

CLASE 20 — “EL SANTO DE MÁRMOL”

LA PURIFICACIÓN DE LAS PASIONES

DE LA CONVERSIÓN A LA SANTIDAD

Teología de la perfección cristiana

Ordenar sin reprimir: por qué sin pasiones grandes no hay santidad

P. Gustavo Lombardo, IVE — Ejercicios Espirituales

Martes 8 de septiembre de 2026 — Natividad de la Santísima Virgen María

Fuentes principales

- Santo Tomás de Aquino, *Summa Theologiae* I, q. 81, a. 3; I-II, qq. 22-27; I-II, q. 24; I-II, q. 59; III, q. 15
- A. Royo Marín, O.P., *Teología de la perfección cristiana*, nn. 247-253: la purificación activa de las pasiones
- P. Narciso Irala, S.J., *Control cerebral y emocional*
- Fulton J. Sheen, *Life Is Worth Living* (“Human Passions”, 1954-55) y columnas de *The Road to Better Living* (1962, 1976)
- San Juan Pablo II, *Familiaris consortio* (1981), nn. 33-34; *Veritatis splendor* (1993), n. 103
- Bossuet, *Connaissance de Dieu et de soi-même*, c. 1, n. 6
- San Agustín, *De civitate Dei*, XIV

Cierra los ojos un segundo y piensa en un santo. El que quieras.

Ahora dime una cosa: ¿lo has imaginado gritando?

¿Llorando de rabia? ¿Temblando de miedo? ¿Con el corazón en la boca?

Seguramente no. Lo has imaginado sereno. Sin sobresaltos. Ligeramente por encima de todo. Algo así como una estatua que además respira.

Pues el único hombre perfecto que ha pisado esta tierra lloró delante de un sepulcro, montó en cólera dentro del templo y sudó sangre de puro pavor la noche antes de morir.

Y no lo disimuló.

Si tu idea de la santidad es dejar de sentir, no vas camino de la santidad. Vas camino del mármol.

Hoy vamos a desmontar eso. Y de paso vamos a ver algo que casi nadie te ha dicho: que sin pasiones grandes no hay santos. Que la mayor parte de las santidades que se quedan por el camino no se pierden por sentir demasiado, sino por sentir poco y mal.

1. DÓNDE ESTAMOS

Clase 20. Seguimos en la purificación activa, y bajamos el último piso de lo sensible.

En la clase 18 vimos los **sentidos externos**: las cinco puertas por donde entra el mundo. En la 19, los **sentidos internos**: la fábrica que se queda con lo que entró. Y terminamos en la cogitativa, esa aduana entre lo que sabes y lo que haces. Dijimos una frase que hoy hay que cobrar: **a esa aduana no se la limpia, se la forma; y se la forma con actos.**

Hoy toca lo que la aduana dispara. Las pasiones.

Y quiero avisarte de entrada: esta clase no va de aguantarse, es decir, no se trata solo de aguantar, de reprimir, de apretar los dientes.

El plan de hoy son seis pasos:

- **Qué es una pasión** — y la sorpresa: en sí mismas no son ni buenas ni malas.
- **Los dos errores** — el que las quiere matar y el que las obedece.
- **El mapa de las once** — y por qué en el fondo son una sola.
- **La pasión que suma** — por qué el santo siente más, no menos.
- **Ordenar sin reprimir** — cómo se hace de verdad, y qué pasa cuando se hace mal.
- **La Virgen** — el corazón perfectamente ordenado. Hoy es su cumpleaños.

2. QUÉ ES UNA PASIÓN

Empecemos por el sitio donde ocurre esto.

Hay dos apetitos en ti. El **apetito racional**, que es la voluntad, y que busca el bien tal como se lo presenta el entendimiento. Y el **apetito sensitivo**, que busca el bien tal como lo presentan los sentidos: lo que se ve, lo que se toca, lo que se saborea.¹

Los movimientos de ese apetito sensitivo son las pasiones. Royo Marín las define así:

“Las pasiones no son otra cosa que el movimiento del apetito nacido de la aprehensión del bien o del mal sensible con cierta conmoción refleja más o menos intensa en el organismo.”²

Fíjate en lo último, porque es lo que casi siempre se olvida: **conmoción en el organismo.**

Una pasión no es un pensamiento

Santo Tomás lo dice con toda claridad: hay pasión propiamente donde hay **transmutación corporal**. Por eso la pasión está en el apetito sensitivo y no en el intelectual: la voluntad no tiene órgano, y el apetito sensitivo sí.³

¹ Cf. Santo Tomás de Aquino, *Summa Theologiae* I, q. 80, a. 2; I, q. 81, a. 2. A. Royo Marín, O.P., *Teología de la perfección cristiana*, n. 248: “El apetito sensitivo es aquella facultad orgánica por la cual buscamos el bien en cuanto material y aprehendido por los sentidos.”

