

## ***SEXUALIDAD MATRIMONIAL Y FAMILIAR***

	Página
1. Santidad Matrimonial	2
2. Padres servidores de la vida. El camino hacia una sexualidad integrada	7
3. Padres servidores de la vida. El respeto al amor y a la sexualidad	11
4. Padres servidores de la vida. Sexualidad de los hijos (sesión 1)	17
5. Padres servidores de la vida. Sexualidad de los hijos (sesión 2)	23

# **1. SANTIDAD MATRIMONIAL**

## **INTRODUCCIÓN**

El matrimonio cristiano, sellado por el sacramento, implica una vocación a la santidad. La santidad es **plenitud de vida o plenitud de amor**, es respuesta de amor al amor de Dios y esta plenitud de amor, trae consigo la felicidad. Así pues, lo primero de la santidad es el amor y la plenitud de la santidad equivale a la plenitud del amor y su fruto es la felicidad. Esto implica que esforzarse por crecer en santidad equivale a crecer y esforzarse por el desarrollo y perfeccionamiento de nuestro amor y encaminarnos así a nuestra felicidad.

## **CARACTERÍSTICAS DEL AMOR ESPONSAL**

Para poder trabajar hacia la plenitud de nuestro amor y así a la santidad en nuestro matrimonio, debemos analizar las características del amor esponsal. Este es un amor mutuo y abarca todas las formas de amor.

1. **AMOR MUTUO:** "Tú te regalas por entero a mí y yo me regalo por entero a ti". En esta comunión de corazones, se juega nuestra felicidad.
2. **ABARCA TODAS LAS FORMAS DE AMOR:** El amor esponsal debe ser una armonía entre amor sexual, erótico, espiritual y sobrenatural. Ningún tipo de amor debe ser excluido. Por eso, no existe otro amor humano tan perfecto como el amor conyugal donde se da una unidad corporal y espiritual.

## **FORMAS DE AMOR**

1. **AMOR SEXUAL:** Este amor encuentra en el acto sexual su culminación. Este constituye la expresión máxima de la unión matrimonial, cuyo fruto es la procreación de los hijos. Es expresión y camino de una auténtica santidad matrimonial, para lo cual debemos integrar la sexualidad en las otras formas del amor. De lo contrario, corremos el riesgo de vivir una sexualidad disociada y despersonalizante. Así, se nos plantea el desafío que nuestra vida instintiva debe ser asumida y regulada con la ayuda de la gracia ya que de otro modo, no lograremos una vida matrimonial plena.
2. **AMOR ERÓTICO:** Este consiste en que se ama a una persona que tiene cuerpo y está marcada por su sexualidad femenina o masculina. Entonces la realidad de esa persona entusiasma, despierta una atracción, fascina, enamora. Es la complacencia en la apariencia del cónyuge.
3. **AMOR ESPIRITUAL:** Es el amor que se refiere a la calidad espiritual de la persona, a sus virtudes, a sus valores, a la dignidad que posee la persona en cuanto tal. Es el amor que busca en primer lugar el bien del

tú, que tiende a la fusión de corazones y no solo de los cuerpos, a vivir espiritualmente el uno en el otro. Este amor es la viga maestra de la santidad matrimonial.

4. **AMOR SOBRENATURAL:** Este amor se refiere a la persona en cuanto ésta es hija de Dios y miembro de Cristo. Por la fe descubrimos en nuestro cónyuge una profundidad y riqueza que no es posible captar sólo con nuestra visión humana. El amor sobrenatural nos capacita para amarlo con un amor semejante al de Dios, que posee la calidad de la entrega, la fidelidad y el heroísmo del amor de Cristo

Así pues, la tarea de santificación matrimonial consiste en lograr la síntesis de todas las formas de amor, donde las polaridades se han unido y potenciado creadoramente, sin suprimir ninguna faceta del amor. Para ello poseemos la garantía de contar con las gracias del sacramento del matrimonio, para ascender a la más alta santidad en la mutua entrega de amor.

### ***CULTIVO DEL AMOR SEXUAL***

Si tomamos en serio nuestra perfección matrimonial, debemos aprender a realizar el acto conyugal de tal manera que sea para nosotros un medio para alcanzar la santidad. Para ello la sexualidad debe ser expresión de los otros amores, de lo contrario, se convierte en un pequeño infierno ya que la unión no logra superar la barrera del hielo interior.

La mujer no puede aceptar un requerimiento sexual si éste no está acompañado por el amor erótico y espiritual. Es decir, si no se siente amada como persona y recibida en todo su ser. Este amor personal al tú exalta la dignidad del cónyuge, con lo que ella es y vale, con lo que piensa y siente, con su manera de ser. Más allá de esto, la ama y la respeta como imagen de Dios. Por lo tanto, no busca el sexo en sí mismo, sino el sexo de esa persona, con esa dignidad y con esa originalidad que le es propia. Cuando la mujer no es amada de esta forma se produce en ella un rechazo.

Así, en la medida que mi cónyuge sienta en la vida cotidiana cuánto lo respeto y vale para mí, esos sentimientos se reflejarán funcionalmente en la vida sexual. El termómetro del amor sobrenatural, de la íntima fusión de corazones en Cristo Jesús, es la calidad de la relación sexual. Esta debe ser expresión, camino y garantía de la unión personal y sobrenatural. Cuando el acto sexual no posee esa densidad, se rebaja y pasa a ser sólo la unión de dos cuerpos y no la unión de dos almas que se expresan en lo sensible y en lo sexual. En cambio, cuando el acto sexual es verdaderamente un acto humano y está animado por la gracia y la caridad sobrenatural, pasa a ser un acto santo, un camino de santidad y felicidad.

## ***CULTIVO DEL AMOR ERÓTICO***

El amor a mi cónyuge incluye el amor erótico: yo tengo que despertar una atracción en él o en ella. Debo cuidar mi persona y mi apariencia. A veces las personas no se cuidan en nada, olvidaron el encanto primitivo; se descuidan y así van matando la poesía del amor conyugal. Para el cultivo de esta forma de amor, debemos reencantarnos mutuamente, no permitir que los lados menos hermosos y negativos de nuestro cónyuge empañen nuestro amor por él. Volver a admirar al tú; redescubrir su encanto y ser capaz de encantar, atraer, y conquistar al otro con mi manera de ser, de hablar, de vestirme, etc.

Mi amor debe expresarse sensiblemente, para dar un mensaje que despierte y cautive al otro, que haga palpar de nuevo su corazón. Para ello hay que esforzarse por agradar y ser cortés, afable, atento, obsequioso. También debemos preocuparnos por manifestarle al otro que te encanta como es, como se ve o lo que hizo.

El amor erótico se relaciona también con el mundo de las caricias y la ternura. Nuestro esfuerzo por la santidad; nuestra autoformación como personas casadas, se juega en gran medida en el cultivo de estas manifestaciones gratuitas de ternura, de delicadeza y, de caricias. De caricias que van desde una mirada cariñosa, a un cogerse de la mano, regalar una flor y tantas cosas aparentemente innecesarias pero que el amor sabe inventar.

## ***CULTIVO DEL AMOR ESPIRITUAL***

Este amor es un amor de admiración y profundo respeto al ser que se ama. El respeto permite que el otro sea quien es. Se admira al otro y por ello lo deja ser quien es y lo trata de acuerdo a lo que es. Por que lo ama por si mismo no quiere forzarlo ni adecuarlo según el propio querer. Por el contrario, la falta de respeto bloquea la comunión de pareja.

### ***Características del amor espiritual***

#### ***\*Procura la felicidad del tú***

Ambos se estimulan, en una sana competencia, en hacer más feliz al otro. A través de mi amor, el otro debe alcanzar como persona, la felicidad. No se trata de que él sea feliz, sino que sea feliz a través mío: yo tengo que hacerlo feliz. Y para eso yo tengo que pasar a segundo plano. En este camino hay que empezar cada día de nuevo.

¿Cómo se esfuerza la mujer por ganar el amor de su marido? No sólo mostrando sus encantos, sino que debe dar a su marido una cierta paz y cobijamiento en su corazón. Es decir, el marido debe encontrar un hogar en el corazón de su esposa. Esto supone abrirse a los intereses del marido, interesándose por su mundo y lo que él vive.

Por su parte el marido gana el amor de su mujer siendo un verdadero caballero frente a ella. Ella también debe experimentar un encuentro gozoso con él. Debe hacerlo como lo hacía durante el noviazgo.

***\*Protege la dignidad del otro***

Debemos hacer sentir al otro lo que el otro vale. Debemos sentir el apoyo incondicional de nuestro cónyuge cuando nos dice: "Yo creo en ti: tú eres lo más grande para mí, más allá de todos los errores que hayas podido cometer. Por otro lado, debemos saber en lo que está el otro., qué piensa y siente.

Tenemos que ser capaces de comunicar lo que nos sucede. Si me doy y entrego mi cuerpo al tú, debo entregarle lo mío, lo que siento, lo que me alegra o me preocupa. Y esto, en la conciencia de que el otro al recibir mi cuerpo, recibe mi alma. Así, la entrega física estará respaldada, será plena y auténtica porque expresa la entrega de mis sentimientos y el acogimiento de éstos en el corazón del cónyuge.

