

## Sentimiento de culpa... ¿me toca a mí tenerlo?



¿Qué es el sentimiento de culpa? Si lo pensamos, es sencillo. Desde pequeños tenemos sentimientos de culpa. Cuando un niño se porta mal, lo sabe, y se esconde en un rincón para que los mayores no le regañen. El sentido de la culpa es esa llamada que hace la conciencia cuando no hemos obrado bien, produciendo los llamados remordimientos.

Una conciencia recta es una virtud muy importante. Gracias a ella, nos damos cuenta de que estamos llamados a ser buenos, como Dios, que nos hizo a su imagen y semejanza. Lo que sucede es que el sentimiento de culpa, como afirma el estudio, se puede ir perdiendo si no nos preocupamos por llevar una vida meditada, analizando nuestra manera de obrar y de actuar. Cuando nos acostumbramos a no ser buenos, la conciencia se va haciendo cada vez más ancha, y lo que en un primer momento nos parecía mal, con el tiempo empieza a no parecernos tan malo. Es entonces cuando comenzamos a perder el sentimiento de culpa y el compromiso moral.

Aristóteles afirmaba que el fin del hombre es la felicidad. Pero es posible que nos equivoquemos en cuanto al contenido de esa felicidad. Por eso, añadía que la felicidad está en una vida virtuosa, porque la virtud tiene la capacidad de proporcionar la armonía perfecta al individuo. Cuando Aristóteles habla

así de la felicidad, no hace otra cosa que referirse a la conciencia. Porque el hombre, efectivamente, está llamado a ser virtuoso, a obrar bien, y cuando hacemos algo mal tenemos un mecanismo que nos recuerda que estamos obligados a otra cosa. Es entonces cuando perdemos la armonía y, en definitiva, perdemos la felicidad.

Es tarea de cada uno labrar bien su propia conciencia: ir haciéndola poco a poco recta, y cierta, para corregir los errores, y saber cómo hay que actuar en cada ocasión, sin hacerlo a salto de mata.

Como somos humanos, nos equivocamos; pero eso es bueno



para no volver a caer, si sacamos bien las conclusiones de nuestros actos. Cuando percibimos la culpa, tenemos dos posibilidades de obrar. La primera es fijarnos sólo en lo que hemos hecho mal; la segunda es precisar aquello que deberíamos haber hecho. Si ponemos mayor énfasis en esta última opción, seguro que obtendremos una mayor utilidad.

Si sólo nos fijamos en lo que hemos hecho mal, será más fácil que nos equivoquemos otra vez, porque terminaremos viéndonos sólo a nosotros mismos, amortiguando nuestra conciencia. Pero si nos centramos en aquello que habríamos logrado obrando bien, nos costará menos corregirnos.

En la Biblia tenemos dos ejemplos claros de sentimiento de culpa por la forma de obrar. Un ejemplo es Caín: Después de matar a su hermano, sintió remordimientos, cuando Dios le preguntó: "Caín, dónde está tu hermano". Pero su respuesta no fue la correcta: "¿Soy acaso yo guardián de mi hermano?". Otro ejemplo, de buen hacer, de acuerdo a la conciencia, es la parábola del hijo pródigo, cuando, después de haber actuado mal, habiéndose gastado toda la herencia de su padre, se paró a pensar, y decidió volver a casa, pedir perdón a su padre y decirle: "He obrado contra el cielo y contra ti, no merezco ser llamado hijo tuyo". Esta parábola nos enseña el buen hacer: después de obrar mal, el hijo pródigo pensó lo que había hecho, y decidió empezar de nuevo.

Lo importante es estar atento y fijarse en todo lo que hacemos. Y si, a veces, no sabemos cómo obrar, acudir a personas que puedan ayudarnos. Lo que debemos evitar es caer en la tentación de apartar nuestra conciencia, y obrar como si no la tuviéramos. Porque hemos sido creados para el bien, y no para el mal. Por eso es tarea de todos el analizar nuestros actos. Nada de lo que hacemos cae sobre saco roto: todo es bueno, o es malo, pero nada es indiferente.

## HABLANDO DE CONCIENCIA

---

- Por su aspecto objetivo, puede ser conciencia recta o verdadera, o conciencia errónea. La recta es aquella cuyo juicio es conforme con la ley, y es la que nos lleva a actuar de forma moral recta. La errónea, en cambio, nos indica mal lo que debemos hacer. Por eso, esta conciencia se puede corregir.
- Por su aspecto subjetivo, la conciencia puede ser cierta: la que nos lleva a juzgar un acto sin temor a equivocarnos; probable, cuando se juzga la acción fundamentándola en motivos sólidos, pero no ciertos (por ejemplo, yo no puedo opinar que conducir borracho no es peligroso, y estar convencido de ello y aunque actúe de acuerdo a mi conciencia, estoy obrando mal, porque mi conciencia está equivocada); y dudosa, que nos lleva a no saber cómo actuar en ciertas circunstancias, porque no sabemos bien lo que hacer.
- También hay otras conciencias, que pueden llegar a ser enfermas, como es la conciencia escrupulosa, que ve pecado donde no lo hay; y la conciencia relajada, que es la prácticamente inexistente, que permite actuar a cada uno como quiera.

Coro Marin en Supergesto 73

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/sentimiento-de-culpa-me-toca-a-mi-tenerlo](http://www.ciudadredonda.org/articulo/sentimiento-de-culpa-me-toca-a-mi-tenerlo)