

El control de los sentimientos ayuda en las relaciones interpersonales

Los sentimientos, afectos o emociones, como se los llama habitualmente, son actos del apeto sensible presente en los animales y en las personas humanas.

El apeto sensible, es una facultad sensible que reacciona ante el conocimiento sensible.

En los animales, esta reacción es instantánea e instintiva y está presente para la preservación de la vida y la especie del animal. El instinto animal, su principal facultad cognoscitiva, desencadena los sentimientos y emociones animales que, a su vez, llevan al animal a la acción adecuada para su preservación.

En las personas humanas, las emociones también reaccionan inmediatamente ante el conocimiento sensible, sin embargo, después de la primera reacción la persona puede conocerlos intelectualmente y decidir acerca de ellos.

Este es el dominio que la persona humana inteligente y libre tiene sobre sus emociones.

Debemos recordar siempre esta realidad para que no sean los sentimientos los que dominen y guíen nuestras acciones.

El dominio que la voluntad humana tiene sobre sus sentimientos se llama dominio "pálfico". Es un tipo de dominio en el que es necesario "convencerse de algún modo" acerca de la bondad del sentimiento con relación a las decisiones a tomar.