² Royo Marín, o. c., n. 249.

Royo Marín lo baja al ejemplo:

“la ira enciende el rostro en indignación y pone en tensión los nervios; el miedo hace palidecer; el amor ensancha el corazón, y el temor lo encoge.”⁴

Idea fuerza: una pasión no es una idea. Es una idea que se te ha metido en el cuerpo.

Y de ahí se sigue algo eminentemente práctico: **no la vas a apagar con un argumento.** Puedes tener toda la razón del mundo y seguir con el pulso a ciento veinte. Quien haya intentado convencerse a sí mismo de que no tiene miedo sabe perfectamente de qué estoy hablando.

Y ahora la sorpresa

La palabra «pasión» se usa de dos maneras. En el lenguaje corriente —y en el de muchos autores espirituales— «pasión» significa pasión mala, algo que hay que combatir. Pero en su sentido filosófico, que es el que vamos a usar hoy, significa otra cosa. Royo Marín lo dice sin rodeos:

*“En su sentido filosófico son movimientos o energías que podemos emplear para el bien o para el mal. **De suyo, en sí mismas, no son buenas ni malas: todo depende de la orientación que se les dé.**”⁵*

Y detrás está Santo Tomás, con una precisión que conviene entender bien:

*“Las pasiones del alma pueden considerarse de dos maneras: una, en sí mismas; otra, en cuanto están sometidas al imperio de la razón y de la voluntad. Si se las considera en sí mismas —esto es, en cuanto son ciertos movimientos del apetito irracional—, **no hay en ellas bien ni mal moral; ... pero si se las considera en cuanto sometidas al imperio de la razón y de la voluntad, entonces sí hay en ellas bien y mal moral.**”⁶*

La frase que hay que subrayar

Y luego viene una línea de Santo Tomás que vale toda la clase:

*“Y se llaman voluntarias **o porque son imperadas por la voluntad, o porque no son prohibidas por ella.**”⁷*

Léelo otra vez.

³ S. Th. I-II, q. 22, a. 3, c.: “passio proprie invenitur ubi est transmutatio corporalis. Quae quidem invenitur in actibus appetitus sensitivi... In actu autem appetitus intellectivi non requiritur aliqua transmutatio corporalis, quia huiusmodi appetitus non est virtus alicuius organi.”

⁴ Royo Marín, o. c., n. 249.

⁵ Ibid., n. 248.

⁶ S. Th. I-II, q. 24, a. 1, c.: “Si igitur secundum se considerentur, prout scilicet sunt motus quidam irrationalis appetitus, sic non est in eis bonum vel malum morale, quod dependet a ratione... Si autem considerentur secundum quod subiacent imperio rationis et voluntatis, sic est in eis bonum et malum morale.”

⁷ Ibid.: “Dicuntur autem voluntariae vel ex eo quod a voluntate imperantur, vel ex eo quod a voluntate non prohibentur.”

Una pasión se te imputa de dos maneras: porque la mandaste tú, **o porque la dejaste pasar.**

O sea: tú no eres responsable del primer chispazo. Pero sí eres responsable de lo que te produce en el instante siguiente. **El desorden no siempre entra por la puerta que abriste; muchas veces entra por la que no cerraste.**

3. LOS DOS ERRORES

Hay dos maneras clásicas de equivocarse aquí, y las dos siguen vivas.

Sheen las resumió en televisión, en 1954, con esa manera suya de decirlo todo en tres frases:

“Hay dos visiones extremas de las pasiones y las emociones. Una era la vieja visión griega de que las pasiones son todas malas: ésa era la filosofía de los estoicos. Y luego estaba la filosofía de los epicúreos, que creían que uno debe ceder siempre a sus pasiones.”⁸

El error estoico

El estoico dice: si sentir te desordena, deja de sentir. El ideal es la impassibilidad. El sabio no se conmueve.

Santo Tomás lo discute directamente, y su diagnóstico es muy fino: el error de los estoicos **no fue un error moral, fue un error de psicología.**

“Los estoicos no distinguían entre el sentido y el entendimiento, y por consiguiente tampoco entre el apetito intelectual y el sensitivo.”⁹

Es decir: al no distinguir los pisos, metieron en el mismo saco el chispazo de la carne y la decisión del alma. Y como algunos movimientos eran malos, condenaron todos los movimientos.

¿Te suena? Es exactamente el mismo error que veíamos la semana pasada en Santa Teresa: confundir el “pensamiento” con el entendimiento. **La mitad de las angustias espirituales nacen de confundir dos pisos.**

Y la versión piadosa del estoicismo la conoces: el que cree que ha progresado porque ya no siente nada. No ha progresado. Se ha secado.

El error contrario

El otro error hoy es mayoritario y no necesita presentación: **lo que siento es la verdad.** Me sale de dentro, luego es auténtico. Si el corazón lo pide, será que es bueno.

