

## LA VIRTUD DE LA TEMPLANZA

Simón Pedro, siervo y apóstol de Jesucristo, a los que por la justicia de nuestro Dios y Salvador Jesucristo han obtenido una fe tan preciosa como la nuestra: a vosotros gracia y paz abundantes por el conocimiento de Dios y de Jesús nuestro Señor.

Pues su poder divino nos ha concedido todo lo que conduce a la vida y a la piedad, mediante el conocimiento del que nos ha llamado con su propia gloria y potencia, con las cuales se nos han concedido las preciosas y sublimes promesas, para que, por medio de ellas, seáis partícipes de la naturaleza divina, escapando de la corrupción que reina en el mundo por la ambición; ***en vista de ello, poned todo empeño en añadir a vuestra fe la virtud, a la virtud el conocimiento, al conocimiento la templanza, a la templanza la paciencia, a la paciencia la piedad, a la piedad el cariño fraterno, y al cariño fraterno el amor.***

Pues estas cosas, si las tenéis en abundancia, no os dejan ociosos ni infecundos para el conocimiento de nuestro Señor Jesucristo. Y quien no las tenga es ciego y miope, que echa en el olvido la purificación de sus propios pecados. Por eso, hermanos, poned el mayor empeño en afianzar vuestra vocación y vuestra elección; haciendo esto no caeréis nunca. Pues así se os facilitará muchísimo la entrada en el reino eterno de nuestro Señor y Salvador Jesucristo. (2P, 1, 3-11)

El fruto del Espíritu es: amor, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, lealtad, modestia, ***dominio de sí.*** Contra estas cosas no hay ley. (Gal 5, 22-23)

Al comienzo de esta meditación sobre *la virtud cardinal de la templanza*, conviene recordar, una vez más, algunas afirmaciones conciliares: «El misterio del hombre sólo se esclarece en el misterio del Verbo encarnado». «La vocación suprema del hombre en realidad es una sola, es decir, la divina». (GS 22). «La razón más alta de la dignidad humana consiste en la vocación del hombre a la unión con Dios. Desde su mismo nacimiento, el hombre es invitado al diálogo con Dios. Existe pura y simplemente por el amor de Dios, que lo creó, y por el amor de Dios, que lo conserva». (GS 19) «Dios ha llamado y llama al hombre a adherirse a él con total plenitud de su ser en la perpetua comunión de la incorruptible vida divina» (GS 18). En Cristo Jesús lo humano y lo divino son inseparables, él une el cielo y la tierra (cf. Jn 1, 51).

Los escritos apostólicos, por otra parte, y esto explica, en buena parte, que las Escrituras hablen en contadas ocasiones de la templanza, recalcan esta convicción: la vida cristiana debe entenderse, ante todo, como respuesta al don previo de la salvación de Dios en Cristo Jesús. La moral del creyente tiene su raíz en el amor de Cristo. «El amor de Cristo nos apremia». La ética del cristiano tiene su fundamento en la verdad: «Tanto amó Dios al mundo...» (Jn 3, 16) «Habiendo amado a los suyos los amó hasta el extremo». (Jn 13, 1) «Nadie tiene amor más grande que el que da la vida por sus amigos». (Jn 15, 13) El Nuevo Testamento no niega la importancia de la moral, pero esta ha de basarse en la iniciativa divina. La salvación es don y no conquista. La fe apostólica afirma: Hemos sido recreados por Dios para las buenas obras (cf. Ef 2, 1-10). Las buenas obras son la consecuencia de la acción recreadora de Dios.

La ética autónoma, por tanto, propugnada por la razón filosófica y algunos pensadores, aun cuando sea elevada y tenga un gran valor en sí misma, no debe hacernos perder de vista que la virtud de la templanza es fruto del Espíritu Santo. Por ello san Agustín enseñó, como recuerda el Catecismo de la Iglesia Católica: es propio de la templanza preservar de

la corrupción y de la impureza la vivencia del amor<sup>1</sup>. De la virtud de la caridad, cima de la fe y la esperanza, brotan, en última instancia, las virtudes cardinales. Conviene, por tanto, contemplar la templanza a la luz del amor de Jesús por el Padre, de la caridad que el Espíritu Santo infunde en nuestros corazones. Es lo que trato de presentar a lo largo de estas reflexiones. Pero antes, una advertencia más.

