

Taller de Amor y Sexualidad

1. Nociones generales o conceptos intuitivos

- Querer a alguien
- Entrega total y recíproca de un hombre y una mujer

2. Concepto formal

- Amor: la decisión libre y voluntaria de querer a alguien de tal modo que procuremos siempre su bien, teniendo una disposición firme y generosa de entrega y servicio. Esta decisión está comúnmente acompañada de sentimientos y emociones que favorecen la entrega, pero no siempre es así. Por ello, con cierta frecuencia el amor lleva a realizar actos buenos en favor de la persona amada incluso cuando supongan un esfuerzo grande y nos encontremos faltos de emociones y sentimientos que faciliten su realización.
- Sexualidad: en su sentido general, es el conjunto de condiciones genéticas, anatómicas y fisiológicas que caracterizan a un ser humano como hombre o como mujer. En este taller consideraremos también la sexualidad como referida a la entrega recíproca que hacen de sí mismos un hombre y una mujer en la intimidad, mediante la realización de los actos que conducen (de hecho o potencialmente) a la concepción de los hijos.

3. Análisis del concepto formal: principios en los que se basan y consecuencias prácticas que se derivan de ellos

Es probable que, al leer la definición de amor del apartado anterior, nos haya llamado la atención que no aparecieran en primer lugar los sentimientos y las emociones, y es que continuamente recibimos de los medios de comunicación y de diversos ámbitos de la sociedad actual la idea de que el amor es un sentimiento, y eso no es así. El amor, como se dijo, es una decisión libre y voluntaria, por eso constituye un apoyo firme para el establecimiento de relaciones estables (como las amistades) y aun perpetuas (como el matrimonio). Si el amor fuera sólo un sentimiento, incluso si fuera el más noble de todos, estaría irremediablemente sometido a la volubilidad, al cambio frecuente, pues dependería de nuestro estado de ánimo. Así, por ejemplo, podría suceder que en un momento dado amáramos a alguien y pocas horas después no, y al día siguiente nuevamente la amáramos. Si tal fuera la naturaleza del amor verdadero, sería una realidad muy inestable.

En cambio, por ser una decisión libre y voluntaria, es posible seguir amando verdaderamente incluso cuando los sentimientos y las emociones son contrarios o al menos neutrales en

cuanto a disponernos a la entrega generosa en bien del otro. Como ejemplo, baste con pensar el amor de una madre que, aun sintiéndose cansada y sin que aquello le resulte placentero sino más bien costoso y exigente, se levanta varias veces en la noche para amamantar a su bebé recién nacido.

Por otra parte, hemos de saber también que el amor va unido a la pasión pero no se reduce a ella, pues la pasión es un impulso involuntario. Las pasiones no son en sí mismas buenas ni malas sino que su valoración moral depende del ordenamiento que les demos, mediante el uso de la razón y la voluntad, de manera que contribuyan a la realización de acciones buenas o malas. Así, las pasiones pueden ser asumidas en las virtudes, en cuyo caso perfeccionan el acto que se realiza; o bien pervertidas en los vicios, en cuyo caso aumentan la gravedad del mal cometido. Por ello, el amor verdadero puede y suele ser apasionado, pero creer que el amor es sólo pasión y deseo es pervertirlo, degradarlo al plano de los meros instintos animales.

Siendo el amor una decisión libre, es necesario que esté fundamentado en el conocimiento verdadero de la persona amada. Es decir, sólo podemos amar realmente a alguien cuando lo conocemos bien, y ese amor aumenta en la medida en que la conocemos más. Pero como el conocimiento humano no se da de manera intuitiva ni instantánea sino más bien de forma discursiva y paso a paso, lo más normal es que para enamorarnos de una persona desarrollemos primero una sólida amistad. La vivencia de cada una de las etapas en el conocimiento de una persona, de manera ordenada y ponderada, es importantísima para el establecimiento de un buen enamoramiento o noviazgo, así como para el matrimonio. Muchas de las sorpresas negativas o desencantos que sufren numerosas personas en sus relaciones sentimentales de enamoramiento o noviazgo, y sobre todo después de casarse, se deben a lagunas que ocurrieron debido a la falta de esfuerzo por conocerse a sí mismos, darse a conocer y conocer al otro de manera sincera y profunda.

Pero no sólo es la falta de conocimiento lo que puede dificultar o perjudicar el amor, sino también la falta de lucha por crecer interiormente mediante la práctica de las virtudes. En este sentido, quizá las principales virtudes que conviene desarrollar son: sinceridad, generosidad, paciencia, prudencia, lealtad y pureza; pues los vicios morales que muchas veces deterioran e incluso llegan a destruir las relaciones amorosas son: la mentira, el egoísmo, la ira desbordada ante los defectos del otro, el hacerse de oídos sordos ante los buenos consejos y los valores aprendidos, la falta de compromiso y de coherencia entre lo

que se dice y lo que se vive, y la sensualidad desordenada.