Sheen le puso una imagen que no se olvida:

⁸ Fulton J. Sheen, “Human Passions”, *Life Is Worth Living* (DuMont Television Network), temporada 1954-55, programa 3-20. Traducción propia de la transcripción del audio original.

⁹ *S. Th.* I-II, q. 24, a. 2, c.: “*Stoici enim non discernabant inter sensum et intellectum; et per consequens nec inter intellectivum appetitum et sensitivum.*” La misma discusión, más desarrollada, en I-II, q. 59, a. 2, c.

“Las emociones sin recta razón se vuelven como ríos sin márgenes.”¹⁰

Un río sin orillas no es un río más libre. Es una inundación.

Idea fuerza: la solución de un río desbordado no es secar el río. Es ponerle orillas. El estoico seca el cauce. El sentimental quita las márgenes. Y el cristiano hace lo único sensato: deja correr el agua y construye los diques.

4. EL MAPA DE LAS ONCE PASIONES

Vamos al mapa. Y aquí quiero contarte algo antes, porque es delicioso.

En 1954, en horario de máxima audiencia, delante de millones de norteamericanos, Fulton Sheen se puso a enumerar las pasiones. Y se le olvidó una. Y lo resolvió así:

*“El cuerpo del hombre no tiene una sola pasión. De hecho, tenemos once pasiones. Amor y odio, gozo y tristeza, temor y audacia... esperanza y desesperación; y me he olvidado una. No pasa nada, se lo digo: **búsquenlas ustedes como hice yo.** ¿Saben dónde las encontrarán? En el mejor tratado que jamás se ha escrito sobre las pasiones. El mejor de todos. Uno puede seguir a los psicólogos modernos, como yo he hecho, pero no encontrará nada comparable a esas cuestiones de la Suma.”¹¹*

Vamos a hacer lo que mandó.

Dos apetitos dentro del apetito

El apetito sensitivo se divide en dos potencias realmente distintas:¹²

- **El concupiscible:** busca el bien fácil y huye del mal fácil. Lo agradable y lo doloroso, sin más.
- **El irascible:** se las ve con el bien **arduo** y con el mal **arduo**. Lo que cuesta. Lo que hay que pelear.

El concupiscible es el que quiere. El irascible es el que lucha. Y ya te adelanto que en la vida espiritual el irascible tiene mucho más trabajo del que se le suele reconocer.

Las seis del concupiscible

Royo Marín lo explica con una limpieza que no mejora nadie:

*“El bien, que tiene fuerza de atracción, engendra tres movimientos pasionales; su simple aparición engendra **el amor**; si se trata de un bien futuro, da origen **al deseo**; si se le posee ya presente, produce*

¹⁰ Fulton J. Sheen, “Normal Person Controls Emotions With Reason”, columna *The Road to Better Living*, *The Indianapolis Star*, 15-IV-1962, p. 19. Traducción propia.

¹¹ Sheen, “Human Passions”, cit. Las cuestiones a las que remite son *S. Th.* I-II, qq. 22-48.

¹² *S. Th.* I-II, q. 23, a. 1, c.; I, q. 81, a. 2. Cf. Royo Marín, o. c., n. 248: “estas dos inclinaciones no pueden reducirse a un principio único... sino que arguyen forzosamente dos potencias realmente distintas entre sí.”

*el gozo. Por el contrario, el mal, que es de suyo repulsivo, su mera aparición produce el odio; si es futuro, produce un movimiento de fuga; si se nos ha venido encima, causa tristeza.*¹³

El bien	El mal
Aparece → amor	Aparece → odio
Está por venir → deseo	Está por venir → fuga
Ya lo tienes → gozo	Ya lo tienes encima → tristeza

Las cinco del irascible

*“el bien ausente, si es de posible adquisición, engendra la esperanza; si imposible, produce la desesperación. Y de semejante manera, el mal arduo ausente, si es superable, enciende la audacia; si es insuperable, nos invade el temor. Finalmente, la presencia del mal arduo produce la ira.”*¹⁴

Bien arduo, ausente	Mal arduo, ausente	Mal arduo, presente
Si es alcanzable → esperanza	Si es superable → audacia	ira
Si es inalcanzable → desesperación	Si es insuperable → temor	

Y una nota que a mí me parece de las más humanas de toda la Suma: **la ira es la única pasión que no tiene contraria.**

*“el movimiento de la ira no puede tener ningún movimiento del alma contrario, sino que sólo se le opone el cesar del movimiento; ... el aplacarse se opone al airarse, oposición que no es de contrariedad, sino negativa o privativa.”*¹⁵

A la ira no se le opone otra pasión: se le opone que se le acabe la cuerda. Guárdate el dato, porque tiene consecuencias prácticas al final de la clase.

