez aumentar el asombro o el rechazo del lector, resulta oportuno distinguir entre el sentimiento, afecto o emoción, que consiste en la *percepción de una trepidación interna* de más o menos calibre... o de la *calma* que le sucede, y la *causa* de esos estados anímicos, que a veces nos resulta desconocida y, en cualquier caso, nunca se identifica con el sentimiento tal como se lo advierte.

Sin necesidad de ahondar más en el asunto, baste por ahora apuntar, acudiendo a la experiencia propia o ajena, que a menudo un estado psíquico-espiritual de tristeza tiene un origen exclusivamente orgánico, como puede ser el cansancio o una anomalía en la transmisión neuronal; y uno de euforia o de «éxtasis», también de perfiles psíquico-espirituales, la ingesta de sustancias químicas, conocidas habitualmente como drogas.

O, al contrario, que las fuerzas físicas aumentan realmente como consecuencia de una alegría, de la asunción de un gran ideal... o, de manera diferente, por un arrebatado de ira o de indignación.

Como, también, que existen neurosis noógenas (de origen psíquico-espiritual), igual que estados de buena salud incrementados, o de enfermedad disminuidos, por el vigor estrictamente espiritual del alma.

O, por acudir a ejemplos más sencillos y cotidianos, que una mala digestión entorpece la capacidad intelectual y el gozo que suele ir aparejado al buen funcionamiento del intelecto; que la correcta circulación de la sangre incrementa el bienestar físico-psíquico... y mil ejemplos más de todos conocidos.

Apuntada esta distinción, advierto que, al hablar de afectos del espíritu no me refiero a la causa que origina un sentimiento, sino al sentimiento mismo, a la trepidación-reposo percibidos, de forma más o menos clara y fuerte, pasajera o estable, que *experimentamos* en el ámbito *propriadamente espiritual*... aunque por lo común rebosen y se aprecien asimismo en los dominios psíquicos y físicos.

También en este caso me gustaría apelar a la vida vivida, y lo hago con todos aquellos que han percibido el gozo sublime de la comprensión intelectual de un asunto (deleite supremo que nunca suele darse en estado puro y que a menudo impregna también otras dimensiones no estrictamente espirituales), o el todavía más elevado del amor radicado en la voluntad... que, por lo común, «se mezcla» asimismo con sentimientos y sensaciones de orden psíquico-físico.

Pero aquí surge un nuevo problema, ¡y de relieve!, sobre el que más tarde volveré. Y es que en nuestra cultura: no son demasiados los que han realizado la experiencia de la comprensión intelectual estricta, los que han comprendido algo «de veras» (hablo totalmente en serio), ni tampoco muchos los que han elevado el «amor» a ese grado en que el factor dominante es una decidida determinación *de la voluntad*, que persigue el bien para otro... y que llena de dicha el propio

espíritu y redonda desde él a las restantes esferas que componen la persona en su totalidad.

De ahí que, en bastantes casos, al no haberlos experimentado o solo de forma muy elemental, resulte arduo aceptar la existencia de emociones estricta aunque no exclusivamente espirituales; y que las doctrinas más comunes al uso, con excepciones tan escasas como valiosas, hagan caso omiso de este tipo de sentimientos... y falsifiquen gravemente el conjunto de la vida afectiva.

Pero sobre esto hablaremos más adelante.

1.2. Todo en el hombre es humano

De momento, con el fin de mostrar un primer esquema de conjunto de cuanto vengo afirmando, estimo imprescindible reiterar un principio sobre el que nunca se reflexionará lo suficiente.

Se trata de la idea clave que descubre que, en el hombre, *todo es humano*, desde el punto de vista entitativo, o puede llegar a serlo, en los dominios del obrar.

Todo en el hombre es humano

No estamos ante algo fácil de entender ni tampoco de explicar.

Si acudimos a la metafísica, y damos por supuesta una suficiente formación en ella, la verdad se impone por sí sola.

Cada hombre, varón o mujer, tiene una única forma sustancial —el alma humana, de rango espiritual—, que determina el nivel o categoría del (también único) acto de ser de esa persona, incluidas sus dimensiones corpóreas; estas *son* también personales... por participar del *ser* que el alma recibe de Dios y que *comunica* instantáneamente al cuerpo en que es creada (el alma humana *no* podría ser creada sino en su cuerpo), de modo que el (acto de) ser de *toda la persona* humana es uno y el mismo.

Y si ese *ser* es personal, *todo* cuanto de él derive, resultará también personal. Por eso, en el hombre no hay nada —nada en absoluto— que *realmente* pueda equipararse a lo que encontramos en los animales brutos.

La misma idea, que después desarrollaré con calma, puede expresarse de manera *relativamente* más sencilla.

