opusdei.org

Educar en templanza y sobriedad (II)

"Quien es señor de sí mismo posee maravillosas posibilidades para entregarse al servicio del prójimo y de Dios, y alcanzar así la máxima felicidad". Segundo editorial sobre cómo educar a los adolescentes en la templanza.

05/04/2011

Contenido relacionado: Educar en templanza y sobriedad (I) | Artículos sobre la familia.

La adolescencia ofrece nuevas posibilidades para educar en la templanza, pues el joven tiene una mayor madurez, y esto facilita la adquisición de virtudes, que requieren interiorizar hábitos de comportamiento y motivos. Si bien el niño puede acostumbrarse a hacer cosas buenas, sólo cuando llega a una cierta madurez afectiva e intelectual puede profundizar en el sentido de las propias acciones, y valorar sus consecuencias.

En la adolescencia es importante explicar el porqué de algunos comportamientos, percibidos quizá por el joven como formalismos; o de algunos límites que conviene poner a la conducta, y que tal vez vean como meras prohibiciones. En definitiva, hemos de aprender a dar razones válidas por las que merece la pena ser templados. Por ejemplo, en la

mayoría de los casos, no será argumento suficiente hablar de la necesidad de moderarse (sobre todo en el campo de las diversiones, contraponiéndolo al estudio) para lograr un futuro profesional seguro y brillante; pues, aunque se trate de un razonamiento legítimo, de suyo hace hincapié en una realidad lejana y sin interés para muchos jóvenes.

Es más eficaz mostrar cómo la virtud es atractiva ya ahora, haciendo presentes los ideales magnánimos que llenan sus corazones, los motivos que les mueven, sus grandes amores: la generosidad con los necesitados, la lealtad hacia sus amigos, etc. Nunca se debería dejar de señalar que la persona templada y sobria es quien mejor puede ayudar a los demás. Quien es señor de sí mismo posee maravillosas posibilidades para entregarse al servicio del prójimo y de Dios, y alcanzar así la máxima

felicidad y paz que se puede lograr en esta tierra.

Además, la adolescencia presenta circunstancias nuevas en las que ser sobrio y templado. La curiosidad natural de quien progresivamente ha ido aprendiendo a estrenarse en la vida y a caminar por el mundo, se junta con una nueva sensación de dominio sobre el propio futuro. Aparece así un afán de probar y experimentar todo, que fácilmente se identifica con la libertad. Quieren sentirse, de algún modo, libres de coacción, de modo que comentarios o referencias a horario, orden, estudio, gastos quizá son percibidos como “injustas imposiciones”.

Por otra parte, esta visión tan generalizada en el ambiente actual está promovida y potenciada, en muchos casos, por una multitud de intereses comerciales que tratan de

convertir esos afanes juveniles en un gran negocio.

Es el momento para que los padres no se dejen sobreponer por las circunstancias, piensen en positivo, busquen soluciones creativas, razonen junto a los hijos, les acompañen en la búsqueda de la verdadera libertad interior, ejerciten la paciencia, y recen por ellos.

Una clave de felicidad

Buena parte de la publicidad en las sociedades occidentales se dirige a los jóvenes, que han aumentado en los últimos años notablemente su capacidad adquisitiva. Las distintas marcas difunden sus modas proponiendo estilos de vida con los que algunos se identifican, al tiempo que otros se diferencian.

La “posesión” de objetos de una determinada marca sirve, de algún modo, como englobante social; uno

es aceptado en el grupo, se siente integrado, aunque no sea tanto por lo que se *es* sino por lo que *tiene* y representa ante los demás. El consumo en los adolescentes, con frecuencia, no está determinado tanto por el deseo de tener (como en los niños), como por un modo de expresar la personalidad o de manifestar mejor su posición en el mundo, a través de los amigos.

Junto a estos motivos, la sociedad de consumo incita a que las personas no se conformen con lo que tienen, a que prueben lo último que se les ofrece. Se diría que están obligadas a cambiar de ordenador o de automóvil cada año, a adquirir el último teléfono móvil –o una determinada prenda de vestir que después casi no se usa–, a acumular, por la mera satisfacción que da poseer, música, películas, o programas informáticos del más diverso tipo. Son personas guiadas

por la emoción que produce comprar, consumir; han perdido el dominio sobre sus propias pasiones.

