

Estudios

Sentir a Dios, sentir en Dios. Sentimientos y sensibilidad en el camino espiritual

MARÍA JOSÉ MARIÑO, CM
Universidad P. de Salamanca

Recibido el 15 de agosto de 2020
Aceptado el 30 de agosto de 2020

RESUMEN: los sentimientos poseen, dentro de nuestra cultura, un rango similar al que, en el pasado, poseía la razón, si bien concebidos en función de la subjetividad individual. El cristianismo ha sido visto, en ocasiones, como ajeno u hostil hacia los mismos. Sin embargo, será especialmente la espiritualidad quien muestre las numerosas resonancias que lo afectivo adquiere en la vivencia espiritual. Creer en Cristo y vivir desde la relación personal con Él involucra de modo dinámico y creativo el mundo de la afectividad. Este entra en la espiritualidad como potencialidad humana para llegar a tener «los sentimientos de Cristo» no como palabra vacía, sino como meta de nuestro sentir.

PALABRAS CLAVE: afectos, relación, transformación, historia, cristocentrismo.

Feeling God, Feeling in God: Feelings and Sensitivity on the Spiritual Path.

ABSTRACT: Feelings have, within our culture, an importance similar to that given to reason in the past, though they are conceived in terms of individual subjectivity. Christianity has at times been seen as alien or hostile towards feelings, however the field of spirituality makes manifest the numerous resonances that the affective can acquire in the spiritual experience. Believing in Christ, and living from a personal relationship with him, involves the world of affectivity in a dynamic and creative way. Spirituality can thus be perceived as the human potential to have "the feelings of Christ", not as an empty phrase but as the very goal of our way of feeling.

KEY WORDS: Affections, relationship, transformation, history, Christ-centeredness.

INTRODUCCIÓN

Vivimos en una cultura que exalta los sentimientos. Sin duda, están de moda. Esa única palabra, sentimiento, puede despertar las más variadas asociaciones y resultar, al mismo tiempo, totalmente confusa. Podría ser un ejercicio de *mindfulness*, una lección sobre inteligencia emocional, un spot publicitario de lo que llamaríamos publicidad emocional o, sencillamente, una conversación cotidiana para dar cuenta del más variado tipo de vivencias o gustos o elecciones. Sin duda, la postmodernidad nos trajo una especie de absolutización del sentimiento como oposición y rechazo de la razón moderna de tal modo que, en cuanto movimiento reactivo, nos abocó a un nuevo reduccionismo que, sin embargo, se presenta muy seductor, incluso liberador.

Cuando entramos en el mundo de la espiritualidad, encontramos una situación paradójica. Entre la absolutización y la sospecha, hallamos incluso quienes identifican determinados campos afectivos (serenidad, por ejemplo) como consecuencia —y aun finalidad— de las prácticas espirituales. Mientras tanto el mundo secular, incluyendo el científico, presta una inusitada atención a lo emocional como realidad humana accesible empíricamente y también asociada a las prácticas religiosas.

Sin duda, es un tema de interés y de importancia que, antes que una cuestión de espiritualidad, se introduce de lleno en la antropología. En ella se buscarán algunas precisiones conceptuales como punto de partida puesto que, a día de hoy, seguimos utilizando conceptos no unívocos y de significados algo imprecisos. A partir de aquí, podemos pasar a interrogarnos sobre la experiencia espiritual. ¿Qué papel juegan en ella sentimientos y emociones? ¿Cómo se implican en la autenticidad y veracidad de dicha experiencia? Las claves que podamos conseguir para responder a estas cuestiones son decisivas no solo para la experiencia personal, sino muy especialmente para su discernimiento y diálogo en el mundo plural en el que vivimos.

La espiritualidad cristiana, además, puede ofrecer una palabra original sobre su comprensión creativa y su pedagogía de los mismos en el cultivo y profundización de la experiencia espiritual. Esta palabra la podemos hallar interrogando a su propia historia para poder, a partir de sus conclusiones, descubrir una sabiduría de los afectos nacida de la experiencia creyente.

El enfoque e importancia que otorga a este tema están en función del seguimiento y la relación personal con Cristo. En este marco, despliega su particular modo de educar, discernir y transformar lo afectivo en un proceso humano-espiritual imprescindible para la vida creyente. Por eso, las dos últimas cuestiones a las que hemos de responder son: ¿qué nos dice la historia de la espiritualidad? y finalmente, la decisiva, ¿qué significa tratar de sentimientos en la relación creyente con Jesucristo?

1. DESPEJANDO EL BOSQUE: DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE LOS SENTIMIENTOS

A pesar de los numerosos estudios que incluyen en su temática emociones y sentimientos, no podemos contar con una delimitación conceptual precisa. Aquí solo se presenta una visión global de la cuestión y de las dimensiones implicadas.

1.1. *Emociones y sentimientos: novedad, pero menos*

A partir de la década de los 90¹ en el pasado siglo, hemos asistido a un enorme desarrollo en la investigación sobre el mundo emocional. El llamado «giro afectivo» hace de sentimientos y emociones la perspectiva central de investigación en muy distintas disciplinas. Cultura, política, economía y los estudios sociales asumen este giro, sobrepasando así el marco individual, psicológico y corporal en el

¹ Dos referencias ineludibles por lo que han supuesto para el desarrollo posterior de los estudios son: ANTÓNIO DAMÁSIO, *Descartes's Error: Emotion, Reason and the Human Brain* (New York: G.P. Putnam, 1994) en el campo de las neurociencias y DANIEL GOLEMAN, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ* (New York: Bantam Books, 1996) en psicología.

que tradicionalmente se ha considerado el mundo afectivo. ¿Se trata de un descubrimiento? Sin duda, la respuesta es negativa. Antes que ese «giro afectivo», hemos asistido a un cambio de paradigma en su enfoque.

Las preguntas en torno a lo afectivo recorren la historia de la cultura occidental, si bien desarrolladas por la filosofía y la teología. Antes del siglo XVIII, se consideraban desde una perspectiva compleja en la que los numerosos términos utilizados —apetitos, pasiones, sentimientos, afecciones, por ejemplo— no corresponden al concepto de emoción o sentimiento en sentido actual². Será con Hume, seguido por influyentes pensadores también en Escocia durante el XIX, con quien se impulse el uso de «emoción» con un significado no unívoco, pero sí con una común intención: introducirlo en el ámbito de la ciencia, desarraigándolo de su sustrato originario.

Se inicia así una separación no solo de términos, sino de concepción. La visión tradicional, utilizada por la espiritualidad, sin duda estaba ligada a una cosmovisión que daba paso a otra diferente. Lamentablemente, en ese cambio se perdieron muchos matices de la afectividad a los que la espiritualidad siempre había atendido con esmero. Hablar ahora de emociones y sentimientos posibilita retomar un lenguaje común en un ámbito en el que la sabiduría espiritual tiene mucho que decir. Una panorámica al respecto puede ayudar a descubrir la riqueza y especificidad de la mirada espiritual.

Antes de llegar al XVIII y la irrupción de la nueva perspectiva, el pensamiento occidental había experimentado ya una larga evolución al respecto. Haciendo una inevitable reducción, podríamos sintetizarlo del siguiente modo:

«A lo largo de su historia, la filosofía occidental ha tematizado los sentimientos de modo sistemático, considerándolos en el período grecorromano y medieval como momento de la acción humana, en el período ilustrado como claves del comportamiento, en el romántico como clave de

² Cf. THOMAS DIXON, «Revolted Passions», en *Modern Theology* 27:2 (2011), 298-299.

la moral y como guía de la existencia, y en el siglo XX como clave de la relación del hombre consigo mismo, con el mundo y con Dios»³.

