

MADUREZ AFECTIVA

1. Introducción

Muchos de los **fracasos** y de las crisis en la vida provienen de una base humana deficiente o de heridas y carencias afectivas aún no superadas. Sin una madurez afectiva proporcionada a las diferentes edades de la vida, es difícil el seguimiento del Señor y el crecimiento gradual e integral en el Espíritu. Claro está que Dios puede hacer milagros, pero sería una imprudencia y arrogancia pedirle que los haga. Existen también excepciones, pero las excepciones, aún más en este campo, confirman la regla.

1.1. Importancia

Algunos **sociólogos** afirman que casi un 70 % de los adultos en el mundo “occidental” son afectivamente inmaduros, religiosamente primitivos y moralmente infantiles. El juicio resulta duro, quizás el porcentaje sea excesivo, pero es elocuente. No conozco estadísticas orientales y meridionales sobre este tema, pero no hay razones para pensar que sean demasiado diferentes. No es raro entonces que la psicología contemporánea hable de “analfabetismo sentimental”. Hasta hay quien piensa, no sin razón, que los medios de comunicación con sus programas insignificantes y *lights* están siendo la causa de una “socialización de la inmadurez”, sobre todo afectiva. Obviamente, el amor paga las consecuencias más graves.

La cultura **occidental** consideró durante siglos la *ratio* como el núcleo central de la naturaleza humana. Las culturas **orientales**, por su parte, opinan que las funciones psíquicas descansan en el *kibun* o *kimochi* (para los japoneses), es decir: la vida afectiva o emocional. El *kimochi* no es un sentimiento pasajero y ocasional sino que es un aspecto estructural del ser humano. Ahora bien, *kimochi* significa literalmente: tener (*mochi*) *ki*. Toda la filosofía china y oriental se apoya en el concepto y realidad del *Ki*. ¿Qué es *ki*? Es algo indefinible, tal como toda realidad fundamental, algo que viene de más allá de nosotros mismos. Simplificando al extremo, podemos decir que, si el *kokoro* (corazón) es un estado permanente de conciencia, *ki* es el dinamismo o energía del *kokoro* que, cuando se concretiza en una situación dada, se llama *kibun* o *kimochi*. Es decir, *kimochi* es una manifestación intrapsíquica de *ki* o energía universal.

Sea como sea, en cualquier contexto cultural, una cierta madurez humana es uno de los requisitos básicos a la hora de hacer compromisos importantes en la vida, compromisos de alcance duradero. Sin esta madurez sería muy difícil hacer un compromiso libre, responsable y permanente.

1.2. Sentido

Recordemos unos **datos** que son conocidos de todos. Los seres humanos nos comportamos como tales funcionando en forma conciente, inteligente y afectiva. Es decir, la conciencia, la inteligencia y la afectividad son las funciones psíquicas básicas del comportamiento de un ser humano, varón o mujer.

No es fácil describir la afectividad, pero es aún más difícil definirla. La variedad de intensidades, de tonalidades y de formas que puede tomar es la causa principal de esta dificultad. No obstante, en todo fenómeno afectivo encontramos estas tres **características** fundamentales:

- Se percibe como una **experiencia personal** de la cual el protagonista es un individuo concreto.
- El contenido de esta experiencia consiste en un **estado de ánimo** que se vivencia como: Sentimiento, emoción, pasión y motivación.
- La experiencia afectiva deja una **huella** en la persona, esta huella o marca tendrá una intensidad, duración y colorido determinados.

Teniendo en cuenta lo recién dicho intentemos **acercarnos** a la afectividad humana. Digamos, ante todo, que es un estado peculiar de encontrarse consigo mismo; en este encuentro nuestro escenario íntimo refleja y deja sentir lo que sucede en nuestro interior a causa de circunstancias internas y externas. Habitualmente **vivenciamos** la afectividad bajo forma de:

- Sentimientos**, es decir: estados subjetivos difusos con una carga positiva (aproximación, placer, activación) o negativa (rechazo, displacer, bloqueo).
- Emociones** o estados más intensos y no tan usuales que tienen una repercusión física.
- Pasiones** o emociones intensas y de cierta permanencia que desdibujan la razón y el razonamiento.
- Motivaciones** que empujan la existencia hacia un objetivo futuro.