Existen muchas realidades que los animales *parecen* tener en común con el hombre: las dimensiones estrictamente físicas (gravedad, cohesión, etc.); los procesos vitales de crecimiento y desarrollo, con cuanto llevan consigo (circulación sanguínea, digestión, respiración, etc.); la capacidad de movimiento, en su acepción más amplia; los sentidos y los apetitos sensibles; una cierta relación con su entorno físico y con otros seres vivos... y un largo y dilatado etcétera.

Pero ese «parecen» es *fundamental*, y nos ayudará a entender lo que sigue.

De hecho, como acabo de sostener y he mostrado otras veces: podría hablarse de *cierta igualdad* si cada uno de los elementos se considerara aislado en sí mismo: la digestión o la respiración, pongo por caso, la acción de ver u oír, etc.; sin embargo, esa presunta *igualdad* se desvanece o desdibuja si atendemos a cada uno de los elementos *dentro del conjunto* (el animal o el hombre, en el supuesto que estamos considerando), que es donde *realmente* se llevan a cabo;

(al primer modo de enfocar la cuestión lo llamo meramente *formal*, puesto que es el resultado de una abstracción, que, como tal, no existe: nunca puede darse un proceso de digestión o un acto de ver «autónomos», *al margen* del sujeto que los realiza;

la segunda, por el contrario, es una consideración *real* (¡filosófica, metafísica!), pues toma buena nota del sujeto que ve u oye, por poner un ejemplo significativo, que *efectivamente* los lleva a cabo... y que hace muy *distintos* los procesos o las actividades *aparentemente idénticos*).

Volviendo al principio que nos sirve de guía, *no* son las piernas las que andan, sino el perro o el caballo, poniéndolas en movimiento; *no* es el estómago el que digiere, sino el animal o el hombre en los que ese estómago y el conjunto del organismo existen; *no* es el ojo el que ve, sino el ciervo, el águila o un determinado varón o mujer, a través de la correspondiente facultad visiva...

Centrándonos en la visión, si la consideramos de manera *formal* o *abstracta*, cabría sostener que el ojo (¡cualquier ojo!) *vería siempre y solo colores*. Pero, lo repito porque me parece clave, *no* es el ojo el que ve, sino un periquito, un elefante, Daniel o Esteban. Y, entonces, las diferencias son casi infinitas. Pues, aunque yo afirme alguna vez, y con razón, que estoy viendo un azul intenso maravilloso (un color), es mucho más normal y habitual que, en esas mismas circunstancias, diga: estoy viendo un cielo esplendoroso, de un azul intenso espectacular; o, en otros casos: veo venir a mi hermano (una persona), una procesión o un desfile, una casa de estilo colonial, un paisaje, un coche a toda velocidad, etc. Es decir, lo que *en efecto* ve el ser humano en condiciones normales son *realidades* concretas y determinadas, dotadas de significado... y no simples colores. Y esto es así porque, *de hecho*, la acción de ver no se ejerce «en solitario», sino que forma parte de una percepción más compleja, en la que ponemos en juego, junto con la vista, y entre otras facultades, la imaginación, la memoria y, en fin de cuentas, la inteligencia... capaz de conocer la realidad en sí misma.

La vista, en el hombre, da un «resultado humano», que es el de *conocer la realidad como es en sí*, (aunque de manera nunca exhaustiva, y con posibilidad de error). El animal tampoco ve colores, pero, a diferencia del ser humano, «ve» —poniendo en juego asimismo su imaginación y su memoria, y lo que solemos

llamar *instintos*—, «beneficios o daños», *estímulos* que le llevan a actuar, acercándose y utilizando lo que le resulta provechoso, o huyendo de aquello que, instintivamente, percibe como perjudicial.

El «resultado» de la visión del animal es asimismo... *animal*: un estímulo para su supervivencia o la de su especie.

La vista, en el hombre, es humana

1.3. Los sentimientos «humanos»

TRES NIVELES DE AFECTIVIDAD ESPECÍFICAMENTE HUMANOS

Tras estas digresiones, podemos abordar, con ciertas esperanzas de éxito, un primer análisis conjunto de la afectividad humana: una afectividad, en la que todas las emociones, sentimientos, estados de ánimo, etc. están teñidos de ese toque de *humanidad* que deriva, para el hombre entero, (del ser) de su alma espiritual.

①. Tomando la expresión en su sentido más amplio y vago, en el hombre encontramos «sentimientos» fisio-biológicos o «sensibles», como los de hambre, sed, cansancio, dolor, relajación o tensión musculares, bienestar físico...

Algunos de ellos, como el hambre, la sed, el cansancio o el dolor, y los restantes citados, también se encuentran en los animales.

