

VIRTUD DE LA TEMPLANZA

“Templanza es realizar el orden en el propio yo; es autoconservación. Es el hábito que pone por obra y defiende la realización del orden interior del hombre”⁵

La templanza es la virtud del dominio de sí, procura el equilibrio en cada una de las dimensiones del ser humano:

- Física
- Emocional
- Social
- Familiar
- Profesional
- Espiritual

Antes de dirigir a otros, hay que aprender a dirigirse a uno mismo.

Esta virtud está sujeta a las pasiones, las emociones y los sentimientos, así como a la razón, y su energía se canaliza hacia la realización de nuestra misión.

Esta virtud es inseparable de la humildad, ya que crea en el corazón del líder un espacio para los otros, un espacio en el que el ideal de servicio puede materializarse. La persona que no es templada rara vez está dispuesta a servir, normalmente está centrada en sí misma.

Su ausencia perjudica la inteligencia, al oscurecer la luz de la razón llevando a la persona a buscar poder, dinero o placer perdiendo contacto con la realidad. Por otro lado, también perjudica la voluntad porque mina la fortaleza (capacidad de mantener el rumbo) y la justicia (interés por el bien común y la dignidad de la persona).

⁵ FERNANDEZ-CARVAJAL, Francisco, (2003) *Opus cit.*, p. 918



COMPORTAMIENTOS CARACTERÍSTICOS

- No se deja dominar por sus debilidades.
- Carece de vicios que lo debiliten, al procurar el equilibrio en su vida.
- No cede a los gustos, deseos y caprichos desordenados del momento.
- Sabe vencer al deseo del placer y la comodidad.
- Sabe controlar su carácter sobre todo en situaciones críticas o de estrés.
- Conoce las propias debilidades y evita caer en circunstancias que pongan en peligro su voluntad.
- Es congruente con lo que piensa, dice y hace.

SINTOMAS DE CARENCIA

- Rara vez está dispuesto a servir, normalmente está centrado en sí mismo.
- Cómodo y perezoso.
- No conoce sus debilidades.
- Le falta fortaleza y fuerza de voluntad.
- Al no tener límites en su vida le lleva a querer tener y hacer todo, sin pensar en lo que es mejor para su propia persona y proyecto de vida o propósito personal.
- El desorden le impide distinguir entre lo que es realmente necesario de lo superficial.
- Se deja llevar por el deseo y el antojo.
- Suele ser desmedido en el carácter y carecer de estabilidad de ánimo.
- Es inconstante en los asuntos importantes que emprende.



PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

1. ¿Tienes una meta u objetivo que equilibre tu vida y oriente tus actividades?
2. ¿Tienes un plan para llegar a esa meta?
3. ¿Tomas decisiones que vayan en función de esa meta?
4. ¿Identificas tus fortalezas y debilidades?
5. ¿Vences cuando hay pereza, desánimo o dificultad?
6. ¿Eres constante en los asuntos que emprendes?
7. ¿Al caer en alguna debilidad te empeñas por volver a empezar las veces que sean necesarias para seguir adelante?
8. ¿Ante las pasiones (ira, placer, comodidad) te dejas llevar por el calor del momento sin pensar las malas decisiones que puedas tomar en esas circunstancias?

SUGERENCIAS DE MEJORA

1. Sé disciplinado, establece objetivos y define un plan estricto para cumplirlos.
2. Evita las distracciones que te alejen de tus objetivos.
3. Ejerce tu voluntad renunciando voluntariamente a comodidades y placeres no esenciales.
4. Enfoca tu atención en los aspectos importantes y trascendentes de tu vida. Evita las distracciones que te hagan perder el control de tu proceso de crecimiento y mejoramiento como persona.