Los caminos más frecuentes por los que transita la afectividad son los **sentimientos**. Ellos son como el puente entre los instintos y la inteligencia, son como el subsuelo de nuestra vida personal y las raíces de nuestra conducta. Los sentimientos, al igual que los otros estados afectivos pueden tomar diferentes formas. Nuestros Padres de la Iglesia los reducían a cuatro: amor y alegría, temor y tristeza. La lista se podría alargar, pero es verdad que sólo algunos pocos sentimientos pueden considerarse **primordiales** o cabezas de familia. Entre ellos:

- La ira: rabia, enojo, furia, resentimiento, animosidad, irritabilidad, violencia...
- La tristeza: aflicción, pena, desconsuelo, melancolía, desaliento, depresión...
- El miedo: ansiedad, temor, preocupación, desasosiego, susto, terror, pánico...
- La alegría: gozo, contento, felicidad, tranquilidad, deleite, placer, euforia, éxtasis...
- El **Amor**: confianza, amabilidad, devoción, amistad, enamoramiento, ágape...
- La sorpresa: sobresalto, asombro, desconcierto, admiración...
- La aversión: desprecio, desdén, asco, antipatía, disgusto, repugnancia...
- La vergüenza: culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, pesar, aflicción...

Todos nosotros podemos leer los diferentes estados afectivos en los **rostros** de las personas que los experimentan. Esto significa que toda afección genera sensaciones físicas, comportamientos observables, lenguaje no-verbal, recuerdos, ideas...

Quizás podemos ahora decir que la afectividad **es**: un sentimiento, emoción o pasión y a los pensamientos, estados biológicos y psicológicos, y tendencias a la acción que los caracterizan.

2. Amor

Considero que el amor es el **sentimiento más rico**, noble, gozoso, doloroso y exigente que puede habitar un corazón humano. Por esto mismo, el amor puede conocer todo tipo de abuso, manipulación y prostitución imaginables. La vulgaridad televisiva ha convertido al amor en consumismo sexual despersonalizado. El amor genuino, el amor interpersonal, es atracción y decisión de donar y acoger a otro/a, para que crezca la vida y la otra persona exista aún más. Por eso, el amor crea al amado y a la amada, permite conocerle/a en profundidad y descubrir sus potencialidades, más aún, capacita para que esas potencialidades se transformen en realidades. ¿No es precisamente esto lo que el Señor Dios hace con cada uno de nosotros?

2.1. El amor y sus formas

Ya les he escrito y hablado en varias oportunidades en el pasado respecto al amor. Pero, tratándose de algo tan importante, vuelvo a retomar el tema para aclarar algunas ideas. ¡En la experiencia del amor nos jugamos la vida y la muerte!

Dios es Amor pues es donación y acogida total y eterna. Creados a imagen de Dios hemos sido creados para amar. La mujer revela al varón, mejor que éste a ella, que se es humano en la medida en que se ama y se es amado, en la medida de la donación y la acogida. **¿Qué es amar?** Amar es:

- Convicción** y oblación más que emoción.
- Don** de sí, darse más que dar, darse dando.
- Querer** el bien del otro y hacerle el bien.
- Afirmar** a otro como digno, único e irrepitible.

Ahora bien, la **afirmación** del amor difiere en sus formas:

- Materna**: es misericordiosa y naturalmente incondicional, predominando lo afectivo.
- Paterna**: es veraz y espontáneamente condicional, acentúa lo efectivo.
- Fraterna**: es universal y amigable, destaca lo promocional.
- Erótica**: es heterosexual y tendiente hacia lo carnal, predomina lo unitivo y posesivo.
- Social**: es solidaria, tiende hacia el bien común, busca la justicia social sin olvidar la misericordia personal.
- **Divina**: es absoluta y don gratuito; desde Dios destaca lo oblativo y desde nosotros lo receptivo.