En la constelación de la templanza, conviene tenerlo en cuenta, nos encontramos con los términos de moderación, sobriedad, sensatez, autodominio, continencia y otros muchos. En efecto, cuando uno consulta las diferentes versiones de la Biblia, descubre cómo los traductores, lo cual es comprensible, traducen los términos griegos de acuerdo con ciertas preocupaciones lingüísticas, culturales y religiosas de su tiempo, pues el significado de los términos evoluciona con la cultura y experiencia de la persona<sup>2</sup>.

## I.- EL FUNDAMENTO EVANGÉLICO DE LA TEMPLANZA

El creyente, consciente que la sabiduría viene de Dios, la suplica de todo corazón. «Al comprender que no la alcanzaría, si Dios no me la daba –y ya era un signo de sensatez saber de quién procedía tal don–, acudí al Señor y le supliqué, diciéndole de todo corazón...» (Sab 8, 21) Pero hay que pedirla con el deseo de recibirla y cultivarla. De ahí brota la exigencia del autodominio, la templanza.

No vayas detrás de tus pasiones y pon un freno a tus deseos. Si te concedes la satisfacción de la pasión, serás el hazmerreír de tus enemigos. No te deleites con muchos placeres, para no empobrecerte a su costa. No te arruines festejando con dinero prestado, cuando no tienes nada en la bolsa, pues serás uno que insidia contra la propia vida. (Eclo 18, 30-33)

---

<sup>1</sup> La templanza es la virtud moral que modera la atracción de los placeres y procura el equilibrio en el uso de los bienes creados. Asegura el dominio de la voluntad sobre los instintos y mantiene los deseos en los límites de la honestidad. La persona moderada orienta hacia el bien sus apetitos sensibles, guarda una sana discreción y no se deja arrastrar “para seguir la pasión de su corazón” (cf. Si 5,2; 37, 27-31). La templanza es a menudo alabada en el Antiguo Testamento: “No vayas detrás de tus pasiones, tus deseos refrena” (Si 18, 30). En el Nuevo Testamento es llamada “moderación” o “sobriedad”. Debemos “vivir con moderación, justicia y piedad en el siglo presente” (Tit 2, 12).

Siendo Dios el sumo bien del hombre, lo que no podéis negar, se sigue que la vida santa, que es una como dirección del afecto al sumo bien consistirá en amarle con todo el corazón con toda el alma y con todo el espíritu; lo cual preserva de la corrupción y de la impureza del amor, que es lo propio de la templanza; lo que le hace invencible a todas las incomodidades, que es lo propio de la fortaleza; lo que le hace renunciar a todo otro vasallaje, que es lo propio de la justicia y, finalmente lo que le hace estar siempre en guardia para discernir las cosas y no dejarse inficionar subrepticamente de la mentira y el dolo, que es lo propio de la prudencia. Esta es la única perfección humana que consigue gozar de la pureza de la verdad y la que ensalzan y aconsejan a una ambos Testamentos. (San Agustín, De moribus Ecclesiae Catholicae, 1, 25, 46). (CIC 1809)

<sup>2</sup> En la meditación haré referencia a dos términos griegos y sus traducciones un tanto diferentes: EGKRATEIA (dominio de sí mismo, continencia, templanza) y SOPHROSYNE (buen juicio, sensatez, serenidad, tranquilidad, moderación, moralidad). En ambos términos se pone de relieve el dominio ejercido por la razón sobre los impulsos vitales, de manera que la persona sea libre y responsable, de manera que no se deje tentar ni apartar de su camino por cualquier seducción. En la perspectiva bíblica, claro está, el camino a seguir es el que Dios nos revela en la historia de la salvación.

En el Antiguo Testamento, se afirma ya de alguna forma que la virtud de la templanza es don y tarea. En el Nuevo Testamento esta perspectiva se precisa más. Ni las leyes ni la razón natural pueden ser el fundamento último de la templanza. Tampoco puede serlo la sabiduría adquirida mediante la Torá según la perspectiva judía. En la economía de la gracia, esto es, en el cristianismo la raíz de la virtud hay que buscarla en la revelación del «hombre nuevo» creado en Jesucristo.

En las cartas pastorales, el apóstol recuerda a Timoteo que la templanza es don de Dios junto con la fortaleza y el amor.

