



Sin ayuda de Dios es fácil que el corazón no cumpla su misión, igual que ocurre con la inteligencia y la voluntad

Amar es querer el bien para otro (Aristóteles)

Una persona con el corazón corrompido, es difícil que actúe bien, porque no sabe amar; es un enfermo interior; cabe el arrepentimiento y la sanación del corazón. Si se usan bien la libertad y la capacidad de amar se puede llegar a cotas altas de felicidad; para ello se necesita saber lo que está bien y lo que está mal, lo verdadero y lo falso.

Introducción

Estudiamos la inteligencia, la voluntad y la afectividad en las personas; al abordar la afectividad se piensa en el corazón. Tratamos con detalle este aspecto por el interés que en la sociedad actual se percibe. **San Josemaría** dice en la homilía [**El Corazón de Cristo, paz de los cristianos:**](#) cuando en la Sagrada Escritura se habla del corazón, no se trata de un sentimiento pasajero, que trae la emoción o las lágrimas. Se habla del corazón para referirse a la persona que, como manifestó el mismo Jesucristo, se dirige toda ella -alma y cuerpo- a

lo que considera su bien: porque donde está tu tesoro, allí estará también tu corazón. [...]. Al proponer la devoción a ese Sagrado Corazón, estamos recomendando que debemos dirigirnos íntegramente -con todo lo que somos: nuestra alma, nuestros sentimientos, nuestros pensamientos, nuestras palabras y nuestras acciones, nuestros trabajos y nuestras alegrías- a todo Jesús. En esto se concreta la verdadera devoción al Corazón de Jesús: en conocer a Dios y conocernos a nosotros mismos, y en mirar a Jesús y acudir a Él, que nos anima, nos enseña, nos guía”.

La cita es larga pero vale la pena leerla despacio; sin ayuda de Dios es fácil que el corazón no cumpla su misión, igual que ocurre con la inteligencia y la voluntad. Una persona con el corazón corrompido, es difícil que actúe bien, porque no sabe amar; es un enfermo interior; cabe el arrepentimiento y la sanación del corazón. Si se usan bien la libertad y la capacidad de amar se puede llegar a cotas altas de felicidad; para ello se necesita saber lo que está bien y lo que está mal, lo verdadero y lo falso. Hay quienes, con poca formación intelectual, detectan lo honesto y lo verdadero con facilidad, pues su corazón les permite seguir el dictado que todos llevamos impreso de la ley natural.

Educación emocional

Dice **Goleman** en [Inteligencia emocional](#) que en la capacidad de controlar los impulsos está el fundamento de la voluntad y del carácter. Añade que necesitamos dos actitudes: autocontrol y altruismo. El problema se da cuando los malos hábitos han cogido fuerza y están desbocados. Otras veces nuestra capacidad de autocontrol es tan baja que no somos capaces de gobernarlos. Dice este autor que las *explosiones emocionales* son formas de *secuestro neuronal*. No es tarea sencilla y requiere aprendizaje lograr esas cualidades que señala este autor. Dos ejemplos de la vida infantil nos pueden servir: el niño que, a media noche, llora hasta que va a la cama de sus padres; el miedo de una pesadilla o a la oscuridad les bloquea y desatado el pánico no es fácil que el sujeto se controle; si el miedo es grande, bloquea la capacidad de escucha y razonamiento; antes de razonar hay que calmarle. Esos ejemplos sirven, cambiando lo necesario, jóvenes y adultos. Para Goleman es esencial identificar las emociones para gobernarlas. Si no sé lo que me pasa, no sé cómo corregirlo, podría decir alguien.

Un paso es lo que Covey llama *cambio de paradigma*. Es un proceso previo, que implica ver en el médico a quien cura, más que quien hace daño al poner una inyección; ver en la madre que riñe a una persona que te quiere y busca tu bien; en quien no saluda, un despistado o un tímido, etc. Cada uno sabe los cambios de paradigma que debe realizar

para tener relaciones sanas. Sin ingenuidad, pero sin sospechar por sistema. La escuela puede ayudar a cultivar la dimensión ética y reforzar las disposiciones de respeto hacia los demás. En los centros escolares hay medios y ocasiones para fomentar la solidaridad, el respeto mutuo, etc.

