

Educar l'afectivitat

Els afectes són imprescindibles per a una vida plena. Cal, però, educar-los perquè contribueixin realment a la felicitat de la persona. Nou lliurament sobre la família i l'educació.

24/07/2011

Des de molt antic hom va pensar que eren dolents aquells sentiments que disminuïssin o anul·lessin la llibertat. Aquesta va ser la gran preocupació de l'època grega, del pensament oriental i de moltes de les religions

antigues. En totes les grans tradicions sapiencials de la humanitat trobem una advertència sobre la importància d'educar la llibertat de l'home davant els desitjos i sentiments. Sembla com si totes elles haguessin experimentat, d'ençà de temps molt remots, que a l'interior del cor de l'home hi ha forces i sol·licitacions contraposades que sovint pugnen violentament entre si.

Totes aquestes tradicions parlen de l'agitació de les passions; desitgen la pau d'una conducta prudent, guiada per una raó que s'imposa sobre els desitjos: apunten vers una llibertat interior en l'home, una llibertat que no és un punt de partida sinó una conquesta que cada home ha de realitzar. Cada un ha d'adquirir domini de si mateix, imposant-se la regla de la raó, i aquest és el camí d'allò que es va començar a anomenar virtut: l'alegria i la felicitat

vindran com a fruit d'una vida
d'acord amb ella.

Conversió del cor

La moral cristiana ensenya que el desordre del nostre món afectiu té les seves arrels en el pecat original. El cor humà és capaç d'indubtable noblesa, dels graus més alts d'heroisme i de santedat, però també de les baixeses més grans i dels instints més deshumanitzats.

El Nou Testament recull en diverses ocasions paraules de Jesucrist en què insistia demanant amb força la conversió interior del cor i dels desitjos: *Ja sabeu que es va dir: No cometis adulteri. Doncs jo us dic: Tothom qui mira la dona de l'altre amb desig de posseir-la, ja ha comès adulteri amb ella en el seu cor* [1].

Nostre Senyor subratlla que no n'hi ha prou amb abstenir-se de fer el mal, o amb atènyer-se a unes normes

en el capteniment exterior, sinó que cal canviar el cor, *perquè de dintre el cor de l'home surten les intencions dolentes que el porten a relacions il·legítimes, robatoris, assassinats, adulteris, avarícies, maldats, trampes, llibertinatge, enveges, injúries, arrogància, insensatesa. Tot això dolent surt de dintre i fa impur l'home* [2].

Els seus ensenyaments són una constant crida a la conversió del cor, l'única que fa realment bo l'home: *l'home bo, del bon tresor del seu cor, en treu la bondat, i l'home dolent, del seu tresor dolent, en treu el mal. Perquè del que sobreïx del cor, en parla la boca* [3]. Remarquen la necessitat radical de purificar-se interiorment: *Vosaltres sou els qui davant la gent us feu passar per justos, però Déu coneix els vostres cors* [4].

Els actes immorals sorgeixen dels pensaments torts que cova el cor. Per això té tanta importància l'educació dels afectes. I per això, l'apòstol Pere diu a Ananies, quan és sorprès en la seva falsedat: *Per què has maquinat una cosa així?* [5]

La moral cristiana no observa amb recel els sentiments. Al contrari, en dóna una importància fonamental a la cura i l'educació, ja que tenen una transcendència molt gran en la vida moral. Orientar i educar l'afectivitat suposa un treball de purificació, perquè el pecat ha introduït el jull del desordre en el cor de tots els homes i cal guarir-lo. Per això, va escriure sant Josepmaria: *No et dic que em treguis els afectes, Senyor, perquè amb ells puc servir-te, sinó que els passis pel gresol* [6].

Es tracta de construir sobre el fonament ferm de les exigències de la dignitat de l'home, del respecte i la

sintonia amb tot allò que exigeix la seva naturalesa i li és propi. I el millor estil afectiu, el millor caràcter, serà aquell que ens situï en una òrbita més propera a aquesta singular dignitat que correspon a l'ésser humà. En la mesura que ho aconseguim, se'ns farà més accessible la felicitat i la santedat.

Sentiments i virtut

Cada sentiment afavoreix unes accions i n'entorpeix d'altres. Per tant, els sentiments afavoreixen o entorpeixen una vida psicològicament i espiritual sana, i també afavoreixen o entorpeixen la pràctica de les virtuts o valors que volem assolir. No es pot oblidar que l'enveja, l'egoisme, la supèrbia o la mandra, són certament mancances de virtut, però també són mancances de l'adequada educació dels sentiments que afavoreixen o entorpeixen aquesta virtut. Hom pot

dir per tant que la pràctica de les virtuts afavoreix l'educació del cor, i viceversa.

