

TEOLOGÍA DEL CUERPO PARA JÓVENES

J. Evert, C. Evert y B. Butler



TEOLOGÍA DEL CUERPO PARA JÓVENES

J. Evert, C. Evert y B. Butler



Casals

Editorial Casals, fundada en 1870

Diseño de cubierta: BPMO Edigrup

Adaptación del diseño interior y maquetación: Integra Software Services Pvt. Ltd.

Nihil obstat del original: Reverendo Robert A. Pesarchick, S.T.D. – Censor Librorum – 17 de abril de 2007

Imprimatur del original: +Cardenal Justin Rigali – Arzobispo de Filadelfia – 20 de abril de 2007

Nihil obstat de la traducción: Pbro. Lic. Miguel A. Campos Estrada, por la Comisión Diocesana para la Doctrina de Fe, y Pbro. Lic. Jorge A. Laviada Molina, Rector del Seminario Conciliar – 15 de octubre de 2011

Imprimatur de la traducción: +Emilio Carlos Berlie Belaunzarán – Arzobispo de Yucatán – 15 de octubre de 2011

Título original: *Theology of the Body for Teens*

© de la edición original, Ascension Press, LLC, 2006

© de la traducción y adaptación del texto: Amor Seguro, A.C., 2011

Web: amorseguro.org



© de esta edición: Editorial Casals, S.A.

Casp 79, 08013 Barcelona, España

Tel.: 902 107 007

Fax: 93 265 68 95

Web: ecasals.net

Fotografías de la cubierta y de las páginas 25, 50, 123, 145 y 165: ACI

La Sagrada Escritura es citada en la mayoría de los casos según la traducción de la *Biblia de Jerusalén*. En algunos casos se ha preferido la traducción de *El Libro del Pueblo de Dios* (Buenos Aires, 1990). Las citas de Juan Pablo II son tomadas generalmente de la traducción revisada publicada como *Hombre y mujer los creó. Catequesis sobre el amor humano* (Madrid, 2000: Ediciones Cristiandad), y algunas veces de *L'Osservatore Romano* (edición en español).

Tercera edición: julio de 2017

ISBN: 978-84-218-5011-4

Depósito legal: M-40564-2011

Printed in Spain

Impreso en Anzos

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 45).

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático ni su transmisión bajo ningún concepto ni por ningún medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros medios) sin el permiso escrito de los titulares del *copyright*.

*Este curso está dedicado a san Juan Pablo II, nuestro héroe,
no sólo por enseñarnos la Teología del Cuerpo,
sino por enseñarnos cómo hacerla vida.
Le damos gracias a Dios por su fidelidad a su vocación
y por su intercesión diaria a favor nuestro.*

AGRADECIMIENTOS

Nos gustaría dar las gracias a las siguientes personas por ofrecernos su apoyo y animarnos a llevar adelante este proyecto:

- **Nuestros cónyuges**, por su paciencia y apoyo, y por su increíble amor, en el cual Dios se manifiesta todos los días.
- **Mark Hart**, por su gran ayuda, y por el sentido del humor y la maestría con la que aporta su dosis de «razón» a los corazones adolescentes.
- **Siobhan McCarthy Nye**, por su perspicacia, su inspiración y su paciencia mientras desarrollábamos nuestra idea, y por conseguir que no perdiéramos de vista el talento femenino.
- **Matthew Pinto**, por guiarnos en este proyecto, y a todo el equipo de Ascension Press por su amabilidad, esfuerzo y eficacia.
- **Christopher West**, por ayudar a tantas personas a valorar y entender mejor la Teología del Cuerpo. Le estamos especialmente agradecidos por compartir toda su experiencia con nosotros.
- **Randy Hernandez**, por sus sinceros consejos, gracias a los cuales el contenido de este libro es más realista y cercano.
- Todo el equipo de **Dumb Ox Productions, Inc.**, por retarnos a acercar a Dios a los jóvenes de manera atractiva, fiel y convincente, y por ayudarnos en el proceso. En especial, Kelley y Courtney Brown, por sus útiles ideas y valoraciones sobre nuestros múltiples borradores; Jason Angelette, por la pasión que siente por la Teología del Cuerpo y por atender nuestras consultas y compartir sus conocimientos; Roy Petitfils, por sus sólidas ideas y sus ánimos; Chris Baglow, por sus amplios conocimientos de Teología y su apoyo constante; y Lisa Butler, por exceder sus funciones como buena madre y esposa al convertirse, además, en una excelente secretaria.
- **Cory Hayes**, por su perspectiva filosófica y, en general, por todas sus valiosas aportaciones.
- **Nuestros padres**, por transmitirnos la Fe, y por su constante amor y apoyo.
- Todos aquellos **familiares y amigos** que nos han apoyado a través de sus oraciones.
- **La Santísima Trinidad**, por crearnos, redimirnos y santificarnos. Gloria al Padre, y al Hijo, y al Espíritu Santo. Como era en el principio, ahora y siempre, por los siglos de los siglos. Amén.

ÍNDICE

Introducción	7
1. Creados para amar.....	11
2. Definiendo lo que es amar: ¿darse al otro o usar al otro?.....	25
3. Desnudos sin vergüenza.....	43
4. Esperanza y Redención en Cristo	55
5. Verdad y libertad	71
6. El lenguaje del cuerpo.....	85
7. Libre, total, fiel y fecundo	99
8. Matrimonio.....	113
9. Celibato y virginidad consagrada.....	129
10. Salir en pareja y los fundamentos de un amor para siempre.....	145
11. Amor realmente libre.....	165
Prácticas complementarias.....	181
Los autores	185
Notas.....	186
Bibliografía.....	188

INTRODUCCIÓN

Apenas había transcurrido una semana de clases cuando Diego vio por primera vez a Paola en la cafetería. No pudo hablar con ella esa mañana, pero necesitaba urgentemente saber si alguien la conocía. La vio varias veces, y deseaba saber quién era y si tenía novio. Cada vez que la veía, se ponía muy nervioso y hacía un esfuerzo enorme para no meter la pata al encontrarse con ella.

El gran día llegó para Diego cuando encontró a sus amigos sentados con Paola en la cafetería. Fingiendo que no notaba su presencia, se sentó y demostró –por primera vez en su vida– sus buenos modales: por fin mantuvo la boca cerrada mientras comía. Le debió de causar muy buena impresión, porque desde ese día ella comenzó a sonreírle y saludarlo cuando se encontraban por los pasillos de la preparatoria.

Fueron a grupos distintos hasta que, en el penúltimo año, coincidieron en clase de historia. La atracción que sentían se convirtió en amistad. Empezaron a estudiar juntos, y no pasó mucho tiempo antes de que su atracción mutua fuese evidente. Hablaban por teléfono, se desvelaban mandándose mensajes, y disfrutaban salir juntos con su grupo de amigos. Paola tenía muchos detalles con Diego, llenaba su coche de *post-its*, le hacía sus *brownies* favoritos... y Diego estaba en primera fila con los papás de Paola cuando ella bailó en el festival de *ballet*.

Pronto fueron inseparables. Iban siempre juntos a las fiestas. El pensar «desde siempre, por siempre, para siempre...» comenzaba a latir en sus corazones. Hablaban del futuro, de la universidad, y de qué pasaría si Diego se iba a estudiar fuera como siempre lo había querido. La relación iba creciendo cada día más, emocionalmente, intelectualmente y espiritualmente, y también se deseaban cada vez más físicamente. Muchas veces, después de estudiar juntos, perdían el interés en los libros y terminaban juntos en el sofá.

En clase, a Diego se le iba la imaginación a lo que habían hecho juntos la tarde anterior, o lo que tal vez harían en el fin de semana. Cuando estaban solos, él era quien iniciaba «el momento apasionado», pero sabía que algo no estaba bien. Después de una tarde particularmente intensa, él le escribió un correo a un amigo explicándole

la culpabilidad que sentía: «Algunas veces después de hacerlo, siento que le estoy quitando algo a Paola. Sé que no lo hago, porque no le obligo a hacerlo, pero me he dado cuenta que ella, antes de que empecemos, no quiere llegar tan lejos. Pero yo insisto, hasta que ella cede».

La conciencia también le estaba haciendo sentir a Paola que algo no estaba bien. Su familia siempre le enseñó a vivir un amor verdadero, pero nunca fueron claros en enseñarle cómo vivirlo. Paola un día le preguntó a su hermana mayor, que estaba comprometida, cómo podía reconocer el amor verdadero. «Tú lo sabrás», fue todo lo que recibió por respuesta. Le fascinaba estar con Diego, pensaba que a lo mejor lo amaba de verdad, pero no estaba segura de cómo expresar el amor que sentía por él. Se sentía tan bien cuando estaba con él, pero le preocupaba que «la cuestión física» estuviera convirtiéndose en el centro de la relación. Platicó del tema con algunas de sus mejores amigas; la mayoría le decían que no era para tanto, que lo que importaba es que se quisieran. Pero Paola no estaba totalmente convencida. Una noche, después de llegar demasiado lejos, Paola le preguntó a Diego que si realmente la quería, o si sólo estaba interesado en su cuerpo. Los dos se sintieron desgarrados entre el placer que deseaban sus cuerpos y la belleza e inocencia que su relación estaba perdiendo.

Para acabar de complicar el asunto, Diego había sido educado en una familia en donde el único consejo que le habían dado acerca de la sexualidad era: «No lo hagas». Después de unos meses de salir con Paola, él pensaba: «Entonces, ¿qué se supone que tengo que hacer con todos estos deseos, si para casarme faltan muchos años? ¿Ignorarlos?».

No encontraba respuestas. A él le habían enseñado reglas, no razones. En consecuencia experimentaba los límites como un fardo. Reprimir su sexualidad le parecía malsano (por no decir imposible), y se preguntaba por qué Dios habría impuesto unas reglas tan injustas. Pero al mismo tiempo, sentía que su lujuria comenzaba a sofocar su amor por ella. Diego estaba enamorado de Paola, pero parecía que tenía sólo dos opciones: reprimir todos sus deseos o ceder a lo que se le hacía natural.



Muchos de nosotros nos hemos sentido confundidos de manera similar. En las palabras de un músico americano: «La vida me ha enseñado dos cosas: Una es que Dios te ama y vas a arder en el Infierno. La otra es que el sexo es lo más horrible y sucio del mundo y debes guardarlo para la persona que amas».

¿Te suena?

Cuando se menciona «lo que la Iglesia Católica enseña sobre la sexualidad», ¿qué te viene a la mente? Quizá algo de este tipo: «Renuncia a todo lo que realmente quieres, y sigue estas miserables reglas, o te vas a ir al Infierno».

Si te identificas con esto, te sentirás aliviado al saber que la Teología del Cuerpo no es un listado de reglas. Es un mapa que responde a estas preguntas, entre muchas otras:

- ¿Quién soy?
- ¿Cuál es el sentido de mi vida?
- ¿Por qué Dios me creó como hombre o como mujer?
- ¿Cómo puedo ser feliz aquí en la Tierra?
- ¿Cómo encontrar un amor que realmente me llene?

La Teología del Cuerpo nos ayuda a aprender a recibir el amor de Dios para que sepamos dar amor a los demás y recibirlo de ellos. En lugar de presentar el cuerpo como malo o sucio, y nuestros deseos sexuales como algo que ha de ser reprimido o ignorado, la Teología del Cuerpo nos revela que *¡nuestro cuerpo y nuestros deseos nos ayudan a encontrar el sentido de la vida!*

Esta enseñanza revolucionaria, que nos ha dado Juan Pablo II, dice que nuestros cuerpos son ¡santos y buenos!

En lugar de andar ponderando las consecuencias de la impureza, nos enseña la profunda satisfacción y libertad de vivir con un corazón puro.

Básicamente, es lo que Diego y Paola luchaban por entender pero nunca les explicaron.

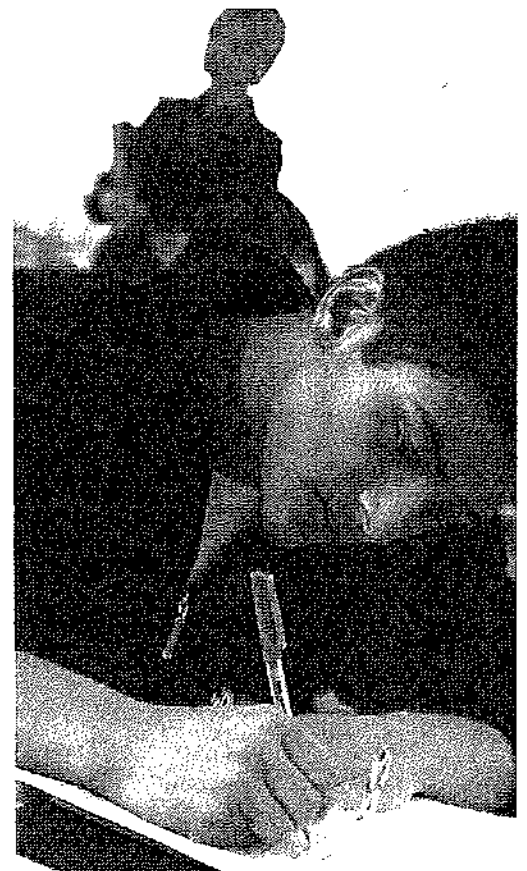
En este curso, *Teología del Cuerpo para Jóvenes*, vas a descubrir la belleza y el propósito de tu sexualidad, y el porqué de su importancia en tu capacidad para amar. Vas a aprender que la Iglesia, de hecho, enseña y cree que la sexualidad es profundamente importante, buena y maravillosa. Y que su fin es, en cierto sentido, dirigirnos al Cielo (más adelante explicaremos este punto en profundidad).

En la Teología del Cuerpo, también descubrirás cuatro realidades que el amor de Jesús en la cruz, y el amor sexual según el plan de Dios, tienen en común. Aprenderás acerca del Cielo, cómo llegar a él, y cómo experimentar una probadita aquí en la Tierra. Aprenderás esto y mucho, mucho más.

Lee, piensa, reza y pregunta todo lo que quieras preguntar. El curso que tienes en tus manos te ayudará a descubrir cómo *expresar* tu sexualidad correctamente sin reprimirla. A través de este material, por fin entenderás mejor el significado de tu vida, el plan de Dios para tu sexualidad, y un plan de acción que te llevará a vivir libre y feliz. Créelo o no, ¡Dios quiere –porque te ama más que nadie– que seas libre y feliz!

Así que, si deseas encontrar el amor y ser libre, escucha la buena noticia: la verdad indiscutiblemente te hará libre –libre para amar y vivir como nunca lo has hecho. El plan de Dios para la vida y el amor es tan profundo y hermoso que, una vez que te es revelado y lo comprendes, jamás volverás a ver de la misma manera la relación entre hombre y mujer.

Cuando descubrimos la verdad de nuestros cuerpos y la verdad de la sexualidad, cambia nuestra vida –no por presiones, sentido de culpa, miedo al embarazo o a las enfermedades, o porque «tenemos que» hacerlo– sino porque el amor como Dios lo pensó es todo lo que el corazón humano anhela y desea. Pero no es suficiente anhelar recibir esa clase de amor, también necesitamos aprender a darlo.



Creados para amar



¿Te has preguntado alguna vez por qué el tema del sexo aparece en casi todos los programas de televisión, anuncios, canciones o películas?

Desde luego, se suele presentar como algo fabuloso, que no lleva consigo sufrimiento de ninguna clase. Raramente nos presentan el dolor que se vive a causa del egoísmo. Imagínate cómo sería una sociedad sin egoísmo en las relaciones. Estarían prácticamente exentas de sufrimiento y problemas, si cada uno simplemente amara a los demás como le gustaría ser amado. Imagínate si los matrimonios nunca terminaran en un divorcio. ¡Cuánto dolor se ahorrarían tanto padres como hijos!

Las personas parecen estar cada vez más confundidas acerca del significado del amor y de la sexualidad. Muchos están buscando el sentido de la vida y el amor, pero no se dan cuenta de que tenemos la respuesta frente a nuestras narices: la clave para encontrar el amor que tanto estamos buscando todos (aunque no lo sepamos) está escondida en el diseño original que Dios realizó para nuestros cuerpos y nuestras almas.

Sí, leíste correctamente. Este curso católico afirma que *Dios ha escondido en nuestro diseño como «hombre y mujer» la clave del secreto del amor*. Es un tema que vas a encontrar muchas veces a lo largo de este curso. Si logras comprenderlo desde el inicio, entenderás los elevados, ¡pero increíbles!, conceptos que iremos platicando en estas páginas. Aquí te va una brevísima explicación:

Nuestra sexualidad es un don por medio del cual podemos elegir amar o ser egoístas. La sociedad actual ha puesto de cabeza la idea de «darse»: muchas de las así llamadas «historias de amor» de nuestra cultura actual tendrían que llamarse, más apropiadamente, «historias de lujuria». Y ¿qué tiene que ver esto? El «amor» entraña ser generoso –como Dios–, mientras que la «lujuria» es deseo sexual egoísta –separado del amor de Dios–. No confundas ésta con la atracción sexual (que es buena); la lujuria es querer sólo para ti mismo. El amor busca darse; la lujuria busca tomar para sí.

¿Tú también estás obsesionado?

Muchos piensan que la Iglesia Católica está obsesionada con el tema sexual, y afirman que le pone muchas «reglas». En realidad, es nuestra cultura la que está obsesionada con el sexo. Nada más piénsalo. La próxima vez que estés en un supermercado, fíjate en las revistas que están en la caja. Prácticamente todas presentan encabezados relacionados con el sexo. O mejor aún –¿peor aún?–, piensa en los programas de televisión, videos en *YouTube*, películas... todos sobrecargados de contenidos sexuales, explícitos o implícitos. La manera como gran parte del mundo trata el tema de la sexualidad despoja a la persona humana de su **dignidad**. Pero el verdadero problema es que muchas veces acabamos pensando en todo lo sexual como el mundo lo ve, y no como Dios lo pensó.

El llamado a amar como Dios nos ama

Nosotros los humanos estamos llamados a amarnos los unos a los otros. No a dominar, oprimir o usar a los otros, sino a respetarlos como personas creadas a imagen y semejanza de Dios. Este llamado a amar está grabado en nuestros propios cuerpos. La unión de un hombre y una mujer en el acto sexual –también llamado «acto marital», «unión conyugal», «abrazo esponsal» (porque está destinado a expresar amor esponsal: amor de esposos)– tiene como fin prefigurar la unión íntima que todos experimentaremos en el Cielo. Esa unión en el Cielo no será ciertamente una unión sexual, pero será infinitamente más real, profunda y sublime que cualquier cosa experimentada aquí en la Tierra. Es la unión en el amor más perfecto y sin fin entre Dios y el ser humano.

Esta unión ya fue prefigurada en el libro del Génesis, el primer libro de la Biblia. Allí leemos acerca del plan originario de Dios de unidad con nuestros primeros padres. Pero, al entrar el engaño en el corazón de Adán y Eva, se produjo una ruptura entre Dios y el hombre. A causa de esta ruptura, la lujuria se hizo presente. En nuestro corazón, todo quedó «torcido», y en lugar de buscar el bien para los demás, deseamos buscar nuestro propio bien, muchas veces a expensas de la dignidad de otro.

Sin embargo, fuimos creados por Dios para unirnos a Él. Puso en nuestros corazones un «eco» del amor que nos quiere regalar a todos. La Teología del Cuerpo de Juan Pablo II busca identificar y descubrir ese amor que Dios nos quiere dar. —Si lo buscas, lo encontrarás. Sólo hace falta la cooperación con la Gracia de Dios.

notas

[illegible]



ORACIÓN

Aquí estoy. No sé por dónde empezar.
Las heridas de mi corazón me confunden y desordenan.

Perdóname y enséñame a perdonar.

Quiero, porque lo necesito,
despertar y conocer la verdad:
¿Quién soy? ¿Qué quiero? ¿Qué sentido tiene mi vida?

Quiero, porque no sé cómo,
aprender a amar y ser feliz.
Quiero, porque la soledad me da miedo,
amar en orden, amar como Tú.

Quiero amar... con todo lo que soy:
cuerpo y alma, una persona amada por Ti.

Quiero vivir contigo
en amor fiel, en amor total, en amor fecundo, en amor libre...
para vivir el amor que tienes preparado para mí
desde la eternidad.

Sin Ti, no puedo. Te necesito.

Sé mi verdad, mi camino y mi vida.

Y a Ti, María, te pido que nunca deje de mirarte...
porque si sé mirarte a Ti, puedo mirar como Tú.

Yo creo, yo amo y yo espero
en un amor seguro, porque Tú estás conmigo.

Sagrado Corazón de Jesús, confío en Ti.¹

Te lo pedimos juntos, con la oración que tú nos enseñaste:
Padre nuestro... Amén.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: Palabras y heridas del corazón

- «Me entregué a él porque pensé que eso haría que me quisiera más. Pero al día siguiente, él actuó como si apenas me conociera.»
- «Mis papás se divorciaron cuando tenía cuatro años, así que nunca tuve realmente un papá. Ahora mi mamá tiene novio, pero él se emborracha todo el tiempo y pelean mucho.»
- «Me he enganchado a la pornografía desde hace años y no sé cómo salir de ella... me siento atrapado.»
- «Me emborraché y me acosté con él. Acabo de recoger mis análisis del laboratorio, y me dicen que tengo una enfermedad de transmisión sexual incurable.»
- «Nadie se ha fijado jamás en mí. Odio mi cuerpo.»
- «Dicen que los hombres usan a las mujeres, pero después de entregarle mi virginidad a mi novia, descubrí que me engañaba con otro.»
- «Él no me apoyó y tuve miedo, no estaba en mis planes.»

¿Te imaginas un mundo sin divorcio, abuso sexual, violación, enfermedades de transmisión sexual, depresión, desórdenes alimenticios, culpabilidad, adicciones, infidelidad, engaño, embarazo antes del matrimonio? Es casi inconcebible. Pero si todos lo deseamos, ¿por qué vivimos en un mundo tan diferente? Si fuimos creados para amar, ¿por qué parece tan difícil encontrar el amor verdadero? ¿Por qué nos conformamos con esa falsificación del amor que es la lujuria? Los doce capítulos de este libro te darán las respuestas a estas preguntas y te demostrarán que no son tan inalcanzables como podrías pensar.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Alguna vez te has sentido como los adolescentes que se citan arriba?
2. ¿Tienes amigos o amigas con problemas similares?
3. ¿Crees que muchos jóvenes han perdido la esperanza en su propio futuro al ver a su alrededor tantas relaciones rotas?
4. ¿De qué manera el comportamiento sexual parece estar fuera de control en nuestra cultura?
5. ¿Cuál es el mejor consejo que has recibido al respecto?
6. ¿De qué manera la confusión sexual en la sociedad ha afectado tu visión de la sexualidad y el amor?





ACORTANDO LA BRECHA

¿Por qué existe, pues, tanto dolor y sufrimiento hoy en el mundo? Todo empezó con una simple decisión: cuando Adán y Eva eligieron seguir su propio plan en lugar del plan de Dios. Ese **Pecado Original**, del que aprenderás más en los siguientes capítulos, nos ha afectado a todos. En lugar de querer hacer lo que es bueno, frecuentemente deseamos hacer lo que es malo. Esta tendencia a pecar se llama **concupiscencia**.

La concupiscencia no es algo que afecte únicamente a un grupo reducido de personas; nos afecta a cada uno de nosotros como miembros de una sociedad que está dañada y herida por los efectos del pecado. Basta ver tantas familias rotas, los corazones quebrados, los abusos sexuales, las infidelidades, la vergüenza, la culpabilidad y el remordimiento en la vida de las personas. Éste es el cuadro de **desesperación** que presenta una sociedad que pensaba haber descubierto la «**liberación sexual**» usando el don de la sexualidad como a cada quien le daba la gana. Esto es lo que ha provocado que vivamos lo que vivimos hoy.

En la segunda mitad del siglo xx, los medios de comunicación cobraron una influencia cada vez más fuerte sobre la sociedad. Podríamos decir que se convirtieron en uno de los educadores principales tanto de jóvenes como de adultos. La televisión y las películas sufrieron una rápida degeneración, pasando de sólo sugerir escenas sexuales a presentar materiales cada vez más explícitamente sexuales. Como algunos observadores comentan, estamos experimentando el escenario del «sapo en la olla». ¿Lo conoces? Si pones un sapo en una olla con agua hirviendo, inmediatamente va a saltar para salirse del agua. Pero, si al mismo sapo lo pones en una olla con agua templada sobre una estufa y poco a poco la vas calentando, el sapo se va a quedar feliz en el agua, ajustándose al cambio de temperatura sin saber que está en peligro de cocinarse vivo... hasta que muera hervido. Es una buena imagen del pantano moral que nos presentan los medios de comunicación modernos. Nos hemos acostumbrado e insensibilizado gradualmente al incremento de contenidos sexualmente explícitos en los medios de comunicación. El resultado es que casi todo el mundo está contaminado por una concepción distorsionada de lo que es el matrimonio y del papel que la sexualidad debe desempeñar en las relaciones humanas.

La **lujuria** es un deseo o un goce desordenado del placer sexual (cfr. CIC 2351). Es el deseo sexual separado del amor de Dios, que egoístamente, busca el propio placer a expensas del otro. La lujuria domina nuestra cultura, hasta el punto de llevarnos fácilmente a la apatía, a la falta de interés. La apatía a su vez hace que carezcamos de motivaciones para cambiar. Empezamos a acomodarnos y conformarnos con un tipo de relación entre hombre y mujer que no es verdadera, ni buena, ni hermosa. Éstas son palabras fuertes, lo sabemos. Hasta suenan deprimentes. Es natural que nos preguntemos: ¿Queda alguna esperanza? ¿Estamos todos condenados a vivir incapacitados para amar y a casarnos con personas que no creen en el compromiso para siempre? ¿Dónde está Dios en todo este desorden?

notas

¡Dios está con nosotros y, por lo tanto, sí tenemos esperanza! La buena noticia es que la sexualidad y el amor no fueron siempre lo que vemos y vivimos hoy. Jesús nos dice: «Al principio no fue así» (Mt 19,8). Es más, al principio, el amor era todo y la lujuria no existía. Por eso, para aprender cómo resolver el problema de la lujuria y de la confusión sexual, debemos regresar al principio y ver cómo Dios creó la sexualidad. Al hacerlo, descubriremos el verdadero propósito del don de la sexualidad. Veremos qué fue lo que salió mal y encontraremos la esperanza que nos conducirá de vuelta al verdadero amor y la felicidad que anhelamos.

ASUNTO

El papa Juan Pablo II (1920-2005) dedicó 129 audiencias generales durante los primeros seis años de su papado (1979 a 1984) a una serie de catequesis acerca del amor humano, el cuerpo y la sexualidad. Estas catequesis fueron recogidas en un libro con esta primera gran enseñanza de Juan Pablo II, al que se le ha puesto el nombre de **Teología del Cuerpo**, y que ha suscitado una oleada de interés.

La Teología del Cuerpo explora el significado de nuestro cuerpo y del deseo sexual en cuanto se relacionan con el propósito de nuestra existencia. Los filósofos llevan miles de años preguntándose acerca del significado de la vida. Si alguna vez te has preguntado: «¿Quién soy? ¿Cuál es el sentido de mi vida? ¿Qué es el amor?», te has hecho muy buenas preguntas. Responder a estos interrogantes fue un objetivo principal de Juan Pablo II al legarnos su Teología del Cuerpo. Después de todo, él no fue sólo un gran Papa, sino también un extraordinario filósofo.

Entonces, ¿qué es la **teología**? La teología puede entenderse como el estudio de Dios. Para san Anselmo, filósofo, teólogo, y obispo del siglo xi, era «la fe en busca de entendimiento». Podemos entender la palabra *teología* si conocemos su significado. En griego, *theos* significa «Dios», y *logos* significa «palabra, ciencia o estudio». Así que la Teología del Cuerpo viene a ser el estudio de Dios, y de nuestra relación con Él, revelado a través de nuestro cuerpo.

Si estudiamos la creación de Adán y Eva en el libro del Génesis, comenzamos a encontrar respuestas a nuestras preguntas sobre el sentido de la vida.

Amor igual a comunión

En el Génesis 1, 26-31 leemos que cuando Dios creó al hombre y a la mujer vio que esto era «muy bueno». Fueron creados a «su imagen y semejanza». Lo hemos oído muchas veces; ahora pensemos qué significa. La Biblia dice «Dios es amor» (1 Jn 4,8). Ahora bien, el amor no se da en aislamiento. Por eso, una persona no puede casarse consigo misma. Antes bien, cuando tú amas, debes tener a quien amar, alguien que te ame, y el amor entre los dos. Tiene que haber una **comunión de personas**, unidas en el amor.



Y dijo Dios: «Hagamos al ser humano a nuestra imagen y semejanza, y manden en los peces del mar y en las aves de los cielos, y en las bestias y en todas las alimañas terrestres, y en todas las serpientes que se reptan por la tierra.»

Creó, pues, Dios al ser humano a imagen suya, a imagen de Dios lo creó, macho y hembra los creó.

— Gn 1,26-27

Una comunión de personas se crea cuando dos o más personas se dan a sí mismas unos a otras en el amor. Así, en el caso de Dios, tenemos al Padre, al Hijo, y el fuego del Amor entre los dos, que es el Espíritu Santo².

Como «comunión de personas», Dios creó a los seres humanos para participar en el Cielo y en la Tierra de su amor. Quiere decir que Dios nos creó hombre y mujer precisamente para que pudiéramos ser imagen de su amor al convertirnos en un don sincero el uno para el otro³. Entregarse como un don sincero al otro crea una comunión de personas, por medio de la cual compartimos el amor de Dios.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es *teología*?
2. ¿Cuál fue el principal objetivo de Juan Pablo II al enseñar su Teología del Cuerpo?
3. ¿Qué piensas tú que nuestra sociedad cree y nos enseña acerca del significado de nuestro cuerpo?
4. ¿En dónde dice en las Escrituras que nuestros cuerpos son «muy buenos»?
5. ¿Por qué crees que algunas personas piensan que nuestros cuerpos son malos?
6. ¿Cómo se forma una *comunión de personas*?

*El Catecismo de la Iglesia Católica nos enseña que «Dios mismo es una eterna comunicación de amor, y nos ha destinado a participar en Él.»
(CIC 221)*

No fuimos creados para estar solos

Que Adán y Eva fueron creados a imagen y semejanza de Dios indica que el hombre fue diseñado para amar. Sin embargo, cuando Adán fue creado, estaba solo, sin Eva. Pero aun antes de que Eva fuera creada, Adán sabía que algo faltaba. «No es bueno —dijo Dios— que el hombre esté solo» (Gn 1,18).

Porque hemos sido creados a imagen y semejanza del Dios-Amor, del Dios que es donación pura, «el hombre [...] no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás»⁴. Ahora bien, para poder entregarse a otro, es esencial que uno no esté solo. Tiene que haber *alguien más* para entrar en comunión. Esta donación, o entrega total de uno mismo, se da tanto en el matrimonio como en el **celibato** —que es la *elección* de renunciar al matrimonio terreno para dedicarse totalmente al Matrimonio de Cristo y la Iglesia—. En ambos casos, en el matrimonio y en el celibato, estamos llamados a ser sacrificios vivientes. En palabras de la Beata Madre Teresa de Calcuta: «La vida no merece ser vivida si no es vivida por y para los demás».

La visión del cuerpo que nos da Juan Pablo II es la clave para entender el significado de nuestras vidas. Esta breve cita resume su visión del cuerpo como un signo visible que nos dirige a lo que es invisible:

En efecto, el cuerpo, y sólo él, es capaz de hacer visible lo que es invisible: lo espiritual y lo divino. Ha sido creado para transferir a la realidad visible del mundo el misterio escondido desde la eternidad en Dios, y ser así su signo.⁶

Aunque no podemos ver a Dios, nuestros cuerpos revelan muchas verdades extraordinarias acerca de Él, porque estamos hechos «a su imagen y semejanza». Por ejemplo, así como un **Sacramento** hace visible una realidad espiritual (la Gracia), el cuerpo hace visible nuestro llamado a amar y ser amados. Esto es a lo que se refiere Juan Pablo II cuando habla de la **sacramentalidad del cuerpo**. Así como una señal en la carretera nos dirige al lugar al que queremos llegar, nuestros cuerpos nos señalan el sentido de la vida. ¡Nuestros cuerpos y sus deseos son muy buenos signos de la existencia de Dios, de su amor por nosotros, y del llamado que todos tenemos a amar a los demás!.

Amor más que humano

Pero Dios no nos llama únicamente a amarnos unos a otros. Nuestro más íntimo amor humano nos señala y dirige al amor para el cual fuimos creados: la unión con Dios aquí y en el Cielo. Puede ser difícil creer que Dios desea una relación íntima contigo, especialmente si tu vida ha sido tocada profundamente por el dolor y el sufrimiento. Puedes no creer siquiera que Dios te ame. Pero no olvides que el hombre que nos dejó la Teología del Cuerpo, Juan Pablo II, no vivió lejos del dolor, el sufrimiento y la muerte. Primero murió su hermana, luego su mamá, después su hermano, su papá y muchos de sus amigos... todo antes de cumplir 20 años. Como joven, fue testigo de la brutalidad del nazismo en la segunda guerra mundial, lo que le forzó a profundizar y reflexionar en el corazón del hombre y el sentido de la vida. A través de su oración, sufrimiento personal y estudio, Juan Pablo II aprendió que Dios nunca ha abandonado al hombre. Antes bien, vio que Dios tenía un plan de esperanza y libertad para cada uno de nosotros.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es lo que Juan Pablo II quiso decir cuando hablaba de la *sacramentalidad del cuerpo*?
2. Menciona tres ejemplos de cómo ve nuestra cultura el cuerpo humano.
3. Menciona un ejemplo de una *realidad visible* que te señala o dirige a una *realidad invisible*.
4. ¿Cuál es tu pregunta más profunda acerca de la vida?





MÁS A FONDO: ¿QUIÉN SOY?

En la película *Matrix*, hay una escena donde Neo (Keanu Reeves) es presentado por primera vez al Oráculo. En un momento dado, el Oráculo señala una frase grabada en un pedazo de madera que hay colgado sobre la puerta de su cocina: «Conócete a ti mismo». Este consejo marca un antes y un después en la vida de Neo, y debería significar lo mismo para nosotros.

La idea de conocernos a nosotros mismos nos abre todo un océano de preguntas acerca del significado de nuestra existencia. Son preguntas que han cautivado al ser humano desde tiempos ancestrales.

¿Quién soy yo? ¿De dónde vengo? ¿A dónde voy? Juan Pablo II, que pensaba frecuentemente en estas preguntas, las llamó «las preguntas de fondo que caracterizan el recorrido de la existencia humana... Estas mismas preguntas las encontramos en los escritos sagrados de Israel [...] en los poemas de Homero y en las tragedias de Eurípides y Sófocles, así como en los tratados filosóficos de Platón y Aristóteles. Son preguntas que tienen su origen común en la necesidad de sentido que desde siempre acucia el corazón del hombre: de la respuesta que se dé a tales preguntas, en efecto, depende la orientación que se dé a la existencia»⁶.

La pregunta ahora debes hacértela tú: ¿Quién eres?

Aunque no le hayas dado muchas vueltas a este asunto, no lo hayas pensado demasiado, ya estás en cierto modo dándole respuesta. Tus acciones dicen mucho acerca de quién crees ser. ¿Cuál es la respuesta que has encontrado, y adónde te va llevando tu camino? Probablemente hacia los deseos de tu corazón. La verdad es que «Dios ha puesto en el corazón del hombre el deseo de conocer la verdad y, en definitiva, de conocerlo a Él para que, conociéndolo y amándolo, pueda alcanzar también la plena verdad sobre sí mismo»⁷. Para confirmar esto, simplemente piensa cómo te enojas cuando alguien te engaña o te miente. No quieres que te engañen: tu corazón desea la verdad, aun cuando no eres consciente de que la deseas.

Te estarás preguntando qué tienen que ver tu cuerpo y tu sexualidad con concerte. Pues bien, considera cómo el deseo que tiene tu corazón de conocer la verdad se expresa continuamente. Tu *cuerpo* expresa tu más profunda esencia (tu persona) así como tus deseos. Es por esto que Juan Pablo II nos enseñó que a través de la óptica del amor y del plan de Dios para la unión sexual, podemos redescubrir «el significado de toda la existencia, el significado de la vida»⁸. Es decir, que *a través de y en nuestros cuerpos, podemos aprender el significado de la existencia*. Es una afirmación poderosa, y es por lo que hemos escrito este libro.

notas

Si nuestros corazones desean la verdad, y Jesús se revela como «la verdad» («Yo soy el camino, la verdad y la vida.» Jn 14,16), entonces el deseo último de nuestros corazones es Jesús. El cristianismo no tiene miedo de proclamar que el conocimiento último de uno mismo se encuentra en el misterio de la «Palabra hecha carne»⁹, Jesucristo. Él es verdadero Dios y *verdadero hombre*, aquel en quien y por quien todo ha sido creado, revelándonos «quiénes» somos y «por qué» estamos aquí. Por decirlo con una frase del Concilio Vaticano II, que a Juan Pablo II le gustaba especialmente, es Cristo, el hombre nuevo, quien «*manifiesta plenamente el hombre al propio hombre y le descubre la sublimidad de su vocación*»¹⁰.