No obstante, el interés por el tema crece junto a la emergencia de lo individual y su valor propio frente al grupo, un paso que se inicia en la Edad Media y que llegará a su cénit en la Modernidad. En este marco hemos de ubicar las distintas etapas de la espiritualidad para interpretar sus propuestas y para identificar su singularidad.

Esta va a mostrar desde sus inicios que, por brotar de una relación y opción totalmente personal, reconoce a los sentimientos un papel importante, incluso cuando la cultura tiene otros centros de interés. Más aún, no se ha limitado, a lo largo de su historia, a traducir los contenidos culturales al respecto, sino que los incorpora de modo creativo y dialogal al ámbito de la experiencia espiritual. Solo así comprendemos que, por ejemplo, ya en Agustín de Hipona (354-430 d.C.) encontremos una profunda y original visión de los mismos que se explica no en función de uno u otro filósofo, sino de su evolución interior, evolución espiritual y creyente.

1.2. Delimitar el concepto: (im)-posible e imprescindible tarea

Antes que nada, hay que aceptar el hecho de que no hay ni ha habido nunca una terminología unívoca ni una delimitación conceptual precisa. Esto nos invita al diálogo y, en lo referido a la espiritualidad, nos ofrece un nuevo motivo para acercarnos a las diferentes aportaciones con disposición a interrogarlas abriendo nuestro campo de comprensión. Aquí los términos pueden resultar traidores...

Una secuencia habitualmente utilizada nos lleva de sensaciones a emociones y de estas, a sentimientos. De este modo, la impresión a través de los sentidos (sensación) se combina generando una emoción y estas, al unirse entre sí y con determinadas nociones, generan sentimientos⁴. Nos hace pasar de la reacción emocional ante estímulos, con un fuerte componente corporal, al ámbito de la voluntad, la

³ JACINTO CHOZA, *Historia de los sentimientos* (Madrid: Thémata, 2011), 26.

⁴ Cf. FERNANDO ALBERCA, *Todo lo que sucede importa: cómo orientar en el laberinto de los sentimientos*, 2ª ed. (Bilbao: Desclée de Brower, 2012), 30-34.

interpretación y la consciencia, ámbito este de los sentimientos, más duraderos y menos intensos que las emociones.

Por el contrario, cuando investigamos en el ámbito anglosajón, nos encontramos con un esquema distinto donde predomina el uso de *emotion* sobre *feeling*, el «sentimiento» en español. Dentro de esta visión, podríamos hacer la siguiente síntesis: «todas las emociones implican un componente de sentimiento afectivo y otro cognitivo evaluativo»⁵. El primero permite reconocer este determinado fenómeno mental como emoción y el segundo posibilita identificar de qué emoción concreta se trata. Por lo cognitivo, se evalúa el objeto que produce la emoción al mismo tiempo que provoca una reacción afectiva, un sentimiento, que se dirige a los efectos del componente cognitivo. Los sentimientos resultan ser entonces «*qualia* imposibles de analizar, estados agradables o desagradables de conciencia en virtud de los cuales nos hacemos conscientes de nuestro estado y del sistema cognitivo asociado con él»⁶, siendo los *qualia* las cualidades particulares de toda vivencia consciente, pero que surgen de modo inconsciente.

Estas dos perspectivas coinciden en la intrínseca relación existente entre emoción y sentimiento que, sin embargo, permanecen diferenciados. De este modo, la vida afectiva resulta ser un fluir de momentos interrelacionados. En ellos, la corporeidad está implicada como puerta de acceso de los distintos estímulos que despiertan el sentir y como espacio de expresión⁷. Al margen de los términos utilizados, nos descubre la compleja relación que se establece entre

⁵ PETRI JÄRVELÄINEN, «What are Religious Emotions?», en WALTER VAN HERCK Y WILLEM LEMMENS (EDS.), *Religious Emotions: Some Philosophical Explorations* (New Castle: Cambridge Scholars Publishing, 2008), 15.

⁶ *Ibid.*, 16.

⁷ Siguiendo esta línea, A. Damasio propone como criterio diferenciador la exteriorización, ligada a corporeidad, de las emociones, quedando el sentimiento como percepción interna y consciente de los mismos. Cf. ANTÓNIO R. DAMÁSIO, *The Feeling of What Happens. Body and Emotion in the Making of Consciousness* (New York, San Diego, London: Harcourt Brace & Company, 1999), 42.

la persona y su mundo, tanto interno como externo, con el cual interactúa constantemente a través de una energía psíquica en la que se dan cita desde los elementos inconscientes, las interpretaciones de la realidad (no necesariamente creencias), la corporeidad, cognición y volición. Aquí es donde irrumpirá de algún modo la presencia de Dios movilizando las fuerzas afectivas del creyente para responder.

Emociones y sentimientos revelan también un claro componente motivacional, aspecto de gran importancia para el mundo de, por ejemplo, la moral. Hay que reconocer que «la emoción está integrada en el proceso de razonamiento y toma de decisiones»⁸. Sin embargo, su papel no es meramente el de un mecanismo regulador o causal de acciones y comportamientos. Por el contrario, también condicionan, modifican o suspenden ciertos comportamientos. Es decir, además de un aspecto activo, también poseen una dimensión pasiva, pática, que expresa nuestra capacidad de ser afectados y, por ello, nuestra vulnerabilidad, fragilidad y capacidad de sufrimiento⁹. Acción y pasión se conjugan también de modo dialogal, formando ambas, en una cierta tensión, los dos polos entre los que se irá moviendo la experiencia espiritual: afectados e interpelados sucesivamente.

Resulta imposible ignorar toda esta potencialidad interior en la persona para la que, por su parte, la espiritualidad abrirá e integrará en su ámbito específico: la dimensión espiritual. Evidentemente, hacer una lectura simplista del sentimiento en la espiritualidad como si fuera algo superfluo, secundario o, incluso, pernicioso en sí mismo refleja una limitada comprensión antropológica y, quizá, también limitada comprensión de la historia de la espiritualidad.

La vida en el Espíritu encuentra aquí el espacio natural y propio puesto que, en la medida en que se introduce, se humana en nuestro dinamismo emocional, puede actuar en nosotros a través de nosotros mismos, de nuestro movimiento interno. Las dimensiones del sentimiento abren todo un mundo de posibilidades y la maravillosa reali-

⁸ DAMASIO, 41.

⁹ Cf. REBEKKA A. KLEIN, «Was ist ein Gefühl? Interdisziplinäre Konzepte aus der Emotionsforschung», en *Kerigma und Dogma*, 63 (2017), 113.

dad de un movimiento espiritual que va abrazando, a través del sentir, nuestra corporeidad, relacionalidad, cultura, intelecto y voluntad. La mistagogía habrá de hacerse cargo de su proceso y discernimiento: abrir los sentimientos a la profundidad espiritual y transformar su fuerza propia en fuerza movida por el Espíritu de Dios.

2. LA ESPIRITUALIDAD Y SUS SENTIRES

La espiritualidad, por tanto, no solo interactúa con emociones y sentimientos, sino que los cultiva. En primer lugar, en cuanto experiencia humana, la religiosa no puede en modo alguno prescindir de los sentimientos. Si así lo hiciera, estaría negando al sujeto que realiza dicha experiencia y con ello, la dimensión antropológica del fenómeno religioso. Por otro lado, su carácter holístico necesita incorporar una dimensión capaz de dinamizar a la persona en su totalidad.