Moltes vegades s'oblida que els sentiments són una poderosa realitat humana, una realitat que –per bé o per mal— és habitualment allò que amb més força ens impulsa o retreu al nostre actuar. De vegades s'ha tendit a descuidar la seva educació, potser per la confusa impressió que és quelcom una mica fosc i misteriós, poc racional, gairebé aliè al nostre control, o potser per confondre sentiment amb sentimentalisme o sensibleria, o perquè l'educació de l'afectivitat és una tasca difícil, que requereix discerniment i constància, i potser per això s'eludeix gairebé sense adonar-nos.

Els sentiments aporten a la vida gran part de la riquesa, i resulten decisius per a una vida reeixida i feliç. **El que cal per aconseguir la felicitat, no és**

una vida còmoda sinó un cor enamorat [7]. I per això cal educar el cor, encara que no sempre sigui un tasca fàcil. Tots tenim la possibilitat de conduir força els nostres sentiments. No hem de caure en el fatalisme de pensar que amb prou feines poden educar-se, i considerar per això que les persones són indefectiblement d'una manera o d'una altra, i que són generoses o envejoses, tristes o alegres, afectuoses o fredes, optimistes o pessimistes, com si això fos que quelcom respon a una naturalesa inexorable gairebé impossible de modificar.

És cert que les disposicions sentimentals tenen un component innat; resulta difícil precisar-ne l'abast. Però hi ha també el poderós influx de la família, de l'escola, de la cultura en què es viu, de la fe. I, sobretot, l'esforç personal per millorar, amb la gràcia de Déu.

Exemple, exigència, bona comunicació

En l'aprenentatge emocional, l'exemple té un particular protagonisme. Només cal pensar en com es transmet de pares a fills la capacitat de reconèixer el dolor dels altres, de comprendre els altres, de brindar ajuda a qui ho necessita. Són estils emocionals que tots aprenem de manera natural i els registrem en la nostra memòria gairebé sense adonar-nos, observant els qui ens envolten.

Però no per això tot és qüestió de bon exemple. Hi ha fills egoistes i insensibles els pares dels quals són persones de gran cor. I això és així perquè el model és important, però, a més d'això (per exemple, de pares atents a les necessitats dels altres), cal sensibilitzar davant aquests valors (fer-los descobrir aquestes necessitats en els altres, assenyalar-

los l'atractiu d'un estil de vida basat en la generositat) i, a més, educar en un clima d'exigència personal, perquè, si no hi ha autoexigència, la mandra i l'egoisme ofeguen fàcilment qualsevol procés de maduració emocional. La disciplina i l'autoritat són decisives per educar, ja que sense una mica de disciplina difícilment es poden aprendre la majoria de les qüestions importants per a la vida.

Al costat d'això, és essencial que hi hagi un clima distès, de bona comunicació, que en la família sigui fàcil crear moments de major intimitat, en els quals puguin aflorar amb confiança els sentiments de cada un i així ser compartits i educats; que no hi hagi un excessiu pudor a l'hora de manifestar els propis sentiments, que hi hagi facilitat per expressar als altres amb lleialtat i afecte allò que d'ells ens ha disgustat, etc.

Quan manca aquesta sintonia davant algun tipus de sentiments (de misericòrdia davant el sofriment aliè, de desig de superar-se davant d'una contrarietat, d'alegria davant l'èxit d'altres, etc.), o en la mesura que aquests sentiments no es fomenten, o fins i tot es dificulten o es desprestigien, cadascun tendeix a restringir-los i, a poc a poc, els sentirà cada vegada menys: es van desdibuixant i desapareixen del repertori emocional.

La força de l'educació

Entre el sentiment i la conducta hi ha un pas important. Per exemple, es pot sentir por i actuar valentament. O sentir odi i perdonar. En aquest espai entre sentiments i acció hi ha la llibertat personal. Es produeix llavors una decisió personal, que rau en part en aquest moment concret i en part abans, en el procés previ d'educació i autoeducació. Al llarg de

la vida es va creant un estil de sentir, i també un estil d'actuar. Seguint amb l'exemple, una persona poruga o rancorosa s'ha acostumat a reaccionar cedint a la por o al rancor que espontàniament li produeixen determinats estímuls, i això ha creat en ell un hàbit més o menys permanent. Aquest hàbit el porta a tenir un estil de respondre afectivament a aquestes situacions, fins acabar constituint-se en un tret del seu caràcter.