Evoco el recuerdo de tu fe sincera, la que arraigó primero en tu abuela Loide y en tu madre Eunice, y estoy seguro que también en ti. Por esta razón te recuerdo que reavives el don de Dios que hay en ti por la imposición de mis manos, pues Dios no nos ha dado un espíritu de cobardía, sino de fortaleza, de amor y de templanza. (2Tim 1, 5-7)

Dios es quien da un «*espíritu de templanza*», esto es, una manera permanente de comportarse a lo largo de la vida, una mentalidad nueva. No estamos, por tanto, ante una simple conquista del esfuerzo del hombre, sino ante un verdadero don que estamos llamados a cultivar y poner en práctica, para no acomodarse al mundo presente y enseñar a los demás, dando testimonio de Cristo, que nos da la verdadera inteligencia:

Así pues, tú, hijo mío, hazte fuerte en la gracia de Cristo Jesús, y lo que has oído de mí, a través de muchos testigos, esto mismo confíalo a hombres fieles, capaces, a su vez, de enseñar a otros. Toma parte en los padecimientos como buen soldado de Cristo Jesús. Nadie, mientras sirve en el ejército, se enreda en las normales ocupaciones de la vida; así agrada al que lo alistó en sus filas. Tampoco el atleta recibe la corona si no lucha conforme a las reglas. El labrador que se afana con fatiga tiene que ser el primero en participar de los frutos. Reflexiona lo que digo, pues el Señor te dará inteligencia para que lo comprendas todo. (2Tim 2, 1-7)

En la carta a Tito, el apóstol pide a todos vivir con sensatez, incluidos los ancianos: «Que los ancianos sean sobrios, respetables, sensatos (moderados), sanos en la fe, en el amor y en la paciencia». Que «las jóvenes sean sensatas». «A los jóvenes exhortalos a que sean sensatos». (Tit 2, 2.4.6) La decencia y la modestia forma parte de la vida cristiana (cf. 1Tim 2, 8-9). El apóstol expone así el fundamento verdadero de una existencia «sobria, justa y piadosa» de acuerdo con la gracia de Dios, que trae la salvación.

Pues se ha manifestado la gracia de Dios, que trae la salvación para todos los hombres, enseñándonos a que, renunciando a la impiedad y a los deseos mundanos, llevemos ya desde ahora una vida sobria, justa y piadosa, aguardando la dicha que esperamos y la manifestación de la gloria del gran Dios y Salvador nuestro, Jesucristo, el cual se entregó por nosotros para rescatarnos de toda iniquidad y purificar para sí un pueblo de su propiedad, dedicado enteramente a las buenas obras. De esto es de lo que has de hablar. Exhorta y reprende con toda autoridad. Que nadie te menosprecie. (Tit 2, 11-15)

La virtud de la templanza nos hace sensatos según el Hombre nuevo. Ella permite elegir el camino a seguir en la espera de la realización plena de las promesas de Dios. Hace que pregustemos de alguna forma la dicha esperada. Nos hace críticos, para tomar distancia de la cultura ambiente, del «espíritu del mundo». «El espíritu de la templanza», que Dios regala, nos hace vivir aguardando la dicha esperada, la gloria de Jesucristo.

La vida cristiana supone un estar vueltos hacia el futuro que está viniendo ya a nuestro encuentro en la vida concreta. ¡Ven, Señor Jesús!

Recuérdales que se sometán a los gobernantes y a las autoridades; que obedezcan, estén dispuestos a hacer el bien, no hablen mal de nadie ni busquen riñas; que sean condescendientes y amables con todo el mundo. Porque antes también nosotros, con nuestra insensatez y obstinación, andábamos por el camino equivocado; éramos esclavos de deseos y placeres de todo tipo, nos pasábamos la vida haciendo el mal y comidos de envidia, éramos insoportables y nos odiábamos unos a otros. Mas cuando se manifestó la bondad de Dios nuestro Salvador y su amor al hombre, no por las obras de justicia que hubiéramos hecho nosotros, sino, según su propia misericordia, nos salvó por el baño del nuevo nacimiento y de la renovación del Espíritu Santo, que derramó copiosamente sobre nosotros por medio de Jesucristo nuestro Salvador, para que, justificados por su gracia, seamos, en esperanza, herederos de la vida eterna. (Tit 3, 1-7)

Dicho con otras palabras, hay que vivir desligado de los deseos e instintos carnales, esto es, egoístas, al mismo tiempo que uno se orienta de acuerdo con la nueva vida que se le ha dado en Cristo que «ha resucitado de entre los muertos y es primicia de los que han muerto» (1Cor 15, 20). He aquí la sensatez propia de quien vive según la virtud de la templanza. La primera carta de Pedro nos traza el camino a seguir en nuestra condición de peregrinos del absoluto en este mundo, en cuanto este se opone al plan divino.

