

CAPÍTULO I

LOS TEMPERAMENTOS EN GENERAL



I

El Dr. Jorge Hagemann escribe en su Psicología: "Las modificaciones (o las diferencias) de los estados generales del alma se refieren menos al conocimiento que al sentimiento, o sea menos al espíritu que al corazón. No tanto en el modo de conocer cuanto en la manera de sentir y apetecer se manifiesta cómo el corazón, centro de los sentimientos y afectos, es en unos y otros más fácil o lenta, más profunda o superficialmente excitable. Esta diversa excitabilidad del corazón o el diverso temple, con que un alma se

inclina a un determinado sentir o apetecer, se llama temperamento. Si consideramos los rasgos fundamentales de los temperamentos individuales y los agrupamos según su semejanza, se pueden dividir en cuatro grupos, a los cuales ya la antigüedad dio sus nombres estables, uniendo arbitrarias teorías con acertadas observaciones: temperamentos sanguíneo, colérico, melancólico, flemático. Estos temperamentos se distinguen entre sí en cuanto que la excitabilidad del sanguíneo es fácil y superficial, la del colérico fácil y honda, la del melancólico lenta y profunda, y por fin, la del flemático es lenta y superficial. Ya que el corazón (el sentimiento y afecto) está tan íntimamente relacionado con el espíritu y la fantasía, la diversa excitabilidad del mismo tiene, en consecuencia, una diversa actitud en el mismo entendimiento y fantasía".

El temperamento es, pues, una disposición fundamental del alma, que se manifiesta particularmente, cuando esta recibe una impresión, ya sea por ideas y representaciones o bien por acontecimientos exteriores. El temperamento nos da la contestación a esta pregunta: ¿Cómo se conduce el hombre, qué sentimientos lo embargan, qué móvil le impulsa a obrar, cuándo algo le impresiona?. Así por ejemplo: ¿cómo se porta el alma, cuando es alabada o reprendida, cuando se la ofende, cuando advierte en sí cierta simpatía o tal vez antipatía hacia tal persona, o cuando, en ocasión de una tormenta o de hallarse de noche en un camino solitario, le sobreviene el pensamiento de un inminente peligro?

Aquí cabe hacer las siguientes preguntas:

1. Ante tales impresiones ¿se excita el alma con rapidez y fuerza, o por el contrario con lentitud y debilidad?

2. Bajo tales impresiones ¿se siente el alma impulsada a obrar de inmediato y a reaccionar con rapidez, o bien siente la inclinación de *esperar y estarse tranquila*? ¿Muévenla tales casos a obrar con ardor, o a postrarse más bien en un estado de *pasividad*?

3. ¿Esta excitación del alma dura por *largo o corto tiempo*? ¿Quedan grabadas en el alma por *mucho tiempo* tales impresiones, de manera que con su solo recuerdo se *renueve* la excitación, o sabe el alma sobreponerse de *inmediato y con facilidad*, de modo que el recuerdo de una excitación no llega a provocar otra nueva?

La contestación a estas pregunta nos lleva como por la mano a los cuatro temperamentos y nos da al mismo tiempo la clave del conocimiento de cada temperamento particular e individual.

II

El colérico se excita fácil y fuertemente; se siente impulsado a reaccionar de inmediato; la impresión queda por mucho tiempo en el alma y fácilmente conduce a nuevas excitaciones.

El sanguíneo, así como el colérico, se excita fácil y fuertemente, sintiéndose asimismo impulsado a una rápida reacción; pero la impresión se borra luego y no queda mucho tiempo en el alma.

El melancólico se excita bien poco ante las impresiones del alma; la reacción o no se produce en él o llega después de pasado cierto tiempo. Las impresiones, sin embargo se graban muy profundamente en el alma, sobre todo si se repiten siempre las mismas.

El flemático no se deja afectar tan fácilmente por las impresiones, ni se siente mayormente inclinado a reaccionar; y las impresiones, por su parte, muy luego se desvanecen.

El temperamento colérico y sanguíneo son *activos*; el melancólico y el flemático son más bien *pasivos*. En el colérico y el sanguíneo hay una fuerte inclinación hacia la acción, y en el melancólico y el flemático por el contrario hacia la *tranquilidad*.