***\*Procura la complementación y aceptación mutua***

Ambos se necesitan uno al otro. Ninguno encarna por sí mismo la totalidad del ser humano. Cuántas veces no disminuimos la personalidad del tú con nuestras actitudes, palabras y gestos.

Para que en el matrimonio exista una comunidad rica y de mutua complementación, es preciso que ambos traten de perfeccionar lo más posible su propia personalidad en un anhelo de superación por amor al cónyuge. Por otro lado, también es necesario aceptar integralmente a nuestro cónyuge. Se da un sí al tú, tanto en lo positivo, como en sus limitaciones. Para esto debemos aceptar los desengaños que éste nos ocasiona: ERRAR ES HUMANO. Siempre debemos descubrir de nuevo la pepita de oro que hay en el otro y aprovechar los desengaños para volver al corazón de Dios y de ahí comprender al otro, perdonarlo y apoyarlo para que remonte su vuelo a lo alto. Ojalá podamos experimentar en nuestra relación de esposos el misterio de reconciliación y nos tendamos la mano cuando uno haya caído.

***\*Es un amor fiel***

La infidelidad se da cuando yo no entrego por entero mi corazón a mi cónyuge, cuando yo no tengo tiempo para él, sino que me dejo llevar por mis hobbies o le doy prioridad a todo lo demás excepto a mi cónyuge. A lo anterior el Padre Kentenich agrega: "si no aseguramos nuestra vida de oración, si no cuidamos de recibir con frecuencia los sacramentos, especialmente la comunión y de asistir a la santa misa, si no nos esforzamos por hacer de nuestra vida de amor una vida de sacrificio, entonces podemos estar seguros que no lograremos mantener sin mancha nuestra fidelidad."

## **CULTIVO DEL AMOR SOBRENATURAL**

El P. Kentenich dice: "Debo amar a mi cónyuge y amarlo de corazón, sacrificándome por el otro. Pero este amor, en último término, debe brotar del amor a Dios. Esto significa que debo cultivar mi amor a Dios y si éste crece, crece también el amor a mi cónyuge." Esto requiere de un esfuerzo de nuestra parte y de tomar seguros que nos permitan vivir y recibir los sacramentos, fuente de vida para nuestro amor.

¿Cómo es la fuerza de ese amor sobrenatural que nos lleva a amarnos como Él nos amó? El amor de Cristo es un amor de **iniciativa, magnánimo, heroico y fiel**. Así debe ser el nuestro. Pensemos en un ejemplo: Dios toma primero la iniciativa de mostrarnos su amor. ¿Cuántas veces esperamos que el otro pruebe primero su amor?, que primero nos respete, nos pida perdón, etc.

El sacramento del matrimonio nos da la posibilidad de amarnos con un amor hermoso, magnánimo, heroico y fiel. Pase lo que pase, sabemos que siempre saldremos adelante porque contamos con la gracia para ser un matrimonio fiel, santo, feliz y unido.

### **DINÁMICA:**

Proponemos dar un tiempo para juntarse en parejas para reflexionar en torno a las preguntas y llegar a formular uno o dos seguros para trabajar en torno a este camino de santidad matrimonial, a través del perfeccionamiento de nuestro amor.

Luego compartir como grupo los seguros que puedan servir como ideas para los demás.

### **PREGUNTAS:**

- *¿Expreso en la vida cotidiana lo que el otro vale para mí? ¿Continúo viendo las cualidades de mi cónyuge o me he acostumbrado? ¿Cómo podemos crecer en eso?*
- *¿Nos preocupamos de reencantarnos mutuamente? ¿Cultivamos las caricias y los detalles en la vida diaria? ¿Qué puedo hacer yo para crecer en esto?*
- *¿Me preocupo de cobijar al otro en mi corazón? ¿En qué detalles concretos lo trabajo y lo demuestro?*
- *¿Le estamos dedicando tiempo a nuestra vinculación como esposos? ¿Nos distraemos juntos? ¿Cómo? ¿Cuándo?*
- *¿Cómo está nuestra vida de oración y sacramentos? ¿Tenemos seguros? ¿Estamos viviendo la misa dominical como alimento y fuente para vivir mejor nuestro amor? ¿Rezamos como matrimonio?*
- *¿En qué áreas de nuestra relación conyugal puedo*
  - Tener más iniciativa?
  - Ser más generoso y magnánimo?
  - Ser más fiel?
  - Ser más heroico?

## **2. PADRES SERVIDORES DE LA VIDA. EL CAMINO HACIA UNA SEXUALIDAD INTEGRADA.**

El propósito de compartir en nuestros grupos de vida el tema de la sexualidad es que consideramos que es una dimensión fundamental de la persona humana y del matrimonio. La sexualidad comienza con la persona, somos seres sexuados desde la concepción, cada uno es persona-mujer, o persona-hombre. Dios hizo así las cosas, esta es una verdad revelada.

La sexualidad es un regalo de Dios para vivir la grandeza de la vida matrimonial, y a la vez, es un misterio que ambos debemos descubrir. Es un camino de muchas alegrías pero no está exento de tensiones, angustias, incomprendiones, que producen entre los cónyuges distanciamiento y dificultades. En este tema vamos a desarrollar algunos aspectos que puedan ayudarnos a vivir nuestra sexualidad descubriendo un camino que nos permita crecer como personas, con claridad de ideas, llenos de ideales y con un espíritu de profunda humanidad.

Es importante considerar que hoy tenemos en muchos aspectos una mentalidad mecanicista, es decir, tendemos a separar ciertos elementos que en sí constituyen un todo orgánico y esto, nos ocurre muy especialmente con la sexualidad, donde aislamos lo físico de lo psíquico y espiritual.

### **1.- IDENTIDAD E INTIMIDAD**

Queremos considerar en primer lugar, que en el matrimonio somos dos personas: un hombre y una mujer, que somos semejantes y diferentes al mismo tiempo, no somos idénticos. "Somos iguales en dignidad y diferentes en modalidad" (P. José Kentenich). Nuestra igual dignidad proviene de nuestro ser personas y es necesaria para el encuentro y el entendimiento.

La identidad es lo que define a cada persona, es lo que yo creo que soy, es el concepto de mí mismo. Se traduce en las características propias, originales de cada uno, los rasgos físicos, de personalidad, el sello personal, los intereses, las formas de relacionarme con todo lo que me rodea, la forma de vida. Esto es lo que somos cada uno de nosotros y de esta totalidad es de lo que nos enamoramos, quizás en un comienzo nos atrajo algo y con el tiempo nos hemos ido conociendo y descubriendo. Nuestra tarea común es ayudarnos a desarrollarnos como persona.

Una de las características más importantes de la persona es su intimidad, que es ese mundo interior, lo que guardamos dentro, ahí guardamos toda nuestra historia de vida, desde el inicio de la existencia Dios abrió ese lugar, es un espacio sagrado. No es una bodega, es un lugar donde se ha ido formando lo más íntimo que hay en cada uno de nosotros. Es un espacio al que no es tan fácil llegar, no es como abrir una puerta y entrar. Hay que hacer un camino, requiere de tiempo, es un proceso. Que importante es entrar en

ese lugar y poder mirar y ver lo que hay. Desde nuestro espacio interior somos esposo o esposa, desde ahí nos comunicamos. Este mundo interior crece y se desarrolla. Cuando le mostramos al otro lo que tenemos, estamos regalando nuestro interior, nos estamos dando, entregando todo lo que somos, y esto se completa cuando el otro se queda con lo que damos, alguien que acoge nuestra intimidad.

Así surge otra dimensión de la identidad, que es la identidad de pareja, que consiste en complementar nuestras interioridades, en compartir lo más profundo de cada uno, en una intimidad común. La forma de mostrar nuestra intimidad se realiza a través del cuerpo, de la mirada, gestos, las manos, la comunicación verbal, las caricias. Esto incluye escuchar, crecer con el otro. En la medida que vamos creciendo en nuestra intimidad común nos aseguramos de una vida sexual más plena.

## **2.- RASGOS DEL ENCUENTRO CONYUGAL:**

En la vida sexual o en la expresión física de la sexualidad, cada matrimonio debe desarrollar su propia identidad, su propio estilo, lenguaje, frecuencia. Forma parte de nuestra complicidad tener códigos comunes que sólo nosotros conocemos y compartimos. No puede invadirnos la publicidad, los cuentos de los demás, las películas idílicas: sólo nos contaminan y nos producen inseguridades y deformaciones. Tenemos que crear nuestra propia armonía, respetando siempre los límites, el espacio propio, los ritmos.

Para que este encuentro se produzca es necesario que los dos desarrollemos una amistad profunda, de generosa comprensión y ayuda mutua, de elaboración y realización de proyectos comunes.

En el encuentro sexual se requiere la complementación del hombre y la mujer, porque tenemos distintas naturalezas, sensibilidades, ritmos y tiempos de excitación; el hombre se excita con rapidez y la mujer en cambio requiere de estímulos, de palabras y cariños. La naturaleza femenina necesita sentirse acogida, querida, respetada para tener un encuentro íntimo. A veces una pelea, una discusión, una palabra hiriente no le permiten entregarse y disfrutar de una relación sexual, situación muy diferente para el hombre que por su naturaleza es capaz de separar totalmente un hecho del otro. Muchas veces el no conocer o no reconocer esta realidad produce muchos desencuentros y si no conversamos y buscamos una forma para adaptarnos vamos produciendo un vacío interior. Esto exige un aprendizaje y esfuerzo común, la espontaneidad no es suficiente. Este diálogo que en ocasiones se nos hace difícil requiere de abrirnos y pasar la barrera de la vergüenza o el pudor que nos produce este tema porque eso nos va permitiendo crecer en un amor verdadero.