Sin embargo, según acabo de recordar, no deben identificarse *completamente* con lo que estos experimentan:

- ◆ por un lado, cabría subrayar la semejanza, y entonces hablaremos más bien de sensaciones, como serían las de puro dolor o pura sed, que, en tal estado de «pureza», no *suelen* encontrarse en ningún hombre en circunstancias normales;
- ◆ de hecho, el varón o la mujer «no animalizados por las circunstancias o por las propias elecciones vitales» advierten el hambre o las molestias físicas *dentro de* una percepción más rica y amplia, que, en ultimísima instancia, y adentrándonos hasta el fondo del asunto, es la de toda su persona en la situación o estado en que en ese momento se encuentre; yendo por partes:
 - ◇ las «sensaciones» a que acabo de aludir, y otras muchas del mismo estilo, suelen dar origen, ya de entrada, a sentimientos en la acepción más propia: un dolor de muelas, por acudir a un ejemplo sencillo, lleva normalmente aparejada la representación de una visita al dentista, que, según los modos de ser de cada cual, provoca de inmediato un

sentimiento de incomodidad, miedo, ansiedad, rechazo... o de satisfacción, por cuanto anticipa la desaparición de las molestias tras la intervención del odontólogo;

- ◇ una punzada aguda en el «corazón» y la contracción del brazo izquierdo producen —¡sobre todo en los médicos, que me perdonen!— el temor a un infarto, la inseguridad sobre el propio futuro...;
- ◇ e incluso la simple sensación de sed, como las molestias que acabo de mencionar, no se quedan ahí: generan sentimientos de enfado, de desazón o, en el extremo contrario, de satisfacción por poder superar un déficit meramente orgánico, conciencia de la propia debilidad (con agradecimiento a Dios o rebelión, según las circunstancias) ...
- ◇ e incluso, en situaciones extremas, llevan a preguntarse si vale la pena vivir esta vida o a plantear «vitalmente» interrogantes aún más descabellados... cuando los contemplamos desde fuera, pero no tan absurdos —a tenor, al menos, de la frecuencia con que se dan— en el dinamismo de una vida vivida.

La conclusión pudiera ser, entre muchas, que una simple sensación agradable o desagradable es «vivida» a menudo como algo de más alcance y relieve —un sentimiento— y puede originar incluso un estado general de ánimo y dejar una huella emocional durante un período más o menos largo... hasta acabar forjando (para bien o para mal) un determinado *carácter*.

Una sensación o un sentimiento pueden afectar a toda nuestra persona

(Recuerdo, a estos efectos, la primera vez que a un buen amigo y magnífico profesional «se le borró» del ordenador el trabajo de toda una mañana, que consistía en el planteamiento detallado de un ambicioso proyecto de investigación; por más que resulte extraño, la consecuencia de ese fallo eléctrico fue... una depresión profunda, que se prolongó durante más de tres meses).

②. De esta suerte nos hemos introducido en la esfera de los sentimientos psíquicos, que son los más habitualmente tratados en los estudios sobre la afectividad.

Precisamente por este motivo, y en espera de posteriores puntualizaciones, me limito a mencionarlos y apuntar algunos de los más comunes.

Entre ellos se cuentan, además o incluyendo a bastantes de los ya nombrados, los de signo o valencia positiva: como la alegría, la paz, la ilusión, la seguridad, el dominio de sí o del entorno...; y entre los negativos, sus opuestos, como el temor, la angustia y ansiedad, la inseguridad, el rencor y el resentimiento...

③. La esfera de la afectividad del espíritu plantea, como primer problema, el de su denominación genérica: a los «movimientos anímicos» de este nivel, ¿es preferible llamarlos afectos, sentimientos, emociones, estados de ánimo...?

Cada uno de esos términos presenta ventajas e inconvenientes, que veremos más tarde.

Lo único que puede afirmarse con seguridad es que tales sentimientos se encuentran unidos a las dos facultades cimeras, reconocidas tradicionalmente, y hoy entre los mejores, como estrictamente espirituales: el entendimiento y la voluntad.

Como consecuencia, la afectividad del espíritu gira inicialmente en torno a dos núcleos: el del *conocimiento* en su sentido más puro, y el del *amor*, también en su acepción suprema (y en la conjunción de ambos). Paradigmática, entre las emociones del primer tipo, es la satisfacción derivada del descubrimiento de la verdad: el famoso *eureka!*, cuya hondura y calidad solo puede percibir quien lo ha experimentado. Y, junto a este sentimiento nuclear, se agrupan los que lo refuerzan o los que lo matizan: la conciencia de nunca llegar a saber plenamente algo, que puede dar origen al gozo por el reconocimiento de la grandeza de todo lo que existe (incapaz de ser contenido en los límites de mi inteligencia), a la rebelión ante esa falta de plenitud cognoscitiva, a la decepción ante la posibilidad de llegar a conocer-conocer algo, a la inseguridad de quien no posee y se siente incapaz de alcanzar puntos de referencia para su vida... El afecto por excelencia en los dominios de la voluntad es el gozo derivado de amar, y el de hacerlo más y mejor, que, en fin de cuentas, está en la base de la felicidad. En torno a él giran la exaltación de quien se topa con el hombre o la mujer de su vida y se descubre enamorado, la tristeza por el amor no correspondido, la melancolía por los amores hoy atenuados o desaparecidos, la ilusión también un tanto nostálgica de no ser capaces de amar con más intensidad y pureza a aquellos a quienes queremos, la superación de una enemistad o, al contrario, el surgir, asentarse o renacer de un sentimiento de rencor u odio...