Los temperamentos coléricos y melancólicos son *apasionados*; conmueven y repercuten muy hondamente en el alma; al paso que los sanguíneos y los flemáticos *no tienen grandes pasiones*, ni inducen a fuertes arranques del alma.

Si queremos conocer nuestro propio temperamento, no debemos comenzar averiguando si tenemos o no en nosotros los lados fuertes y débiles, anotados más arriba a cada temperamento, sino que debemos contestar ante todo a las tres preguntas poco ha enumeradas. Lo más fácil será considerar esas preguntas, en cuanto se refieren a las ofensas que recibimos. Y lo mejor de todo será abstenernos al orden siguiente: ¿Suelo aceptar las ofensas con dificultad y a regañadientes? ¿Acostumbro guardarlas en mi interior? - Caso de tener que contestarnos: De ordinario no puedo olvidar ofensas; las guardo en mis adentros; su recuerdo me renueva la excitación; por mucho tiempo guardo mal humor; por varios días y aún por semanas enteras trato de evitar la palabra y el encuentro de la persona que me ofendió, - es este nuestro caso, estemos entonces ciertos de ser o coléricos o melancólicos. Podemos en cambio, decirnos: No suelo guardar rencor, ni mostrarme enojado con otros por mucho tiempo; no puedo menos de quererlos, a pesar de la ofensa; y aunque quisiera mostrar mal humor y mala cara, no puedo hacerlo más que por una o dos horas, - en este caso somos sanguíneos o flemáticos. Convencidos de ser coléricos o melancólicos, sigámonos preguntando: ¿Afectanme con fuerza y rapidez las ofensas? ¿Lo dejo entrever en mis palabras y maneras? ¿Siento un fuerte impulso al inmediato desafío y réplica ofensiva? ¿O soy capaz de mantenerme exteriormente tranquilo, mientras hierve el interior? ¿Me abochornan, perturban y desalientan de tal modo las ofensas, que no hallo una palabra conveniente o el ánimo necesario para contestar, resignándome por ello al silencio? ¿No me acontece a menudo el no sentirme ofendido en el momento mismo de la ofensa para caer unas horas después o al día siguiente, en un extremo estado de postración? - Si nuestra contestación a la primera serie de preguntas es afirmativa, somos coléricos, y si a la segunda, somos melancólicos. - ¿Hemos llegado a la convicción de ser sanguíneos o flemáticos?, entablemos con nosotros mismos el siguiente interrogatorio: ¿Al recibir una ofensa, me enciendo y encolerizo al instante queriendo obrar con precipitación? ¿o consigo mantener la tranquilidad? En el primer caso somos sanguíneos, en el segundo flemáticos.

Sólo si con este ejemplo hemos llegado a conocer nuestro temperamento, podemos averiguar si poseemos las notas características particulares, tales como más adelante se las ha de señalar a cada temperamento. Podemos entonces profundizar el conocimiento de nosotros mismos, y en especial podemos llegar a conocer el grado de desarrollo, a que han llegado los lados fuertes y débiles de nuestro temperamento, descubriendo al mismo tiempo

las modificaciones que nuestro temperamento predominante haya podido sufrir por mezclarse con otro.

III

De ordinario parece cosa difícil el conocer el temperamento propio y el ajeno. Con todo la experiencia demuestra que aún personas sin mayor formación superior llegan de una manera relativamente fácil al conocimiento de su propio temperamento, el de los que le rodean y el de sus subalternos, con tal de que se les dé una instrucción adecuada para ello.

Pero la investigación de los temperamentos ofrece especiales dificultades en los casos siguientes:

1. *Cuando el hombre comete aún muchos pecados.* Entonces la pasión pecaminosa resalta más que el temperamento. Así p.e. puede un sanguíneo por su condescendencia con la ira y la envidia molestar mucho al prójimo y causarle grandes pesares, aunque por su temperamento se incline a llevarse bien con todos.

2. *Cuando el hombre ya ha progresado mucho en la perfección.* Los lados débiles del temperamento, como se manifiestan ordinariamente en cada hombre, son entonces apenas perceptibles. San Ignacio de Loyola, un colérico apasionado, logró tal dominio sobre sus pasiones que en lo exterior aparecía tan exento de pasiones que los que le rodeaban le tenían por flemático. En el sanguíneo san Francisco de Sales se habían extinguido por completo los arrebatos y explosiones de ira; lo cual no lo obtuvo ciertamente, sino después de 22 años de continuo combate consigo mismo. Los Santos melancólicos nunca dejan exteriorizar la tristeza, el mal humor y el desaliento, a que tiende su temperamento, sino que con una mirada al Crucificado saben dominar, después de breve lucha, esa peligrosa disposición de ánimo.

