De la Mano de María I: Templanza: La felicidad en el equilibrio

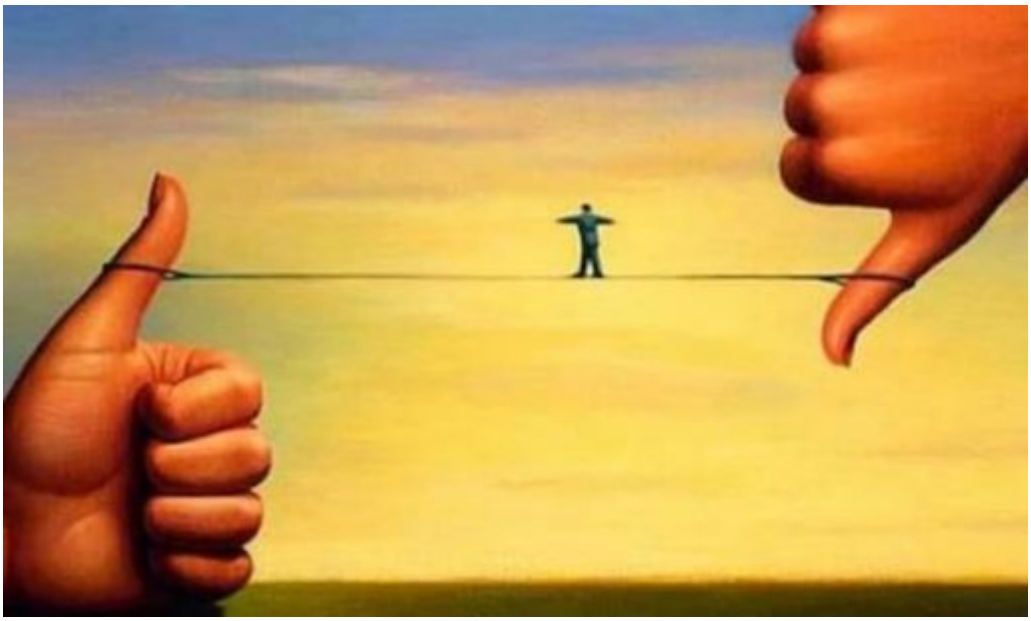
Descripción

Lo usual es que el equipo que maneja este blog me contacte para pedirme una colaboración escrita, con lo cual he aprendido muchísimo. Siempre digo que ellos hacen apostolado conmigo y, a la vez, me dan la oportunidad de hacer apostolado con las personas que me leen. Es un ganar, ganar.

Sin embargo, no fue el caso de este artículo. En uno de los retiros a los que asisto cada mes, una de las charlas se refería a cómo vivir la virtud de la templanza, la impartió mi hermana Marta. La charla me gustó muchísimo ya que es un tema sobre el cual no había profundizado. Claro que conocía qué era la templanza, pero no todo lo que significaba hacerla parte de nuestra vida. Mientras la escuchaba pensé que sería un excelente tema para escribir un artículo.

Así que le dije a Marta mi idea y que, si le parecía, me enviara el contenido de la charla, lo cual hizo. Por tanto, lo ajusté según el formato del blog y se lo mandé a la administradora. Me respondió diciéndome que les había gustado mucho y que pensaban que encajaría perfectamente para celebrar en mayo, el mes de la Virgen.

Me pidió que lo retrabajara abordando también cómo la Virgen había vivido la templanza durante su vida terrenal. Así que me puse en eso, a buscar lecturas, información y, lo más importante, a pedirle a la Virgen que me inspirara.



Templanza: armonía interior

La templanza es una de las **cuatro virtudes cardinales** que nos ayuda a disfrutar de los **bienes con libertad, sin conceder que nos dominen ni esclavicen.**

Dios creó el mundo y constituyó al hombre cabeza de la creación. A causa del desorden que introdujo el pecado en el mundo, **el hombre ha de esforzarse y luchar para no verse prisionero y esclavo de los bienes que creó Dios** para Él, para que también a través de ellos pudiera alcanzar el Cielo. Especialmente en nuestros días, parece que muchos tratan de poner como fin lo que Dios puso como medio.

La templanza consiste en una armonía interior que posibilita a la persona a elegir bien.

San Josemaría dice que la templanza es una virtud muy visible, sus actos son evidentes a los demás, aun cuando no sean llamativos; la sobriedad es el espejo en el que se descubre una vida plena y libre: detrás de ella se ve a alguien que ha elegido no vivir como un ave de corral, sino como las águilas, cerca de Dios.

> La Virgen siendo libre decidió seguir lo que Dios le pedía. Ella supo elegir bien. Pudo haberse negado, pero eligió seguir el llamado de Dios con amor. Vivió la templanza con amor. En su hágase en mí según tu palabra, está contenido que vivió en armonía interior.