Es Jesús quien nos llama primero, diciendo: «Conócete a ti mismo». Él nos reta a aprender la verdad de nuestra existencia y dirigir nuestras vidas hacia el propósito de la comunión en el amor para la que hemos sido creados. Él sabe que nuestra plenitud no puede ser alcanzada en la mentira, sólo en la verdad. Dios, que vive en la perfecta comunión de la Santísima Trinidad, nos creó para vivir en comunión con Él. Esta relación con Dios «está definida por el hecho singular de que cuanto más profundamente me abandono a Él, cuanto más completamente le permito penetrar mi ser, cuanto más poderosamente Él, el Creador, gana autoridad sobre mí, *más llego a ser yo mismo*»¹¹.

Así que, el gran Mandamiento es: *sé quien eres*. En la trilogía cinematográfica de *El Señor de los Anillos*, Aragorn recibe directamente este llamado en *El Retorno del Rey*. Aragorn es el heredero del trono de su reino, pero no ha aceptado esta responsabilidad aún. En medio del más grande desafío al que se enfrenta la Tierra Media, Lord Elrond ha forjado nuevamente la espada del Rey. La presenta a Aragorn con las palabras: «Olvida al montaraz. *¡Sé aquello para lo que naciste!*». Como Aragorn, si dejamos a un lado las mentiras que hemos creído acerca de nosotros mismos y abrazamos la realidad de nuestra vida en Cristo, podemos reclamar y afirmar con audacia la verdad de quiénes somos.

Lee estas palabras de Juan Pablo II y comprueba si te hablan, aunque sea como un pequeño eco en tu corazón:

«En realidad, es a Jesús a quien buscáis cuando soñáis la felicidad; es Él quien os espera cuando no os satisface nada de lo que encontráis; es Él la belleza que tanto os atrae; es Él quien os provoca con esa sed de radicalidad que no os permite dejaros llevar del conformismo; es Él quien os empuja a dejar las máscaras que falsean la vida; es Él quien os lee en el corazón las decisiones más auténticas que otros querrían sofocar.

Es Jesús el que suscita en vosotros el deseo de hacer de vuestra vida algo grande, la voluntad de seguir un ideal, el rechazo a dejaros atrapar por la mediocridad, la valentía de comprometeros con humildad y perseverancia para mejoraros a vosotros mismos y a la sociedad, haciéndola más humana y fraterna».

– Papa Juan Pablo II, Día Mundial de la Juventud, Roma 2000.

notas

VÍVELO: Vivir con sentido

Entender la propulsión de una nave espacial... entender las leyes fiscales que gobiernan el comercio exterior... cómo cuidar de una ballena azul varada en la playa...

El común de las personas no necesita conocer en profundidad estos temas. Ser ignorante de alguno de ellos —o millones como éstos— no te define como tonto o perezoso. Dicho esto...

Saber cómo cerrar el agua de un escusado que se está desbordando... saber aplicar la maniobra Heimlich a una persona que se está ahogando... saber cómo preguntar por un baño en un país en donde no se habla español...

Éstas sí son situaciones en donde un poco de conocimiento te puede ayudar a salir de un apuro. Ser ignorante en alguno de estos aspectos puede llegar a ser terrible —o al menos desagradable.

Claro que, si *quisieras* saber más sobre la física de los vuelos espaciales, sobre cuestiones fiscales, el comercio exterior o el cuidado de una ballena herida, en la mayoría de los casos te bastaría con abrir un libro, encender un ordenador o asistir a un seminario. Como hemos dicho, son cuestiones que pueden ser interesantes, pero no son necesarias para la felicidad de la persona común. Puedes elegir permanecer ignorante en muchas áreas de la vida, y tu mundo seguirá girando.

Pero permanecer ignorante respecto al «sentido de tu vida» es otra historia. Conocer el sentido de tu vida, y hacerlo vida, determinará tu futuro en la Tierra así como tu eternidad tras la muerte. Es un concepto de tanta envergadura que merece toda tu atención.

Conforme vayas estudiando el contenido de este curso, tendrás que elegir cada día si vas a ir leyendo con la mente abierta o no. También tienes la alternativa de abrirte al cambio en tu vida o de no hacerlo. Si abres tu corazón crecerás en sabiduría y conocimiento ante Dios y ante los hombres. La verdad que encontrarás en estas páginas te ofrecerá retos, pero también enormes satisfacciones. Y recuerda siempre que Dios nunca te pide algo que no te haya dado antes —no te pone un reto sin darte la Gracia necesaria para poder superarlo.

En breve, si tomas lo que te ofrece este libro y lo pones en práctica, tu vida va a cambiar... positivamente. Éste es un curso intensivo sobre el amor, la verdad y la verdadera libertad. En estas secciones tituladas *VíVELO*, encontrarás apoyo e ideas prácticas para que lo que vivas con tu cuerpo deje una huella duradera en tu alma. Eso te ayudará para convertir el «conocimiento intelectual» que recibes en estas páginas en «conocimiento de corazón» que te quede para toda la vida.

Así que, ¿cuál es la meta de tu vida? ¿Cuál se supone que debería ser? La respuesta es muy sencilla, el reto es vivirla. La respuesta es: amar. Dios nos llama a esto. Es lo que Cristo vivió. Es lo que el Espíritu Santo hace posible. Es lo que los santos lograron.

Pero solamente después de que aceptes el amor de Dios y aprendas a amar como Él ama, podrás compartirlo con los demás, con pureza y libertad. Así que ésta es tu oportunidad —el curso básico para aprender a amar comienza hoy. Aprende a recibir el amor de Dios, y permítele que su amor transforme tu vida en algo hermoso (y, jóvenes... esto es para ustedes los hombres, también. Él amor es una cosa sumamente masculina. Si estás buscando el reto más extremo, prueba esto: entrega tu vida —en cosas grandes y pequeñas— a otra persona. Y luego, haz la prueba de hacerlo todos los días, un día tras otro. Lo que temple y forma al verdadero hombre es precisamente eso: «morir para uno mismo» cada día).

Si te preguntas por qué estás aquí, date cuenta de que Dios te creó para amar y ser amado. Como dijo Cristo: «Ámense los unos a los otros como yo les he amado» (Jn 13,34).

Dios te ama más de lo que te imaginas. ¿Lo dudas? «Nadie tiene mayor amor que el que da la vida por sus amigos» (Jn 15,13). ¡Murió por ti!

Un último pensamiento: la próxima vez que veas un crucifijo, piensa que tienes un Dios que te ha amado tanto que prefirió morir... antes que pasar la eternidad sin ti.

Oración · momento para reflexionar

Lee la siguiente meditación lentamente y en silencio.

Todos anhelamos entregarle nuestra vida a una persona, tener un compromiso profundo con alguien especial, queremos ser amados total e incondicionalmente. Pero Jesús te dice:

Espera, sé paciente. Aprende primero a amar como yo amo. Yo te amo, nunca lo dudes... ni por un instante. Estoy contigo siempre, en los buenos y en los malos momentos... nunca estás solo. Entrégame tu corazón lastimado, confundido, débil, roto... Yo te lo curo. Quiero enseñarte a amar como siempre has querido.

Descubre, poco a poco, que sólo en mí encontrarás la paz, la alegría y plenitud que buscas. Lo necesitas para ser capaz de vivir la verdadera historia de amor que yo planeé para ti. Nunca estarás unido a nadie como deseas estarlo hasta que dejes que yo te ame y te des cuenta que este amor es lo único necesario.

Quiero que dejes de planear y pares de desear, y me permitas darte el plan más emocionante que existe, ¡uno que no puedes ni imaginarte! Quiero que tengas lo mejor. Por favor déjame dártelo.

Sólo mantén tu mirada en mí, en espera de lo más grande.

Sigue experimentando la alegría de saber que YO SOY.

Sigue aprendiendo y escuchando lo que quiero decirte.

Debes ser paciente.

No seas ansioso.

No te preocupes.

No mires lo que otros tienen.

No mires las cosas que crees que quieres.

Sólo sigue mirándome a mí, o te perderás lo que yo quiero darte.

Y entonces, yo te sorprenderé con un amor más allá de lo que jamás has soñado. Cuando estén listos, tú y la persona que yo pensé para ti, desde toda la eternidad —pues no podrá pasar hasta que ambos reconozcan que sólo Yo les puedo satisfacer en plenitud y para siempre—, sólo entonces podrán, junto a mí, amarse plenamente... y esto es el amor perfecto.

Reza: Escucha, en silencio, lo que Dios quiere decirte al corazón.

Responde: Escribe la respuesta que le darías a Cristo ante el gran amor que te tiene. Si te es útil, vuelve a leer la oración y responde a cada sección.

«La castidad es una virtud difícil, cuya adquisición requiere tiempo; es menester aguardar sus frutos y la alegría de amar que ella debe aportar. Pero es la verdadera vía, la infalible, para ese gozo.»

— Papa Juan Pablo II



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Utilizando tu creatividad, haz un dibujo, escribe un poema o una canción que ayude a los demás a descubrir por qué la mujer no se entiende sin el hombre ni el hombre sin la mujer —está claro que fueron creados complementarios, para unirse. ¿Cómo sería el mundo si no existieran las mujeres? ¿Si no existieran los hombres? Incluye creativamente de alguna manera el texto del Génesis 2,24. Simplemente dándonos cuenta de que nos necesitamos el uno al otro, podemos también darnos cuenta de que hemos sido creados para la comunión mutua.

Tarea 2: Usa los términos del glosario que encontrarás al final de este tema y crea un crucigrama que pueda ayudar a otros a entender mejor los conceptos.

Tarea 3: Escribe un resumen de la catequesis del Papa del 14 de noviembre de 1979. Céntrate en el hombre como imagen de Dios por la comunión de las personas.



Proyecto 1: Crea tu propio video de entrevistas. Ve a la cafetería de la universidad, a un centro comercial, por los pasillos del colegio, por la calle... y graba las respuestas a la siguiente pregunta: *¿Cuál es el sentido de la vida?*

Edita las 10 mejores respuestas, y luego grábate a ti mismo explicando brevemente las respuestas que has recibido y respondiendo tú mismo, en un minuto, a la pregunta.



ORACIÓN FINAL

Oh santa Madre y Virgen María, por favor reza conmigo y pide para que yo, como Tú, pueda vivir una vida de amor verdadero. Ayúdame a llevar una vida digna de volver a Aquel que me creó por amor y para amar. Por favor intercede para que yo, como Tú, pueda vivir como templo perfecto y sin mancha del Espíritu Santo.

Dios te salve, María, llena eres de Gracia; el Señor es contigo. Bendita tú eres entre todas las mujeres y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús. Santa María, Madre de Dios, ruega por nosotros, pecadores, ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén.

Amor. Decisión libre de «desear el bien a alguien» (CIC 1766). Juan Pablo II hace eco de esta definición en muchos de sus escritos, y añade que el amor entraña el sincero don de uno mismo a los demás.

Celibato. Elección libre de una persona que renuncia al matrimonio Terrenal «por el Reino de los Cielos» (Mateo 19:12), esto es, por amor al matrimonio celestial de Cristo y la Iglesia. Los célibes se consagran totalmente al Señor y a sus «cosas» (cf. 1 Co 7,32), [y] se entregan [con corazón indiviso] a Dios y a los hombres» (CIC 1579).

Comunión de personas. La «común unión» entre dos o más personas que se dan mutuamente unos a otras en el amor; ven en una y otro la imagen y semejanza de Dios y quieren lo mejor para el/la otro/a. Juan Pablo II se refiere a la unión de Adán con Eva como el «prototipo» de la comunión de personas, por medio de la cual el hombre y la mujer se convierten más plenamente en imagen de Dios.

Concupiscencia. «Inclinación a pecar» que está presente en todos los seres humanos, heredada del pecado de Adán y Eva, y a la cual nos debemos resistir con todas nuestras fuerzas «por la Gracia de Jesucristo» (CIC 1264). Aun cuando nos inclina al pecado y viene del pecado, la concupiscencia en sí misma no es pecado.

Desesperación. Lo opuesto de la esperanza, la desesperación es la decisión de darse por vencido en alcanzar lo que se venía persiguiendo inicialmente. En el caso de la relación con el otro sexo, en nuestra cultura actual muchas personas se desesperan, pensando que la posibilidad de encontrar una relación de fidelidad y amor es imposible. Pero con Dios siempre existe la esperanza, y con Él encontramos las claves para construir relaciones de amor, entrega y fidelidad que permanecen.

Dignidad. El valor inherente e inviolable que posee cada persona, sin excepción, por haber sido creada por Dios a su imagen y semejanza.

Liberación sexual. Término común para definir el sustraerse de las «reglas» sexuales a fin de hacer lo que a cada quien se le antoje con su capacidad sexual. En realidad, tal «liberación» no es libertad sexual, sino una excusa para convertir la sexualidad en una actividad recreativa, que frecuentemente lleva a la persona a la adicción y esclavitud sexual y a una vida vacía, dolorosa y llena de relaciones rotas.

Lujuria. Es un deseo o un goce desordenado del placer sexual (ver CIC 2351). Es el deseo sexual separado del amor de Dios –un deseo egoísta que busca el propio placer a expensas del otro.

Pecado Original. Primer pecado de la humanidad contra Dios, cuando Adán y Eva eligieron desobedecer y hacer lo que querían, en lugar de seguir el mandato de Dios. Esta elección afectó a toda la humanidad, dejándonos a todos con una tendencia a pecar, un deseo desordenado de violar la ley de Dios, y un mundo propenso al sufrimiento y a conflictos de toda clase –incluyendo la muerte.

Sacramentalidad del cuerpo. La habilidad innata del cuerpo para actuar como un signo visible del amor invisible de Dios.

Sacramento. Un Sacramento nos hace visible una realidad espiritual, invisible. En sentido estricto, es un signo visible instituido por Cristo y confiado a la Iglesia por el cual nos es dispensada la vida divina (ver CIC 1131).

Teología. El estudio de Dios, o «la fe en busca de entendimiento» (san Anselmo). La palabra viene de las palabras griegas *theos*, Dios, y *logos*, palabra, estudio, ciencia. La teología es la ciencia que estudia y busca el entendimiento de Dios y su Palabra.

Teología del Cuerpo. El estudio de Dios y del propósito de nuestra existencia, descubierto y revelado a través de nuestros cuerpos.

Definiendo lo que es amar: ¿darse al otro o usar al otro?



¿Te imaginas a un entrenador diciendo a sus jugadores: «Si no tienen ganas de venir al entrenamiento, no vengán; hagan lo que se les antoje»? Pronto el equipo se convertiría en un confundido grupo de personas que comparten el gusto por ese deporte, pero sin compromiso hacia él. Esa actitud —hacer lo que a cada quien se le antoje— pronto llevaría a la división dentro del equipo, la pérdida de la visión compartida y la cooperación. Una vez que el enfoque pasara a ser *el placer de los individuos* en lugar del *éxito del equipo*, los jugadores definitivamente *no* alcanzarían ese sólido trabajo en equipo que lleva a la victoria.

Todos queremos dar y recibir amor, pero la mayoría de nosotros no sabemos *cómo* hacerlo. En el primer capítulo, mencionamos que muchas personas hoy en día tienen una idea confusa de lo que es el amor y el propósito de la sexualidad. Una de las razones principales de esta confusión es que tomamos muchas decisiones porque «así las sentimos», y no porque estén basadas en la verdad. Basar tus decisiones en lo que sientes te puede causar graves problemas; los sentimientos son fugaces y cambian fácilmente de un momento a otro. La verdad, por el contrario, es estable y fiable. Para que las personas se amen correctamente, deben desear primero lo que es bueno para el otro. En este capítulo, vas a descubrir cómo es el amor auténtico y aprenderás la diferencia entre «amor autocomplaciente» —que en realidad es egoísmo, lujuria— y el amor verdadero, que es «amor de entrega».

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: La felicidad en un mundo de «enganche fácil»

Era mi último año de carrera y decidí irme de intercambio para estudiar en el bello y pacífico país centroamericano de Costa Rica. Un fin de semana, viajamos a la costa este a un puerto llamado Limón —un pueblo en donde drogas, alcohol, música reggae a todo volumen y fiestas salvajes son cosas comunes—. Yo me estaba portando bastante bien, y pude librar la primera noche sin meterme en problemas. Como estábamos cortos de dinero, decidimos rentar una cabaña de bambú para los diez que viajábamos juntos. Un poco después de la media noche, preparamos nuestros sacos de dormir y nos dispusimos a descansar, todos excepto Ana.

Ana era una joven valiente con unos increíbles ojos azules juguetones. Cuando se reía, nos reíamos todos. Pasaba sus días con una increíble vitalidad; su energía me hacía sentirme vivo cuando estaba con ella. Quería mucho a toda la gente y su sonrisa podía iluminar un cuarto entero. Esa noche, les había llamado la atención a dos jóvenes estadounidenses que estaban de turismo como nosotros. Los vi cuando estaban ligando, y me quedó claro que no eran la clase de chicos que yo quisiera para mis hermanas. Estaban de cacería. Encontraban a Ana muy linda y «querían conocerla mejor». Bebieron unas cervezas, la abrazaron y rieron por varias horas con ella. Me sentí aliviado cuando Ana regresó con nosotros a la cabaña. Pero cuando me acomodaba en mi saco, me susurró que volvería a salir. Podía oler el perfume nuevo que se estaba poniendo y se me cayó el alma a los pies.

—¿A esta hora? —protesté—. ¡Son casi las dos de la mañana y estamos en un país extraño! No salgas ahora.

—Solamente voy a divertirme un rato —contestó, pero se detuvo un momento, como si lo pensara de nuevo.

—Ana, no lo hagas —le dije bajito para no despertar a los demás—. No creo que ellos sean la clase de chicos con los que tu debas salir sola.

—Ya soy una mayorcita —me dijo sarcásticamente con su hermosa sonrisa—. Regresaré pronto —y, diciendo eso, se perdió en la negra noche costarricense.

Recé por ella, y me quedé dormido hasta que, a las 5 de la madrugada, Ana tropezó cerca de mí en la oscuridad. Sollozaba como un perrito abandonado. Me levanté y la ayudé a encontrar su saco; pero dormir no era la solución para ella esa noche. Allí, a orillas del Atlántico, en esa cabaña de bambú con piso de tierra, Ana puso su cabeza en mi hombro y lloró. No tuve el valor para preguntarle qué había pasado. No quería obligarla a volver a vivirlo. Pero sabía lo que había pasado. La usaron y se deshicieron de ella.

Hasta el día de hoy, algo me dice que no la violaron, pero sí estoy seguro que la engañaron, la usaron y después de divertirse con ella la dejaron y se fueron.

Repaso del capítulo 1

1. ¿Qué es Teología?
2. ¿Qué nos enseña Juan Pablo II en la Teología del Cuerpo?
3. ¿Qué quiere decir Juan Pablo II con «sacramentalidad del cuerpo»?
4. ¿Por qué nos creó Dios?

Los dos tomaron de ella lo que quisieron; la engañaron. No habían querido *darle* nada, sólo querían *tomar* lo que se les antojaba de ella. Sólo querían *sentirse bien*. Por su parte, Ana quizá pensó que se interesaban por *ella —como persona—* y no sólo por su cuerpo. Quizá tenía la esperanza de encontrar amor. O quizá sólo buscaba divertirse, y acabó sintiendo el remordimiento de haber usado a alguien y ser usada. De cualquier manera, ahora se sentía vacía.

Profundamente frustrado, allí en la oscuridad yo apretaba los puños de rabia. Estaba furioso con todos los hombres que se aprovechan de los demás. Esa noche hubiese querido presentar mi renuncia al género masculino; no quería formar parte de un sector de la humanidad que les roba a las mujeres su dignidad, aun si ellas aceptan que les sea robada. La abracé en silencio por mucho tiempo y no me atrevía a decirle nada. Finalmente le dije al oído: «Hay una manera mejor, Ana. De verdad que la hay. Jesús te ama, y hay una manera mucho mejor de hacer las cosas».

Brian Butler

notas

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Crees que el joven que cuenta la historia debía de haber hecho algo más por Ana, antes de que ella volviera a salir?
2. ¿Cómo puedes reconocer a alguien que sólo «quiere usarte»?
3. ¿Cómo puedes saber si puedes confiar en alguien?
4. ¿Por qué crees que Ana salió por segunda vez?
5. ¿Crees que existen personas adictas a «usar» a los demás?
6. ¿Alguna vez te has sentido usado/a por alguien en algún sentido, en lugar de respetado/a y amado/a?
7. El deseo de Ana de ser amada y aceptada, ¿es absurdo?
8. ¿Por qué usar a otra persona —sexualmente o de cualquier otra manera— es un pecado tan grave?
9. ¿Por qué las personas permiten que las usen? Menciona tres razones.
10. En nuestra cultura, ¿de qué formas han aprendido los chicos y chicas a «usar» a los demás?
11. ¿Cómo podemos tomar mejores decisiones en este tema?





ACORTANDO LA BRECHA

¿Alguna vez has pensado en hacer algo para que no nos usemos unos a otros?
¿Qué decisiones personales nos podrían servir para vivir una vida con mayor capacidad de sacrificio –una vida en la que todos sean respetados– en lugar de tomar decisiones simplemente porque «me gusta» o «se me antoja»? Algunos jóvenes no saben diferenciar entre alguien que *ama* y alguien que *usa*. Ante todo, debemos darnos cuenta de que aunque existen muchas maneras de amar, existen también muchas maneras de engañar, usar y vivir egoístamente.

Muchas de las cosas que aprendemos siendo niños nos vienen de imitar lo que hacen los demás, especialmente los miembros de nuestra familia. Aprender a amar puede ser difícil cuando no tenemos ejemplos sobresalientes de donde aprender. Nuestra cultura no nos ayuda mucho a entender lo que es el amor. Por desgracia, desde antes de que tengamos conciencia de lo que es la sexualidad, los medios de comunicación nos bombardean con mensajes de permisivismo sexual. Peor aún, la cultura y los medios nos invitan a «explorar» nuestra sexualidad antes de que la entendamos siquiera.

La verdad es que es Dios quien nos dio el deseo sexual: por lo tanto, es algo bueno. No es meramente una reacción hormonal en nuestros cuerpos, sino una profunda atracción a la belleza que vemos en otros. Nuestro deseo sexual es un regalo de Dios; Él es quien puso en nuestro corazón el anhelo de unión con otro. Nos ha creado «hombre y mujer» para que podamos aprender a donarnos sinceramente a otro.

Esta unión entre hombre y mujer está ordenada al matrimonio, que es un presagio de la unión que finalmente nos llenará por completo: la unión con Dios en el Cielo. Ahora bien, cuando los adolescentes empiezan a salir alrededor de los 14 años, generalmente están comenzando un período de 10 a 15 años de conocer, relacionarse y salir con personas del sexo opuesto, ya que la mayoría se casa arriba de los 25 años. La castidad y la virginidad son un reto aun cuando no tienes una relación de noviazgo. Pasar de 10 a 15 años en busca de un esposo o esposa es muchísimo tiempo para estar parado en la orilla de un precipicio sin caerte. Es decir, nuestros deseos de unión son muy buenos, pero debemos respetarlos y aprender a canalizarlos hacia el amor verdadero.

Una de las preguntas de la página anterior se refería a cómo mujeres y hombres han aprendido a usarse mutuamente de diferentes maneras. Por ejemplo, un joven puede ser elogiado y alabado como un «Don Juan», «galán» o «el que las trae muertas» porque usa a las mujeres sólo para «tener sexo». Por su parte, una joven puede engancharse en una relación pasional porque busca amor, aceptación, estatus social, o simplemente afecto físico. En ambos casos, la presión y el «usarse» a menudo es mutuo.

Esta experiencia de satisfacción sexual rápida que narra un adolescente lo llevó sólo al vacío: «Finalmente logré acostarme con una niña. Fue en un coche, tenía 17 años. Pensé que era lo más intenso que podía existir, pero cuando ella

¿Sabías que...?

Muchos jóvenes comienzan a tener relaciones porque quieren demostrar lo mucho que les gusta la otra persona. Pero, gracias que el 61% de las relaciones sexuales a esta edad terminan en menos de tres meses y el 80% en menos de seis meses?

empezó a decirme que me amaba y que estaba enamorada de mí, se me ocurrió que probablemente había habido una docena de otros tipos como yo, que pensaron haberla conquistado, pero no eran más que objetos para satisfacer su necesidad de seguridad. Darme cuenta me aplastó. No podía respetar a alguien que se entregara tan fácilmente como ella. Me aturdió darme cuenta de que, después de cuatro semanas acostándome con ella tantas veces como quise, me había cansado de ella. No veía ningún sentido a continuar la relación. Finalmente la dejé, lo que provocó que me sintiera aún peor, porque me di cuenta que ella estaba rota y lastimada. Me sentí fatal»¹.

La banda de rock The Offspring resume esta situación en su canción *Self-Esteem*: «Ahora sé que me está usando / hombre, eso está OK, porque me gusta el abuso / Sé que ella está jugando conmigo / Está OK porque no tengo autoestima». Es tan común hoy esta manera de usarse que muchos jóvenes ya se han acostumbrado a no esperar más que eso, a conformarse con estas migajas, y a no buscar nada más profundo de su relación. El resultado es un vacío interior, la confusión sobre el amor y la sexualidad entre los adolescentes, y muchos adultos que se casan sin saber lo que hacen. Pero, hay esperanza. ¡Prepárate para conocer una manera mejor!

ASUNTO

Una conocida revista para hombres presentaba en su portada a varias modelos, con el título: «¡Las mujeres que amamos!». Los editores de la revista estaban afirmando que sus lectores «amaban» a las mujeres de la portada por su belleza. Pero, ¿podían los lectores verdaderamente amar a esas mujeres? Después de todo, no las conocían personalmente; jamás las habían tratado.

Esto es confundir el amor con la simple atracción física. Y es un grave problema cuando llegamos a aventurarnos en actos de la más grande intimidad con alguien porque la atracción es muy intensa, sólo para comprobar, acto seguido, que no soportamos la idea de pasar el resto de nuestra vida con esa persona. Y es un problema cuando, ante el declive inevitable de la atracción, aparentemente no queda nada para justificar una relación continuada. Falta preguntar: ¿qué fuerza podrá no sólo llevar a un hombre y una mujer a unir sus vidas, sino también a mantenerlos unidos cuando la atracción física ya no existe?

¿Qué es el amor?

La gente habla de querer encontrar «el amor verdadero», pero ¿qué es? El papa Juan Pablo II explicaba: «El amor no es sólo un sentimiento; es un acto de la voluntad que consiste en preferir, de una manera constante, el bien del otro al bien propio»². En otras palabras, no puedes juzgar el valor del amor por la intensidad de la emoción. No es suficiente sentir atracción o simplemente querer ser amado. Necesitamos esforzarnos por conocer y saber qué es lo mejor para el otro, y luego comprometer libremente nuestra voluntad a buscar realizarlo.

notas

¿Dónde encontrar el camino para comenzar a aprender cómo amar de verdad? Entre 1958 y 1959, como profesor de la Universidad Católica de Polonia, Karol Wojtyla dictó una serie de conferencias, recogidas después en un libro con el título **Amor y responsabilidad**. En ese libro, el futuro papa Juan Pablo II define el amor y lo relaciona con la virtud de la castidad, afirmando que la castidad es «la verdadera vía, la infalible»³, para la felicidad.

«La castidad es la alegría del orden en el corazón.»

Castidad y felicidad

¿Qué es realmente la castidad y por qué conduce a la felicidad?

Llegados a este punto, tal vez te sientas tentado de cerrar el libro. «¡Castidad! No, gracias.» ¡Espera! ¿Quieres descubrir *el verdadero amor*, ese que te puede llenar —el único que te puede llenar—? Bien, pues, la **castidad es la virtud que dirige nuestros deseos y actitudes sexuales hacia la verdad del amor**. (Una **virtud** consiste en un hábito firme de realizar el bien). Para poder ver la castidad como una virtud positiva, hace falta entender que es mucho más que la continencia, es decir, mucho más que «**abstenerse** del acto sexual». La castidad es parte de la virtud de la **templanza**, que nos ayuda a moderar nuestro deseo de placer, y nos capacita para disfrutar del placer en lo bueno, hermoso y maravilloso según el plan de Dios. Pero la castidad no es sólo aprender a controlar los propios deseos. Se trata de aprender a amar al otro ordenadamente. Como se desprende del mismo título del libro, *Amor y responsabilidad*, para Juan Pablo II la vida casta es la que ama responsablemente y en pureza: abrazando la responsabilidad que entraña el amor. La castidad dice «sí» a las exigencias del amor, al tiempo que combate los deseos egoístas de la lujuria. Sólo así podemos decir «no» a actos y elecciones que nos roban la dignidad a nosotros y a los demás.

«La castidad significa la integración lograda de la sexualidad en la persona, y por ello en la unidad interior del hombre en su ser corporal y espiritual.»
(CIC 2337)

Un mero contener los deseos sexuales y pretender ignorarlos (como muchas veces se entiende equivocadamente la castidad), puede llevar a la represión, la cual es una respuesta dañina y poco sana al don de la sexualidad. Con la **represión sexual** el tiro puede salir por la culata, con el resultado de que la persona pierde el control de sí misma y vive desordenadamente su sexualidad. Así que la respuesta apropiada al regalo de la sexualidad no es ni permisividad ni represión ante la lujuria. Ni una ni otra es lo que Dios ha querido para nosotros. A lo que Él nos llama es a vivir una castidad sana, en virtud de la cual podamos apreciar la fuerza de nuestros deseos sexuales y dejarnos guiar por el deseo todavía más profundo de amar. La castidad es entonces entendida y vivida como una virtud que da vida; nos lleva a la felicidad. Es por eso que la Iglesia nos enseña que «el hombre [...] no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás»⁴.

Como hemos visto, el amor no es sólo aquello que le hace a uno «sentirse bien», aunque esto sea parte del amor. Amar es una decisión. Es la decisión de entregarse a otro y hacerlo en totalidad. Juan Pablo II usa el término **donación total de uno mismo** para esta clase de entrega.

notas

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cómo se llama el libro que Karol Wojtyla escribió acerca del amor en la década de 1950?
2. ¿Qué es el *amor*?
3. ¿Qué es la *castidad*?
4. ¿Qué diferencia hay entre *castidad* y *abstinencia*?
5. ¿Qué entiendes tú cuando la Iglesia dice: «el hombre... no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás» (GS 24)?
6. ¿Qué significa la *donación total de uno mismo*?

Las personas sólo merecen ser amadas

Ya hemos visto *qué* es el amor. Ahora miremos *a quién se dirige*. Juan Pablo II dijo: «La persona es un bien tal, que sólo el amor puede dictar la actitud apropiada y valedera respecto a ella»⁵. Este concepto forma el fundamento de sus enseñanzas sobre el amor; lo llama la **norma personalista**. Es una manera muy «formal» de decir que las personas merecen sólo lo mejor, merecen ser amadas, y nunca debemos tratar a nadie con algo menos que amor.

Claro, el amor auténtico no se limita a un solo aspecto; por consiguiente no es sólo cuestión de darse, es también aprender a recibir. Se necesita humildad y gratitud para saber recibir el amor de otro, permitiéndole darse a sí mismo libremente. Piensa en lo difícil que sería amar a alguien que siempre criticara la manera en que tú te entregaras. Acabaría sintiéndote como un niño que, con mucho amor aunque con poca capacidad artística, hiciera un dibujo de sus papás, para luego escuchar que le dicen: «¡Qué feo dibujo! ¡No nos parecemos para nada!». Así pues, el amor implica una relación mutua entre las personas y debe corresponder a lo que es verdaderamente bueno para el otro.

De acuerdo con Juan Pablo II, existen tres aspectos del amor que se pueden resumir de la siguiente manera:

1. Amor como atracción:

Reconocer el bien en otra persona; ver su belleza interior y exterior.

2. Amor como deseo:

Querer el bien para uno mismo; desear el bien y la felicidad.

3. Amor como benevolencia:

Querer y desear el bien de otra persona.

Es sobre este último aspecto que reflexionaremos más a fondo en este capítulo, como nuestra definición general del amor: querer el bien de otra persona. El amor no es egoísta, es generoso. Querer el bien del otro es lo más cercano al amor que Dios nos tiene. La palabra que describe ese amor es *ágape*⁶.

Querer el bien de otra persona

Amar es querer lo mejor para la persona amada. Entonces, ¿qué significa eso en nuestras relaciones? Si eres varón, piensa en esto: un estudio aplicado a más de diez mil mujeres reveló que *cuanto más temprano inicia la actividad sexual una mujer, más frecuentemente experimenta:*

- Ser madre soltera
- Relaciones fallidas
- Enfermedades de transmisión sexual
- Aborto
- Embarazo no deseado
- Pobreza
- Múltiples parejas sexuales
- Depresión
- Divorcio

El estudio demostró que *cuanto más demore y retrase la actividad sexual*, más aumentará la calidad de vida de una mujer. Ciertamente, esto no significa que todas las personas que han perdido la virginidad muy jóvenes estén ya sentenciados a tener una vida desgraciada. Sin embargo, queda el hecho de que, en la mayoría de los casos, las consecuencias de la actividad sexual precoz son muy malas para las mujeres. Así que, si un joven ama verdaderamente a una chica, hará lo que es mejor para ella. No la expondrá a estos riesgos —*aun si ella consintiera* libremente acostarse con él. Su misión es proteger tanto el cuerpo de la mujer como su alma (la cual también se pone en peligro cuando se rechaza el plan de Dios para el amor sexual).

De igual manera, ella no le pondrá a él en riesgo de experimentar muchas de las mismas consecuencias. No buscará tener una relación sexual a fin de sentirse amada. Juntos, harán lo que es mejor para aquél o aquélla a quien aman, sin importar qué tan fuertes puedan ser las tentaciones. No es fácil, pero el verdadero amor nunca lo es. Quizá por eso lo encontramos tan pocas veces.

¿Amar o usar?

El Mandamiento más grande que Jesús nos dejó es éste: «Ámense los unos a los otros, como yo los he amado» (Jn 13,34). ¿Cómo nos amó Jesús? El se *entregó enteramente* a sí mismo por nosotros porque quiso salvarnos. Dio su propia vida para que nosotros tuviéramos vida.

Juan Pablo II nos enseña que lo contrario del amor no es el odio. Antes bien, es el *usar* a las personas. La filosofía que justifica usar a las personas para beneficio propio se llama **utilitarismo**. Sin embargo, es importante darnos cuenta que

TÚ DECIDES

¿Cuál de estas dos personas te parece entender mejor el amor como donación de uno mismo?

50 Cent, en su canción *Just a lil' bit* (Solamente un poquito):

«Realmente sólo necesito un poquito. No mucho, niña, solamente un poquito».

vs.

San Juan Crisóstomo:

«Un joven esposo debería decir a su esposa: "Yo te he tomado en mis brazos, y te amo, y te prefiero a mi misma vida. Pues esta vida presente no es nada, y mi sueño más ardiente es pasarla contigo de tal manera que estemos asegurados de no separarnos en la vida que nos espera"».

la mayoría de las personas que hacen esto, no lo hacen intencionadamente. Si bien hay algunos que han elegido conscientemente una vida inmoral, la mayoría simplemente hacen lo que aprendieron mal, frecuentemente por el mal ejemplo de otros. Buscan maximizar el placer para minimizar el dolor que llevan en el corazón, a costa de los demás. Aunque desear el bien para uno mismo es bueno, si el amor termina en eso, se convierte en mera supervivencia egoísta, sin vida. El amor de Dios no provoca el vacío del corazón, la depresión, el sentimiento de culpa o la soledad. El amor de Dios da vida, sana, cura, renueva y perdona. Éste es un criterio importante para evaluar el verdadero fundamento de tus relaciones con los demás.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es la *norma personalista*?
2. ¿Cuáles son los tres aspectos del amor en los que se centra Karol Wojtyła en su libro *Amor y responsabilidad*?
3. De los tres aspectos del amor, ¿cuáles experimentas de forma más natural? ¿Cuáles son más difíciles de aprender?
4. ¿Qué es el *utilitarismo*? Comparte ejemplos reales (de orden sexual, y de orden no sexual).

(TEST SOBRE EL AMOR): «¿Usas a los demás o los amas auténticamente?»

Para hombres y mujeres

- ☐ Sí ☐ No ¿Pasas tiempo de calidad con su familia?
- ☐ Sí ☐ No ¿Respetas las reglas que sus papás establecen?
- ☐ Sí ☐ No ¿Eres honesto(a) con tu familia acerca de él o ella?
- ☐ Sí ☐ No ¿Quieres hacer lo que es mejor para él o ella?
- ☐ Sí ☐ No ¿Tu relación con él o ella te ha llevado a estar más cerca de tus papás, hermanos, amigos y Dios?
- ☐ Sí ☐ No ¿Te puedes imaginar casado(a) con él o ella?
- ☐ Sí ☐ No ¿Ella sería buena mamá; él, buen papá?
- ☐ Sí ☐ No ¿Vas a Misa con él o ella?
- ☐ Sí ☐ No ¿Rezán el uno por el otro?
- ☐ Sí ☐ No Si ya han sido sexualmente activos, ¿seguirías con él o ella si ya no quisiera seguir haciéndolo?