Todos los matrimonios viven distintas etapas; como los árboles, como las estaciones del año, a veces estamos en verano, en primavera, en otoño o invierno, pero en todas ellas somos generadores de vida. Incluso, nos pasa que el marido o la mujer estamos en etapas diferentes, estamos viviendo distintos

procesos. Es importante reflexionar sobre todas ellas y ver con tranquilidad los momentos de sufrimiento, porque ellos nos hacen reconocer y valorar lo que tenemos. En estos momentos ayuda la voluntad y contar con la gracia de Dios.

Otro aspecto del matrimonio de total relevancia es la fidelidad conyugal, no nos estamos refiriendo solamente al adulterio, sino al respeto y a la reserva que le debemos al otro. Esta comprende a la persona en su totalidad, requiere de una conquista diaria, de un proyecto personal y matrimonial, somos fieles porque somos libres, elegimos mantenernos fieles, esta libertad interior nos perfecciona. La fidelidad es la capacidad de conservar nuestro amor, de estar reconquistando nuestro amor, es un anhelo de permanencia. Es aprender a amarnos como Dios nos ama. La ternura y fidelidad de Cristo no tienen límites. Es la decisión diaria de permanecer en la opción a la que nos comprometimos un día ante Cristo y la iglesia, es nuestro compromiso sacramental.

Para vivir nuestro matrimonio en permanente fidelidad necesitamos de la acción de Dios en nosotros, Él nos ayuda a vivir nuestro amor. Es una utopía pensar que podemos vivir esta propuesta de sexualidad matrimonial sin una profunda vida espiritual y de oración conjunta.

Nuestra vida sexual es encuentro íntimo y profundo donde encontramos la alegría interior y enriquecemos nuestra vida personal y matrimonial. La felicidad conyugal integra todos los aspectos de la pareja, la sexualidad no es algo puramente biológico, ligado al cuerpo, si no que mira lo más íntimo de la persona, es una pieza integradora de todos los planos, ya que la vocación del hombre es el amor y toda la vida sexual debe entenderse en torno a él. La sexualidad desconectada del amor y de los sentimientos crea las peores esclavitudes y la más profunda soledad.

### **3.- FECUNDIDAD**

En el desarrollo integral de la sexualidad, la donación mutua lleva implícita un elemento primordial que es estar abiertos a la generación de nueva vida. El matrimonio es también sujeto del plan redentor de Dios revelado por Cristo, en el que estamos llamados a la vida nueva. Uno de los aspectos más sublimes de la sexualidad humana, es que es el único medio para dar vida a un ser humano, este es el momento en que el hombre y mujer cooperan real e íntimamente con Dios en la venida al mundo de cada nuevo ser humano. En este sentido nos transformamos en co-creadores.

Al momento de casarnos todos soñamos con algún día formar una familia, pensamos y planeamos el número de hijos, a veces, hasta sus posibles características físicas, compartimos todos nuestros anhelos. En el recorrido de este camino, Dios nos ha ido regalando la fecundidad representada en ellos, en algunos casos diferente a lo que pensamos. Algunos con el dolor de no tener hijos, otros con menos de los que quisiéramos, y en algunos casos con una familia larga que nos ha requerido esfuerzos de generosidad y entrega.

El otro tema sobre sexualidad trata sobre la "Fecundidad y Sexualidad en el matrimonio según el Magisterio de la Iglesia", trasmite el pensamiento y orientaciones de la Iglesia, por lo que en este texto sólo haremos una corta reflexión del principio de la gradualidad; es decir, el llamado a la santidad, al ideal matrimonial al que nos llama la Iglesia, el cual no debe desalentarnos por las caídas o dificultades que vivimos en diferentes momentos de nuestra vida matrimonial, este es un camino, hay que transitar por él, pero no abandonar el ideal. Tenemos que hacer todos los esfuerzos para vivir las enseñanzas de la Iglesia sobre regulación de la natalidad, en adherirnos a ellas con convicción porque nos ayudan a crecer en intimidad. Este es un aprendizaje personal que nos pide ejercer la renuncia y libertad ya que el conocimiento de la naturaleza humana es una experiencia, es una invitación a vivir según lo que Dios quiere.

Que los factores culturales actuales no empobrezcan nuestro amor, nos llenen de subjetivismo y nos hagan renunciar a conocer la verdad y alcanzarla. Hoy hablamos de prácticas sexuales fuera del matrimonio, de control de natalidad, de procreación sin sexualidad, de uniones homosexuales, divorcio, etc., esta cultura disocia los elementos fundamentales del cristianismo; en los que reconocemos un matrimonio indisoluble entre un hombre y una mujer y que un hijo es un don que se debe acoger.

Es frecuente que los matrimonios vivan dificultades que surgen a raíz de la sexualidad matrimonial, la experiencia ha mostrado que hay caminos que ayudan a salir de ellas, como el diálogo, el consejo de los sacerdotes, la ayuda de matrimonios mayores con experiencia, o profesionales adecuados. Hay muchas herramientas que nos ayudan a alcanzar la plenitud.

## **DINÁMICA**

### ***Preguntas para compartir en la reunión de grupo:***

- 1.- ¿Qué aspectos de este texto nos iluminan más en nuestra visión sobre la sexualidad?*
- 2.- ¿Qué caminos son los que más nos ayudan a vivir nuestra sexualidad?*

### ***Preguntas para conversar como matrimonio en la casa:***

- 1.- ¿Hemos encontrado una avenencia en nuestra vida sexual? ¿Qué elementos nos han ayudado a avenirnos?*
- 2.- ¿Conversamos este tema entre nosotros? ¿Compartimos nuestras inquietudes, nuestras alegrías, nuestros encuentros y nuestras tensiones?*

*Si no lo hacemos, si hay aspectos que tenemos vedados, esta es una invitación a que reflexionemos juntos, a abrir nuestro corazón y encontrarnos en la intimidad de cada uno.*

### **3. PADRES SERVIDORES DE LA VIDA. EL RESPETO AL AMOR Y A LA SEXUALIDAD**

#### **FECUNDIDAD Y SEXUALIDAD EN EL MATRIMONIO SEGÚN EL MAGISTERIO DE LA IGLESIA**

##### **1. El tema de la fecundidad y sexualidad toca existencialmente a los matrimonios.**

Pertenece a la naturaleza propia del matrimonio y, por lo tanto, es de la mayor importancia conducirla adecuadamente para la plenitud de la vida matrimonial. La voluntad de Dios es que en la vida matrimonial se realice "una íntima comunidad de amor y de vida" (Vaticano II, GS, 48) que pasa por la unión de cuerpo y alma de los esposos.

Es un hecho real que para muchos matrimonios la relación fecundidad y sexualidad se les transforma en un conflicto. Aparte de las dificultades específicas que puede experimentar un matrimonio en su unión sexual, muchas veces este conflicto se produce por la relación a la fecundidad. Esto porque se hace difícil la llegada de un nuevo hijo, o porque se estima que no debieran llegar más, o bien porque a pesar de querer tenerlos, éstos no llegan.

Ante estas dificultades se ofrecen muchas soluciones, apoyadas en distintas concepciones de la sexualidad. La Iglesia, como Madre y Maestra, quiere ayudarnos para que el discernimiento de los esposos en este campo se ajuste al orden querido por Dios. Como católicos tenemos esta ventaja: el Magisterio –confiado por Jesucristo a San Pedro y los Apóstoles, y a su sucesor: el Papa (en conjunto con los obispos cuando se trata de un Concilio)-, para iluminar nuestro camino de vida. Es el Señor, que ha querido dejarnos en la Iglesia su guía, para que la fe ilumine todos los ámbitos en nuestro caminar por este mundo, para que la moral nos oriente respecto de lo positivo y negativo en nuestras actitudes y acciones y para que por los sacramentos contemos con la ayuda eficaz para seguirlo como "el Camino, la Verdad y la Vida" (Juan 14.6).

"La Iglesia, consciente de que el matrimonio y la familia constituyen uno de los bienes más preciosos de la humanidad, quiere hacer sentir su voz y ofrecer su ayuda a todo aquél que, conociendo ya el valor del matrimonio y de la familia, trata de vivirlo fielmente; a todo aquél que, en medio de la incertidumbre o de la ansiedad, busca la verdad y a todo aquél que se ve injustamente impedido para vivir con libertad el propio proyecto familiar. Sosteniendo a los primeros, iluminando a los segundos y ayudando a los demás, la Iglesia ofrece su servicio a todo hombre preocupado por los destinos del matrimonio y de la familia." (FC, 1)

## **2. Algunos elementos centrales del Magisterio de la Iglesia para abordar esta materia.**

Al respecto dos consideraciones previas:

**2.1.** La Iglesia católica es por naturaleza Madre y, por eso, enseña el Evangelio de Jesucristo y sus repercusiones concretas en la conducta de los hombres, considerando con rica y profunda sensibilidad las situaciones concretas de las personas. A veces se cree que el Magisterio de la Iglesia trata con frialdad, con rigidez y con dureza lo que se refiere al ámbito de la fecundidad y sexualidad, sin hacer suya las situaciones difíciles de muchos matrimonios en este campo. Las siguientes citas de documentos magisteriales demuestran lo contrario.

