

## El amor y el odio

Tiempo de lectura: 2 min.

[Edgar Benarroch](#)

Quien no alberga un mínimo de amor en su corazón está muy cerca de perder su condición humana integral para transformarse solo en materia y quien solo tiene odio corre la misma suerte.

El amor y el odio son sentimientos profundamente encontrados y propios de los seres humanos, pero también se encuentran en los animales, por supuesto en medio de su condición y circunstancias.

El amor es, como hemos dicho, un sentimiento complejo, profundo y universal de hondo afecto y conexión hacia otra persona o ser vivo y también hacia ideales, que se manifiesta a través del respeto, consideración, empatía y el deseo de bienestar del otro, siendo fundamental para una sana convivencia social.

El amor incluye intimidad, pasión y compromiso, es relativo a la afinidad y a la armonía entre seres. El valor del amor reside en su extraordinaria fuerza positiva que impulsa al respeto, la empatía, generosidad y sobre todo a la solidaridad plena y se expresa a través de acciones y gestos desinteresados, solo el interés de servir.

El odio es un sentimiento de respuesta emocional de repulsa hacia alguien o algo que origina el rechazo y hasta cierto punto la eliminación de lo que genera disgusto. Es antipatía, disgusto, aversión y enemistad. Actualmente se entiende el odio como producto de frustraciones y desengaños. Aunque el odio y la ira son diferentes, el arrebató del primero puede provocar ira y violencia.

La Sagrada Escritura nos indica que “El odio provoca contiendas, pero el amor cubre todas las ofensas”. El odio produce desgaste emocional y trastornos de conducta y hasta orgánicos y nos aparta de la convivencia civilizada. El odio existe porque en nuestra fragilidad nos desequilibramos con facilidad actuando a veces con violencia.

El odio es uno de los sentimientos más oscuros de hombre que yacen en las tinieblas, mientras que el amor es luz y claridad. Además, tener amor es más fácil y placentero que tener odio y nosotros debemos tener propensión a lo gratificante.

No conozco nada ni nadie que haya nacido y se mantenga en el odio, que sea fructífero, próspero y que genere felicidad y bienestar, mientras que lo venido por y con amor siempre es placentero y cargado de regocijo. Solo lo construido con amor, que es una fuerza ampliamente poderosa, lo puede todo y si se mantiene crea un ambiente plétórico de felicidad.

Como los amigos de las tinieblas son más astutos que los de la luz, debemos armarnos de mucho amor para vencer la astucia obscura y sabemos que cuando nos lo proponemos siempre los amigos de la luz triunfan.

El amor, cuando es puro y total, puede producir auto-sacrificio para darnos a los demás . El amor de Dios es ágape, incondicional y eterno, tanto que entregó su vida por la nuestra, por nuestra salvación. Dentro de nuestra debilidad y fragilidad que nos son propias, tratemos en lo posible de imitar al Señor practicando siempre el amor, hasta en los peores momentos para hacerlos menos ingratos.

[ver PDF](#)

[Copied to clipboard](#)