Cultivar la interioridad

El estilo de vida actual no facilita esa tarea. Es conocida la expresión: *nunca hemos ido tan deprisa a ninguna parte*; estamos tan volcados hacia el exterior que nos olvidamos de pensar. No es fácil saber si no sabemos estar en silencio, o si nos resulta difícil encontrar momentos de soledad. Un indicador es si la soledad es forzada: por falta de compañía, por dificultad para vivir en un entorno diferente, etc.; en esos casos, la soledad ni es gozosa ni enriquece. Alguna vez, al hablar con una persona, se aprecia falta de hondura en el diálogo y de contenido; son las llamadas *conversaciones de ascensor*. Una parte de la solución está en nosotros; dice **Gracián** en [El arte de la prudencia](#): *el sabio estima a todos porque sabe ver lo bueno de cada uno y sabe lo que cuesta hacer bien las cosas*. Añade que algunos: *viven las dichas apresuradamente, se comen los años por venir, y como van con tanta prisa, pronto acaban con todo*. Como se ve no es un tema exclusivo de nuestra era, si bien algunos estilos de ocio tienen ese riesgo. Es fácil escuchar música, pero abusar del uso de los cascos nos aísla; algo similar pasa con el móvil. Si de forma habitual se vive así, es más difícil cultivar el trato con los demás. Decía un clásico griego: *cuidemos menos lo que tenemos y más lo que somos*. Leer unos minutos cada día nos ayuda a ganar en hondura; hay mucho y bien escrito. Otros, al escuchar una pieza musical ganan paz en su corazón. Las dificultades nos vienen a la cabeza: falta de tiempo, tareas más urgentes... Pero nada valioso se logra sin esfuerzo. Se trata de proponérselo y de buscar buenos libros o música; a veces, hay personas que nos pueden ayudar en esa selección para facilitar el cultivo interior; su fruto es beneficioso para nosotros y para los demás. Por seguir con Gracián: *no se puede ser tan de los otros que uno no sea de sí mismo* y en caso de duda, puede servir el criterio que ofrece en el libro citado: *lo interior del hombre siempre debe valer el doble de lo exterior*.

Los afectos en la tarea educativa

Una persona motivada, con una actitud emocional bien dispuesta, afronta las tareas en mejores condiciones que quien no lo está. La resistencia en el esfuerzo, la capacidad de mantener la atención, dependen de la voluntad, pero esta se activa con fuerza si la persona lo ve importante; así intervienen la voluntad, la inteligencia y el corazón. Ayudar a los jóvenes a crecer en entornos alegres y seguros,

no es alejarles de la realidad, sino facilitarles la protección necesaria, mientras su fuerza no sea la suficiente para afrontar la navegación por la vida, en cualquier estado de la mar. Si la embarcación es frágil, o quien la pilota es inseguro, un golpe de mar puede volcar la nave. No hay que vivir con miedo y saber que: *la buena mar no hace buenos marineros*; pero otra cosa es ir de tormenta en tormenta. La infancia y primera juventud requieren medidas de protección y ayudarles a medida que crecen en las responsabilidades y tareas propias de su edad; no es hacer un mundo a su medida, es actuar con sentido común. El exceso de protección les lleva a una permanente inmadurez. No debiera darse ni que tengan que buscar alimento en la infancia, ni que vivan como adolescentes si debieran estar en plena madurez.

A los jóvenes no se les debe engañar, sí decirles solo lo que su capacidad les permita asumir; a veces, se necesitan varias conversaciones para resolver un tema importante; no se trata de *hablarles*, sino de conversar: hablar y escuchar. Estar cercanos facilita que acudan a preguntar lo que consideren oportuno; a veces no aciertan en el momento y hay que hacerles ver que lo hablarán en otro momento. Deben estar cómodos en esos encuentros, pues se trata de compartir las dudas e inquietudes que tengan. A veces, es mejor dando un paseo; el adulto debe evitar preguntas innecesarias. Una profesora de una zona andina, veía a una alumna con problemas pero quería saber si era ella la persona idónea para facilitarle el posible desahogo, no fuera que por pretender ayudar hiciera daño. Esa finura indica que tenía la delicadeza requerida para no invadir la intimidad. En un clima de confianza es más fácil ayudar a formar una personalidad armónica; ésta no se logra por ausencia de dificultades, sino por tener la ayuda para afrontarlas. Las dudas al comenzar nuevos estudios, discernir si dejar o mantener un amigo, escuchar en un silencio respetuoso un desahogo que la persona necesita, son algunas tareas de ayuda.

