

VII SEXUALIDAD AL SERVICIO DEL AMOR

TEMA N° 27

Afectividad y sexualidad

“ **L**a sexualidad abraza todos los aspectos de la persona humana, en la unidad de su cuerpo y de su alma. Conciérne particularmente a la afectividad, a la capacidad de amar y de procrear y, de manera más general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con otro.” CIC 2332

(Se puede comenzar con la dinámica, cf. final)



La sexualidad abarca la totalidad de la persona

Hoy abunda una concepción tremendamente reducida de la sexualidad. Cuando se habla de sexo, se piensa casi exclusivamente en la dimensión genital. De hecho, poco se usa el término “sexualidad”, que es más amplio y designa el conjunto de fenómenos biológicos, psicológicos, sociales, etc., relativos a la persona. Así se limita la sexualidad a su dimensión corporal-genital.

Una visión antropológica humanista considera la sexualidad, como algo que va mucho más allá que una condición posee la persona (órganos sexuales y capacidad de placer sexual). No la ve como una parcela o aspecto secundario de la persona, sino, por el contrario, como **una realidad que compromete la totalidad de su ser**, que abarca su mundo instintivo, su sensibilidad, su afectividad, su voluntad e inteligencia. La sexualidad posee ciertamente una dimensión corporal, y dentro de ella, la genital, pero apunta a una totalidad: comprende todas las dimensiones de la persona en lo social, afectivo y espiritual.

La sexualidad se inscribe esencialmente en nuestra capacidad de dar y de recibir amor.

La sexualidad se inscribe esencialmente en nuestra capacidad de dar y de recibir amor. Por eso nuestro pololeo debiera ser una escuela en la capacidad y necesidad de amar.

La sexualidad comprendida dentro de la vocación a amar

¿Por qué existe hoy tanta confusión y exacerbación de la sexualidad? ¿Por qué el libertinaje, la búsqueda sin límites de una satisfacción sexual-genital? ¿Por qué las relaciones prematuras de los jóvenes en sus pololeos, ya desde la pre pubertad? ¿Por qué la búsqueda desenfadada de toda clase de experiencias sexuales? ¿Es ello sólo culpa del ambiente, de Internet?

Sí, en gran medida lo es, pero esa realidad tiene un origen más profundo: la causa profunda es que estamos más carentes de vínculos sanos. Hay mucha fragilidad afectiva, mucha soledad. Sin dejar de reconocer lo positivo, pero gran culpa la tiene la tecnología que nos ha aislado del contacto personal y cercano; la realidad moderna en que es usual que ambos padres trabajen y muchas veces regresen cansados hace que las relaciones familiares se debiliten.



Amar y ser amado

Es lo más bonito que me ah pasado

www.feminizaciones.es

Todo niño, adolescente o joven, carente de hogar y de sanas relaciones de amor, necesita amar y ser querido, y por eso busca, en todo tipo de compensaciones, el cobijamiento, el cariño, el amor del cual carece. Donde no hay amor, hay soledad, hay angustia, hay minusvaloración de sí mismo.

¿Qué ocurre cuando no están estos vínculos, cuando no están arraigados afectivamente? ¿Qué pasa cuando se ven sometidos a tensiones, que son capaces de superar por sí mismos?

Los jóvenes no pueden vivir sin amor, sin la alegría que es propia del amor. Entonces brota en ellos una poderosa fuerza que les impele a buscar amor y felicidad; buscan allegarse a una persona que los ame y que los afirme en su autoestima, que los cobije y estimule. Pero como aún no saben lo que es el amor ni se les ha enseñado a amar, entonces lo que tienen más a mano es el impulso sexual-genital. No han aprendido a comunicarse afectivamente; no saben aún en qué consiste la comunión del alma, el salir de sí mismo y acoger a un tú. Sólo atinan a buscar la unión física, el placer sexual, aquello que les procura alguna felicidad. Buscan compensaciones; las buscan en sí mismos, en la autosatisfacción, en el placer momentáneo que le reporta la masturbación u otro tipo de experiencias eróticas.

Para vivir una sexualidad madura es necesaria la autoeducación

El hombre es, como afirma Ortega y Gasset, “historia por hacer”. El tigre no se puede “destigrar”, el hombre sí se puede deshumanizar, agrega el mismo autor. En el animal, el impulso sexual se desarrolla “sanamente” por sí mismo. Basta que el animal posea alimento y las condiciones que permitan su subsistencia. El caso del hombre es diferente.

Educar la sexualidad implica asumir la tarea de autoeducarse como personas libres e íntegras. Tarea que



debemos tomarla en serio. Cada uno de nosotros es un don de Dios, posee una naturaleza y con ello talentos, necesidades y tendencias. Lo que poseemos germinalmente debe ser cultivado, encauzado e integrado. Tenemos que llegar a visualizar un proyecto de vida, a fin de que lo que poseemos germinalmente alcance su plena madurez.

