



Curso: Las 54 virtudes atacadas

Autora y asesora del curso: Marta Arrechea Harriet de Olivero

Lección 48 y 49 La Discreción y la Sobriedad

La discreción

La virtud de la discreción, hija de la prudencia, es **“la reserva en las acciones”**.

La reserva del que no hace sino aquello que conviene hacer, que no dice sino aquello que conviene decir, que sabe callar aquello que le ha sido confiado y no debe decirlo. Es la sensatez para formar un juicio y el tacto para hablar u obrar. AtaÑe **al modo de ser y de comportarse**.

La discreción es la pequeña virtud de la delicadeza, de la fineza espiritual, de la prudencia en el juzgar, en el obrar, en el hablar, en el mirar, la que nos lleva actuar y hablar con oportunidad. Discreción es el mundo de la medida, de la mesura. Es famosa la oración de San Fernando de Castilla que rezaba más o menos así: “Espíritu Santo, amor del Padre y del Hijo, inspírame siempre directamente lo que debo pensar, lo que debo decir, cómo lo debo decir, lo que debo callar, lo que debo escribir”... y estamos hablando de un rey... (Sólo que de un rey cristiano que aspiraba a la sabiduría que otorga la santidad... para reinar...) y no de un monje de clausura.

Discreción es saber proteger las intimidades de la vida propia y la vida ajena, que pueden ser desde secretos que sabemos del prójimo, deseos inconclusos de otras personas, frustraciones, miedos, insatisfacciones, ambiciones no logradas, etc. Ya lo dice el sabio refrán: “Tu amigo tiene un amigo, y el amigo de tu amigo, otro. Por lo tanto, sé discreto”.

Una persona discreta **no invadirá** ni violentará además, la intimidad ajena. No hará comentarios que irriten al prójimo, que lo incomoden, que lo violenten (y menos en un ambiente especial como puede ser en la mesa familiar). No hará preguntas inoportunas ni en público ni en privado. No preguntará a una persona a quemarropa cuánto gana, ni quién la llamó por teléfono, cuánto le costó lo que tiene puesto o si sigue enamorada de su marido, si su hermana se casó embarazada o si es feliz en su matrimonio.

No comentará **lo que debe callar** (si hay alguien que él sabía que no ha querido venir a un festejo familiar pero lo ha hecho solamente para armonizar, si escuchó

una conversación privada que no le correspondía y aún así tiene ganas de comentarla).

Repito por la claridad del ejemplo sobre la importancia de la discreción, (y las consecuencias de no serlo), una anécdota de San Felipe Neri quien confesaba asiduamente a una señora por sus críticas y murmuraciones. Un día, San Felipe Neri finalmente cansado de ver su falta del propósito de enmienda, le dijo en el confesionario: “Señora, vaya un día de viento a la cima de una colina y desplume una gallina”. A la semana siguiente, cuando la señora volvió a confesarse, el santo le contestó: “Vaya ahora señora y recoja las plumas...” Lo cual quiere decir que una indiscreción, como en el resto de las virtudes, puede ser irremediable. Nunca sabremos hasta donde habrá llegado el daño que habremos hecho y tal vez nos será imposible repararlo.

Si comentamos por ejemplo en una mesa de un club o en reunión de amigos alegremente y jactándonos de saber algunas confidencias, que fulanito de tal tiene una crisis matrimonial y que le gusta otra persona, tal vez ese comentario llegue en poco tiempo a uno de sus hijos y pulverizará ante él la imagen que tenía de su padre. Daño irremediable en ese corazón tal vez adolescente. Porque **¿Cómo se repara este daño hecho tal vez para siempre en el corazón de ese hijo?...**

Una persona discreta se retirará sin hacerse notar, cuando sienta que su presencia pueda interrumpir la intimidad de una conversación ajena. Por ejemplo si acompañó a una amiga al médico la esperará afuera, si es un familiar hablará con el médico en privado, pero siempre elegirá retirarse, proteger la intimidad ajena y no estar de más. Entre las dos opciones elegirá la de mantenerse a un lado y estar alerta en caso de que se la necesite. Si ha sido invitada en una casa de vacaciones tratará de retirarse siempre antes, (si es que escuchó que vendrían otros invitados) o al menos cuando se cumpla la fecha prevista y no prolongará su estadía hasta molestar. No pedirá nada que pueda incomodar a los dueños de casa, (como un trato especial, una comida determinada, una almohada mas dura o más blanda), y se adecuará a los usos de la casa.