Por eso, ceñidos los lomos de vuestra mente y, manteniéndoos sobrios, confiad plenamente en la gracia que se os dará en la revelación de Jesucristo. Como hijos obedientes, no os amoldéis a las aspiraciones que teníais antes, en los días de vuestra ignorancia. (1P 1, 13-14)  
Queridos míos, como a extranjeros y peregrinos, os hago una llamada a que os apartéis de esos bajos deseos que combaten contra el alma. Que vuestra conducta entre los gentiles sea buena, para que, cuando os calumnien como si fuerais malhechores, fijándose en vuestras buenas obras, den gloria a Dios el día de su venida.(2, 11-12)  
Así pues, dado que Cristo sufrió según la carne, también vosotros armaos de la misma mentalidad, porque el que sufrió según la carne ha acabado con el pecado, para vivir el resto de su vida no según las pasiones humanas, sino según la voluntad de Dios. Pues ya es bastante el tiempo transcurrido llevando una vida de gentiles, andando entre libertinajes, instintos, borracheras, comilonas, orgías e idolatrías nefastas. Por eso se extrañan y os insultan cuando no acudís con ellos a ese derroche de inmoralidad. Ellos darán cuenta ante aquel que está dispuesto para juzgar a vivos y muertos. Pues para esto se anunció el Evangelio también a los que ya están muertos, para que, condenados como todos los hombres en el cuerpo, vivan según Dios en el Espíritu. (4, 1-6)

La virtud de la templanza, por tanto, es un don propio del que ha nacido por gracia a una vida nueva en Cristo Jesús. Ella hace a la persona juiciosa, prudente, sensata, auto-disciplinada, sosegada, razonable a la luz de la resurrección del Señor.

En esta perspectiva, conviene recordar, una vez más, que **la continencia** forma parte de los dones y gracias que Dios nos regala, para que llevemos a cabo nuestra vocación en la historia. No lo olvidemos: la existencia es vocación, como recalcó Pablo VI. Por ello el apóstol escribía a la comunidad de Corinto, hablando del matrimonio y del celibato pro el reino de Dios.

Pero cada cual tiene su propio don de Dios, unos de un modo y otros de otro. Ahora bien, a los no casados y a las viudas les digo: es bueno que se mantengan como yo. Pero si no se contienen, cásen; es mejor casarse que abrasarse. (1Cor 7, 7-9)

La virtud, por tanto, no es algo abstracto. Ella se revela y manifiesta en la forma de vivir la existencia cotidiana en la historia. La virtud incide en las acciones y comportamientos de nuestra vida cotidiana. Las Escrituras hablan, en última instancia, de la persona prudente,

justa, valiente, sobria, templada y moderada, más que de la virtud en abstracto. «No se puede ser hombre verdaderamente prudente, ni auténticamente justo, ni realmente fuerte, si no se posee asimismo la virtud de la templanza. Se puede decir que esta virtud condiciona indirectamente a todas las otras virtudes; pero se debe decir también que todas las otras virtudes son indispensables para que el hombre pueda ser “moderado” (o también “sobrio”)» (Juan Pablo II)

## II.- LA TEMPLANZA Y LA VIDA FRATERNA

La virtud de la templanza juega un papel de la máxima importancia en el cultivo de la vida fraterna, tanto de la familia natural como espiritual, así como de la sociedad y los pueblos. Ya hemos visto cómo el apóstol insistía en la necesidad que todos, ancianos y ancianas, los jóvenes y las jóvenes, fueran sensatos en la vida cotidiana. A los que estaban al frente de la comunidad, les exhortaba el apóstol con estas palabras.

Mi intención al dejarte en Creta era que acabaras de organizar lo que aún faltaba por hacer y constituyeses presbíteros en cada ciudad, siguiendo las instrucciones que te di. Que el presbítero sea alguien sin tacha, marido de una sola mujer, que tenga hijos creyentes, a los que no quepa acusar de vida desenfrenada ni de ser unos insubordinados. Porque es preciso que el obispo sea intachable, como administrador que es de la casa de Dios; que no sea presuntuoso, ni colérico, ni dado al vino, ni pendenciero, ni ávido de ganancias poco limpias. Al contrario, ha de ser hospitalario, **amigo del bien, sensato, justo, piadoso, dueño de sí**. Debe mostrar adhesión al mensaje de la fe de acuerdo con la enseñanza, para que sea capaz tanto de orientar en la sana doctrina como de rebatir a los que sostienen la contraria. (Tit 1, 5-9)

En la vida de las familias, de la sociedad civil, de la Iglesia y de los Institutos de vida consagrada, necesitamos cultivar la virtud de la templanza, para recrear día tras día la fraternidad. Esta es don y tarea. Si interrogamos la Escritura, encontramos una respuesta, que me parece muy significativa.