- ☐ Sí ☐ No ¿Has establecido límites acerca de lo que no quieres hacer físicamente?
- ☐ Sí ☐ No ¿Evitas situaciones en donde sabes que pueden llegar demasiado lejos?
- ☐ Sí ☐ No ¿Si tu familia o la suya supiera todo acerca de la relación que llevan, lo aprobarían?
- ☐ Sí ☐ No ¿Te vistes y hablas con recato para ayudarlo a vivir la pureza?

¿Cuántas de tus respuestas fueron honestamente respondidas con un «Sí»? A mayor número de «Sí» que hayas respondido con absoluta sinceridad, más se asemejan tus acciones a las de una persona que manifiesta las características del amor auténtico! Quizá quieras leer estas preguntas de vez en cuando, para que te den la fortaleza para mantener en orden tus prioridades y continuar con el reto de aprender a amar como Dios ama.

Para hombres

- ☐ Sí ☐ No ¿Cuando ves a una chica atractiva, automáticamente te imaginas haciendo actos sexuales con ella?
- ☐ Sí ☐ No ¿En tu hablar, eres respetuoso cuando estás con mujeres a las que quieres impresionar, pero muy mal hablado cuando estás con tus amigos?
- ☐ Sí ☐ No ¿Te quedas mirando a tu novia (o a otra mujer), pensando en cómo lograr acostarte con ella?
- ☐ Sí ☐ No ¿Le pides o insinúas a tu novia que quieres acostarte con ella, esperando que algún día te diga que sí?
- ☐ Sí ☐ No ¿Le dices a tu novia que la quieres, esperando que eso la dispondrá para querer acostarse contigo?
- ☐ Sí ☐ No ¿Te enojas con tu novia cuando ella no quiere tener contacto físico contigo?
- ☐ Sí ☐ No ¿Le eres infiel a tu novia?
- ☐ Sí ☐ No ¿La empujas a ir más lejos de lo que ella realmente quiere en los momentos de intimidad física?
- ☐ Sí ☐ No ¿Piensas o le dices a los demás: «Voy a salir con ella, pero no me casaría con ella»?
- ☐ Sí ☐ No ¿Frecuentemente piensas en aventurarte en actos sexuales con mujeres?
- ☐ Sí ☐ No ¿Con una mujer, buscas estar a solas, más que pasar tiempo con ella en grupos mixtos?
- ☐ Sí ☐ No ¿Finges «estar de acuerdo» con tu novia solamente para evitar discusiones y peleas, y así aumentar la posibilidad de que ella consienta contacto íntimo?
- ☐ Sí ☐ No ¿Ves **pornografía**?
- ☐ Sí ☐ No ¿Provocas situaciones que incrementen la posibilidad de que ceda?
- ☐ Sí ☐ No ¿Romperías con ella si no quisiera ceder a tus deseos de usarla?
- ☐ Sí ☐ No ¿Le cuentas a tus amigos lo que hiciste o planeas hacer íntimamente con tu novia?
- ☐ Sí ☐ No ¿Bailas de tal manera con tu novia (o cualquier mujer) que le daría a su papá ganas de matarte?

Para mujeres

- ☐ Sí ☐ No ¿Has vivido actos de orden sexual que comprometen tu dignidad para hacer que un hombre se interese en ti?
- ☐ Sí ☐ No ¿Has cedido ante los deseos de un hombre por miedo al rechazo o para evitar discusiones o peleas?
- ☐ Sí ☐ No ¿Te vestes provocativamente para llamar la atención?
- ☐ Sí ☐ No ¿Hablas de temas sexuales con tus amigas de una manera vulgar?
- ☐ Sí ☐ No ¿Coqueteas con los hombres aun cuando no tienes intenciones de salir con ellos?
- ☐ Sí ☐ No ¿Alguna vez has coqueteado con un hombre cuando estabas saliendo con otro?
- ☐ Sí ☐ No ¿Coqueteas de una manera sexualmente provocativa?
- ☐ Sí ☐ No ¿Has sido infiel a tu novio?
- ☐ Sí ☐ No ¿Aceptas ser «amiga con derechos», *free* de alguien, sin ningún tipo de compromiso?
- ☐ Sí ☐ No ¿Caes en el juego de las bromas vulgares y degradantes para que no te etiqueten como puritana o mocha?
- ☐ Sí ☐ No ¿Entras en el juego de los chismes acerca de actos sexuales cometidos por otras personas?
- ☐ Sí ☐ No ¿Te precipitas para iniciar una relación con un hombre?
- ☐ Sí ☐ No ¿Siempre aceptas, cuando te invitan a salir?
- ☐ Sí ☐ No ¿Caes siempre en los mismos errores y conductas sexuales, relación tras relación?
- ☐ Sí ☐ No ¿Justificas las relaciones sexuales con alguien por sentírte «enamorada» o pensar que «ya estás lista»?
- ☐ Sí ☐ No ¿Ves pornografía? ¿Pláticas de lo que ves?
- ☐ Sí ☐ No ¿Lees revistas o libros que presentan el amor y la sexualidad de forma distorsionada?
- ☐ Sí ☐ No ¿Toleras que tu novio vea pornografía?
- ☐ Sí ☐ No ¿Mantienes una relación que no es sana por miedo a quedarte sola?
- ☐ Sí ☐ No ¿Bailas de una manera provocativa que invita a los hombres a verte con lujuria?

¿Cuántas de tus respuestas fueron respondidas honestamente con un «Sí»? A mayor número de respuestas afirmativas, tanto más claramente podrás reconocer con humildad que tu comportamiento es el de alguien que usa a los demás. La buena noticia es que, una vez que reconozcas esto, podrás pedir a Dios que te dé la fuerza y la capacidad para convertirte en alguien que ama de verdad, y comprometerte a ello.



MÁS A FONDO: La castidad nos hace libres para amar

«No puede comprenderse la castidad más que con relación a la virtud del amor (de la persona). Tiene ella la misión de liberar el amor de la actitud de placer.»⁹

Cuando escuchas la palabra *castidad*, ¿qué te viene a la mente? Probablemente, la palabra *no*. Un poco como esta típica conversación entre un estudiante y una profesora:

Estudiante: ¿Está bien que mi novia y yo...?

Profesora: NO.

Estudiante: Bueno, ¿y si nosotros solamente...?

Profesora: NO.

Estudiante: Bueno, pero, ¿qué pasa si realmente...?

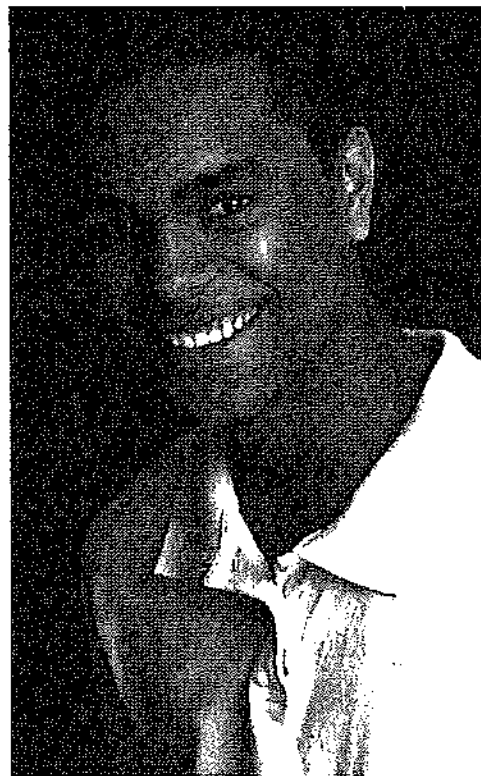
Profesora: NO. NO. NO. Simplemente, no lo hagas. Sean buenos, tómense de la mano, vayan a tomar un helado, luego jueguen juegos de mesa con la familia de ella, y regresa a tu casa antes de las siete. Si no, la vas a dejar embarazada, morirás por contagio de una ETS, e irás al infierno. Se acabó la clase. ¡Diviértanse el fin de semana!

Aunque no sería justo como retrato de una profesora de moral católica, sí es una representación bastante acertada de lo que muchísimos jóvenes entienden por castidad. Con la cantidad de ideas negativas que han asociado a la palabra, se entiende por qué el papa Juan Pablo II declaró que la palabra *castidad* necesita ser rehabilitada.

Si las personas conocieran el verdadero propósito y sentido de la castidad, se darían cuenta de que nada tiene que ver con miedo, represión o puritanismo. No es reprimir el deseo sexual. Antes bien, la castidad es un ejercicio de la voluntad, para elegir lo que es bueno. Es negarse a permitir que el deseo del placer sustituya el llamado al amor. El placer no es malo, pero cuando una persona persigue el gozo a costa del otro, deja de amar.

Es por esto que Juan Pablo II afirma que sólo se puede concebir la castidad en asociación con el amor. Cuando el amor está presente, el hombre y la mujer tienen el deseo sincero de hacer sólo lo que es bueno para el otro. Por esto, cuando hablamos de relaciones entre jóvenes, la castidad los libera del vicio de usarse como cosas, y así los vuelve capaces de vivir un amor verdadero.

Cuando la lujuria toma precedencia sobre el amor, dice Karol Wojtyła, «el goce viene a ser el objetivo, y todo lo demás –la persona, su cuerpo, su feminidad o masculinidad– no es más que un medio»¹⁰ para ello. En lugar de tratar de hacer lo que es bueno para la otra persona, ésta es vista sólo como medio para obtener el placer. El Papa describe estas acciones como los actos de una persona «egoísta», que «se concentra únicamente en el [propio] Yo y busca la manera de realizar el propio bien, sin preocuparse del de los otros»¹¹. Esa persona puede interesarse por el otro, sí, pero únicamente para obtener la gratificación sexual.



«La castidad consiste en [la afirmación del] valor de la persona y en realzar a su nivel toda reacción ante los valores del cuerpo y del sexo.»

«Tan pronto como lo ha obtenido [...] el interés desaparece, hasta el momento en que el deseo despierte de nuevo»¹².

El egoísta ve la castidad como un obstáculo. No le sirve para sus propósitos, porque amenaza su estilo de vida. La lujuria está dirigida a encontrar una válvula de escape del deseo desordenado; por eso, la castidad le resulta represiva. Fácilmente etiquetamos a *los demás* como egoístas, pero con frecuencia no estamos dispuestos a reconocer esas tendencias en nosotros mismos. En lugar de reconocer nuestra propia debilidad, inventamos justificaciones de nuestra conducta: «En realidad no estoy usando a mi novia (o novio). Realmente nos amamos, y los dos estamos de acuerdo en que estamos listos para hacerlo. No nos presionamos, y no es que nuestro noviazgo consista sólo en tener relaciones».

Pero esto no es hacer lo que es verdaderamente bueno para ambos. Quienes así razonan, pueden tener sentimientos genuinos, pero si se niegan a sacrificarse por el bien del otro, no dejan de ser dos personas que están de acuerdo en usar y dejarse usar. Esta manera de vivir un noviazgo es común pero no por ello deja de estar llena de errores. Confunde los deseos y reacciones sensuales con el amor. A partir de este malentendido, la castidad es vista como enemiga del amor. A los novios les da miedo vivir la castidad porque creen que «dejar de vivir desordenadamente la sexualidad» los va a separar, cuando en realidad, este amor sacrificado los une de una manera mucho más profunda. El gran engaño de hoy es hacerte creer que el sexo fuera del matrimonio une, al contrario: rompe, confunde, engaña, lastima y hiere tu capacidad para amar en plenitud.

Porque las exigencias de un amor auténtico constituyen un reto tan grande, todo hombre y mujer está tentado a abandonarlas e inventarse sus propias reglas cuando se trata del tema de las relaciones sexuales. Una manera de hacer esto consiste en menospreciar el valor y el sentido de la pureza y la castidad. Como explica Juan Pablo II, «para alcanzar o realizar un valor más elevado hemos de poner un mayor esfuerzo de nuestra voluntad. Por lo cual, para liberarse subjetivamente de ese esfuerzo, para convencerse de la inexistencia de ese valor, el hombre disminuye su importancia, le niega el respeto que a la virtud tiene derecho en realidad, llega incluso a ver en ella un mal, aunque la objetividad obliga a ver en ella un bien»¹³.

Muchas personas dicen que la castidad hace daño porque no quieren cambiar de vida. Pero el amor no es sólo conveniente y agradable. Si anhelamos encontrar el amor para el que fuimos creados, necesitamos estar dispuestos a poner a los demás antes que a nosotros mismos. Como un esposo dijo alguna vez: «Ganar esta batalla requiere fe en Cristo, dedicación, compromiso, honestidad con nosotros mismos y con los demás y la firme voluntad de hacer sacrificios renunciando a nuestros propios deseos egoístas. Pero el amor no tiene miedo a todo esto, porque eso es el amor»¹⁴.

Una vez que entendamos esto, seremos capaces de comprender por qué Juan Pablo II decía que «sólo un hombre y una mujer castos son capaces de experimentar un verdadero amor»¹⁵.

VÍVELO: La guía del «usuario» para dejar de serlo

«¿Y ahora qué?», puede que te preguntes. «Cuando hablamos de salir, o tener novio(a) ¿cómo debo vivir para amar de verdad?» Ésta es una buena pregunta. En la práctica, ¿cómo puedes proclamar al Amor con tu cuerpo, en una cultura que se burla de la castidad? ¿Cómo puedes dejar de «usar» al otro en una cultura acostumbrada a usarse? ¿Cómo puedes crear un ambiente que te ayude a vivir esto y te proteja de ser usado o de usar a los demás? ¿Qué puedes hacer para dejar de cometer los mismos errores en la lucha por la pureza?

Seis estrategias para amar bien

1. **Ofrece a Dios tus relaciones con los demás.** Dios es Amor. Si quieres que el amor sea el centro de tus amistades y noviazgo, entonces necesitas que Dios esté en el centro de tus amistades y noviazgo. Así que cada noche que sales con alguien, o vas a una fiesta, o te reúnes en un grupo mixto, ofrécesela a Dios desde un inicio. En lugar de excluirlo de tu vida, invítalo al centro de la relación, para que te guíe en todo y te enseñe a amar como nunca lo has imaginado.
2. **«Cristiano, concógete a ti mismo.»** Este antiguo consejo espiritual es esencial si quieres evitar tentaciones innecesarias. Significa comprender tus propios talentos y fortalezas, pero también tus debilidades y limitaciones. Por ejemplo: Un chico o una chica que han alcanzado la madurez en la pureza, deberían poder quedarse a solas y no hacer nada malo. No somos animales que no podamos controlarnos. Ahora bien, si sabes que estar a solas te pone en una situación de debilidad y tentación, no se queden a solas. Conocerse a sí mismos y ser disciplinados en esto, les ayudará mucho a vivir sin tener que lamentarse.
3. **Sé más sociable.** Salir en grupo puede no ser tan romántico, pero existen muchas razones por las que es recomendable. Primero, es una excelente manera de conocer a más personas. Si sales con varios amigos pueden ayudarse y cuidarse para tener una amistad mejor. Además, es importante la convivencia con los demás para no estar sólo pensando en tu relación.
4. **Mírale a la cara.** Una de las mejores maneras para ver a la persona *entera* del otro —en vez de «comértela» con los ojos, reduciéndola a una colección de partes corporales—, es formar el hábito de mirar su rostro. Sobre todo, los ojos. Son el «espejo del alma»: por eso, mirar a los ojos te llevará a ver el alma. Ensáyalo cuando alguien viene caminando hacia ti en un pasillo o en un centro comercial o donde sea: mira sólo sus ojos, ayúdate a ver a toda la persona a través de las lentes de la dignidad (si de verdad la miraste así, deberías ser capaz de describir fácilmente su cara). Y cuando sales con alguien, mirarle a los ojos es la manera más rápida de establecer el respeto a su dignidad y transmitir confianza. Por otra parte, vístete tú de tal manera que llames la atención de los demás a *tu* rostro y no a otra parte.
5. **Sé tú mismo.** Cuando salgas con la persona a la que quieres, habla de las cosas importantes de la vida. No hables de ti mismo como quieres *aparentar ser*; habla de ti mismo *como eres*. Trata de descubrir quién es la persona con quien sales y te relacionas. Hablen sobre lo que significa, para ti y para ella, la fe en Dios, lo que piensan de la vida, de la muerte, qué sueñan, cuáles son sus aspiraciones, cuáles han sido los momentos más difíciles o vergonzosos que han pasado... Esto te permitirá conocer el alma de este hijo o hija de Dios —que fue creada para mucho más que el sexo.
6. **Atrévete a rezar.** Pon en silencio tu corazón, ábrelo y no tengas miedo: solo no puedes. Rezar con frecuencia una oración como la que sigue te ayudará a vivir el regalo de tu sexualidad: «Señor Jesús, dame la pureza de corazón para ver la imagen de tu belleza en la belleza de esta persona, y ordena mi deseo sexual hacia el verdadero amor. Renuncio a mi tendencia a usarla para mi propio placer egoísta, y te ofrezco lo que me cueste para que la cuides y la bendigas siempre. Amén».¹⁶

Podemos quejarnos de que es difícil vivir una vida pura, pero la realidad es que tenemos la capacidad de controlar las situaciones más de lo que pensamos.



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Nombra dos libros o películas que te gusten que presenten el amor como darse y no como usarse. Anota brevemente por qué te gustan. Posteriormente, menciona otras dos películas o libros en donde se presente la confusión acerca del amor o situaciones en las que las personas usan a otros tratándolos como objetos en vez de como personas. Finalmente, sé creativo y ofrece una sugerencia a los escritores o directores de cada «historia de amor falso» de cómo ellos podrían, sin dejar de ser exitosos, presentar una historia que lleve a reconocer la verdad del amor.

Tarea 2: Acércate a tus abuelos o a alguna otra persona mayor que admires. Agradéceles por ser un buen ejemplo de lo que significa amar. Plátcales lo que has aprendido en este curso, o lee y comenta con ellos algún texto de Juan Pablo II. Pídeles que te compartan su secreto para construir un amor verdadero, para que puedas crear tu propia lista que se llame: «Los tres secretos para amar» o comparte con ellos tu cita favorita sobre el amor. Comparte la lista con el grupo.

Tarea 3: Piensa en una película que hayas visto que promueva el usar a otros y escribe de nuevo la escena más importante de la manera que tú piensas que Juan Pablo II lo hubiera hecho.

Tarea 4: Profundiza en el texto base que en este tema te presentamos, leyendo en *Amor y responsabilidad* (págs. 30-36) la crítica que hace Karol Wojtyła al utilitarismo, o lee la Audiencia del Papa de octubre de 1984 sobre la fuerza del amor entre un hombre y una mujer cuando comparten el amor de Dios. Escribe un resumen del que más te guste.



Proyecto 1: Sirve como Jesús lo haría. Sabemos lo difícil que es servir a otros. Algunos de los retos más grandes que tenemos es cuando se nos presenta la tarea de servir a otro exclusivamente en sus propios términos. Para este proyecto vas a elegir a la persona, o a las personas, que quieras servir y les vas a dar 2 o 3 horas de tu tiempo. Pregúntales qué quieren que hagas por ellos, y después sin importar qué te hayan pedido (siempre y cuando no sea inmoral o te ponga en peligro), hazlo. No importa la tarea y lo difícil que te parezca hacerlo, la clave es servir bajo sus condiciones, no las tuyas. Cuando termines, escribe tu experiencia. Reflexiona sobre lo que significa «donarte a otro» y «hacer la voluntad del otro» completamente bajo sus condiciones.



ORACIÓN FINAL

«San Andrés, por favor, reza conmigo para que yo, como tú, desee dejar en manos de Jesucristo mis pensamientos, mi cuerpo y mi alma, para así poder ser testigo de la verdad y el amor verdadero. **Amén.**»

Abstinencia. Acción de autodominio por la que se evita (o se abstiene de) algo. En este caso, abstinencia se refiere a no realizar el acto sexual.

Ágape. Término griego para el amor divino incondicional; la manera en que Dios nos ama.

Amor como atracción. Reconocer el bien de la otra persona; mirar la belleza interior y exterior del otro.

Amor como benevolencia. Querer (o desear) el bien para otra persona.

Amor como deseo. Querer el bien para ti mismo; desear bondad y felicidad.

Amor y responsabilidad. Libro de Karol Wojtyla (el futuro Juan Pablo II) que explica la importancia de vivir una vida que acepte la responsabilidad y por ello hace amar a los demás de una manera responsable.

Castidad. Virtud que dirige los deseos, emociones y atracciones sexuales hacia la dignidad de la persona y el verdadero significado del amor. Es parte de la virtud cardinal de la templanza. La castidad es decir «sí» a las exigencias del amor verdadero.

Donación total de uno mismo. Entrega total de uno mismo por el bien del otro.

Norma personalista. Principio que reconoce que la única actitud apropiada hacia la persona humana es el amor. Lo opuesto al amor es usar a la persona como medio para un fin.

Pornografía. Imágenes o relatos creados con la intención directa de excitar la lujuria en quien los ve o lee.

Represión sexual. Intento no saludable de ignorar o enterrar los deseos sexuales, en vez de abrazarlos y permitirle a Dios que ordene lo que está desordenado en ellos, por el bien de uno mismo y de los demás.

Templanza. Virtud que nos permite disfrutar equilibradamente, según el plan de Dios, los dones placenteros que Él nos da. Es una de las cuatro virtudes cardinales.

Utilitarismo. Filosofía que busca maximizar el placer y minimizar el dolor, frecuentemente a expensas de otros. Cuando se aplica a relaciones humanas, uno termina usando al otro para su propio beneficio. Si el único objetivo de la sexualidad es el placer, la otra persona se convierte en medio para dicho fin.

Virtud. Hábito firme de realizar lo bueno. En su sentido más profundo, no es sólo hacer lo bueno, sino desear y gozar con lo que es verdadero, bueno y hermoso.

Desnudos sin vergüenza



En el principio, Dios creó a Adán y Eva para ser puros y santos, destinándolos a vivir en un mundo perfecto. No tenían problemas como los que tenemos nosotros hoy en día, y sus relaciones eran plenas en amor puro, generosidad pura y pasión pura. Dios los bendijo con la fecundidad y les dio el enorme regalo de custodiar su Creación. Su unión, en la que estaban «desnudos sin vergüenza», fue el primer matrimonio. De hecho, no existía la vergüenza (pudor o pena) porque vivían un amor perfecto. No tenían necesidad de cubrir sus cuerpos porque no existía el temor de ser mirados como objeto para ser usado. Miraban en sus cuerpos desnudos el llamado a ser un don para el otro. Esta unidad, paz y perfección fueron destrozadas cuando le dieron la espalda a Dios al cometer el Pecado Original.

Empecemos con una historia: El obispo y la prostituta

Un día, en los inicios de la Iglesia cristiana, unos obispos estaban reunidos ante la catedral de Antioquía, cuando una hermosísima prostituta pasó por la calle. Los obispos miraron a otro lado para evitar ser seducidos por ella. El obispo Nono hizo lo contrario. La miró fijamente y le dijo a sus compañeros: «¿Acaso no os deleita la maravillosa belleza de esta mujer?». Pero ellos guardaron silencio. El obispo Nono insistió: «Sin duda me deleitó a mí», pero comenzó a llorar por ella. Cuando la prostituta vio cómo la miraba el obispo, quedó desconcertada. Ningún hombre la había mirado con tanta pureza. No la miraba con lujuria, antes bien, vio algo en ella que ni siquiera ella misma podía ver. La sencilla pureza de la mirada de aquel obispo marcó el inicio de su conversión a Cristo. Hoy conocemos a aquella prostituta como santa Pelagia de Antioquía.

Cómo un hombre mira a una mujer ejerce mucho poder, de la misma manera en que una mujer se viste para un hombre. Lo que tenía este obispo era algo que llamamos «pureza positiva». Él no temía caer en la lujuria por mirar el cuerpo de aquella mujer. Más bien, su cuerpo le revelaba su llamado a amarla correctamente. Vivió la máxima que muchos siglos después Juan Pablo II proclamaría: «Dios le ha asignado al hombre un deber, proteger la dignidad de toda mujer»¹.

¿Y qué ocurre con los obispos que desviaron la mirada? Podríamos decir que tenían «pureza negativa», porque lo que Dios quiere es transformar nuestros corazones para que no tengamos miedo de mirar con lujuria a cada persona atractiva que veamos. Ésta es la libertad que vivía el obispo Nono y que se nos ofrece a todos nosotros. Del mismo modo, Dios le dio la libertad y la Gracia a santa Pelagia para ayudarla a superar su tendencia a dejar que la usaran. No importa qué hayas hecho, o dónde hayas estado, ¡la pureza es posible! Todo es posible con la ayuda de Dios.

Repaso del capítulo 2

1. ¿Qué es la castidad?
2. ¿Cómo definió el amor Juan Pablo II?
3. ¿Qué es la norma personalista?
4. ¿Qué es la lujuria?
5. ¿Cómo se llama la filosofía egoísta de usar a los demás para el propio bien?

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿De qué manera la forma de vestir de una mujer afecta la forma en que un hombre la mira?
2. ¿Crees que es posible ser capaz de mirar a una mujer de la manera en que el obispo Nono miró a la prostituta?
3. ¿Por qué crees que el obispo lloró?
4. Teniendo en cuenta la manera en que los hombres suelen mirar a las prostitutas, ¿cómo crees que se sintió la prostituta de la historia cuando Nono la miró?



ACORTANDO LA BRECHA

A medida que nos adentramos en el libro del Génesis, puede que pienses: «Ya me sé la historia. Si Adán y Eva no lo hubieran echado todo a perder, ahora no tendríamos ningún problema». O quizá te dé igual, porque piensas que al fin y al cabo Adán y Eva no tienen ninguna relación con tu vida. Aunque hayas oído hablar del Pecado Original, que fue la primera ofensa humana contra Dios, puede que no sepas mucho de la vida de Adán y Eva «antes de la Caída», es decir, antes de que desobedecieran a Dios. Podemos aprender mucho de toda su historia, particularmente de sus experiencias anteriores al primer pecado, a las que Juan Pablo II se refiere con el término **hombre originario**.

El Pecado Original de Adán y Eva sumergió a la humanidad en un mundo nuevo lleno de egoísmo, sufrimiento, vergüenza, lujuria y muerte. Ésta es la razón por la que a los obispos les costaba mirar a la prostituta con dignidad. En el principio, no existía esa lucha. En este capítulo, nos fijamos en nuestros primeros padres para conocer mejor cómo es el amor perfecto, y cómo la humanidad emprendió el camino de la paz al dolor, del amor a la lujuria. Si entendemos la belleza del plan original de Dios y la cruda realidad del Pecado Original, podremos apreciar los extraordinarios beneficios de seguir el plan de Dios para nuestra vida, y no nuestro plan.

AL CORAZÓN DEL ASUNTO

En el primer capítulo examinamos cómo Dios nos creó, y cómo declaró que la humanidad, y por tanto nuestros cuerpos, era buena (Génesis 1, 31). En el **segundo relato de la Creación**, Dios crea al hombre dándole dominio de todo lo creado. Juan Pablo II describió el primer encuentro de Adán con los animales como una experiencia de **soledad originaria**.

Fue en este momento cuando Adán se dio cuenta de que estaba solo, sin compañía adecuada. Se dio cuenta de que era completamente distinto a los animales. No solamente estaba el hombre solo sin la mujer, sino que también se encontraba solo en el mundo visible como persona. La dimensión espiritual de la naturaleza de Adán lo separaba de todas las demás criaturas. Su **cuerpo espiritualizado** era único en el mundo visible. Adán anhelaba a alguien que le diera compañía.

Desnudos sin vergüenza

Dios sabía que no era bueno que Adán estuviera solo, así que creó a Eva. Hasta este punto, todo era pureza y orden, incluso el corazón del hombre. El deseo sexual de Adán era totalmente puro. Así, cuando vio a Eva por primera vez, no hubo confusión alguna entre el amor y la lujuria. Cuando vio su cuerpo, no deseaba usarla. Vio y experimentó el llamado a amarla. Esto puede ser difícil de imaginar porque la mayoría de nosotros hemos crecido con la idea de que la sexualidad es mala o sucia. Pero cuando Dios nos diseñó, el deseo sexual era



«Para el científico que ha basado toda su vida en la fe en el poder de la razón, la historia termina en pesadilla. Ha escalado la montaña de la ignorancia, está a punto de conquistar la cumbre más alta; y he aquí que, al superar la última roca, le dan la bienvenida toda una banda de teólogos que han estado sentados allí desde hace siglos.»

— Robert Jastrow, Dios y los astrónomos

el deseo de amar a imagen de Dios. En otras palabras, el deseo sexual era el puro deseo de darse al otro. El deseo sexual era la expresión de la persona que deseaba ser un don de sí mismo al otro. En el principio, la **desnudez originaria** de Adán y Eva era un estado de paz porque no era difícil amar. Era natural para Adán y Eva estar desnudos y amarse, en lugar de ser presas de la lujuria. Según Juan Pablo II, su desnudez, combinada con la **inocencia originaria**, les permitía estar **desnudos sin vergüenza** (Gn 2,25).

«Jesús vino a restaurar
la Creación en la pureza
de sus orígenes.»
(CIC 2336)

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es el Pecado Original y cómo afectó a toda la humanidad?
2. ¿Por qué crees que el Pecado Original ha tenido un impacto tan grande en lo que se refiere a la sexualidad?
3. ¿A quién se refiere Juan Pablo II cuando habla del *hombre originario*?
4. ¿Qué es la *soledad originaria*?
5. ¿Qué es la *desnudez originaria*?
6. ¿Por qué crees que la vergüenza se asocia tanto al cuerpo hoy en día?

Adán proclamó: «¡Ésta sí que es hueso de mis huesos y carne de mi carne!» (Gn 2, 23), porque Eva era una persona a la que podía amar y con la que podía vivir en comunión. Adán y Eva eran inocentes y confiaban el uno en el otro, y en su amor incondicional. Ésta es la diferencia entre «estar desnudos sin vergüenza» y «ser **desvergonzado**». Mientras que «desnudos sin vergüenza» se refiere a la desnudez que existe en el contexto de la inocencia, pureza de corazón y libertad, «ser desvergonzado», en la sociedad actual, se refiere a hacer alarde del cuerpo sin inhibición o conciencia; es lo que queda cuando el sexo pierde su carácter sagrado y su misterio. Cuando actuamos desvergonzadamente, el sexo deja de ser un maravilloso don que debe ser atesorado para convertirse en una actividad recreativa.

«La vergüenza es una
manifestación de la tendencia
[exclusivamente característica
de la persona humana] a encubrir
los valores sexuales para que éstos
no oculten el valor de la persona.»
— Karol Wojtyła. Amor y
responsabilidad

El significado esponsalicio del cuerpo

Por la pureza de sus corazones, los cuerpos desnudos de Adán y Eva revelaban el llamado a ser un don mutuo de sí mismos. Esto es a lo que Juan Pablo II llama el **significado esponsalicio del cuerpo**. En el diseño físico de sus cuerpos, Adán y Eva vieron que éstos estaban hechos el uno para el otro; ellos sabían que fueron creados para una comunión que es sagrada. Dios los creó para ser don el uno para el otro, entregándose a sí mismos, Adán y Eva eran capaces de ser reflejo de Dios, imagen de Dios. Deseaban unirse corporalmente, de una manera en la que no sólo unían sus cuerpos, sino también sus personas. Es lo que Juan Pablo II llamaba **unidad originaria**.

En la unidad originaria se comprendía la completa integración del alma y el cuerpo. Adán y Eva, nuestros primeros padres, experimentaron una profunda unidad de voluntad y deseo. Sus cuerpos respondían en perfecta armonía con su voluntad; de este modo se amaban de manera correcta y sencilla. Su deseo sexual provenía de un amor auténtico. Después, el Pecado Original nos sumergiría en un estado de conflicto y desintegración. Nunca más nuestros cuerpos responderían en completo orden y armonía con nuestra voluntad.

El segundo capítulo del libro del Génesis concluye con una enseñanza medular acerca del origen del matrimonio: «Por eso deja el hombre a su padre y a su madre y se une a su mujer, y se hacen una sola carne» (Gn 2,24). Es sólo aquí, sin embargo –después de que el matrimonio aparezca en la escena–, que el Génesis nos dice: «Estaban ambos desnudos, el hombre y su mujer, pero no se avergonzaban el uno del otro» (Gn 2,25).

Es esta participación sin vergüenza en el Sacramento del Matrimonio –instituido por Dios– lo que aportó a Adán y Eva no sólo la unidad, sino también la **felicidad originaria**.

La felicidad de Adán y Eva venía de vivir y amar en el matrimonio como Dios ama: con un amor libre, total, fiel y fecundo. Estos cuatro calificativos del amor de Dios pueden ser brevemente descritos así:

- **Libre:** Dios nos da su amor libremente.
- **Total:** El amor de Dios es completo; se nos da todo entero, sin reservas.
- **Fiel:** El amor de Dios nunca nos abandona y nunca deja de amarnos.
- **Fecundo:** El amor de Dios nos da la vida. Jesús murió por nosotros para que nosotros tengamos vida.

En el capítulo 7 hablaremos en profundidad de estos cuatro conceptos pero, por ahora, recuerda que el amor que Dios te tiene es perfecto y lo abarca todo.

«Al no encontrar en sí misma una sensualidad tan fuerte como la del hombre, siente menos la necesidad de esconder su cuerpo, objeto posible de placer. Un conocimiento del psiquismo masculino es, por consiguiente, necesario para la formación del pudor en la mujer.»

– Karol Wojtyła. *Amor y responsabilidad*

«Sólo el amor verdadero es capaz de absorber la vergüenza. El amor verdadero es un amor en que los valores sexuales están subordinados al valor de la persona.»

– Karol Wojtyła. *Amor y responsabilidad*

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Por qué Adán se sentía solo en el principio?
2. ¿Era parte del plan original de Dios que Adán y Eva fueran infelices?
3. ¿Cómo era el deseo sexual que Adán experimentaba en el principio?
4. ¿Qué es el *significado esponsalicio del cuerpo*?
5. ¿Cuál es la diferencia entre estar *desnudos sin vergüenza* y ser *desvergonzado*? Menciona un ejemplo actual de cada uno.

Familia de amor

Después de que Dios creó al hombre y a la mujer a su imagen y semejanza (Gn 1,27), les dio su primer Mandamiento: «Sean fecundos y multiplíquense» (Gn 1,28). Así, Dios quiso que Adán y Eva gozaran el abrazo esponsalicio (relación sexual en el matrimonio), que Él les había dado como un don maravilloso para compartir el uno con el otro. A través de su unión, ellos experimentaron el verdadero significado de sus vidas y entendieron que, de su amor, una nueva vida nacía. Esta nueva vida es un reflejo tenue del amor que procede del Padre y el Hijo, que es el Espíritu Santo. Recuerda, la Trinidad es una comunión de personas, una familia de amor. Así, también, una familia terrena está llamada a ser comunión de amor.

Si fuimos creados para vivir la grandeza del amor en paz y ser felices, entonces, ¿por qué hay tanta gente que está tan confundida acerca de la sexualidad, el cuerpo y sus hermosos propósitos? ¿Por qué muchos matrimonios no forman familias amorosas? La verdad es que la confusión y el dolor no son nada nuevo. De hecho, todo comenzó –y es el fruto negativo– de la «mentira originaria».

La gran mentira

Leemos en el Génesis que la serpiente incita a Adán y a Eva a poner en tela de juicio las motivaciones y la generosidad de Dios. La serpiente engañó a Eva haciéndole pensar que le faltaba algo, que Dios no era un Padre amoroso y fiable. Ella se dejó engañar, lo mismo que Adán, quien no hizo nada para protegerla ni defenderla. Ambos comerían del fruto del árbol del conocimiento del bien y del mal, desafiando directamente el Mandamiento de un Dios que es Amor.

Satanás quería que ellos creyeran que Dios les estaba ocultando algo y que realmente no quería que fueran felices. En otras palabras, él convenció a Adán y a Eva de que si Dios se salía con la suya, sus vidas serían miserables. Seguir sus reglas les provocaría tristeza, no alegría. La esencia del pecado de Adán y Eva es la carencia de confianza en Dios. Querían decidir por sí mismos lo que estaba bien o mal. Ellos eligieron servirse de su propia voluntad por encima de la voluntad de Dios.

La mentira original sigue vigente hoy en día. ¿Cuántas veces dudamos de la bondad de Dios y sentimos la necesidad de romper con Él y alejarnos para satisfacer nuestros deseos? ¿Cuántas veces queremos decidir por nuestra cuenta lo que es bueno en lugar de confiar en Dios y seguir sus caminos? Queremos tomar posesión de lo que nos parece que es amor, para descubrir después que es una falsificación. Quedamos heridos lamentándonos e incluso llegamos a dudar que el amor sea posible.