El amor **fraterno** es un amor básicamente promocional, nace de tres actitudes en relación con los otros:

- Cuidado**: dedicación afectiva y efectiva en favor de la vida y el crecimiento del prójimo.
- Responsabilidad**: respuesta libre, generosa y diligente ante las necesidades ajenas.
- Respeto**: visión atenta y delicada de los otros tal como ellos son y no como yo quisiera que sean, se alegra con la diferencia.

2.2. Amistad y enamoramiento

Me permito ahora desarrollar dos calidades de amor que muchas veces se entremezclan dando lugar a confusiones en las relaciones heterosexuadas: la **amistad** y el **enamoramiento**.

Tanto la amistad como el enamoramiento tienen un **punto de partida común**: un encuentro o reconocimiento mutuo. Tanto uno cuanto el otro se reconocen totalmente únicos. Al mismo tiempo este hecho abre nuevas dimensiones, nuevas capacidades en cada uno. La amistad y el enamoramiento dan lugar a un encuentro en el que comienzan también a comulgar lo todavía desconocido en cada uno, desconocido que comienza a hacerse evidente: cuando lo que era desconocido a mí comienza a sernos manifiesto, tanto a mí cuanto a ti, es que nos hemos encontrado.

No obstante el punto de arranque común, se trata de dos **modalidades diferentes** de la afectividad. Las diferencias, desde el punto de vista intelectual y existencial, se hacen más evidentes cuando se consideran la amistad y al enamoramiento bajo la luz de la castidad y el compromiso.

-La amistad se encuentra bien con la **distancia física**, la vive con paz y hasta con gozo. Los amigos se miran los rostros y se comunican mediante la palabra, la cual presupone separación entre los que se comunican. El cuerpo, cuando interviene, lo hace con discreción: una sonrisa, un apretón de mano, una palmada, un abrazo... a fin de mostrar que la amistad implica la corporalidad como medio de comunicación y que no es algo encarnado, pero no carnal. Amistad y desposesión van siempre juntas. Los amigos son libres para ser amigos.

-Los enamorados se comunican mediante el eros, el cual es una tensión que, saltando sobre la distancia, busca la posesión y pertenencia, condicionando la libertad. Los enamorados se miran en su totalidad. El cuerpo busca **acortar distancias**, la distancia se vive como separación y obstáculo y es causa de incomodidad, frustración y solitariedad. Los ojos dejan el lugar al tacto y al contacto, la palabra es pobre mediación. Ya no se trata de poner algo en común sino de hacerse uno. Es verdad que el eros permite también la intimidad y la ternura como fines en sí mismas, pero para esto hay que ser casto.

-El **compromiso** en la amistad suele ser implícito, pero esto no significa necesariamente débil, la solidaridad amical puede llevar hasta dar la vida por el amigo (¿hay amor más grande que éste?). En el caso del enamoramiento busca pronto alguna forma de explicitación y si se llega a la conyugalidad el compromiso busca ser total: para siempre, en todo, tanto en las buenas cuanto en las dificultades.

-Otros elementos importantes de la distinción consiste en la **pluralidad** y la **unicidad**. La amistad es plural: podemos tener varios amigos; el enamoramiento es singular: se refiere a una única persona. El tono afectivo y la libertad implicados en la amistad pueden configurarse de diversas maneras según diferentes amigos. El enamoramiento implica toda la persona-cuerpo, la libertad de elección está más condicionada, la configuración de la afectividad es única: por todo esto la relación se entabla con una sola persona.

La incapacidad de distinguir existencial e intelectualmente entre amistad y enamoramiento, incapacidad típica de inmaduros afectivos, trae aparejada muchas **consecuencias negativas**. Veamos dos de ellas.

Toda relación de cierta amistad entre un varón y una mujer puede convertirse, ocasional o habitualmente, en relación erótica sin que las personas concernidas se den cuenta del cambio de modalidad afectiva en la relación: podrían encontrarse juntas en la cama sin poder explicarse cómo llegaron allí.

El amor conyugal se enriquece con la amistad conyugal, no hay duda de ello. Pero cuando la amistad suplanta a la conyugalidad comienzan los problemas. Los esposos serían así simples “compañeros” o “amigos”... tal como suelen hablar las parejas que viven en concubinato... Esta suplantación da lugar a compromisos *lighths*, condicionados y no explicitados. Es que la amistad, en sí misma, no implica el compromiso estable de la conyugalidad.