2.1. *Sentimientos y experiencia religiosa*¹⁰

La relación entre sentimientos y experiencia religiosa toma un especial relieve a partir del siglo XIX (con F. Scheleiermacher) cuando, sea desde un punto de vista afirmativo o de sospecha, se considera que en el núcleo de la experiencia religiosa se encuentra la emoción. Así, el «sentimiento de dependencia absoluta», el «sentimiento oceánico» o la cohesión emocional del grupo religioso constituirían básicamente una religión. Sin embargo, desde la espiritualidad podemos ya afirmar que, como experiencia, va más allá de la emotividad y de un único sentimiento. Antes que nada, es una particular experiencia humana con la complejidad de sus elementos, lo cual incluye necesariamente la afectividad en toda su amplitud.

Comparte rasgos con aquellas experiencias fundamentales que hablan del trascenderse humano, cuya singularidad no reside en unas

¹⁰ Al hablar de la categoría experiencia, no se quiere hacer una reducción subjetivista de la espiritualidad. Simplemente, facilita concretar las emociones siempre surgidas en el contacto con la realidad como «modos de experimentar». Por otro lado, corresponde a un campo propio de la teología espiritual que, según autores como Ch. Bernard, estudia la experiencia espiritual cristiana.

emociones inéditas exclusivas. Por el contrario, hunde sus raíces en el espesor de lo humano y «se sigue de dar un nombre determinado al misterio que habita en nuestra existencia y por el que ella desborda de los límites del mundo»¹¹. Es decir, surge en el reconocimiento del irrumpir de la Trascendencia radical, una Alteridad absoluta que nos funda y sostiene. Por ello, «lo verdaderamente esencial de la experiencia religiosa es el respeto, la atención perfecta con lo que consideremos la profundidad insondable de nuestra existencia»¹².

No se trata de «probar» apodícticamente la existencia de Dios, sino de considerar que determinadas experiencias —impactos en la persona que generan cambios y respuestas, incluyendo una emocional— se comprenden dentro del trascenderse humano —como otras experiencias fundamentales— y reflejan relación con Otro, con Dios. Si careciera de un objeto intencional distinto o se agotara en los sentimientos experimentados por el sujeto, desaparecería como experiencia religiosa.

Nos pone así ante el desafío de considerar relación y alteridad como núcleo de la experiencia espiritual en la cual se movilizan los sentimientos. Se establece entonces una circularidad entre el universo, siempre expansivo, de ese Tú y la experiencia, con su resonancia afectiva, desde el yo-sujeto. En ella, los rasgos de lo divino y las características de la relación que se establece nos marcarán el horizonte hacia el cual se irán transformando las emociones. Estas, por su parte, condicionan la experiencia espiritual y, en la medida en que entran en el proceso de transformación, posibilitan que la experiencia modele más instancias del sujeto y que ella misma se abra a nuevas posibilidades.

La experiencia religiosa vista desde esta perspectiva es la vida entera entendida como encuentro con Dios, como «espiritualmente significativa» en todos sus aspectos y diversidad de momentos. La experiencia humana —cualquiera que sea o, mejor dicho, toda

¹¹ MIGUEL GARCÍA-BARÓ, CARLOS DOMÍNGUEZ MORANO y PEDRO RODRÍGUEZ PANIZO, *Experiencia religiosa y ciencias humanas* (Madrid: PPC, 2002), 19.

¹² *Ibid.*

ella— adquiere significado y sentido último a la luz de la propia tradición espiritual. En ella halla una concepción de lo divino concreto —el *rostro de Dios*— al tiempo que la vida entera se carga de significación, valor salvífico y de encuentro¹³.

Ampliado el ámbito, los sentimientos a ella asociados ya no quedan restringidos a los ámbitos explícitamente religiosos como oración, liturgia o sacramentos. Por el contrario, todos los sentimientos y emociones que pueden surgir en el amplio vivir de la persona están destinados a formar parte de dicha experiencia. Esto resulta especialmente significativo para todos aquellos que podríamos clasificar como displacenteros o desagradables. ¿Acaso el dolor, el miedo o la angustia, por ejemplo, no tienen lugar en la experiencia religiosa? ¿Podría alguien descalificarlos en la experiencia humana? Y si esto no puede realizarse a priori ¿por qué habrían de ser menos aceptables desde lo religioso? No se trata de eliminarlos, sino de integrarlos dentro de la vida creyente, que involucra a los sentimientos desde el inicio de la experiencia hasta su integración y maduración¹⁴.

2.2. *El amor, el gran eje afectivo de la espiritualidad*

Hay un aspecto que, en una perspectiva general, enlaza las diferentes tradiciones religiosas con el mundo de las emociones, el amor:

«El amor se encuentra profundamente entreverado a lo largo de las grandes tradiciones espirituales, tanto orientales como occidentales, sea en forma de nuestro amor por el otro (tanto ágape como eros), nuestro amor por Dios o el amor de Dios por nosotros. El amor juega un papel central en muchas de estas tradiciones»¹⁵.

¹³ Cf. GWEN GRIFFITH-DICKSON, «Theology, Religious Diversity and Religious Experience», en PAUL K. MOSER y CHAD MEISTER (ed.), *The Cambridge Companion to Religious Experience* (Cambridge: Cambridge University Press, 2020), 80-94.

¹⁴ Cf. RAFAEL GÓMEZ MANZANO, «Afectividad y vida espiritual», en *Revista de Espiritualidad* 59 (2000), 176.

¹⁵ KEVIN SHARPE y REBECCA BRYANT BRYANT (eds.), *Has Science Displaced the Soul? Debating Love and Happiness* (Lanham: Rowman and Littlefield Publishers, 2005), 52.

Bajo este concepto, ciertamente, podemos unificar muchos términos que, dentro de distintas tradiciones religiosas, evocan el Misterio divino y, al mismo tiempo, actitudes o valores centrales para la realización del creyente. Compasión, misericordia o caridad, por utilizar algunos de los más extendidos, son focos de comprensión y, además, sentimientos dentro de dichas tradiciones. Es imposible hablar de amor, o cualquier otro término con el que pueda asociarse, sin involucrar el mundo afectivo.

Su descubrimiento, vivencia y despliegue implican y reorganizan los sentimientos, con todos los estratos psíquicos que conllevan, en un movimiento que centra (consolida la identidad personal) y descentra (proyección personal hacia quien se ama). A la inversa, podríamos decir que, cuando esto no se realiza, no solo desaparece la palabra amor, sino que se corre el riesgo de clausurar la persona a través de sus sentimientos en sí misma. Significa entrar en una de las dinámicas que más radicalmente se oponen a la verdadera experiencia religiosa.

La dimensión afectiva del amor posee, sin duda, una capacidad transformadora de primera magnitud. Dentro de las religiones adquiere una especificidad única porque, además de su asociación a los atributos divinos y la orientación fundamental de la vida moral, define la relación entre la persona y el Misterio divino¹⁶. Para la espiritualidad cristiana, este eje resulta decisivo. La afirmación «Dios es Amor» (1 Jn 4,8) se despliega con toda la fuerza de la encarnación en la vida de Jesucristo, el Hijo, y orienta la vida de los creyentes tanto desde el punto de vista moral horizontal (Mt 25) como desde la identidad religiosa y la relación con Dios Trinidad.

La espiritualidad cristiana tiene aquí, en el amor, su centro más auténtico y se irá diversificando según los distintos aspectos del Misterio o del mensaje evangélico en los que se focalice. Sin embargo, la confesión de Jesucristo, Dios y Hombre, intensifica la dimensión relacional, con lo que el amor y los sentimientos que en torno

¹⁶ Cf. NANCY M. MARTIN y JOSEPH RUNZO, «Amor» en CORRIGAN, capítulo 17.

al mismo se articulan adquieren un valor singular. Benedicto XVI nos recuerda que «no se comienza a ser cristiano por una decisión ética o por una gran idea, sino por el encuentro con una Persona: Jesucristo». En este encuentro y relación, el amor, con su amplio espectro divino-humano, va a constituirse en eje central que entrelaza al creyente, Jesucristo —y en Él, la Trinidad— y el prójimo. Alteridad, vínculo y comunicación son inseparables del amor y este, de la espiritualidad cristiana.