Después de que Adán y Eva pecaron por **orgullo** y desobediencia, se produjo una ruptura entre cuerpo y alma. En ese momento, Adán y Eva se dieron cuenta de que estaban desnudos, y que su estado de inocencia original estaba destrozado. El miedo y la lujuria entraron en escena.



Aunque a muchas personas les gustaría pensar que el Pecado Original es simplemente una anticuada idea religiosa, sus efectos son difíciles de disputar. Desde ese momento, la humanidad queda embarcada en la era a la que Juan Pablo II denomina *hombre histórico*, en la que nos encontramos hoy. De alguna manera, el primer hombre y la primera mujer representan a toda la humanidad, y nuestra tendencia a pecar. Todos sufrimos de la oscuridad en nuestro intelecto, la debilidad en la voluntad y los desórdenes en los apetitos como resultado del Pecado Original. Todos somos propensos al egoísmo, la ira, la **soberbia**, la envidia, la impaciencia y un montón de otros defectos. Pero, gracias a Dios, hay esperanza, y su nombre es Jesús.

notas

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cuál fue el pecado de Adán y Eva?
2. ¿A imagen y semejanza de quién fueron creados Adán y Eva?
3. ¿De dónde viene el impulso de no creer a las personas que saben más que nosotros?
4. ¿Qué nos hace querer obedecernos a nosotros mismos, en lugar de a los que han sido designados para dirigirnos?

➤ ➤ MÁS A FONDO: ¿Desnudos sin vergüenza?

«Sólo la desnudez que convierte a la mujer en un objeto para el hombre, o viceversa, es fuente de vergüenza. El hecho de que ellos no sentían vergüenza significa que la mujer no era un "objeto" para el hombre, ni él para ella» (Juan Pablo II, 20 de febrero de 1980).

Imagínate visitar un gran zoológico y ver centenares de animales escondidos detrás de los árboles o las piedras porque finalmente se dieron cuenta que estaban desnudos.

Lo absurdo de esta idea nos puede hacer pensar: ¿por qué las personas son las únicas criaturas en la Tierra que experimentan vergüenza? Alguien podría argumentar que es a causa de reglas religiosas puritanas. Otros dirán que es porque nos les gustan sus cuerpos, temiendo que no sean atractivos. Estas dos teorías tienen cierto mérito. Después de todo, algunas personas han sido desorientadas en nombre de la religión llegando a creer que el cuerpo es malo y que, por tanto, debe ser cubierto. Otros cubren su cuerpo por inseguridad.

Pero estas respuestas no explican por qué gente de todas las culturas en el planeta, incluyendo las no cristianas, experimentan vergüenza de una forma u otra. Tampoco explican por qué ninguna modelo desfilaba en bikini en la pasarela

cuando fue inventada en Francia en 1946. De hecho, el diseñador que inventó el bikini² tuvo que contratar a una *stripper* para hacer la primera presentación de la prenda. Teniendo en cuenta que las otras modelos no tenían razón alguna para sentirse inseguras acerca de sus cuerpos, ¿qué les provocaba ese sentimiento de vergüenza?

Para poder entender la verdadera causa de la vergüenza, tenemos que volver al principio. Como hemos comentado, Adán y Eva fueron creados por Dios como algo muy bueno, en su desnudez. Es por esta razón que Miguel Ángel pintó figuras desnudas en el techo de la Capilla Sixtina. Años después, quizá con cierto puritanismo, se comisionó a algunos pintores para que cubrieran los desnudos de Miguel Ángel con lienzos de tela. Estas alteraciones de la pintura original permanecieron por siglos hasta que Juan Pablo II ordenó que la mayoría de ellas fueran retiradas. Él sabía que las pinturas no fueron hechas para provocar lujuria, sino para revelar la gloria de la Creación. De hecho, él definía la pureza como: «gloria del cuerpo humano ante Dios»³. Como siempre ha enseñado la Iglesia, el cuerpo humano es considerado algo muy bueno.

Por desgracia, muchas personas detestan sus propios cuerpos. Los desórdenes alimenticios, la automutilación, e incluso los esteroides frecuentemente son síntomas de una falta de aceptación de uno mismo. Es porque vivimos bombardeados por una cultura que espera que todo hombre tenga «abdomen de lavadero» y que toda mujer sea «talla cero», que la mayoría de nosotros nos sentimos inadecuados. Debemos entender, sin embargo, que el orgullo, que manifestamos al compararnos con los demás, es la raíz del sentimiento de inferioridad. En lugar de tratar de satisfacer las expectativas del mundo, date cuenta que Dios no hace basura. Si te parece absurdo pensar que tu cuerpo es muy bueno, es sólo porque no has visto aún lo que Dios ve en ti. Dios sabe que tu cuerpo no es «perfecto» según los estándares del mundo, pero no pasa nada porque Él sabe que el mundo está confundido. Tú no eres el problema; ya es hora de que empieces a ver la bondad y grandeza de tu cuerpo.

En el principio, Adán y Eva no tenían ninguna dificultad para ver la bondad de sus cuerpos. Como sus corazones eran puros, eran capaces de mirar en el cuerpo del otro el llamado al amor de donación. Otro término para esto es «integridad». Ellos experimentaban la perfecta unión entre cuerpo y alma, que les permitía vivir en la verdad y la bondad en sus pensamientos y acciones. Por la pureza de sus corazones, ellos eran capaces de mirar su desnudez sin ningún miedo de ser usados por el otro.

Sin embargo, con el Pecado Original llegó la vergüenza. Con la Caída del hombre entró la debilidad de la lujuria. Y, una vez que la lujuria se hizo presente, se necesitaba un mecanismo de defensa. La vergüenza sería el medio de defenderse de ser mirado como un objeto. Adán y Eva ya no eran capaces de verse como Dios los veía, el amor de donación que vivían de una manera tan natural se había corrompido por fuertes tendencias al egoísmo y la lujuria.

Algunas personas buscan perder la vergüenza convirtiéndose en desvergonzados. En otras palabras, aprenden a no sentir ningún remordimiento por su deseo



de usar a otra persona, o ser usados por otro. No se esfuerzan por superar el deseo egoísta con amor de donación, amor verdadero. Esto normalmente sucede porque han adormecido sus conciencias. Por ejemplo, la *stripper* que se puso el primer bikini en aquel desfile de 1946 no quiso ponérselo simplemente porque se «sentía cómoda con su cuerpo», sino porque había perdido el sentido de la vergüenza. Perdió el entendimiento de que los valores sexuales en su cuerpo distraerían a los hombres lujuriosos de su dignidad como persona. Por el contrario, las modelos que se negaron a ponerse el bikini sintieron el reflejo natural de ocultar el valor meramente sexual de sus cuerpos; de alguna manera ellas intuían su dignidad como mujeres, y se sentían llamadas a evitar lo que era vergonzoso.

¿Qué significa esto para ti?

Cuando llega el momento para un esposo y una esposa de revelar sus cuerpos desnudos con toda su riqueza femenina y masculina, ¿cómo pueden estar desnudos sin vergüenza? Juan Pablo II nos dice que sólo el amor verdadero es capaz de absorber la vergüenza. Quiere decir que «la vergüenza es absorbida por el amor, de manera que el hombre y la mujer dejan de sentirla en sus relaciones sexuales»⁴. Y continuaba: «Las relaciones sexuales de los esposos no son simplemente una forma de impudor que se hace legal gracias al acto del matrimonio»⁵. Al contrario, cuando los esposos entienden el valor del otro como persona, están a salvo. No debe haber vergüenza alguna porque están viviendo la donación total de sí mismos en un amor que da vida. A fin de cuentas, ¿qué puede haber de vergonzoso en amar como Dios ama? Además no debe haber lugar para la vergüenza porque tampoco debe haber lugar para el egoísmo. El simple hecho de casarte no garantiza que la unión sexual será un verdadero acto de amor desinteresado, pero es requisito absolutamente esencial para que eso sea posible.

Gracias a la Redención que Cristo nos ofrece, nuestros corazones pueden ser sanados, renovados. Porque la muerte de Cristo en la cruz nos mereció la Gracia no sólo para ser salvados, sino también para transformar nuestras inclinaciones caídas, los esposos pueden experimentar de nuevo algo de esa desnudez originaria sin vergüenza, pueden experimentar el amor verdadero, el amor seguro, el amor de total donación que todos estamos buscando.

VÍVELO: Ganando la batalla espiritual

«Realmente, mi proceder no lo comprendo; pues no hago lo que quiero, sino que hago lo que aborrezco [...] En realidad, ya no soy yo quien obra, sino el pecado que habita en mí [...] Descubro, pues, esta ley: aun queriendo hacer el bien, es el mal el que se me presenta.» (Rm 7,15.17.21)

¿Te puedes identificar con lo que dice san Pablo? Sabías

que era lo que debías hacer, pero no pudiste lograr tu objetivo. A los once años, tu papá te decía que dejaras de molestar a tu hermana, pero no podías resistir hacerlo. Estás convencido que ver pornografía te hace daño, pero lo vuelves a hacer. Tú y tu pareja saben que han llegado demasiado lejos, pero no pueden «parar» cuando están solos. Esto resume un poco la experiencia de ser católicos:

sabemos que debemos vivir de una cierta manera, pero nuestro corazón, nuestra mente y nuestro cuerpo pelean constantemente contra «la ley».

Puede que ahora estés pensando: «Esto suena muy bien, pero no es *real*, es demasiado difícil vivirlo». No serás ni el primero ni el último en pensar de esa manera.

Tratar de vivir la castidad o dominar la tentación de orden sexual tal vez te haga sentir como un personaje de caricatura. Mientras un ángel sobre tu hombro derecho te anima: «Sé bueno, sé firme, elige el bien», sobre el izquierdo, un demonio te dice: «Hazlo, no pasa nada, todos lo hacen». Cuando se trata de vivir una vida ordenada y santa, puedes sentir como si se librara una batalla campal en tu alma entre el bien y el mal, o entre tu cuerpo y tu alma. Ésa es la guerra espiritual entre «la carne y el espíritu» de la que habla san Pablo en la Carta a los Romanos, ésa es otra consecuencia del Pecado Original. Se llama *concupiscencia* y es la inclinación al pecado. Nubla nuestro juicio y distorsiona nuestro pensamiento.

Aquí tienes tres cosas que puedes intentar cuando sientas el jalón hacia el lodazal en esta guerra espiritual en que estamos luchando todos:

1. El hierro con hierro se afila. Desde niño habrás escuchado que los amigos que eliges condicionan muchas cosas en tu vida. Bien, la mayoría de las veces es verdad. La Biblia dice que contar con un buen amigo nos puede ayudar a estar atentos –mantenernos alerta y en guardia– cuando se trata de crecer en la fe. «El hierro con hierro se aguza, y el hombre con su prójimo se afina» (Prov 27,17). Si te sientes tentado a hacer o ver algo impuro, un amigo con quien puedas contar te puede ayudar a evitar una decisión equivocada. Cuando te ataca una tentación fuerte y te sientes débil, háblale a tu amigo o amiga y pídele que rece por ti. Aunque estas ideas te suenen un poco exageradas, pregúntate si tu pureza lo vale. Dios te diría: «Sí, vale todo esto y más».

2. Recuerda la promesa de Dios. Ten siempre presente la siguiente cita: «No han sufrido tentación superior a la medida humana. Y fiel es Dios que no permitirá que sean tentados sobre sus fuerzas. Antes bien, con la tentación les dará modo de poderla resistir con éxito»

(1 Cor 10,13). ¡Esto sí que son buenas noticias! Dios ha prometido darnos la Gracia necesaria en cualquier momento para sacarnos de cualquier tentación. Pues: «Donde abundó el pecado, sobreabundó la Gracia» (Rom 5,20). Confía en la promesa de Dios, Él jamás te abandonará. Él te ama siempre, porque eres su hijo.

3. Canta muy fuerte o guarda silencio. Rompe tus esquemas, haz algo diferente para resolver la situación. Puedes pensar que es de «locos» cantarle a Dios, pero pruébalo, cántale a Dios... verás que bueno es. Y si no quieres sólo cantar... búscalo, encuéntrate con Él. San Agustín decía que cantarle a Dios es rezar dos veces. Canta en Misa si normalmente no lo haces. Y si lo haces, canta más fuerte. Si no estás listo para hacerlo... reza en silencio. Si crees que no estás listo para encontrarte con Dios, guarda silencio (apaga el ruido que te rodea, la tele, la computadora, el iPod o tu celular), aprende poco a poco a estar contigo mismo, en silencio, espera y sigue intentándolo... te vas a sorprender. Haz una visita a la capilla que más te guste, encuentra ahí un lugar especial para ti, en silencio, descubre poco a poco el enorme amor de Dios. Él te escucha, te abraza, te consuela, te perdona, te anima... ¡te ama! Hacerlo es especialmente poderoso si el Santísimo está expuesto. Siéntate un rato en silencio y sólo déjate querer, estás en su presencia. En silencio serénate y deja que Dios le hable a tu corazón. Adóralo «intensamente» en tu silencio interior. Atrévete a hacerlo, porque cuando unes el movimiento de tu alma (la oración) con la presencia (postura de oración) de tu cuerpo, empiezas poco a poco a sanar la ruptura, esa separación del cuerpo y del alma que mencionamos antes.

Es indudable que la vida es una guerra y tenemos que estar siempre al pie del cañón. Eso no quiere decir que sea una guerra perdida. No tienes por qué caer en el lodazal. Cada vez que te resistes a la tentación, acercándote a Dios y alejándote del egoísmo, creces en fortaleza y en santidad.

Recuerda, el demonio no te tiene miedo, pero le aterroriza la presencia de Cristo en ti. La única manera que tienes de ganar esta guerra espiritual –la lucha entre el bien y el mal– es dejándote abrazar por el amor de Dios, confiando en Él y no en tus propias fuerzas.



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Reflexiona sobre la experiencia de soledad originaria de Adán y compárala con el momento de mayor soledad que hayas vivido. Escribe las similitudes y las diferencias entre tu propia soledad y la soledad originaria de Adán.

Tarea 2: Escríbele una carta de mínimo una cuartilla a alguien (figura pública o conocido tuyo) que se vista desvergonzadamente. En tu carta explícale la diferencia entre estar «desnudo sin vergüenza» y ser «desvergonzado». Explícale por qué «estar desnudo sin vergüenza», en su contexto más amplio, sólo puede ser vivido en el matrimonio. No te burles o condenes a la persona. Escribe la carta con mucha caridad y respeto. Ayúdale a descubrir la grandeza de vivir y vestirse castamente. (Nota: Mejor aún, si quieres enviarla a una persona real, sea un conocido o un famoso, prepara muy bien tu carta, pide ayuda si lo crees necesario. Hazla llegar al interesado.)

Tarea 3: Escribe una historia o poema al estilo «Regreso al futuro». Imagina que tú y otra persona son Adán y Eva y viven en el jardín del Edén. Imagínate que cuentas con toda la información sobre la tentación del demonio (la serpiente), la Caída, y todas las consecuencias del Pecado Original. La cuestión es que sabes lo que va a suceder, pero tu esposo o esposa, no. Sólo cuentas con una semana antes de que suceda la tentación y la Caída. Tienes una misión: ¡Evitar la Caída! Escribe una historia creativa, llena de pureza y humor a tu esposo o esposa que comprometa tu amor y simultáneamente intente evitar la Caída.

Tarea 4: Utiliza lo que has aprendido en estos tres primeros capítulos (especialmente los conceptos de Creación, amor, lujuria, orgullo, inocencia y libertad) para analizar la poesía bíblica que se encuentra en el Cantar de los Cantares. ¿Cuál es el tema de la historia? ¿Existe alguna vergüenza en amarse como los protagonistas de la historia lo hacen? ¿Existe alguna similitud con las personas que actualmente obran desvergonzadamente en lo sexual? ¿De qué manera? Escribe un ensayo de tu análisis.

Tarea 5: Escribe una canción, poema, o rap, que de una manera creativa y divertida enseñe a la cultura popular acerca del «significado esponsalicio del cuerpo». Sé muy creativo. Asegúrate de incluir palabras tales como: *puro*, *Cielo*, *signo*, *entrega*. Cuantos más términos (como: desnudos sin vergüenza, unidad originaria, etc.) utilices creativamente, mejor.

Tarea 6: Lee los textos del Génesis 2,24 con Efesios 5,31 (así como el resto del capítulo 5) y analiza cómo la idea de matrimonio de san Pablo le da cuerpo a las ideas del Génesis. Escribe un ensayo que detalle tus hallazgos.



ORACIÓN FINAL

«San Francisco y santa Clara de Asís, por favor recen conmigo, para que yo como ustedes dos, desee dejar atrás todos los deseos desordenados que me presenta el mundo que puedan apartarme de Dios. **Amén.**»

Cuerpo espiritualizado. El cuerpo humano no sólo vive en el alma y por el alma, sino que es también un lugar de morada del Espíritu Santo, por la Gracia de la Redención.

Desnudez originaria. La primera experiencia de Adán y Eva cuando estaban desnudos sin vergüenza. Antes del Pecado Original, la lujuria ni siquiera existía y todos los deseos sexuales eran puros.

Desnudos sin vergüenza. La desnudez que existe en la inocencia, la pureza y la libertad, alejada de la lujuria. Esto es lo que Adán y Eva vivían antes del Pecado Original.

Desvergonzado (sin vergüenza). En la sociedad actual, este término se refiere a exhibir descaradamente el cuerpo sin inhibiciones ni conciencia. Actuar sin vergüenza, desvergonzadamente, refleja un conocimiento falso de lo que es la verdadera libertad sexual.

Felicidad originaria. La felicidad que se vivía en el perfecto don del amor, que fue iniciada por Dios, recibida en el amor y compartida en el amor.

Hombre histórico. El periodo que comienza con el Pecado Original y termina con la Segunda Venida de Cristo. El hombre histórico es a la vez caído y redimido en Cristo.

Hombre originario. La era de la humanidad de las «experiencias originarias» antes de la Caída, hasta el Pecado Original de Adán y Eva.

Inocencia originaria. El estado de Adán y Eva anterior al conocimiento del pecado, cuando sus mentes, corazones y cuerpos eran perfectamente inocentes.

Significado esponsalicio (nupcial) del cuerpo. El significado matrimonial del cuerpo. «...La capacidad del cuerpo de expresar amor, precisamente ese amor en el que la persona se convierte en don de sí mismo al otro... y le da plenitud a todo el significado de su ser y su existencia» (Catequesis de Juan Pablo II del 16 de enero de 1980).

Soberbia. El Pecado Original que provocó que Adán y Eva se prefirieran a sí mismos antes que a Dios. Ésta es la raíz de todo el mal moral en el mundo.

Soledad originaria. El estado originario en el que Adán descubrió que estaba solo. No tenía verdadera compañía; también se refiere a la experiencia humana de estar solo en el mundo como persona en cuanto fundamentalmente distinto de los animales.

Unidad originaria. La experiencia primera de perfecta unidad entre el hombre y la mujer viviendo en perfecta comunión entregándose el uno al otro a través del don mutuo de sus cuerpos.

Esperanza y Redención en Cristo



Por la Caída, nuestros primeros padres (Adán y Eva; hombre originario) se eligieron a sí mismos antes que a Dios, e inauguraron la época que hemos llamado del hombre histórico, el período de la historia de la humanidad entre la Caída y el final de los tiempos. En lugar de la paz y felicidad perfectas del Paraíso, nuestro mundo está lleno de dolor y sufrimiento. Mientras que el plan del demonio es mentir, destruir, dividir y desordenar; el plan de Dios es amar y restaurar el orden. Él realizó esto por medio de su Hijo único, Jesús, el camino, la verdad y la vida, al que envió a **redimir** al mundo de la destrucción y muerte que provocó el Pecado Original. Así como Jesús resucitó de entre los muertos, Dios puede y quiere darles vida nueva a las personas, matrimonios y familias que parecen estar espiritualmente muertas.

En Jesucristo, Dios nos ofrece una esperanza y **Redención** que a menudo nos parecen imposibles. En Él, la marea del pecado puede ser revertida y derrotada. Contrariamente a lo que la sociedad nos dice, la vida con Cristo es plena y libre. El pecado y el engaño te prometen el universo, pero sólo traen muerte, en cambio Dios nos enseña el camino hacia la paz y la felicidad verdaderas. Dios también quiere que estemos con Él en el Cielo. Jesús es la invitación y el boleto para llegar. De hecho, por su sacrificio, Él se entregó por cada uno de nosotros totalmente, para que podamos estar juntos en el Cielo, viviendo en un asombroso matrimonio de amor perfecto entre Cristo y su Iglesia. Ésta es la vida del **hombre escatológico** y el propósito para el cual fuimos creados.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: La habitación

En ese momento en el que estás medio despierto y medio soñando, me encontré en «la habitación». No había nada que pudiera identificar, excepto una pared cubierta con pequeños archiveros. Eran como los que se usan en las bibliotecas para ordenar los libros por autor o tema, en orden alfabético. Pero estos archiveros, que cubrían la pared desde el piso hasta el techo, y hacia el infinito en cualquier dirección, tenían títulos muy inusuales.

A medida que me acercaba a la pared, el primer título que llamó mi atención fue: «Las chicas que me han gustado». Lo abrí y comencé a revisar los nombres que estaban escritos. Lo cerré inmediatamente, al darme cuenta de que los reconocía todos.

Entonces, sin que nadie me dijera nada, supe exactamente dónde estaba. Este cuarto sin vida con sus pequeños archiveros era un crudo sistema de catalogación de mi propia vida. Estaban descritos cada uno de mis actos, pequeños y grandes, detallados a un nivel que mi memoria no podía igualar.

Experimenté un sentimiento de curiosidad y asombro, acompañado de horror, conforme iba abriendo y explorando el contenido de los archiveros. Algunos me hicieron recordar momentos alegres, divertidos y maravillosos; otros, una sensación de vergüenza y remordimiento tan intenso que me hacía girarme constantemente a ver si alguien me estaba mirando. Una tarjeta con el título «Amigos» estaba junto a otra que marcaba «Amigos que he traicionado».

La gama de títulos iban desde lo más mundano hasta lo más extraño: «Libros que he leído», «Mentiras que he dicho», «Consuelos que he dado», «Chistes que me han hecho reír»; otros eran increíbles por su exactitud: «Lo que he gritado a mis hermanos»; otros me hirieron: «Cosas que he hecho cuando me he enojado», «Lo que he dicho a mis papás cuando estaba furioso». No dejaba de sorprenderme del contenido de las tarjetas. Muchas veces había más tarjetas de las que creía y otras, menos de las que esperaba.

Me abrumaba la claridad de todo lo que había vivido. ¿Era posible que hubiera tenido el tiempo en los años vividos de escribir esos millares o incluso millones de tarjetas? Pero cada tarjeta confirmaba que era posible. Cada una estaba escrita de mi puño y letra, firmada por mí.

Cuando abrí el archivero marcado como «Canciones que he escuchado», me di cuenta de que las tarjetas aumentaban conforme las abría, eran interminables. Cerré el archivero, avergonzado, no por la calidad de la música, sino por la enorme cantidad de tiempo que representaba. Cuando llegué al archivero que estaba marcado «Pensamientos de lujuria», sentí que un escalofrío me recorría todo el cuerpo. Abrí el archivero unos pocos centímetros, no queriendo descubrir su tamaño, y saqué una tarjeta. Me estremecí al leer el contenido. Me sentí fatal al pensar que ese momento había quedado registrado.

Repaso del capítulo 3

1. ¿Cómo se llama el estado de anhelo que experimentaba Adán antes de que Dios le diera a Eva?
2. ¿Qué quiere decir que Adán y Eva estaban «desnudos sin vergüenza»?
3. ¿Por qué nos creó Dios?
4. ¿Cuál fue la esencia del Pecado Original de Adán y Eva?
5. ¿Por qué nos importa tanto el Pecado Original?

*«Nuestros pecados no son más que
un grano de arena al lado de la
gran montaña de la misericordia de
Dios.»*
— San Juan María Vianney

Una rabia casi animal se apoderó de mí. Un solo pensamiento me dominaba: «¡Nadie puede ver estas tarjetas jamás! ¡Nadie puede entrar en esta habitación jamás! ¡Tengo que destruirlas!». Me puse frenético y jalé el archivero con todas mis fuerzas. Su tamaño ya no me importaba. Lo tenía que vaciar y quemar todas las tarjetas. Pero cuando lo intenté, no podía sacarlas todas a la vez. Salían una por una. Me empecé a desesperar y traté de romperlas... pero era imposible, eran más fuertes que el acero.

Derrotado y completamente impotente, regrese el archivero a su lugar. Apoyando la frente en la pared, me compadecí de mí mismo. Y entonces vi el título que decía: «Personas con quien he compartido mi fe en Cristo». Era el archivero que más brillaba entre todos —parecía nuevo, casi sin usar. Tiré de él y una pequeña caja cayó en mis manos. Podía contar el número de tarjetas con los dedos de una mano.

No pude contener las lágrimas. Empecé a llorar. Eran sollozos tan profundos que el dolor comenzaba en mi estómago y me estremecía el cuerpo entero. Caí de rodillas y lloré. Lloré de vergüenza, la vergüenza aplastante de todo el asunto. Frente a mis ojos, anegados en lágrimas, nadaba la fila de archiveros. Nadie debía saber nunca jamás de la existencia de esa habitación. Debía cerrarla y esconder la llave. Pero entonces, al tratar de apartar las lágrimas, lo vi a Él. No, por favor, Él no. Aquí no. Cualquiera menos Jesús.

Lo miré con impotencia mientras abría los archiveros y leía las tarjetas. No podía soportar ver su reacción. Y en los momentos que pude mirar su cara, lo que vi fue un dolor mayor que el mío. Parecía que intuitivamente iba a los peores archiveros. ¿Por qué tenía que leerlos todos?

Finalmente, se dio la vuelta y me miró. Me miró compasivamente. Era una compasión que me sobrecogió y me hizo llorar nuevamente. Vino hacia mí y me abrazó. Pudo haber dicho tantas cosas. Pero no dijo una sola palabra. Simplemente lloró conmigo.

Entonces se levantó y regresó al muro de los archiveros. Comenzó a abrirlos uno por uno, y en cada tarjeta iba escribiendo su nombre sobre el mío.

«¡No!», grité, y corrí hacia Él. Todo lo que podía decir era «¡No! ¡No!», mientras arrancaba las tarjetas de sus manos. Su nombre no podía estar en esas tarjetas. Pero ahí estaba, escrito en un color rojo tan rico, tan profundo, tan vivo. El nombre de Jesús cubría el mío. Estaba escrito con su sangre. Suavemente tomó las tarjetas otra vez. Sonrió con una sonrisa melancólica y comenzó a escribir su nombre de nuevo. Creo que nunca podré entender cómo lo hizo tan rápido, pero parecía que sólo había pasado un instante cuando escuché que cerraba el último archivero y volvía junto a mí. Me puso la mano en el hombro y me dijo: «Todo ha terminado».

Me levanté, y me condujo fuera del cuarto. No había llave en la puerta. Todavía quedaban tarjetas en blanco por escribir.



*«Así fueren sus pecados como la
grana, cual la nieve blanquearán.
Y así fueren rojos como el carmesí,
cual la lana quedarán.»*

(Isaías 1, 18)

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿En general cuál es el tema y el simbolismo de la historia?
2. ¿Cuáles de tus «tarjetas» estarías ansioso de enseñarle a Jesús?
3. ¿Qué puedes hacer para escribir más tarjetas de bondad, amor y pureza, y dejar de escribir las que te avergüenzan ante Cristo?
4. ¿Qué es lo que simbolizan las palabras de Jesús «Todo ha terminado» en la historia y en tu vida? ¿Recuerdas en qué otro momento pronunció Jesús una frase muy parecida?
5. ¿Qué relación tiene la historia con el Sacramento de la Confesión?
6. ¿Crees que Jesús te ama tanto como para escribir su nombre en todas tus «tarjetas» de pecado?
7. ¿Cómo puede Jesús ayudarte a transformar el dolor y la vergüenza en perdón, paz y esperanza?
8. ¿Qué significa en tu vida la palabra *Redención*?
9. ¿Por qué la necesitamos? ¿Por qué a veces es tan difícil aceptarla?



ACORTANDO LA BRECHA

Imagínate la fiesta de una boda que se celebró hace miles de años. La novia, preparándose para encontrarse con el novio, se adorna con joyas y un hermoso vestido. ¿Y qué hace el novio? Se quema, se graba o tatúa el nombre de su futura esposa en la palma de la mano, como signo de completa fidelidad hacia ella. Este ritual te puede sonar un poco exagerado comparado con los anillos que los novios se intercambian actualmente en el altar el día de la boda. Pero ésta era la costumbre de ciertas personas en el Antiguo Testamento, y algunas culturas lo siguen haciendo hoy en día.

A pesar de lo extraña que te parezca esta tradición, tú sabes que a la novia no le quedaban dudas acerca del amor y devoción que le tenía su futuro esposo. La marca que permanecería en el cuerpo del novio el resto de su vida era testimonio fehaciente de que él le pertenecería, lo mismo que ella a él. En ese contexto, el de las costumbres de boda, Dios nos dijo: «Te he llamado por tu nombre, tú eres mío... Míralo, en las palmas de mis manos te tengo tatuada» (Isaías 43,1; 49,16).

Jesús hizo más que tatuarse para recordarnos su amor y devoción. Como nos lo presenta la historia del joven y los archiveros, Jesús se entregó totalmente por nosotros. Permitió que le clavarán en la cruz, dando su propia sangre para que nuestros pecados fueran borrados y nuestra vida fuera restaurada. Pero aún existen «tarjetas en blanco por escribir», y nosotros somos los autores de lo que se escribirá en cada una de ellas.

Mucha gente cree que cuando pecan y se alejan del camino de Dios, Él los odia. Pero Dios no es como nosotros, no guarda rencores. Nosotros somos los que nos alejamos de Él, pero Él permanece siempre fiel. En este capítulo, vas a aprender que no importa lo que hayas hecho, Él te espera, te ofrece esperanza, sana tus heridas y te redime.

AL CORAZÓN DEL ASUNTO

Todos hemos escuchado la historia del Hijo Pródigo, en la que un hijo deja la casa de su padre para despilfarrar su herencia en una vida desordenada. Cuando el hijo decide regresar, el padre lo ve en la distancia y corre a su encuentro. De la misma manera, Dios no espera que seamos perfectos antes de comenzar a amarnos. No importa que tan lejos nos sintamos de Él. Si respondemos a su Gracia y le abrimos nuestro corazón, corre a nuestro encuentro. Podemos alejarnos kilómetros de Él; basta un solo paso de regreso a Él, y ahí está esperándonos con los brazos abiertos.

La Madre Teresa de Calcuta decía:

«El demonio trata de utilizar las heridas de la vida, y muchas veces nuestros propios errores, para hacerte sentir que es imposible que Jesús te ame... Éste es un peligro para todos. Y es muy triste, porque es completamente lo opuesto: *lo que Jesús quiere es que tú sepas que no sólo te ama, sino aún más, Él desea y anhela tu amor.* Te extraña cuando no te acercas. Tiene sed de ti. Te ama siempre, aun cuando tú te sientes completamente indigna. Cuando los demás no te aceptan, aun cuando a veces ni siquiera tú te aceptas, Él es quien siempre, pase lo que pase, te acepta y te ama. Sólo créelo, tú eres lo más precioso que existe para Él. Pon todo, absolutamente todo tu dolor y sufrimiento a sus pies, sólo abre tu corazón para ser amado por Él como eres. Él hará el resto».²

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cómo y por qué Jesús ama todo lo que somos —cuerpo y alma—, incluso nuestras imperfecciones?
2. ¿Cuáles opinas que son las razones principales por las que se nos hace difícil creer que somos preciosos para Dios?
3. Menciona las principales razones que impiden que las personas regresen a Dios. ¿Cómo se relacionan con la respuesta a la pregunta 2?

*«Tan lejos como está el oriente del
ocaso, aleja él de nosotros nuestras
rebeldías.»*

(Salmo 103-12)

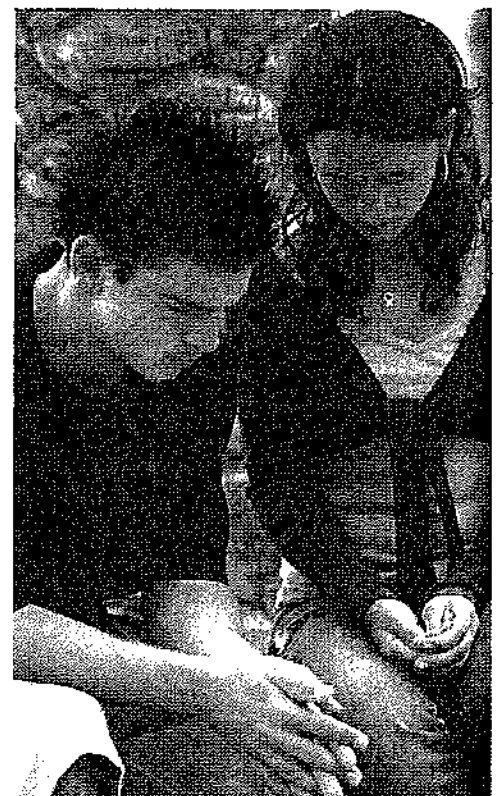
Cristo nos perdona y nos redime

Si has luchado contra **adicciones sexuales**, recuerdos dolorosos de abusos, pensamientos de lujuria, rechazo de tu físico (cuerpo), o cualquier otra experiencia de desorden que parezca imposible de sanar o superar, *Dios quiere liberarte*. Cuando reconoces y aceptas a Dios, *Él no sólo te perdona los pecados sino que también te da un corazón nuevo*. Cristo no murió y resucitó de la muerte para que reprimiéramos nuestra sexualidad y simplemente «nos esforzáramos lo más posible para no pensar demasiado en el sexo». No vino a **redimir** sólo el alma, mientras nos dejaba meramente un montón de mecanismos de aguante frente a la tentación. Afortunadamente, Él se hizo hombre para redimirlo todo, incluyendo nuestros cuerpos y deseos.

Cristo vino a ofrecernos victoria y libertad. Tristemente, en lugar de hacer nuestra su victoria, nos lamentamos de que la pureza sea demasiado difícil. Al hacer esto, vaciamos la cruz de su poder y significado. Reducimos la Redención a una idea religiosa medio folclórica que suena bien pero que no tiene la fuerza real para cambiarnos. Así dejamos de experimentar sus efectos de conversión en nuestra vida.

Dios nos sana y ordena

Entonces, ¿qué debemos hacer? Primero, entender que *la pureza es un regalo de Dios y Él se lo va a dar a quien se lo pida*. Así que empieza ahora mismo con la oración de David, quien dijo: «Crea en mí, Dios mío, un corazón puro, y renueva la firmeza de mi espíritu» (Salmo 51,12), y en cuanto puedas hacerlo, aprovecha la maravilla de la confesión. Jesús nos prometió que Él estaría con nosotros hasta el fin del mundo, y una de las formas en que está con nosotros es a través de los Sacramentos donde Él está presente, real y vivo, esperándote. Puedes estar renuente a confesarte por temor o vergüenza. Pero hazle caso a san Agustín, quien tuvo serios problemas con la pureza en la juventud. Él decía: «¿Qué puedo esconder yo de ti, aun si yo quisiera no confesártelo a ti? Podría esconderte a ti dentro de mí, pero yo no puedo esconderme de ti».



San Agustín sabía, que Dios es **omnisciente**, que significa que Él lo sabe todo. Él lo ve todo, tus fortalezas y debilidades. Si no te has confesado desde hace mucho tiempo, ahora es un gran momento. Ten el valor de hacerlo. Juan Pablo II le decía a los jóvenes: «Si quieres mirar a Jesús, ¡primero tienes que dejarte mirar por Él!».³

Si te avergüenza ir con un sacerdote en particular, entonces ve con otro. Lo importante es que seas honesto con el sacerdote y tengas un sincero deseo de cambiar tus decisiones equivocadas del pasado.

A menudo, lo que nos impide acercarnos a Dios o abrirle nuestro corazón es que no creemos que Dios pueda realmente hacer de nosotros «una nueva persona». Cuando a Jesús se le acercaron dos ciegos pidiéndole que los curara, Él les preguntó: «¿Creéis que puedo hacer eso?» (Mt 9,28). Él espero a escuchar su respuesta de fe antes de darles el regalo de la vista. De la misma manera, *debemos confiar en que Cristo no vino a condenarnos sino a salvarnos.*

Si te acercas a Dios con verdadero dolor en el corazón al confesionario, no importa qué sacerdote utilice Dios para darte la **absolución**. Jesús te dará la bienvenida con los brazos abiertos. Es un borrón y cuenta nueva. Además te da Gracias extraordinarias para permanecer fuerte en la fe.

«He disipado como una nube tus rebeldías, como una niebla tus pecados. ¡Vuélvete a mí, pues te he rescatado!» «Era yo, yo mismo el que tenía que limpiar tus rebeldías por amor de mí y no recordar tus pecados.»