“Los gozos y las esperanzas, las tristezas y las angustias de los hombres de nuestro tiempo, sobre todo de los pobres y de cuantos sufren, son a la vez gozos y esperanzas, tristezas y angustias de los discípulos de Cristo.” (Vaticano II, GS, 1)

“La Iglesia es ciertamente consciente también de los múltiples y complejos problemas que hoy, en muchos países, afectan a los esposos en su cometido de transmitir responsablemente la vida.” (FC, 31)

“El gravísimo deber de transmitir la vida humana ha sido siempre para los esposos, colaboradores libres y responsables de Dios Creador, fuente de grandes alegrías, aunque algunas veces acompañadas de no pocas dificultades y angustias.” (HV, 1)

**2.2.** La Iglesia, por ser Madre, es consciente de su responsabilidad por iluminar y animar a sus hijos a seguir la voluntad de Dios. Ella tiene una especial responsabilidad en destacar la primacía de los valores morales en las decisiones y acciones de la persona humana. Así, por ejemplo, del mandato de Jesucristo de amarnos los unos a los otros (Juan 15. 17), el Magisterio de la Iglesia nos ayuda a desprender algunas conductas morales concretas: respetarnos, rechazar la violencia, perdonarnos, ayudarnos, etc. (FC,8). Como buena Madre, su labor no se limita sólo a comprender la debilidad de sus hijos, sino que a mostrarles y animarlos a seguir el plan de amor y verdad de Dios. Como María, Madre y Modelo de la Iglesia, nos dice: “Hagan todo lo que El les mande.” (Juan,2,5)

Los padres de familia saben que en la educación de sus hijos hay que mantener estas dos actitudes fundamentales en su tarea de educadores: acoger con amor las necesidades de cada hijo y, a la vez, encauzarlo por el recto camino con la verdad. Sin duda que esto les causa momentos difíciles: incomprendiones, rabias, desobediencias, pero a larga, los hijos agradecen que sus padres los hayan educado con amor y con verdad, virtudes que influyen efectivamente en su seguridad personal. Haber sentido el amor personal hacia ellos y haber sido orientado según la verdad.

Por eso, la Iglesia, a través de su Magisterio nos explica que lo que entorpece conducir nuestra vida, según los valores morales eternos que nos señala el Evangelio, se debe a nuestra fragilidad humana, al mal uso que hacemos de nuestra libertad, cuando la entendemos como hacer lo que a uno le gusta o le acomoda, y no lo que le corresponde. Por eso, cuando la Iglesia señala que la última palabra en nuestras decisiones la tiene la propia conciencia, exige que ésta haya sido debidamente informada e iluminada. Esto implica, para el católico, dejarse interpelar por la Palabra de Dios que es recibida en la comunidad eclesial guiada por los Pastores, a fin de no caer en un subjetivismo craso.

“En la base de estos fenómenos (divorcios, abortos, esterilización, anticoncepción) está muchas veces una corrupción de la idea y de la experiencia de libertad, concebida no como la capacidad de realizar la verdad del proyecto de Dios sobre el matrimonio y la familia, sino como una fuerza autónoma de autoafirmación, no raramente contra los demás, en orden al propio bienestar egoísta.” (FC, 6)

“Se hace necesario recuperar por parte de todos la conciencia de la primacía de los valores morales, que son los valores de la persona humana en cuanto tal. Volver a comprender el sentido último de la vida y de sus valores fundamentales es el gran e importante cometido que se impone hoy día para la renovación de la sociedad. Sólo la conciencia de la primacía de éstos permite un uso de las inmensas posibilidades puestas en manos del hombre por la ciencia; un uso verdaderamente orientado como fin a la promoción de la persona humana en toda su verdad, en su libertad y dignidad. La ciencia está llamada a ser aliada de la sabiduría.” (FC, 8)

### ***3. Orientaciones del Magisterio de la Iglesia sobre la fecundidad y sexualidad matrimonial***

Estas orientaciones provienen principalmente de las orientaciones del Papa Juan Pablo II en su Exhortación Apostólica Familiares Consortio (1981), que es el documento pontificio más completo sobre el tema que nos ocupa, continuando la permanente enseñanza de los Sumos Pontífices sobre el tema, últimamente con el Papa Pablo VI (Humanae Vitae, (1968)) y del Concilio Vaticano II (1961-1965).

“Precisamente porque el amor de los esposos es una participación singular en el misterio de la vida y del amor de Dios mismo, la Iglesia sabe que ha recibido la misión especial de custodiar y proteger la altísima dignidad del matrimonio y la gravísima responsabilidad de la transmisión de la vida humana.” (FC, 29)

Cada vida humana es creación directa de Dios. Los padres son instrumentos suyos en la gestación del ser humano, pero sólo Dios es quien da el hálito de la vida. Por eso, la Iglesia se sabe responsable de defender la vida humana desde su gestación hasta su muerte, en virtud de que ella

“enriquecida con los dones de su Fundador (Jesucristo), observando fielmente sus preceptos de caridad, de humildad y de abnegación, recibe la misión de anunciar el Reino de Cristo y de Dios, de establecerlo en medio de todas las gentes, y constituye en la tierra el germen y el principio de este reino.” (GS,5)

“La Iglesia cree firmemente que la vida humana, aunque débil y enferma, es siempre un don espléndido del Dios de la bondad. Contra el pesimismo y el egoísmo, que ofuscan el mundo, la Iglesia está en favor de la vida: y en cada vida humana sabe descubrir el esplendor de aquel “Sí”, de aquel “Amén” que es Cristo mismo. Al “no” que invade y aflige al mundo, contrapone este “Sí” viviente, defendiendo de este modo al hombre y al mundo de cuantos acechan y rebajan la vida. La Iglesia está llamada a manifestar nuevamente a todos, con un convencimiento más claro y firme, su voluntad de promover con todo medio y defender contra toda insidia la vida humana, en cualquier condición o fase de desarrollo en que se encuentre. Por esto, la Iglesia condena, como ofensa grave a la dignidad humana y a la justicia, todas aquellas actividades de los gobiernos o de otras autoridades públicas, que traten de limitar de cualquier modo la libertad de los esposos en la decisión sobre los hijos.” (FC, 30)

La Iglesia afirma su defensa absoluta de la vida humana y el rechazo a todo intervencionismo externo sobre los esposos en la decisión sobre los hijos. Esta intervención puede provenir de políticas públicas, de argumentos científicos unilaterales de índole sociológica, fisiológica y psicológica que desvirtúan el proceso de gestación, de desarrollo y de proyección de la vida humana.

“En el contexto de una cultura que deforma gravemente o incluso pierde el verdadero significado de la sexualidad humana, porque la desarraiga de su referencia a la persona, la Iglesia siente más urgente e insustituible su misión de presentar la sexualidad como valor y función de toda la persona creada, varón y mujer, a imagen de Dios”. (FC,32)

Sobre esto, el Concilio Vaticano II afirmó claramente que “cuando se trata de conjugar el amor conyugal con la responsable transmisión de la vida, la índole moral de la conducta no depende solamente de la sincera intención y apreciación de los motivos, sino que debe determinarse con criterios objetivos, tomados de la naturaleza de la persona y de sus actos, criterios que mantienen íntegro el sentido de la mutua entrega y de la humana procreación, entretejidos con el amor verdadero; esto es imposible sin cultivar sinceramente la virtud de la castidad conyugal.” (GS,51)

Aquí la Iglesia enfatiza la dimensión objetiva en la toma de decisiones sobre la transmisión de la vida, para alertar respecto de la primacía de los motivos subjetivos. Las circunstancias concretas ante una decisión en este campo no deben apartar de una consideración cuidadosa de la naturaleza del acto sexual, que no sólo es expresión de la comunión de amor entre los esposos, sino también conlleva una relación a la fecundidad.

“Es precisamente partiendo de la “visión integral del hombre y de su vocación, no sólo natural y terrena sino también sobrenatural y eterna”, por lo que Paulo VI afirmó, que la doctrina de la Iglesia “está fundada sobre la inseparable conexión que Dios ha querido y que el hombre no puede romper por propia iniciativa, entre los dos significados del acto conyugal: el significado unitivo y el significado procreador”. (HV,12) Y concluyó recalcando que hay que excluir, como intrínsecamente deshonesto, “toda acción que, o en previsión del acto conyugal, o en su realización, o en el desarrollo de sus consecuencias naturales, se proponga, como fin o como medio, hacer imposible la procreación”. (HV,14); porque los esposos, “cuando separan estos dos significados que Dios Creador ha inscrito en el ser del hombre y la mujer y en el dinamismo de su comunión sexual, se comportan como “árbitros” del designio divino y “manipulan” y envilecen la sexualidad humana, y con ella la propia persona del cónyuge, alterando su valor de donación “total”. (FC,32).