Lo importante no es solamente el objeto —lo divino—, sino la relación con el mismo y una relación establecida de tal modo que implica un proceso de transformación en el amor. Este proceso, la cristificación del creyente, engloba la realidad humana en su totalidad, pero de modo que no solo es la persona quien siente, interpreta y actúa, sino quien recibe y acoge la donación de Dios, su gracia.

Si falta esta Alteridad radical y el elemento de donación-receptividad, desaparece también la experiencia cristiana. La espiritualidad guiará el desarrollo de esta relación y, dentro de ella, las emociones específicamente religiosas contribuyen a orientar y estructurar la vida creyente. Al decir «específicamente religiosas» no se afirma un tipo determinado y distinto de emociones, sino aquellas que, en la relación con Dios, están configuradas como respuesta a la donación —a la gracia— del Totalmente Otro.

2.3. *El sentir cristiano, un sentir comunitario*

El componente sociocultural de los sentimientos es uno de los elementos que con más frecuencia se obvia. Un fenómeno universal como este precisa, como todo lo humano, de un marco grupal en el que comprender su concepción, comprensión transmisión y expresión¹⁷. Es decir, entramos en la esfera de la interpretación y

¹⁷ «Las tradiciones religiosas pueden verse como escenarios paradigmáticos en los que las emociones son evocadas y formadas». DESIRÉE BERENDSEN, «Religious Traditions as Paradigm Scenarios: Applying Ronald de Sousa's Concept to William James' View on Religious Emotions», en van HERCK y LEMMENS, 59.

dimensión social de las emociones. Esto no significa anular la singularidad de cada persona, sino aceptarnos como seres sociales y, al mismo tiempo, asumir que hay aspectos del mundo emocional que son compartidos. Dentro de la experiencia religiosa, hemos de tener en cuenta, en primer lugar, que el marco religioso ofrece su propio marco en el que interpretar y cultivar los sentimientos. Además, las diferencias culturales se sobreponen afectando también a las prácticas religiosas, incluso a las más estrictamente individuales como la meditación, porque siempre implican emociones, cognición, decisión y algún modo de interacción social¹⁸.

Por otro lado, hablar de experiencia religiosa exige considerar siempre sus aspectos sociales e institucionales. Las resonancias individuales (los mencionados *qualia*) no agotan la experiencia, sino que esta adquiere su significado y valoración dentro del marco de la comunidad creyente¹⁹. No se trata nunca de una experiencia individual en aislamiento, sino personal dentro de un grupo, siquiera como referencia.

La espiritualidad cristiana aporta, además, su comprensión religiosa específica del elemento comunitario. Es más que un aspecto sociológico: es una realidad creyente. Aunque se volverá a mencionar en el último apartado, es necesario subrayar que el cristianismo no puede concebir, tampoco a nivel afectivo, una absolutización de lo individual o subjetivo. Por el contrario, siendo la comunidad creyente un espacio humano en el que se hace presente el mismo Cristo, hay un marco objetivo que ayuda y orienta en la vivencia y pedagogía de los sentimientos. El criterio último no lo encuentra la persona en su sentir, sino en la comunidad fraterna guiada por el Espíritu.

¹⁸ Cf. YI-YUAN TANG y RONGXIANG TANG, *The Neuroscience of Meditation. Understanding Individual Differences*. (Massachusetts: Academic Press, 2020), 37-63.

¹⁹ «Esa integración social proporciona la información de fondo utilizada para interpretar la experiencia, para confirmarla, enriqueciendo su valor probatorio, y para otorgarle significado, lo que enriquece las creencias religiosas y el propósito de la vida humana». MARK OWEN WEBB, «Meaning and Social Value in Religious Experience», en MOSER y MEISTER, 332.

3. LA ESPIRITUALIDAD CRISTIANA Y SU HISTORIA SENTIMENTAL

La espiritualidad ha tratado históricamente los sentimientos y emociones dentro del amplio campo de los afectos y movimientos internos asociados. Una breve aproximación a esta historia puede acercarnos una visión caracterizada por el dinamismo, la perspectiva holística y, sobre todo, integrada en la dimensión trascendente. Llegaremos tan solo hasta el Renacimiento, antes de la ruptura con la perspectiva secular y más reductiva de las emociones y la experiencia introducida por la Modernidad. A partir de aquí, el mundo afectivo queda más limitado a lo devocional, sentimental e individual²⁰.

3.1. *Agustín de Hipona: sentimientos e interioridad*

El primer gran exponente del enfoque cristiano sobre los sentimientos es Agustín de Hipona que introduce lo que hoy llamaríamos inteligencia emocional en todas sus obras, aunque adquiere rango primordial en las *Confesiones*. De su visión, ciertamente compleja, podemos destacar la distinción entre sentimientos o pasiones inferiores, ligados a la concupiscencia y pecaminosidad²¹, junto a otros sentimientos superiores que forman parte de la vida plena según la voluntad divina. Por tanto, no son intrínsecamente negativos o positivos, sino que su cualidad y papel dependerá de su condición de expresiones de la voluntad²² de modo que, a medida en que el alma se va uniendo a Dios, estos son verdaderos impulsos para su elevación²³.

²⁰ Cf. HANS GEYBELS, *Cognitio Dei Experimentalis* (Louvain: Leuven University Press, 2007), 232.

²¹ Hay muchos estudios que se polarizan en esta asociación emociones-concupiscencia. Olvidan las otras emociones y, sobre todo, olvidan el uso de la retórica por parte de Agustín con el que el tono negativo resulta ser una herramienta en busca de metas cristianas. Cf. TIMO NISULA, *Augustine and the Functions of Concupiscence* (Leiden: Brill, 2012), 203.

²² Cf. CORRIGAN, 4. Esta asociación sentimientos-volición introduce un giro importante respecto a la tradición filosófica recibida que los asocia predominantemente.

²³ Cf. GEYBELS, 80-82.

Entre ambos se presentará, inevitablemente, una cierta conflictividad que tensiona interiormente a la persona.

Tras la diversidad y conflictividad de emociones «inferiores» y «superiores», encontramos la experiencia personal del pecado y de la gracia. Esto supone entender la dinámica afectiva también como respuesta a realidades que irrumpen en el campo de experiencia humana y que no se explican desde la inmanencia. El fondo de pecado que «arrastra» la propia voluntad y la irrupción de la gracia, se traducen en experiencias afectivas que la persona ha de gestionar en una mezcla de pasividad y libertad.

Por último, se pueden destacar dos aspectos muy llamativos de *Confesiones* respecto a nuestro tema. En primer lugar, la asociación entre memoria y sentimientos da lugar a la permanencia de estos en la conciencia personal, pero lo hace desencadenando un proceso de transformación de los mismos²⁴. Traer a la memoria supone, por tanto, un ejercicio de modelado emocional a través de realidades que aparentemente pertenecen solo al pasado. Es un verdadero *re-cordar* creyente y emocional

Por último, no realiza una mera indagación sobre los sentimientos o un ejercicio de introspección psicológica. Se adentra en una toma de conciencia de la propia interioridad, la que se abre a la Trascendencia y la que abraza en sí las emociones, pero siempre en cuanto vinculadas al complejo movimiento interior. De este modo, escapan del intimismo o del egocentrismo para convertirse en parte de la profundidad humana y su dinámica espiritual.

