



Sesión N ° 3 Formación de la Conciencia y la virtud de la Sinceridad

“Decir siempre la verdad”

Autoanálisis:

Responde en privado las siguientes preguntas

1. He enseñado a mis hijos y alumnos a escuchar la voz de la conciencia para saber qué hacer y cómo comportarse en cada momento?
2. ¿Con frecuencia se dejan llevar por sus gustos y caprichos o son fieles a la conciencia?
3. ¿Suelo consentir los caprichos y acepto que hagan lo que quieran con tal de no discutir?
4. ¿Hablan siempre con la verdad o mienten con facilidad por quedar bien con los demás, para evitar un castigo o por conseguir el permiso que quieren?
5. Cuando los hijos o alumnos dudan de cómo deben actuar, ¿puedo estar tranquilo porque sé que le preguntarán a quién pueda orientarlos, o temo que actúen sin consultar y después lleguen a arrepentirse por las consecuencias?

Tema: La conciencia

Para introducirnos en esta materia, primero debemos explicar cuáles son los niveles de conciencia:

Conciencia metafísica. Es aquella mediante la cual la persona es capaz de volverse sobre sí misma y verse como un ser inteligente, libre, espiritual, y a la vez, material.

Conciencia psicológica. A través de ésta la persona percibe su propio yo. Ya sea como un objeto actual de su conocimiento o como sujeto de toda acción que realiza en el mundo. Es la percepción del actuar propio: soy consciente de que estoy haciendo eso (autoconciencia).

Conciencia moral. Capacidad de percibir el bien y el mal, y de inclinar la voluntad a hacer el bien y evitar el mal. “Conciencia es la inteligencia humana cuando juzga prácticamente sobre la bondad o maldad de los actos humanos”. Es la percepción del valor moral de mi acción. Sobre ésta nos referiremos en adelante.

La conciencia es la voz interior que nos dice cuando una acción es buena o mala; es el centro de la persona y el guía de su obrar natural. La conciencia es el núcleo más secreto y el sagrario del hombre, en el que está solo con Dios, cuya voz resuena en lo más íntimo de ella” (CIC # 177).

Así como por nuestra inteligencia somos capaces de juzgar las cosas- declaramos por ejemplo, que esta pared es blanca o negra-, con nuestra conciencia juzgamos que una acción es buena o mala: es buena si está conforme a la voluntad de Dios o con su ley divina, y es mala si no está conforme a su voluntad o a sus mandatos. La conciencia moral se expresa a través de juicio que nos indica “hay que hacer el bien y evitar el mal”. A este juicio solemos llamarlo **Voz de la conciencia**. Es aparentemente simple, pero esto tiene una importancia trascendente, pues de este juicio depende la moralidad de nuestros actos y nuestro valor como personas humanas.

La conciencia tiene una función parecida a una brújula para navegantes: indica dónde te encuentras y hacia dónde hay que seguir.

La brújula marca hacia el Norte; la conciencia señala hacia el bien. Sin embargo, la brújula se puede alterar ante la presencia de una gran cantidad de hierro; la conciencia también se puede modificar debido al ambiente, por la propia comodidad o por dejarnos llevar por los gustos. De ahí la importancia de encausarla constantemente.

Funciones de la conciencia

Percibir el bien y el mal como algo que puede hacerse o evitarse. Por ejemplo: un joven es invitado a ver una película pornográfica, si tiene una conciencia encauzada al bien, se dará cuenta de que es un mal verla, pero si no, justificará diciéndose “el sexo es humano y todo el mundo lo ve”.

Impelar a hacer el bien y evitar el mal. Por ejemplo, en el primer escenario sentirá la fuerza para elegir “no voy a ver la película” mientras que en el segundo dirá “voy”.

Emitir juicios sobre la bondad o maldad del hecho. Ante un acto bueno habrá aprobación y paz; en un acto malo habrá remordimiento y desaprobación.

Pasos que sigue nuestra conciencia

- **Advierte:** Antes de un examen pensará “está mal copiar en un examen”.
- **Recuerda:** durante el examen dirá “no debes copiar está mal”.
- **Sentencia:** Después del examen sentirá remordimiento o aprobación “hiciste mal, no debiste copiar” o “hiciste bien es mejor no copiar”.