“En cambio, cuando los esposos, mediante el recurso a períodos de infertilidad, respetan la conexión inseparable de los significados unitivo y procreador de la sexualidad humana, se comportan como “ministros” del designio de Dios y “se sirven” de la sexualidad según el dinamismo original de la donación “total”, sin manipulaciones ni alteraciones.” (FC,32)

“La Elección de los ritmos naturales comporta la aceptación del tiempo de la persona, es decir, de la mujer, y con esto la aceptación también del diálogo, del respeto recíproco, de la responsabilidad común, del dominio de sí mismo. Aceptar el tiempo y el diálogo significa reconocer el carácter espiritual y a la vez corporal de la comunión conyugal, como también vivir el amor personal en su exigencia de fidelidad.” (FC,32).

En este texto del documento del Papa Juan Pablo II, Familiaris Consortio, conocemos con claridad y profundidad la enseñanza de la Iglesia sobre la relación sexualidad y fecundidad:

+ que su significado íntimamente referido a la persona como imagen y semejanza de Dios, a su carácter sagrado y trascendente, y no sólo a un asunto de biología reproductiva. Corresponde a la naturaleza humana y trascendente de los cónyuges, quienes deben respetar la verdad que Dios estableció en la sexualidad humana.

+ que su comportamiento es de índole moral, ética, por lo que no sólo depende de buenas o malas intenciones personales, sino de criterios objetivos propios de la naturaleza de la persona y de sus actos.

+ que asumiendo la realidad natural y sobrenatural de toda persona humana, hay una inseparable conexión que Dios puso en la naturaleza del acto conyugal y que el hombre no puede romper por propia iniciativa, a saber, la comunión conyugal y la procreación. Por lo tanto, no corresponde moralmente obstaculizar este proceso.

+ que en el caso del anticoncepcionismo, los esposos actúan como árbitros, es decir, ellos deciden si seguir o no el orden establecido por Dios. En cambio, al regirse por los períodos de la mujer, se comportan como instrumentos, ministros, que acogen el orden querido por Dios.

+ que la elección de los ritmos naturales personaliza la donación del matrimonio, porque acepta el tiempo de la mujer, favorece el diálogo, el respeto mutuo, la responsabilidad común, el dominio de sí mismo. Respeta el carácter espiritual y corporal del acto conyugal.

En la comunión conyugal, hay una referencia directa a un tercero: el hijo. Los cónyuges, por tanto, deben ser cuidadosos en su apertura a la vida, buscando interpretar la voluntad de Dios en la aceptación o no de la nueva vida. De allí que la comunión sexual no se circunscribe sólo a los cónyuges.

Sin embargo, la Iglesia como Madre, junto con clarificar el orden querido por Dios Creador para la sexualidad y fecundidad, consciente de que es un campo que exige fe y esfuerzo personal, "se hace cercana a muchas parejas de esposos que se encuentran en dificultad sobre este importante punto de la vida moral; conoce bien su situación, a menudo muy ardua y a veces atormentada por dificultades de todo tipo, no sólo individuales sino también sociales; sabe que muchos esposos encuentran dificultad no sólo para la realización concreta, sino también para la misma comprensión de los valores inherentes a la norma moral. Pero la misma y única Iglesia es a la vez Maestra y Madre. Por esto, la Iglesia no cesa nunca de invitar y animar, a fin de que las eventuales dificultades conyugales se resuelvan sin falsificar ni comprometer jamás la verdad. En efecto, está convencida de que no puede haber verdadera contradicción entre la ley divina de la transmisión de la vida y la de favorecer el auténtico amor conyugal." (FC,33)

Para seguir este camino de una auténtica sexualidad y fecundidad, se necesita "la constancia y la paciencia, la humildad y la fortaleza de ánimo, la confianza filial en Dios y en su gracia, el recurso frecuente a la oración y a los sacramentos de la Eucaristía y de la reconciliación." FC,33). La Iglesia invita a no desanimarse con las dificultades que encontremos en el camino, por las caídas debido a la humana fragilidad que a veces creemos imposible de superar, sino a "continuar en este camino, sostenidos por el deseo sincero y activo de conocer cada vez mejor los valores que la ley divina tutela y promueve, y por la voluntad recta y generosa de encarnarlos en sus opciones concretas." (FC,34)

### ***Preguntas para compartir en la reunión de grupo:***

- 1.- ¿Qué nos parece lo más novedoso? ¿Qué no sabíamos?*
- 2.- ¿Qué nos parece claro y qué es lo que nos parece difícil de entender?*

GS = Constitución Pastoral Gaudium et Spes, Concilio Vaticano II  
FC = Exhortación Apostólica Familiaris Consortio, Papa Juan Pablo II

## **4. PADRES SERVIDORES DE LA VIDA. SEXUALIDAD DE LOS HIJOS (SESIÓN 1)**

### **OBJETIVO**

Este tema está referido a la educación del instinto sexual de nuestros hijos, en la perspectiva de la atracción que éste produce por una persona del otro sexo. No está referida a temas como la amistad o la identidad sexual masculina y femenina, ni a la información sobre los órganos y funciones sexuales, sino al impulso sexual que abarca la tendencia a poseer y a recibir a la otra persona, para unirse a ella no sólo con el alma sino también con el cuerpo, en un proceso que tiende a culminar en una relación sexual.

El tema lo trataremos en dos capítulos. El primero está dedicado a recordar los criterios fundamentales sobre la sexualidad humana, en su perspectiva antropológica cristiana, con algunas recomendaciones pedagógicas. El segundo capítulo entrega algunas orientaciones sobre la praxis concreta en la educación sexual de nuestros hijos.

### **MOTIVACIÓN**

Educar la sexualidad en nuestros hijos es una tarea que abarca la totalidad de su persona. Ella se refiere a aquello que pertenece a lo más propio del ser humano: su vocación a amar y a ser amado. Por eso, nos equivocamos si sólo la referimos a dar información sobre los órganos sexuales y su funcionamiento, porque entonces reducimos la educación a una mera dimensión biológica, ignorando su recto sentido y su repercusión en aspectos centrales de la vida humana, como son la afectividad, la instintividad, la voluntad, la inteligencia, la vida espiritual.

Nacemos sexuados, como hombre o como mujer, lo cual también definirá en muchos aspectos las dimensiones antes señaladas, que deben estar en la mira de la educación sexual que damos a los hijos. Como padres tenemos la tarea de potenciar su identidad sexual con las características propias de su personalidad y señalar a la vez la necesaria complementación de ambos componentes de toda humanidad: lo masculino y lo femenino, todo esto en la perspectiva de la vocación universal al amor.

El Papa Juan Pablo II expresa de la siguiente manera la doctrina de la Iglesia al respecto: "El amor es, por tanto, la vocación fundamental e innata de todo ser humano. En cuanto espíritu encarnado, es decir, alma que se expresa en el cuerpo informado por un espíritu inmortal, el hombre está llamado al amor en esta su totalidad unificada. El amor abarca también el cuerpo humano y el cuerpo se hace partícipe del amor espiritual... En consecuencia, la sexualidad no es algo puramente biológico, sino que afecta al núcleo íntimo de la persona humana en cuanto tal." (FC, 11) De allí que el P. José Kentenich

afirmara una y otra vez en sus conferencias pedagógicas: "la educación sexual es educación al amor".

Al educar con esta perspectiva a nuestros hijos, ellos entenderán que su impulso sexual, en todas sus manifestaciones de acuerdo a sus etapas de vida, está inserto en una dimensión que los trasciende como persona individual. No se circunscribe a un efecto puramente personal, a un placer procurado sólo para sí mismo, en solitario o con otros, sino que encuentra su realización más plena cuando es expresión de amor, amar a un tú y saberse amado en forma recíproca. Sin conocer esta dimensión y sin vivir su sexualidad según esta visión antropológica, se dejará llevar solamente por la fuerza instintiva sexual-genital, que paulatinamente conduce no sólo a usar de su sexualidad, sino que a abusar de ella, en búsqueda de nuevas emociones y sensaciones.

Como en todos los instintos humanos -los que en sí son buenos- es necesario considerar un orden en su ejercicio para que se constituyan en una fuerza útil para un recto desarrollo de la persona y no se transformen en impulsos desordenados. El instinto de comer y beber debe circunscribirse a las correspondientes necesidades del cuerpo para no causar un mal: obesidad, anorexia, embriaguez. El instinto de la ira debe también ajustarse a un orden social que cuide del respeto a las personas para no agredir, dañar, atentar contra la vida ajena. Lo mismo podemos decir en relación a las cosas, para darles un recto uso en bien no sólo personal sino también considerando el bien común. Así también el instinto sexual, quizás el instinto más potente en la persona, debe ajustarse al orden del amor, porque aquél no sólo es emoción y placer, sino también es respeto, compromiso responsable, generosidad, búsqueda del bien del tú.