(Isaías 44,22; 43,25)

«Ten paciencia con todo el mundo, pero primero contigo mismo.»

— San Francisco de Sales

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es lo que muchos hacemos que «vacía de significado la cruz de Cristo»?
2. A fin de experimentar los efectos reales de la Redención de nuestra sexualidad, ¿qué es lo primero que debemos reconocer?
3. ¿Qué es lo que nos impide tener el corazón siempre limpio?
4. Si la absolución tiene un efecto tan positivo en nuestros pensamientos, ¿cuáles serían algunas de las razones prácticas de esto?

La resurrección del cuerpo

Existen muchas ideas equivocadas acerca del Cielo y nuestra participación en él. Esto sucede porque las maravillas del Cielo van mucho más allá de lo que podemos siquiera imaginar. San Pablo nos dice: «lo que ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni al corazón del hombre llegó, lo que Dios preparó para los que le aman» (1 Cor 2,9). Aunque muchos conciben el cuerpo como una especie de estuche para transportar el alma, no es en absoluto así. Recuerda que cada humano es un ser compuesto, una unión completa de cuerpo y alma. El Cielo no es sólo para nuestras almas; es también para nuestros cuerpos.

Si estás buscando una experiencia «fuera del cuerpo» la tendrás cuando mueras, pero sólo será por un tiempo. Al final de los tiempos, en la **resurrección de los cuerpos**, tu cuerpo se volverá a unir con tu alma en el Cielo. Ésta es la verdad que proclamamos en el Credo durante la Misa.

La Iglesia es consciente que esta verdad no es aceptada por todos, pero es el fundamento de lo que creemos sobre la vida después de la muerte. Por esta razón, el Catecismo declara: «En ningún punto la fe cristiana encuentra más contradicción que en la resurrección de la carne. Muy comúnmente se acepta que, después de la muerte, la vida de la persona humana continúa de una forma espiritual. Pero ¿cómo creer que este cuerpo evidentemente mortal pueda resucitar a la vida eterna?» (CIC 996). Podemos recurrir directamente a la Sagrada Escritura para encontrar la respuesta a esta pregunta, ya que Jesús ascendió al Cielo en cuerpo y alma: «Y dicho esto, fue levantado en presencia de ellos, y una nube le ocultó a sus ojos» (Hch 1, 9). ¿Y qué tiene que ver todo esto contigo? San Pablo habla de la vida de Jesús que se manifiesta en nuestra carne mortal y nos recuerda que: «Quien resucitó al Señor Jesús, también nos resucitará con Jesús y nos presentará ante Él» (2 Cor 4,14). Al final de los tiempos, gozaremos del Cielo *con* nuestros cuerpos, no sin ellos.

Sin lágrimas en el Cielo

Una vez que lleguemos al Cielo, Dios mismo estará con nosotros y enjugará toda lágrima de nuestros ojos (cfr. Ap 21, 4). En la eternidad, vamos a experimentar la plenitud de la Redención de Cristo, y cuando seamos reunidos con nuestros cuerpos, seremos **cuerpos gloriosos**. No experimentaremos enfermedad, dolor o muerte, y no existirá más el sufrimiento. Nuestro conocimiento se perfeccionará, nuestros deseos serán purificados tan plenamente que ya no experimentaremos como ahora el conflicto entre Dios y el pecado. Incluso san Pablo sentía este conflicto cuando decía: «puesto que no hago el bien que quiero, sino que obro el mal que no quiero [...] advierto otra ley en mis miembros que lucha contra la ley de mi razón» (Rom 7, 19.23).

Afortunadamente, en el Cielo seremos liberados de esta tensión interior. Juan Pablo II llamaba a este estado final de nuestra vida de perfección, **hombre escatológico**. Este término viene de la palabra griega *éskaton*, que se refiere al final de los tiempos, o el final del mundo como lo conocemos.



Matrimonio celestial

La razón principal por la que la vida del hombre escatológico será diferente a la del hombre aquí en la Tierra, es que nuestra unión con Dios será completa. El significado esponsal del cuerpo no sólo nos dirige hacia la unión aquí en la Tierra, sino también a la participación del matrimonio celestial. Recordemos que la palabra **esponsal** es otra forma de decir *marital, nupcial o conyugal*. El hombre escatológico vivirá en amor esponsal, pero no como en la Tierra. El matrimonio celestial va a existir en el sentido de que todos somos miembros de la Iglesia, la esposa de Cristo. Recordemos que cuando los saduceos le preguntaron a Jesús acerca del matrimonio en el Cielo, Él respondió: «En la resurrección ni los hombres ni las mujeres se casarán» (Mt 22,30). Jesús no dijo que el matrimonio no exista en el Cielo, sino que en la resurrección, el matrimonio no será como el matrimonio terreno de un hombre y una mujer. Será una sola realidad de la que todos participaremos juntos: en el matrimonio de Cristo con la Iglesia (es decir, nosotros). Es ahí en donde experimentaremos una íntima unión no sólo con Cristo, sino también con cada uno en la **comunidad de los santos**. El Catecismo lo resume así: «Para el hombre, esta consumación será la realización final de la unidad del género humano, querida por Dios desde la Creación [...] Los que estén unidos a Cristo formarán la comunidad de los rescatados, "la Ciudad Santa" de Dios, "la Esposa del Cordero"» (CIC 1045).

notas

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cuál es la doctrina cristiana mencionada en el Catecismo que presenta mayor oposición que ninguna otra?
2. ¿Qué tipo de cuerpo tendremos después de la resurrección de nuestro cuerpo? ¿Por qué será así?
3. ¿Qué es el *hombre escatológico*?
4. ¿Qué tiene que ver con el Cielo la palabra *esponsal*?
5. ¿Qué nos enseñó Jesús acerca del matrimonio en el Cielo?
6. ¿En qué se diferenciará nuestra participación en la comunión de los santos en el Cielo respecto de lo que experimentamos aquí en la Tierra?

La unión de Cristo con la Iglesia

Entonces, si va a existir un matrimonio celestial, ¿eso quiere decir que habrá sexo en el Cielo? La respuesta es «sí» y «no».

No habrá lo que llamamos una «relación sexual», el abrazo esponsal. Esto no es porque sea algo malo, o indigno del Cielo: Dios creó toda la realidad sexual, ¡y todo lo que Él creó es bueno! Es porque ya no hace falta; y ya no hace falta porque ya poseeremos todo aquello que se sustituía con ello como palidísimo reflejo, y que nos resultará una fuente infinitamente mayor de gozo y de plenitud. Y es que el abrazo esponsal, que en la Tierra es expresión y realización de la unión de amor entre esposo y esposa, ha sido inventado por Dios como símbolo o prefiguración de la unión con Él, que nos espera en el Cielo —la única unión capaz de saciar, totalmente y para siempre, nuestra sed de amar y ser amados.

Piénsalo de este modo. Digamos que quieres manejar de la Ciudad de México a Chichén Itzá. En el camino te encontrarás varias señales que dirán «Chichén Itzá a 1000 Kilómetros», «Chichén Itzá a 500 kilómetros», y verás una que diga «Chichén Itzá a 1 kilómetro». Esos signos te señalan la realidad que estás a punto de experimentar: Chichén Itzá. Una vez allí, ya no verás ninguna señal que diga «Chichén Itzá a 0 kilómetros» porque estarás en Chichén Itzá. De manera similar, una vez que estemos en el Cielo, ya no será necesario la prefiguración de nuestra unión con Dios, que es el abrazo esponsal aquí en la Tierra.

Aunque no va a existir en el Cielo el abrazo esponsal como se vive en la Tierra, seguiremos siendo hombres o mujeres, sexualmente distintos. Conservaremos nuestra sexualidad en el Cielo, seguiremos siendo quienes somos: un hombre o una mujer. Tu sexualidad es eterna, pero el abrazo esponsal que se vive en la Tierra es simplemente una sombra de la grandeza, belleza y maravilla del eterno intercambio de vida y amor con Dios en el Cielo.

Si en el Cielo se vive la plenitud del amor esponsal, entonces debemos aprender a amar aquí en la Tierra. El matrimonio de Cristo y su Iglesia tiene un tiempo «de cortejo» antes de que suceda en el Cielo. El «cortejo», tu preparación para esa unión con Cristo, comienza ahora. Cuanto más sincero seas contigo mismo, más seriamente debes hacerte esta pregunta: «¿Cuánto conozco a Jesucristo?». ¿Te imaginas comprometiéndote con alguien al que ni siquiera conoces? ¿O casándote con alguien que no está comprometido contigo, o que te abandonará cuando las cosas se pongan difíciles? Son preguntas que debes hacerte seriamente, si desde ahora quieres vivir así tu relación con Dios.

La esperanza de cada día

Recuerda que, «como consecuencia del Pecado Original, la naturaleza humana quedó debilitada en sus fuerzas, sometida a la ignorancia, al sufrimiento y al dominio de la muerte, e inclinada al pecado» (CIC 418). Mientras esperamos la plena Redención de nuestros cuerpos en el Cielo (cfr. Rom 8, 23), estamos en constante lucha entre el orden y el desorden, entre el bien y el mal.

*«Que el amor de Dios no se
ha acabado, ni se ha agotado
su ternura; cada mañana se
renuevan.»*

(Lamentaciones 3,22-23)

Ganar la batalla depende de nosotros, eligiendo el orden sobre el desorden, el bien sobre el mal. Juan Pablo II decía que en Cristo tenemos la «**esperanza de cada día**» que nos ayuda a vivir en libertad, venciendo «al mal con el bien» (Rom 12, 21). Esto significa que Cristo nos ofrece la Gracia para empezar de nuevo. Esta nueva vida en Él nos anuncia la plenitud de la Redención en el Cielo. La verdad más impresionante es: *Cristo nos ha liberado* (cfr. Gálatas 5, 1). Después de usar a otro o dejarte usar, de vivir en el desorden y la confusión... existe la esperanza y la libertad para poder empezar de nuevo. Dios está esperando que le abramos la puerta de nuestro corazón.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Habrá sexo en el Cielo? Explícalo.
2. ¿Qué significa la *esperanza de cada día*? ¿Por qué son buenas noticias?



MÁS A FONDO: ¿De veras hizo Dios eso por mí?

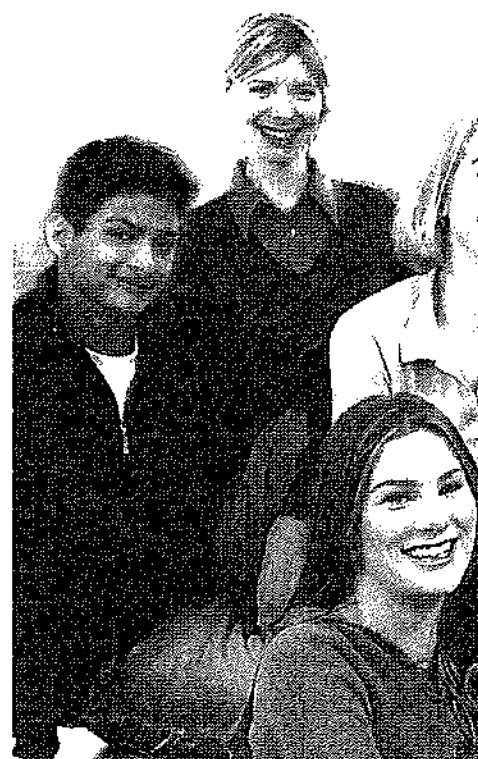
Dios te ama tanto que prefirió morir antes de arriesgarse a pasar la eternidad sin ti.

¿Crees en esta afirmación? Léela nuevamente, medítala, y pregúntate: «¿Realmente lo creo?».

Ésta es la realidad de la cruz y la realidad del amor que Dios te tiene. Sí, Dios te ama a ti. No al mundo en general, sino a ti, en lo personal e íntimamente. Te ama tanto que preferiría tomar sobre sí tu pecado, antes que arriesgar perderte para siempre en un lugar en el que quedarías separado de su amor —es decir, el Infierno.

Fuiste creado para amar. Es tu naturaleza. Sólo puedes ser feliz, sólo puedes estar con Dios, que es el Amor, cuando estás abierto al amor. El pecado es el nombre que damos al estado de la persona que está cerrada al amor. Cuando Dios, que te creó para vivir el amor más grande y así ser feliz, ve que has caído en el pecado, suena la alarma en su Corazón de Padre. Entonces dice: «He visto tu pecado y tomaré tu lugar. He visto tu pecado y aún así te amaré. Tanto te amo, que entrego a la muerte a mi Hijo Único, para que tú tengas vida y amor eternos» (cfr. Jn 3,16). Es una auténtica locura: Dios que da su vida por una de sus pequeñas criaturas, que además le ha ofendido y despreciado. Pero es verdad. Es toda nuestra fe.

Así que, la próxima vez que pienses que tu pecado es demasiado grande para que Dios lo pueda perdonar, date cuenta que estás en un error. Afírmalo una y otra vez en tu corazón: «Dios me ama tanto que ha preferido morir Él mismo antes de arriesgarse a pasar la eternidad sin mí».



VÍVELO: Esperanza y cura

Sentada en los escalones de una iglesia, consideré si debía entrar o no. Pensando en lo que había hecho en la fiesta una hora antes, sentí que no pintaba nada allí. Pero algo me jalaba. Quizá era Dios llamándome, o quizá sólo el hecho de que mi estilo de vida me hacía sentir insatisfecha y vacía. Mirando hacia atrás, ahora sé que eran ambas cosas.

Decidí que si había probado lo que me ofrecía el mundo, podría también probar lo que me ofrecía Dios. Entré a la iglesia y me arrodillé frente al Santísimo Sacramento expuesto en la custodia. No escuché una voz, ni vi luces que vinieran del Cielo. En realidad andaba pensando si la viejita que había sentada en una esquina olería la marihuana en mí. Había sólo silencio. Estaba sola con Él.

Al principio, me resultaba difícil ver la Eucaristía. Me tapé la cara con las manos, preguntándome si debía o no quedarme sentada allí. No sentí ganas de repetir las oraciones que me sabía de memoria. Así es que levanté la mirada y le dije: «Dios, aquí estoy, soy yo... con mi pecado. Ya no me quiero esconder más. Si quieres que salga de esto, te necesito, ayúdame». Me sentí dividida entre la vida en que estaba sumida desde hacía años y un Dios al que apenas conocía. Su invitación fue clara, pero mi futuro era incierto. Todo lo que Él me repetía era: «Abandónate y confía en mí».

Desde ese momento, entendí que Dios no sólo quiere mi bondad. Él quiere también lo feo que hay en mí. A Él no le gusta el pecado, eso me queda clarísimo, pero su deseo

de abrazarme y amarme es tan grande que Él me acepta tal como soy, aun con todos mis desórdenes y faltas. Durante años creí que tenía que ser una santa para que Él me amara. Por eso siempre lo mantuve distanciado de mi corazón.

Es justo cuando te sientes más dividido entre Dios y el pecado que necesitas simplemente dejarte amar por Él. Sólo cuando entiendas lo valioso que eres ante sus ojos podrás empezar a cambiar. Tu motivación no será vergüenza, culpa o miedo, sino saber que mereces ser amado. Toda persona merece ser amada, porque es de la familia de Dios. Conocer el amor de Jesús hacia ti te dará la motivación a amarte a ti mismo y no hacerte daño con el pecado. Conocer su perdón te ayudará a perdonarte a ti mismo.

Pero, si tu valor no viene de cómo Dios te ve, ¿de dónde vendrá? ¿Vas a medirlo por tu apariencia o por lo que los demás piensan de ti, de tu físico, tu inteligencia o tu dinero? Juan Pablo II decía que el hombre ha sido creado por su valor inherente. Esto significa que tu valor personal y único no viene de lo que haces o de lo que está afuera de ti. Sea cual haya sido tu pasado, Dios tiene un plan para tu vida. Tú no necesitas ganarte Su amor. Sólo necesitas dejarte amar profundamente por Él. No importa lo que hayas creído, o vivido: eres digno de ser amado. No importa donde hayas estado o qué hayas hecho, lo único que importa es a dónde vas a partir de ahora.

Crystalina Ever

Actividad

Escribir te puede ayudar mucho, inténtalo. Ésta es una gran oportunidad para responder a la Gracia de Jesús. Escríbele. Tu carta debe ser lo más honesto que hayas escrito en tu vida. Si no crees que Jesús te ama, que Él murió por ti, escribe de todas formas una carta que le diga a Él exactamente cómo y por qué te sientes así. No importa lo que escribas, dedica al menos dos párrafos a reflexionar sobre las siguientes preguntas:

1. ¿Qué me impide querer una relación más profunda contigo, Jesús?
2. Sin que me importe la opinión de los demás, ¿estoy abierto a conocerte?
3. ¿Estoy suficientemente abierto para que me transformes?
4. ¿Cómo puedo entregarme más plenamente a ti?

Pero si realmente quieres hacerlo, dile a Jesús que te dé esperanza, que cure tus heridas y te transforme; pídele que te ayude a estar abierto a su Gracia. Pídele que te dé ojos para ver los caminos concretos y sencillos por los que permitirle entrar en tu corazón.



APLICALO APRENDIDO

Tarea 1: Toma todo lo que has aprendido en este tema y elabora tu propia lista de «Cinco citas de esperanza y Redención para empezar de nuevo». Una vez que hayas profundizado en estas verdades, redacta otras citas que puedan ayudar a otros jóvenes a tener más esperanza de Redención. Para estimular tu imaginación, aquí hay algunos ejemplos:

- a. «Si supiera que el mundo se acaba mañana, yo, hoy todavía, plantaría un árbol», Martin Luther King.
- b. «Cuando una puerta se cierra, otra se abre», Miguel de Cervantes Saavedra.
- c. «La distancia más corta entre el dolor y la paz es la distancia que hay entre tus rodillas y el suelo.»

Tarea 2: Crea otra lista de «Cinco obstáculos para la Redención», pensando en las dificultades que experimentan las personas que conoces. ¿Qué tienen en común las personas que se resisten a aceptar la esperanza y la Redención que Cristo les ofrece? En otras palabras, ¿qué detiene a las personas de decir «Sí» al amor y el perdón de Dios? Haz una guía de «Cinco caminos hacia la Redención», para ayudar a los jóvenes a superar la tentación y los obstáculos que menciones en tu lista.

Tarea 3: Ve a la fuente principal: lee la catequesis de Juan Pablo II del 21 de julio de 1982 titulada «El misterio de la Redención del cuerpo». Subráyala y haz un breve resumen de ella.

Proyecto 1: Lee algunos pasajes de las confesiones de san Agustín (libro 2, capítulos 1-3, y Libro 3, capítulo 1 – lo puedes encontrar en línea). Fíjate en la batalla que le dio la pureza y la visión que tenía del cuerpo. Escribe un resumen de lo que leíste y al terminar escribe un párrafo con tus propias «confesiones». Esto no significa que confieses tus pecados en un papel, sino que hagas un análisis de la visión que tienes del cuerpo, el deseo sexual y la Redención que Cristo te ofrece.

Proyecto 2: Busca *maniqueísmo* en una enciclopedia católica (puedes encontrarla también en línea: <http://ec.aciprensa.com>) y presenta un resumen de esta visión herética del cuerpo, con la respuesta de la Iglesia.



ORACIÓN FINAL

«Mediadora de los Sin Esperanza
e incluso de lo Imposible, santa
Rita, que podrías obtener de
Dios cualquier cosa que le pidas,
te pido me ayudes a sanar
las heridas de mi corazón y a
descubrir la plenitud que da vivir
la pureza en el amor. **Amen.**»

Absolución. Acción de un sacerdote como mediador de la Gracia, que actúa «en la persona de Cristo», finalizando el Sacramento de la Reconciliación. La absolución limpia nuestros pecados por la misericordia amorosa de Cristo y nos da la fuerza para empezar de nuevo.

Adicción sexual. Hábito frecuente y compulsivo de búsqueda de placeres sexuales.

Comunión de los Santos. Nosotros ya gozamos esta comunión aquí en la Tierra con las personas (la Iglesia Militante). En espíritu, estamos unidos con los que han muerto y están siendo purificados en el Purgatorio (la Iglesia Purgante). En oración, vivimos en comunión con los santos en el Cielo (la Iglesia Triunfante), quienes interceden por nosotros ante Dios. (cfr. Ap 5,8). En la Resurrección, experimentaremos una plenitud de comunión como miembros de la Iglesia, compartiendo la eternidad juntos, como personas perfectamente integradas en cuerpo y alma.

Cuerpo glorioso. Estado perfecto del cuerpo resucitado como será al final de los tiempos; irradiará la gloria de Dios.

Ésjaton. Realidad final de la existencia del hombre, cuando Cristo regrese y nuestros cuerpos resuciten.

Esperanza de cada día. Esperanza de la victoria sobre el pecado que nos es accesible por Cristo, quien nos ayuda a «vencer el mal con el bien» (Rom 12,21).

Hombre escatológico. Estado final de nuestra perfección lograda en la resurrección al final de los tiempos, donde seremos liberados de toda tensión interior entre la carne y el espíritu, porque estaremos perfectamente unidos con Dios y unos con otros en la comunión de los santos.

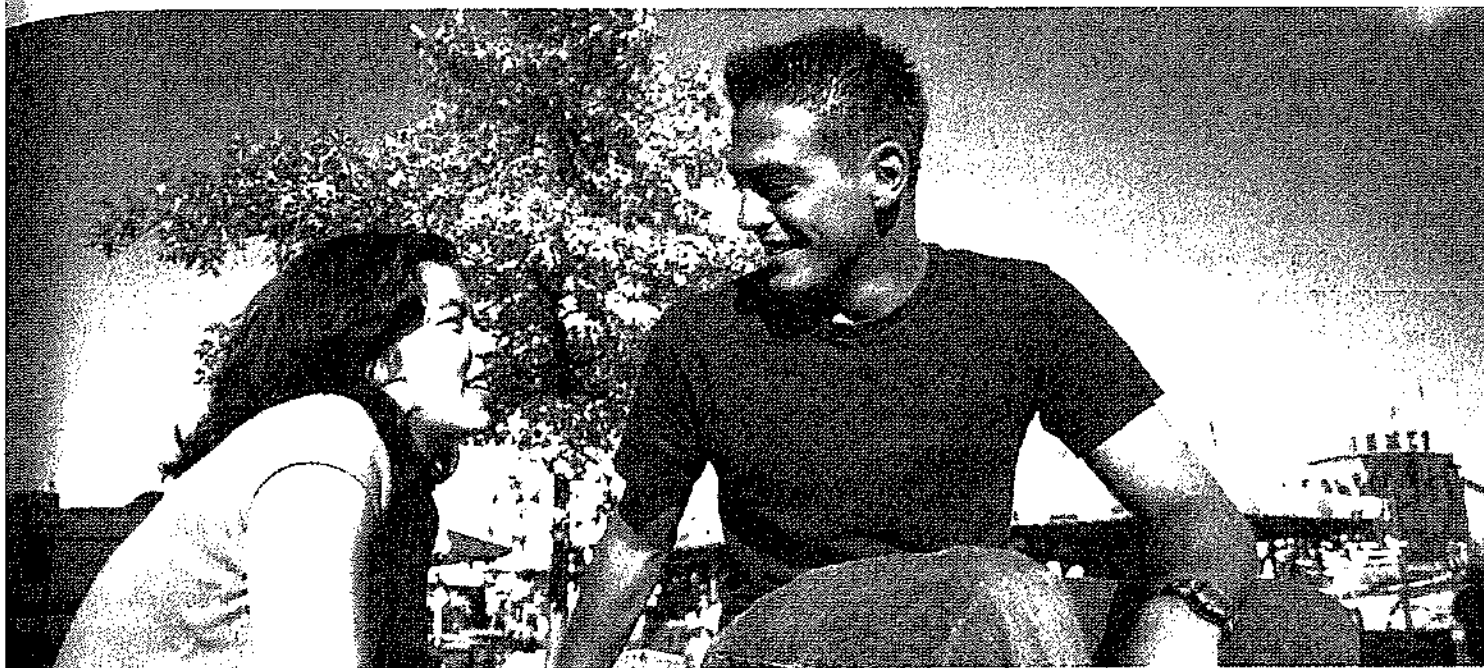
Omnisciente. «Que todo lo sabe». Cualidad de Dios de conocerlo todo.

Redención. Rescate de la humanidad desde la esclavitud del pecado hacia una vida nueva de libertad a través de la muerte sacrificial de Cristo en la cruz.

Redimir. Pagar una deuda con el intercambio de algo equivalente o de mayor valor que la deuda debida. Por el Pecado Original, una deuda infinita se le debía a Dios, por consiguiente, sólo un intercambio infinito podía ser realizado, y por eso mandó a su propio Hijo, Jesús, a redimirnos y salvarnos.

Resurrección del cuerpo. Reunión del cuerpo y el alma de los salvados al final de los tiempos, donde participarán en la unión esponsal de Cristo y la Iglesia.

Verdad y libertad



La libertad es la capacidad de *desear* y *elegir* el bien. Significa aceptar la responsabilidad que el verdadero amor impone. Esta idea difiere enormemente de lo que entiende el mundo por libertad, que es «ser capaz de hacer lo que yo quiera, cuando quiera y como quiera». A veces pensamos que a mayor número de opciones, mayor libertad tenemos. Cuando reducimos la libertad a la noción superficial de «hacer lo que sea, cuando sea», no nos damos cuenta de la oportunidad que tenemos de experimentar el significado más profundo del amor, que nos lleva a la verdadera libertad, que no puede ser reducida a la ausencia de límites. La verdadera libertad nace al reconocer la verdad y elegir vivir en ella, por Cristo, que es la Verdad (cfr. Jn 14:6). Para experimentar, tenemos que volver a tomar conciencia de dos cosas fundamentales: *quiénes somos* y *cómo estamos llamados a vivir*. Nos han dicho que somos hijos de Dios, creados a su imagen y semejanza, ¿pero qué significa eso? Significa que fuimos creados para amar, y el amor siempre se alegra en la verdad (cfr. 1Cor 13,6). Conocer y aceptar esta realidad nos puede ayudar a entender el origen de nuestra libertad.

Adán y Eva abandonaron la verdad y aceptaron una visión falsa de la libertad. Nos hundieron a todos en una crisis de identidad permanente, inseguros de quiénes somos y para qué fuimos creados. Dios prometió enviarnos un Salvador que nos liberaría del maligno y de sus engaños que nos llevan a la esclavitud (cfr. Gn 3,15). Es Cristo quien nos revela la verdad de nuestra identidad y nos libera para que podamos elegirlo a Él, elegir la vida, y tenerla en abundancia (cfr. Jn 10,10).

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: «Libre» y vacío

Al igual que tú, a todos nosotros (los autores de este libro) nos ha costado entender la naturaleza de la verdadera libertad en un momento u otro. Consideremos las experiencias de Crystalina y Jason cuando estaban en preparatoria:

Crystalina:

«¡Salte de mi vida!», grité, azotando la puerta de mi cuarto. Estaba harta de mi mamá, diciéndome cómo debía vivir y no veía el momento de ser mayor de edad para poder irme de casa. Sus constantes regaños y sermones sobre mi relación con Andre me tenían harta. Yo había tenido otros novios, pero éste era diferente. Realmente nos queríamos. Su familia estaba rota como la mía, y nos entendíamos muy bien. Era algo mayor que yo, y me encantaba salir con alguien más maduro que los chicos que conocía en la escuela.

En el tema sexual, respetaba que él quisiera esperar a que yo estuviera lista. A los seis meses de novios empezamos a tener relaciones, obviamente a escondidas de mi mamá. Un día ella encontró mis píldoras anticonceptivas y estalló. Yo estaba igual de enojada que ella, por invadir mi intimidad y querer quitarme la libertad imponiéndome sus reglas religiosas. Pero, por más que creía engañar a mi mamá, en realidad la engañada era yo. Pensaba entonces que mentirle y engañarla sobre mi relación con Andre era una expresión de mi libertad. Pero si realmente era tan libre, ¿por qué tenía tanto miedo de dejarlo, aun cuando empezó a abusar de mí? Si era tan libre, ¿por qué mis manos temblaban tanto al abrir un test de embarazo? ¿Cómo podía estar haciendo lo que quería, y sin embargo sentirme tan vacía?

Jason:

Sentado en el asiento del copiloto de su Volvo, esperaba a que mi amigo volviera. Había ido a una tienda «para adultos». Yo tenía una clase de preparación para la Confirmación esa tarde, y comencé a pensar que tal vez hubiera podido elegir mejor a mis amigos. Pero nos habíamos llevado bien durante muchos años y no tenía ganas de hacer el esfuerzo de buscar nuevos amigos.

Quince minutos después salió de la tienda, se subió tan rápido al coche que parecía que se había robado algo. Arrancó sin decir una sola palabra. Llevaba una expresión tan miserable que no pude dejar de preguntarle: «¿Qué te pasó?». No contestó. Paramos en un alto. Reclinó la cabeza hacia atrás y cerró los ojos. Masculló: «Nunca había sentido tanta lástima por nadie». Había pagado por ver algún tipo de *show* en la tienda. Con la voz llena de dolor y culpa, dijo: «Los ojos de esa chica se veían tan tristes». Debo aclarar que mi amigo jamás iba a la iglesia. De hecho, su mamá hasta le pagaba una suscripción a *Playboy*. Hugh Hefner prometió en uno de los primeros números de esa revista que *Playboy* liberaría a las personas del sentido de culpa en relación con el sexo. Pero ahí estaba mi amigo, y estaba completamente vacío. ¿Era eso la libertad?

Repaso del capítulo 4

1. Cuando el hombre llega al Cielo, ¿cómo se le llama?
2. Menciona tres diferencias entre el hombre histórico y el hombre escatológico.
3. ¿Qué significa la esperanza de cada día?
4. ¿Qué es la Redención del cuerpo?

¿Sabías que...?

Muchos jóvenes piensan que comenzar a tener relaciones sexuales los hará felices, pero, ¿sabías que los que son sexualmente activos son más propensos a la depresión y a intentar el suicidio?

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cuáles son las diferencias entre vivir en libertad y vivir en esclavitud?
2. Si los protagonistas de las historias que acabas de leer hubieran visto sus cuerpos como un don muy valioso para ser dado en el amor, ¿cómo podría haber eso cambiado su forma de actuar?
3. Si tienes una conciencia bien formada, ¿qué significado tiene el sentimiento de culpa en cuanto a determinar si tus actos son libres o no?
4. Si el miedo existe en una relación, ¿qué nos dice acerca de la libertad de los involucrados?

¿Sabías que...?

En un estudio con 13.000 chicas de secundaria y preparatoria llevado a cabo durante dos años, sólo el 4% de los que se abstendían de drogas, alcohol y sexo sufrieron depresión. En cambio, el 44% de chicas que habían mantenido relaciones sexuales con más de una persona experimentaron la depresión durante el tiempo que duró el estudio.

ACORTANDO LA BRECHA

Imagínate que acabas de comprarte un coche nuevo. Es un día soleado, así que sales a dar una vuelta y a enseñárselo a todos tus amigos. Después de un tiempo, se prende el foco que indica que ya no tienes gasolina. Llegas a la gasolinera y tienes diferentes opciones.

Sabes que tu coche lleva gasolina sin plomo, pero empiezas a sentir como una *represión* el tener que elegir un cierto grado de gasolina, y un resentimiento ante los límites que te puso la compañía que fabricó el coche. ¿Qué derecho tienen de decirte qué hacer con *tu* coche? «Es *mi* coche, me están quitando mi *libertad*», murmuras en voz baja. Además, has oído que algunos coches han llegado a caminar hasta 450.000 kilómetros con diesel. «Quizá con diesel el coche me va a durar más», piensas.

Y declaras, desafiante: «Voy a ponerle diesel a mi coche nuevo porque es mío y nadie puede decirme qué hacer con él». La manguera del diesel no entra bien, pero estás decidido. Compras allí mismo un embudo y empiezas a llenar el tanque de tu coche con el combustible que *tú* elegiste: litro tras litro de diesel, hasta llenar al tope el tanque de tu coche nuevo. Una sonrisa de victoria se dibuja en tu cara.

Pero, ¿qué pasa cuando sales a la carretera para continuar haciendo alarde de tu nuevo auto? ¿Qué tan «liberado» y «dueño de tu destino» te sentirás cuando el coche se pare en medio de una intersección muy transitada? A lo que vamos es que existe una **verdad objetiva**, una realidad que no podemos cambiar o decidir por nosotros mismos. En este caso, si el coche está diseñado para usar gasolina sin plomo, tú puedes subjetivamente decidir que el coche puede caminar con gasolina diesel. Tu decisión subjetiva muy pronto probará ser una decisión muy mala, porque no estará basada en la realidad (la verdad objetiva) del coche que necesita gasolina sin plomo para funcionar correctamente. Tu objetivo era ser

libre y hacer lo que querías, pero la libertad sin fronteras es una receta para el desastre.

Así como no podemos cambiar o decidir la realidad de cómo funciona un coche, tampoco es la moral algo subjetivo, porque no podemos cambiar la realidad de cómo «funciona» la persona humana. Dios nos creó para elegir entre el bien y el mal, no para determinar nosotros qué es bueno y qué es malo. Necesitamos entender la verdad de nuestra libertad y luego usarla *responsablemente*.

ASUNTO

La mayoría definen la libertad como la posibilidad de hacer lo que quieres, pero eso es sólo parte de la verdad. Normalmente, cumplidos los 16 o 17 años eres libre para conducir un automóvil. Sin embargo, la libertad sólo puede existir si hay límites. Aunque eso suene contradictorio, imagínate un país en donde fueras libre de conducir pero donde no hubiera leyes de tránsito. Nadie tendría que hacer una prueba de manejo, no existirían las licencias, los límites de velocidad, las señales de alto, los semáforos, y podrías manejar del lado de la calle o carretera que eligieras. Al principio, esto puede sonar muy divertido, pero se provocaría un caos (accidentes, tráfico, desorden, etc.). Sucede lo mismo con la libertad para la que fuimos creados.

Definamos la libertad

Así que, exactamente, ¿qué es la libertad? La **libertad** es la capacidad para desear y elegir el bien. Si tú realmente amas a una persona, tienes que tomar la decisión de vivir la vida de modo que creas en ciertos límites y restricciones. Por ejemplo, si un esposo ama a su esposa, libremente debe elegir no coquetear con otras mujeres. Debe elegir el bien para su matrimonio sobre la tentación de ser infiel. Si ama a sus hijos, debe elegir libremente actuar como buen papá que se ocupe de ellos antes que salir todas las noches con sus amigos como si fuera soltero. El amor va de la mano de la responsabilidad, que convierte los compromisos de amor en actos concretos de amor.

Esto no arruina el amor, lo mismo que el hilo de un papalote –una cometa– tampoco estropea su capacidad de volar. Si cortas el hilo, se estrella. Lo mismo pasa con el amor. Juan Pablo II decía: «La libertad sin responsabilidad es lo opuesto al amor»¹.

La libertad del corazón

La libertad no es cuestión de evadir reglas, responsabilidades o **restricciones externas**. La verdadera libertad es aceptar y vivir en la verdad de quienes somos (hijos de Dios) y para lo que hemos sido creados (amor y comunión). La libertad implica vivir sin **restricciones internas** en el corazón.

notas

Considera este ejemplo: a Mariana le encanta ir al *ballet*, no solamente porque le encanta el baile; le fascinan la música, los disfraces y la escenografía del teatro. Mariana decide invitar a su amiga, Lucía, a la función de *El lago de los cisnes*. A los pocos minutos de que la función comience, Lucía saca su celular para llamar a su novio. Tiene hambre, por lo que decide ir por un refresco y palomitas, se levanta y le pregunta a Mariana si quiere algo, mientras sigue hablando con su novio por el celular. Mariana vuelve a sentarla en su butaca y le dice en voz muy baja: «No puedes usar tu celular ni comer durante la función, ¡no está permitido!». Lucía no tenía ni idea. Ella tenía hambre y no le interesaba mucho el *ballet*.

La mamá de Mariana le enseñó las reglas de comportamiento en un teatro cuando era una niña. Mariana había aprendido a apreciar el *ballet* y ahora se concentraba en el arte de la representación frente a ella. No necesitaba de reglas para estar callada, no comer o usar su celular, porque ella gozaba y disfrutaba tanto el *ballet* que cualquier otro deseo no tenía importancia. No podemos decir lo mismo de Lucía.

Ser verdaderamente libre no implica simplemente obedecer la ley por restricciones externas. Las personas que son verdaderamente libres no están limitadas por restricciones internas, ni tampoco desean romper las restricciones externas (la ley), por lo que no las necesitan. Ésta es verdadera libertad, cuando nuestros corazones están redimidos y *nuestros* deseos se conforman a los deseos *de Dios*. Entonces somos capaces de desear y elegir el bien para finalmente desear y elegir a Dios.