Si bien no hemos agotado las consideraciones que pueden hacerse en torno al amor, dejémoslas hasta aquí por el momento para detenernos a hablar acerca de la sexualidad.

La condición sexuada del ser humano es una realidad expresamente querida por Dios, y experimentada de modo concreto por cada uno de nosotros en una de sus dos posibilidades mutuamente excluyentes: hombre (ser humano de sexo masculino) o mujer (ser humano de sexo femenino). Las diferencias biológicas, psicológicas y espirituales entre el hombre y la mujer no significan contraposición ni superioridad de uno respecto al otro, pues ambos tienen la misma dignidad personal, sino que habla más bien de la complementariedad que existe entre ellos y que se manifiesta de modo natural en la atracción y necesidad que experimentan el uno por el otro.

De acuerdo a lo dicho, queda claro que únicamente es normal (es decir, sano, bueno y de acuerdo a nuestra naturaleza) el amor esponsal (o de pareja) entre un hombre y una mujer; y que por el contrario, constituye una verdadera aberración pretender que se dé un amor esponsal entre personas del mismo sexo. Estos desórdenes dañan tremendamente a quienes los practican y distorsionan el concepto de amor, confundiendo la conciencia de niños, adolescentes y jóvenes, y aun de personas adultas con escasa formación moral.

Pasemos ahora a la consideración de la sexualidad humana en cuanto a la entrega recíproca que hacen de sí mismos, movidos por un amor verdadero y recto, un hombre y una mujer en la intimidad. En primer lugar, hemos de recordar que el ámbito propio para esa intimidad es la vida matrimonial y no cualquier otra relación sentimental entre un hombre y una mujer. Pero... ¿Por qué? Porque la entrega total en cuerpo y alma entre dos personas exige una protección, respeto y estabilidad tales que deben ser garantizadas dentro del marco de una promesa de amor y fidelidad perpetuos, y eso es justamente lo que ocurre en el matrimonio. Además, considerando: 1) que la intimidad sexual entre un hombre y una mujer es un acto unitivo que tiene de manera natural (es decir, está dirigido intrínsecamente a) un fin procreativo; y 2) que la dignidad de la persona humana exige que todo hombre y toda mujer sean concebidos no de cualquier manera sino en un ambiente estable como fruto del amor y la fidelidad, es claro que las condiciones idóneas y dignas para la concepción de un nuevo ser humano se dan únicamente dentro de una familia y como fruto del amor de los esposos.

Como podemos suponer, el ejercicio de la sexualidad de acuerdo al orden de la razón no puede ser fruto de la casualidad ni mucho menos del puro instinto sino que requiere del cultivo de las virtudes humanas, especialmente la humildad, la pureza (templanza), la generosidad, la prudencia y la paciencia. Hemos de saber que si bien en ocasiones puede resultar difícil vivir ordenadamente la sexualidad, podremos lograrlo mediante la práctica de las virtudes señaladas, junto con el auxilio de la gracia de Dios.

4. Recomendaciones en torno al Amor y la Sexualidad

- Examinar cómo es nuestra entrega hacia los demás, si los comprendemos, si les servimos y si verdaderamente estamos pendiente de ellos y procuramos su bien, incluso si eso nos exige esfuerzos y renunciaciones. Y todo esto de manera especial con nuestro cónyuge.
- Reconocernos como hijos de Dios y como pecadores, esto nos ayudará a saber que contamos con la ayuda para vivir rectamente pero también que podemos caer, y eso nos ayudará a evitar las ocasiones de peligro, y nos hará ser comprensivos con nosotros mismos y con los demás ante los errores cometidos en este y en cualquier otro aspecto de la vida.
- Tener una actitud de profundo aprecio y respeto por la vida humana, desde la concepción hasta la muerte natural, rechazando enérgicamente todo lo que se oponga a ella (anticoncepción, aborto, eutanasia, etc).
- Procurar crecer en formación humana y cristiana para fortalecer nuestra conciencia en estos temas tan importantes.

5. Sesión de preguntas, aclaratorias o aportes al tema que se viene tratando

En esta parte del taller, se deja plena libertad a los participantes para que hagan sus preguntas, sus aportes, aclaren inquietudes, etc. Para esta sección debe disponerse de un tiempo prudentemente prolongado, ya que es de particular importancia la participación activa de los asistentes y la resolución de sus dudas o inquietudes.

6. Examen personal para evaluar si estamos viviendo o no de acuerdo a los principios expuestos

Aquí se volverán a pasar las láminas correspondientes a las recomendaciones o tips acerca del amor y la sexualidad, de modo que los participantes vayan haciendo examen mientras las leen. Es recomendable que cada quien tome notas en esta parte del taller, para que les sirva de ayuda en el siguiente apartado.

7. Propuesta personal para comenzar a vivir los principios aprendidos o practicarlos mejor de lo que ya lo hacemos

Se invitará a los participantes a que se propongan 1 ó 2 aspectos que les ayuden a vivir mejor el amor y la sexualidad.