Evidentemente, no toda la culpa es de la publicidad o del ambiente. Quizá los educadores no han sido suficientemente incisivos. Por eso, conviene que los padres, y en general quienes de un modo u otro se dedican a la formación, se pregunten con frecuencia cómo hacer mejor esta labor, que es la más importante de todas, pues de ella depende la felicidad de las generaciones futuras, y la justicia y la paz en la sociedad.

Los padres deben ser conscientes de que el tren de vida y de gastos se refleja en el clima familiar. Como en todo, se requiere ejemplaridad, de forma que los hijos perciban, desde pequeños, que vivir conforme a la propia posición social no conlleva caer en el consumismo o en el derroche. Por ejemplo, antes en

algunos países se decía que “el pan es de Dios, y por eso no se tira”. Es un modo concreto de hacer entender que hay que comer con el estómago y no con los ojos, y que se debe terminar todo lo que se sirve, con agradecimiento, porque hay muchas personas que pasan necesidad; e, implícitamente, que todo lo que recibimos y poseemos –el pan nuestro de cada día– es *don* que hemos de utilizar y administrar como tal.

Es comprensible el afán de evitar que los hijos carezcan de lo que tienen otros, o de que dispongan de lo que a nosotros nos faltó cuando éramos pequeños; pero no es lógico darles todo. Así se fomentan las comparaciones, un deseo malo de emulación, que, si no se modera, puede degenerar en una mentalidad materialista.

La sociedad en la que vivimos está repleta de grados, de categorías y estadísticas que más o menos conscientemente nos incitan a competir. Dios nuestro Señor no hace comparaciones. Nos dice, **hijo, tú siempre estás conmigo, y todo lo mío es tuyo** [1] ; para Él todos somos predilectos, igualmente apreciados, queridos y valorados. Quizá ésta sea una de las claves de la educación a la felicidad: darnos cuenta nosotros, y ayudar a que los hijos comprendan, que siempre hay lugar para ellos en la casa del padre, que cada uno es querido porque sí, que se ***trata con el mismo amor, y de modo desigual, a los hijos desiguales*** [2] .

Por lo demás, la formación en la sobriedad no se reduce a pura negación: hay que enseñarla en positivo, haciendo entender a los hijos cómo conservar y usar mejor lo que se tiene, la ropa, los juguetes. Darles responsabilidad, de acuerdo

con la edad de cada uno: el orden en la habitación, el cuidado de los hermanos más pequeños, los encargos materiales en la casa (preparar el desayuno, comprar el pan, tirar la basura, poner la mesa…). Hacerles ver, con el ejemplo, que las eventuales carencias se llevan sin lamentarse, con alegría; estimulando su generosidad con los necesitados.

San Josemaría recordaba con gozo que su padre fue siempre, incluso después del revés económico sufrido, muy limosnero. Son aspectos del día a día que crean una atmósfera familiar en la que se nota que lo verdaderamente importante son las personas.

Poseer el mundo

Tú sé sobrio en todo [3] : la breve instrucción de San Pablo a Timoteo vale en todos los tiempos y lugares. No es un criterio exclusivo para algunos llamados a una entrega

particular, ni sólo algo que han de vivir los padres, pero que no se puede “imponer” a los hijos. Más bien se trata de que padres y educadores descubran y apliquen su significado a cada edad, a cada tipo de persona, y a cada circunstancia.

Requiere actuar con prudencia –poniendo los medios habituales de pensar las cosas, pedir consejo, etc.–, para saber acertar en las decisiones. Y si, a pesar de todo, las chicas o los chicos no comprendieran a la primera la conveniencia de alguna medida, y protestaran, después sabrán apreciarlo y lo agradecerán. Por eso, es necesario armarse de paciencia y fortaleza, pues en pocos terrenos como en éste es preciso ir contra corriente.

A este respecto, todos hemos de tener presente que no es criterio válido para hacer algo el hecho de que esté muy generalizado: **No os amoldéis a**

este mundo, sino, por el contrario, transformaos con una renovación de la mente, para que podáis discernir cuál es la voluntad de Dios, qué es lo bueno, agradable y perfecto [4] .

