

# Educar el corazón

Los sentimientos se forman de un modo especial durante la niñez. A aprender a amar se aprende desde niños, y los principales maestros son los padres, como se señala en este texto editorial sobre la familia.

29/01/2012

La educación es un derecho y un deber de los padres que prolonga, de algún modo, la generación; se puede decir que el hijo, en cuanto persona, es el fin primario al que tiende el amor de los esposos en Dios. La

educación aparece así como la continuación del amor que ha traído a la vida al hijo, donde los padres buscan darle los recursos para que pueda ser feliz, capaz de asumir su lugar en el mundo con garbo humano y sobrenatural.

Los padres cristianos ven en cada hijo una muestra de la confianza de Dios, y educarlos bien es –como decía San Josemaría– ***el mejor negocio*** ; un negocio que comienza en la concepción y da sus primeros pasos en la educación de los sentimientos, de la afectividad. Si los padres se aman y ven en el hijo la culminación de su entrega, lo educarán en el amor y para amar; dicho de otro modo: corresponde a los padres primariamente educar la afectividad de los hijos, normalizar sus afectos, lograr que sean niños serenos.

Los sentimientos se forman de un modo especial durante la niñez.

Después, en la adolescencia, pueden producirse las crisis afectivas, y los padres han de colaborar para que los hijos las solucionen. Si de niños han sido criados apacibles, estables, superarán con más facilidad esos momentos difíciles. Además, el equilibrio emocional favorece el crecimiento de los hábitos de la inteligencia y la voluntad; sin armonía afectiva, es más difícil el desarrollo del espíritu.

Lógicamente, una condición imprescindible para edificar una buena base sentimental-afectiva es que los mismos padres traten de perfeccionar su propia estabilidad emocional. ¿Cómo? Mejorando la convivencia familiar, cuidando su unión, demostrando –con prudencia– su amor mutuo delante de los hijos. Sin embargo, a veces uno se inclina a pensar que los afectos o los sentimientos desbordan el ámbito educativo familiar; quizá porque

parece que son algo que *sucede* , que escapan a nuestro control y no podemos cambiar. Incluso se llega a verlos desde una perspectiva negativa; pues el pecado ha desordenado las pasiones, y éstas dificultan el obrar racionalmente.

## EN EL ORIGEN DE LA PERSONALIDAD

Esta actitud pasiva o hasta negativa, presente en muchas religiones y tradiciones morales, contrasta fuertemente con las palabras que Dios dirigió al profeta Ezequiel: **les daré un corazón de carne, para que sigan mis preceptos, guarden mis leyes y las cumplan [1]** . Tener un corazón de carne, un corazón capaz de amar, se presenta como una realidad creada para seguir la voluntad divina: las pasiones desordenadas no serían tanto un fruto del *exceso* de corazón como la consecuencia de poseer un *mal*

corazón, que debe ser sanado. Así lo confirmó Jesucristo: **el hombre bueno del buen tesoro de su corazón saca lo bueno, y el malo de su mal saca lo malo: porque de la abundancia del corazón habla su boca [2]** . Del corazón salen las cosas que hacen impuro al hombre [3] , pero también todas las buenas.

El hombre necesita de los afectos, pues son un poderoso motor para la acción. Cada uno tiende hacia lo que le gusta, y la educación consiste en ayudar a que coincida con el bien de la persona. Cabe comportarse de modo noble y con pasión: ¿qué hay más natural que el amor de una madre por su hijo?, ¡y cómo empuja ese cariño a tantos actos de sacrificio, llevados con alegría!.Y, ante una realidad que resulta, por cualquier motivo, desagradable, ¡cuánto más fácil es rehuirla!: en un determinado momento, percibir la “fealdad” de una acción mala puede ser un motivo

más fuerte para no cometerla que miles de razonamientos.

Evidentemente, esto no debe confundirse con una visión sentimentalista de la moralidad. No se trata de que la vida ética y el trato con Dios deban abandonarse a los sentimientos. Como siempre, el modelo es Cristo: en Él, perfecto Hombre, vemos cómo afectos y pasiones cooperan al recto obrar: Jesús se conmueve ante la realidad de la muerte, y obra milagros; en Getsemaní, encontramos la fuerza de una oración que da cauce a vivísimos sentimientos; incluso le invade la pasión de la ira –buena aquí–, cuando restituye al Templo su dignidad [\[4\]](#) . Cuando se desea de verdad algo, es normal que el hombre se apasione. Por el contrario, resulta poco agradable ver a alguien hacer las cosas por cumplir, con desgana, sin poner el corazón en ellas. Pero esto no significa dejarse

arrastrar por los afectos: si bien lo primero es poner la cabeza en lo que se hace, el sentimiento da cordialidad a la razón, hace que lo bueno sea agradable; la razón –por su parte– proporciona luz, armonía y unidad a los sentimientos.