Ahora bien, debido a que nuestra naturaleza, siendo radicalmente sana, está herida por el pecado original, la autoeducación implica al mismo tiempo la necesidad de exigirse a sí mismo, de renunciar a muchas cosas, de “podar” y de corregir posibles desviaciones.

No es necesario confesar la fe cristiana para comprobar la realidad de las consecuencias que deja esta herida del pecado original en nosotros. Basta con que nos observemos a nosotros mismos y miremos a nuestro alrededor. ¿Hacemos siempre lo que juzgamos como bueno? ¿No es así que, sin quererlo, afloran en nosotros sentimientos y actitudes egoístas, que nuestra voluntad no es constante y vigorosa como desearíamos que fuese? ¿No percibimos acaso que nuestros impulsos, y, entre ellos, el impulso sexual, a menudo se desvía de su sentido natural, se convierte en un impulso auto-referente y egocéntrico, en lugar de estar orientado al tú y a un amor que desea busca la comunión y proyectarse en la maternidad y la paternidad?

La capacidad de dar y recibir amor está herida por el egoísmo, requiere superar actitudes mezquinas, posesivas, utilitaristas, simbióticas y tantas otras distorsiones que se dan en nuestras relaciones interpersonales. Desarrollar la capacidad de amar, llegar a ser persona capaz de amar verdaderamente, de ir más allá de la pasión sensible, de entregarse a sí mismo, respetando al tú, requiere esfuerzo, autocontrol



y sacrificio. No hay amor verdadero sin esto, no hay una sexualidad ordenada sin que promedie la renuncia y el sacrificio.

Hoy se da esta paradoja: para una gran cantidad de cosas nos exigimos, nos controlamos, nos ponemos metas y somos capaces de sacrificarnos, a menudo, llegando hasta extremos. Por ejemplo para bajar de peso, o para tener buen aspecto físico en un gimnasio. O en los estudios o trabajo nos exigimos mucho. Sin embargo, cuando se trata de lo más substancial, de los vínculos de amor, no ponemos el mismo empeño.

La afectividad

El mundo de los afectos es como la **bisagra** de toda la personalidad. Donde se une lo sensible con lo espiritual. Según el Padre Kentenich, el corazón (entendido como el núcleo de la afectividad) es el “**acorde**” entre el mundo sensible (sentimientos, pasiones, instintos) y el mundo espiritual (voluntad, inteligencia), entre el “animal” y el “ángel” en nosotros. Marca el equilibrio personal. El objetivo de los afectos es el amor, la entrega al otro, la entrega generosa al tú humano o divino.

Durante mucho tiempo no se le dio a nuestra vida afectiva el lugar que le corresponde. Se creyó que lo decisivo era sólo la voluntad y el intelecto. Es cierto que estos, de acuerdo al orden objetivo, son superiores y están llamados a iluminar y regir en definitiva nuestro actuar. Pero es un grave error, creer que lo pueden hacer sin la integración de la vida afectiva. Frutos de ese error han sido y son el hombre racionalista y el hombre voluntarista, que niegan o sacrifican los sentimientos.

Lo más propio del ser humano, es su capacidad de amar y su necesidad de ser amado. El Dios que es amor

y que es familia, nos dejó ese anhelo profundo. Sin embargo, muchas veces en la búsqueda de esta plenitud, nos desviamos y confundimos. En el pasado, hubo épocas en que se acentuó demasiado la razón (racionalismo), y/o la voluntad (voluntarismo, deber ser). Hoy en día, el péndulo se fue a las pasiones, a las emociones. Esa es la ley que mueve en gran parte al hombre actual, lo que siente, sus ganas, sus emociones. Sin embargo, esto puede llevar a muchos errores en la vida, a herir a personas y herirse a uno mismo.

Hay que tomar en cuenta la afectividad, pero en diálogo y en complemento con la razón y la voluntad.

Sin el acuerdo del corazón y de los afectos, la voluntad puede hacer muy poco. Y la inteligencia tampoco es capaz de conocer “objetivamente” la realidad. Por el contrario, si se suma el corazón, la voluntad y la inteligencia puede lograr muchísimo, adquiere una fuerza y solidez impresionante. Podemos concluir, que la conducta humana en gran parte está definida y determinada por la zona de los afectos, por la zona del corazón.

El hombre moderno se mueve según el querer del momento, de acuerdo a lo que sentimos, muchas veces sin considerar las consecuencias de sus actos. La persona humana cuando no educa y conduce sus instintos y su afectividad, desciende al nivel de los animales; no podemos quedar al arbitrio de la espontaneidad de los afectos y tampoco caer en el error de desconocer o reprimir nuestro mundo afectivo.

En el pololeo se juega muchísimo del mundo afectivo. Se puede decir que el pololeo es **una escuela de afectividad**, una gran oportunidad para reconocer,



“Encauzar los afectos significa darles respuesta, evitar que simplemente actúen de manera instintiva. La razón muestra el camino que deben seguir, y la voluntad los conduce por ese camino”.