Y ahora la simplificación que lo cambia todo

Once pasiones parecen un problema de contabilidad. No lo son. Porque todas se reducen a una.

San Agustín ya lo había dicho: *“Todas las pasiones son causadas por el amor.”*¹⁶ Y Santo Tomás lo demuestra: no hay ninguna pasión del alma que no presuponga algún amor, porque toda pasión es o

¹³ Royo Marín, o. c., n. 250. Cf. *S. Th.* I-II, q. 23, a. 4.

¹⁴ Ibid.

¹⁵ *S. Th.* I-II, q. 23, a. 3, c. El elenco completo, en q. 23, a. 4, c.: *“in concupiscibili sunt tres coniugationes passionum, scilicet amor et odium, desiderium et fuga, gaudium et tristitia. Similiter in irascibili sunt tres, scilicet spes et desperatio, timor et audacia, et ira, cui nulla passio opponitur.”*

¹⁶ San Agustín, *De civitate Dei* XIV, citado por Santo Tomás en *S. Th.* I-II, q. 25, a. 2, sed contra: *“Omnes passionem ex amore causantur.”*

movimiento hacia algo o reposo en algo, y ese movimiento sólo se explica por una connaturalidad previa, que es precisamente lo que llamamos amor.¹⁷

Pero quien lo dijo más bonito fue Bossuet, y Royo Marín tiene el buen gusto de citarlo entero:

*“No odio la enfermedad sino porque amo la salud. No tengo aversión hacia alguno sino porque me es un obstáculo para poseer lo que amo. **El deseo no es más que un amor que se extiende a un bien que no se posee todavía, así como el gozo es un amor que se apega al bien poseído.** ... La audacia es un amor que emprende, para poseer el objeto amado, lo que hay de más difícil, y el temor es un amor que, viéndose amenazado de perder lo que busca, es atormentado por este peligro. ... **La ira es un amor irritado*** al ver que se le quiere quitar su bien y se esfuerza en defenderlo. En fin, **suprimid el amor, y ya no hay pasiones; ponedlo, y las haréis nacer todas.**”¹⁸*

Lo que esto significa para ti

Idea fuerza: no tienes once problemas. Tienes uno. Dónde está puesto tu amor. Todo lo demás son consecuencias.

Y esto te da un instrumento de examen de conciencia que vale más que muchos cuestionarios. Porque si toda pasión es amor disfrazado, entonces **cada reacción tuya te está delatando dónde tienes el corazón.**

- ¿De qué te enfadas? De lo que amas y crees que te quitan.
- ¿Qué te entristece? Lo que amabas y has perdido.
- ¿Qué te da miedo? Lo que amas y temes perder.
- ¿Qué te aburre soberanamente? Aquello que no amas nada, digas lo que digas.

Por eso el trabajo sobre las pasiones no empieza apretando los dientes. **Empieza mirando dónde está puesto el amor**, porque si eso se mueve, se mueve todo el bloque detrás.

5. LA PASIÓN QUE SUMA

Ahora el punto que da título a la clase, y que hay que decir despacio porque va contra el prejuicio de todo el mundo.

Las pasiones no restan valor a lo que haces. En muchos casos se lo aumentan.

Santo Tomás lo explica de dos maneras. La primera la llama **redundancia**: cuando la parte alta del alma se mueve con fuerza hacia algo, la parte baja va detrás; y entonces la pasión que aparece en el apetito sensitivo **es señal de que la voluntad va en serio.**

¹⁷ S. Th. I-II, q. 27, a. 4, c.: “nulla alia passio animae est quae non praesupponat aliquem amorem.” Cf. I-II, q. 25, a. 2, c., sobre el orden amor → deseo → gozo.

¹⁸ J.-B. Bossuet, *Connaissance de Dieu et de soi-même*, c. 1, n. 6, citado por Royo Marín, o. c., n. 250.

La segunda la llama **elección**: cuando el hombre, por juicio de la razón, **escoge dejarse afectar por una pasión para obrar con más prontitud**, con el apetito sensitivo cooperando. Y concluye:

*“Et sic passio animae addit ad bonitatem actionis” — “y así la pasión del alma añade bondad a la acción.”*¹⁹

No la disminuye. La añade.

Y la frase que lo remata

Y en el tratado de las virtudes, cuando discute si se puede ser virtuoso sin pasiones, Santo Tomás escribe una línea que deberían enmarcar todos los que confunden virtud con frialdad:

*“Et sic per redundantiam huiusmodi, **quanto virtus fuerit perfectior, tanto magis passionem causat**” — “y así, por esta redundancia, **cuanto más perfecta sea la virtud, tanto más causa pasión.**”*²⁰

Cuanto más santo, más siente.

No menos. **Más.**

Y ahora mira a Cristo

Porque si esto es verdad, tiene que verse en Él. Y se ve.