3.2. *La Edad Media: sentimientos y deseos hacia el Amado*

Cuando llegamos a la Edad Media, la espiritualidad se ha concentrado en la vida monástica con todas sus prácticas cotidianas, además de las estrictamente religiosas. Frente a la progresiva intelectualización de la teología, la espiritualidad monástica mantiene su naturaleza esencialmente afectiva, cultiva la relación amoro-

²⁴ J. STEPHEN RUSSELL, «The Taste of Tears: Memory and Emotion in the Confessions», en *The American Benedictine Review*, 67.3 (2016), 246-265.

sa del alma con Dios a través de las Escrituras, la oración personal, la liturgia y la entera vida monacal. Aquí emociones y sentimientos adquieren un puesto fundamental que no sustituye, sino que complementa la búsqueda de la sabiduría y el conocimiento espiritual²⁵.

Entrando en el siglo XII, localizamos una inflexión importante de la mano de Bernardo de Claraval. Con él se consolida una espiritualidad en la que el camino del amor y sus emociones se intensifica, convergiendo con una visión renovada de la corporeidad. Esta imprimirá necesariamente un nuevo impulso al mundo afectivo y, con él, el mundo del deseo, ambos con un componente corporal importante. Dan fe de ello el vibrante uso de un lenguaje metafórico muy imaginativo y sensorial, así como la vuelta a la referencia bíblica del *Cantar de los Cantares*.

Para Bernardo, la experiencia espiritual «acontece como un afecto»²⁶ en el interior de la persona, una experiencia inefable, pero que produce efectos externos, principalmente la vida virtuosa y la comunicación de la misma. Este dinamismo es especialmente relevante porque el más importante de estos afectos es el amor que abraza y trasciende simultáneamente todos los demás.

Sentimientos y emociones se engloban en un concepto más vasto e integral, siguiendo la línea agustiniana. Sus aspectos volitivos y éticos permiten que los afectos entren activamente en una dinámica totalizante donde también entra el deseo, expresado a través de la oración. Conectados con los llamados sentidos internos, los afectos permiten percibir el paso o irrupción de Dios como experiencia in-

²⁵ Es frecuente descubrir en la espiritualidad medieval un cierto rechazo al conocimiento especulativo o meramente racional, algo que condicionará incluso su modo de acercarse a la Escritura. Más allá de controversias de escuelas o autores, no es baladí la perspectiva monástica de relación personal con Dios y una antropología en la que corporeidad y afectividad están íntimamente relacionadas con el alma y funciones superiores del ser humano, por lo que no pueden ser eliminados de la experiencia y conocimiento de Dios.

²⁶ GEYBELS, 211.

terna que refleja subjetivamente una realidad objetiva: la «visita» de Dios al alma²⁷. El tema de los sentidos internos, presente ya en la patrística, ha recibido hasta nuestros días numerosas interpretaciones. Para nuestro objeto, puede ser suficiente captar su función: poner en contacto nuestro interior con la realidad divina, radicalmente distinta al sujeto. Como los sentidos corporales permiten percibir las realidades mundanas, los internos captan lo divino a cuya presencia reacciona nuestro interior con movimientos afectivos.

Dejamos a Bernardo de Claraval quien, por el impulso renovador en la espiritualidad y su posterior influencia, merece un espacio propio. Entra, sin embargo, dentro de la corriente medieval que, con todas sus variantes, va a desarrollar una espiritualidad donde los sentimientos cuentan con valor propio porque el centro, meta y esencia más profunda del ser humano es el amor, un amor que unifica todas las facultades humanas para llegar a la unión con Dios-Amor²⁸.

Siguiendo con la Edad Media, desde la perspectiva afectiva destacaremos tres focos. El primero de ellos no es sino el desarrollo de la llamada mística nupcial que, centrada en la relación personal y amorosa del alma con Cristo, implica en su despliegue numerosas resonancias emocionales. De los numerosos autores que podrían ilustrarla, mencionaremos el amplio y original mundo de la mística femenina cuya delimitación rigurosa resulta difícil²⁹. Beguinas,

²⁷ Cf. *Ibid.*, 210-213.

²⁸ «El amor es suscitado por el Creador de la naturaleza. El amor es una fuerza del alma que la conduce como por un peso natural al lugar y fin que le es propio». GUILLERMO DE SAINT-THIERRY, *La naturaleza y la dignidad del amor*, PL 184, 379. La cercanía de este autor a san Bernardo puede difuminar la fuerza de su pensamiento en el que el amor y los afectos son fundamentales para la transformación del ser humano de «animal» en «racional» y, al fin, en «espiritual», como expone en la conocida como *Epístola de oro* (*Epístola ad fratres de Monte-Dei*).

²⁹ La mística nupcial no es en absoluto exclusiva de las maestras de espiritualidad de la época. Sin embargo, se van a distinguir notablemente de otras orientaciones más intelectualistas como las que podríamos encontrar, a modo de ejemplo, en Ruysbroeck en obras como *La joya de las bodas espirituales* o *Los esposales espirituales*.

cistercienses, beatas en conjunto, un florecer espiritual con rasgos específicos.

El camino del amor hasta la unión mística con el Esposo adquiere en ellas toda la intensidad del cuerpo, el deseo y los afectos. Estos no representan la esfera de la irracionalidad animal como en el mundo clásico, por ejemplo, sino que forman parte del proceso de crecimiento espiritual, son indispensables para el discernimiento y también elemento para llegar a la unificación de la persona, algo que acontece en el llamado matrimonio espiritual, el llegar a ser una con Cristo³⁰. No excluye la razón, sino que forman ambas el único modo en que se puede llegar a la sabiduría.

La efusiva utilización del lenguaje afectivo no duda en adoptar formas propias del amor cortés de la literatura profana medieval³¹. Estos vienen considerados dentro de la experiencia espiritual como elementos que la posibilitan y también que surgen como consecuencia de ella³². El amor al avanzar intensifica el deseo y el sentir, sentir en el cuerpo, en el alma, en los sentimientos. Responde a una lógica antropológica clara: la relación y unión de amor solo puede darse con la persona entera y esta ha sido creada a imagen de Dios en su totalidad, cuerpo y alma. También los dinamismos del cuerpo, entre los que encontramos los sentimientos y el deseo, entran en el camino que lleva a la unión de amor. Este, don divino al fin como caridad, adquiere toda la fuerza y color de la humanidad con sus sentimientos.

³⁰ Cf. M^a MAR GRAÑA CID, «Vivir la vida celestial: caridad y acción social en Beguinas y Beatas (siglos XIII-XV)», en *Estudios Eclesiásticos* vol. 93 n° 366 (2018), 511-550.

³¹ Este rasgo da pie al término «mística cortés», utilizado en estudios generalmente literarios a partir de BARBARA NEWMAN, «La Mystique Courtoise: Thirteenth-Century Beguines and the Art of Love», en *Form Virile Woman to Womanchrist. Studies in Medieval Religion and Literatura* (Filadelfia: Pensilvania University Press, 1995), 137-167.

³² *Los siete modos de amor* de Beatriz de Nazaret (XIII) son un sencillo y claro ejemplo donde constatar esta concepción de los sentimientos en la experiencia espiritual.