La afectividad del espíritu
gira en torno al *conocimiento* intelectual y al *amor* volitivo

En cualquier caso, más que un análisis detallado de tales afectos, considero imprescindible volver a subrayar la importancia de defender estos dominios de la afectividad *espiritual*... y de hacerlo correctamente.

Como explica García-Morato, «hay sentimientos y respuestas afectivas que son profundamente espirituales. La felicidad enraizada en el amor pertenece también a estos sentimientos espirituales. Y no hay peor cosa que la insensibilidad ante ellos».

¿VERDADERAMENTE SON TRES NIVELES?

Una vez enunciada esta variedad de afectos, de inmediato se descubre la imposibilidad de aislar, e incluso de determinar con precisión, sus distintas cotas.

Y es positivo que así ocurra porque, de hecho, aunque efectivamente existan, prácticamente *nunca* actúan independientemente unos de otros, sino en perfecta e indefinible interconexión.

Y el hecho de que utilicemos los mismos términos para referirnos a emociones desplegadas en distintas esferas es una de las pruebas más patentes de que, menos tal vez que en ninguna otra realidad, nos encontramos ahora ante algo que dista mucho de ser «claro y distinto».

La alegría, por acudir a uno de los casos más patentes, y al margen de aquello que la provoque ¿es un sentimiento específicamente psíquico, espiritual... o una conjunción de ambos con repercusiones también de tipo orgánico?

Lo cual tiene lugar, al menos, por dos motivos. Desde el punto de vista estático, por llamarlo de algún modo, porque muchos de los afectos o emociones, tienen simultáneamente lugar en esferas diferentes de nuestra persona: y, así, la comida es a la vez captada como bien por el apetito sensible, en el que da origen a un deseo y, normalmente, cuando el hambre se sacia, a una sensación de bienestar... o de sopor; y por la voluntad, que, en circunstancias normales, y aunque de distinta manera, también se siente atraída por el bien de la alimentación, en cuanto el entendimiento lo advierte como algo imprescindible para la conservación y el desarrollo del organismo, condición para el ejercicio de las operaciones propiamente espirituales; algo similar, por acudir a las dos tendencias básicas ligadas a la conservación de la vida (personal y «específica») cabría decir de la tendencia a la unión sexual: es apreciada como un bien en los dominios orgánico-psíquicos, y, dentro del matrimonio y como expresión y medio de incrementar el amor entre los cónyuges, captada por la voluntad como algo maravilloso. En lo que cabe denominar «dinamismo» de la vida afectiva, el fenómeno es similar, aunque presente algunas diferencias dignas de ser apuntadas.

Ahora no se trata tanto de que algo se capte como bien (o, en su caso, como mal) por facultades de distinto nivel, sino de que el efecto directamente producido en uno de los ámbitos *genera* también modificaciones «derivadas» en los

otros: por ejemplo, una simple ducha caliente provoca de manera directa e inmediata efectos fisiológicos vasodilatadores; y esa mera mejora orgánica repercute positivamente en los dominios psíquicos y, a veces, en los propios del espíritu;

(me gustaría aclarar que no me estoy refiriendo, pongo por caso, al sentimiento de relajación que provoca, también de manera directa, el hecho de detener una actividad frenética para dedicar un tiempo al reposo, sin otra preocupación que la de sentir el bienestar producido por el agua tibia discurriendo sobre nuestro cuerpo; evidentemente, también eso se da; pero ahora aludo al efecto indirecto que el incremento de riego sanguíneo ejerce en nuestro psiquismo); de manera análoga, el escuchar música, cantar o reír a carcajadas genera de forma inmediata un beneficio psíquico (disminución de la ansiedad, pongo por caso), que repercute en el organismo y se realimenta por los efectos provocados en este nivel; y, en el extremo casi opuesto, la intervención directa y exclusiva en el plano fisiológico (neuronal, pongo por caso), provoca sentimientos de tipo psíquico e incluso espirituales.

