

# *Reflexiones, pensamientos e historias*

**11 de febrero**

*Desiste de la cólera y abandona el enojo, no te acalores, que es peor;*

*Sal 37,8*

**S**omos esclavos de las emociones. Ciertamente puede ser una afirmación muy tajante, sin embargo, imagina que caminas por la calle y alguien lanza un insulto indudablemente te atribuirás la agresión, dando pauta a un conflicto. Ejemplos infinitos para ello, sucede en el tráfico, mentadas en medio de los ruidos de claxon, grito tras grito, hasta que el problema desemboca en lo que puede suceder en casa, entre quejas, problemas y carencias; harán que los más pequeños reclamos basten para formular cruentas guerras. Un problema que pudo evitarse si se tomaba las situaciones en función de las virtudes antes dichas (en capítulos anteriores).

Cuando estamos enojados, estallamos y ya no importará nada; tal vez ni el sujeto o el evento que nos hizo enfurecer, sea tan importante para derramar esa ira. Terrible pensamiento, porque iracundos, seremos incapaces de resolver los problemas, no estamos razonando, sino reaccionando y nos envolveremos más y más en los problemas. No intentemos responder ni resolver. Hay que serenar al temperamento, analizar la situación, entonces, calmos, podremos encontrar la razón que nos guiará para resolver los conflictos.

Lo mismo ocurre con la felicidad. Por ejemplo, si estamos muy felices, porque ganamos un premio de mucho dinero, en ese estado resolveremos los problemas comprometiendo el premio recibido, probablemente sea tarde cuando nos percatemos que no queda nada ¿de qué sirvió haberlo ganado? El exceso de alegría nos hará fallar, por lo tanto, ambos sentimientos son malos consejeros, mejor resuelve serenamente, deja a un lado la embriaguez, ya sea de enojo o de alegría.

*Si estás enojado o contento,  
no resueles ni te comprometas a nada.*