Otro foco se centra en la pasión de Cristo y, secundariamente, en el martirio como modo de imitar los sufrimientos del Señor³³. Sin duda, estamos ante un tema que suscita fuertes emociones capaces de generar adhesión y respuesta. Es habitual encontrar estudios que ponen de relieve las distorsiones que esta espiritualidad generó, tanto en prácticas como en sentimentalismos huecos³⁴. Sin embargo, hay que mantener la importancia de las emociones en ella, así como su rol en la transformación interior a través de prácticas espirituales, Sagrada Escritura, oración y liturgia junto al papel de la memoria en ello. Simplificando, un cultivo de los afectos orientado desde el amor y la identificación con Cristo permiten a su vez la reorientación espiritual. Aquí, en esta corriente medieval, se hallan las fuentes principales que nutrirán maestros que aún lo son respecto a sentimientos y espiritualidad, como veremos posteriormente.

Encontramos un giro hacia lo individual y la generalización de la experiencia religiosa, posibilitada entre otros elementos por la universalidad del amor y las emociones. Puesto que toda persona tiene en sí estas capacidades, nadie queda excluido del acceso a la espiritualidad que sale así de los muros monásticos en vivencia y en lenguaje. Sin embargo, la individuación tiene un paralelo desde el punto de vista teológico: la relación espiritual, la meta y afectos pasan de tener su centro en la Palabra (y la mediación de la Sagrada Escritura) a la persona de Cristo y su humanidad que «se convierte en objeto de devoción»³⁵. Se constata una vez más, ahora desde los sentimientos, la conciencia del papel central que cobra la relación personal, amorosa de la persona con Dios.

³³ Este punto del martirio queda solo nombrado por su importancia respecto a espiritualidad y sentimientos. Sin embargo, ha tenido gran relevancia desde la Iglesia primitiva, si bien se concentró progresivamente en la espiritualidad monástica y su vertiente ascética como «martirio espiritual». Lo que importa para nuestro tema quedará necesariamente englobado en el más general de la Pasión de Cristo.

³⁴ Así, por ejemplo, lo hace notar, si bien dentro de una visión más global y equilibrado, NIKLAUS LARGIER, «Medieval mysticism», en CORRIGAN, 365-379.

³⁵ GEYBELS, 238.

El tercer foco al que hemos aludido servirá del algún modo para hacer el tránsito hacia el Renacimiento. Se trata de la *Devotio Moderna* que, recogiendo la madurada experiencia medieval, incluyendo a san Bernardo, abrirá paso a la espiritualidad renacentista a través de su obra más representativa, *La imitación de Cristo* de Tomás de Kempis³⁶, utilizado de modo general y también, naturalmente, por las grandes figuras de la mística posterior, en quienes se puede rastrear dicha influencia.

Respecto al mundo de los afectos, quedan concentrados y resaltados en torno a la clave de esta espiritualidad: la *imitatio Christi*. Esta conlleva «una imitación interna de actitudes, emociones y auto-conciencia apropiadas y una imitación externa de hechos y gestos»³⁷, dimensiones a su vez íntimamente relacionadas e inseparables. Esta recoge la naturaleza afectiva de la tradición monástica que «constituye la base de la espiritualidad de la *imitatio Christi*»³⁸ puesto que se precisa una identificación del creyente con Cristo para poder conocerlo y así, vivir como Él. No hay identificación a partir de la especulación racional, sino a través de la sintonía afectiva.

También la *Devotio Moderna*, con su acento en la reproducción existencial de la pasión de Cristo (humildad radical, mortificación, «morir al mundo», etc), puede diluirse en sentimentalismo o bien abrirse al significado profundo y existencial del misterio pascual en la vida del creyente (transformación, discernimiento, por ejemplo) y en la realidad, aspectos estos que resaltarán autores posteriores.

3.3. *Espiritualidad en el Renacimiento español: la pedagogía espiritual de los afectos*

Llegados al siglo XVI y en medio de la ebullición que surge en torno a la Reforma y el Concilio de Trento, urge delimitar el campo

³⁶ Tomás de Kempis fue miembro de la comunidad de Hermanos de la Vida Común, fundada por Gerardo de Groote, iniciador de la *Devotio Moderna*. Este detalle solo pretende resaltar la representatividad de su obra dentro de esta corriente de espiritualidad.

³⁷ JILL RAITT (dir.), *Espiritualidad Cristiana. Alta Edad Media y Reforma* (Buenos Aires: Lumen, 2002), 189.

³⁸ *Ibid.*

de atención. Para ello, primero nos centraremos en la espiritualidad española del XVI. La vitalidad de la misma no es el motivo decisivo, sino la atención constante y general que en ella se dedica al mundo de los afectos. Nos hallamos ante una verdadera «espiritualidad afectiva». Se puede identificar rápidamente a través de los numerosos «libros espirituales» y métodos de oración que, siguiendo la tradición medieval, abundan en esta época.

A nivel conceptual, no podemos encontrar una sistematización en ninguno de ellos referida a definiciones, tipologías, etc. Sin embargo, encontramos características comunes de gran relevancia y una visión general del mundo afectivo realmente compleja. Con sus particularidades, todos desarrollan un marco heredado de la relación entre afectos y espiritualidad: la relación entre amor, voluntad y conocimiento de Dios como ámbito en el que los afectos han de ser comprendidos, junto a su vinculación con la humanidad de Cristo. Dentro de este marco, se desarrollan prácticas sobre el examen personal y la meditación u otras formas de oración silenciosa («de recogimiento»), a través de las cuales se va desarrollando la vida espiritual y en las que se tienen especialmente en cuenta todos los movimientos internos, mociones y afectos.

Estos se presentan siempre y solo como medios de crecimiento en la vida espiritual. La predilección por metodologías detalladas permite poner de relieve una cualidad paradójica: los afectos, que sugieren la pasividad, caen simultáneamente bajo la consciencia y acción responsable del sujeto, que debe «aprender a reconocer el efecto de las pasiones y afectos» y «dirigirlos hacia un propósito espiritual»³⁹. Esta dimensión volitiva y libre, dentro de los límites de todo lo humano, habla de un sujeto que ha de hacerse cargo en libertad de su dinámica afectiva como requisito para crecer espiritualmente⁴⁰.

³⁹ ELENA CARRERA, «The Emotions in Sixteenth-Century Spanish Spirituality», en *Journal of Religious History* vol. 31 nº3 (2007), 252.

⁴⁰ Esta es una de las conclusiones fundamentales del trabajo de Carrera, quien responde así a las críticas de autores como Robert Solomon o Ronald de Sousa mostrando una espiritualidad sólida que impulsa la libertad humana y

Los tratados de oración son los textos en los que mejor puede descubrirse la comprensión de los sentimientos y emociones. De todos ellos, la mística carmelitana tendrá su lugar en otros artículos específicos, por lo que ahora nos acercaremos a Ignacio de Loyola y sus *Ejercicios Espirituales* que hoy siguen manteniendo toda su vigencia.

La pedagogía de los *Ejercicios* se construye sobre uno de los elementos más característicos de la antropología y espiritualidad ignaciana: los afectos y, en palabras típicamente ignacianas, el «sentir». Aquí confluyen las dimensiones espiritual, psicológica y corporal (a través de los sentidos principalmente), de modo que sentir es la «resonancia integral de la persona que hay que aprender a discernir, ahondar e integrar en el dinamismo de la experiencia espiritual»⁴¹. Se trata de la experiencia que implica a la persona entera en un movimiento transformador y unificante donde sentidos, afectos y cognición forman parte necesaria de la vivencia espiritual.

Sentir, por tanto, es percibir, una percepción compleja que, siendo siempre concreta y corporal, se adentra en las profundidades del espíritu humano. Por este motivo, sentir puede ser la experiencia de un ejercitante novel, pero también la percepción de un místico y cada cual, desde su realidad, puede «sentir y gustar de las cosas internamente»⁴². Al final, se trata de que las diferentes dimensiones converjan para posibilitar que la persona entera sienta «con y como» Cristo para poder vivir en su seguimiento y, como Él, en total disponibilidad a la voluntad divina.