Con terminología clásica, pero basado en apreciaciones científicas muy actuales, Pithod nos hace un resumen excelente de cuanto he esbozado, a la vez que anticipa cuestiones que trataré más adelante:

Es interesante notar —sostiene— que la parte espiritual del hombre puede utilizar, sin reprimir, por simple reducción, a los apetitos inferiores para regularlos mutuamente. Puede usar del concupiscible para moderar el irascible y viceversa. El placer reduce la ira y la ira calma la voluptuosidad. En los ejercicios ascéticos se usa este último procedimiento. Al contrario, las emociones del arte, especialmente la música, pueden distender la agresividad, calmar el miedo, aliviar la tensión de las inhibiciones, etc. En general la razón, mediando la voluntad y la cogitativa, puede ejercer cierto control de la afectividad inferior, reduciendo los apetitos sin represión en el sentido freudiano.

Pero como las emociones sensitivas son de naturaleza orgánica, también se puede ejercer influjo sobre ellas por la excitación o inhibición de los órganos correspondientes del sistema neuro-endocrino. El alcohol relaja las tensiones (cuyo origen hay que buscar en el irascible) o puede excitar la agresividad. Los psicofármacos actúan análogamente. La parte orgánica es "cuasi causa material" de la emoción. Cuando la tristeza aprieta, un baño o un vaso de vino, o una música apropiada, puede calmar esta pasión.

Pero solo podrá ser controlada eficazmente si la razón la asume. A veces la razón encuentra dificultades graves porque las disposiciones afectivas profundas —que tienen sus últimas raíces en lo orgánico— prácticamente no son accesibles al influjo racional.

El electroshock puede ser interpretado como el intento de remoción de las bases orgánicas —nerviosas— de las disposiciones afectivas o imaginativas perturbadoras, aflojando los "nudos" que puedan estar impidiendo a la razón el tomar su liderazgo "político" sobre la afectividad, y en general sobre las potencias inferiores.

Por desconocimiento de estos hechos Freud pudo creer inicialmente que bastaba la toma de conciencia del trauma psíquico para curarlo».

UNA INTERACCIÓN PROFUNDA, MÚLTIPLE... Y ORDENADA

Parece obvio, pues, que existe un mutuo influjo y una interpenetración de la afectividad en los dos sentidos: de arriba abajo y al contrario... así como del «centro» hacia ambos extremos.

Algunos ejemplos al respecto ya han sido vistos, y otros saldrán al hilo de explicaciones posteriores.

Ahora me interesa señalar un extremo de capital importancia. A saber, que:

Dentro del complejo mundo constituido por las tendencias y por los sentimientos que giran en torno a ellas, no todo se sitúa en el mismo plano.

Muy al contrario, existe una jerarquía de naturaleza, incoada ya en la concepción, pero no vital y definitivamente establecida desde ella, sino fruto de una conquista, prolongada a lo largo de toda la existencia.

El mundo afectivo goza de una jerarquía natural...
que es preciso confirmar y fortalecer

El criterio para instaurar tal jerarquía es la propia naturaleza de la persona humana, que señala el fin al que esta debe encaminarse y la operación con que alcanza ese objetivo: el amor inteligente, gracias al cual logra unirse íntimamente con Dios.

La consecuencia es relativamente clara. Como lo inferior se ordena a lo superior, todo cuanto realiza el ser humano ha de ser puesto al servicio del amor... tomando ahora este término en su sentido más noble y elevado: como acto enraizado fundamental y nuclearmente en la voluntad, que busca el bien del otro en cuanto otro.

[Con palabras de Josemaría Escrivá, ancladas en la fe y capaces de orientar toda una vida, en el ámbito natural y en el sobrenatural:

Quando el amor se apaga, desaparece todo lo demás. Porque las virtudes que hemos de practicar no son sino aspectos y manifestaciones del amor. Sin amor no viven ni son fecundas. El amor, en cambio, todo lo hermosea, todo lo engrandece, todo lo diviniza. Por eso, yo no os quiero sin ambiciones ni deseos; alimentadlos, pero que sean ambiciones y deseos [...] por Amor. [...] Practicad una oración que por amor os una a Cristo en todos los momentos del día: cuando habláis, cuando reís, cuando coméis... ¡hasta durmiendo!]

2. GÉNESIS DE LOS SENTIMIENTOS

Las consideraciones de este apartado pretenden tanto resumir lo visto hasta el momento, añadiendo alguna puntualización o idea nueva, como ponernos en

condiciones de iniciar, ya a otro nivel más definitivo, el estudio de la afectividad humana.

2.1. El papel de las tendencias

Para resumir en cuatro trazos la génesis de cualquier afecto humano, habría que comenzar por decir que en su base se encuentran los muy variados apetitos o tendencias, aislados o, con más frecuencia, en conjunción mutua.