En definitiva, no podem canviar la nostra herència genètica, ni la nostra educació fins al dia d'avui, però sí que podem pensar en el present i en el futur, amb una confiança profunda en la gran capacitat de transformació de l'home a través de la formació, de l'esforç personal i de la gràcia de Déu.

Sentiments i educació moral

L'educació ha de prestar una atenció molt particular a l'educació moral, i no pot quedar-se només en qüestions com el desenvolupament intel·lectual, la força de voluntat o l'estabilitat emocional. I una bona educació sentimental ha d'ajudar, entre altres coses, a aprendre, en la mesura possible, a gaudir fent el bé i sentir disgust fent el mal. Es tracta, per tant, d'aprendre a estimar allò que de veritat mereix ser estimat.

En el nostre interior hi ha sentiments que ens empenyen a obrar el bé, i, amb ells, pul·lulen també altres que amenacen la nostra vida moral. Per això hem de procurar modelar els nostres sentiments perquè ens ajudin al màxim a sentir-nos bé amb allò que ens ajuda a construir una vida personal harmònica, plena, assolida; i a sentir-nos malament en cas contrari. Perquè l'educació moral ens ajuda —entre altres coses— a sentir òptimament.

Per als primers cristians, el sentit positiu de l'afectivitat humana era una cosa connatural i molt propera. Prova d'això és el consell de sant Pau: *Tingueu en vosaltres els mateixos sentiments que tingué el Crist Jesús* [8]. El Catecisme de l'Església Catòlica parla també de la importància d'implicar la vida afectiva en la santedat: «La perfecció moral és que l'home no sigui mogut al bé únicament per la seva voluntat, sinó també pel seu apetit sensible segons aquesta paraula del salm: "Ple de goig i amb tot el cor, aclamo el Déu que m'és vida" (*Sal* 84, 3)» [9].

És veritat que de vegades fer el bé no serà atractiu. Per això, els sentiments no són sempre una guia moral segura. Però no cal menysprear-ne la força i la influència, sinó comprendre que convé educar-los perquè ajudin com més millor a la vida moral. Si una persona, per exemple, sent desgrat en mentir i

satisfacció quan és sincera, això sens dubte li serà de gran ajuda. I si se sent molesta quan és deslleial, o egoista, o mandrosa, o injusta, aquests sentiments li allunyan d'aquests errors, i de vegades amb bastant més força que altres arguments.

Amb una bona educació dels sentiments, costa menys esforç portar una vida de virtut i arribar a la santedat. De tota manera, per molt bona que sigui l'educació d'una persona, fer el bé suposarà sovint un venciment, i de vegades gran. Però sempre se surt guanyant amb el bé. En canvi, triar el mal suposa autoenganyar-se i, a la llarga, una vida molt més difícil i decebedora. Per això, no es tracta de guanyar-nos la felicitat del Cel sent desgraciats a la terra, sinó de cercar les dues felicitats a la vegada: **Cada cop n'estic més persuadit: la felicitat**

del Cel és per als qui saben ser felïços a la terra [10].

La llibertat interior

De vegades tendim a identificar obligació amb coacció, percebem la idea del deure com una pèrdua de llibertat; i això és un error en el desenvolupament emocional. Actuar d'acord amb el deure és una cosa que ens perfecciona. Si acceptem el nostre deure com una veu amiga, l'acabarem assumint de manera gustosa i cordial, i descobrirem a poc a poc que el gran èxit de l'educació afectiva és assolir unir tan com sigui possible el voler i el deure. Així, a més, s'aconsegueix un grau de llibertat molt més gran, perquè la felicitat no es troba en fer allò que un vol, sinó en voler allò que un ha de fer.

Així ens sentirem lligats al bon obrar moral, però no obligats, ni forçats, ni coaccionats, perquè el percebem

com un ideal que ens porta a la plenitud, i això constitueix una de les conquestes més grans de la llibertat veritable.

A. Aguiló

[1] *Mt* 5, 27-28.

[2] *Mc* 7, 21-23.

[3] *Lc* 6, 45.

[4] *Lc* 16, 15.

[5] *Ac* 5, 4.

[6] Sant Josepmaria, *Forja*, n. 750.

[7] Sant Josepmaria, *Solc*, n. 795.

[8] *Fl*, 2, 5.

[9] *Catecisme de l'Església Catòlica*, n. 1770.

[10] Sant Josepmaria, *Forja*, n. 1005.

.....

pdf | document generat
automàticament des de [https://
opusdei.org/ca-es/article/educar-
lafectivitat/](https://opusdei.org/ca-es/article/educar-lafectivitat/) (15/03/2026)