Como acabo de indicar en el punto anterior, la ética del cristiano no puede ser una ética autónoma, esto es, fundada en última instancia en el ser humano. El cristiano está llamado a vivir del don de Dios, de su gracia, como enseña la fe. La salvación no es una conquista de la razón ni de la voluntad. La fuerza y sabiduría de Dios, tal como se ha revelado en la palabra de la cruz, choca de manera frontal con la fuerza de los de la ley y con la sabiduría de los de la razón, simbolizados en los judíos y griegos, irreconciliables entre sí. ¡No al gnosticismo y al semipelagianismo!

La «Fraternidad», que es la Iglesia, vive en la espera de la vuelta del Señor. No somos nosotros los creadores del futuro. El cristiano tiene que aprender a vivir del don. Está llamado a vivir acogiendo y ofreciendo, con gratitud y modestia, a todos el don de Dios. Estamos en el terreno de la fe. Por ello los discípulos de Jesucristo estamos urgidos a acogernos y servirnos mutuamente como hermanos, esto es, como un verdadero don del Señor. Así estamos invitados a celebrarlo en la Eucaristía cotidiana. En el cuerpo de Cristo resucitado, esto es, en el Cristo total, acoyo al otro y me doy a él como hermano.

La fe tiene su expresión sacramental y religiosa. Pero la dinámica profunda de la fe invierte la dinámica de una religiosidad que busca por la sola fuerza de la de la razón o de la voluntad (gnosticismo o neopelagianismo), conquistar la salvación. Esto explica el

porqué de la importancia de la virtud de la templanza, para cultivar el don de la vida fraterna. Trato de explicarme brevemente.

En la lógica de la gracia, la propia de la fe apostólica y cuya expresión sintética se presenta así: «Me amó y se entregó por mí», se descarta de forma radical el riesgo de la HYBRIS, que es la raíz misma del pecado del viejo Adán. La desmesura, el orgullo, la confianza en sí mismo, la soberbia que conducen a la trasgresión y a situarse frente a Dios y los demás; es lo contrario de la verdadera virtud. La SOFROSYNE, templanza, moderación, discreción, autodominio, (SOFROSINA en la mitología griega personificaba estas virtudes frente a la HYBRIS) hace que el hombre se sitúe de acuerdo con su condición de criatura frágil, que no se da la vida, sino que la recibe como don. El ser humano se equivoca cuando quiere ser como Dios, cuando piensa que el reino de Dios depende de él, cuando pretende salvar a los demás. Sin embargo, vive la esperanza gozosa cuando acoge el don de Dios que le hace partícipe por gracia de la naturaleza divina, cuando acoge al hermano y hermana como un verdadero regalo de Dios. Entonces el otro, lejos de presentarse como un límite a mi libertad, lo acojo como un don con el que Dios me enriquece. Además quien vive del don de Dios no se atribuye nada como propio y se pone al servicio de la vocación y misión del otro, con sencillez y humildad. Así se lo recordaba Pablo a la comunidad de los corintios, que andaban revueltos:

Pero nosotros hemos recibido un Espíritu que no es del mundo; es el Espíritu que viene de Dios, para que conozcamos los dones que de Dios recibimos. (1Cor 2, 12)

Hermanos, he aplicado lo anterior a Apolo y a mí por causa vuestra, para que con nuestro caso aprendáis a jugar limpio y no os engriáis el uno contra el otro. A ver, ¿quién te hace tan importante? ¿Tienes algo que no hayas recibido? Y, si lo has recibido, ¿a qué tanto orgullo, como si nadie te lo hubiera dado? (4, 6-7)

¿Acaso no sabéis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, que habita en vosotros y habéis recibido de Dios? Y no os pertenecéis, pues habéis sido comprados a buen precio. Por tanto, ¡glorificad a Dios con vuestro cuerpo! (6, 19)

La tentación de «la economía de la ley» es la HYBRIS. Pablo, siervo del Señor, era consciente de ser apóstol por gracia: «Por él (Jesucristo) hemos recibido la gracia del apostolado, para suscitar la obediencia de la fe entre todos los gentiles, para gloria de su nombre» (Rom 1, 5). La belleza de la economía de la gracia se encuentra en el corazón manso y humilde del Siervo, expresión de la auténtica virtud de la templanza. Jesús, en su oración y exhortación, nos pone en guardia ante la tentación propia de la HYBRIS, la propia de los que se creen sabios y entendidos según los criterios del mundo.