Por esto, si todos los instintos deben ser educados para lograr su recto uso, con mayor razón el instinto sexual necesita de una dedicación más prolija para lograr en definitiva una autoeducación. En una antropología cristiana, la sexualidad es el instinto más afectado por el pecado original, hecho que afectó el perfecto orden que Dios había regalado al hombre. Por eso, es importante enseñar a nuestros hijos a ser dueños de su potencia sexual, como personas libres e integras, exigiéndose a sí mismos para orientar su sexualidad en la dimensión de un amor verdadero, y no caer en un impulso autoreferente y egocéntrico. Para esto es necesario ayudarlos a desarrollar la fuerza de voluntad, a practicar la disciplina consigo mismo, a dejarse iluminar por la inteligencia, a crecer en generosidad, capacidad de renuncia, decisión para podar los excesos y corregir las desviaciones. Niños y jóvenes sin autoeducación, sin capacidad de ser los protagonistas de su camino de vida, son personas incapaces de orientar su vida instintiva, transformándose en esclavos de sus caprichos o de corrientes de pensamiento que abogan por el libertinaje sexual bajo un ropaje pseudo científico.

Para una mejor comprensión de la sexualidad asumimos la visión que el P. José Kentenich entregara en sus estudios sobre este tema. Nos enseña que la sexualidad, entendida como la tendencia de amor entre un hombre y una

mujer, que nos saca de nosotros mismos, volcándonos hacia el tú -de acuerdo al postulado inicial en el trato de este tema- posee una triple virtualidad: 1. una tendencia al alma; 2. una tendencia al cuerpo; 3. una tendencia al hijo.

### ***Una tendencia al alma.***

Esta tendencia se sustenta en la concepción antropológica cristiana que afirma que Dios creó al ser humano como un todo espiritual y material, y, por lo tanto, en el amor sexual entre un hombre y una mujer hay también una atracción espiritual. Lo masculino y lo femenino, en cuanto espíritu, buscan unirse íntimamente para lograr una verdadera experiencia de humanidad completa. Se trata de una necesidad interior de complementación de los sexos, que está en el núcleo de la intimidad conyugal y en la que radica lo más propio de la relación de amor. A través de esta dimensión que une alma con alma, el hombre crece como persona al abrirse y recibir el alma femenina, y la mujer simultáneamente se enriquece al abrirse y recibir el alma masculina.

Esta transmisión de vida interior que se expresa a través de miradas, de palabras, de caricias, precisa de tiempo para lograr la hondura, la confianza, la apertura, los gestos adecuados para que realmente toquen el alma. Precisa de un trabajo en el hombre para conocer, respetar y despertar el alma femenina a fin de lograr un encuentro mutuo con plenitud. Lo mismo se pide de la mujer respecto del hombre. Sin este camino virtuoso y profundo, la tendencia del alma puede quedar frustrada, perjudicando el encuentro espiritual de ambos enamorados y reduciéndolo a una pura emoción exterior.

En la educación sexual de nuestros hijos es importantísimo que les hagamos descubrir y valorar esta dimensión. Actualmente ellos están recibiendo información y estímulos que en nada se refieren a esta dimensión del alma, incitándolos a dar libre curso a su impulso sexual con una visión puramente materialista, deshumanizante y desarraigada de toda concepción profunda y verdadera del amor. Un recto ejercicio de la sexualidad necesita de una explicación sobre el alma masculina y el alma femenina, de acuerdo a la etapa de vida de cada hijo, que le enseñe a considerar esta dimensión cuando experimenta la atracción al otro sexo.

### ***Una tendencia al cuerpo.***

Con frecuencia el impulso sexual se manifiesta por la atracción que ejerce el cuerpo de una persona del otro sexo. Es una característica que la distingue de una mera amistad, en la cual normalmente prima el aspecto espiritual: por simpatía, por avenencia, por intereses comunes. Así como en la tendencia al alma se da el elemento de complementación espiritual, en esta tendencia se manifiesta la complementación corporal: la unión al cuerpo del otro sexo produce un placer correspondiente. Esta experiencia se hace más completa cuando más íntima se hace esa unión, desde la simple observación visual hasta la relación sexual.

Esta tendencia al cuerpo propia del instinto sexual corresponde al querer de Dios. Cuando Jesús eleva el matrimonio natural a sacramento expresa:

“¿No han leído que el Creador en el principio los hizo hombre y mujer, y dijo: El hombre dejará a su padre y a su madre, y se unirá con su mujer, y serán los dos una sola carne?” (Mt.19, 4-5) Es decir, Dios toma lo que El mismo ha colocado como natural en una relación conyugal y lo transforma, por la gracia del sacramento, en reflejo de su amor. Así mismo, le da al cuerpo humano una dignidad en alto grado, tanto como para que El mismo se encarnara, lo que San Pablo ratifica cuando afirma: “¿No saben Uds. que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, que habita en nosotros y que lo hemos recibido de Dios? Uds. ya no se pertenecen a sí mismos. Sabiendo que han sido comprados a un gran precio, procuren que sus cuerpos sirvan para gloria de Dios.” (1 Corintios 6, 19-20)

De esto se deriva la necesidad de educar a nuestros hijos en el respeto a la dignidad de su propio cuerpo y del cuerpo ajeno. El impulso sexual, por lo tanto, debe considerar que si bien está inserto en una relación de amor a un tú que tiene expresión corporal, ésta debe ajustarse a las leyes propias del amor. Por eso, es necesario explicarles que el goce sexual en solitario no expresa amor, sino sólo autosatisfacción individual, y que una intimidad sexual corporal que no se ajusta a un proceso maduro de mutua interioridad (unión de cuerpo y espíritu) y evita llegar a una relación sexual que puede dar origen a la vida de un tercero, atenta contra la realidad integral de la sexualidad. Esto porque extrapola una parte de ella, la más fácil y superficial, perjudicando una vivencia plena en la vida sexual. En definitiva, triunfa el placer egoísta por sobre una auténtica relación de amor total.

### ***Tendencia al hijo.***

El impulso sexual conlleva también una dimensión de paternidad y maternidad. La gestación de la vida, según el designio de Dios, está ligada al encuentro sexual de un hombre y una mujer. Esto le confiera a la sexualidad humana una dignidad altísima y una dimensión que le pertenece por naturaleza, aunque no necesariamente haya gestación de vida en cada relación sexual.. Así como limitar la sexualidad a una pura dimensión espiritual es un error, o limitarla sólo a una dimensión corporal también lo es, negar la referencia de la sexualidad a proyectarse en una nueva vida, en el hijo, es reducir el amor conyugal a una elipse, que no rompe sus márgenes en la fuerza de un amor generoso y vigoroso, donando nueva vida a la sociedad. Esta dimensión está contenida en el mandato divino de la creación del mundo: “Y los bendijo Dios y les dijo: Sed fecundos y multiplicaos, y llenad la tierra y sometedla.” (Génesis 1, 28). En la educación de nuestros hijos es de la mayor importancia entregarles este criterio para conducir su sexualidad. Lo que por su naturaleza es instrumento de una futura paternidad y maternidad, no puede malgastarse con un trato superficial de la sexualidad.

En su educación habitualmente se enfatiza la necesidad de prepararse para su futuro, para superar los desafíos que se presentarán en el mundo social y laboral, de allí las exigencias que se les pone en relación a su preparación intelectual, volitiva y corporal. En toda buena educación de la juventud se da esta dimensión de futuro para ir plasmando las capacidades y

habilidades que necesitarán "cuando sean grandes". Esta misma perspectiva de futuro debe estar presente en la educación de la sexualidad, porque la paternidad y maternidad: la gestación y educación de la vida de los hijos no se improvisa de un momento a otro, sino que debe estar presente en el consciente de los niños y jóvenes.

En la educación de la sexualidad en nuestros hijos es de vital importancia la relación que se da entre padres e hijos. Al afirmar que esta educación es en definitiva una educación al amor, esto no puede quedar sólo en una idea, sino que debe transformarse en una real experiencia en los hijos.

Es un hecho comprobado por estudios científicos sobre esta materia, que la falta de atención personal, de expresiones de afecto, de cuidado cercano y sensible por parte de los padres, despierta con mayor energía la necesidad de buscar, por parte de los jóvenes, una compensación en la práctica sexual genital. La ausencia de demostraciones de cariño en su hogar repercute no sólo afectando negativamente, la mayoría de las veces, su autoestima o su comportamiento disciplinario, sino también y de manera generalizada, su desarrollo sexual.

De aquí que como sucede en todo proceso educativo, los padres deben seguir con atención cuidadosa las etapas de vida de sus hijos, procurando salir al encuentro no sólo de sus requerimientos de salud, alimentación, conocimientos intelectuales, desarrollo físico, sino que también, y de manera importante, de sus necesidades afectivas.

Así mismo, la educación sexual de nuestros hijos debe integrar la dimensión religiosa. La vida sexual en todas sus dimensiones, corresponde a una fuerza que Dios regaló al hombre para su desarrollo integral en las relaciones sociales y la procreación de la vida humana: Por lo tanto, El es quien define su sentido y su proceso y quien más ayuda para su recto uso.

Unir la educación sexual de nuestros hijos a la dimensión religiosa, requiere que les enseñemos a entender que este instinto está inserto en el plan de Dios con su vida, por lo cual necesita de su ayuda para no dejarse esclavizar por él, sino saberse fortalecido para encauzar su sexualidad con actitud responsable, que lo haga más libre y protagonista de una vida cifrada en el verdadero amor. Esto requiere de la oración, de la vida sacramental, del conocimiento de la enseñanza de la Iglesia al respecto, todo lo cual queremos incentivar como padres.

