

# Reflexiones

Padre Nicolás Schwizer

## MADUREZ AFECTIVA

¿En qué consiste la madurez afectiva? Dos palabras pueden definir esta madurez: primero, la posesión de sí mismo y, segundo, la entrega de sí mismo.

### 1. La posesión de sí mismo

Podríamos hablar también de equilibrio emotivo que es la capacidad de dominar los propios impulsos, tendencias y tensiones. Es imposible la entrega de sí mismo, si antes uno no se posee, si no se domina, si no tiene autodomínio. A través de mi autodomínio voy a ser portador de vida y amor para mi cónyuge, mis hijos, mis hermanos de grupo, mis amigos.

Nuestra madurez ha de avivar la vida que encontramos en nuestro hogar y a nuestro alrededor. En lugar de desplomar, de destruir, de matar por mi superficialidad, mi comentario extemporáneo, mi desahogo, mi falta de autodomínio, regalo justamente un poquito más de vida. Un amor que no conduzca a la vida, no es amor. El egoísmo es portador de muerte, el amor es portador de vida.

Posesión de sí mismo, significa poseer un mundo interior rico, cultivado, que incluye un buen grado de **intimidad personal**, de privacidad. Hay gente muy rica interiormente, pero que no se posee, porque está siempre conversando, **está hablando permanentemente**.

Y el que habla mete la pata; el que habla poco, mete menos; y el que no habla no la mete, de ordinario. La persona que tiene necesidad de contarle a cualquiera todo lo que vive, no tiene intimidad, no tiene posesión de sí. Porque poseerse significa también momentos de silencio, momentos de recogimiento, momentos de oración, así vamos asimilando lo que Dios siembra en nosotros.

Aquí podemos ver el sentido del **secreto**. Nadie va a confiar en nosotros, si no hay sentido del secreto. ¿Qué es el secreto? Posesión de sí. No estar con unas ganas locas de contarle al primero que aparece. ¡Qué importante es autoeducarse en ese aspecto!

Aunque sea decirse: me muero de ganas de contarle a mi marido tal cosa, pero no, voy a esperar una hora y después recién se lo cuento.

O escuchamos un **chisme**. Sea verdad o sea mentira, si yo lo sigo contando, lo único que hago es sembrar muerte, no vida. Mato la fama de mi hermano, pongo en duda tal cosa de él. Así es que de mi parte, se acabó el chisme. En el guardar secretos tienen un camino bien concreto de posesión de sí mismo. Hay que ver cómo la gente se abre cuando encuentra una persona capaz de escuchar y quedarse callada después.

Otro pequeño ejercicio, junto con el mantener el secreto, es **no desahogarse** por cualquier cosa y en cualquier momento y ante cualquier persona. Mejor es postergar esos desahogos: mañana voy a hablar de eso con mi cónyuge, o la próxima semana. Así uno se convierte en una persona que no se ahoga, y por eso no necesita desahogarse.

### 2. La entrega de sí mismo

La posesión de sí puede acabar en egoísmo. Por eso el segundo aspecto de la madurez afectiva: la entrega de sí. Una vez que yo me estoy poseyendo a mí mismo, me voy entregando, me voy brindando. La entrega de sí es una capacidad, la de salir de un yo receptivo y egoísta, para ser fecundo en un tú y en un nosotros. Darme, entregarme, es una tarea que se aplica en todos los ámbitos de nuestra vida: en el trabajo, en la familia y el matrimonio, en la sociedad, en la parroquia, en la relación con Dios. En todos los ámbitos estoy siempre poseyéndome y entregándome, siempre en ese juego. Y lo hermoso de todo eso es que cuanto más me doy, más recibo: más alegría, más seguridad, más amor, más sabiduría, más felicidad. Decíamos que el amor posesivo es como un barril sin fondo. Este amor, el amor oblativo, se enriquece sin medida. Y cuanto más se da, tanto más se posee a sí mismo.

#### Preguntas para la reflexión

1. ¿Comento lo que escucho sin antes verificar la verdad?
2. ¿Espero unas horas... antes de contar algo?
3. ¿Escucho a los demás o los "aturdo" con mi conversación?

Si desea suscribirse, comentar el texto o dar su testimonio, escriba a: [pn.reflexiones@gmail.com](mailto:pn.reflexiones@gmail.com)