2.3. Sexuadamente diferenciados

Todas las formas del amor implican, de una u otra manera, la afectividad, el deseo (eros) y la sexualidad. Se impone, entonces, una palabra sobre la sexualidad humana.

Nuestros cuerpos humanos son **cuerpos sexuados**. Esto nos permite decir que somos, con lenguaje animal: machos y hembras; o, con lenguaje personal: varones y mujeres.

La sexualidad **es** como un dinamismo difuso y operante en todo nuestro ser; impregna todas nuestras facultades y actividades. El ser humano --varón y mujer--, más que “tener un sexo”, es un ser sexuado. La sexualidad es una condición fundamental de nuestras vidas personales; ella configura nuestro ser, estar y obrar como personas humanas; nuestro pensar, querer, sentir, el mismo creer, amar y esperar se expresan según una forma de individualización sexuada.

En **síntesis**, la sexualidad abraza todos los aspectos de la persona humana, en la unidad de su cuerpo y de su alma. Conciérne particularmente a la afectividad, al deseo, a la capacidad de amar y de procrear y, de manera más general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con otros. La sexualidad es básicamente relacional.

De lo dicho se desprende esta **simple conclusión**: la sexualidad no es equivalente a la genitalidad. Si bien todos los fenómenos genitales son sexuales, no todos los fenómenos sexuales son genitales. La sexualidad no se reduce a la genitalidad: nuestra condición sexuada es mucho más amplia que nuestra dimensión genital.

Analicemos más de cerca lo que venimos diciendo. Distingamos **tres niveles** en el fenómeno unitario de la sexualidad:

- El nivel de la **sexualidad primaria**: implica varias dimensiones, entre ellas, la configuración masculina o femenina de nuestro ser personal y corporal, la orientación propia del varón hacia la mujer y de esta hacia aquel, los comportamientos naturales y culturales propios de cada uno de los dos géneros y la percepción de toda la realidad con ojos masculinos o femeninos.

-El nivel de la **sexualidad afectiva**: o sea todo ese mundo de sentimientos sexuados, con mayor o menor presencia del deseo o eros, que tienden hacia o incorporan algún tipo de intimidad. En las personas célibes es un fin en sí misma; en las personas casadas puede ser camino hacia comportamientos genitales.

-El nivel de la **sexualidad genital**: en el cual podemos distinguir entre fantasías y comportamientos genitales. Las primeras se sitúan originalmente en la imaginación y la afectividad con resonancia consecuente en los órganos genitales, los segundos están destinados a actuar directamente la apetencia sexual.

Es importante constatar que la vivencia concreta de la sexualidad suele **diferir** entre los varones y las mujeres. Si bien la mujer suele tener más necesidad de contacto corporal, no obstante su necesidad de relaciones sexuales parece ser menor que la del varón; para ellas la genitalidad es sólo un aspecto más de la relación y de la intimidad; para la mujer lo más importante es la relación y la posibilidad de trascendencia que la relación posibilita. Pero también es verdad que en algunas sociedades modernas esto está evolucionando debido a diversos factores: el control de la fecundidad, el rol de la mujer en la sociedad, el reconocimiento del placer genital femenino... Pero esto no quita que para la mujer, sexo sin atención, afecto y ternura es una aberración despersonalizante, y no están equivocadas en lo más mínimo.

Me interesa subrayar también la **dimensión psicológica** de la sexualidad humana. La sexualidad, precisamente en cuanto humana, es una realidad necesitada de interpretación biográfica, es decir, de una lectura significativa. En esta lectura entran muchos elementos: el autoconocimiento y la autoaceptación que se tiene de sí mismo en cuanto sexuado, la historia de la propia maduración afectiva y sexuada, la historia de las propias relaciones entabladas a lo largo de la vida, la libertad y originalidad ante otras lecturas impuestas por el ambiente, el impacto y la función social de las propias opciones respecto a la sexualidad.