3. *Cuando el hombre posee poco conocimiento de sí mismo.* El que no conoce tanto sus buenas como sus malas cualidades, el que no es capaz de formar un juicio sobre la intensidad de sus pasiones y el modo de su excitabilidad, tampoco podrá darse cuenta de su temperamento, y preguntado por otros que quisieran ayudarle con el conocimiento de su temperamento, da respuestas falsas, no de intento, sino precisamente por no conocerse a sí mismo. Por eso los principiantes en la vida espiritual no llegan generalmente hablando, a conocer su temperamento, sino después de haberse ejercitado durante algún tiempo en la meditación y en el examen particular.

4. *Cuando el hombre es muy nervioso.* Pues, las manifestaciones de nerviosidad, como lo variable en la conducta, la irritación, la inconstancia de sentimientos y resoluciones, la inclinación a la tristeza y al desaliento, aparecen en hombres nerviosos en tal grado que las exteriorizaciones del temperamento quedan relegados a segundo término. Particularmente es difícil conocer el temperamento de personas histéricas, en las cuales el así llamado "carácter histérico" está ya del todo desarrollado.

5. *Cuando el hombre tiene un temperamento mixto.* Llamamos temperamentos mixtos a aquellos en los cuales predomina un temperamento determinado mezclado al mismo tiempo con propiedades de otro. Sobre temperamentos puros y mixtos ya se ha escrito mucho. Una solución satisfactoria de los múltiples problemas que surgen en esta materia se halla, tomando en cuenta el temperamento de los padres del interesado. Si el padre y la madre poseen un mismo temperamento, de igual temperamento serán también los hijos. ¿Son, pues, ambos, padre y madre de índole colérica?, los hijos asimismo lo serán. Mas en el caso de temperamentos distintos, los hijos tendrán un temperamento mixto. Así por ejemplo, si el padre es colérico y la madre melancólica, los hijos serán o coléricos con tintes melancólicos o melancólicos con tintes coléricos, según que los hijos se parezcan más o menos al padre o a la madre.

Para averiguar en un temperamento mixto cuál es el temperamento predominante, hay que atenerse exactamente a las preguntas formuladas más arriba para llegar a conocer un temperamento. Sucede sin embargo, aunque no tan a menudo, como muchos lo creen, que en una persona se hallan tan entrelazados dos temperamentos, que ambos se manifiestan siempre con la misma intensidad y fuerza. Por eso es naturalmente muy difícil tomar una decisión respecto al temperamento que ha de atribuirse a tal o cual persona. Mas es probable que con el correr de los años a causa de pruebas y dificultades se ponga de manifiesto el temperamento predominante.

Préstanos eficaz ayuda en el conocimiento del temperamento mixto y más aún del temperamento puro la expresión de los ojos y en parte también el modo de andar: La mirada del colérico es resuelta, firme, enérgica, ardiente; la del sanguíneo: serena, alegre, despreocupada; mas la mirada del melancólico ligeramente triste y preocupada, al paso que la del flemático es lánguida e inexpresiva. - Al colérico lo vemos andar con firmeza y decisión y avanzar deprisa, el sanguíneo es ágil y ligero de pie, de paso corto y a veces danzante; el paso del melancólico es lento y torpe; el flemático camina perezosamente y a sus anchas. Muy fácilmente se reconoce la mirada del colérico (cuyo tipo es la conocida mirada de Napoleón, Bismark) y la del melancólico (la conocida mirada de Alban Stolz). No

pudiendo encontrar en los ojos ni la decisión y energía del colérico, ni la suave tristeza del melancólico, creemos hallarnos ante un sanguíneo o flemático. También los ojos nos descubren el temperamento que predomina en el temperamento mixto. Después de haber adquirido cierta experiencia en la distinción de las miradas, muchas veces se puede ya al primer encuentro con una persona y aún basta haberla visto de paso en la calle para determinar su temperamento. Detalles del *cuerpo*, que se apuntan además como notas características de los cuatro temperamentos (como la formación del cráneo, el color de la cara y del cabello o la constitución del cuello y de la nuca) no son, a mi parecer más que un simple entretenimiento.