La teología llama **propasión** al movimiento sensible que se inicia de verdad en el apetito, pero que nunca llega a dominar la razón. San Jerónimo lo explicaba a propósito de Getsemaní, y Santo Tomás recoge su fórmula:

*“nuestro Señor, para probar la verdad de la humanidad asumida, **verdaderamente se entristeció**; pero, para que la pasión no dominase en su ánimo, se dice por propasión que «comenzó a entristecerse»: de modo que se entienda por pasión perfecta la que domina el ánimo, esto es, la razón; y por propasión, la que se inicia en el apetito sensitivo, pero no se extiende más allá.”*²¹

Fíjate en la palabra: **verdaderamente**. No hizo como que se entristecía. Se entristeció.

Y la Suma dedica artículos seguidos a demostrar que Cristo tuvo dolor sensible, tristeza, temor e ira.²² Cuatro pasiones, cuatro. En el hombre perfecto.

Idea fuerza: la impasibilidad no es un ideal cristiano. Es un ideal pagano que se nos coló por la puerta de atrás.

¹⁹ S. Th. I-II, q. 24, a. 3, c.

²⁰ S. Th. I-II, q. 59, a. 5, c. En el mismo artículo: “las virtudes morales que versan sobre las pasiones como sobre su propia materia no pueden darse sin pasiones.”

²¹ S. Th. III, q. 15, a. 4, c., citando a San Jerónimo, *In Matth.*

²² S. Th. III, q. 15: a. 5 (dolor sensible), a. 6 (tristeza), a. 7 (temor), a. 9 (ira).

Sheen lo dice sin reparos

*“La autodisciplina no significa estoicismo ni matar nuestras pasiones, **porque las pasiones no son malas: lo único malo es su abuso.** ... Nuestro Señor no mató la pasión de la Magdalena, sino que la transformó en apostolado, en pasión por Dios. No mató las energías llenas de odio de Pablo, sino que las encauzó por nuevos cauces de amor y de apostolado.”*²³

Y añade algo que hay que oír dos veces:

*“Si la ascética fuera una verdadera renuncia, sería una pérdida, una reducción de nuestra naturaleza, un estrechamiento de nuestra vida. **Pero como es un intercambio, es una realización, una liberación del yo.**”*²⁴

La ascética no es una amputación. Es un cambio de destinatario.

Y por eso Royo Marín se atreve a decir esto

*“es moralmente imposible que un alma pueda llegar a las grandes alturas de la santidad **sin poseer una gran riqueza pasional orientada hacia Dios.**”*²⁵

Y cierra el artículo con una frase que deberíamos leer todos los años:

*“**Sin pasiones, sin grandes pasiones orientadas hacia el bien, es imposible ser un santo.**”*²⁶

Vuelve un momento al santo que imaginaste al principio.

El de mármol no existe. Los santos de verdad eran gente de temperamento difícil, de amores desmedidos, de arrebatos. Pablo era un fanático: siguió siéndolo, cambiando de bando. Teresa de Jesús tenía un carácter que hacía temblar a los priores. Jerónimo era insoportable. Y a Pedro le cortaba la oreja a la primera de cambio.

Dios no hace santos apagando gente. Hace santos redirigiendo gente.

6. ORDENAR SIN REPRIMIR

Y ahora lo práctico: ¿cómo se ordena una pasión?

Primero hay que entender por qué es tan difícil. Y la respuesta ya la dimos la semana pasada, pero ahora se completa.

²³ Fulton J. Sheen, “Human Passions Rebel Against Reason, Will”, columna *The Road to Better Living*, *The Indianapolis Star*, 28-XI-1976. Traducción propia.

²⁴ Ibid.

²⁵ Royo Marín, o. c., n. 248.

²⁶ Ibid., n. 253.

El gobierno es político

La razón no manda al apetito sensitivo como el alma manda al cuerpo. Santo Tomás, citando a Aristóteles:

*“el alma domina al cuerpo con principado despótico, mientras que el entendimiento domina al apetito con principado político y regio. Se llama principado despótico aquel con que uno manda a siervos, **que no tienen facultad de resistir en nada al imperio del que manda.** ... En cambio, se dice que la razón manda al irascible y al concupiscible **con principado político, porque el apetito sensible tiene algo propio, por lo cual puede resistirse.**”²⁷*

Y da la razón exacta, que enlaza directamente con la clase 19: porque el apetito sensitivo **no se mueve sólo por la cogitativa dirigida por la razón, sino también por la imaginación y por el sentido.**²⁸

Ahí lo tienes. Tu apetito tiene otro proveedor: la imaginación. Por eso puedes estar perfectamente convencido de algo y sentir exactamente lo contrario.

Royo Marín lo traduce a una imagen doméstica: la razón manda *“como el de un jefe sobre un súbdito, que puede resistir al mandato de su superior.”*²⁹

Idea fuerza: mandas, pero no obedecen a la primera. Y eso no es un fallo de tu vida espiritual: es cómo estás hecho.