En este mismo sentido, conviene poner medida a lo que se da a los hijos; pues se aprende a ser sobrio sabiendo administrar lo que se tiene. Refiriéndose en concreto al dinero, San Josemaría advertía a los padres: ***El exceso de cariño hace que los aburgueséis bastante. Cuando no es papá, es mamá. Y cuando no, la abuelita. Y a veces, los tres, cada uno por su lado, y os guardáis el secreto. Y el chico, con los tres secretos, puede perder el alma. Poneos de acuerdo. No seáis tacaños con los hijos, pero tened en cuenta la capacidad de cada uno, la serenidad de cada uno, la posibilidad de autogobernarse: y que no tengan nunca abundancia,***

hasta que la ganen ellos [5] . Hay que enseñar a administrar el dinero, a comprar bien, a utilizar instrumentos –como el teléfono– cuyas facturas se pagan a final de mes, a reconocer cuándo se está gastando por el *placer de gastar* …

De todas formas, el dinero es sólo un aspecto de la cuestión. Algo análogo sucede con el uso del tiempo. Una medida sobria en los espacios dedicados al entretenimiento a las aficiones o al deporte forma parte de una vida templada. La templanza en este campo permite liberar el corazón para dedicarse a cosas que nos ayudan a salir de nosotros mismos y nos permiten enriquecernos cultivando la vida de familia o las amistades. Por ejemplo, el estudio o el dedicar tiempo y dinero a los más necesitados, algo que conviene fomentar en los chicos ya desde pequeños.

Templar la curiosidad, fomentar el pudor

La templanza cría al alma sobria, modesta, comprensiva; le facilita un natural recato que es siempre atractivo, porque se nota en la conducta el señorío de la inteligencia [6] . Con estas palabras, San Josemaría sintetiza los frutos de la templanza y los asocia a una virtud muy particular: el recato, que podríamos entender como una modalidad del pudor y de la modestia.

“Modestia” y “pudor” son partes integrantes de la virtud de la templanza [7] , pues otro de los campos de esta virtud es, precisamente, la moderación del impulso sexual. «El pudor protege el misterio de las personas y de su amor. Invita a la paciencia y a la moderación en la relación amorosa; exige que se cumplan las condiciones

del don y del compromiso definitivo del hombre y de la mujer entre sí. El pudor es modestia, inspira la elección del vestido. Mantiene el silencio o la reserva donde se adivina el riesgo de una curiosidad malsana; se convierte en discreción» [8] .

Sin duda, si el adolescente ha ido formando su voluntad durante la infancia, cuando llega el momento, posee ese natural recato que facilita encuadrar la sexualidad de un modo verdaderamente humano. Pero resulta importante que el padre –con los hijos– y la madre –con las hijas– hayan sabido ganarse su confianza, para explicarles la belleza del amor humano cuando puedan comprenderlo.

Como aconsejaba San Josemaría, el ***papá tiene que hacerse amigo de los hijos. No tiene más remedio que esforzarse en esto, porque llega un momento en que los niños,***

si papá no les ha hablado, van con curiosidad –de una parte razonable y de otra malsana– a preguntar cuáles son los orígenes de la vida. Se lo preguntan a un amigote sinvergüenza, y entonces miran con asco a sus padres.

En cambio, si tú –porque lo has seguido desde niño y ves que es el momento– le dices noblemente, después de invocar al Señor, cuál es el origen de la vida, el niño irá a abrazar a mamá porque ha sido tan buena, y a ti te dará unos besos con toda su alma y dirá: ¡qué bueno es Dios!, que se ha servido de mis padres, dejándoles una participación en su poder creador. No lo dirá así la criatura, porque no sabe; pero lo sentirá. Y pensará que vuestro amor no es una cosa torpe, sino una cosa santa [9]. Esto resultará más fácil si no eludimos las preguntas que con naturalidad van planteando los

niños, y las respondemos conforme a su capacidad.

También, como sucedía cuando nos referíamos a educar la templanza en las comidas, el ejemplo resulta fundamental. No basta explicar; hay que mostrar con obras que «no conviene mirar lo que no es lícito desear» [10] , velando por que todo en el hogar posea el tono que se respiraba en la casa de Nazaret.

En este sentido, la trivialización que en muchas sociedades actuales se hace de la sexualidad, requiere prestar atención a medios como la televisión, internet, los libros o videojuegos. No se trata de fomentar una especie de “temor reverencial” hacia esas realidades, sino de aprovecharlas como oportunidades educativas, enseñando a usarlas con sentido positivo y crítico, sin miedo a desechar lo que hace daño al alma, o transmite una visión deformada de

la persona. Se debe tomar nota de lo evidente: ***Desde el primer momento, los hijos son testigos inexorables de la vida de sus padres. No os dais cuenta, pero lo juzgan todo, y a veces os juzgan mal. De manera que las cosas que suceden en el hogar influyen para bien o para mal en vuestras criaturas*** [11] .