Reglas generales de la conciencia

- El fin no justifica los medios: no está permitido hacer el mal para obtener un bien.
- Regla de oro: “no hagas a otros lo que no quieres que te hagan a ti”.
- La caridad debe actuar siempre con respeto hacia el prójimo y hacia su conciencia.

Normas básicas del comportamiento de la conciencia

- Hay obligación grave de formar rectamente la conciencia de acuerdo con la ley moral.
- Es necesario actuar siempre con conciencia recta; se debe poner todos los medios para salir de la duda o del error.
- La conciencia culpablemente errónea actúa siempre con pecado. Por el contrario, actuar con conciencia errónea no culpable, no es pecado.

Tipos de conciencia

- Escrupulosa. Ve pecado en casi todo lo que hace; desconfía del perdón de los pecados en el sacramento de la penitencia.
- Laxa. Niega o aminora el pecado donde lo hay, ante las faltas sabe encontrar justificaciones, recorta la conciencia a una medida cómoda.
- Dudosa. Vacila sobre la bondad o maldad de una acción, juzga con temor a equivocarse o no se atreve a juzgar.
- Cierta. Da su dictamen con seguridad y sin miedo a equivocarse.
- Recta o verdadera. Coincide con la voluntad de Dios, no se equivoca. La conciencia es recta si el juicio que forma acerca de la bondad o la malicia del acto es conforme a la ley moral objetiva.
- Falsa o errónea. Cuando la conciencia emite un juicio que no concuerda con la norma objetiva. La conciencia puede estar afectada por ignorancia y puede formar juicios erróneos sobre sus actos, se equivoca. Esta ignorancia puede ser :
 - Venciblemente errónea. Si hay posibilidad moral para salir del error, en cuyo caso la persona se hace responsable de la acción por no poner los medios para superar el error.
 - Invenciblemente errónea. Cuando no hay posibilidad moral para salir del error. Si, por el contrario, la ignorancia es invencible, el mal cometido por la persona no puede serle imputado. Pero no deja de ser un mal. Por lo tanto, es preciso trabajar

por corregir la conciencia moral de sus errores (CIC # 1793)

Formación de la Conciencia

El árbitro de un partido no ha hecho el reglamento del deporte que atiende, simplemente lo aplica: dice si las jugadas están de acuerdo con el reglamento o no. Lo mismo sucede con nuestra conciencia, no hace la ley que regula nuestra vida (ésta es la ley de Dios), ni tampoco hace que nuestras acciones sean buenas o malas. Tan sólo lo declara. Es un aviso, una voz, un recuerdo.

Pero no cualquier persona puede arbitrar un partido. Se necesita conocer bien el reglamento, estar dispuestos a ver cómo se realizan las jugadas y tener la suficiente capacidad para tomar oportunamente las debidas decisiones. Es evidente que los árbitros tienen que formarse. Una decisión equivocada puede traer fatales consecuencias en algún jugador o en todo un equipo.

La conciencia es el árbitro de nuestra vida, debemos decirnos con seguridad lo que está bien y lo que está mal. De ella depende una gran parte del éxito de nuestra vida: la salvación eterna. Por ello hay que formarla recta y madura, temerosa de Dios, abierta siempre al bien y a las inspiraciones del Espíritu Santo, capaz de discernir lo bueno de lo malo y de la mentira, evitando la falta de sinceridad y de autenticidad. La formación de la conciencia es una tarea para toda la vida.

El tema de la conciencia es de capital importancia en la formación de los hijos, de los alumnos y de toda persona en general, por estar tan estrechamente relacionado con la percepción y realización práctica de los valores morales. La conciencia descubre el valor moral de los actos humanos, el mundo ético.

Por ejemplo. En un juicio hay un testigo que ha visto la acción que se juzga, hay un juez que emite una sentencia y hay una ley respecto a la cual se juzgan los hechos. Todos estos elementos están en la conciencia. Hay una ley dada por Dios, el testigo y juez es la misma conciencia, sólo que este juez antes de que obremos, nos ofrece unos medios para que no nos equivoquemos de camino. La conciencia no sólo juzga las acciones malas, también las buenas y no juzga las ajenas, sino las propias.

