

## Cuidar nuestra alma

*¿De qué te sirve ganar el mundo entero si sufres la pérdida de tu propia alma?*



Jesús nos enseñó esto, pero sospecho que generalmente no captamos todo el alcance de su significado. Tendemos a tomar las palabras de Jesús en este sentido: ¿De qué le sirve a uno ganar riquezas, fama, placer y gloria, y después muere y va al infierno? ¿De qué sirve la gloria terrena o el placer si perdemos la oportunidad de la vida eterna?

Bueno, la enseñanza de Jesús significa eso, sin duda, pero hay otras lecciones en esta enseñanza que tienen importantes cosas que añadirnos sobre la salud y la felicidad ya aquí en esta vida. ¿Cómo perdemos nuestras almas? ¿Qué significa “perder tu alma” ya en este mundo? ¿Qué es un alma y cómo se puede perder?

Como el alma es inmaterial y espiritual, no puede ser representada. Tenemos que usar términos abstractos para tratar de entenderla. Los filósofos, siendo fieles a Aristóteles, han intentado definir el alma como un doble principio dentro de cada ser viviente: Para ellos, el alma es a la vez *el principio de vida y energía* dentro de nosotros y también *el principio de integración*. En esencia, el alma es dos cosas: es el fuego interior que nos da vida y energía, y es el aglutinador que nos mantiene juntos. Aun cuando parece abstracto, tenemos de primera mano experiencia de lo que esto significa.

Si habéis estado alguna vez junto a la cama de una persona moribunda, sabéis exactamente cuándo el

alma se separa del cuerpo. Conocéis el preciso momento, no porque veáis algo que emerja del cuerpo, sino más bien porque en un minuto veis a una persona -cualquiera que sea su lucha y agonía- con energía, fuego y tensión en su cuerpo; y, un minuto después, ese cuerpo está completamente inerte, privado de toda energía y vida. Ya nada más lo anima. Pasa a ser cadáver. También, a pesar de lo envejecido y lo enfermo que ese cuerpo podría estar, hasta un segundo antes de la muerte es todavía un organismo integrado. Pero tan sólo a un segundo de la muerte, ese cuerpo deja de ser un organismo y pasa a ser una serie de sustancias químicas que ahora empiezan a separarse y siguen sus propios derroteros. Una vez que el alma se ha ido, se ha ido también toda vida e integración. El cuerpo ya no contiene energía y ya no está aglutinado.

Y como el alma es un principio doble que nos hace dos cosas, hay dos modos correspondientes de perder nuestras almas. Podemos tener que nuestra vitalidad y energía vayan muertas o podemos pasar a ser desaglutinados y desaparecer -petrificación o disipación- en cualquier caso que perdamos nuestras almas.

Si esto es cierto, entonces esto matiza mucho la cuestión de cómo deberíamos cuidar nuestras almas. ¿Cuál es la comida saludable para nuestras almas? Por ejemplo, si estoy viendo la televisión en una determinada noche, ¿qué es bueno para mi alma? ¿Un canal religioso? ¿Un canal de deportes? ¿Una descabellada comedia de enredo? ¿El canal de la naturaleza? ¿Algún iconoclasta programa de entrevistas? ¿Qué es saludable para mi alma?

Esta es una cuestión legítima, pero también engañosa. Perdemos nuestra alma de maneras opuestas y así el cuidado del alma es una refinada alquimia que tiene que saber cuándo calentar las cosas y cuándo enfriarlas: Lo que es saludable para mi alma en una determinada noche depende mucho de aquello con lo que más estoy luchando esa noche: ¿Estoy perdiendo mi alma porque estoy perdiendo vitalidad, energía, esperanza y bondad en mi vida? ¿Voy creciendo amargado, rígido, estéril, viniendo a ser una persona a la que es penoso tener alrededor? O, a la inversa, ¿estoy lleno de vida y energía pero tan lleno que estoy yendo al desastre, disipándome, perdiendo el sentido de mí mismo? ¿Me estoy petrificando o disipando? Ambas cosas son perder el alma. En la primera situación, el alma necesita más fuego, algo para reavivar su energía. En la segunda, el alma ya tiene demasiado fuego; necesita cierto enfriamiento y algo de aglutinamiento.

Esta tensión entre el principio de energía y el principio de integración en el alma humana es también una de las grandes tensiones arquetípicas entre liberales y conservadores. En términos de una sobre-simplificación, aunque útil, está bien decir que los liberales tienden a proteger y promover el principio de energía, el fuego, mientras los conservadores tienden a proteger y promover el principio de integración, el aglutinamiento. Ambos están en lo cierto, ambos son necesarios y ambos necesitan respetar la tendencia natural del otro porque el alma es un doble principio y estos dos principios necesitan protección.

Después de nuestra muerte, podemos ir al cielo o al infierno. Eso es una manera de hablar sobre la pérdida o salvación de nuestra alma. Pero la teología cristiana también enseña que cielo e infierno empiezan ya ahora. Ya aquí en esta vida, podemos debilitar o destruir la vida dada por Dios dentro de nosotros, tanto por petrificación como por disipación. Podemos perder nuestras almas por no tener suficiente fuego, o podemos perderlas por no tener suficiente aglutinador.

Ron Rolheiser (Trad. Benjamín Elcano)

---

Publicado en Ciudad Redonda

[www.ciudadredonda.org/articulo/cuidar-nuestra-alma](http://www.ciudadredonda.org/articulo/cuidar-nuestra-alma)