En la base de los sentimientos
se encuentran las tendencias y los apetitos

Expongo de nuevo, casi como esquema:

①. SENTIMIENTOS ANTECEDENTES

En primer término, con la captación de un determinado bien, se activa la correspondencia tendencia, originando un *deseo*.

Semejante deseo adquiere configuraciones propias, según cuál fuere su objetivo: desde el hambre, pasando por el ejercicio de la sexualidad, hasta el afán de ayudar al prójimo, de plasmar artísticamente una idea o una emoción, de comprender mejor un concreto aspecto de la vida o del mundo que nos rodea...

La percepción de ese deseo constituye ya un sentimiento, al menos en germen. Uno advierte que algo está pasando en él, aunque a veces sea simplemente a modo de inquietud no definida. Podríamos denominarlo «sentimiento o emoción *antecedente*», respecto a la actividad a la que por lo común dará origen.

②. SENTIMIENTOS CONCOMITANTES

Llegados a este punto, y de forma más o menos consciente, la persona en cuestión decide proseguir o no ese impulso... con las mil posibilidades emotivas que se encuentran aparejadas a todo ello: de capacidad o incapacidad personales, pongo por caso; de nostalgia buena o mala, ante el recuerdo de situaciones similares; de ambición altruista o centrada en sí mismo; de espíritu de servicio, de revancha...

Todos estos sentimientos o emociones acompañan al proceso entero de consecución del objetivo (o al recuerdo de la renuncia a llevarlo a cabo, mientras permanezca en la memoria), y va adquiriendo tonos, intensidades y modalidades muy diversas en el desarrollo, más o menos extenso, del conjunto de actividades, también en función de los resultados que se vayan obteniendo, del cansancio o la satisfacción personales, etc.

Cabría calificarlos como sentimientos «*concomitantes*».

3. SENTIMIENTOS FINALES O SUBSIGUIENTES

Supuesto que se haya decidido realizar el deseo inicial y se hayan puesto los medios para lograrlo, el resultado puede ser, en esencia, doble.

- Si se consigue lo anhelado, o mientras se va acercando a ello, surgen también multitud de posibilidades, emotivas y de acción: la satisfacción noble y proporcionada, con paso a la siguiente actividad; el recreo excesivo (o «regodeo») en lo logrado, reforzado, disminuido o malogrado por el reconocimiento externo o por su ausencia; un sentimiento correcto o no de insatisfacción: porque lo podríamos haber hecho mejor, porque es poco para lo que Dios y los demás se merecen... y cientos de posibilidades más.

- Por el contrario, si no se obtiene lo perseguido, en general sobreviene un cierto desencanto, que puede cristalizar negativamente o transformarse en ocasión de desarrollo y maduración personal.

(Estamos, sea dicho entre paréntesis, ante uno de los puntos-clave de la educación de la afectividad en el momento presente... y de la felicidad o infelicidad de nuestros contemporáneos. El resultado emocional de un fracaso, en un contexto cultural de competitividad no controlada, puede marcar hondamente, para bien o para mal, a la persona que lo experimenta. Esto depende, en gran medida, de la menor o mayor capacidad para encajarlo, así como para afrontar las contrariedades, el simple rechazo del propio punto de vista u opinión...: y se sitúa dentro de un amplio horizonte, en el que caben, desde la comprensión de que los obstáculos (y el dolor y el fracaso) forman parte ineludible de la vida humana y constituyen ocasiones de crecimiento interior, hasta la necesidad absoluta de afirmación ante los otros, que convierte esos aparentes descalabros... en depresiones más o menos profundas o pasajeras, en desencanto ante la propia existencia, en envidias y rencores, etc.

A lo que es indispensable añadir que buena parte de la actitud ante la vida de nuestros hijos deriva del modo cómo eduquemos estos extremos, y en particular: si, por una satisfacción incoherente de todas sus necesidades, deseos y caprichos, hemos hecho nacer en ellos la sensación de que *tienen derecho a todo*, es muy probable que los hayamos encaminado —con la mejor de las voluntades, no lo niego— hacia una infelicidad crónica de por vida; si, por el contrario, hemos inculcado en ellos el sentido de *agradecimiento*, incluso por lo más mínimo, por considerar que cuanto se les ofrece es fruto de la bondad, el cariño o la buena voluntad de quienes lo rodean, los estamos proveyendo de todas las papeletas para que a lo largo de su existencia se sientan infinitamente dichosos: no hay nada que aumente tanto la felicidad por el bien recibido, que la sincera sensación de no merecerlo.)

Los que surgen como resultado de nuestra actividad para conseguir algo, podrían llamarse «sentimientos *finales o subsiguientes*».

2.2. La función del conocimiento

Pienso que ha quedado claro que los afectos giran principalmente en torno a los que solemos llamar tendencias, deseos, apetitos, aspiraciones...