Como formadores, debemos buscar los medios necesarios para lograr una conciencia equilibrada y sana en nuestros alumnos e hijos, que les haga capaces de guiarse por la recta razón y no por los caprichos personales, que les haga hombre y mujeres rectos, nobles, honestos y coherentes con sus propios principios. Una conciencia rectamente formada garantiza la realización personal.

Señales de Peligro

- Mentir. Decir algo contrario a la verdad con intención de engañar. Es la ofensa más directa contra la verdad. Hablar u obrar contra la verdad para inducir al error

a quien tiene derecho de conocerla.

- Maledicencia. Hablar mal de una persona. Manifestar sin razón objetivamente válida, los defectos y las faltas de otras personas.
- Calumnia. Dañar la reputación de otros diciendo mentiras.
- Hipocresía. Ser doble; decir por un lado una cosa y por detrás otra. Es asesina de toda verdad y rectitud de vida.

Empezamos a deformar la conciencia cuando admitimos a sabiendas pequeñas transgresiones a los deberes de nuestra vida cotidiana, a nuestros compromisos con Dios y con el prójimo.

Virtud de la Sinceridad

La sinceridad es decir y actuar siempre con la verdad. Decir las cosas como son, sin inventar, agrandar o quitar. La sinceridad siempre trae paz y libertad.

Es fundamental comprender el valor de la integridad, es decir, de la transparencia y de la sinceridad; comprender lo triste que es vivir con máscaras, con divisiones, con dobleces o hipocresías.

Medios para cultivar la virtud de la sinceridad

- Procurar una identidad congruente cada vez mejor entre tu fe y tus obras. Si hay unión entre lo que piensas y lo que crees, entre lo que dices y lo que haces, estás siendo una persona auténtica.
- Mantener la fidelidad a la palabra dada.
- Evitar ambivalencias de cualquier género.
- Actuar siempre con la conciencia recamente formada en los principios éticos de la recta razón y en los principios cristianos del evangelio.

El que por hábito falta a la sinceridad, acaba por engañarse a sí mismo. La sinceridad empieza en la mente, piensas el qué decir, a quién decirlo, etc. Esto se va convirtiendo en un mal hábito, de modo que tu mismo empiezas a creer en tus propias mentiras. Es como una bola de nieve que cada vez se hace más grande. Estas manifestaciones de insinceridad hacen al hombre odioso ante Dios, causa repugnancia a los hombres y produce insatisfacción personal.

Si notas que siempre hay congruencia entre lo que tu hijo o tu alumno piensa y lo que cree, lo que dice y lo que hace, puedes estar seguro que va adquiriendo esta virtud.

No hay mejor tesoro que puedas dejar a tus hijos ni mejor herencia, que una conciencia rectamente formada y una sinceridad inquebrantable. Con estas dos armas, puedes estar seguro que llegarán a su meta, a cumplir su ideal y a realizarse plenamente como personas.

Para ayudarte en esta ardua labor, te presentamos algunos consejos para formar en la virtud de la sinceridad. Como dijimos en la introducción, nadie da lo que no

tiene, y si queremos construir esta virtud, primero ellos deben ver en nosotros un sincero deseo y un esfuerzo real de trabajo por su conquista.

Claves para formar en esta virtud

- Aprender a escuchar la voz de la conciencia y obedecerla siempre.
- Conocer las enseñanzas del magisterio de la Iglesia.
- Estudiar el catecismo
- Aprender a orar para escuchar la voluntad de Dios.
- Confesión frecuente (sincera y profunda)
- Acudir a un director espiritual
- Hacer un examen de conciencia diario antes de acostarnos
- Reflexionar antes de actuar
- Asumir las consecuencias de nuestros actos
- Procurar vivir de acuerdo con lo que creemos
- “Que tu sí sea sí y tu no sea no”.
- Cumplir siempre lo que prometemos.

¿Cómo formar en esta virtud?

