

personal y que interesa conocer para no dejarse vencer por ellos.

Lo sabemos, y una vez más lo declaramos, que el ser humano, dotado de inteligencia y voluntad, puede reaccionar sobre los estímulos exteriores, puede inhibir ciertas reacciones y que por su libertad y capacidad de obrar con arreglo a ciertos principios morales es un ser responsable y merecedor de premio y castigo.

Al propio tiempo no podemos dejar pasar sin nuestra atención ciertos hechos de indudable trascendencia. «*Esa pasión me domina.*» «*Me arrebato y pierdo el propio dominio.*» «*Como siempre había sucedido así, creí que hoy acontecería lo propio.*» Estas y otras frases, reiteradamente pronunciadas en la vida de familia, revelan que, realmente, existen circunstancias externas a nuestra personalidad que, a veces, tuercen nuestro camino, a causa de que se imponen repentinamente y sin saber por qué ni cómo modifican nuestro humor y alteran la paz del hogar, ya sea de una manera ostensible o socavando el equilibrio y predisponiendo al incendio por cualquier chispa emanada del rescoldo.

Cuántas veces, después de una discusión familiar, después de una reprimenda, después de dar una orden, tenemos la conciencia clara de que hemos obrado «en contra de lo que sabemos justo y conveniente», y sin embargo ni rectificamos ni nos sobreponemos al estado de ánimo que nos domina...

No podemos ocuparnos aquí de cómo se producen los estados afectivos, pero sí citar algunos ejemplos que revelen su existencia y efectos. «Hace días que el padre tiene un humor irresistible; sin que nadie pueda explicar ni averiguar la causa. De repente, la visita de un amigo que hace años no frecuentaba la casa revela a su mujer la posibilidad de una situación económica grave: de otro modo no hubiera recurrido su marido a tal persona». Se despiertan en su ánimo tales sentimientos, dolorosas, de amargura, de ternura, hacia su marido, o de resentimiento (según haya sido la vida familiar) de

inestabilidad, de compasión hacia sus hijos..., «esta representación mental caracteriza cualitativamente *la pasión psíquica de nuestro yo frente al medio ambiente.*»

Tal estado interior se refleja en el *humor* o en el *estado de ánimo*, que predispone a la persona afectada a una serie de reacciones adecuadas a su *estado de ánimo* y al propio tiempo inhibe otras contrarias, y no es esto solamente, sino que en la mente de la persona se van tejiendo una serie de asociaciones entre la representación actual de una posible catástrofe económica y la situación humillante subsiguiente, y todas las imágenes más desagradables y tristes que guarda su mente, acompañadas de los sentimientos más amargos de su corazón. Cuanto ha oído referir que puede acontecer en tales casos cree posible que sobrevenga a su familia. Indudablemente su *humor habitual* se halla alterado.

Comprenderéis, queridas lectoras, que esta ama de casa, esta buenísima madre de familia, además de este contratiempo tiene su «*modo de reacción psicoafectivo individual*». (temperamento) que la predispone a ver todas las cosas *negras* o de *color de rosa*, como solemos decir de las personas *pesimistas* u *optimistas*.

A veces este *estado de ánimo* dura más tiempo que el acontecimiento que lo motivó; de modo que «nuestra conducta sucesiva ya no depende exclusivamente de los acontecimientos que sobrevengan, sino del estado *previo del ánimo* que nos domina. Es decir, sucede algo alegre, bueno, agradable, pero no puede despertar sentimientos adecuados a causa del *humor* que nos domina. «Efectivamente, solemos decir, no tengo humor para Reyes Magos, me domina la pena; sé que pasó ya el suceso, pero no puedo arrancar la amargura que dejó en mi corazón y no puedo alegrarme.»

Hemos puesto un ejemplo un poco fuerte para que se vea la razón de la causa, pero lo propio acontece tratándose de cuestiones de menor trascendencia.

A veces, es una palabra malentendida; una frase mal interpretada; un gesto despectivo; una