IV

Por más difícil que sea en ciertos casos llegar a conocer el temperamento de un hombre, no por eso debiéramos ahorrarnos el trabajo de averiguar nuestro propio temperamento y el de los que nos rodean o el de las personas que tratamos con más frecuencia; pues la utilidad es siempre grande.

Conociendo el temperamento de nuestro prójimo llegaremos a *comprenderlo mejor, o tratarlo con más justicia y a sobrellevarlo con más paciencia*. Estas son ventajas para la vida social, las cuales nunca podemos apreciar debidamente.

Llegaremos a *comprender mejor* a nuestro prójimo. El Dr. Krieg en su obra: "La ciencia de la dirección espiritual en particular" dice en la página 141: "No podremos entender a nuestro prójimo mientras no lleguemos a conocer su temperamento, sus aspiraciones y tendencias, pues conocer a un hombre significa sobre todo conocer su temperamento.

Trataremos con *más justicia* a nuestro prójimo. A un colérico se le conquista exponiéndole sosegadamente las razones; las palabras severas e imperiosas le mortifican, lo obstinan y lo irritan hasta lo extremo. El melancólico se vuelve tímido y taciturno con una palabra dura o una mirada recelosa, más con un tratamiento atento le veremos más dado, confiado y fiel. De la palabra de un colérico bien puede uno fiarse, pero no de las promesas más formales de un sanguíneo. Desconociendo, pues, el temperamento de nuestro prójimo nuestro trato redundará *sin justicia* en daño propio y ajeno.

Sobrellevaremos con *más paciencia* a nuestro prójimo.

Sabiendo que los defectos y flaquezas del prójimo están fundados en su temperamento, se los disculparemos fácilmente, sin irritarnos. No nos impacientaremos, si un colérico es agrio, duro, impetuoso y obstinado; o si un melancólico se porta tímida e indecisamente, si no habla mucho y si lo que tiene que decir, lo profiere de un modo impropio; o si un sanguíneo se muestra locuaz, ligero y veleidoso; o si un flemático nunca sale de su acostumbrada tranquilidad.

Es de grandísimo provecho el conocer su propio temperamento. Conociéndolo nos comprenderemos también mejor a nosotros mismos, nuestras disposiciones de ánimo, nuestras propiedades y nuestra vida pasada. Una persona muy experimentada y encanecida en la vida espiritual, al leer los siguientes conceptos sobre los temperamentos confesó: "Nunca me llegué a conocer tan bien como cuando me vi pintada de cuerpo entero en estas líneas; pero tampoco nadie me ha dicho tan francamente la verdad como lo hace este librito".

Conociendo nuestro temperamento, trabajaremos con más acierto en nuestra perfección, puesto que todos nuestros esfuerzos en pro de nuestra alma se reducen únicamente a cultivar las buenas cualidades de nuestro temperamento y a combatir sus deficiencias. De manera que el colérico siempre tendrá que luchar ante todo contra su terquedad, ira y orgullo; el melancólico contra su desaliento y miedo a la cruz; el sanguíneo contra su locuacidad e inconstancia, y el flemático contra su pachorra y pereza.

Conociendo nuestro temperamento, seremos más humildes, ya que nos iremos convenciendo, de que lo bueno en nosotros no es tanto virtud sino consecuencia de nuestro natural y de nuestro temperamento. Entonces el colérico hablará con más modestia de la fuerza de su voluntad, de su energía e intrepidez; el sanguíneo de la serena concepción de la vida, de la facilidad de tratar caracteres difíciles; el melancólico de la profundidad de su alma, de su amor a la soledad y a la oración; el flemático de su suavidad y sosiego de espíritu.

El temperamento, por ser innato en el hombre, no puede por lo tanto trocarse con otro. Pero sí podemos y debemos cultivar y desarrollar la parte buena del mismo y combatir y neutralizar sus influjos nocivos.

Cada temperamento es bueno en sí mismo y con cualquiera de los cuatro se puede obrar el bien y llegar al cielo. Es, por ende insensatez e ingratitud desear otro temperamento. "Todos los espíritus alaben al Señor" (S. 150, 6). Todos los movimientos y propiedades de nuestra alma han de servir a Dios contribuyendo así a la gloria de Dios y salvación de las almas. Hombres que