Esto requiere un largo adiestramiento para reconocer, educar y discernir los afectos, el sentir, de modo que puedan reconducirse

que, lejos de la autoafirmación, estos mismos afectos hablan de cómo el mayor valor de la persona se alcanza en el amor y entrega a Dios.

⁴¹ XAVIER MELLONI, «Sentir», en José García de Castro (dir.), *Diccionario de Espiritualidad Ignaciana* vol. 2 (Bilbao-Maliaño: Ediciones Mensajero-Sal Terrae, 2007), 1631.

⁴² IGNACIO DE LOYOLA, *Ejercicios Espirituales*, anotación 2ª. Todas las referencias a los Ejercicios se señalarán con la notación convencional ignaciana para evitar las divergencias entre ediciones.

hacia el objetivo espiritual que se busca⁴³. El proceso de los *Ejercicios*, con sus contenidos de oración y diferentes pautas, conlleva una reconfiguración interna, especialmente a nivel de los afectos. Cambiando estos, cambian también la sensibilidad y la orientación del deseo, desencadenando fuerzas conativas en la nueva dirección⁴⁴. Lo afectivo está, por tanto, íntimamente unido a lo volitivo y, sin ignorar los componentes pasivos o no conscientes, resaltará la capacidad del sujeto de hacerse cargo de los mismos para responder en creciente libertad a la llamada divina.

El delicado proceso del discernimiento y reorientación afectiva posee una aguda penetración psicológica y espiritual⁴⁵. Sin embargo, no puede comprenderse cómo tiene lugar a lo largo de los *Ejercicios* si omitimos el factor decisivo: la gracia de Dios. Todos y cada uno de los momentos de oración se desarrollan después de la llamada oración preparatoria y los preámbulos. La primera nos indica que es la acción de Dios la que permite que el ejercitante intente siquiera emprender la tarea de centrar su existencia en Dios⁴⁶.

Después encontramos los preámbulos. El primero de ellos nos sitúa en un interesante uso de la imaginación que, junto a la memoria en algunos momentos, permite movilizar más intensamente el mundo

⁴³ «Todo modo de disponer y preparar el ánimo para quitar de sí todas las afecciones desordenadas y, después de quitadas para buscar y hallar la voluntad divina en la disposición de su vida para la salud de su ánimo, se llaman ejercicios espirituales». *Ibid.*, 1ª anotación.

⁴⁴ «Ejercicios espirituales para vencer a sí mismo y ordenar su vida, sin determinarse por afección alguna que desordenada sea». [EE 21]

⁴⁵ Entre la abundante bibliografía, pueden ser muy útiles respecto al tema que estamos tratando las siguientes obras: CARLOS DOMÍNGUEZ MORANO, *Psicodinámica de los Ejercicios Ignacianos* (Bilbao-Maliaño: Ediciones Mensajero-Sal Terrae 203); LUIS M^a GARCÍA DOMÍNGUEZ, *Afecciones desordenadas. Influjo del subconsciente en la vida espiritual*, 2ª ed. (Bilbao-Maliaño: Ediciones Mensajero-Sal Terrae, 2015).

⁴⁶ «La oración preparatoria es pedir gracia a Dios nuestro Señor para que todas mis intenciones, acciones y operaciones sean puramente ordenadas en servicio y alabanza de su divina Majestad». [EE 46]. Esta oración preparatoria permanece invariable a lo largo de todos los *Ejercicios*.

afectivo en el desarrollo de la oración. El segundo, por su parte, «es demandar a Dios nuestro Señor lo que quiero y deseo. La demanda ha de ser según sujeta materia» [EE 48]. El querer y desear cambian según el tema de la oración para poder sintonizar internamente con Cristo. Sin embargo, esto no es nunca resultado del voluntarismo o empeño del ejercitante, sino fruto progresivo de la gracia a cuyo contacto se movilizan el interior de la persona —«mociones»— en un complejo juego de afectos originados en la gracia, en la propia persona, en su desorden, en su pecado o en el «mal espíritu». Diferentes orígenes de diferentes afectos que, sin embargo, han de unificarse siguiendo solamente el movimiento del Espíritu Santo.

El último aspecto de esta reordenación del sentir es consecuencia justamente de su raíz en la acción divina. No hay rastro de una afirmación autárquica de la subjetividad o su exaltación, sino de alcanzar la plenitud del sujeto en el descentramiento y docilidad al Espíritu divino. Por ello, la reordenación interna a través de los afectos, con su impacto psicológico, no es sino la respuesta al obrar divino que, al tiempo que cristifica al sujeto, también lo inserta en una nueva subjetividad comunitaria, eclesial: «El mismo Espíritu que inspira el sentir personal es el que anima el sentir comunitario, de modo que la co-inspiración y el con-sentir se convierte en el criterio último de verificación de ese «sentir»»⁴⁷.

Se llega así a explicitar el cambio de significado que la dimensión social de las emociones posee para la espiritualidad cristiana (cf. apartado 2.3). Se trata de la comunión profunda, «un mismo sentir», que brota existencialmente a medida en que la persona vive su propia transformación interna. La referencia al sentir de Cristo queda objetivada en el discernimiento de la comunidad creyente, en la que habita el Señor y a quien vivifica su Espíritu.

4. UNA CLAVE TEOLÓGICA: LOS MISMOS SENTIMIENTOS DE CRISTO

Cada tradición religiosa comprende emociones y sentimientos dentro del marco salvífico propio —sin el que no serían religiones— en

⁴⁷ MELLONI, 1636.

una correspondencia implícita entre visión de lo divino y visión antropológica. La espiritualidad cristiana puede desarrollar esta relación a partir de las categorías de encuentro y experiencia. ¿Quién es este Dios que se hace presente en la realidad humana para el cristianismo? Sin duda, su rostro podemos descubrirlo en Jesucristo, Dios y Hombre.

Por este principio de la encarnación, es posible percibir el papel de la afectividad para la espiritualidad sin entrar en mayores precisiones. En Cristo, Dios mismo hace suya nuestra humanidad y, con ella, su capacidad para emocionarse y sentir. Siendo el cristianismo primeramente una relación personal con Él, más necesario aún el introducir esta dimensión en la vida creyente. La espiritualidad así lo ha mostrado a lo largo de su historia.

Sin embargo, estos afectos han de pasar del «hombre viejo» al «hombre nuevo» en Cristo, de modo que se incorporen y, al mismo tiempo, faciliten vivir la vida de la gracia. No es suficiente para la espiritualidad cristiana el cultivar sentimientos de asentimiento creyente (gratitud, adoración, alabanza, etc.). Busca desarrollar la vida del Espíritu en todos los aspectos de la persona y de su existencia. Es la encarnación de la gracia que conlleva la transformación interna del creyente⁴⁸ (2 Pe 1 3-11; Ef 3, 14-21).