En aquel momento tomó la palabra Jesús y dijo: «Te doy gracias, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has escondido estas cosas a los sabios y entendidos, y se las has revelado a los pequeños. Sí, Padre, así te ha parecido bien. Todo me ha sido entregado por mi Padre, y nadie conoce al Hijo más que el Padre, y nadie conoce al Padre sino el Hijo y aquel a quien el Hijo se lo quiera revelar. Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados, y yo os aliviare. Tomad mi yugo sobre vosotros y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón, y encontraréis descanso para vuestras almas. Porque mi yugo es llevadero y mi carga ligera». (Mt 11, 25-30)

Los escritos apostólicos no cesan de instar a la comunidad cristiana a vivir con sensatez, para cultivar la Fraternidad. La «desmesura», cualquiera sea su expresión, quiebra la relación fraterna.

Además, el fin de todas las cosas está cercano. Así pues, **sed sensatos y sobrios para la oración**. Ante todo, **mantened un amor intenso entre vosotros**, porque el amor tapa multitud de pecados. Sed **hospitalarios** unos con otros sin protestar. Como buenos administradores de la multiforme gracia de Dios, **poned al servicio de los demás el carisma que cada uno ha recibido**. Si uno habla, que sean sus palabras como palabras de Dios; si uno presta servicio, que lo haga con la fuerza que Dios le concede, **para que Dios sea glorificado en todo, por medio de Jesucristo**, a quien corresponden la gloria y el poder por los siglos de los siglos. Amén. (1P 4, 7-11)

El amor fraterno se quiebra y arruina cuando andamos inquietos y nos comportamos como jueces de los hermanos. La templanza ayuda a reconocer en el otro sus dones y limitaciones, para vivir con serenidad, sin menospreciar a nadie, poniéndonos al servicio de su respuesta al don de Dios. Necesitamos esforzarnos para que haya la necesaria serenidad en la relación y servicio mutuo.

**Acerca del amor fraterno**, no hace falta que os escriba, porque Dios mismo os ha enseñado a amaros los unos a los otros; y así lo hacéis con todos los hermanos de Macedonia. Sin embargo os exhortamos, hermanos, a seguir progresando: **esforzaos por vivir con tranquilidad**, ocupándoos de vuestros asuntos y trabajando con vuestras propias manos, como os lo tenemos mandado, para que os comportéis honestamente con los no cristianos y no tengáis necesidad de nadie. (1Tes 4, 9-12)

Para crecer en el amor fraterno, es preciso pedir y cultivar con sencillez la virtud de la templanza, esto es, ser sobrios en el pensar, hablar y obrar.

Así pues, sed humildes bajo la poderosa mano de Dios, para que él os ensalce en su momento. Descargad en él todo vuestro agobio, porque él cuida de vosotros. Sed sobrios, velad. Vuestro adversario, el diablo, como león rugiente, ronda buscando a quien devorar. Resistidle, firmes en la fe, sabiendo que vuestra comunidad fraternal en el mundo entero está pasando por los mismos sufrimientos. (5, 6-9)

Amarse mutuamente, lavarse los pies mutuamente, dar y recibir, funda la fraternidad. El amor fraterno, a diferencia del amor erótico, da espacio al otro para cultive los dones de Dios al servicio del bien común. La comunión fraterna es un enriquecerse mutuamente con los dones diversos que el Espíritu Santo reparte para el bien común.

### III.- VIVIR LA TEMPLANZA EN EL MUNDO Y A TRAVÉS DEL MUNDO

La persona moderada y sobria es dueña de ella misma. En ella, con la gracia de Dios, los instintos y pasiones no prevalecen sobre lo razonable. El autodomínio forma parte del fruto del Espíritu, del amor que él derrama en nuestros corazones. La persona muestra su dignidad en la templanza. Ahora bien, «esto, como recordó Juan Pablo II, no quiere decir que el hombre virtuoso, sobrio, no pueda ser “espontáneo”, ni pueda gozar, ni pueda llorar, ni pueda expresar los propios sentimientos; es decir, no significa que deba hacerse insensible, “indiferente”, como si fuera de hielo o de piedra. ¡No! ¡De ninguna manera! Es suficiente mirar a Jesús para convencerse de ello».