P Kentenich

encauzar y descubrir los afectos, y de vivirlos en integración con la voluntad y la inteligencia. Muchas veces la afectividad de uno es muy distinta la del otro, eso implica descubrir, aceptar y respetar otra forma de sentir y de vivir las cosas. Por otro lado, al involucrarme afectivamente con un Tú, implica hacerme vulnerable, implica compartir mi historia con sus dolores y carencias, implica arriesgarme a que mi corazón sea herido o defraudado. Sin embargo, esto vale la pena, es un riesgo grande, pero que se compensa con el regalo que significa saberse querido y aceptado por alguien cuando hay amor.

Afectividad y Sexualidad

La afectividad es una necesidad fundamental de las personas. Así también, la sexualidad es un elemento básico en la definición de la personalidad. Ambas nos configuran como personas y determinan nuestra relación con los demás.

La sexualidad humana tiene una íntima relación con la afectividad. La desvinculación entre la sexualidad, los sentimientos y deseos asociados, corre el riesgo de promover una instrumentalización de las relaciones humanas.

Las relaciones basadas en la escucha, empatía y reconocimiento mutuo permiten compartir integralmente (sentimientos, opiniones, conocimientos, afecto, etc.). De esta manera, ambas personas son sujetos activos de la relación y no objetos de intercambio o medios de satisfacción placentera. Por tanto, la formación en el ámbito sexual debe plantearse de un modo integral y conectado con la afectividad, incluyendo la expresión y el intercambio de sentimientos y afectos como parte esencial de la sexualidad.

REFLEXIÓN · REFLEXIÓN · REFLEXIÓN

“El avión del Matrimonio”

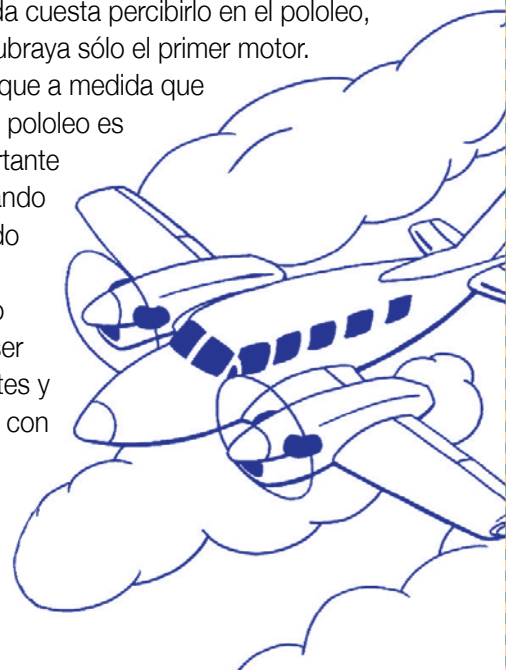
Se llaman aviones bimotor a los aparatos que vuelan propulsados por dos motores, uno en cada ala. Estos aviones tienen la particularidad de que en caso de necesidad pueden funcionar con un solo motor y seguir volando.

Pensando en esto, podemos decir que el pololeo que sueña con proyectarse algún día en un matrimonio debería ser como un avión bimotor.

Es decir, un motor sería todo lo sensual, lo pasional, lo sexual, lo hormonal, lo que me encanta del otro, etc. El otro motor tendría que ver con lo afectivo en el sentido más amplio, los valores en común, la amistad, la admiración, el compromiso, el compartir un mismo sueño, un mismo ideal, etc.

La experiencia enseña que lo más probable es que al pasar los años al primer motor se le acabará el combustible, pero “el avión del matrimonio” seguirá sustentándose en el segundo motor mientras recarga el combustible del primer motor. Esto sucederá más de una vez en las distintas etapas de la vida matrimonial. Pero esto que es tan importante en una vida afectiva madura y equilibrada cuesta percibirlo en el pololeo, casi se subraya sólo el primer motor.

Por esto que a medida que avanza el pololeo es tan importante ir madurando el segundo motor y si esto no avanza, ser conscientes y honestos con el tipo de relación que se está viviendo.



(Basado en artículo del P. F. Berríos, S.j.)

Compartir en torno a las siguientes preguntas:
(Puede ser antes de que los monitores expongan sobre el tema, para saber sobre qué base están conversando)

Dinámica



- 1 *¿Qué entiendo por afectividad?
¿Cómo defino “sexualidad”?*
- 2 *¿He recibido educación sexual? ¿Qué tipo de educación sexual recibí?
¿A través de mis papás, colegio, amigos? ¿Cómo fue esa educación?
¿Completa, sesgada, insuficiente, demasiada información y poca conversación, al revés?*
- 3 *¿Cómo valoro mi sexualidad? ¿Qué importancia le asigno?*
- 4 *¿En nuestro pololeo conversamos abiertamente sobre nuestra afectividad y sexualidad? ¿Hemos adoptado posturas claras frente al tema, personalmente y como pololos?*
- 5 *¿Cómo integro la sexualidad con los demás aspectos de mi pololeo?*