Golpeará siempre una puerta antes de entrar, para no interrumpir la intimidad ajena. Tratará de no hacer ruidos al caminar, al abrir y cerrar las puertas. **Tratará de pasar inadvertida.** No abrirá jamás una carta que estuviese dirigida hacia otra persona respetando su intimidad, (aunque sea de la familia o el propio cónyuge). Esto lo puede hacer una madre con un hijo menor de edad si sospecha algo extraño de sus amigos o en su comportamiento, pero para aconsejar en estos casos puntuales están los buenos sacerdotes.

Una persona discreta tampoco querrá llamar la atención en toda su manera de comportarse (y por lo tanto evitará gesticular y cuidará las posturas y la presencia). Se preocupará más **en entonar con el ambiente** que en reinar sobre él, ese afán de protagonismo que es lo que ridiculiza, expone y desfigura tanto a las personas.

El discreto tendrá además un estilo de vida sobrio y moderado en todos los órdenes. Evitará todos los excesos. Tendrá lo que hoy en día definimos comúnmente como con el **“perfil bajo”**. Esto se notará desde los colores de su vestimenta, (porque tomará de la moda lo más clásico y menos llamativo), hasta su casa, el auto que use, (que no será ostentoso sino bueno y confortable), los lugares que elija para veranear, (que serán los mas apropiados para su familia y no los que dicten las modas del momento) y el modo en que lo haga. La persona discreta, y por lo tanto educada, tenderá a lo sobrio, a lo elegante en las formas, en el modo de vestir, en la decoración de su hogar y hasta en su lenguaje.

Es muy importante la discreción en orden a la convivencia con respecto a la vida de los demás, familiar y laboralmente. Se puede ser discreto o indiscreto con un gesto, (demostrando con un bostezo que estamos aburridos en una conferencia o en clase). Con una mirada, (clavándola sobre una persona que accidentalmente se está cambiando en un vestuario o tiene un defecto físico como una rengera, una joroba o es enana). Comentando con la vecina o el peluquero la intimidad de nuestra propia casa, los problemas familiares o las limitaciones de cada uno de sus miembros.

Laboralmente, la discreción es una virtud muy importante y toca el mundo de la ética. Por ejemplo un médico, deberá ser muy reservado con referencia al estado de salud y problemas personales de cada uno de sus pacientes y no pasar información de los mismos a otras personas. Un empleado deberá también tener sumo cuidado con el manejo de la información de una empresa o las intimidades de sus patrones a las cuales haya accedido por distintos medios.

Para ganarnos la confianza de las personas, (especialmente de los adolescentes), las claves están en la comunicación, la sinceridad y **discreción**. El saber guardar las confidencias que nos hagan. Muchos jóvenes se sienten traicionados por sus padres quienes, a veces, para vanagloriarse de lo que le han confiado o por no darle la debida importancia que tienen las revelaciones secretas de los hijos, las revelan y las publican a amigos y familiares.

El vicio opuesto a la discreción es **la indiscreción**. La revolución anticristiana, que ha vaciado al hombre interiormente y lo ha desbordado totalmente, ha arrasado con la discreción.

En nombre de una falsa **“sinceridad”** y **“autenticidad”** y de rechazar la **“hipocresía”, todo lo más bajo y los aspectos peores del hombre está desbordado y expuesto hacia lo externo.**

La revolución anticristiana ha expuesto la intimidad de las personas, con todas sus mezquindades al dominio público para presentarla en su faceta en que menos se asemeja al Creador. Miserias, debilidades y pecados que durante siglos estuvieron reservados al ámbito de la intimidad de los confesionarios ahora son expuestos al común de una manera grotesca. Esta explosión de vulgaridad y de ordinariez es

llevada a su máxima expresión en la televisión, con programas en donde se muestra la intimidad de “personas” (que ya han dejado de serlo), totalmente abandonadas de sí mismas, sin otros objetivos que estar tiradas como animales.