La centralidad personal

Ahora se tiende a señalar como tipos de inteligencia cualidades que antes se atribuían a otras capacidades. Se busca darle un rango de importancia; el dominio de la lectura, los conocimientos de matemáticas, la capacidad para redactar un informe o de hablar en público son aspectos relevantes, pero no los únicos. En un campo de fútbol hay jugadores que al ver el balón en el aire y antes de que les llegue, saben cómo y a dónde enviarlo. En el argot del fútbol se dice *ver jugada*. Algunos tienen habilidad para regatear, driblar el jugador contrario y avanzar hacia la portería, pero no ven el momento para pasar el balón a un compañero y lo acaban perdiendo. El segundo quizá llegue a jugar bien, pero el primero podía llegar a la excelencia; a

esa capacidad para ver jugada se le llama inteligencia *kinésica*.

Otro rasgo que se valora es la empatía, la capacidad para hacerse cargo de lo que le pasa a otra persona. Esa faceta se ha valorado siempre; de modo natural esas personas son buscadas para pedirles consejo, confiarles una preocupación, etc. No basta la empatía, es precisa la capacidad de escucha e inspirar confianza. A veces, esa persona debe orientar a quien le busca hacia quien sea idóneo para ayudarle; siempre tendrá la lealtad de no comentar los temas consultados. Tendemos a confiar las preocupaciones o dudas a quien nos inspira confianza, pero es posible que él no sepa aconsejar. Si es humilde sabrá encauzar esa consulta. Otras veces, es importante que el interesado decida por sí mismo y asuma el riesgo de equivocarse. Un buen asesor debe saber cuándo romper el bucle emocional de la otra persona o esperar a que sea ella misma quien lo haga. Ejercitar la prudencia ayuda a acertar.

Sanar el corazón

Es frecuente encontrar personas con heridas en el corazón, porque piensan que otra persona les ha dañado, intencionalmente o no. No es posible abarcar todos los ámbitos en los que se dan esas situaciones. En ocasiones, para curar el dolor es preciso que el otro salga de sí mismo y se dé a los demás. A veces, requieren un cuidado especial, pues no tienen fuerza para hacerlo. No faltan ocasiones en las que acompañar en silencio es la forma de ayudar. ¿Cómo acertar? Reflejamos dos formas, aplicables a situaciones distintas de la vida. El amor romántico necesita que acompañe el sentimiento, pues se apoya en él; pero el amor fraguado en la entrega mutua es más sólido, sin ser vistoso. La capacidad para asumir compromisos es sin duda un reto que deben desarrollar los jóvenes. La prensa recogía una entrevista en esta la persona que era entrevistada decía que ella *siempre había hecho lo que sentía*. Moverse siempre por el sentimiento es muy arriesgado.

Otra forma de actuar la mostró **Pedro de Miguel** en un relato: *le fui a quitar el hilo rojo que tenía sobre el hombro. Sonrió y me dijo: ¿de dónde es usted? Comenzamos una conversación. Me despedí al rato, prometiendo saludarle la próxima vez que le viera. No sé qué me movió a volver la cabeza al alejarme. Se estaba colocando de nuevo el hilo rojo sobre el hombro, sin duda para intentar lograr otros minutos de atención que llenaran su soledad. Pensé que debía adentrarme en el arte de ver quienes no lo piden, pero lo necesitan.*

Para leer:

García-Morato, J. R.: [Creados por amor, elegidos para amar.](#)

Chequea tu corazón

Publicado: Sábado, 19 Diciembre 2020 01:11

Escrito por Rafael Lacorte Tierz / José Manuel Mañú Noain

Para ver:

[La vida es bella](#). 1997. Dirigida por **Roberto Benigni**.

Rafael Lacorte Tierz y José Manuel Mañú Noain