## **FACILITAR LA PURIFICACIÓN DEL CORAZÓN**

En la constitución del hombre, las pasiones tienen como fin facilitar la acción voluntaria, más que difuminarla o dificultarla. «La perfección moral consiste en que el hombre no sea movido al bien sólo por su voluntad, sino también por su apetito sensible según estas palabras del salmo: “Mi corazón y mi carne gritan de alegría hacia el Dios vivo” (Sal 84,3)» [5] . Por eso, no es conveniente querer suprimir o “controlar” las pasiones, como si fueran algo malo o rechazable. Aunque el pecado original las haya

desordenado, no las ha desnaturalizado, ni las ha corrompido de un modo absoluto e irreparable. Cabe orientar de modo positivo la emotividad, dirigiéndola hacia los bienes verdaderos: el amor a Dios y a los demás. De ahí que los educadores, en primer lugar los padres, deban buscar que el educando, en la medida de lo posible, disfrute haciendo el bien.

Formar la afectividad requiere, en primer lugar, facilitar a los hijos que se conozcan, y que *sientan*, de un modo proporcionado a la realidad que ha despertado su sensibilidad. Se trata de ayudar a superar, a trascender, aquel afecto hasta ver en su justa medida la causa que lo ha provocado. Quizá el resultado de esa reflexión será el intento de influir positivamente para modificar tal causa; en otras ocasiones –la muerte de un ser querido, una enfermedad grave–, la realidad no se podrá



cambiar y será el momento de enseñar a aceptar los acontecimientos como venidos de la mano de Dios, que nos quiere como un Padre a su hijo. Otras veces, a raíz de un enfado, de una reacción de miedo, o de una antipatía, el padre o la madre pueden hablar con los hijos, ayudándoles a que entiendan –en la medida de lo posible– el porqué de esa sensación, de modo que puedan superarla; así se conocerán mejor a sí mismos y serán más capaces de poner en su lugar el mundo de los afectos.

Además, los educadores pueden preparar al niño o al joven para que reconozca –en ellos mismos y en los demás– un determinado sentimiento. Cabe crear situaciones, como son las historias de la literatura o del cine, a través de las cuales es posible aprender a dar respuestas afectivas proporcionadas, que colaboran a modelar el mundo emocional del

hombre. Un relato interpela a quien lo ve, lee o escucha, y mueve sus sentimientos en una determinada dirección, y le acostumbra a un determinado modo de mirar la realidad. Dependiendo de la edad – en este sentido, la influencia puede ser mayor cuanto más pequeño sea el niño–, una historia de aventuras, o de suspense, o bien un relato romántico, pueden contribuir a reforzar los sentimientos adecuados ante situaciones que objetivamente los merecen: indignación frente la injusticia, compasión por los desvalidos, admiración respecto al sacrificio, amor delante de la belleza. Contribuirá, además, a fomentar el deseo de poseer esos sentimientos, porque son hermosos, fuentes de perfección y nobleza.

Bien encauzado, el interés por las buenas historias también educa progresivamente el gusto estético y la capacidad de discriminar las que

poseen calidad. Esto fortalece el sentido crítico, y es una eficaz ayuda para prevenir la falta de tono humano, que a veces degenera en chabacanería y en descuido del pudor. Sobre todo en las sociedades del llamado primer mundo, se ha generalizado un concepto de “espontaneidad” y “naturalidad” que con frecuencia resulta ajeno al decoro. Quien se habitúa a ese tipo de ambientes –con independencia de la edad– acaba rebajando su propia sensibilidad y animalizando (o frivolizando) sus reacciones afectivas; los padres han de comunicar a sus hijos una actitud de rechazo a la vulgaridad, también cuando no se habla de cuestiones directamente sensuales.

Por lo demás, conviene recordar que la educación de la afectividad no se identifica con la educación de la sexualidad: ésta es sólo una parte del campo emotivo. Pero, ciertamente,

cuando se ha logrado crear un ambiente de confianza en la familia será más fácil que los padres hablen con los hijos sobre la grandeza y el sentido del amor humano, y les den poco a poco, desde pequeños, los recursos –por la educación de los sentimientos y las virtudes– para orientar adecuadamente esa faceta de la vida.

## **UN CORAZÓN A LA MEDIDA DE CRISTO**

En definitiva, la educación de las emociones trata de fomentar en los hijos un corazón grande, capaz de amar de verdad a Dios y a los hombres, capaz de ***sentir las preocupaciones de los que nos rodean, saber perdonar y comprender: sacrificarse, con Jesucristo, por las almas todas*** [6] .