La sexualidad humana conoce también una **dimensión cultural**. Cada cultura regula e interpreta la sexualidad de forma distinta. Todos nosotros hemos sido testigos de una evolución sobre la valoración de la sexualidad: de la represión condenatoria al permisivismo justificado y la comercialización consumística. Por otro lado, el monopolio exclusivo de la procreación como finalidad de la sexualidad ha llevado al polo opuesto: amor sin fecundidad o, peor, placer sin amor ni fecundidad, es decir, placer sin riesgos. Es así como el placer se queda sin gozo y el gozo sin felicidad.

Los motivos tradicionales para tomar con seriedad la sexualidad han desaparecido en nuestro mundo **occidental**. En efecto, los métodos modernos de control de la fertilidad han controlado la responsabilidad de un hijo, el liberalismo arrinconó la institución matrimonial y el secularismo despojó de su áurea sacra a la sexualidad.

En nuestro contexto cultural se produjo una revolución sexual que terminó esclavizando al eros y coronando el sexo. Es decir, el nivel de la sexualidad genital desplazó y ocupó el nivel de la sexualidad afectiva. El eros, en cuanto pasión y vigor vivificante que tiende hacia la comunión, ha quedado reducido a mero erotismo. Es mucho lo que se pierde cuando el eros se reduce al sexo, el sexo a lo meramente genital y la genialidad a la técnica del placer carnal. Cuando una cultura ha decretado la "revolución genital", muere y entierra al eros, el arte decae en pornografía y comienzan a faltar los amantes, los

inventores, los artistas y los místicos. Llegados a este límite de decadencia cultural ya no se sabe qué es el cuerpo, ni qué es la sexualidad ni, por último y lo más terrible, que es la persona humana. ¡La salvación sólo puede venir de lo femenino en la mujer, siempre y cuando ellas sepan sortear el peligro de jugar a ser varones!

Es así como, poco a poco, muchos y muchas jóvenes contemporáneos vuelven a **descubrir** que la sexualidad no es algo a tomar como una simple diversión pasajera. Hay, al menos, cuatro experiencias humanas que les hacen pensar que la sexualidad no se puede tomar a la ligera:

- La dimensión **afectiva** que ella implica.
- El natural **pudor** a revelar la intimidad personal sexuada.
- La voz del **inconsciente** que relaciona siempre sexualidad con generación (origen y descendencia).
- La presencia del **amor** y la interpersonalidad ligadas naturalmente con el sexo.

Probablemente estamos llegando al fin de una revolución y, vuelvo a decirlo, el “genio femenino” ha tenido buena parte en todo esto.

Los cuerpos humanos son **esponsales** por estar ordenados a la mutua donación y comunión interpersonal fecunda. La sexualidad, en su sentido más profundo, es la evidencia tangible de dicha sponsalidad. Nuestros cuerpos sexuados son esponsales y manifiestan la característica sponsal de la persona humana. La persona humana es sponsal por ser uno en relación, donación y acogida en la comunión fecunda y creativa. La persona humana tiene necesidad, en un cierto sentido, del lenguaje del cuerpo y de la sexualidad a fin de poder manifestarse.

En otras palabras, así como el cuerpo demuestra la sponsalidad de la persona, de igual modo, la sexualidad revela la sponsalidad del cuerpo. El amor sexual es un amor humano pues, a través del cuerpo, enraíza en la persona. Esta capacidad de donación y acogida orientada a la comunión fecunda, tanto por parte de la persona, del cuerpo y de la sexualidad, es lo que llamamos capacidad sponsal.

3. Madurez

La madurez humana es **proceso**, es desarrollo, es crecimiento. Por eso es más realista hablar de maduración. Este proceso nunca es rectilíneo. La vida humana avanza como un barco, algunas veces con viento a favor y otras contra viento y marea. Y no faltan olas a remontar y escollos a sortear.

La maduración de la persona conoce diferentes **niveles** y puede ser considerada en forma **global** o **parcial**. En el primer caso hablaremos de una persona madura, en el segundo caso hablaremos de madurez intelectual, madurez volitiva, madurez afectiva, madurez social...

El proceso de maduración es algo relativo, muchas veces sucede que un nivel puede haber madurado más que otro, alguien puede ser intelectualmente maduro y ser al mismo tiempo afectivamente inmaduro. También puede suceder que la madurez personal no sea correlativa con la edad cronológica, todos conocemos algún adulto totalmente infantil.