Ahora pretendo esbozar el papel del conocimiento, que también interviene y modula las emociones de distintos modos.

¿Cómo se manifiesta la presencia y función del conocimiento en la vida afectiva? Por ejemplo:

①. En la mayor o menor claridad con que se percibe ese impulso y su naturaleza particular. Es difícil responder de manera adecuada a una emoción cuando uno no sabe con exactitud o, al menos, básicamente qué le está ocurriendo.

Y, sin embargo, son corrientes las expresiones del tipo: «ignoro lo que me sucede», «parece como si me faltara algo», «no sé qué es lo que me tiene tan mal» ...

Para superar semejante ignorancia, gozan de un valor insustituible la buena literatura, sobre todo, como también el buen cine, el teatro, etc., y las conversaciones pausadas y sinceras con amigos de más experiencia (o, si llegara el caso, con profesionales especialistas).

Pues, en el fondo, para re-conocer un sentimiento (y poder de este modo intuir cómo «manejarlo») es preciso experimentarlo... antes de haberlo experimentado; o, si se prefiere, se trata de vivir la vida... antes de haberla vivido.

Y esto es lo que nos permiten, como apuntaba en primer término, las buenas lecturas y, más todavía, el esfuerzo por poner por escrito lo que uno siente en sí (tarea que puede ser simultánea o un poco posterior a la de la lectura): una persona acostumbrada a leer obras de suficiente calidad, al identificarse con los personajes, siente mil veces vergüenza o pudor o miedo o arrepentimiento... antes de haberlos experimentado en su propia carne; se enamora de cien modos distintos... antes de conocer al chico o la chica de sus sueños; encarna ideales sublimes... sin pensar eficazmente en llevarlos a cabo de momento...; por el contrario, la lectura o el visionado de narraciones o telenovelas con tramas y personajes muy pobres, donde solo aparecen tres o cuatro sentimientos muy elementales y surgidos y expresados de forma abrupta, no solo impide a nuestros jóvenes entender lo que les pasa (sobre todo en la adolescencia), sino que les enseña a configurar (o configura de hecho) su vida afectiva sobre esos pocos sentimientos rudimentarios y zafiamente expresados.

②. Lo que hemos aprendido a lo largo de nuestra vida y, sobre todo, en sus primeras etapas, ayuda también a determinar nuestros impulsos e ideales, así

como los fines o las metas más determinadas hacia las que encaminar nuestro comportamiento.

De nuevo nos encontramos con que la educación-información es clave: difícilmente un niño, un chico o un joven podrán aspirar y colocar en el marco de sus ilusiones algo que desconocen. Y cuando en la familia no se muestra, mejor con el ejemplo y frases muy breves que con grandes discursos, la belleza del servicio a los demás, del trabajo bien acabado, del cuidado de los detalles con vistas a hacer la vida más agradable a los otros, del trato íntimo, delicado y cordial con los hermanos, amigos y, en otro ámbito, con Dios y los santos... lo normal (y casi inevitable) será que el chico o la chica adopten como modelos los que la sociedad mediática prácticamente impone: desde la orientación de fondo de la propia existencia, hasta el modo de hablar, de relacionarse con los otros, de reaccionar ante una contrariedad o ante el éxito...

(por si sirve de algo, añado que normalmente la educación en estos ámbitos, como en muchos otros, consiste fundamentalmente en la entrega: y no me refiero solo a la del propio tiempo —aunque señale de paso que es imprescindible—, sino más bien a la de nuestra intimidad: suele ser preferible contar prudentemente a nuestros hijos lo que nos ocurre, ocupa o preocupa —incluyendo nuestras dudas y fracasos—, que «soltarles el sermón» cuando obran de forma no oportuna... o pedirles que mantengan con nosotros una conversación «de hombre a hombre», cuando durante doce o trece años —desde su nacimiento— apenas hemos dedicado unos minutos a hablar con ellos y mostrarles nuestro interior).

2.3. La conjunción de ambos

Si nos preguntáramos de dónde surgen esos deseos (de acercarse o huir, en sentido amplio), alrededor de los cuáles vibran nuestras emociones y sentimientos, una respuesta rápida recapitularía lo expuesto en los dos párrafos anteriores.

Y podría concretarse en una sola frase: nos sentimos atraídos por cualquier cosa que hayamos aprendido a percibir como un bien (y nos repele lo que nos han enseñado a captar como mal).

Nos sentimos *atraídos* por cualquier cosa
que hayamos aprendido a *percibir* como un bien

Habremos oído miles de veces, aunque no siempre lo advirtamos con claridad, que en todo lo que existe se da una tendencia hacia la búsqueda o conservación del propio bien y hacia la supresión de lo que suponga o acarree algún mal.