Una atmósfera de serenidad y exigencia contribuye como por ósmosis a dar confianza y estabilidad

al complejo mundo de los sentimientos. Si los hijos se ven queridos incondicionalmente, si aprecian que obrar bien es motivo de alegría para sus padres, y que sus errores no llevan a que se les retire la confianza, si se les facilita la sinceridad y que manifiesten sus emociones... crecen con un clima interior habitual de orden y sosiego, donde predominan los sentimientos positivos (comprensión, alegría, confianza), mientras que lo que quita la paz (enfados, rabietas, envidias) se percibe como una invitación a acciones concretas como pedir perdón, perdonar, o tener algún gesto de cariño.

Hacen falta corazones enamorados de las cosas que valen realmente la pena; enamorados, sobre todo, de Dios [7] . Nada ayuda más a que los afectos maduren que dejar el corazón en el Señor y en el cumplimiento de su voluntad: para

eso, como enseñaba San Josemaría, hay que ***ponerle siete cerrojos, uno por cada pecado capital*** [8] :

porque en todo corazón hay afectos que son sólo para entregarlos a Dios, y la conciencia pierde la paz cuando los dirige a otras cosas. La verdadera pureza del alma pasa por cerrar las puertas a todo lo que implique dar a las criaturas o al propio yo lo que pertenece a Cristo; pasa por “asegurar” que la capacidad de amar y querer de la persona esté ajustada, no desarticulada. Por eso, la imagen de los siete cerrojos va más allá de la moderación de la concupiscencia, o de la preocupación excesiva por los bienes materiales: nos recuerda que es preciso luchar contra la vanidad, controlar la imaginación, purificar la memoria, moderar el apetito en las comidas, fomentar el trato amable con quienes nos irritan... La paradoja está en que, cuando se ponen “grilletes” al corazón, se aumenta su

libertad de amar con todas sus fuerzas inalteradas.

La humanidad Santísima del Señor es el crisol en el que mejor se puede afinar el corazón y sus afectos.

Enseñar a los hijos desde pequeños a tratar a Jesús y a su Madre con el mismo corazón y manifestaciones de cariño con que quieren a sus padres en la tierra favorece, en la medida de su edad, que descubran la verdadera grandeza de sus afectos y que el Señor se introduzca en sus almas. Un corazón que guarda su integridad para Dios, se posee entero y es capaz de donarse totalmente.

Desde esta perspectiva, el corazón se convierte en un símbolo de profunda riqueza antropológica: es el centro de la persona, el lugar en el que las potencias más íntimas y elevadas del hombre convergen, y donde la persona toma las energías para actuar. Un motor que debe ser

educado –cuidado, moderado, afinado– para que encauce toda su potencia en la dirección justa. Para educar así, para poder amar y enseñar a amar con esa fuerza, ***es preciso que cada uno extirpe, de su propia vida, todo lo que estorba la Vida de Cristo en nosotros: el apego a nuestra comodidad, la tentación del egoísmo, la tendencia al lucimiento propio. Sólo reproduciendo en nosotros esa Vida de Cristo, podremos trasmitirla a los demás*** [9] . Con la correspondencia a la gracia y la lucha personal, el alma se va endiosando y poco a poco el corazón se vuelve magnánimo, capaz de dedicar sus mejores esfuerzos en la consecución de causas nobles y grandes, en la realización de lo que se percibe como la voluntad de Dios.

En algunos momentos, el hombre viejo tratará de hacerse con sus fueros perdidos; pero la madurez



afectiva –una madurez que, en parte, es independiente de la edad– hace que el hombre mire más allá de sus pasiones para descubrir qué las ha desencadenado y cómo debe reaccionar ante esa realidad. Y siempre contará con el refugio que le ofrecen el Señor y su Madre.

***Acostúmbrate a poner tu pobre corazón en el Dulce e Inmaculado Corazón de María, para que te lo purifique de tanta escoria, y te lleve al Corazón Sacratísimo y Misericordioso de Jesús [10] .***

*J.M. Martín, J. Verdiá*

---

[1] Ez 11, 19-20.

[2] Lc 6, 45.

[3] Cfr. Mc 7, 20-23.

[4] Cfr. Mc 5, 40-43; 14, 32ss; 11, 15-17.

[5] *Catecismo de la Iglesia Católica* ,  
n. 1770.

[6] San Josemaría, *Es Cristo que pasa* ,  
n. 158.

[7] Cfr. San Josemaría, *Surco* , n. 795.

[8] San Josemaría, Tertulia en La  
Lloma (Valencia), 7-I-1975, en P.  
Rodríguez (ed.), *Camino . Edición  
crítico-histórica* , Rialp, Madrid  
20043, pág. 384; cfr. San Josemaría,  
*Camino*, n. 188.

[9] San Josemaría, *Es Cristo que pasa* ,  
n. 158.

[10] San Josemaría, *Surco* , n. 830.