- Enseñar a asumir las consecuencias de sus actos. Todo acto bueno conlleva una consecuencia positiva, todo acto malo un resultado negativo.
- ¡Mucho cuidado con las mentiras! Motivar a que siempre digan la verdad, aunque ello les cueste trabajo. Date tiempo para preguntar y saber escuchar, así irás afinando su conciencia.
- Recuerda que eres formador de tus hijos y de tus alumnos, no te conviertas en su “complice” al concederles o conseguirles permisos que ya le habían sido negados.
- Confía mucho en ellos, pero sé también su “ángel de la guarda”: vigila sus reuniones, amistades, salidas, los programas que ven, pero sin que se sientan “perseguidos”. ¡Vigila siempre!
- Muestrate dispuesto al diálogo para que no teman decirte las cosas, muéstrate comprensivo y bondadoso pero sin dejar de exigir. Sé suave en la forma, pero firme en el fondo.
- Procura formarles la conciencia a través de los medios que nos proporciona la Iglesia: sacramento de la confesión y la doctrina
- Cuida las películas que ven y los libros que leen. Busca todo aquello que tenga valores y muestre con claridad el bien. Si dudas de la doctrina o ideología de un libro pregunta a quien puede orientarte.
- No dejes pasar ninguna oportunidad para formar su conciencia: conversaciones, llamadas de atención, diversiones, etc...

Propósitos

Te presentamos algunos propósitos para vivir este mes.

Primera semana: Dire la verdad en todo a mis papás, maestros y amigos, aunque esto me cueste, no cambiaré ni aumentaré nada a la versión original.

Segunda semana: Prepararé una buena confesión para poner mi vida delante de Jesús con toda sinceridad.

Tercera semana: antes de dormir haré un examen de conciencia para reconocer las obras buenas que hice hoy y las negativas.

Cuarta semana: estaré atento para sólo mirar, leer y escuchar lo que me hace bien y que van de acuerdo a mis principios y valores.

Tarea y ejercicio de esta sesión:

1.- Cuestionario personal (No se publica en los foros)

Es necesario cultivar una sinceridad a toda prueba en nuestras relaciones con Dios y con los hombres, manteniendo la fidelidad a la palabra dada, evitando ambivalencias y divisiones interiores de cualquier género y procediendo con una conciencia rectamente formada en los principios cristianos del evangelio.

1. Las decisiones que tomo en momentos de mayor claridad y de reflexión seria y profunda, ¿las mantengo día a día en mi vida? ¿las toma en conciencia ante Dios?
2. ¿Se tambalean mis convicciones ante las dificultades, las tentaciones, las oportunidades y las fluctuaciones de mis sentimientos?
3. ¿Consiento pequeñas insinceridades porque creo que no tiene mayor importancia? ¿tengo el vicio de decir siempre mentiras? ¿Miento para quedar bien con los demás? ¿Me justifico?
4. ¿Quiero mejorar sin poner los medios y sin estar dispuesto (a) a pasar por la prueba de la fidelidad diaria?
5. ¿Soy sincero y firme en los propósitos de mi vida espiritual?
6. ¿Suelo ser superficial en los momentos en que debo tomar decisiones importantes? ¿Soy fiel a la palabra dada?
7. ¿Busco aparecer ante los demás de modo distinto a como soy realmente?
8. ¿Coincide siempre lo que pienso con lo que digo de los demás?
9. ¿Busco la verdad cuando defiendo una opinión? ¿sé reconocer mis errores?
10. ¿Vivo mis deberes de estado y hago apostolado con deseo sincero de ayudar a los demás?
11. ¿Tengo valor de asumir la responsabilidad cuando he faltado en algo? ¿Se reconocer mis limitaciones personales?
12. ¿Reconozco las cualidades de los demás y su competencia en los diversos campos?
13. ¿Inculco a mis alumnos esta virtud? ¿soy consciente de que la insinceridad se puede convertir en un vicio que deforma la conciencia del bien y del mal?

2. **Comparte tus conclusiones de esta sesión en los foros del curso**

Preguntas guías

¿Qué me ha parecido el tema?

¿Qué aplicaciones prácticas encuentro para mi vida y la de mis hijo o alumnos?

Algún comentario particular...

- [**Foros de Herramientas para educar en las virtudes**](#)

- [**Consultas a tu tutor del curso** Consultorio Educadores Católicos](#)

- [**Para consultar sesiones anteriores** Curso Herramientas para educar en las virtudes](#)