El egoísmo te lleva a sentirte miserable

Ser libre para amar, sin restricciones internas, sólo es posible con la Gracia de Dios que purifica nuestros corazones. Una vez que elegimos a Dios y le permitimos transformar nuestros deseos, la vida moral se convierte en una vida regida *no por reglas, sino por el amor*. Al amar obedecemos los Mandamientos de Dios no porque *tengamos* que hacerlo sino porque *queremos* hacerlo. Si rechazamos el llamado a la pureza y la verdad (y buscamos amar pretendiendo que somos «libres» para hacer lo que nos plazca), terminamos vacíos. Hemos sido creados para ser un don para los demás y, al hacerlo, amar como Dios ama. Si vivimos para nosotros mismos, perdemos el sentido de nuestra existencia. Y vivir así nos lleva al vacío y al dolor.

Un buen ejemplo de ese sentimiento de vacío es el joven de la historia narrada al comienzo de este capítulo, cuando salió sintiéndose confundido y enteramente miserable de la tienda para adultos. No había entendido para nada lo que es la verdadera libertad. En su deseo de ser libre, se convirtió en esclavo de su debilidad ante la lujuria. Por eso, se sentía roto y vacío.

Cuando la conciencia le remordió con un sentimiento de compasión hacia esa mujer, estaba comenzando a ver la verdad acerca de ella. Se dio cuenta que valía mucho más que el dinero que había pagado para verla. Si no se hubiera dado cuenta de esta verdad, no habría sido libre jamás para amarla a ella o a cualquier otra mujer. ¿Cómo puede alguien tener la capacidad de recibir a otra persona sin conocer la grandeza de un don que sólo puede ser recíproco?

*«Si, pues, el Hijo os da la libertad,
seréis realmente libres.»*
(Jn 8,36)



PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es la libertad?
2. ¿Por qué la libertad está estrechamente relacionada con la verdad?
3. ¿Cuál es la diferencia entre restricciones (o leyes) «internas» y «externas»?
4. ¿Cómo puede alguien liberarse de las restricciones internas de los deseos desordenados por la lujuria?
5. ¿Por qué crees que tantas personas viven adicciones y desórdenes sexuales?
6. ¿Por qué la mayoría de las personas ocultan sus adicciones y desórdenes sexuales?

Dios respeta nuestra libertad

Imagínate a Santiago, terminando la preparatoria. Fernanda es la mujer más maravillosa que ha conocido en toda su vida, y la quiere invitar a su graduación. Ella es preciosa, alegre, inteligente, genuina y divertida, además baila increíble. Una semana antes de la graduación, Santiago se entera que nadie la ha invitado. Se arma de valor y la invita a ir con él, pero ella educadamente le dice: «No, gracias».

Santiago es necio y egoísta. El día de la graduación llega a casa de Fernanda, toca la puerta y cuando Fernanda abre le amarra las manos y literalmente la arrastra a la graduación. Ella ciertamente no eligió ir, no fue por su propia voluntad. Su libertad le fue robada, y eso le quita todo significado a la relación.

A diferencia de Santiago, Dios no es egoísta. Dios quiere que nosotros lo elijamos libremente (el Bien Último). Dios no se nos impone, nos invita. Él no quiere que lo conozcamos y amemos mediante engaños. Nuestra libertad es la clave de nuestra capacidad de amar. Cuando elegimos libremente a Dios —una Gracia que nos da Él—, participamos en su amor y compartimos su vida. Él nos da el **libre albedrío**, la capacidad de desear el bien y elegirlo. De esta manera participamos de la verdadera libertad que nos lleva a la felicidad perfecta.

¿Cuál es la relación entre el libre albedrío y la búsqueda de la libertad? El hombre es creado «a imagen y semejanza» de Dios. Así decía San Irineo: «el hombre es racional y por consiguiente como Dios; es creado con *libre voluntad* y es *señor de sus actos*». Nuestra libre voluntad difiere de la libre voluntad de Dios, por haber sido privada de gran parte de su fuerza a causa del Pecado Original, y ahora es imperfecta. Todavía tenemos la capacidad de elegir y obrar libre y deliberadamente, pero batallamos para usar correctamente nuestra libre voluntad.

El Pecado Original nos ha hecho más difícil el obrar como Dios y estamos inclinados (a causa de la concupiscencia) a abusar de nuestra libertad. Pero ésta es precisamente la razón por la que Cristo murió en la cruz: para redimir nuestros deseos y liberarnos de las restricciones internas del pecado. Cristo es nuestro camino a la libertad.

Existen momentos en que realmente nos *sentimos* forzados a hacer cosas, o «restringidos» de hacer otras que, en realidad, son por nuestro propio bien. Por ejemplo:

1. ¿Se atenta contra la libertad de un niño si sólo quiere comer papas fritas con salsa de tomate y sus papás *hacen que coma* verduras y otras comidas nutritivas?
2. ¿Se atenta contra la libertad de una persona que quiere matar a otra si un policía impide el asesinato?
3. ¿Se atenta contra la libertad de una mujer que está a punto de tirarse por un puente y alguien se lo impide?

A ninguno se le impidió ser libre en estos tres ejemplos, simplemente fueron guiados hacia su propio bien.

En la medida en que el hombre hace más el bien, se va haciendo también más libre. No hay libertad verdadera más que en el servicio del bien y de la justicia. La elección de la desobediencia y del mal es un abuso de la libertad y conduce a la «esclavitud del pecado.»

(CIC 1733)

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué dice san Irineo acerca de haber sido creados «a semejanza» de Dios?
2. Define la libre voluntad (libre albedrío). Explica cómo está relacionada con la libertad.
3. ¿Alguna vez te has sentido presionado en una relación hasta el punto que tu libre voluntad te haya sido robada?
4. ¿Alguna vez has creído que Dios crea reglas para hacernos miserables? Si es así, ¿qué te ayudaría para entender a Dios como el Padre y buen pastor que te ama y te protege?

Liberados de la esclavitud, libres para amar

Existen ciertas verdades íntimamente ligadas a la libertad, y sin esas verdades, perdemos nuestra libertad y nuestro propósito en la vida. Una de ellas es que la libertad existe por el bien del amor. Mientras todos tenemos el deseo de amar y ser amados, a veces ese deseo se desordena y se convierte en lujuria. Recuerda, la lujuria es el deseo de amar que se ha torcido convirtiéndose en egoísmo: tomar, no entregar. En lugar de participar de la vida divina de Dios por medio del amor verdadero, la lujuria nos separa del Amor de Dios. La lujuria no es darse uno mismo, es gratificarse uno mismo a expensas de otro.

Así como el deseo de amar se puede desordenar y manifestarse como lujuria, el deseo de libertad puede desordenarse y manifestarse como esclavitud. Si no eres libre de ordenar tus deseos sexuales, ¿cómo puedes ser libre para amar? Vivir en la verdad significa reflexionar diariamente sobre nuestros deseos y ponerlos en las manos de Dios, permitiéndole a Él que nos purifique y renueve. Cada elección –cada acto– en nuestra vida es dar un nuevo paso hacia la libertad o alejarnos de ella. Por eso nuestras elecciones de amigos, películas, fiestas, etc., contribuyen a hacernos progresar hacia el poder adorar a Dios con cada una de las acciones libres en nuestra vida.

Cristo nos liberó

Probablemente estés familiarizado con las palabras «la verdad os hará libres». Esta cita de la Biblia pierde su significado si no conocemos las palabras de Cristo que le preceden. «Si os mantenéis en mi Palabra, seréis verdaderamente mis discípulos, y conoceréis la verdad y la verdad os hará libres» (Jn 8,31-32). La buena noticia es que Jesús no sólo nos dio instrucciones, Él nos dio también un camino para ser libres: el Sacramento de la Reconciliación. Este Sacramento es un don del amor de Jesús hacia nosotros, el don que nos puede hacer verdaderamente libres.

Para que la verdad nos haga libres no puede reducirse nada más a aprender lo que está bien y lo que está mal. Debe ser *la* verdad. Es cuestión de *estar con* Jesús, de seguirle y serle fiel, que también es permanecer fieles a quienes somos.

Decir «sí» a Cristo nos permitirá la verdadera libertad que anhelamos.

«Todo hombre quiere, pero no todo hombre vive verdaderamente.»

—William Wallace, protagonista de la película Corazón Valiente

«El hombre anhela el amor más que la libertad —la libertad es el medio y el amor es el fin.»

—Karol Wojtyła

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué tiene que ver la verdad con la libertad? ¿Puede existir libertad sin verdad?
2. ¿Puedes experimentar la libertad si no está íntimamente ligada a la verdad? ¿Por qué sí o por qué no?
3. Explica el papel que desempeñan las reglas en los juegos. ¿Crees que las reglas le quitan la diversión a los juegos? ¿Por qué sí o por qué no?
4. Hemos mencionado que la libertad involucra no solamente la ausencia de **límites externos** sino también de **límites internos** que nos impiden elegir el bien. A la luz de esta comprensión de la libertad, ¿qué cosas no te hacen sentir libre en tu vida?
5. ¿Qué le falta a la idea de que la libertad es sólo «la capacidad de hacer lo que quieres»?



MÁS A FONDO: A veces la verdad duele

Para entender la unión entre verdad y libertad, debemos reconocer un principio básico llamado **verdad objetiva**. La verdad objetiva es la realidad de cómo son las cosas. Esto es enteramente diferente de la opinión de alguien, que es **subjetiva**. Las opiniones son estupendas mientras entendamos que son **subjetivas** y no son iguales a la verdad **objetiva**.

Podría parecer justo y divertido dejar que las personas tengan sus propias opiniones y tomen sus propias decisiones basadas en lo que sienten o piensan. Pero reconozcámoslo: algunas cosas son siempre verdaderas. Violar a mujeres, abusar de niños, asesinar a judíos en cámaras de gas, tener a personas como esclavos... son ejemplos de actos intrínsecamente malos. Seguramente consideras que tales actos son **siempre** malos.

Muchas veces nuestras emociones pueden con nosotros. Los sentimientos pueden llegar a conclusiones que no tienen nada que ver con la verdad.

Tomemos como ejemplo el orgullo. A todos nos gusta estar en lo correcto, tener la razón y creer que poseemos la verdad. Por eso, es tan difícil hacer cambiar de opinión a alguien en una discusión acalorada. Cuando las pasiones se han calentado durante un debate, algunas personas no pueden aceptar que lo que creen esté mal, ya sea porque no ven la verdad —por diversas razones intelectuales— o porque el orgullo no les permite admitirlo. A menudo, argumentan que la verdad es «relativa», con alguna declaración como: «Lo que es verdad para ti, puede no ser verdad para mí».

«Una vez que se ha quitado la verdad al hombre, es pura ilusión pretender hacerlo libre. En efecto, verdad y libertad, o bien van juntas o juntas parecen miserablemente.»
Juan Pablo II

O considera también el síndrome de «es una broma». Cuando bromeamos y lastimamos los sentimientos de los demás, en lugar de rápidamente decir «lo siento» y pedir una disculpa, actuamos como si fuera problema de la otra persona haberse sentido lastimada. Y respondemos con: «No te enojes, era una broma». Pero, ¿cuál es la verdad en la situación? La verdad es que cruzamos la línea de la decencia y debemos pedirle perdón a la persona que ofendimos. Esto, sin embargo, requiere de humildad –admitir que hemos obrado mal–, y probablemente sería un poco embarazoso. Así que negamos la verdad diciendo que estábamos «bromeando». «Es tu culpa ser tan sensible», insinuamos.

Muchas veces tenemos miedo a la verdad, así que fingimos no conocerla o hasta la negamos completamente. No queremos admitir que estamos equivocados, porque sabemos que la verdad puede requerir que cambiemos nuestra manera de vivir, y no queremos hacerlo. Cuando la discusión se intensifica y la conciencia nos empieza a inquietar, buscamos cambiar de tema o poner fin a la conversación, o incluso atacar verbalmente a la otra persona que está presentando la verdad. En esencia, con esto estamos expresando: «lo que estás diciendo hace que me sienta incómodo y no quiero creerlo, así que déjame en paz y déjame creer lo que yo quiero».

Cuando la verdad es abandonada o negada, entonces las mentiras y falsedades toman el lugar de la verdad. La realidad es reducida a una ilusión. Una ilusión es algo que *parece* ser verdadero pero no lo es. La *ilusión* de la realidad puede atrapar a las personas en una vida sin libertad. Esto, por supuesto, puede ser un serio problema.

Juan Pablo II lo explicaba así: «Abandonada la idea de una verdad universal sobre el bien, que la razón humana puede conocer, ha cambiado también inevitablemente la concepción misma de la conciencia. En lugar de admitir que existen realidades que en su naturaleza son buenas o malas, existe una tendencia de conceder a la conciencia del individuo el privilegio de fijar, de modo autónomo, los criterios del bien y del mal, y actuar en consecuencia».³

Vivir de esta manera nos lleva inevitablemente a decidir que Dios cometió ciertos «errores» con respecto a lo que *es* y *no es* bueno para las personas. A la gente le falta tiempo para crear su propia moral basada en sus preferencias y conveniencias que no están sustentadas en lo que es en realidad bueno o malo. Ya sea que nos engañemos a nosotros mismos o a los demás –con vidas basadas en una ficción que quiere hacerse pasar por realidad– la verdad es que ninguna vida es como de «cuento de hadas».

En su primera Encíclica, Juan Pablo II escribió lo siguiente en relación con la verdad y la libertad:

Jesucristo sale al encuentro del hombre de toda época, también de nuestra época, con las mismas palabras: «Conoceréis la verdad y la verdad os liberará». Estas palabras encierran una exigencia fundamental y al mismo tiempo una advertencia: la exigencia de una relación honesta con respecto a

notas

la verdad, como condición de una auténtica libertad; y la advertencia, además, de que se evite cualquier libertad aparente, cualquier libertad superficial y unilateral, cualquier libertad que no profundiza en toda la verdad sobre el hombre y sobre el mundo.⁴

¿Date cuenta que no se refirió a «múltiples verdades». Claramente se refiere a «toda la verdad sobre el hombre y sobre el mundo» —a una verdad— una verdad objetiva que todos debemos reconocer para poder experimentar «la auténtica libertad». Juan Pablo II proclamaba que si las personas viven con una falsa noción de libertad, no viven en la verdad de ninguna manera. Esta Encíclica, *Redemptor Hominis* (El Redentor del Hombre), sentó los cimientos de todo el resto de las enseñanzas de este Papa, porque se centró en Jesucristo —el Redentor del hombre, Camino, Verdad y Vida.

Si deseamos vivir la verdadera libertad, sigamos el camino que nos marcó Juan Pablo II y el célebre axioma que iba repitiendo durante todo su Pontificado: «Cristo, el nuevo Adán, en la misma revelación del misterio del Padre y de su amor, manifiesta plenamente el hombre al propio hombre y le descubre la sublimidad de su vocación».⁵

TEST DE LA VERDAD

Para descubrir qué áreas en tu vida necesitan ser renovadas en la verdad de Cristo, haz un esfuerzo sincero con este test.

1. ☐ V ☐ F Ligar y coquetear es una diversión inocente, aun cuando involucre insinuaciones, indirectas, dobles sentidos o juegos de palabras de orden sexual.
2. ☐ V ☐ F Está bien tener conversaciones de orden sexual en Internet o por teléfono. Mientras no lo hagas en persona no pasa nada.
3. ☐ V ☐ F No hay nada de malo en subir tus fotos provocativas a tu Facebook, mientras estés vestido.
4. ☐ V ☐ F Está bien ver pornografía, porque no es como practicar el sexo.
5. ☐ V ☐ F Está bien que los esposos vean pornografía, para mantener la chispa encendida y tener más ideas.
6. ☐ V ☐ F Está bien masturbarse porque no le haces daño a nadie.
7. ☐ V ☐ F Está bien tener fantasías con tu novio o novia de un modo lujurioso mientras no lo hagas realidad.
8. ☐ V ☐ F Está bien tener actos de tipo sexual, mientras no lleguen hasta el final.
9. ☐ V ☐ F Mientras estén enamorados, se quieran y planeen casarse, no tiene nada de malo tener relaciones.
10. ☐ V ☐ F A tu futuro esposo le gustaría que tengas experiencia sexual antes de casarte.

VÍVELO: La verdad nos hace libres

«Dame libertad o dame muerte» fue la celebre declaración de una conocida figura de la revolución estadounidense, Patrick Henry.

Puedes no ser tan audaz en tus palabras como el señor Henry, aún, pero deseas ser libre. Todos lo desean. De hecho, tu deseo de ser libre es algo que Dios escribe en el corazón de cada hombre y de cada mujer, así como Él también nos da el deseo de ser amados y el deseo de ser felices. En este punto te debes preguntar: «¿Cómo puede Cristo liberar y ordenar mi cuerpo y mis pensamientos en lo que se refiere a mi sexualidad?». La Biblia nos dice: «*transfórmense interiormente renovando su mentalidad*» (Rom 12,2). Debemos buscar la verdad de Cristo y permitir que llene nuestros corazones y mentes, borrando las mentiras en que hemos creído. Una vida con libertad de mente y corazón es posible, está garantizada, si le permitimos a Cristo renovarnos y enseñarnos a amar en orden para poder ser libres en la verdad.

Para lograrlo, debemos reconocer las mentiras del mundo por lo que son: medias verdades engañosas que nos alejan de Cristo, que es la Verdad.

Obviamente, en una realidad objetiva en la cual Dios es Dios (y tú no lo eres), y en que el Evangelio es aceptado como la verdad (porque lo es), cada una de las respuestas en el «Test de la verdad» en la página anterior son falsas. Por más que cualquiera trate de justificar sus acciones buscando «excepciones» y escapatorias, la verdad no puede ser tema de opinión personal, disposiciones individuales o creencias personales. Es mayor que todo eso. Los que pertenecen a Cristo pertenecen a la verdad.

Como Cristo le recordó a Pilato (y a cada uno de nosotros): «*Todos los que pertenecen a la verdad escuchan mi voz*» (Jn 18,37).

Seguramente una o más de las frases en el *test* te retaron, o te hubiera gustado discutirlos o justificar tus pensamientos o acciones. En ese caso, es probable que hayas sido influenciado por el relativismo moral en el que vivimos, en donde los límites de la moralidad se han desvanecido. La

verdad de Dios no está desvanecida, no es borrosa. De hecho, es bastante clara, como lo prueban estos pasajes de la Sagrada Escritura:

1 Tes 4, 3,5: «La voluntad de Dios es que sean santos, que se abstengan del pecado carnal, que cada uno sepa usar de su cuerpo con santidad y respeto, sin dejarse llevar de la pasión desenfrenada, como hacen los paganos que no conocen a Dios».

Col 3,5: «Por lo tanto, hagan morir en sus miembros todo lo que es terrenal: la lujuria, la impureza, la pasión desordenada, los malos deseos y también la avaricia, que es una forma de idolatría».

1 Cor 6,13: «El cuerpo no es para la fornicación, sino para el Señor, y el Señor para el cuerpo».

2 Cor 7,1: «Purifiquémonos de toda mancha de la carne y del espíritu, consumando la santificación en el temor de Dios».

Tómate unos momentos para meditar sobre lo que te dicen estas palabras de la Biblia. Mientras lees, ábrele tu corazón a Jesús. Si te acercas a Él con un corazón puro y abierto, Él ordenará lo que está desordenado, y perfeccionará lo que necesita ser perfeccionado.

Para terminar, reflexiona sobre estas palabras de Fulton Sheen (obispo estadounidense del siglo pasado conocido por su muy popular programa televisivo llamado *Life is Worth Living*):

La raíz de todos nuestros problemas es que la libertad para Dios y en Dios ha sido interpretada como libertad *de* Dios. Usarla bien o no está en nuestras manos. Cada uno de nosotros revela lo que creemos ser el propósito de la vida por la manera en que usamos la libertad.

Para algunos, el placer parece ser el propósito de su vida. Otros viven para la popularidad o el éxito. La manera en que tú vives la libertad, ¿qué revela sobre el propósito de tu vida?



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Piensa en algún momento en que tú o alguien que conoces se han negado por necesidad a escuchar la verdad. Dibuja una tira cómica que retrate ese momento. Trata en ella de hacer conexión de una manera divertida con los elementos auténticos de la libertad. Después escribe unos párrafos que expliquen tu tira cómica y la moraleja o conclusión a la que quiere llegar.

Tarea 2: Lee Éxodo 3:4-10; 16:1-3; y 17:1-7. Recordando un momento en que has sufrido una dificultad o un contratiempo por defender algo importante o verdadero, escribe un ensayo sobre lo que aprendiste —o quisieras haber aprendido— de esta experiencia.

Tarea 3: Reflexiona sobre algún momento en que tú, u otra persona a la que conoces, venció la tentación de abusar de la libertad, y eligió exitosamente el bien. Escribe un ensayo sobre la experiencia, las recompensas que se obtienen al ejercer la libertad adecuadamente, y cómo afectó a quienes te rodean.



Proyecto 1: «La verdad habla fuerte y es poderosa en sí misma». Elige un suceso en tu comunidad en donde la verdad haya sido opacada o abandonada, posiblemente llegando a afectar la libertad de alguien (joven, anciano, discapacitado, pobre, vulnerable, etc.). Investiga y entrevista a las personas que tú consideres que conocen más sobre el caso. Escribe una carta al editor del periódico local, o a algún líder gubernamental pidiendo que se haga justicia en el asunto. Utiliza la verdad de manera creativa como tu herramienta principal, pero no la uses para atacar airadamente; la verdad bien presentada habla fuerte y poderosamente por sí misma. Usa tu inteligencia y tu pluma (o teclado) para influir positivamente.



ORACIÓN FINAL

«San Patricio, por favor pide por mí, para que, como tú, tenga la valentía para llevar una vida que haga eco a la verdad y promueva la libertad para todos. **Amén.**»

Libertad. Capacidad de desear y elegir el bien.

Libre albedrío. Don de Dios que nos hace capaces de elegir entre el bien y el mal. Nos permite ser los autores de nuestras decisiones, permitiéndonos así determinar nuestro propio destino.

Límites externos. Leyes de Dios o de la sociedad que nos protegen de abusar de nuestra libre voluntad y dañarnos a nosotros mismos o a los demás.

Límites internos. Distracciones o deseos desordenados en nosotros que nos alejan de elegir el bien.

Verdad objetiva. La realidad como es, independientemente de lo que pensamos o sentimos acerca de ella.

El lenguaje del cuerpo



Porque así lo quiso Dios al diseñarlo, el cuerpo es capaz de expresar un lenguaje propio. Por eso, podemos hablar verdades o mentiras, no sólo con palabras, sino también con los actos del cuerpo. Pequeños gestos como una sonrisa, un asentimiento con la cabeza o un movimiento de la mano son signos que expresan un mensaje aun sin decir una sola palabra. Cuando el hombre y la mujer expresan su amor sexualmente, sus acciones están hablando lo más grandioso del lenguaje del cuerpo. El abrazo esponsal en sí proclama: «te entrego todo mi ser a ti y a ti sólo».

En este capítulo, vamos a profundizar en el **lenguaje del cuerpo** y a demostrar que el lenguaje apropiado que debe expresar es el **lenguaje del amor**, que se goza siempre en expresar la verdad.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: Un apetito engañoso

Cuando un esquimal descubre la presencia de un lobo en su territorio, debe proteger a su familia y a su rebaño. En lugar de enfrentarse al lobo, el cazador utiliza el apetito del animal para matarlo. ¿Cómo? Sacrifica uno de sus animales, empapa un cuchillo con su sangre y lo deja congelarse en el frío ártico. Cuando la primera capa de sangre está congelada, le pone más sangre y lo vuelve a congelar. Lo repite una y otra vez hasta que el cuchillo está totalmente cubierto de sangre congelada.

Antes de que caiga la noche, el esquimal entierra el mango del cuchillo, dejando la sangre congelada en la superficie de la nieve. Como los lobos pueden oler la sangre a kilómetros de distancia, no pasa mucho tiempo para que llegue el lobo y comience a lamer la sangre congelada. El sabor excita al animal, que cada vez lame con mayor intensidad. Al poco tiempo, partes del filo del cuchillo comienzan a cortar la lengua del lobo. Pero como la lengua del lobo está adormecida por el frío del hielo, el animal no se da cuenta del daño que se provoca. La sangre congelada se va acabando, pero es reemplazada por la sangre caliente del lobo. Esto provoca mayor excitación en el animal, y lame con mayor fuerza hasta que se desmaya por perder tanta sangre y en unas cuantas horas, muere.

Esta trampa se parece a la seducción y al atractivo del pecado de desorden sexual. Inicialmente la persona experimenta satisfacción sin percatarse de las consecuencias. El placer le ofrece un escape de la soledad y un alivio momentáneo del vacío que experimenta en su vida. Pero antes de darse cuenta, el daño está hecho. El pecado de desorden sexual promete todo, pero después del breve frenesí de satisfacción, deja al alma con la vida y la felicidad que se le va escurriendo con el amor que ha quedado herido de muerte. En realidad, toda la fuerza y poder de la tentación reside en la promesa engañosa de que vivir según nuestro plan nos va a dar mayor felicidad que si vivimos según el plan de Dios. El reto que enfrentamos como cristianos es desenmascarar las mentiras de la cultura y luego tener la valentía para elegir lo que verdaderamente nos dará satisfacción y nos hará felices.

Repaso del capítulo 5

1. Define *libertad*.
2. Define *libre albedrío*.
3. Menciona un ejemplo que te da libertad para amar en orden.
4. ¿Por qué la libertad y la verdad van siempre de la mano?

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Recuerdas algún momento en que fuiste engañado por una promesa vacía?
2. ¿Recuerdas algún momento en que fuiste engañado por el lenguaje del cuerpo de otra persona? ¿Qué sentiste cuando te diste cuenta de que habías sido engañado? ¿Se lo has hecho tú a otra persona?
3. ¿Qué motiva a una persona a mentirle a otra con su cuerpo?

4. Describe algún momento en el que una persona expresó la verdad con el lenguaje de su cuerpo. ¿Qué sentiste?
5. ¿Por qué será que algunas personas creen que mentir con el cuerpo no es lo mismo que mentir con palabras?
6. ¿Cuánto tiempo pasas frente a una pantalla aprendiendo el lenguaje del cuerpo?
7. Hace 20 años un joven americano veía 14.000 escenas con referencias sexuales por televisión en un año. ¿Crees que los medios de comunicación han mejorado desde entonces y son más sanos? ¿Por qué sí o por qué no?¹
8. ¿El lenguaje del cuerpo en el cine, la web y la televisión suele expresar verdad o mentiras?

ACORTANDO LA BRECHA

Existen diferentes maneras de llamar la atención de una persona, pero nada es tan popular y repetitivo como salpicarlo todo con imágenes, canciones, dobles sentidos, chistes, cuentos o acciones de tipo sexual. Nos hemos ido condicionando por todos estos mensajes que presentan el «lenguaje de la sexualidad» y no cuestionamos la verdad o mentira que comunican. Así como el lobo hambriento cayó en la trampa del cuchillo que le saciaría el hambre, caemos también nosotros en la misma trampa creyendo que nuestros deseos y anhelos más profundos serán saciados por placeres sexuales. Lo que ayuda a satisfacer los deseos más profundos es conocer el lenguaje del cuerpo y aprender a «hablarlo» bien.

AL ASUNTO

Sin necesidad de tener que decir una palabra, el cuerpo es capaz de expresar su propio lenguaje. Este «lenguaje del cuerpo» puede ser algo positivo, como un abrazo, o negativo, como un gesto poco amigable en la calle. Ya que el cuerpo es capaz de hablar, también es capaz de mentir. Por ejemplo, consideremos el momento en que Judas besó a Jesús traicionándolo (cfr. Mc 14,45). El cuerpo de Judas decía una cosa, pero su corazón claramente decía lo contrario.

Juan Pablo II nos enseñó que el lenguaje del cuerpo no es sólo un lenguaje del amor, sino un lenguaje de amor divino. El Amor de Dios es incondicional. Recordando que somos creados a imagen y semejanza de Dios, el lenguaje de amor divino es nuestra «lengua materna» del cuerpo. Es el lenguaje que nuestros cuerpos fueron creados para hablar: la verdad.²

TÚ DECIDES

¿Cuál de estas dos personas te parece tener una mejor idea de lo que es una relación de amor?

Lou Bega, en la canción Mamba Number 5:

«Un poco de Monica en mi vida. Un poco de Erica a mi lado. Un poco de Rita es todo lo que necesito. Un poco de Tina es lo que veo. Un poco de Sandra en el sol. Un poco de Mary toda la noche. Un poco de Jessica, aquí estoy. Un poco de ti me hace tu hombre».

Beata Madre Teresa de Calcuta:

«El amor, para ser real, debe costar —debe doler— debe vaciarnos de nosotros mismos».

Las promesas del cuerpo

Cuando se trata de sexualidad, las personas frecuentemente engañan con su cuerpo, aun sin darse cuenta.

Por ejemplo: después de que el protagonista de la película *Vanilla Sky* se acostó con una mujer, ella le dice: «¿No sabes que cuando te acuestas con alguien... tu cuerpo hace una promesa, seas consciente o no de ello?». Lo más probable es que él no quisiera engañarla. Pero ella tiene razón. Él «expresó una promesa con su cuerpo» que no tenía intención de cumplir. Seamos conscientes o no, el verdadero lenguaje de la sexualidad debería decir: «soy completamente tuyo, te pertenezco totalmente», pero no es así.

Consideremos la situación de unos jóvenes teniendo relaciones. Físicamente hacen el mismo acto que los esposos, pero para ellos no significa lo mismo, porque no han hecho el compromiso matrimonial. Los esposos se comprometen públicamente ante la Iglesia y muchos testigos ofreciendo libremente sus vidas el uno al otro hasta la muerte. Por otro lado, los jóvenes que están en plan de noviazgo o simplemente ceden a un momento pasional, no han contraído un compromiso de por vida. Por lo tanto, no están haciendo el don mutuo total de sí mismos. A final de cuentas, *las personas pueden elegir tener sexo* (porque Dios nos hizo libres), pero *nadie es libre para cambiar el significado del sexo*.

El lenguaje de la sexualidad de nuestros cuerpos es sólo verdadero cuando expresa amor esponsal. Aun si en el noviazgo, en las relaciones pasionales o durante el mero sexo, las intenciones de la pareja son buenas, el acto sigue siendo una mentira expresada con el lenguaje de sus cuerpos. Tal vez esperen casarse algún día, pero todavía no se pertenecen a los ojos de Dios, porque todavía no han hecho el compromiso por el medio que Él estableció. No han hecho ninguna promesa, el uno al otro, de ser fieles hasta la muerte. No necesitan obtener un divorcio civil si se separan (aunque tal vez sienten que sí). En conclusión, no son esposo y esposa. Quieren vivir uno de los mayores gozos del matrimonio —las relaciones sexuales, también conocidas como acto marital o abrazo esponsal— sin la responsabilidad y el compromiso. ¿No es interesante que uno de los nombres tradicionales que damos a la relación sexual en el matrimonio sea «el acto marital»? El hecho de que la relación sexual expresara el amor esponsal se entendía tan bien que, como cultura, nos referíamos a ella como «el acto marital». Hoy apenas se conoce esta definición porque la relación sexual se ha convertido en un comportamiento casual y aceptado entre personas no casadas. Cuando las personas no casadas tienen una relación sexual, en realidad, hacen mofa del matrimonio y lo abaratan.

El lenguaje expresa lo que las realidades son. En lo que se refiere al abrazo esponsal, el mismo acto se puede definir con diferentes palabras de acuerdo a lo que se entiende o desea expresar con él:

1. Acto conyugal/cópula conyugal

Conyugal: perteneciente o relativo a los cónyuges.

Cónyuge: consorte (marido y mujer respectivamente).

Cópula: atadura, ligamiento de algo con otra cosa; unirse o juntarse sexualmente.

notas

2. Acto marital

Marital: perteneciente o relativo al marido o a la vida conyugal.

3. Abrazo sponsal

Abrazar: rodear, ceñir; estrechar entre los brazos en señal de cariño.

Esponsalicio: perteneciente o relativo a los esponsales.

Esponsales: mutua promesa de casarse que se hacen y aceptan el varón y la mujer.

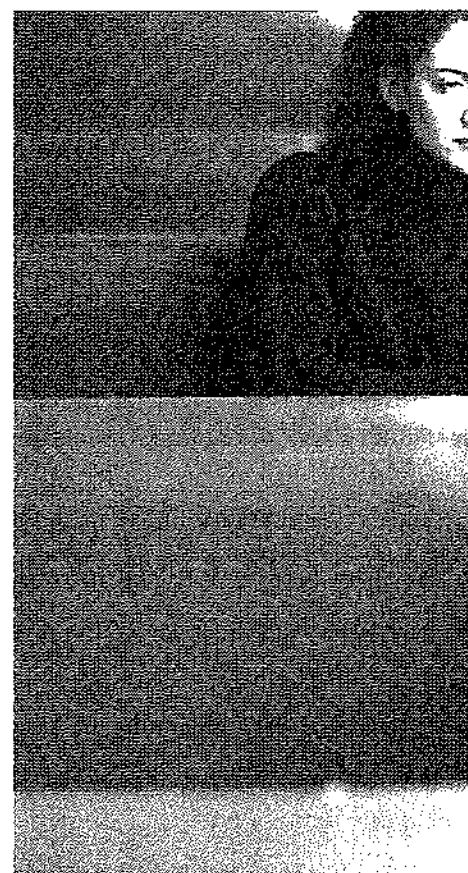
Como el «acto entre no casados» no expresa el lenguaje verdadero del amor, hoy se usan infinidad de palabras que o bien reducen la realidad a la parte física casi exclusivamente, o la expresan de manera incorrecta: hacer el amor, tener sexo... Se suelen utilizar todo tipo de expresiones engañosas que tratan de imitar, prostituyen, tuercen y confunden *el acto sagrado propio de los esposos* que Dios pensó como expresión de amor, entrega y unión entre el hombre y la mujer, para ser vivido con toda su belleza y grandeza exclusivamente en el matrimonio.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es el *lenguaje del cuerpo*?
2. ¿Por qué llamó Juan Pablo II al amor divino la «lengua materna» del cuerpo?
3. ¿Cuál crees que es el factor que más influye en las personas que están aprendiendo a hablar el lenguaje del cuerpo?
4. ¿Qué «dice» el cuerpo en las relaciones sexuales?
5. ¿Por qué las personas que no están casadas son incapaces de expresar libremente el pleno significado de las relaciones sexuales?

El matrimonio conlleva muchas responsabilidades, pero pocas tan fundamentales como la importancia de decir la verdad. Mientras la mayor parte de las personas terminarán casándose, es bien conocido que la mitad de los matrimonios terminan en divorcio. Una de las principales causas de divorcio es la infidelidad. De lo que muchas parejas jóvenes no se dan cuenta es que al hablar la verdad con sus cuerpos ahora —por medio de la pureza y el autodominio—, en realidad se están entrenando en la fidelidad que es el fundamento firme de su futura estabilidad matrimonial.

Quizá lo mejor que puedes hacer para prepararte para un matrimonio fiel más adelante es aprender a ser fiel desde ahora al lenguaje de tu cuerpo. San Pablo nos dice que la **fornicación** (tener cópula carnal fuera del matrimonio) y el **adulterio** (una persona casada que tiene relaciones sexuales con quien no es su esposo) son pecados muy graves (cfr. 1 Cor 6,10). La fornicación y el adulterio pretenden



balbucear amor con el cuerpo, cuando en realidad no son más que *una mentira de las más gruesas*. Aprender a hablar el lenguaje de nuestro cuerpo con la verdad es un camino seguro para ahorrarte mucho quebranto en el corazón.

Existen ciertas palabras que significan cosas diversas en algunos países de Latinoamérica. Sin embargo, en el fondo todos hablamos el mismo idioma: el español. A un nivel más profundo, el lenguaje común de las personas es el del amor. Mientras que somos llamados a amar a todos, no somos llamados a amar a todos de la misma manera. El lenguaje del cuerpo expresado en el abrazo esponsal sólo puede ser dirigido honestamente al propio cónyuge. Para decirlo de otra manera, ¡el lenguaje del amor sexual sólo se habla y se entiende, en todo su significado, en el *país* del matrimonio!

Cuando este lenguaje de amor es expresado entre un hombre y una mujer, los dos participan de la unión de **ser una sola carne**. A veces, de esta unión de un hombre y una mujer surge la creación de una nueva vida, una persona, que los convierte en co-creadores con Dios.

En el principio, el Espíritu de Dios «aleteaba por encima de las aguas» (Gn 1,2), dando a entender que el Espíritu Santo estaba presente con Dios Padre en la Creación. Es por eso que decimos en el **Credo Nicenoconstantinopolitano**: «Creo en el Espíritu Santo, Señor y Dador de vida». Este mismo Espíritu Santo es el autor Creativo y la dimensión invisible, pero esencial, en el abrazo esponsal. Por esto, *para que el lenguaje del cuerpo sea verdadero, debe estar siempre abierto a la presencia creadora del Espíritu Santo*. No invitar al Espíritu Santo a estar presente en el abrazo esponsal es como no invitar a tu mamá a tu celebración familiar del Día de las Madres; sin ella, la celebración nunca podrá ser lo que debía ser.