Esta inclinación básica, que suele llamarse apetito *natural*, se encuentra —de manera en parte similar y en parte distinta— en las realidades inertes, en los vegetales y en los animales.

Básicamente, todos los seres *tienden* a la propia conservación; y los vivos, también al mantenimiento de la especie.

Esa aspiración de fondo se concreta de maneras muy distintas en cada tipo de realidades, y va teniendo manifestaciones más ricas y variadas conforme nos elevemos en la escala de los seres.

Donde más fácilmente puede estudiarse, y donde más nos interesa, es en los animales. Y esto, por tres motivos:

①. Para activar las tendencias particulares en que se concreta la aspiración básica a la conservación recién citada, el animal necesita: conocer (sensible, pero realmente) lo que le rodea; «juzgar» si aquello que acaba de percibir le es beneficioso o dañino: la facultad que realiza este juicio o estimación recibe el nombre de *estimativa*, lo hace de manera espontánea, y viene a equivaler a lo que normalmente llamamos *instintos*.

②. Las respuestas ante la realidad —resultado de la estimación de lo conocido— se denomina *instintiva*, entre otros motivos porque no se aprenden, sino que vienen dadas por naturaleza y, por lo mismo, son prácticamente infalibles.

③. En los animales, la enorme variedad de nuestros *sentimientos* puede reducirse a dos *sensaciones* básicas: por un lado, una cierta *inquietud* o *deseo* que les lleva a acercarse o alejarse de la realidad que perciben como beneficiosa o dañina; por otro, el placer que lleva aparejado la consecución de un bien o la supresión de un mal, o el dolor o desazón unido a lo contrario.

A lo que habría que añadir algo de capital relieve; a saber, que el dolor o placer *pre-sentidos* son el *desencadenante* de la conducta animal: es «eso», placer o dolor en sentido amplio, lo único que advierten como bueno o malo —bien o mal para sí, para cada uno de ellos— y lo que nunca pueden trascender.

El dolor o placer *pre-sentidos*
son el *desencadenante* de la conducta animal

Como sabemos por lo visto en este tema, en el ser humano las cosas son bastante distintas.

AYUDA PARA LA REFLEXIÓN PERSONAL

- Siguiendo a Aristóteles, Lewis defiende la necesidad de educar la afectividad. Pero ¿consideras tú realmente importante esa educación? Si es así, ¿por qué?, ¿en qué sentido lo es? Te invito a que reflexiones unos minutos sobre la educación tal y como se entiende en nuestros días, y muy especialmente en tu propio país: ¿qué importancia se concede a la afectividad?, ¿recibe la atención privilegiada que reclama Lewis o, por el contrario, se cuidan más e incluso de forma exclusiva otras instancias? Por último, ¿qué papel desempeña la familia en esta educación de la afectividad?

- En este tema hemos hablado de subjetivismo, de individualismo, de relativismo y de sentimentalismo. Aunque entre estas nociones hay una relación muy estrecha, existen algunos matices diferenciadores. ¿Sabrías decir cuáles? Y, dando un paso adelante, ¿de qué modo atentan contra la persona y exacerban los sentimientos?

- Hablando de la juventud y de un modo extendido de concebir y vivir el noviazgo y el matrimonio, Tony Anatrella dice:

«Es típico que la pareja formada por jóvenes sea incierta y temporal, cuando está fundada únicamente en la necesidad de ser protegidos y estar cobijados, y también en la inestabilidad de los sentimientos, sin que estos estén integrados en un proyecto de vida y en el sentido del amor».

Fluctuación de los sentimientos. ¿Por qué es fatal para el matrimonio la oscilación de los afectos? Y ¿de qué modo podemos dar estabilidad a los sentimientos?

- Repasa la clasificación de los sentimientos que hemos propuesto en el apartado 4º de esta lección. ¿Se te ocurre algún otro que no hayamos incluido en la lista? ¿Cuál? ¿Es radicalmente distinto de los anteriores o, en última instancia, puede reducirse a alguno de ellos? Sería muy interesante que expusieras tus conclusiones en el Foro.

- ¿Has entendido la diferencia entre sentimiento antecedente, concomitante y final? ¿Te parece adecuada esa distinción? ¿Podías poner algunos ejemplos de cada uno de ellos?

- Según lo expuesto, el conocimiento sería uno de los elementos constitutivos de la afectividad. Ahora bien, si esto es así, ¿qué sentido tienen expresiones del tipo «ignoro lo que me sucede», «parece como si me faltara algo», «no sé qué es lo que me tiene tan mal»... que, por lo demás, oímos y decimos habitualmente? ¿Es que se puede ignorar un afecto (propio)? Y, en tal caso, ¿cómo podemos mantener que el conocimiento es un factor constitutivo del sentimiento?