La madurez no es algo absoluto, depende de muchas **variables**, tales como: la edad, los estudios, el tipo de vida, el nivel social y económico, la pertenencia social y cultural...

Por lo demás, la riqueza de una **personalidad madura** es tal que difícilmente se puede describir en la totalidad de su plenitud y complejidad. Gracias a Dios todos conocemos personas integradas y relacionamente armónicas; personas que saben por experiencia lo que es el autocontrol, la autonomía, la sociabilidad y la autenticidad; personas capaces de amar, orar, trabajar, convivir, sufrir, gozar, reír... y morir.

La psicología contemporánea nos enseña cuales son los **cinco criterios fundamentales** de la madurez humana. En forma esquemática y simplificada pueden presentarse así:

Madurez psicológica

Autoconocimiento y autoaceptación

Madurez afectiva

Equilibrio y seguridad emocional

Relación cordial con los otros

Madurez social

Cooperación y compromiso activo y eficaz

Madurez moral

Valores unificadores de la existencia

Me interesa destacar ahora el **proceso** de maduración afectiva. Una persona madura se distingue por un cierto equilibrio y estabilidad afectiva. Esto significa que la racionalidad, con sus fuerzas intelectivas y volitivas, y la afectividad, con su tensión estimulante, están bien integradas y cooperan armónicamente al servicio de la realización personal. Esto no significa que la afectividad esté siempre calma y serena, sino que los inevitables contratiempos de la vida sacuden y alteran el equilibrio afectivo pero vuelve luego a ajustarse a la normalidad. La madurez afectiva es una realidad provisoria e inestable que jamás se alcanza en forma plena y definitiva y que puede siempre sufrir vicisitudes y problemas de todo tipo. Se trata de un "ideal" que puede ser alcanzado con menor o mayor plenitud.

Las cinco **notas más fácilmente comprobables** para medir el grado de madurez afectiva son los siguientes:

-Tolerancia de las frustraciones: la persona con un cierto grado de madurez reconoce las frustraciones, admite su responsabilidad ante ellas y las confronta con realismo. Si ellas son momentáneamente insuperables las sabe sobrellevar con ecuanimidad y, si es necesario, renunciar. Por el contrario, la persona inmadura es más o menos incapaz de esperar y cualquier demora la vive como una amenaza de pérdida definitiva, por eso reacciona ante la frustración con impaciencia o ira, con tristeza o desánimo y encerrándose en la propia conmisericordia.

-**Capacidad de automanifestación:** la persona madura puede manifestar en público sus propias convicciones y sentimientos sin defenderlos a ultranza y sin quedar enredado en sus emociones.

-**Capacidad de tomar decisiones:** la persona madura puede decidir sin innecesarias vacilaciones cuando tiene certeza moral de lo que ha de hacer.

-**Apertura a la alteridad:** la persona madura es capaz de aceptar a los otros en cuanto diferentes y de enriquecerse con dichas diferencias.

-**Adaptación a las circunstancias:** la persona con un cierto grado de madurez es flexible al cambio y sobrelleva con facilidad la ansiedad que suele causar lo desconocido y arriesgado. Y, ante lo imprevisto, suele reaccionar con sentido del humor, lo cual no significa ridiculizar la realidad con un chiste.

Cabe ahora una pregunta: ¿se identifican la **madurez** humana y afectiva con la **santidad** cristiana? La respuesta es: ¡no! No existe una correlación perfecta entre santidad y madurez. Pero, no obstante, hemos de afirmar que la integración afectiva es condición normal del crecimiento espiritual. Y el crecimiento espiritual incide a su vez en la maduración de la persona.

4. Pedagogía

Después de todo lo dicho, sólo faltaría presentar ahora una pedagogía de la afectividad. Pero no es este el momento de hacerlo. Me limito a señalar algunos **factores** que podrían condicionar y potenciar en alguna manera la madurez afectiva de nuestros hijos e hijas, sobrinos y sobrinas, nietos y nietas...