Otras dos mentiras del cuerpo

Algunos otros usos del lenguaje del cuerpo son evidentemente «verdad» o evidentemente «mentira». Otros requieren mayor reflexión. Por ejemplo: ¿has reflexionado sobre lo que expresan los esposos cuando utilizan **anticonceptivos**? Seguramente, los esposos que se quieren están por lo menos intentando decir con el acto conyugal: «Soy totalmente tuyo». Ya hablamos de cómo la entrega de ti mismo en la unión sexual es algo sublimemente profundo. Estás queriendo expresar con tu cuerpo: «Estoy totalmente comprometido contigo, tanto que estoy dispuesto a entregarme totalmente a ti —y sólo a ti— de esta manera tan íntima». Pero cuando los esposos utilizan anticonceptivos, lo que en realidad están diciendo con su cuerpo es: «No estoy totalmente comprometido contigo, y no me entrego totalmente a ti. No te daré mi fertilidad. No te recibiré totalmente. No recibiré tu fertilidad». Y así, en lugar de llegar a ser los dos «una sola carne», introducen una barrera en el acto que pretende unirlos, que impide no sólo que sean fecundos sino también que sean uno en el amor.

Algunas parejas —casadas o no— utilizan anticonceptivos porque tienen miedo de tener un hijo. El hijo por su existencia dice: «Soy permanente, y ustedes también deberían serlo». Pero si esas dos personas presienten (muchas veces inconscientemente) no estar todavía dispuestas para la donación total y entrega mutuas

«Por lo demás, hermanos, todo cuanto hay de verdadero, de noble, de justo, de puro, de amable, de honorable, todo cuanto sea virtud y cosa digna de elogio, todo eso tenedlo en cuenta.»

— Fil 4,8

«Nos han engañado, haciéndonos creer que somos "nosotros" los que decidimos la vida de una persona, cuando es mentira: sólo colaboramos, co-creamos con Dios.»

El cuerpo por sí mismo, sin el alma, no es una persona; es un objeto. Cuando la pornografía concentra en el cuerpo toda su atención, el espectador no ve a las personas (cuerpo y alma), sino solamente su cuerpo. El papa Juan Pablo II decía que cuando un cuerpo humano es arrancado de raíz del lugar que le corresponde en una relación interpersonal a través de los medios, el cuerpo se convierte «por medio de la "comunicación social", en objeto e incluso, en cierto sentido, en objeto anónimo»³. Un objeto anónimo no es lo mismo que una persona. Las personas están destinadas a ser amadas, nunca usadas. Por eso la pornografía degrada a todos los involucrados. Juan Pablo II también decía que el amor es «la unificación de las personas»⁴. Con la pornografía, te introduces en una obra teatral de fantasía lujuriosa, en donde cada personaje, incluido el espectador, es un egoísta. No hay ninguna relación real, ningún intercambio mutuo entre personas. No hay ningún don de sí auténtico, ninguna unión real; sólo falsificaciones centradas en el yo egoísta.

notas

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ya que hemos considerado varias mentiras en el lenguaje del cuerpo —especialmente estas tres: fornicación, anticoncepción y pornografía—, fíjate ahora en la verdad del lenguaje del cuerpo de Cristo. Apaleado. Amaratado. Ensangrentado. Destrozado por ti. Abriendo sus brazos en la cruz para abrazar a toda la humanidad, dejó que lo crucificaran para que nosotros pudiéramos vencer el pecado y ser libres para vivir con Él por toda la eternidad. Las palabras de Cristo en la cruz son menos memorables que el acto de total donación de sí mismo que hizo por cada uno de nosotros. Tan fuerte y convincente fue esta promesa no verbal de amor que nos hizo con el lenguaje de su cuerpo, que se ha convertido para la Iglesia católica en el símbolo más usual de su fe. El crucifijo es el símbolo supremo del amor. El lenguaje del cuerpo de Cristo en la cruz fue tan poderoso que después de tantos siglos lo seguimos usando para iniciar y terminar todas nuestras oraciones.

¿Cuál va a ser *tu* signo? ¿Qué vas a decir con tu cuerpo hoy, mañana y el resto de tu vida? Puedes imitar a Cristo y expresar un hermoso lenguaje de amor con tu cuerpo viviendo con ánimo sacrificial por los demás. En esta vida de amor de donación, de entrega de ti mismo por los demás, descubrirás lo que significa ser plenamente humano.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. Si una persona es físicamente muy hermosa, pero el lenguaje de su cuerpo es rudo, grosero, egoísta e indecente, ¿eso la hace más o menos atractiva? ¿Por qué?
2. Menciona tres mentiras del lenguaje del cuerpo que no son de orden sexual.
3. Menciona tres mentiras sexuales del lenguaje del cuerpo.
4. ¿Qué significa «ser una sola carne»?
5. ¿Quiénes son las tres personas involucradas en su creación cuando una nueva vida es concebida en el abrazo esponsal?
6. ¿Te maravillas del cuerpo de una mujer ordenado por Dios perfectamente para ser madre y acoger la vida? Menciona tus razones.
7. ¿Sabes cuánto tiempo es fértil una mujer al mes? ¿Al año?
8. ¿Conoces el misterio único e irrepetible del ritmo y la armonía del cuerpo femenino? (*La verdad, no existe música más perfecta en la Creación*).

notas

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.



MÁS A FONDO: El engaño de la pornografía y el mundo virtual

Hay un círculo que corre «entre la imagen y el ver, entre el ethos de la imagen y el ethos del ver. Así como la creación de la imagen [...] impone al autor, artista o reproductor, obligaciones de naturaleza no sólo estética, sino también ética, así también el “mirar”, entendido según esa misma amplia analogía, impone obligaciones a quien es receptor de la obra»⁵.

El cuerpo en su desnudez «expresa precisamente “el elemento” del don»⁶. Esto significa que como «elemento», el cuerpo desnudo es, por así decir, un «agente» por medio del cual la persona se entrega a sí misma a otro en la comunión de personas. El cuerpo siempre conlleva su propia dignidad, y eso significa que es posible representar el cuerpo humano desnudo en el arte sin convertir la persona en objeto. Juan Pablo II nos ofrece dos puntos que debemos analizar: el «**ethos de la imagen**» y el «**ethos del ver**», que se refieren al hecho de que cualquier expresión artística del cuerpo encierra en sí misma un carácter ético, de dos maneras: por *lo que representa* y por *el modo en que es vista*. Esto significa que ambos, tanto creadores como espectadores de un arte que retrata al cuerpo humano, tienen verdaderas responsabilidades morales.

Si los artistas (pintores, fotógrafos, actores, creativos, cineastas, bailarines, etc.) tienen como propósito despertar la lujuria de los espectadores con su arte, violan el ethos de la imagen. Por otro lado, el acto de ver físicamente una obra de arte que representa el cuerpo humano lleva consigo una responsabilidad para quien la ve: la responsabilidad de ver con pureza a la persona como sujeto para ser amado, antes que como objeto para ser usado. Ver arte, incluso de buen gusto, con pureza de corazón puede ser difícil, especialmente en nuestro ambiente cultural actual. Pero es posible mirar el cuerpo humano en su desnudez ordenadamente y con altura humana si dejamos que Cristo vaya redimiéndonos y redimiendo nuestros deseos.

La pornografía viola el ethos de la imagen y el ethos del ver porque existe una sola intención fundamental en este tipo de «arte» corporal: suscitar el deseo lujurioso y reducir a la persona «al rango de objeto, de objeto de “placer”, destinado a la satisfacción de la **concupiscencia** misma».⁷

En el primer caso, los que participan en la creación de la pornografía, toman una perspectiva íntima del cuerpo, que por derecho le pertenece a una relación interpersonal, y la convierten en un objeto de «propiedad pública». Una vez que esta violación sucede, el cuerpo, separado de su verdadero propósito, se convierte en un objeto para ser usado sin límites. Esto ofende profundamente el verdadero propósito del cuerpo como representación del don personal de sí mismo a otro por amor.

La pornografía es una tentación particularmente difícil para los hombres porque ellos responden más fácilmente a los estímulos visuales. Además, muchos niños, adolescentes y jóvenes que se exponen a la pornografía desde muy jóvenes se

hacen adictos a ella. Aunque muchas mujeres luego han aprendido a «arreglárselas» con la pornografía que ven los hombres, burlándose de ella o ignorándola, *la pornografía jamás puede ser tolerada en una relación*. La pornografía es en gran parte responsable del modo en el que los hombres habitualmente convierten en objeto a la mujer (**objetivación**), tratándolas como objetos de placer en lugar de como personas con dignidad.

Hoy en día le damos mucha importancia a nuestra apariencia física. Querer cambiar tu cuerpo y modificarlo es consecuencia de mirar tanto a otros y envidiar lo que no eres. Aceptar la realidad de quiénes somos y cómo somos, nos impulsa a saber darnos plenamente en el amor. Amar sin complejos, libremente, a tu futuro esposo o esposa es reconocer la verdad de quién eres y no compararte nunca con los demás. Debes aprender a hacerlo desde hoy. Deja de mirar a los demás virtualmente; no es una relación verdadera entre personas. Ver a otros sin que ellos sepan que son vistos por ti es engaño, es fantasía, es irreal.

Chicas, si quieren ser respetadas, exijan el respeto de los jóvenes con los que salen. No toleren la pornografía o lo que las degrade como mujeres. La mujer debe reconocer su belleza, como única e irrepetible, por ser persona. Por otra parte, cuida también tu intimidad, cuida lo que subes a Internet (*Facebook, YouTube, MySpace*, celulares, etc.), no exhibas tu misterio, tu ser femenino. Ten pudor y respeto de ti misma. A tu futuro esposo no le gustará que todos vean lo que un día le pertenecerá sólo a él. No te conviertas en un objeto para ser vista y usada para obtener placer.

Jóvenes, si quieren ser verdaderos hombres, miren a Cristo y permítanle purificar sus deseos. Pídanle la Gracia de ver a la mujer con respeto. Aprendan a amar, y las chicas de su entorno los respetarán y apreciarán tanto más por ello. Entiendan que llevan un corazón dentro, que mientras más se deja romper por la lujuria, el egoísmo, la falta de autodomínio, los excesos, el alcohol, la infidelidad... más incapaz es de amar y ser feliz.

LA CIENCIA Y LA TEOLOGÍA DEL CUERPO: El núcleo preóptico medial

«No le hago daño a nadie.» Son las palabras mágicas que muchos jóvenes suelen repetirse cuando la conciencia les reprocha su hábito de ver pornografía. Años más tarde, desearían haber estado en lo correcto. Aunque hayan visto las imágenes en pocos segundos, no las olvidarán durante muchos años.

¿Qué ocurre? Resulta que el núcleo preóptico medial –el centro de placer en el cerebro– es fácilmente adiestrable, así que cuando la excitación sexual acompaña a una imagen sexual, el cerebro aprende a asociar la excitación sexual con lo que esté experimentando. Por eso las empresas cosméticas pagan para que se incluyan muestras de perfume en las revistas pornográficas para hombres: quieren que los hombres las asocien con la excitación sexual, y sean así más propensos a comprar esos productos.

Los estudios realizados arrojan que las personas que ven pornografía están menos satisfechas con las manifestaciones afectivas, apariencia física, curiosidad sexual y «desempeño sexual» de sus parejas íntimas. Han condicionado su mente a buscar la excitación en fantasías pornográficas que presentan un estándar de belleza física irreal, meramente virtual y creada con técnicas fotográficas. Aun así, no importa lo perfecta que pueda ser la modelo, el hombre experimenta excitación seguida de insatisfacción y aburrimiento. Se ha comprobado que el usuario medio cambia de imagen en menos de cinco segundos. Si las modelos más seductoras apenas mantienen su interés unos pocos segundos, ¿qué esperanza tendrá la esposa? ¿Cómo puede ella esperar cautivarlo o llamar su atención?

El hombre que piensa que está en todo su derecho de excitarse con fantasías ya para cuando se casa tiene la idea de que el matrimonio será la plenitud de la pornografía. Entonces culpa a la esposa de no ajustarse a sus cánones personales de perfección corporal femenina. Salta a la vista que un matrimonio con estas condiciones sufrirá terriblemente, porque la capacidad del hombre para amar está seriamente pervertida. El hombre ha sido creado para *darse* (hacer un don de sí mismo) a su esposa, pero la pornografía le enseña un estilo de vida indulgente que sólo sabe *tomar*. Debe darse cuenta que el problema no está en que su esposa no es Miss Universo, sino en que él ha permitido que la pornografía lo convierta en un canalla dedicado a usar a la mujer en vez de amarla. Es alguien que no ama más que a sí mismo.

«Un hombre que, de joven, desarrolla un estilo de vida desordenado por la pornografía o la masturbación, casi siempre irá cargando con esos hábitos en su matrimonio, provocando un sufrimiento indescriptible a su esposa.»

— Christopher West

VÍVELO: Sobreponerse a la lujuria

Mucha gente joven que quiere vivir la pureza está tan enganchada a hábitos desordenados de lujuria, que liberarse de ellos parece imposible. Si es tu situación no te dejes llevar por el desánimo. Ponte metas alcanzables. Por ejemplo: «No voy a ver pornografía hoy» (o por una semana o por un período de tiempo que sabes poder lograr). Ganarás confianza en tu capacidad de vivir la pureza si te fijas sólo en las próximas 24 horas, en lugar de los próximos diez años. Dios sólo te pide que trates de vivir la pureza cada día: «A cada día su afán».

Para perseverar en tu deseo de llevar una vida de pureza, practica los siguientes pasos:

1. Aleja la tentación. Si luchas por vencer tu desorden de ver pornografía en Internet, utiliza filtros en tu computadora (investiga cuáles realmente funcionan y pide a alguien en quien confíes que escriba la contraseña

para que no puedas deshabilitarlo tú mismo). Si tu dificultad es mantener la pureza en tus relaciones, evita salir con las personas que provocan que salga lo peor de ti. Sal con personas con buenos principios, que te ayuden a ser mejor, personas con las que te podrías ver casándote. También puedes prestar atención a los consejos para salir en pareja que propone el capítulo 10. No importa cuáles puedan ser tus debilidades, puedes tener mucho más control de la situación de lo que quieres admitir.

2. Frecuenta los Sacramentos. Jesús dijo: «separados de mí, nada pueden hacer» (Jn 15,5). Entonces, si nos alejamos de la confesión y la Misa, va a ser sólo cuestión de tiempo para que volvamos a caer en nuestros malos hábitos. Algunos podrán decir, «he ido a Misa y me he confesado pero sigo pecando». Tenemos que darnos cuenta que los Sacramentos

no eliminan *nuestros deseos sexuales* ni las causas de tentación; más bien son como una medicina que nos ayuda a sanar *nuestro deseo egoísta* de lujuria. Y como toda virtud, la pureza no se forma de un día para otro. Debemos ser perseverantes para poner en orden el deseo de amar en nuestras vidas.

Además, es importante que no nos acerquemos a los Sacramentos buscando sólo lo que vamos «a sacar» de ellos. Nuestra relación con Dios se parece mucho a las relaciones humanas. Una relación en donde estás sólo para ver lo que vas a recibir no va a prosperar. Necesitamos aprender a darnos también. Cuando lo hacemos, los Sacramentos provocan cambios en nuestra vida. Encuéntrate con Cristo en tu iglesia local, o en la capilla de tu colegio, pasa tiempo allí frente al sagrario, frente a su cuerpo, en silencio. Sé generoso con tu tiempo. Compara el tiempo que pasas frente a una pantalla (de televisión o computadora) con el tiempo que pasas frente a Jesús. ¿No crees que faltaría un poco más de equilibrio en la repartición de tu tiempo?

- 3. Mantente ocupado.** San Juan Bosco advertía: «La primera trampa que el demonio le pone a los jóvenes es la ociosidad. Es la fuente fatal de todo mal». Es importante que nos mantengamos ocupados para no sentirnos aburridos o acabar sumidos en nosotros mismos en un estado medio depresivo. Practica un deporte.

Toma clases de guitarra. Sal con amigos. Participa en proyectos para ayudar a los menos afortunados que tú. Visita a los que están solos. Ten un pasatiempo. Pero, ¡por favor, haz algo! San Francisco de Asís decía: «Dedicate siempre a algo que merezca la pena; de esa manera el demonio te encontrará siempre ocupado».

- 4. Reza por la Redención de tus deseos.** Es muy bueno que estés ocupado, pero es mucho más importante estar con calma en la presencia de Dios a través de la oración. Si verdaderamente quieres vencer la lujuria, necesitas hacer más que sólo evitar la tentación. Hace falta un verdadero *cambio de corazón* para quedar *libre de la lujuria y libre para amar*. Pasar tiempo en silencio con Dios le permitirá a Él ir suavemente y poco a poco rehabilitando los deseos de tu corazón, transformándolos en deseos verdaderos, buenos y hermosos, ordenados hacia Él y hacia una vida de pureza. Podrías proponerte rezar diariamente esta oración: *Señor, tú que eres el dador de todos los dones, te doy gracias por el don de mi deseo sexual. Te entrego todos mis deseos, los santos y los impuros. Por favor destuerce los deseos de lujuria que existen en mí, lo que el pecado egoísta ha torcido en mi corazón. Ayúdame a cultivar la pureza en mi mente, corazón, alma y cuerpo. Ayúdame a experimentar el orden en el deseo sexual que me ayude a amar como Tú quieres que ame. Amén.*⁸



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Busca entre tus canciones y encuentra una que exprese la verdad en el lenguaje del cuerpo. Encuentra otra que exprese una mentira en el lenguaje del cuerpo. Contrástalas en un breve ensayo.

Tarea 2: Examina el pasaje bíblico de *2 Samuel* 11, 1-27, acerca del Rey David, y explica cómo esta historia revela las mentiras del cuerpo.

Tarea 3: Escribe un ensayo analizando el sufrimiento de Jesús, aplicando tus nuevos conocimientos sobre el lenguaje del cuerpo. ¿Qué signos y qué símbolos ves en lo que Cristo dijo con su cuerpo a lo largo de su vida en la Tierra? Concluye tu ensayo con tu análisis de la muerte de Jesús en la cruz.



ORACIÓN FINAL

«San Maximiliano Kolbe, por favor reza conmigo, para que yo, como tú, esté dispuesto a ofrecer mi cuerpo en sacrificio por los demás. **Amén.**»

Tarea 4 (ésta es una tarea que sólo deberá realizarse con consentimiento de los padres): Ponte a ver una hora de televisión y cataloga lo que ves en una hoja de cálculo:

- a. número de bromas sexuales
- b. referencias sexuales verbales
- c. insinuaciones sexuales
- d. escenas sexuales
- e. personajes vestidos sin pudor

Incluye los comerciales. Haz un breve resumen con tus conclusiones, haciendo notar de una manera especial la falsedad o verdad del lenguaje del cuerpo y los patrones que se repiten (ejemplo: la mayoría fueron chistosas, dichas por hombres, con doble sentido, para vender, etc.).



Proyecto 1. La pornografía y el cuerpo humano en el arte: Profundiza en la fuente primaria leyendo lo que Juan Pablo II dijo acerca del cuerpo humano en el arte y la pornografía, y sus connotaciones éticas. Puedes encontrar ideas relevantes en las audiencias del 22 y 29 de abril, y del 6 de mayo, de 1981. Escribe un ensayo que profundice sobre el significado del «ethos de la imagen» y el «ethos del ver».

Proyecto 2. Obras corporales de misericordia: La palabra *corporal* significa «con el cuerpo». ¿Qué mejor manera de vivir la Teología del Cuerpo que por medio de las obras corporales de misericordia? Son siete:

1. Alimentar al enfermo
2. Vestir al desnudo
3. Visitar al enfermo
4. Visitar a los encarcelados
5. Dar de beber al sediento
6. Enterrar a los muertos
7. Dar posada al forastero

Busca en qué instituciones o lugares podrías prestar un servicio, elige alguna de las obras de misericordia y realízalo allí. Cuando termines de hacerlo escribe un ensayo que resuma tu experiencia, haciendo hincapié en la respuesta que recibiste por tu generosidad, así como en el lenguaje del cuerpo de los otros, cuando expresaste con tu cuerpo la intención de servirles. Finalmente, reflexiona en cómo «ayudó» tu cuerpo para hacerlo y qué efecto tuvo en tu corazón atender a otros entregándote a ti mismo.

Anticoncepción. Cualquier acción antes, durante o después del acto conyugal, que deliberadamente atente contra e impida el potencial procreativo del acto. Estos actos son intrínsecamente malos y moralmente inaceptables.

Concupiscencia. «Puede designar toda forma vehemente de deseo humano» (CIC 2515). Se refiere aquí a lo que san Juan llama la «concupiscencia de la carne» (1Jn 2,16). A diferencia de la concupiscencia en sentido más amplio (ver el glosario del capítulo 1) la concupiscencia de la carne es el «apetito desordenado de placeres sensuales o sexuales».

Credo Nicenoconstantinopolitano. La más conocida declaración de la fe católica, lo que creemos. Se le llama así porque es una fusión de los credos redactados en el Concilio de Nicea (325) y en el Concilio de Constantinopla (381).

Ethos de la imagen o de la descripción. La responsabilidad que tiene todo artista de representar a las personas con dignidad, especialmente en la descripción y representación del cuerpo humano de manera artística.

Ethos del ver. La responsabilidad que tienen quienes contemplan una representación gráfica del cuerpo humano de ver a los seres humanos como personas con dignidad, no como objetos para ser deseados desordenadamente por la lujuria.

Fornicación. Tener relaciones sexuales fuera del matrimonio.

Lenguaje del amor. En general, las palabras que expresan verdad y compasión. Específicamente en relación al cuerpo: la verdad y la donación en totalidad de mi ser, comunicado por medio del cuerpo en el abrazo esponsal.

Lenguaje del cuerpo. La capacidad del cuerpo de expresar su propio lenguaje y comunicarlo sin palabras.

Objetivación. Acción de tratar a una persona como objeto, más que como persona, mediante acciones que hacen caso omiso de su dignidad inherente.

Unión en una sola carne. El abrazo de amor de una pareja casada mediante las relaciones sexuales, por medio de las cuales se hacen «una sola carne» (cfr. Gn 2,24). La Biblia enseña que esta unión es una prefiguración de la comunión total que tendremos con Dios en el Cielo (cfr. Ef 5,31-32).

Libre, total, fiel y fecundo



Jesús nos demostró, como Hombre, cómo ser plenamente humano entregándose todo entero por nosotros. La Virgen María, por su parte, es el modelo perfecto (¡¡la modelo perfecta!!) de lo que significa recibir el amor de Dios y compartirlo con los demás. Los dos amores, de Jesús y de María, proceden de una abundancia de Gracia vivificadora. Si la pregunta «¿Qué haría Jesús?» es un buen punto de partida para tomar una decisión moral, «¿Cómo amaría Jesús?» es donde hay que comenzar cuando se trata de construir una relación de amor que sea para siempre.

Lo primero que tenemos que recordar es que Jesús amó como su Padre deseó que amara. Esa relación implicaba tanto recibir como dar. Estar abiertos a recibir el amor de Dios nos ayuda a establecer relaciones con los demás caracterizadas tanto por el dar como por el recibir. Una relación de amor en la que se da y se recibe, tiene al menos cuatro características que podemos identificar. En este capítulo, vas a descubrir que *el amor de Jesús es libre, total, fiel y fecundo*, y descubrirás también lo que significa para todos nosotros que intentamos aprender a amar como Él ama, seguir su ejemplo de amor perfecto.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: Siguiendo a Tobías

Parado cerca del altar, me di la vuelta y miré atrás hacia la entrada. Podía ver su silueta a través de la vidriera de la puerta. Se escucharon las primeras notas suaves de un violín, y los asistentes se pusieron de pie para recibir a la novia. Yo trataba de aparentar calma ante mis amigos y me mordía el labio para que no vieran lo nervioso que estaba.

Por fin, se abrieron las puertas, y allí estaba ella. No soy de los que tienen visiones, y no quiero decir que vi una ese día, pero tuve una percepción incontrovertible de Dios Padre, con las manos detrás de quien estaba a punto de convertirse en mi esposa, diciéndome: «Aquí está. La pensé para ti. Te la entrego». Llegó hasta mí, y en el momento en que levantaron el velo y me fue entregada, ambos enjugamos las lágrimas de nuestros ojos.

Años antes de conocerla, recuerdo haber encontrado, en el Antiguo Testamento, la historia de dos jóvenes en busca del amor. El Arcángel Rafael escuchó el grito de estos dos corazones y llevó su súplica hasta el trono de Dios. Por la providencia de Dios, Tobías y Sara se conocieron y se enamoraron. En su noche de bodas, dirigieron sus corazones a Dios en gratitud y confianza. Tobías declaró que tomaba a Sara como esposa no por lujuria, sino por amor. Entonces, le pidió misericordia a Dios para los dos, para que llegaran juntos y felices a la vejez. Terminaron rogándole juntos a Dios: «Por favor, que así sea» (cfr. Tb 8: 7-9).

Yo sabía que los hombres de esa época se casaban alrededor de los 18 años. Me impactó ese joven, Tobías, diciéndole a Dios que se casaba con su prometida y le entregaba su vida no por lujuria, sino sólo por amor. En ese momento, yo decidí que quería decir la misma oración con mi futura esposa en la noche de bodas. Así que, mientras se acercaba la fecha de mi propia boda y luna de miel, memoricé la oración y traté de hacer mi corazón (y mi noviazgo) tan puro como el de Tobías.

Ahí, ante el altar, esa mañana, ella y yo hicimos juntos varias promesas frente a Dios y la Iglesia. Juramos que celebrábamos libremente el Sacramento del Matrimonio. Que queríamos entregarnos totalmente el uno al otro, y ser fieles hasta que la muerte nos separe. Finalmente, prometimos recibir los hijos que Dios nos enviara y formar así una familia. La noche llegó, y juntos nos arrodillamos, en una isla cerca de Tahití. Después de ayudarla a rezar conmigo la oración de Tobías, renovamos nuestros votos matrimoniales sin palabras.

La consumación de los votos matrimoniales en nuestra noche de bodas fue la renovación de los mismísimos votos que habíamos hecho esa mañana en el altar. Nuestra unión física fue un don libre del uno al otro, y como nuestro matrimonio, no estaba incitada ni impulsada por la lujuria. Vivimos el ser una sola carne, nos entregamos en cuerpo y alma total y fielmente, abiertos a la vida, como lo prometimos en el altar durante la Misa de nuestra boda. Nuestros votos se expresaron con nuestros cuerpos.

Repaso del capítulo 6

1. ¿Qué es el «lenguaje del cuerpo»?
2. ¿Cómo pueden los jóvenes irse entrenando desde ahora para la fidelidad en su futuro matrimonio?
3. Nombra dos maneras de decir la verdad con el propio cuerpo.
4. ¿En qué sentido la pornografía es una mentira del cuerpo?
5. ¿En qué sentido es la contracepción una mentira del cuerpo?

¿Sabías que...?

Jesús dijo que un esposo y esposa se hacen *una sola carne*. ¿Sabías que por las heridas después de una relación sexual, se pueden detectar las hormonas del varón en el coito e incluso el semen de la mujer?

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué sientes cuando lees una historia que describe a un joven como Tobías, que respeta y trata de esa manera a su esposa?
2. ¿Cómo te sentirías si tu esposa o esposo te pidiera que rezaran juntos la oración de Tobías?
3. ¿Por qué te sentirías así?
4. ¿Qué puedes ir haciendo desde hoy para dar más sentido a los votos matrimoniales, si un día te toca pronunciarlos al amor de tu vida?
5. ¿Cómo es que podemos hacer los votos verbal y corporalmente?
6. ¿Crees que los votos matrimoniales hoy se ven de manera diferente a cómo se veían hace 50 o 100 años? Si es así, ¿por qué?

ACORTANDO LA BRECHA

Siendo joven, tienes una oportunidad única, similar a la de Adán y Eva. En el libro del Génesis, leemos cómo ellos «despertaron» para encontrarse el uno al otro y descubrir el significado de su existencia, y el papel que tiene el cuerpo en ella. En la pubertad y la adolescencia, experimentas algo similar. De pronto, el significado de tu cuerpo adquiere toda una nueva dimensión en tu mente². Después de aprender los fundamentos de tu identidad como persona creada a imagen y semejanza de Dios, creada para amar, ya estás listo para conocer más al detalle el amor que estás llamado a vivir.

Estás todavía «despertando» al verdadero significado de tu cuerpo y la importancia de cómo puedes expresarte a través de él en tu vida. ¿Te vas dando cuenta de que determinas gran parte de tu futuro con tu cuerpo, según logres o no expresar hacia los demás tu misterio interior, ese misterio de Dios que vive y ama en ti? Tu futuro depende en gran medida de tu apertura hacia lo que Dios quiere para tu vida, y tu capacidad de entenderlo. Sea que estés llamado a consagrarte a Dios en el celibato, o a casarte y formar una familia, piensa que si no aprendes a recibir el amor de Dios, serás incapaz de amar a otra persona de la manera tan maravillosa como Cristo nos ha amado. No puedes dar lo que no tienes, lo que no te fue dado primero. Una vez que has recibido su amor, estás listo para dar el gran paso y vivir el amor al que estás llamado, el amor esponsal: libre, total, fiel y fecundo.

Escrutinio

Sacerdote: José y María, ¿vienen a contraer Matrimonio sin ser coaccionados, libre y voluntariamente?
Novios: Sí, venimos libremente.

Sacerdote: ¿Están decididos a amarse y respetarse mutuamente, siguiendo el modo de vida propio del Matrimonio, durante toda la vida?

Novios: Sí, estoy decidido. Sí, estoy decidida.

Sacerdote: ¿Están dispuestos a recibir de Dios responsablemente y amorosamente los hijos, y a educarlos según la ley de Cristo y de su Iglesia?

Novios: Sí, estamos dispuestos.

Consentimiento

Sacerdote: Así, pues, ya que queréis contraer santo Matrimonio, unid vuestras manos, y manifestad vuestro consentimiento ante Dios y su Iglesia (*se dan la mano derecha*).

Novio: Yo, José, te recibo a ti, María, como esposa y me entrego a ti y prometo serte fiel en la prosperidad y en la adversidad, en la salud y en la enfermedad, y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.

Novia: Yo, María, te recibo a ti, José, como esposo y me entrego a ti y prometo serte fiel en la prosperidad y en la adversidad, en la salud y en la enfermedad, y así amarte y respetarte todos los días de mi vida.

Confirmación del consentimiento

Sacerdote: Que Dios que unió a nuestros primeros padres en el Paraíso confirme este consentimiento ante la Iglesia y, en Cristo, les dé su bendición, de forma que lo que Dios ha unido, no lo separe el hombre. Bendigamos al Señor.

Resto: Demos gracias a Dios.

Bendición y entrega de los anillos

Novios: Recibe este anillo, en señal de mi amor y fidelidad a ti. En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo.

ASUNTO

En la historia con la que iniciamos este tema, hablamos de las cuatro partes de los votos matrimoniales: libre, total, fiel y fecundo. Ahora, piensa en lo que pasa cuando los votos en cuanto expresados sexualmente, son puestos de cabeza:

- **Libre:** Ninguna persona, ningún deseo te controla. Nadie te está forzando o presionando a amar. Tú obras libremente. **Lo opuesto:** Una relación sexual que, en vez de ser libre, es resultado de la presión al final de una salida, forzada en el abuso sexual, pagada en la prostitución, y ni siquiera libremente dada por la persona esclava de la lujuria.
- **Total:** No guardas nada para ti. Entregas todo de ti, sin reservas. **Lo opuesto:** En lugar del don total de sí: aventuras de una noche, sexo supuestamente «seguro», y esposos usando anticonceptivos que se niegan mutuamente su fecundidad.
- **Fiel:** Tienes un compromiso con tu esposa o esposo que guía y ordena todas tus acciones. Cumples tus promesas, sin importar que tus sentimientos cambien. Sigues comprometido con esa única persona hasta que la muerte los separe. **Lo opuesto:** En lugar de promover la castidad y la fidelidad, tenemos una cultura dominada por los «ideales» de *Esposas desesperadas* y *Sexo en la ciudad*.
- **Fecundo:** Tu amor es «dador de vida», porque es libre, total y fiel. Está abierto a la posibilidad de una nueva vida (si es la voluntad de Dios). La fecundidad es física (los hijos) y espiritual (los esposos). **Lo opuesto:** En vez de una relación sexual fecunda: una relación sexual esterilizada por la anticoncepción que no está abierta al amor que da vida.

¿Este desorden lo vivimos en nuestra sociedad? Desafortunadamente, muchos de estos puntos describen la actitud del mundo ante la sexualidad. Si le quitas una pata a una silla, se cae. De la misma manera, si le quitas cualquiera de las cuatro partes de los votos matrimoniales al regalo de la sexualidad, dejará de ser un verdadero regalo. En consecuencia, quienes se entregan a encuentros sexuales fuera del matrimonio no logran llenarse. Precisamente por eso los «expertos» de *Cosmopolitan*, *Maxim*, *Playboy*, etc. ofrecen infinidad de nuevas técnicas sexuales cada mes en las páginas de sus revistas. Pero los lectores de ese tipo de revistas, por más «técnicas» que ensayen, no podrán nunca cambiar el hecho de que fueron creados para entregarse totalmente a una persona en amor sponsal. Todo lo que no llegue a eso les dejará siempre insatisfechos.

Esta visión de la sexualidad humana no es una lista de cuatro reglas impuesta por la Iglesia que estamos obligados a cumplir. El orden de la sexualidad y del amor está escrito en nuestro corazón y estampado en nuestro cuerpo.



Si vivimos de acuerdo con el llamado a amar con la donación sincera de nosotros mismos, llegamos a ser imagen visible del amor de Cristo por la Iglesia. Muchas personas asumen que la Iglesia es enemiga del sexo. Todo lo contrario. ¿Sabías que el baldaquín que puedes ver sobre el altar en algunos templos católicos (como la basílica de San Pedro en Roma) representa la marquesina (baldaquín) de la cama nupcial? El simbolismo nos recuerda que en el altar durante la Misa, el Esposo (Cristo) entrega su Cuerpo (la Eucaristía) a su Esposa (la Iglesia), para que tengamos vida eterna. De la misma manera, como el esposo y la esposa renuevan su amor y votos matrimoniales al ser «una sola carne» en el lecho conyugal (el altar del sacrificio en su hogar) nosotros renovamos nuestro amor y unión con Cristo cuando pronunciamos «Amén» y recibimos su Cuerpo. San Pablo mencionó este simbolismo profundo cuando escribió: «Por eso, el hombre dejará a su padre y a su madre para unirse a su mujer, y los dos serán una sola carne. Éste es un gran misterio: y yo digo que se refiere a Cristo y a la Iglesia» (Ef 5:31-32).

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. Menciona ejemplos reales de: amor libre, amor total, amor fiel y amor fecundo.
2. ¿Crees que cuando las personas hacen los votos matrimoniales tienen intención de ser infieles?
3. ¿Por qué crees que es tan difícil para los casados ser fieles en la actualidad?
4. ¿Qué simboliza para la Iglesia el baldaquín arriba del altar?
5. Los esposos renuevan sus votos matrimoniales a través de _____.

Cuando un hombre y una mujer se casan, no simplemente *reciben* un Sacramento como lo recibieron en el Bautismo o en la Confirmación. Ellos *se hacen* un Sacramento. Se convierten en signo e instrumento del amor de Dios para la otra persona. El único otro momento en el que la persona se convierte en Sacramento es en la Eucaristía (Jesús), y, en cierto modo, en el Orden Sagrado, cuando un sacerdote se convierte en representante de Jesús (y de Su Amor). Está claro que debe haber algo profundamente importante que Dios desea enseñarnos con esto.

En la Última Cena (la primera Misa), Cristo dijo de la Eucaristía: «Esto es mi cuerpo, que es entregado por ustedes» (Lc 22,19). Es precisamente a través de la entrega total de Sí mismo que nos demuestra su amor por la Iglesia. Nosotros, los fieles, hemos recibido una invitación extraordinaria para responder al sacrificio de Cristo en cada Misa. Cuando el sacerdote, obrando *in persona Christi* (en la persona de Cristo), pronuncia estas palabras de Cristo, tenemos la oportunidad de ofrecer la totalidad de nuestro cuerpo a Dios, como si dijéramos: «Y éste es mi cuerpo; y te lo entrego a ti».

El corazón de un joven siente «deseo de mayor generosidad, mayor compromiso y un gran amor. Este deseo de más que es característico en la juventud; un corazón enamorado no calcula, no se duele en darse, quiere darse sin medida... No existe espacio para el egoísmo, y tampoco para el miedo. No tengan miedo, entonces, cuando el amor les exige darse. No tengan miedo cuando el amor les pida sacrificio. El amor verdadero es exigente. Fallaría en mi misión si no se lo dijera. El amor exige un compromiso personal a la voluntad de Dios».

— Juan Pablo II, 1º de octubre de 1979, Boston, Estados Unidos.