Esta «transformación acontece a través de la unión con el Cristo vivo y resucitado; somos transformados a través de la fe y del apren-

⁴⁸ Entramos en el tema de la divinización o cristificación. Aquí prescindimos de las distinciones filosóficas o según diferentes corrientes de espiritualidad, no necesarias para el tema. Sin embargo, se hará una opción clara por el término cristificación porque, entre otros muchos argumentos, nos permite concretar en un Tú divino-humano la relación interpersonal del creyente y también la referencia encarnada de dicha transformación, algo especialmente importante para que los afectos no queden a merced de interpretaciones subjetivistas. Entre los argumentos teológicos para esta elección, bastará señalar la relación con la encarnación tal y como lo presenta Tomás de Aquino: «... finalmente, la encarnación era necesaria para la plena participación de la divinidad que constituye nuestra bienaventuranza y el fin de la vida humana. Y esto nos fue otorgado por la humanidad de Cristo; pues, como dice Agustín en un sermón *De Nativitate Domini*: Dios se hizo hombre para que el hombre se hiciese Dios». ST III, q. 1, a. 2, c.

der a vivir la propia vida mediante el poder del Espíritu»⁴⁹. Toda la vida cristiana puede entenderse como desarrollo de este dinamismo⁵⁰ y, sin duda, la espiritualidad halla aquí un amplio campo. Por eso, los sentimientos realizan su papel en un juego de pasividad-actividad, acogida-respuesta, fundamental para este «hacer carne» la gracia de Cristo. Solo en la medida en que nuestros sentimientos son los de Él, podemos vivir como Él, realizar en libertad lo que somos por gracia desde el bautismo.

¿En qué medida esto es importante para los sentimientos? El modelo de unión con Cristo y el cultivo de una profunda intimidad y relación con Él, decisivos para la cristificación, son igualmente fines propios de la espiritualidad. A medida que se van interiorizando, el creyente «tiene una conciencia inmediata del amor de Dios que es como la conciencia inmediata que tiene de sus propios sentimientos, actitudes y tendencias»⁵¹. Y en este recorrido, hay una referencia objetiva para la cual la espiritualidad cristiana ha desarrollado diferentes medios de acceso: la Sagrada Escritura. En la medida en que ella nos hace presente a Cristo mismo, la Palabra encarnada, también nos abre la puerta para comprender espiritual y afectivamente su sentir, su querer, su preferir.

Precisamente, el llegar a «tener los mismos sentimientos de Cristo» introduce nuevamente uno de los elementos distintivos del sentir en la espiritualidad cristiana. Los sentimientos de Cristo nos dirigen una y otra vez hacia el corazón del Padre, al mismo tiempo que lo llevan hacia la comunidad —los cuales son uno en Cristo, con un solo corazón y un mismo sentir en Él—, hacia el mundo y la misión,

⁴⁹ CHRISTOPHER A. HALL, *Living Wisely with the Church's Fathers* (Downers Grove, IL: InterVarsity Press, 2017), 230.

⁵⁰ Este punto resulta importante porque ayuda a no dissociar la espiritualidad de otros aspectos centrales como la moral o los sacramentos. Por el contrario, pueden converger y reforzarse mutuamente. Al mismo tiempo, puede potenciar la dimensión pneumatológica de la misma.

⁵¹ MICHAEL W. AUSTIN, «The Doctrine of Theosis: A Transformational Union with Christ», en *Journal of Spiritual Formation & Soul Care* vol. 8, n° 2 (2015), 178.

hacia los pequeños y pobres⁵². Aquí se hace tangible la cristificación del creyente que, en el cristianismo, será siempre inseparable del Cuerpo de Cristo, de comunidad e Iglesia. Igualmente, aquí se hacen visibles los sentimientos de Jesús en cuanto generan una nueva visión de la realidad, nuevas valoraciones, nuevas praxis.

5. A MODO DE CONCLUSIÓN

Tras nuestro recorrido, volvemos a situarnos en la actualidad. La cuestión de emociones y sentimientos tiene un especial interés para nuestra cultura y, sin duda este interés alcanza a la espiritualidad. Para un encuentro fecundo, halla una dificultad inicial: el marco antropológico. Históricamente muestra su proximidad y originalidad respecto a la cultura del momento, pero también la disociación que se produce cuando, a partir de la Modernidad, la antropología y sus conceptos asociados —como emociones o experiencia— inicia un decurso independiente y hasta opuesto. La recuperación desde la espiritualidad del mundo afectivo puede colaborar a una narrativa antropológica renovada en el encuentro con otras disciplinas.

Su historia, además, nos muestra que los sentimientos son en la espiritualidad una realidad compleja, dinámica y fundamental para la persona en cuanto ser de vocación trascendente, espiritual y, más concretamente, de vocación cristiforme. Por eso, no le interesa el análisis sistematizado de los mismos, sino su potencial transformador a partir de la relación con Dios. Es esta relación la que moviliza a la persona y su afectividad en un diálogo en el que la libertad y responsabilidad humana tiene un carácter claramente responsorial.

⁵² Esta relación entre cristificación, pobres y sentimientos entra dentro del seguimiento común del cristiano (cf. LIAM MILLER, «Christification of the Least: Potential for Christology and discipleship», en *Studies in World Christianity*, vol. 24, n.º. 3 (2018) 272. La espiritualidad cristiana lo muestra, además, como tema recurrente a lo largo de su historia, donde diferentes tradiciones espirituales han realizado esta convergencia cristológica. Sus consecuencias pasan por unir las dimensiones contemplativa y de servicio, donde los sentimientos propios de la relación con Cristo se extienden y abrazan horizontalmente a los hermanos y hermanas más pequeños.

Dicho de modo drástico: sin gracia, no hay dinamismo afectivo en la espiritualidad. No se desmiente la constatación habitual de la relativa independencia y resistencia de las emociones a modificaciones externas. Sin embargo, muestra reiteradamente su enfoque procesual en el que la meta no es un bienestar subjetivo o una modificación arbitraria, sino objetivo: la conversión y el crecimiento «a la medida de Cristo». Por el contrario, es posible este dinamismo en cuanto busca realizar, en el espesor de la propia existencia, la vocación acogida en la fe.

De la pluralidad de enfoques que, evidentemente, presenta la espiritualidad, resulta significativo constatar la importancia dada a los elementos volitivos, es decir, la relación entre afectos y voluntad, elemento importante puesto que se trata al fin de responder afirmativamente a la invitación de Jesucristo: ven y sígueme. En cuanto a los aspectos cognitivos, destaca una inversión en el enfoque. Mientras que otras disciplinas van a resaltar cómo lo cognitivo condiciona la respuesta emocional, la espiritualidad cristiana nos habla de cómo los sentimientos moldeados a la luz del Evangelio posibilitan una inteligibilidad nueva, un acceso diferente a la realidad donde emerge un modo distinto de conocer más integral, generan sabiduría. Un corazón transformado, por tanto, comprende de nuevo modo la realidad humana y divina. Ni es mera racionalidad ni sola emocionalidad, sino la persona que conoce y siente espiritualmente.

Como indican otras disciplinas, el mundo afectivo visto desde la espiritualidad también se asocia a prácticas e ideas propias del mundo religioso. Sin embargo, muestra reiteradamente que los afectos no quedan en modo alguno restringidos al ámbito de lo sacro, por así decirlo, sino que el sentir tiene significación religiosa en todas las esferas de la vida. A la inversa, su transformación posibilita un nuevo universo de resonancias afectivas y cognitivas en contacto con la realidad. Más aún, posibilita nuevos modos de acción y praxis, así como una nueva relacionalidad interpersonal, horizontal.

Sin duda, adentrarse en la esfera de emociones y sentimientos conlleva aceptar su complejidad y una fuerte carga de ambigüedad. Sin embargo, la sabiduría multiseccular que al respecto ha desarrolla-

do la espiritualidad cristiana nos invita a acogerlo como parte esencial de nuestra humanidad llamada a ser-en-Cristo. Nos amó hasta el extremo... La afirmación del evangelista (Jn 13,1) se va convirtiendo en la verdad profunda en que se arraiga toda nuestra existencia. La espiritualidad, por su parte, acompaña ese camino. Tal exceso de amor divino necesariamente ha de afectar lo más hondo de nuestro sentir y solo un sentir arraigado en lo más hondo de nuestro ser puede responder a este don con el don de sí mismo.