Entre los factores que pueden haber **predispuesto favorablemente** a la madurez afectiva de nuestros jóvenes, varones y mujeres, deseo señalar:

-La experiencia de **vida familiar**, sobre todo durante los años de la infancia y la adolescencia. Las experiencias relativamente positivas son aquellas que no han caído en los extremos del rechazo o el proteccionismo, del rigorismo o la permisividad, de ideales inalcanzables o poco connaturales con la persona concreta. Es obvio que esto demanda padres y madres relativamente maduros y que conviven con un cierto grado de armonía.

-Esto significa que los padres y madres han hecho la experiencia inolvidable e irrepetible de **haber amado** honda y verdaderamente y de saber que se ha **sid**o amado con igual amor.

Entre los factores que pueden **reforzar o potenciar** la madurez afectiva de nosotros mismos y de todos aquellos con quienes compartimos nuestra espiritualidad quiero señalar aquellas experiencias que:

-Promuevan en forma más o menos explícita el **autoconocimiento y la autoaceptación**, la autoafirmación y la autoevaluación.

-Favorezcan la auténtica **conciencia moral**, definida por valores libremente abrazados y un sentido de perdón y de culpa sin complejos de culpabilidad, ¡arrepentimiento sin lamentos!

-Hagan posible relaciones de auténtica **amistad interpersonal**, amistad particular pero no excluyente, caracterizada por: afecto recíproco, respeto a la libertad, valores compartidos, estímulo hacia el Señor.

-Permitan a los jóvenes elegir sus **parejas en vistas al matrimonio**, elección no basada en la belleza y el dinero, sino en componentes psicológicos, espirituales y culturales que fundamenten una opción verdaderamente querida.

-Enseñan a sentir los **movimientos del corazón** y a discernir su orientación a fin de abrazar los buenos y rechazar los malos.

-Ayudan a **centrarse en el amor**, creciendo en una relación afectiva con Jesucristo y, con Él, abrirse al servicio fraterno.

Pero si alguien desea profundizar en una pedagogía de la afectividad puede recurrir a ese gran pedagogo y mistagogo que fue Elredo de Rielvaux. En su ***Speculum Caritatis*** Elredo ofrece un método con profundas intuiciones pedagógicas para la formación personal en una triple dimensión:

- Nivel de la *ortodoxia* o de los contenidos doctrinales.
- Nivel de la *ortopraxis* o del actuar responsable.
- Nivel de la *ortopatía* o del recto sentir.

Esta última dimensión, la del recto sentir u **ortopatía**, lo desarrolla con fino análisis en el Libro III de su obra. En conclusión, Elredo afirma que el amor perfecto es el amor guiado por la razón y sostenido por el afecto. Quien así ama ha adquirido un alto grado de inteligencia emocional y de artesanía afectiva.

Nuestro buen monje Elredo se anticipó en varios siglos a las psicología contemporánea que ha redescubierto la así llamada "**inteligencia emocional**" (D. Golman). De hecho todos sabemos que hay diversos tipos de inteligencia:

- La inteligencia **abstracta**: capacidad para entender y organizar símbolos verbales y matemáticos.

-La inteligencia **concreta**: capacidad para entender y organizar los objetos.

- La inteligencia **social**: capacidad para entender y organizar a las personas humanas.

En el contexto de la inteligencia social se ubica la inteligencia **emocional**: capacidad para discernir la vida emocional propia y ajena y usar dicha información para el propio conocimiento y acción.

-La **pedagogía** de este tipo de inteligencia se basa en:

- Autoconocimiento.
- Canalización de las emociones hacia un objetivo.
- Autocontrol emocional.
- Empatía y sensibilidad hacia los sentimientos ajenos.

Concluyendo, la razón y el afecto, el **corazón** y la **cabeza** han de caminar siempre juntos. Pero no paralelamente sino convergentemente hacia la meta propuesta y deseada. Cuando la razón se enturbia comienza la desorientación, cuando el afecto se enfría comienza la insatisfacción. No obstante esta interdependencia y correlación, la experiencia nos enseña que en las grandes decisiones de la vida cuenta más el afecto que la razón.

Bernardo Olivera
Roma, 1 de Octubre 2002