La sobriedad

La virtud de la sobriedad, hija de la templanza, **“entendida de una manera general, significa la moderación y templanza en cualquier materia, pero en sentido propio o estricto, es una virtud especial que tiene por objeto moderar, de acuerdo con la razón iluminada por la fe, el uso de las bebidas embriagantes”**.(1)

La virtud de la sobriedad **“distingue entre lo que es razonable y lo que es inmoderado y utiliza razonablemente sus cinco sentidos, su dinero, sus esfuerzos, etc, de acuerdo con criterios rectos y verdaderos”**. (2)

Dicho en otras palabras, es la virtud que modera y distingue entre lo que es razonable y lo que es inmoderado, para que utilicemos razonablemente los cinco sentidos, el tiempo, el dinero, y hasta los esfuerzos.

La sobriedad es el mundo de la medida. Tiene que ver con la **“medida”**, con el **“tanto y cuanto”** de San Ignacio. Puedo utilizar de las cosas y los sentidos **“en tanto y en cuanto”** me ayuden a ir a Dios y al Bien, **“ y debo quitarme de ellas en tanto y en cuanto me impidan o desvíen de alcanzar el Bien”**.

Es imposible vivir cristianamente y crecer en la vida espiritual si estoy atado a los placeres humanos de una manera desordenada, ya que el embotamiento de los sentidos impide y entorpece sobremanera la vida del espíritu. Es lícito tener buen gusto, cultivar el poder rodearse de cosas bellas y disfrutar de los bienes y placeres que Dios nos ha permitido que tuviéramos, pero para vivir en cristiano el placer no debe ser la meta de la vida, sino usar de ellos moderadamente de manera que no me distraigan de mi camino al cielo.

Para vivir en cristiano hay que luchar contra la esclavitud de los sentidos. Hay que conocer y vivir los valores que permitan mirar hacia arriba, hacia lo que perdura, hacia el cielo. Por lo tanto hay que buscarlos, usando la inteligencia y la voluntad.

Lo que constatamos con mas facilidad son los placeres, la comodidad, la satisfacción de los sentidos, los caprichos y lo que sentimos es lo que llevamos en nuestro cuerpo. No quiere decir que el hombre virtuoso, sobrio, no pueda ser espontáneo, ni pueda disfrutar, ni llorar, ni expresar lo que siente. No es que deba ser insensible, indiferente, como si fuera de hielo o de piedra. La sobriedad es luchar contra el deseo de **dar al cuerpo siempre lo que quiere en orden al placer**.

La falta de sobriedad estará en relación a la importancia que cada uno le dé a sus propios placeres y caprichos. Entendemos como caprichos a los deseos

superficiales, innecesarios, desproporcionados, sin la reflexión necesaria, que nacen de decisiones momentáneas sin justificación alguna. Como el hacerme la cirugía estética a los ochenta años porque quiero verme más joven, o el mandarme a hacer los zapatos a mi medida, (salvo que tengamos un problema específico), porque ninguna zapatería del país me satisface.

No es bueno para el alma ver todo lo que puede verse, ni oír todo lo que puede oírse, ni comprar todo lo que podemos comprarnos, ni aún comer y beber todo lo que tengamos enfrente.

La persona sobria se quedará siempre con lo necesario, y es la sobriedad, hija de la prudencia y de la templanza, la que lo llevará a tomar los debidos recaudos para no pasar la medida en donde el hombre pierde el control de sí mismo. Esto es evidente en la comida y en la bebida. Cuando nos excedemos en la medida el cuerpo se “venga” y nos sentimos mal. Pero esto se extiende en todos los órdenes: en los gastos, en las diversiones, en los gastos superfluos como revistas, hebillas, pulseritas, anillitos, remeras, bebidas, CDs. En los gustos y caprichos que nos demos, en el uso del tiempo, del teléfono, de las docenas de mensajitos diarios en los celulares y hasta en las demostraciones efusivas y desproporcionadas de los afectos. La sobriedad nos permite **manejar esa medida** en todos los órdenes, pero se nota especialmente en el comer y en el beber.

No se trata de no poder comer ni tomar lo que nos guste sino en la cantidad y con la medida con que lo hagamos. La persona sobria sabrá distinguir entre lo que puede y lo que debe con naturalidad en todas las pequeñas opciones de la vida diaria.