Un alivio necesario: los primeros movimientos

De ahí una consecuencia que hay que decir en voz alta, porque libera a mucha gente escrupulosa.

Un control real de las pasiones es posible, dice Royo Marín, *“hasta el punto de que únicamente se sustraigan al mismo los llamados «primeros movimientos», que **no afectan, por otra parte, a la moralidad de nuestras acciones.**”*³⁰

El primer chispazo de ira, el primer golpe de miedo, la primera sacudida de atracción: **eso no es pecado.** No lo has escogido. Lo que se juzga empieza medio segundo después.

Las dos maneras de equivocarse

Y aquí está el corazón de la clase. **Hay dos formas de tratar mal una pasión, y las dos la fortalecen.**

La primera: apretarle la tapa. Reprimir. Irala cuenta un caso que vale por un tratado:

²⁷ *S. Th.* I, q. 81, a. 3 ad 2, citando a Aristóteles, *Política* I.

²⁸ *Ibid.*: “*Natus est enim moveri appetitus sensitivus, non solum ab aestimativa in aliis animalibus, et cogitativa in homine, quam dirigit universalis ratio; sed etiam ab imaginativa et sensu.*”

²⁹ Royo Marín, o. c., n. 248.

³⁰ *Ibid.*, n. 252.

*“Los psiquiatras de la Gran Guerra notaron con extrañeza el número mucho mayor de neuróticos entre los soldados ingleses que entre los franceses. Investigadas las causas, hallaron que entre los primeros se había formado la atmósfera de que el inglés no debía tener miedo, y que sería deshonra nacional el manifestarlo. **Esta mentalidad imponía a muchos individuos una lucha y represión violenta de sentimientos que no podían evitar, y finalmente el desequilibrio psíquico. Modificada esta mentalidad, disminuyeron los enfermos.**”⁸¹*

No enfermaron por tener miedo. Enfermaron porque **no les estaba permitido tenerlo.**

La segunda: abrirle la puerta. Y aquí Royo Marín es durísimo, y tiene toda la razón:

*“No se duerme a una fiera ... arrojándola de cuando en cuando un mendrugo. ... Cuando se sienten fuertemente tentados, ceden a los embates de la pasión **«para quedarse tranquilos unos días»**. Es una gran equivocación. Lejos de sosegar sus pasiones, no hacen con ello más que **aumentar sus exigencias*** y prolongar indefinidamente una lucha en la que nunca obtendrán la victoria: han equivocado el camino.”⁸²*

Idea fuerza: la tapa y la puerta engordan a la misma fiera. Lo único que la adelgaza es cambiarle la comida.

Y por eso el orden moral no mortifica

Juan Pablo II lo dijo con una frase que conviene tener a mano cuando alguien te presente la moral católica como una máquina de recortar:

*“El orden moral, precisamente porque revela y propone el **designio de Dios Creador, no puede ser algo mortificante para el hombre*** ni algo impersonal; al contrario, respondiendo a las exigencias más profundas del hombre creado por Dios, se pone al servicio de su **humanidad plena.**”⁸³*

Y sobre la castidad, que es el terreno donde este malentendido hace más daño:

*“la castidad no significa absolutamente rechazo ni menosprecio de la sexualidad humana: **significa más bien energía espiritual*** que sabe defender el amor de los peligros del egoísmo y de la agresividad, y sabe promoverlo hacia su realización plena.”⁸⁴*

Energía, no anestesia.

7. CÓMO SE HACE: CINCO COSAS QUE SÍ FUNCIONAN

Bajemos al suelo. Cinco medios, del más inmediato al más de fondo.

⁸¹ P. Narciso Irala, S.J., *Control cerebral y emocional*, c. XII, regla 3.^a (“Abrir la válvula de seguridad”).

⁸² Royo Marín, o. c., n. 252, c) 2.º.

⁸³ San Juan Pablo II, exhortación apostólica *Familiaris consortio* (22-XI-1981), n. 34.

⁸⁴ *Ibid.*, n. 33.

Uno: no ataques el sentimiento. Cámbiale la idea.

Ésta es la tesis entera del P. Irala, y es de un realismo enorme:

*“****no son los acontecimientos los que causan nuestra ira, temor o tristeza, sino el pensamiento que en nosotros se suscita y que no dominamos****.”*³⁵

Y de ahí su corrección a los consejos que damos todos:

*“Muchas veces oímos aconsejar: «Cálmese, no responda, domínese, tenga paciencia». Sería más eficaz, si en lugar de querer quitar el sentimiento o los actos (que son efecto de ideas), quitásemos o modificásemos esas ideas que los causan.”*³⁶

Decirle a alguien «no te enfades» es como decirle a un río «no bajas». Lo que hay que tocar está más arriba.