Dios es el primer bien

Pregunta, ¿quién es el primer bien? ¿A dónde debemos dirigir nuestros pasos, esforzarnos? La templanza permite que nuestra vida **no pierda el Norte** que señala siempre a Dios.

El Catecismo de la Iglesia Católica dice que la templanza “es la virtud moral que modera la atracción de los placeres (especialmente el tacto y el gusto) y procura el equilibrio en el **uso de los bienes creados**. Asegura el **dominio de la voluntad sobre los instintos**”.

Para que podamos **elegir el bien en cada momento, hemos de consentir la acción de Dios en nuestra vida y que su gracia nos transforme.**

La experiencia de san Agustín es muy elocuente, con una afirmación muy famosa del inicio de las Confesiones: **“Nos hiciste, Señor, para Ti, y nuestro corazón está inquieto, hasta que descanse en Ti”.**

> Quienes han puesto el corazón en el verdadero tesoro gozan de la alegría y la paz que las cosas de la tierra no pueden dar.

Nuevamente aquí vemos que la Virgen practicó la templanza ya que ella eligió el bien en todo momento, consintió la acción de Dios en su vida y permitió que su gracia la transformara para llegar a ser nuestra Madre en el Cielo.

Destemplanza: lucha vs pecado

Hemos de estar vigilantes, pues si examinamos la orientación que va tomando nuestra cultura moderna, comprobaremos que conduce a un cierto **hedonismo, a la vida fácil.**

Quienes no están habituados a negarse nada, quienes abren la puerta a todo lo que piden los sentidos, quienes buscan en primer término agradar el cuerpo y solo se afanan en buscar las mayores comodidades, difícilmente podrán ser dueños de sí mismos y alcanzar a Dios.

En un clima en el que lo importante es el cuerpo, su salud, su cuidado, su presentación, es imposible que la vida cristiana arraigue y dé frutos.

Por eso debemos recordar con frecuencia el objetivo de nuestra vida, para no olvidar el sentido que tiene, y así sabremos acertar en la elección de cada momento.

Necesidad de la templanza – Nuestro ejemplo

Con nuestra vida hemos de enseñar a muchos que **“el hombre vale más por lo que es que por lo que tiene”,** y hemos de hacerlo con el **ejemplo de una vida sobria y templada.**

De modo particular, los padres han de vivir y enseñar a los hijos a crecer en una justa libertad ante los bienes materiales, a prescindir de cosas superfluas, a no crearse necesidades, a disfrutar de lo que tienen, adoptando un estilo de vida sencillo y austero: **vale más compartir con ellos el tiempo de descanso, estar próximos y asequibles, jugar con los pequeños, escuchar y comprender a los mayores.**

Acostúmbrate a decir que no

Uno de los primeros puntos de Camino puede servir para encuadrar el lugar de la templanza en la vida de las mujeres y de los hombres: **Acostúmbrate a decir que no.**

Decir que no, en muchas ocasiones, conlleva una victoria interna que es fuente de paz. Es negarse a lo que aleja de Dios —a las ambiciones del yo, a las pasiones desordenadas—; es la vía imprescindible para afirmar la propia libertad.

Quien vive esta virtud “sabe prescindir de lo que produce daño a su alma, y se da cuenta de que el sacrificio es solo aparente: porque al vivir así —con sacrificio— **se libra de muchas esclavitudes”.**

Pero la Virgen sin dudar dijo que sí. Y lo hizo porque sabía que era algo que venía del bien y no del mal. Aquí radica la cuestión: decir que no a cosas que sabemos que nos alejan de Dios. Aprender a hacerlo es un arte.

En mi caso, he aprendido a decir que no sin sentirme culpable. Saber cuándo puedo aceptar hacer algo que me dé tranquilidad y no me aleje de Dios. Y en la Virgen tenemos el mejor ejemplo.

¿Es Dios tu Dios?

En nuestros días, también se puede decir de ciertas personas que su dios es el vientre, por el afán que ponen en la comida y en la bebida.

El hombre sobrio, por el contrario, es aquel que modera el uso de los alimentos: evita comer a deshora y por capricho; no busca los alimentos más exquisitos, con gastos desproporcionados; no consume cantidades excesivas…

Así que para terminar sería bueno que nos preguntemos:

- ¿Podemos distinguir los espinos que llevan a una vida de tibieza?
- ¿Hemos dicho que no para estar cerca a Dios?
- ¿Hay algo que te esclavice y te aleje de Dios?
- ¿Practicamos la virtud de la templanza en nuestra vida, así como lo hizo la Virgen?

¡Madre en el Cielo, ayúdame a ser feliz con una vida equilibrada!

Te compartimos este recurso de la virtud de la templanza