Si los hijos ven a sus padres cambiar de canal de televisión cuando aparece una noticia escabrosa, un anuncio de bajo tono o una escena inconveniente en una película. Si aprecian que se informan sobre los contenidos morales de un espectáculo o un libro antes de verlo o leerlo, se les está transmitiendo el valor de la pureza. Si se dan cuenta, cuando van por la calle, que sus padres –o educadores– no prestan atención a determinadas publicidades –o incluso les enseñan a no curiosear y a desagraviar–, los

hijos asimilan que la pureza del corazón es algo que vale la pena, que merece ser protegido, y que de algún modo forma parte del ambiente familiar en el que viven. «Educar en el pudor a niños y adolescentes es despertar en ellos el respeto de la persona humana» [12] .

Sin embargo, velar por el ambiente no es –propiamente– educar en la templanza. Es una condición indispensable para la vida cristiana, pero la virtud no se educa sólo "evitando el mal" –aspecto inseparable de la vida de la gracia en general–, sino moderando los placeres, que en principio son en sí mismos buenos. Por eso, aún más importante es enseñar a usar las cosas y los instrumentos que se tienen a disposición, por muy buenos que sean sus contenidos.

Es evidente que ver indiscriminadamente la televisión,

aunque sea en familia, acaba por disolver el ambiente del hogar. Peor aún cuando cada habitación tiene su propio aparato, y cada uno “se encierra” para ver sus programas favoritos. Algo análogo podría decirse del uso indiscriminado (a veces, compulsivo) de teléfonos celulares u ordenadores.

Como en todo, un empleo sobrio de estos instrumentos por parte de padres y educadores enseña a los chicos a hacer lo mismo. Con el agravante de que, en el caso de los padres, pasar horas ante el televisor “para ver qué hay”, no sólo acaba siendo un mal ejemplo, sino que redunda en una falta de atención a los hijos, que ven a sus padres más atentos –al menos, eso les parece– a unas personas extrañas que a ellos mismos.

Si la templanza es señorío, conviene recordar que ***¡no hay mejor señorío***

que saberse en servicio: en servicio voluntario a todas las almas! –Así es como se ganan los grandes honores: los de la tierra y los del Cielo [13] .

La templanza permite emplear el corazón y las capacidades de la persona en servir al prójimo, en amar, clave única de la verdadera felicidad. San Agustín, que tuvo mucho que luchar contra los reclamos de la destemplanza, lo explicaba así: «Pongamos nuestra atención en la templanza, cuyas promesas son la pureza e incorruptibilidad del amor, que nos une a Dios. Su función es reprimir y pacificar las pasiones que ansían lo que nos desvía de las leyes de Dios y de su bondad, o lo que es lo mismo, de la bienaventuranza. Aquí, en efecto, tiene su asiento la Verdad, cuya contemplación, goce e íntima unión nos hace dichosos; por el contrario, los que de ella se apartan

se ven atrapados en las redes de los mayores errores y aflicciones» [14] .

J. De la Vega, J.M. Martín

---

[1] *Lc* , 15, 31.

[2] San Josemaría, *Surco* , n. 601.

[3] *2 Tm* 4, 4.

[4] *Rm* 12, 2.

[5] San Josemaría, Tertulia en el IESE (Barcelona), 27-XI-1972. Vid. https://www.es.josemariaescriva.info/articulo/la-educacion-de-los-hijos.

[6] San Josemaría, *Amigos de Dios* , n. 84.

[7] Cfr. *Catecismo de la Iglesia Católica* , n. 2521.

[8] *Catecismo de la Iglesia Católica* , n. 2522.

[9] San Josemaría, Tertulia en el Colegio Enxomil (Oporto), 31-X-1972.

[10] San Gregorio Magno, *Moralia* , 21.

[11] San Josemaría, Tertulia en Pozoalbero (Jerez de la Frontera), 12-XI-1972.

[12] *Catecismo de la Iglesia Católica* , n. 2524.

[13] San Josemaría, *Forja* , n. 1045.

[14] San Agustín, *Las costumbres de la Iglesia Católica* , cap. 19.

pdf | Documento generado automáticamente desde https://opusdei.org/es-es/article/educar-en-templanza-y-sobriedad-y-ii/ (17/11/2025)