Los otros cuatro

Dos: ocupa la atención. Irala parte de un hecho psicológico elemental: no puedes atender plenamente a dos cosas a la vez. Si tu atención está de verdad en lo que ves y oyes, no está alimentando el agravio. Un alumno suyo lo contaba así: *“Era una especie de coraza psíquica que no dejaba penetrar el explosivo.”*³⁷

Y da ejercicios que parecen tontos y funcionan: **dos respiraciones profundas antes de contestar;** o, en plena ira, contar cien pulsaciones mirando el segundero.³⁸

Su frase para esto es magnífica: *“La injuria u ofensa es una bomba que sólo puede estallar mediante la mezcla y detonador de nuestros pensamientos de protesta.”*³⁹ La ofensa la pone otro. **El detonador lo pones tú.**

Tres: huye de las ocasiones, y no negocies. Es la primera regla táctica de Royo Marín, y no tiene medias tintas: *“Una voluntad debilitada por una pasión violenta sucumbirá sin esfuerzo ante una ocasión peligrosa. Se impone como norma indispensable la huida absoluta y radical de todo cuanto pueda resultar incentivo para la pasión. Sin esto, el fracaso es seguro, y la recaída cierta.”*⁴⁰

Cuatro: obra como si ya lo sintieras. Todo acto suscita el sentimiento del cual es expresión normal.⁴¹ No esperes a tener ganas para tratar bien a alguien: trátalo bien y las ganas vienen detrás. Irala le pone plazo: *“Un mes de este trato bastará para hacérsela simpática.”*⁴²

³⁵ Irala, o. c., c. VI (“Causa de la emoción”).

³⁶ Ibid., c. XIII (“Dominar la ira”), control por la distracción.

³⁷ Ibid., c. IV, tras el “Axioma fundamental”.

³⁸ Ibid., c. XIII, control por la distracción y control por la expresión contraria.

³⁹ Ibid., c. XIII, control por el pensamiento contrario.

⁴⁰ Royo Marín, o. c., n. 252, c) 1.º.

⁴¹ Es el segundo de los tres principios del P. A. Eymieu, *El gobierno de sí mismo*, recogidos por Royo Marín, o. c., n. 252, b).

Cinco —y éste es el que de verdad ordena—: dale otro objeto.

“Ciertas pasiones no tienen más que cambiar de objeto para convertirse en virtudes. El amor sensual puede transformarse en sobrenatural y divino. La ambición es virtud excelente cuando se dirige a la extensión del reino de Dios. El temor a los peligros puede resultarnos utilísimo en la fuga de las ocasiones pecaminosas.”⁴³*

El catálogo del encauzamiento

Royo Marín se toma la molestia de hacerlo una por una. Te dejo cuatro, que son las que más se necesitan:

- **La ira** hay que transformarla *“en santa indignación que nos arme fuertemente contra el mal.”*
- **El temor** ha de recaer *“en la posibilidad del pecado, único verdadero mal que puede sobrevenirnos... pero no de manera que nos lleve al abatimiento, sino como acicate.”*
- **La desesperación** hay que transformarla *“en una discreta desconfianza en nosotros mismos... plenamente contrarrestada por una confianza omnimoda en el amor y misericordia de Dios.”*
- **La tristeza y el dolor** hallan su expresión adecuada *“en la contemplación de la pasión de Jesucristo, de los dolores de María.”⁴⁴*

Mira lo que ha hecho ahí. **No ha quitado ni una sola pasión de la lista. Las ha cambiado de dirección todas.**

Y una advertencia al director espiritual que vale para ti

Éste es el número que más me interesa que te lleves:

*“El director debe examinar cuidadosamente cuál es la pasión o pasiones que predominan en el alma que se pone bajo su gobierno. Y, una vez averiguadas, impóngale como materia de examen particular **no la extinción de esas pasiones (sería trabajo inútil y contraproducente), sino su dirección y encauzamiento.** ... Una de las causas más generales de tantas **santidades frustradas*** es la de no haberle concedido la debida importancia al encauce y utilización de las grandes energías de la vida pasional.”⁴⁵*

Dos cosas ahí, y las dos son oro.

La primera: **tienes una pasión dominante.** Una. Todo el mundo la tiene, y casi nadie sabe cuál es la suya.

La segunda: proponerte extinguirla es *“trabajo inútil y contraproducente”*. Literal. **No la mates: dale trabajo.**

⁴² Irala, o. c., c. XIII, control por el sentimiento contrario.

⁴³ Royo Marín, o. c., n. 252, c) 3.º.

⁴⁴ Ibid., n. 252, d).

⁴⁵ Ibid., n. 253.

8. HOY NACE LA QUE LO TUVO TODO EN SU SITIO

Y hoy es 8 de septiembre. Nace la Virgen.

Piensa en lo que celebramos, con lo que acabamos de ver.