Los jóvenes especialmente, consideran esta virtud intrascendente, porque tienden a no privarse de los placeres que tienen al alcance de sus manos. Toda la cultura actual tan anticristiana los incita nada más que a satisfacer todos sus deseos y caprichos sin privarse de nada. Viven envueltos e inmersos en la cultura de las **“ganas”** y del **“me gusta”**. Lo han oído y lo escuchan todo el día desde todos los medios de comunicación, en las conversaciones aun de los adultos y hasta en el ámbito de la educación y lo tienen ya impregnado. Hacen lo que tienen “ganas”, leen hasta donde tienen “ganas”, toman lo que tienen “ganas” y dejan en el plato de comida también lo que tienen “ganas”. Vemos en los supermercados aún a los niños de tres años haciéndole comprar a los padres lo que tienen “ganas” de tener y a los padres cediendo al mandato...

Debido a los avances de la técnica y el confort, el **ataque a la sobriedad** en estos últimos años se ha desbordado en todos los órdenes. Desde el no poder saciar jamás la sed tomando simplemente agua fresca, hasta las gomas de borrar para el colegio con distintos olores, (a frutilla, a banana o a mandarina), las mochilas del colegio con infinitos detalles superfluos e innecesarios, hasta las zapatillas con luces fluorescentes que se encienden y se apagan, celulares con todo tipo de opciones musicales como llamado, las calcomanías que se pegan en las piernas y en el cuerpo. Todo esto que parece inofensivo es altamente destructivo para la virtud de la sobriedad.. Todo esto, se agrava porque está **inculcado especialmente y desde la etapa de formación**, generando una

saturación de los sentidos en todos los órdenes.

El vicio opuesto a la sobriedad es lo **inmoderado, lo exagerado**. Esta falta de sobriedad hoy es estimulada desde la infancia, con cuartos repletos de juguetes de moda, con la interminable cadena de mensajitos constantes en los celulares para estar comunicados todo el tiempo, continuamente y para decir que estamos “en casa de Mariana”... y al rato otro mensaje “tomando un mate”... Este hábito se ha llevado hasta los celulares en manos aún de criaturas de dos años que aprietan un botón y se comunican con sus madres. Todo esto atenta aún contra la virtud cardinal de la templanza, del saber dominarse, de la paciencia que debiera inculcarse desde la infancia, y genera una **intemperancia de darle satisfacción inmediata a los sentidos, a los deseos, a los caprichos** que invaden nuestras vidas y las ajenas. Un celular recibiendo mensajitos continuamente invade los almuerzos familiares, las conversaciones y los momentos de confidencias que pueden generarse, interrumpiendo constantemente las vidas ajenas. Todo es superfluo, inmediato, y genera una **dependencia innecesaria. Ata al espíritu y lo somete a la materia, arrasando con el señorío propio de las personas que se conducen en la vida sobriamente y dueñas de sí.**

Notas:

(1) “Teología de la perfección cristiana”. Rvdo. P. Royo Marín. Editorial BAC. Pág. 607.

(2) “La educación de las virtudes humanas”. David Isaacs. Editorial Eunsa. Pág. 209.

Ejercicio y tarea (para publicar en los foros del curso)

En relación a La Discreción

¿Qué es la virtud de la discreción y cuáles son las otras virtudes que le acompañan?

¿Cuáles son los comportamientos característicos de una persona discreta?

¿Cuáles son los vicios contrarios a esta virtud y por qué?

¿Por qué te consideras una persona discreta? ¿Por qué no?

En relación a La Sobriedad

¿Qué es la virtud de la sobriedad y de cuales virtudes se apoya? ¿Cómo se distingue esta virtud?

¿Por qué la sobriedad es importante en la vida del cristiano?

¿Por qué no es bueno para el alma ver todo lo que puede verse, ni oír todo lo que puede oírse, ni comprar todo lo que podemos comprarnos, ni aún comer y beber todo lo que tengamos enfrente? ¿Cómo encontrar el equilibrio para vivir sobriamente sin despreciar el mundo moderno en que vivimos? ¿Cuáles son los vicios contrarios a esta virtud? ¿Te consideras una persona sobria?

Si tienes **alguna duda sobre el tema** puedes consultar a Marta Arrechea Harriet de Olivero en su consultorio virtual

[Consultorio virtual](#)

Para ir a los foros del curso y publicar tu tarea da click en el siguiente enlace

[Foros de curso las 54 virtudes atacadas](#)

Si te falta alguna lección del curso o deseas consultar las anteriores, da click en el siguiente enlace:

[Todas las lecciones del curso](#)

Si tienes alguna dificultad práctica (metodología, tareas, foros, envíos) consulta la guía:

[Guía práctica](#)