

## MATURIDADE AFETIVA

Em que consiste a maturidade afetiva? Duas palavras podem definir esta maturidade: primeiro, o controle de si mesmo e, segundo, a entrega de si mesmo.

### 1. O controle de si mesmo

Poderíamos falar também de equilíbrio emocional que é a capacidade de dominar os próprios impulsos, tendências e tensões. É impossível a entrega de si mesmo, se antes não se possui, se não se domina, se não tem autodomínio. Através do meu autodomínio serei portador de vida e amor para meu cônjuge, meus filhos, meus irmãos de grupo, meus amigos.

Nossa maturidade há de avivar a vida que encontramos em nosso lar e a nossa volta. Em lugar de desabar, de destruir, de matar por minha superficialidade, meu comentário inoportuno, meu desabafo, minha falta de autodomínio, regalo justamente um pouco mais de vida. Um amor que não conduza a vida, não é amor. O egoísmo é portador de morte, o amor é portador de vida.

Controle de si mesmo significa possuir um mundo interior rico, cultivado, que inclui um bom grau de **intimidade pessoal**, de privacidade. Há gente muito rica interiormente, mas que não se controla, porque está sempre conversando, **está falando permanentemente**.

E o que fala muito se equivoca; o que fala pouco se equivoca menos; e o que não fala não se equivoca isso normalmente. A pessoa que tem necessidade de contar a qualquer um tudo o que vive, não tem intimidade, não tem controle de si. Porque controlar-se significa também momentos de silêncio, momento de recolhimento, momentos de oração, assim vai assimilando o que Deus semeia em nós.

Aqui podemos ver o sentido do **sigilo**. Ninguém confiará em nós, se não existe sigilo. O que é o sigilo? Controle de si. Não estar com uma vontade louca de contar ao primeiro que aparece. Quão importante é auto educar-se nesse aspecto!

Mesmo que seja dizer-se: morro de vontade de contar a meu marido tal coisa, mas não, vou esperar uma hora e depois o conto.

Ou escutamos uma **fofoca**. Seja verdade ou mentira, se a sigo contando, o único que faço é semear morte, não vida. Mato a fama de meu irmão, coloco em dúvida tal coisa dele. Assim é que de minha parte, acabou-se a fofoca. Guardar segredos tem um caminho bem concreto de controle de si mesmo. Há que ver como a gente se abre quando encontra uma pessoa capaz de escutar e permanecer calada depois.

Outro pequeno exercício, junto com manter o sigilo, é **não desafogar-se** por qualquer coisa, em qualquer momento e frente a qualquer pessoa. Melhor é postergar esses desafogos: amanhã falarei disso com meu cônjuge, ou na próxima semana. Assim nos tornamos pessoas que não se sufocam, e por isso não necessitam desafogar-se.

### 2. A entrega de si mesmo

O controle de si pode acabar em egoísmo. Por isso o segundo aspecto da maturidade afetiva: a entrega de si. Uma vez que eu estou controlando a mim mesmo, vou entregando-me, vou brindando-me. A entrega de si é uma capacidade, a de sair de um “eu” receptivo e egoísta, para ser fecundo no “tu” e em nós. Dar-me, entregar-me, é uma tarefa que se aplica em todos os âmbitos de nossa vida: no trabalho, na família e no matrimônio, na sociedade, na paróquia, na relação com Deus. Em todos os âmbitos estou sempre me controlando e entregando-me, sempre nesse jogo. E o belo de tudo isso é que quanto mais me dou, mais recebo: mais alegria, mais segurança, mais amor, mais sabedoria, mais felicidade. Dizíamos que o amor possessivo é como um barril sem fundo. Este amor, o amor de oblação, de oferecimento, se enriquece sem medida. E quanto mais se dá, tanto mais se controla a si mesmo.

#### Perguntas para a reflexão

1. Comento o que escuto sem antes verificar a verdade?
2. Espero umas horas... antes de contar algo?
3. Escuto aos demais ou os “perturbo” com minha conversação?

Se deseja subscrever-se, comentar o texto ou dar seu testemunho, escreva para: [pn.reflexiones@gmail.com](mailto:pn.reflexiones@gmail.com)