Una ayuda especialmente positiva es la que proporciona la Sma. Virgen. Ella con su sola presencia ennoblece y purifica el ambiente humano, y con su cuidado maternal protege a nuestros hijos de todas las asechanzas actuales que promueven la exacerbación del instinto sexual en todas sus formas. El vínculo personal a la Sma. Virgen en la familia -una Alianza de amor con Ella- es un medio probado en la historia de la Iglesia, para despertar en la mente y

el corazón de los jóvenes, un anhelo y una voluntad de integridad y transparencia del alma que contrasta con una instintividad desordenada.

***DINÁMICA:***

Dar un papel a cada matrimonio con las siguientes preguntas y tiempo para pensar individualmente primero y luego compartir:

Recordando el pasado:

- ¿Cuándo yo tenía la edad de mis hijos, qué sabía y sentía respecto a la sexualidad?.
- ¿Cómo fue mi educación sexual, quién me enseñó, cómo?
- ¿Cuál fue el enfoque integral y desde la perspectiva del amor, religioso, puramente biológico, instintivo?
- ¿Era un tema tabú, lo conversábamos con los amigos, buscábamos noticias o pornografía o le preguntábamos a nuestros padres?

Luego pensar:

- ¿Cómo me gustaría que percibieran este tema mis hijos?
- ¿Qué quiero dejarles al respecto?
- ¿Qué pasos seguir para lograrlo?
- ¿Cómo mostrar las tres tendencias de las que habla el Padre Kentenich?

Finalmente, pedir que se comparta respecto a este último punto.

## **5. PADRES SERVIDORES DE LA VIDA. SEXUALIDAD DE LOS HIJOS (SESIÓN 2)**

**OBJETIVO:** Orientar y entregar herramientas concretas en la educación sexual de nuestros hijos.

### **ORACIÓN:**

Ven Espíritu Santo, inflama mi corazón y enciéndelo en el fuego de tu Amor. Dígnate escuchar mis súplicas, y envía sobre mí tus dones, como los enviaste sobre los Apóstoles el día de Pentecostés.

Espíritu de Verdad, te ruego me llenes del don de **Entendimiento**, para penetrar las verdades reveladas, y así aumentar mi fe; distinguiendo con su luz lo que es del buen, o del mal espíritu.

Espíritu Sempiterno, te ruego me llenes del don de **Ciencia**, para sentir con la Iglesia en la estima de las cosas terrenas, y así aumentar mi esperanza; viviendo para los valores eternos.

Espíritu de Amor, te ruego me llenes del don de **Sabiduría**, para que saboree cada día más con qué infinito Amor soy amado, y así aumente mi caridad a Dios y al prójimo; actuando siempre movido por ella.

Espíritu Santificador, te ruego me llenes del don de **Consejo**, para obrar de continuo con prudencia; eligiendo las palabras y acciones más adecuadas a la santificación mía y de los demás.

Espíritu de Bondad, te ruego me llenes del don de **Piedad**, para practicar con todos la justicia; dando a cada uno lo suyo: a Dios con gratitud y obediencia, a los hombres con generosidad y amabilidad.

Espíritu Omnipotente, te ruego me llenes del don de **Fortaleza**, para perseverar con constancia y confianza en el camino de la perfección cristiana; resistiendo con paciencia las adversidades.

Espíritu de Majestad, te ruego me llenes del don de **Temor de Dios**, para no dejarme llevar de las tentaciones de los sentidos, y proceder con templanza en el uso de las criaturas.

Divino Espíritu, por los méritos de Jesucristo y la intercesión de tu Esposa, María Santísima, te suplico que vengas a mi corazón y me comuniques la plenitud de tus dones, para que, iluminado y confortado por ellos, viva según tu voluntad, muera entregado a tu Amor y así merezca cantar eternamente tus infinitas misericordias.

**Amén.**

## **MOTIVACIÓN**

Nosotros como padres somos seres humanos y como tales con grandes limitaciones para educar a nuestros hijos; entregándonos al Espíritu Santo y con humildad podemos pedirle que nos guíe en esta delicada labor que "compartimos", el camino será más fácil y el premio será un hijo/hija íntegro espiritual y físicamente capaz de formar una familia cristiana sólida y feliz.

Desde pequeñitos debemos educar a nuestros hijos con una sana identidad sexual, en donde la familia juega un rol muy importante. Un niño pequeño define su identidad sexual en relación al padre del mismo sexo y toma conciencia de su definición sexual muy tempranamente. Como se es hombre o mujer: desde el principio, en una familia en la que existe equilibrio entre la madre y el padre, la identificación se da en forma natural sin que haya que hacer un esfuerzo especial. Igualmente, si en ausencia de uno de ellos se presenta con claridad un referente masculino o femenino en la figura de un abuelo, una tía o hermanos mayores.

El problema surge cuando en una familia hay desequilibrios como una mala relación entre los padres: una madre que descalifica a su marido no entrega una imagen paterna fuerte y admirable, e impide que su hijo se identifique con él. Un hombre que no respeta a su mujer puede llevar a su hijo a depender excesivamente de la madre y a identificarse con ella porque solidariza con quien es víctima.

Para educar a los hijos con una sana identidad sexual hay que tomar en cuenta los siguientes elementos:

- Un hogar con un padre y una madre presentes, en el que cada uno sirve de modelo de su propio sexo, es importante para la constitución de la identidad sexual.
- Hay que educar a los hijos en la igualdad-entre hombres y mujeres- pero también en las diferencias. Igualdad de derechos y oportunidades, pero diferencia de talentos. Juntos se complementan.
- Inculcar que no es que haya actividades propiamente masculinas o femeninas, sino que formas de hacerlas. Un niño jugará con una muñeca, pero la transformará en un héroe de acción; en cambio, para una niña será su hija a la que cantará canciones de cuna.
- Resaltar que la femineidad es un tesoro y que hay que cuidarla. La madre con su ejemplo-en cómo se viste y se comporta-tiene que mostrar a su hija la esencia de la femineidad.
- Un padre nunca debe dudar de la masculinidad de un hijo. Un niño con rasgos más femeninos necesita tener una buena relación con su padre para poder imitarlo. Pero si su padre lo ridiculiza o pone en duda su masculinidad, puede sentir aversión por el modelo paterno.

A medida que nuestros hijos van creciendo, comienza a avivarse en ellos su curiosidad sexual, lo que les impulsará a plantear sus primeras preguntas en este sentido. Nosotros debemos dar respuestas simples de acuerdo a su edad y madurez intelectual, concretas, siempre basadas en la verdad y con disposición de profundizar en el diálogo hasta que el niño pierda interés. Es muy importante dejar claro no sólo la mecánica biológica, sino que todo es consecuencia del gran regalo que Dios nos da que es "nuestro cuerpo, nuestra sexualidad". Somos hechos a imagen y semejanza de Dios por lo que todo nuestro cuerpo es una obra maravillosa que se debe cuidar y respetar.

### ***¿Qué pasa si nuestro hijo nunca nos ha preguntado sobre sexualidad a los 8 años?***

Nosotros debemos buscar el momento de conversar con él /ella en forma sencilla y natural. Cuando nuestro hijo ve que sus padres tocan el tema sin inhibiciones, se sentirá impulsado a preguntar o a comentar algo que le inquiete.

No olvidemos que el Sacramento del Matrimonio, nosotros lo hacemos cada día junto con el Señor que nos llena de SU Gracia. Pidamos, pues, que el Señor nos de sabiduría para abrir los canales de comunicación con nuestro hijo y la Virgen María como Madre nuestra y gran Educadora nos ayude y nos guíe en esta gran tarea.

Cuando nuestros hijos llegan a la pre-pubertad surge el "pudor". Como Padres debemos respetar y ser delicados en esta etapa, pues les dará la confianza para recurrir a nosotros frente a cualquier duda. (Evitar por ejemplo: mandarlos a echarse desodorante delante de los amigos, no propagar a viva voz la llegada de la primera menstruación, etc.)

Luego en la adolescencia, los cambios endocrinos propios de la edad producen trastornos en lo físico, se tornan perezosos, apáticos o tremendamente rebeldes. Pasando de la euforia a la apatía, nos marean con el parloteo y las risas y nos aturden con los encierros y el silencio.

Si como adultos sabemos que esto es una etapa superable, con cariño y paciencia lo lograremos. A más portazos, más cariño; y no sermones y regaños.

### ***¿Cuál debería ser nuestra actitud responsable y cristiana hacia nuestro hijo varón adolescente?***

Cuando notamos cambios sutiles en el interés por las niñas, por ponerse colonia y peinarse, etc....tendremos que promover el diálogo y abrir un canal de comunicación nuevamente con él.

Es necesario recordar que durante la adolescencia y juventud el impulso sexual es muy fuerte, pues en ellos hay altos índices de testosterona, hormona

necesaria para que el cuerpo del niño pase a ser adulto. Ésta se libera naturalmente a través de la polución nocturna, fenómeno natural, normal y esperable en esta etapa del desarrollo. Es importante distinguir entre la reacción a un impulso sexual espontáneo y la masturbación que implica un acto consciente. Por esta razón el padre debe acercarse al hijo y “adelantarse” al tema, asegurándole que no hay por qué extrañarse de las sensaciones que son propias de la edad; pero es también propio de su edad ejercitarse en el dominio de sí mismo, animarlo a reforzar su voluntad haciéndolo trabajar en otros campos; y mostrarle cómo el dominio de sí lo entrena en la aventura de seguir ideales altos.