Nace una criatura en la que las once pasiones estuvieron siempre exactamente donde tenían que estar. Sin desorden, porque el amor —que es la raíz de todas— estuvo desde el primer instante puesto en Dios.

Santo Tomás lo explica con una precisión que vale la pena oír, porque es más fina de lo que parece. Dice que en la Virgen, por su santificación, el *fomes* —la yesca del desorden, esa inclinación que en nosotros tira siempre hacia abajo— **no fue quitado en su esencia, sino que quedó atado.** Y que fue arrancado del todo en el instante en que concibió a Cristo.⁴⁶

Atado primero. Y luego arrancado, el día que Dios se hizo carne en Ella.

Pero cuidado con leer eso como si fuera mármol, porque sería exactamente el error de hoy.

La Virgen no es la mujer que sintió menos. Es la que ha sentido más que nadie.

El gozo del Magnificat. El desconcierto de tres días buscando a un niño. La espada que anunció Simeón y que se cumplió al pie de una cruz, de pie, mirando morir a su Hijo.

Corazón perfectamente ordenado no quiere decir corazón tibio. **Quiere decir corazón entero, sin nada tirando para otro lado.**

Que es exactamente lo que le vamos a pedir hoy.

9. CONCLUSIÓN

Volvamos al principio.

Cierra los ojos otra vez e imagina a un santo. Pero ahora imagínalo bien.

Imagínalo capaz de llorar. Capaz de indignarse cuando hay que indignarse. Capaz de tener miedo y hacer lo que hay que hacer con el miedo puesto. Capaz de querer con todo lo que tiene.

Ése es el santo de verdad. **No es el que ha dejado de sentir: es el que lo siente todo apuntando al mismo sitio.**

Y quédate con las tres cosas de hoy.

La primera: no tienes un problema de exceso de sentimiento. Tienes un problema de dirección. Nadie llega a la santidad por vía de anestesia, y cuanto más perfecta es la virtud, más pasión mueve.

⁴⁶ S. Th. III, q. 27, a. 3, c. (*Utrum beata virgo fuerit mundata ab infectione fomitis*): “*per sanctificationem in utero non fuit sublatus virgini fomes secundum essentiam, sed remansit ligatus*”; y más adelante: “*in ipsa conceptione carnis Christi... credendum est quod ex prole redundaverit in matrem totaliter a fomite subtractio.*”

La segunda: hay dos maneras de equivocarse, y son simétricas. Apretar la tapa y abrir la puerta. La represión te enferma y la concesión te esclaviza. La única salida es la tercera: **cambiarle el objeto.**

Y la tercera: no tienes once frentes abiertos. Tienes uno. Suprime el amor y no queda ninguna pasión; ponlo, y nacen todas. Así que la pregunta que hay que hacerse esta semana no es «cómo me controlo mejor». Es otra, y es mucho más incómoda: **¿dónde tengo puesto el corazón?**

Porque si mueves eso, se mueve todo lo demás detrás. Y si no lo mueves, puedes pasarte la vida tapando agujeros de la regadera uno por uno sin acordarte de que hay una llave que los cierra todos.

PARA ESTA SEMANA

Tres cosas, en este orden:

- **Encuentra tu pasión dominante.** No hagas una lista de defectos: haz una sola pregunta, la de Tissot: **¿dónde está mi corazón?** Fíjate en qué es lo que más te enfada, lo que más te entristece y lo que más te asusta esta semana, y busca debajo el amor que hay en las tres. Eso que aparezca es tu asunto.
- **Y no te propongas matarla. Dale un objeto.** Escribe una sola frase: *“esta energía, a partir de ahora, se dirige a esto.”* Si es ira, a qué mal concreto. Si es ambición, a qué obra concreta. Si es afecto, a quién. Una frase, y a trabajar.
- **Y una regla para los días malos.** Cuando la sacudida llegue: dos respiraciones antes de contestar, y ninguna decisión importante bajo el imperio del sentimiento. Es la primera regla de discernimiento de San Ignacio, que ya la sabías: **en tiempo de desolación, no hacer mudanza.**⁴⁷

Y si al buscar tu pasión dominante te topas con algo que no cede —una tristeza que no se levanta, un miedo que no responde a nada de esto—, acuérdate de lo que dijimos la semana pasada: **hay dos pisos, y confundirlos hace daño en las dos direcciones.** Habla con tu director espiritual y, si hace falta, con un buen profesional.

La semana que viene subimos por fin del piso sensible al espiritual: **la purificación del entendimiento, la fe desnuda.** Por qué el entendimiento tiene que vaciarse para llenarse de Dios, y qué peligro tiene el apego a las propias luces.

⁴⁷ San Ignacio de Loyola, *Ejercicios Espirituales*, n. 318 (Reglas de discernimiento de la primera semana, 5.^a). Cf. Irala, o. c., c. XII, regla 1.^a.