



Cada persona es única, pero a lo largo de la historia, la humanidad ha observado ciertos patrones de personalidad que nos ayudan a comprendernos mejor. Uno de los sistemas más antiguos y profundos es el de los **cuatro temperamentos**, que tiene raíces en la filosofía clásica y ha sido adoptado y enriquecido por la tradición cristiana.

Lejos de ser una simple teoría psicológica, el estudio de los temperamentos puede ayudarnos a crecer en virtud, fortalecer nuestras relaciones y, lo más importante, avanzar en el camino de la santidad. Como dice el libro de los Proverbios:

«El corazón del hombre piensa su camino, pero el Señor dirige sus pasos» (Proverbios 16,9).

Conocer nuestro temperamento es parte del autoconocimiento necesario para dejarnos moldear por Dios.

## ¿Qué son los cuatro temperamentos?

El concepto de los cuatro temperamentos proviene de la antigua Grecia y fue desarrollado por Hipócrates y más tarde por Galeno. Según esta teoría, hay cuatro tipos básicos de personalidad, determinados por la predominancia de ciertos humores o fluidos en el cuerpo. Aunque la ciencia moderna ya no sostiene esta base fisiológica, la clasificación sigue siendo útil para entender el carácter humano.

Los cuatro temperamentos son:

1. **Colérico**: Energético, decidido y dominante.
2. **Sanguíneo**: Alegre, sociable y entusiasta.
3. **Melancólico**: Reflexivo, profundo y sensible.
4. **Flemático**: Sereno, paciente y estable.

Desde la perspectiva cristiana, estos temperamentos no determinan nuestra moralidad, pero sí influyen en nuestras tendencias y en la forma en que enfrentamos la vida espiritual. Comprenderlos nos ayuda a fortalecer nuestras virtudes y trabajar en nuestras debilidades.

---

## Los Cuatro Temperamentos y la Vida Espiritual

Cada temperamento tiene dones específicos, pero también debilidades que deben ser corregidas con la gracia de Dios. Veamos cómo cada uno puede crecer en la vida espiritual.



## 1. El Colérico: La Fuerza de la Voluntad

El colérico es un líder nato. Es apasionado, determinado y persigue sus objetivos con tenacidad. En la historia de la Iglesia, muchos santos coléricos han sido grandes reformadores y defensores de la fe, como San Ignacio de Loyola o Santa Teresa de Ávila.

**Virtudes a potenciar:** La fortaleza y la determinación pueden ser grandes aliados para la evangelización y el crecimiento en santidad.

**Debilidades a corregir:** El colérico puede ser impaciente, autoritario y propenso a la ira. San Francisco de Sales, quien tenía un temperamento colérico, trabajó toda su vida para cultivar la mansedumbre y la humildad.

**Consejo espiritual:** Cultivar la paciencia y la humildad mediante la oración y la mortificación. La frase de Jesús «**Aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón**» (**Mateo 11,29**) debe ser un lema para el colérico.

---

## 2. El Sanguíneo: La Alegría del Evangelio

El sanguíneo es extrovertido, optimista y carismático. Su entusiasmo es contagioso, lo que lo convierte en un excelente comunicador del mensaje cristiano. Santos como San Felipe Neri o San Francisco de Asís tenían un temperamento sanguíneo, y su alegría atrajo a muchas almas a Cristo.

**Virtudes a potenciar:** Su facilidad para socializar y transmitir alegría es un don precioso para la evangelización.

**Debilidades a corregir:** Puede ser superficial, inconstante y propenso a la distracción. La vida espiritual requiere profundidad y disciplina, algo que el sanguíneo debe trabajar.

**Consejo espiritual:** Desarrollar la constancia en la oración y la autodisciplina. Un pasaje clave para el sanguíneo es:

«*No os conforméis a este siglo, sino transformaos por la renovación de vuestra mente*» (*Romanos 12,2*).



### 3. El Melancólico: La Profundidad del Alma

El melancólico es reflexivo, sensible y perfeccionista. Su inclinación natural hacia la introspección lo hace proclive a una vida espiritual profunda. Muchos grandes teólogos y místicos han sido melancólicos, como San Juan de la Cruz o Santo Tomás de Aquino.

**Virtudes a potenciar:** Su amor por la verdad y la belleza le permite alcanzar una vida de oración profunda.

**Debilidades a corregir:** Puede ser pesimista, retraído y sufrir de escrúpulos. Tiende a centrarse en sus defectos y sentirse indigno del amor de Dios.

**Consejo espiritual:** Aprender a confiar en la misericordia de Dios y evitar el perfeccionismo paralizante. San Pablo nos recuerda:

*«Bástate mi gracia, porque mi poder se perfecciona en la debilidad» (2 Corintios 12,9).*

---

### 4. El Flemático: La Paz en Medio de la Tormenta

El flemático es calmado, paciente y equilibrado. Su estabilidad emocional es un don valioso en la vida comunitaria y familiar. Muchos santos flemáticos han sido grandes pastores y directores espirituales, como San Juan XXIII.

**Virtudes a potenciar:** Su serenidad y prudencia son esenciales para la vida cristiana.

**Debilidades a corregir:** Puede ser pasivo, perezoso y temeroso del sacrificio. El conformismo es un peligro espiritual para él.

**Consejo espiritual:** Cultivar el celo apostólico y la generosidad. Un pasaje clave para el flemático es:

*«El reino de los cielos sufre violencia, y los violentos lo arrebatan» (Mateo 11,12).*

---



## Aplicaciones Prácticas en la Vida Cristiana

Conocer nuestro temperamento y el de los demás nos ayuda a mejorar nuestras relaciones y avanzar en la vida espiritual. Algunas aplicaciones prácticas son:

- **En la familia:** Comprender el temperamento de cada miembro nos ayuda a ser más pacientes y a educar con sabiduría.
- **En la vida de oración:** Podemos adaptar nuestra espiritualidad según nuestro temperamento, eligiendo devociones y prácticas que nos ayuden a crecer.
- **En la evangelización:** Saber cómo nos comunicamos mejor nos ayuda a ser testigos más eficaces del Evangelio.

## Conclusión

Dios nos ha dado un temperamento único, pero no estamos llamados a quedarnos en nuestras debilidades, sino a transformarnos con su gracia. La santidad no es exclusiva de un tipo de personalidad; todos estamos llamados a configurararnos con Cristo.

Cada uno de nosotros tiene un camino particular, pero conociéndonos mejor y confiando en Dios, podemos avanzar en la virtud y acercarnos cada día más a la santidad.

Que el Señor nos conceda la gracia de conocernos, aceptarnos y transformarnos según su voluntad. **¡Santos según nuestro temperamento, pero santos al fin!**