Recordemos con sencillez lo que afirmó el Concilio Vaticano II: Trabajó con manos de hombre, pensó con inteligencia de hombre, obró con voluntad de hombre, amó con corazón de hombre. Nacido de la Virgen María, se hizo verdaderamente uno de los nuestros, semejantes en todo a nosotros, excepto en el pecado». (GS 22) «El que sigue a

Cristo, Hombre perfecto, se perfecciona cada vez más en su propia dignidad de hombre». (GS 41) Veamos, por tanto, cómo Jesucristo nos muestra el camino a seguir para vivir de acuerdo la virtud de la templanza como consagrados en la secularidad.

### ***1.- Poner orden en nuestras vidas.***

Más allá de lo que me apetece o no me apetece, es preciso establecer con claridad la prioridad de nuestra existencia; y ordenar todo en función de ella. Es lo razonable. Así lo contemplamos en Jesús. Él debía ocuparse en las cosas de su Padre. Su alimento era hacer la voluntad del que lo envió y llevar a cabo su obra. Toda su existencia estuvo dominada por la glorificación del Padre. Y así baja a Nazaret y se somete a la obediencia de María y José, como luego lo hará ante la llegada de la hora del Padre. La templanza en Jesús se muestra en el hecho de avanzar en todo momento de acuerdo con el designio del que lo envió al mundo por amor. A los doce años no había llegado todavía su hora. Cuando unos griegos solicitan verlo y las autoridades han decidido eliminarlo afirma: «Ha llegado la hora de que sea glorificado el Hijo del hombre». (Jn 12, 23) ¡Es la hora del Padre! Con perfecto dominio de sí, sostenido por el Espíritu, avanza hacia ella. Esto no impide que viva con turbación la hora del Padre, que obedezca entre gritos y lágrimas.

Jesús es el camino a seguir: No lo que me agrada, sino lo que agrada al Padre; no de acuerdo con lo que piensan los hombres, sino de acuerdo con el sentir y querer de Dios. Y esto implica una actitud permanente de discernimiento, de vigilancia, de oración, de lucha interior. Si la prioridad de nuestra vida es clara, si cultivamos el autodomínio con la gracia del Señor, sabremos avanzar y retroceder de acuerdo con las incidencias del camino. Pero sin perder de vista la meta a la que el Espíritu del Señor nos conduce.

### ***2.- Luchar contra la tentación de la autoafirmación.***

Jesús, en su oración, palabra y acción reenvía siempre al Padre, al reino de Dios. Puede decirse, sin temor a equivocarse, que el Hijo se afirma, afirmando a su Padre que está en los cielos. Ante sus signos y portentos, los muchedumbres daban gloria a Dios. En el éxito se retiraba a lugares solitarios, se quedaba fuera de las ciudades, no retenía a nadie. Cuando quieren hacerlo rey, se retira a la montaña y reenvía a sus discípulos. Y cuando le abandona la muchedumbre de sus seguidores, se vuelve a los Doce y les pregunta si también ellos quieren abandonarlo. ¡Un no rotundo a la autoafirmación!

El siervo no puede ser mayor que su Señor, el enviado que quien lo envía. La virtud de la templanza lucha contra la tentación de hacer carrera en la sociedad y la Iglesia. Es una lucha constante, pues el inconsciente busca sin cesar afirmarse ante los demás. Quien se conduce de acuerdo con la virtud de la templanza, lucha por un mundo más justo y equitativo, pero acepta hacerlo desde el último lugar. No busca el interés personal, sino el bien común. La virtud de la templanza comporta una buena dosis de humildad y también de inteligencia en la fe y el amor. En el fracaso y en el éxito sabe guardar una auténtica moderación, Ni se atribuye nada en propio, ni se hunde cuando las cosas no avanzan de acuerdo con su manera de ver la realidad. El Siervo no grita ni apaga la mecha humeante; pero lleva a cabo el derecho y la justicia con tenacidad y discreción.

### ***3.- Ser sobrios y moderados***

La templanza ayuda a encauzar de forma correcta la riqueza de afectos y la emotividad que el Señor deposita en las personas. La sobriedad y moderación no se han de confundir



con la frialdad y la insensibilidad. Pero sí conlleva cultivar en el Espíritu el autodomínio, siendo sobrios y moderados en el cuidado tanto del cuerpo como del espíritu. Es de gran importancia ser consciente de los dones que Dios ha puesto en nosotros, para ponerlos al servicio del bien común con sencillez y humildad.

Sed sobrios y moderados, con la gracia del Señor, en nuestras relaciones y amistades, que han de estar marcadas por el amor casto y continente. Sed sobrios y moderados en nuestra manera de hablar y dar testimonio de la verdad, para suscitar así la respuesta libre de la fe. No vivimos la verdadera castidad apostólica, cuando tratamos imponernos a los demás ya sea por la vía del autoritarismo o de la afectividad. En los evangelios, Jesús anuncia la llegada del reino de Dios, pero no busca imponerse. Busca la respuesta libre de los oyentes y también de los que han sido curados por él.