En directa relación con su sexualidad, el padre y también la madre deben mostrarle el horizonte del amor verdadero, pero de manera atractiva. Un gran amor también incluye el gozo sexual; por eso mismo, la capacidad de gozar no debe ser empobrecida al confundirla con genitalidad. La capacidad de gozar auténticamente también se puede enriquecer: eso se consigue teniendo experiencias de gozo que nutren el espíritu, la música, el arte, el cine, la literatura, el deporte, el servicio a los demás, etc.

Con respecto al tema mismo de la masturbación, no hay que dramatizar ni amenazar al hijo o asustarlo. Las obsesiones y los escrúpulos infundados son actitudes muy negativas. Es mejor enseñarle a elegir películas y lecturas y evitar la hiper estimulación sexual o la floja ociosidad que debilita el carácter. En esta materia es necesario insistir más sobre el aspecto positivo de la alegría de elevarse, de vencer, que sobre el aspecto negativo de la falta moral. Debemos tener claro que la culpabilidad, cuándo no es canalizada hacia propósitos de superación, también debilita la voluntad, pues lleva a abandonar esperanzas de cambio.

### ***¿Cuál debería ser nuestra actitud responsable y cristiana hacia nuestra hija mujer adolescente?.***

Contarles, papá y mamá juntos todo lo maravilloso que está ocurriendo en su ser biológico. Mostrarle que la apatía, el desgano y las espinillas son sólo cosas pasajeras. Darle un afecto muy grande para que todos esos pequeños desequilibrios anímicos no dañen su joven espíritu con la acumulación de un rencor por la falta de afecto y comprensión. Además explicarle que con su actitud, aunque inconsciente, puede despertar instintos normales en los varones, ellos desearán tocarla, conocerla. Estos instintos buenos puestos por Dios deberán ser cuidados como “dones” que el Señor nos ha dado para completar nuestro desarrollo como personas.

La mujer sentirá el deseo de ser acariciada, poseída por el hombre; el hombre de poseer y acariciar a la mujer. Sin embargo, ello debe ser encauzado “conscientemente” hacia los fines nobles para los cuales Dios mismo los puso: Complementarse hombre y mujer como personas y tener hijos, todo ello, con la bendición de un hermoso sacramento “El Matrimonio”.

## **EL VALOR DE LA CASTIDAD**

Parece increíble que el ser humano tenga la capacidad de amar tanto a otro, que pueda entregarle toda su vida y todo su cuerpo para siempre. Sin embargo, es así y una de las grandes ilusiones de nuestros adolescentes es encontrar a ese otro yo y una de las grandes riquezas está en reservarse para Él o Ella. En el contexto de este anhelo de encuentro, conocimiento, amor y entrega para siempre, se entiende el valor de la virginidad. Es una reserva, una custodia celosa del propio cuerpo, porque es el tesoro más preciado que se transferirá al otro yo. La altura y riqueza de la vida en común, de la familia que se forma a partir del sí matrimonial, tiene como base sólida esa reserva, ese depósito previo, lleno de plusvalía, del propio yo y del propio tú.

En los últimos años, la sexualidad se ha trivializado y banalizado. El sexo ha dejado de tener un destinatario cierto en el ámbito de la afectividad. Paradójicamente, la experiencia demuestra que esta ruptura entre sexualidad y afectividad destroza a las personas: "Porque cuando se ejerce la sexualidad con cuerpos, pero sin alma, la relación deja un vacío enorme. Es manipulación, es utilizar al otro como si fuera algo, en vez de alguien". A corto plazo, la sensación de vacío se transforma en tristeza, soledad.

Como Padres tenemos que estar convencidos de la necesidad de rescatar el sexo y devolverlo al imperio del amor, enseñándole a nuestros hijos, sin amenazas ni prohibiciones, a querer para sí vidas sexuales unidas a un amor grande, comprometido, exclusivo y para toda la vida, que se logra con el Matrimonio ya que es ahí donde se da la plena donación.

Sin embargo sabemos que la tarea no es fácil, ya que la sociedad y el ambiente nos juegan en contra. Pidámosle al Espíritu Santo y a Nuestra Madre y Educadora la Virgen María, que nos ayuden a buscar los momentos apropiados para abrir los canales de comunicación con nuestros hijos, pidámosle el tener los sentidos bien abiertos para poder estar atentos a lo que "les está pasando", pidámosle la sabiduría para darles el consejo apropiado y en el momento adecuado, el estar presentes sin atosigarlos, el corregirlos sin irritarlos, el dirigirlos sin esclavizarlos y sobretodo la paciencia para comprenderlos en esta etapa de sus vidas.

### ***Nos consagramos al ESPÍRITU SANTO, diciendo:***

*Recibe, ¡oh Espíritu Santo!, la consagración perfecta y absoluta de todo mi ser, que te hago en este día para que te dignes ser en adelante, en cada uno de los instantes de mi vida, en cada una de mis acciones: mi Director, mi Luz, mi Guía, mi Fuerza y todo el Amor de mi corazón.*

*Yo me abandono sin reservas a tus divinas operaciones y quiero ser siempre dócil a tus santas inspiraciones.*

*¡Oh Espíritu Santo!, dignate formarme con María y en María según el modelo de vuestro amado JESUS.*

*Gloria al Padre Creador; Gloria al Hijo Redentor; Gloria al Espíritu Santo Santificador.  
Amén.*

## **DINÁMICA**

Cada matrimonio recibe una tarjeta en donde aparece escrito un mito, lo discute en pareja y luego lo comenta al grupo.

*MITO 1: "Las mujeres cartuchas no gustan".*

- Las adolescentes creen que si no son sexualmente activas no atraen. Se les hace creer que virginidad es sinónimo de ser cartucho. Pero los hombres señalan que siguen sintiéndose atraídos por mujeres seguras, con ideales, que guardan algo para después, sin mostrar todo al tiro. Y que quien defiende su intimidad no es cartucho ni perno, sino que se valora más.

*MITO 2: "Todos lo hacen...y yo también"*

- No está claro que "todos" lo hagan. Lo que ocurre es que se sabe más de los que lo hacen que de los que no, porque estos últimos no quieren aparecer como "barzas o pernos".

*MITO 3: "Las relaciones sexuales sirven para saber si la pareja se aviene en el plano sexual y así enfrentar el matrimonio con mejores posibilidades de éxito".*

- El ajuste sexual se obtiene en una relación con tiempo, tranquilidad y seguridad, por lo que las relaciones prematrimoniales no son una muestra de lo que es una relación plena en la intimidad matrimonial. Por el contrario, estudios señalan que las disfunciones sexuales se deben en su gran mayoría a malas experiencias adolescentes.

*MITO 4: "Las relaciones sexuales son siempre gratificantes cuando se dan con una persona a la cual se quiere".*

- Contrario a lo que los medios de comunicación muestran, el amor no basta para hacer de la experiencia sexual una vivencia plena. La respuesta sexual se aprende y necesita tiempo, tranquilidad, comprensión y amor. Como en la adolescencia las relaciones sexuales son esporádicas y no existe el grado de intimidad y tranquilidad, lo probable es que sea insatisfactoria al menos para uno de los dos.

*MITO 5: "Las relaciones sexuales hacen que aumente la comunicación, haya una mayor intimidad y se enriquezca la relación de pololeo".*

- Por el contrario, la actividad sexual, más que enriquecer la relación, suele empobrecerla. Con las relaciones sexuales en un pololeo se estanca el desarrollo de la intimidad psicológica, la comunicación y el conocimiento mutuo en todos los otros aspectos de la vida. Con frecuencia, las conversaciones giran en torno a planificar dónde y cuándo será el próximo encuentro sexual.

*MITO 6: "Si me quieres, tienes que tener relaciones sexuales conmigo".*

Hay muchas maneras de responder a la exigencia de la "prueba de amor".

- "Si me quieres, respetarás mis sentimientos y no me presionarás".
- "Tener relaciones sexuales no prueba que yo esté enamorado. La verdadera prueba es renunciar a ellas hasta que sea el momento adecuado".
- "Te respeto mucho a Ti y a Mí mismo como para tener relaciones sexuales antes que se produzca una entrega plena. He decidido esperar".
- "Bueno, pruébame cuánto me quieres con tu comprensión y tu respeto".
- "Amor o no amor puede resultar en una guagüita y eso sí que importa".
- "Yo te quiero. Pero prefiero mostrártelo de otra forma".

*MITO 7: "A mí no me va a ocurrir".*

- Una característica psicológica de los adolescentes es sentirse invulnerables, no miden las consecuencias. Resulta increíble cómo ni hombres ni mujeres relacionan el acto sexual con el embarazo ni con el contagio de enfermedades de transmisión sexual. No evalúan que aun usando anticonceptivos el riesgo de contagio y embarazo existe "siempre" que se dan relaciones sexuales.

## **BIBLIOGRAFÍA**

- Gonzalo Lafora: "La educación sexual y la coeducación de los sexos"
- Paul, Le Moal: "Una auténtica educación sexual"
- Montreuil-Straus: "Educación y sexualidad"
- Fundación Hacer Familia: " El arte de Educar"