Sed sobrios y moderados en el cultivo de vuestro cuerpo, de vuestro descanso y trabajo, de vuestra manera de comer y beber, de vestirse y cuidar la salud... etc. «La virtud de la templanza, como dijo Juan Pablo II, hace que el cuerpo y los sentidos encuentren el puesto exacto que les corresponde en nuestro ser humano».

El cultivo de la virtud de la templanza, en mi opinión, nos invita a vivir de acuerdo con «la regla de lo necesario». Es una regla muy importante, para vivir el seguimiento de Jesucristo pobre, obediente y casto, para encontrar una verdadera armonía interior, para avanzar con corazón manso y humilde, como el verdadero Siervo.

#### ***4.- Vivir de acuerdo con la dinámica de la encarnación***

El Verbo se hizo carne. A través de la carne nos salvó y redimió. No se trata, por tanto, de menospreciar la carne; pero no es menos cierto que Jesús mantuvo un duro combate con ella, para llevar adelante el designio del Padre, de reconciliarnos con él mediante la sangre de su Hijo. Y esta verdad, el apóstol Pablo la vivió como un verdadero atleta, a fin de ganar a los más posibles para Cristo.

Porque, siendo libre como soy, me he hecho esclavo de todos para ganar a los más posibles. Me he hecho judío con los judíos, para ganar a los judíos; con los que están bajo ley me he hecho como bajo ley, no estando yo bajo ley, para ganar a los que están bajo ley; con los que no tienen ley me he hecho como quien no tiene ley, no siendo yo alguien que no tiene ley de Dios, sino alguien que vive en la ley de Cristo, para ganar a los que no tienen ley. Me he hecho débil con los débiles, para ganar a los débiles; me he hecho todo para todos, para ganar, sea como sea, a algunos. Y todo lo hago por causa del Evangelio, para participar yo también de sus bienes. ¿No sabéis que en el estadio todos los corredores cubren la carrera, aunque uno solo se lleva el premio? Pues corred así: para ganar. Pero un atleta se impone toda clase de privaciones; ellos para ganar una corona que se marchita; nosotros, en cambio, una que no se marchita. Por eso corro yo, pero no al azar; lucho, pero no contra el aire; sino que golpeo mi cuerpo y lo someto, no sea que, habiendo predicado a otros, quede yo descalificado. (1Cor 9, 19-27)

Pero es cierto también, que a muchos les provoca verdadero pánico oír hablar de justicia, moderación, sobriedad, autodomínio, de templanza, en definitiva. Así lo recuerdan los Hechos de los Apóstoles en un pasaje muy significativo. Pablo era escuchado con gusto por Félix, el gobernador romano; pero cuando el apóstol empezó a sacar las consecuencias de la fe en el Mesías Jesús, el gobernador aterrorizado lo mandó callar. Y esto sigue hoy día sucediendo en nuestras comunidades.

Después de algunos días vino Félix con su mujer, Drusila, que era judía; mandó traer a Pablo y lo escuchó sobre la fe en el Mesías Jesús. Pero cuando razonaba sobre la justicia, el dominio de sí mismo y el juicio futuro, Félix, aterrorizado, replicó: «Por ahora, puedes marcharte. Cuando tenga oportunidad, te haré llamar». (Hch 24, 24-25)

También hoy constatamos, con frecuencia, la misma reacción: ¡Ya hablaremos!

***En conclusión:***

La templanza, en cuando es fruto del Espíritu de la verdad, libertad y comunión, nada tiene que ver ni con la tibieza, ni con el silencio cómplice, ni con la falta de implicación en la vida. Mucho menos tiene que ver con la HYBRIS y altivez. El cultivo de la templanza exige de todos nosotros poner al servicio del bien común los dones recibidos, acogiendo los de los demás y dar espacio para que los cultiven. La persona que cultiva el don de la templanza, vive el seguimiento de Jesucristo, el Siervo manso y humilde de corazón, capaz de acoger a todos en sus diferencias (cf. Mt 11, 28-30) de trabajar con tenacidad por llevar el derecho a la victoria, pero sin porfiar, sin gritar ni buscar hacerse oír, sin quebrar la caña cascada, sin apagar la mecha vacilante (cf. Mt 12, 18-21). ¡La templanza es una característica decisiva del seguimiento del Siervo de Dios en el mundo!