De una manera similar, los esposos expresan su amor el uno al otro a través de la entrega libre, total, fiel y fecunda de sí mismos. Así que este llamado al amor está estampado no sólo en nuestros cuerpos sino en el mismo Cuerpo de Cristo en la Eucaristía! Esto no es sexualizar la Eucaristía. Es darse cuenta de la sacralidad de la sexualidad.

Desde el principio de la Biblia hasta el final, existe una comparación o analogía específica que Dios utiliza más que ninguna otra para expresar su amor hacia nosotros: el amor de un esposo por su esposa. La historia del amor de Dios en la Biblia comienza en el Génesis con el matrimonio de Adán y Eva y concluye con el libro de la Revelación (Apocalipsis) en donde leemos acerca del matrimonio del Cordero: la unión de Cristo y la Iglesia en el Cielo. La realidad es que cuando el amor de la esposa y el esposo es en entrega total, hace visible el amor de Dios al mundo. Por eso, la pregunta clave que debemos hacernos en cuestiones de moral sexual es ésta: ¿Estoy expresando el amor de Dios con mi cuerpo libre, total, fiel y fecundamente?

Aplica este criterio a cualquier tema relacionado con la sexualidad, y rápidamente podrás comprobar cómo la lujuria introduce una falsificación. Por ejemplo, la pornografía no es entrega total de sí, ni fecunda, ni fiel; y te convierte en un esclavo. La **masturbación** nunca es entrega a otro, no es fecunda y tampoco es fiel. Con frecuencia no es tampoco un acto libre ya que puede convertirse en una adicción difícil de resistir. Por más que algunos argumenten que los **actos homosexuales** pueden ser libres entre personas mutuamente comprometidas, estos actos no pueden ser fecundos ni de entrega total de una persona a otra, y no son fieles al plan de Dios para el amor. La anticoncepción contradice todas las cuatro características del amor (lo veremos en el capítulo 8). Ninguno de estos actos refleja el amor de Dios. Tuercen el significado y grandeza de la sexualidad y el amor como Dios lo pensó y no alcanzan a realizar el propósito de la sexualidad. Quizá por eso el célebre pintor español Salvador Dalí dijo: «La única manera de hacer el amor es como Sacramento».



PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿De qué manera el matrimonio, mejor que ninguna otra cosa, nos muestra el amor libre, total, fiel y fecundo de Cristo?
2. ¿Qué símbolo o analogía se utiliza más que ninguna otra a lo largo de toda la Biblia para describir el amor que Dios nos tiene? ¿Por qué crees que esta analogía se utiliza tan frecuentemente?
3. ¿Cuál es la pregunta que te puede ayudar a juzgar la moral de un acto sexual?
4. ¿Por qué la pornografía no refleja el amor de Dios? ¿Y qué puedes decir de la masturbación, los actos homosexuales y la anticoncepción?

Ejercicio: promesas de amor

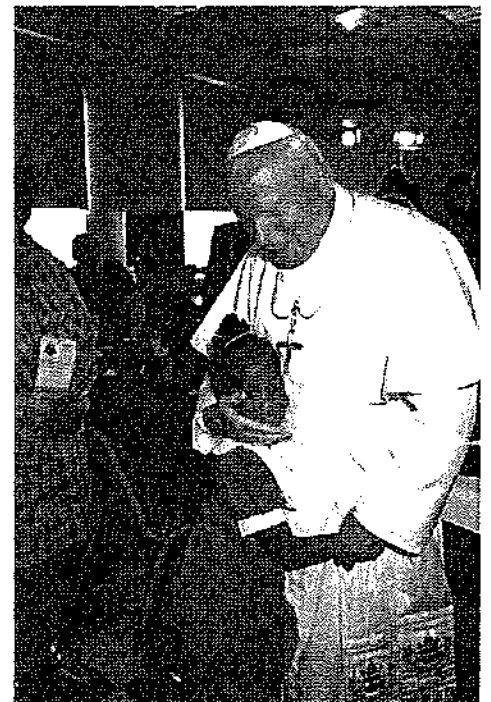
Para saber si el amor entre un esposo y una esposa es reflejo del amor (libre, total, fiel y fecundo) de Cristo, compara los votos matrimoniales de la izquierda con el Evangelio acerca de Jesús a la derecha. Comenta las similitudes:

Votos del amor esponsal	versus Amor esponsal de Cristo
¿Vienen a contraer matrimonio sin ser coaccionados libre y voluntariamente?	«Yo doy mi vida para recobrarla... Nadie me la quita, sino que la doy por mí mismo» (Jn 10,17.18). «Ámense los unos a los otros, como yo los he amado» (Jn 15,12).
¿Están decididos a amarse y respetarse mutuamente, siguiendo el modo de vida propio del Matrimonio, durante toda la vida?	«Yo estoy con ustedes todos los días hasta el fin del mundo» (Mt 28,20).
¿Están dispuestos a recibir de Dios responsable y amorosamente a los hijos, y a educarlos según la ley de Cristo y de su Iglesia?	«Yo he venido para que tengan Vida, y la tengan en abundancia» (Jn 10,10).

¿Te acuerdas del dilema de los Apóstoles cuando no tenían comida que darle a una multitud numerosa y hambrienta (cfr. Jn 6,9)? Andrés había visto a un niño que traía dos peces y cinco panes en una canasta, pero dudaba que esa pequeña cantidad de comida sirviera para algo. Jesús no reprendió a Andrés por dudar, simplemente aceptó lo que el niño llevaba y obró el milagro: hubo suficiente comida para saciar el hambre de 5.000 personas, y ¡sobraron doce canastas de comida! Dios puede obrar maravillas también por medio de nosotros, aunque nosotros dudemos de ello, incluso aunque creamos que lo que tenemos para ofrecerle es poco, insignificante o impuro. Entrégale a Él tus dudas, esa batalla que tienes para «ver» tu cuerpo como un don. Pídele que te ayude a apreciar y respetar tu cuerpo como Él lo hace y a tratarlo como el tesoro que es.

Decía san Bernardo que sólo cuando una presa se llena de agua puede derramarse sobre los valles y campos cercanos, llenándolos de vida. Y nosotros, sólo cuando nos llenamos del amor de Dios, recibiendo todo lo que nos quiere dar, somos capaces de ofrecer al otro (esposo o Iglesia) el don del amor de Dios. A través de la donación total y libre de nuestros cuerpos, somos capaces de darnos fielmente al otro, y también recibir fielmente del otro. Este dar y recibir crea una relación fecunda que da vida al otro y al mundo. Es lo que Dios le pidió a la Virgen María para convertirse en don. Él la eligió, y Ella dijo sí. En ese momento *recibió* al Espíritu Santo a la vez que *se donaba* a Dios con una entrega libre, total y fiel: «He aquí a la esclava del Señor: hágase en mí según tu Palabra» (Lc 1,38), fecundada por el mismo Espíritu. Fue precisamente la *recepción* del amor de Dios que le permitió donarse a sí misma y donar al mundo a su Hijo Jesús, el Salvador de la humanidad.

Juan Pablo II constantemente nos señala a Cristo. Él sabía que en Cristo encontramos el camino, ejemplo e inspiración del verdadero amor. ¿Acaso ha existido en la historia un signo más perfecto de *amor con el cuerpo* que la muerte de Cristo en la cruz?



- Jesús nos demostró en su Pasión y muerte lo que significa verdaderamente un amor libre. Pudo haber escapado del sufrimiento que implicaba el entregarse en sacrificio, pero libremente eligió obedecer al Padre y libremente entregó todo lo que tenía.
- Dando todo lo que tenía, al extender los brazos y dejar que le clavarán a la cruz para abrazarte a ti y a toda la humanidad, Jesús nos enseñó cómo es un amor **total**. Se despojó de sí mismo tomando condición de siervo, haciéndose semejante a los hombres... y se humilló a sí mismo, obedeciendo hasta la muerte y muerte de cruz» (Fil 2, 7-8).
- Jesús fue **fiel** a la voluntad de Su Padre y fiel a cada uno de nosotros. Abrazó la cruz, y a cada paso de su camino doloroso eligió ser fiel a ti. Pensó en ti y entregó su vida por ti, para salvarte. Te fue fiel, y te será siempre fiel.
- No ha existido una vida y una muerte más **fecundas** que la de Jesucristo. Su vida trajo el Cielo a la Tierra con la encarnación (Dios que se hizo hombre; su muerte te dio la vida eterna y abrió las puertas del Cielo a toda la humanidad, salvando la brecha entre Dios y el hombre creado por Adán y Eva). La vida de Adán nos trajo la muerte. La muerte de Jesús nos ha restaurado la vida.

Dios nos comunicó el amor que nos tiene entregando su cuerpo por nosotros. Es por esto que la Iglesia ha obedecido a Jesús, repitiendo sus palabras diariamente durante dos mil años en ese sacrificio de amor que es la Misa, cuando el sacerdote dice, *in persona Christi*: «Éste es Mi Cuerpo, que será entregado por ustedes». Al mismo tiempo, el «sí» de María («hágase en mí según tu voluntad») también nos anima a recibir con sencillez y humildad el amor de Dios para poder ofrecerle nuestros corazones mediante el don de nuestros cuerpos.

Las palabras y ejemplo de Jesús y María nos recuerdan para siempre el amor libre, fiel, total y fecundo que comenzó con la concepción en el vientre de María y culminó sobre la Cruz. De esta manera, ambos, Jesús y María, nos enseñan el camino a seguir. Como jóvenes llamados a vivir la castidad, encontramos en ellos los modelos más altos de vida, que nos enseñan cómo vivir y amar en orden, amando de verdad.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Te reconoces como un don capaz de merecer que otro se sacrifique por ti? ¿Por qué sí, o por qué no?
2. La verdad es que sí eres digno del sacrificio y amor de otro. ¿Qué puedes hacer para aceptar y vivir mejor de acuerdo a esa verdad?
3. ¿Qué regalo es realmente digno de ser entregado a un esposo o esposa?
4. ¿Qué nos enseña la imagen de la presa?

5. Describe el amor libre, total, fiel y fecundo de Cristo en la cruz.
6. Describe el amor libre, total, fiel y fecundo de María.
7. ¿Cómo puedes, a tu edad y en tu estado de vida, ofrecerte como Dios lo quiere de una manera libre, total, fiel y fecunda a los demás?
8. Contrasta tus capacidades y oportunidades para amar con las que tiene una persona casada. ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?



MÁS A FONDO: Homosexualidad

Para entender las enseñanzas de la Iglesia sobre la homosexualidad, podrías leer la Biblia, revisar el Catecismo, o estudiar la historia de la Iglesia. Sin embargo, podemos también mirar el cuerpo humano. Su diseño no es un accidente; fue creado por Dios con un orden y un propósito que se hace evidente. Por ejemplo, resulta obvio que la oreja fue creada para escuchar, no para rascarte cuando tienes comezón. Nuestros ojos fueron creados para mirar la belleza de las rosas, no para olerlas. Estas verdades que tienen su origen en la naturaleza, como la gravedad y otras verdades de la ciencia, son llamadas *leyes de la naturaleza*, y se aplican a toda la Creación (incluyendo nuestro cuerpo). Tienen que ver con cómo las cosas funcionan desde un punto de vista científico.

Existe otra ley, la **ley natural**, que gobierna específicamente el comportamiento del hombre (la única criatura racional en la Tierra) y está escrita en la naturaleza de cada persona. Consiste en un conjunto de principios morales que nuestra razón discierne espontáneamente ante la consideración de la naturaleza física, psicológica, racional y espiritual con que fuimos dotados por Dios en la Creación. Se trata de realidades que necesitamos para poder vivir el plan amoroso de Dios para nuestra felicidad. Los actos que nos acercan al fin de la felicidad son moralmente buenos, y los que nos alejan de la felicidad son malos. La ley natural nos dice cuál es cuál, y su propósito es enseñarnos el camino de la felicidad.

Podemos ver nuestro cuerpo y descubrir que fue creado con un orden perfecto y con determinadas funciones. Estas funciones deben operar en orden, de acuerdo con lo que es bueno y dándole plenitud a la ley natural. Sin embargo, no siempre ordenamos nuestros deseos de acuerdo con la ley natural. Si tomamos el ejemplo de quien transgrede la ley natural *biológica* (en vez de la ley natural *moral* de que estamos hablando), nos resulta bastante claro. ¿Qué pasa con una persona que desea comer tierra en lugar de comida? Será porque *su deseo subjetivo no se ajusta al orden objetivo* de su cuerpo. Está desacatando el propósito para el cual su boca y sistema digestivo fueron diseñados. El que este hombre sea libre para hacer lo que hace no quiere decir que cada deseo de su psique resulte



beneficioso para él y le depara la felicidad. La ley natural de su propio cuerpo lo invita a elegir lo que es objetivamente bueno, como lo es comer comida nutritiva, no tierra. A la ley natural le concierne lo que *debemos* hacer –lo que nos hace felices–, no simplemente lo que *podemos* hacer³. Ésta es una distinción clave.

Con esto en mente, hagamos un rápido análisis de la **homosexualidad**, viéndola desde la perspectiva del diseño de Dios para el cuerpo humano así como del don de la sexualidad.

¿Se te ha ocurrido alguna vez que el cuerpo del hombre realmente no tiene mucho sentido sin poderlo cotejar con el cuerpo de la mujer? Es algo tan obvio que probablemente nunca nos hemos detenido a pensar en ello. Pero es verdad. Si en el mundo sólo existieran hombres, no verían el propósito de su diseño. Y lo mismo podemos decir de la mujer. El cuerpo de la mujer ha sido creado para recibir el cuerpo de un hombre, no el de una mujer. Los dos se complementan uno a otro en todos los niveles. El espermatozoide y el óvulo no tienen sentido alguno aislados el uno del otro. Nosotros existimos por el milagro de la unión de los dos.

Aun a nivel microscópico, el hombre y la mujer han sido creados el uno para el otro. Por ejemplo, el sistema inmunitario de la mujer está diseñado para atacar cualquier sustancia extraña que entre en su sistema reproductivo. Sin embargo, existe una sustancia en los espermatozoides y líquido seminal del hombre que le «dice» al sistema inmunitario de la mujer que esté tranquilo. Esto permite que los espermatozoides viajen con seguridad hacia el óvulo para fecundarlo. También ayuda a que el cuerpo de la mujer acepte al niño recién concebido.

Nuestros órganos sexuales no tienen el mismo claro propósito si los confrontamos con una persona del mismo sexo. De hecho, usándolos de esta manera puede incluso dañar físicamente a la persona (de manera similar a lo que le ocurre a la persona que elige comer tierra). Usar de manera intencionada el cuerpo de un modo que radicalmente va en contra de su orden y propósito natural –es decir, *abusar* de él– es tratarlo como un objeto para ser usado de acuerdo con los deseos subjetivos. Esto hace caso omiso de la integridad del cuerpo y en último término lo aísla de su ser persona, cuerpo y alma. De esta manera, el cuerpo se convierte en un esclavo de la voluntad en lugar de un elemento integral que expresa a la persona. Abusar del cuerpo humano, tratándolo como un objeto para ser usado, contradice la ley natural y el estupendo diseño que Dios le ha dado para que la persona entera –cuerpo incluido– pueda alcanzar una incomparable felicidad.

Este diseño natural está impreso en cada hombre y cada mujer, así que puede decirse que el cuerpo de cada persona, desde el punto de vista de la ley de la naturaleza y de la ley natural, está orientado al sexo opuesto. Sin embargo, no tienen esta orientación las inclinaciones de todos. Así que mientras que todos estos hechos biológicos son muy interesantes, no le hacen la vida más fácil a las personas que luchan con la atracción hacia el mismo sexo.

notas

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

VÍVELO: Libre, total, fiel y fecundo (LTFF) en el mundo real

¿Alguna vez has sentido tal enojo con tu computadora que has querido lanzarla por la ventana? Quizá el problema fue causado por un virus que te llegó por un amable correo reenviado por un amigo. O quizá es que tu computadora tiene menos memoria que tú cuando te preguntan a qué hora llegaste la noche anterior. Sea cual sea la razón, en algún momento te sentiste frustrado porque tu computadora no funcionaba como cuando era nueva. Y tampoco tú. Eso es lo que hace el pecado. El egoísmo disminuye nuestra capacidad, bloquea la comunicación con Dios, y nos aparta de vivir la vida de paz y pureza a la que hemos sido llamados.

Vivir el concepto de LTFF es posible. Millones lo hacen, inspirados por este llamado a vivir como vivieron los santos (no de estampita, sino de a pie, en pie de lucha). No importa dónde estás en tu vida en este momento, puedes empezar a vivir la santidad. Pero antes de que puedas «descargar» la Gracia de Dios necesaria para vivir el reto, necesitas «desprogramarte» un poco, o quizá reinstalar todo tu sistema operativo.

Acepta el reto de 4 días

Día 1: LTFF significa huir de todo lo que es egoísta en tu vida. El mundo nos programa para ser egoístas, así que primero debes «desenchufarte» del mundo, desconectándote de todas las influencias que te pongan en peligro. Intenta pasar un día entero libre de tecnología. «¿Qué? ¿Estás loco?», podrás pensar. No, no loco sino enfocado. Recuerda, antes de que Dios pueda «reprogramarte», tal vez necesites desprogramarte. No prendas la televisión en todo el día. No uses tu computadora. Si, leíste bien: ni correos electrónicos, ni *chat*, ni *Facebook*, ni *twitter*... Apaga tu celular. ¡Se puede vivir desconectado de la tecnología! Y finalmente, no escuches música, ni siquiera música que eleve tu alma. NADA. Ve si puedes hacerlo por un día. Rétate a ti mismo. Lo primero que vas a descubrir es que el silencio te vuelve loco... al principio no vas a saber qué hacer «con el silencio». Pero aprenderás a amar el silencio, a medida que el silencio ocupa más espacio en tu mundo.

Día 2: Después de pasar un día «sin medios de comunicación», trata de lograr algo más difícil. Niégate por un día todos tus deseos. Cuando tus papás te pidan algo deja inmediatamente de hacer «lo tuyo» y haz lo que te piden. ¡Prepárate, porque les puede dar un *shock* si lo haces!

Pregúntales a tus amigos, novio o novia, adónde quieren ir ellos en la noche. Deja que tus papás pongan su música en el coche. Ni siquiera se te ocurra preguntar qué hay de comer. Lo que haya, cómelo aunque no te guste, y con buen ánimo.

Día 3: En este día vas a servir a los demás. No vas a salir a ningún lado, ni vas a estar pegado a alguna pantalla. Vas a lavar, limpiar, arreglar, trapear, aspirar, ordenar... jugar con tus hermanitos o vecinos y ayudar en todo lo que puedas a los demás. Así es el plan del día de hoy, no vas a hacer ninguna actividad para ti, vas a servir y ayudar a los demás. Si en tu casa no puedes hacerlo, ve a la iglesia, orfanato, asilo, cárcel, hospital más cercano y ofrece tu día y haz lo que te pidan.

Día 4: Ve a la iglesia, o a la capilla del Santísimo y pasa tiempo con Él. Si el Santísimo no está expuesto, Jesús está ahí todo entero: cuerpo, sangre, alma y divinidad. Quédate con Él por lo menos 30 minutos (una hora sería incluso mejor). Escribe en un papel los siguientes versículos y lléallos contigo, o márcalos en tu Biblia. Lee y medítalos en tu oración ante Jesús y pídele que te revele, en lo profundo de tu corazón, lo que significan para tu vida en este momento.

«Ya no vivo yo, sino que Cristo vive en mí: la vida que sigo viviendo en la carne, la vivo en la fe en el Hijo de Dios, que me amó y se entregó por mí.»

Gal 2,20

«Por la misericordia de Dios ofrézcanse ustedes mismos como una víctima viva, santa y agradable a Dios: éste es el culto espiritual que deben ofrecer. No tomen como modelo este mundo. Por el contrario, transfórmense interiormente renovando su mentalidad, a fin de que puedan discernir cuál es la voluntad de Dios: lo que es bueno, lo que le agrada, lo perfecto.»

Rom 12,1-2

Si sigues estos «ejercicios espirituales» durante cuatro días, te sorprenderá ver de manera bastante distinta el llamado a amar libre, total, fiel y fecundamente, y habrás tomado un paso importante hacia tu madurez espiritual; estarás un paso más cerca de amar como lo hace Jesús.



APLICALO APRENDIDO

Tarea 1: Basándote en la oración de Tobías 8, 1-9, escribe tu propia oración para vivir en orden y pureza el amor, y que podrías usar en tu noche de bodas si estás llamado al matrimonio.

Tarea 2: Lee la Encíclica del papa Pablo VI, *Humanae Vitae* («Sobre la vida humana») —especialmente la número 9— y escribe un ensayo en donde relaciones los cuatro pilares de este tema (libre, total, fiel y fecundo) a las diferentes áreas de este documento.

Tarea 3: Piensa en un matrimonio que conoces y admiras, y describe cómo viven ese amor libre, total, fiel y fecundo al que se comprometieron el día de su matrimonio, a la luz de los textos principales usados en las bodas católicas:



Proyecto 1. Las profecías del *Humanae Vitae*: En el número 17 de la Encíclica *Humanae Vitae*, el papa Pablo VI hizo varias predicciones acerca de las consecuencias que tendría el uso de los anticonceptivos en la cultura. Lee esta sección de la Encíclica y haz una presentación en video uniando las predicciones del Papa con lo que está sucediendo hoy en la sociedad.

Proyecto 2. Conoce el Catecismo: Lee el Catecismo (CIC 2351-2359) y escribe un ensayo o haz una presentación en computadora detallando por qué la masturbación, la pornografía, la prostitución, la violación y la homosexualidad nunca pueden ser expresiones de un amor libre, total, fiel y fecundo. En tu conclusión, echando mano de lo que has aprendido en este capítulo y en el Catecismo, propón tres recomendaciones que ayuden a las personas que sufren estos desórdenes a superarlos.



ORACIÓN FINAL

«Beata Madre Teresa, por favor pide por mí, para que yo, como tú, pueda aprender a entregarme por completo, cada día, en el servicio y en el amor a cada persona que encuentre en mi vida. **Amén.**»



Actos homosexuales. Actos de estimulación genital con una persona del mismo sexo. De acuerdo con el Catecismo: «los actos homosexuales son intrínsecamente desordenados. Son contrarios a la ley natural. Cierran el acto sexual al don de la vida. No proceden de una complementariedad afectiva y sexual verdadera. No pueden recibir aprobación en ningún caso» (CIC 2357).

Amor fecundo. Amor que da vida, porque es libre, total y fiel. Físicamente está abierto a la procreación, y también espiritual y emocionalmente es generador de vida.

Amor fiel. Amor que es compromiso, que guía en adelante todos los actos. Cumple las promesas hechas, no importe cómo cambien tus sentimientos.

Amor libre. Amor que no es controlado o manipulado por otra persona o por un deseo desordenado. Nadie te obliga a «amar». Amas libremente porque lo deseas.

Amor total. Amor sin ataduras ni reservas, que no guarda nada. El amor de quien se dona enteramente a la otra persona.

Homosexualidad. Atracción sexual hacia una persona del mismo sexo. La inclinación homosexual es un desorden pero no es pecado en sí misma, porque no es libremente elegida.

Humanae Vitae. Encíclica del papa Pablo VI sobre la vida humana, de 1968. Es conocida por su clara y definitiva enseñanza sobre el carácter inmoral y pecaminoso de la anticoncepción, porque ésta separa el acto conyugal de uno de sus propósitos intrínsecos: la procreación.

In persona Christi. Frase latina que significa literalmente «en la persona de Cristo», describiendo la identificación del sacerdote y sus acciones, cuando celebra los Sacramentos y predica la Palabra de Dios, con la Persona y las acciones de Cristo, al que representa.

Ley natural. La ley o propósito que Dios ha dejado «escrito» o «grabado» en el corazón, la inteligencia y el cuerpo del hombre y la mujer.

Masturbación. «La excitación voluntaria de los órganos genitales a fin de obtener un placer venéreo... es un acto intrínseco y gravemente desordenado» (CIC 2352). En lugar de entrenar a la persona para entregarse en el amor, la masturbación la vuelve egoísta.

Matrimonio



Dios creó el Matrimonio para ser un Sacramento hermoso por el que un hombre y una mujer se entregan totalmente el uno al otro y se hacen una sola carne. Dios creó el matrimonio para ser la piedra angular de la civilización. Desgraciadamente, la historia ha demostrado que el plan no es tan simple como parece.

En vez de experimentar en él el amor de Dios y «saborear el Cielo en la Tierra», demasiados hombres y mujeres ven el matrimonio como un riesgo que no vale la pena correr. Sin embargo, Cristo ha redimido el matrimonio, y nos ofrece una probadita del gozo que vamos a vivir en el Cielo: en su sacrificio por amor a la Iglesia, descubrimos no sólo el amor que Dios nos tiene, sino también el modelo de amor esponsal que se puede vivir en el matrimonio.

La Teología del Cuerpo resalta la capacidad de la mujer para ser imagen de la Iglesia y la capacidad del hombre para ser imagen de Cristo como iniciador del don de sí, es decir, alguien que ama y sirve con generosidad. El Sacramento del Matrimonio entre un hombre y una mujer sirve como imagen tangible y rotunda del amor de Dios por cada uno de nosotros, sus hijos. Al ir aprendiendo más acerca del matrimonio, aprenderemos a vivir de acuerdo con la finalidad de nuestra vida (amar y ser amados), a pesar de una cultura que nos enseña lo contrario (el egoísmo), porque ha perdido su sentido del valor del matrimonio.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: El amor lo puede todo

Dave Roever creció en Texas, en una buena familia cristiana donde aprendió a creer en la fidelidad a Dios, a su familia y a su patria. Un día, en los pasillos de la preparatoria, le dijo a Brenda, una chica que le gustaba mucho, que la amaba. A ella le pareció que se pasaba. Le propinó un manotazo en la cara y le dijo que no se lo volviera a decir nunca, si no era realmente sincero.

Algunos años más tarde, cuando había podido pasar más tiempo con ella, saliendo con ella y mostrándole, con su pureza, que realmente la quería, le pidió que se casara con él. Brenda dio su sí, y se casaron. Era el 15 de julio de 1967.

Al poco tiempo de casados, Dave recibió una carta de servicio militar obligatorio: lo llamaban a servir con las fuerzas armadas en la guerra de Vietnam. No quería morir pero tampoco quería escabullirse de la obligación, así que eligió servir en las fuerzas navales, pensando que le tocaría estar seguro en alta mar y no en los combates feroces de la selva vietnamita. En cambio, le tocó ser seleccionado para formar parte de una unidad especializada que se dedicaba a patrullar los ríos de la selva. Después del período de entrenamiento, tuvo diez días para pasar en casa con Brenda, antes de partir. Al despedirse, la besó y le prometió: «Niña, volveré sin una sola cicatriz»¹. No lo sabía, pero la palabra *cicatriz* muy pronto adquiriría un sentido completamente nuevo para Dave Roever.

En Sa Sac, al sur de Saigón, se incorporó a la División de Río 573 y fue enviado a luchar en el frente contra los Vietcong. A lo largo de los ocho meses siguientes, Dave mantuvo su fe. Le habían entrenado a permanecer fiel a los hombres con los que servía, y a Brenda, su esposa. Aunque muchos de sus compañeros buscaban evadirse en las drogas, la pornografía o las prostitutas, Dave permaneció fiel a sus votos. Estaba enamorado, y estaba ahorrando todo su salario para llevárselo de regalo a Brenda, en vez de gastarlo en una satisfacción personal frívola.

Era julio de 1969. Ya le habían dado permiso para ir a pasar cinco días en Hawaii. Allí se vería con Brenda para una «segunda luna de miel». Una semana antes de partir, su unidad fue emboscada mientras patrullaba el río; lograron sobrevivir pero algo —una bala o un fragmento de granada— hirió a Dave en la mejilla. Afortunadamente la herida fue pequeña; tuvieron que coserle. Dejaría seguramente una cicatriz, pero no muy grande. Estaba agradecido de no haber muerto. Sin embargo, el día siguiente sería el día que cambiaría su vida para siempre.

Ese día, el 26 de julio de 1969, en Thu Thua, casi en la frontera con Camboya, la unidad de Dave fue enviada a realizar un viaje de reconocimiento a la misma zona donde los habían atacado el día anterior. Acababan de apagar los motores de la lancha para acercarse silenciosamente a la ribera del río cuando Dave sintió que algo no iba bien. Agarró rápidamente una granada de fósforo blanco,

Repaso del capítulo 7

1. Menciona las cuatro cualidades del amor-donación.
2. ¿De qué manera los esposos renuevan constantemente sus votos matrimoniales?
3. ¿De qué manera el Sacramento del Matrimonio difiere de los Sacramentos del Bautismo y de la Confirmación?
4. ¿Cómo puedes prepararte para entregarte como don a otro?
5. ¿De qué manera tanto Jesús como María ejemplificaron el amor fiel, total, fecundo y libre?

la activó y levantó el brazo para lanzarla, a fin de crear una cortina de humo que les daría oportunidad de escapar.

Entonces, el mundo pareció explotar. Un tiro de un francotirador había perforado la mano en que Dave tenía la granada. Ésta estalló. En un instante, todo su cuerpo estaba en llamas, y el lado derecho de su cara quedó enteramente desprendido y destrozado por la llamarada intensa, de 5.000 grados de temperatura. Saltó al agua y logró nadar hasta la orilla, donde cayó inconsciente, todavía incendiado. Lo sacaron de allí lo más rápido que pudieron; en el helicóptero que lo llevaba, el paramédico pensó que estaba muerto, y lo estaba marcando como cadáver cuando Dave logró susurrarle: «Paramédico» —éste casi se cae del helicóptero del susto. Lo llevaron a Japón, y después de algún tiempo de recuperación, lo repatriaron a San Antonio.

Su compañero de cuarto era un soldado que estaba quemado totalmente de pies a cabeza. Dave escuchó a la esposa de ese hombre entrar y aventarle el anillo matrimonial a sus pies. «Jamás podría volver a caminar por la calle a tu lado», dijo, y se marchó. Mientras Dave esperaba la primera visita de su propia esposa, esperaba lo peor. ¿Cómo podría él, un monstruo al que le faltaba la mitad de la cara, pensar en siquiera pasar tiempo en la compañía de una mujer tan hermosa como Brenda, mucho menos seguir siendo el amor de su vida?

Allí estaba él, la cáscara mutilada de lo que quedaba de un hombre que hacía ocho meses se había despedido de su esposa con un beso. Sólo podía esperar horrorizado el momento. Finalmente, Brenda llegó. Sin poder identificar a Dave por su apariencia, se acercó a su cama y comprobó su nombre en el expediente médico y en la etiqueta que tenía en el brazo para asegurarse que era él. Entonces, se arrodilló junto a su cama y lo besó... en la cara. «Quiero que sepas que te amo», le dijo, mientras le miraba al único ojo que le quedaba, «bienvenido a casa, Davey»².

Brenda se quedó tanto tiempo como se lo permitieron ese día, y con su amor hizo que la esperanza renaciera en el corazón de Dave.

Dave comenzó a experimentar la grandeza y la belleza del amor como nunca lo imaginó cuando dijo apenas dos años antes: «Sí, acepto». El «Sí, acepto» de Brenda se convirtió en un compromiso diario. Ella había pronunciado sus votos matrimoniales con plena conciencia y fue fiel a ellos. El cuerpo de Dave permaneció desfigurado y Brenda permaneció totalmente fiel. Dios fue fiel a ellos y ahora, 39 años después, siguen compartiendo este amor prodigioso con sus dos hijos y varios nietos, que son testigos de la fecundidad en un matrimonio fiel.

El suyo es un matrimonio hecho en el Cielo, fortalecido en la guerra y cincelado para siempre en los votos fielmente vividos de un amor que quema más profundamente que cualquier granada y habla más fuerte que cualquier herida.



PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Por qué crees que Brenda era capaz de amar a Dave, aun cuando su cuerpo no era atractivo?
2. ¿De qué manera el amor de Brenda fue heroico y sencillo a la vez?
3. ¿Qué piensas que harías tú si te encontraras en una situación como la de Dave?
4. ¿Qué puedes decir acerca del lenguaje del cuerpo en esta historia?
5. ¿De qué manera los cuerpos fueron expresión de las personas en esta historia?
6. ¿Cómo crees que Dave pudo hacer un don de sí mismo a pesar de estar hecho pedazos?
7. Según tú, ¿qué porcentaje de relaciones de jóvenes están basadas de tal manera en la atracción física que jamás podrían sobrevivir a una prueba como ésta?



ACORTANDO LA BRECHA

Viendo tantos matrimonios rotos, aburridos, cansados y sin alegría, es fácil que pensemos: «A mí nunca me va a pasar eso». Es un propósito noble, pero, desafortunadamente, mucha gente lo logra eligiendo no casarse. En vez de obrar en base al temor que inspira el ver que muchos matrimonios fracasan, lo que hace falta es mirar el plan de Dios para el matrimonio. Un plan fantástico. Jesús les dijo una vez a los fariseos: «Moisés, teniendo en cuenta la dureza de su corazón, les permitió repudiar a sus mujeres; pero al principio no fue así» (Mt 19,8). Nos estaba advirtiendo a todos que algo se había estropeado terriblemente para llegar a tener tal dureza de corazón y que en el principio no fue así: el matrimonio, como Dios lo pensó, era hermoso.

Como hemos visto en capítulos anteriores, el matrimonio de Adán y Eva era perfecto en el principio. Después del Pecado Original, al igual que el hombre y la mujer resultaron más difíciles de reconocer como hijos e hijas de Dios, el matrimonio mismo perdió la « semejanza » de divinidad que tuvo una vez. Pero Jesús no vino a condenar nuestro mundo; Él vino a liberarlo. Por eso, Él nos enseña cómo imitarlo para que podamos vivir como personas íntegras con cuerpos, almas, mentes y corazones redimidos.

El amor en Cristo es lo que ayuda a los matrimonios a ser fieles como Brenda y Dave, aun cuando sus votos matrimoniales parezcan « imposibles de cumplir ». La Redención que Cristo trae es la esperanza que tenemos para vivir la vocación al matrimonio en paz y fidelidad... como Dios lo pensó desde el principio.



AL CORAZÓN DEL ASUNTO

En el primer capítulo, aprendimos que Dios es una comunión de personas (Padre, Hijo y Espíritu Santo) unidos por el amor, y que nosotros fuimos creados a su imagen y semejanza. Cuando vivimos plenamente nuestra vocación al amor, somos reflejo de Dios mismo.

Esto suena como «un lindo concepto religioso», pero, ¿qué significa? Juan Pablo II nos enseñó que el matrimonio (y la vida familiar) es una escuela de amor. En palabras de san Francisco de Sales, el matrimonio es «un perpetuo ejercicio de mortificación», y «las ocasiones de sufrimiento son más frecuentes en el matrimonio que en cualquier otro estado de vida». Podrías pensar que el matrimonio es como la muerte. Hasta cierto punto tendrías razón, pues es el mejor lugar para aprender a sacrificarte por el otro, muchas veces negando tus propios deseos por el bien de los dos y de la familia. Es aprender a amar al otro antes que a uno mismo, dejar de ser egoísta y descubrir la grandeza de ser don para otro para descubrir el verdadero amor, que hace nuevas todas las cosas. Es agonía y éxtasis.

La analogía esponsal

Amar hasta dar la vida es lo que Jesús nos enseñó claramente con su pasión. Éste es el tema que toca san Pablo en Efesios 5, cuando habla del rol del hombre y de la mujer en el matrimonio. Lo hace por medio de una analogía del matrimonio expresada en el profundo amor de Cristo por la Iglesia. De hecho, Juan Pablo II insistió en que la **analogía esponsal** del amor de Cristo por la Iglesia es: «la única clave para comprender la sacramentalidad del matrimonio»³.

El matrimonio es la analogía más utilizada en los escritos de los profetas cuando hablan de la fidelidad de Dios a Israel, su esposa. Cuando Israel se aleja de Dios en el Antiguo Testamento, los profetas Oseas y Ezequiel llevan adelante la analogía y describen Israel como una esposa infiel, aún más, como una prostituta que se entrega a quien sea, no a su esposo, el Señor. Juan Pablo II describe Efesios 5 como la coronación de la analogía bíblica del amor esponsal que nos enseña dos cosas: «comprender mejor la esencia de la relación de Cristo con la Iglesia; [y] al mismo tiempo, [...] penetrar más profundamente en la esencia del matrimonio, al que son llamados los cristianos»⁴. La analogía en Efesios 5 nos ayuda a ver el matrimonio como la unión de dos personas que se «hacen una sola carne» (Ef 5,31; cfr. Gn 2,24).

Los siguientes versículos son probablemente los peor entendidos de la Biblia, y son al mismo tiempo los que contienen una profunda verdad acerca del matrimonio: «Las mujeres [sean sumisas] a sus maridos, como al Señor, porque el marido es cabeza de la mujer, como Cristo es cabeza de la Iglesia, el salvador del cuerpo» (Efesios 5,22-23). El problema se da cuando esto se lee aislado, fuera del contexto de los versículos anteriores y posteriores.

notas

Sumisión en el amor

En el versículo 21: «Sed sumisos los unos a los otros en el temor de Cristo», antes de que le hable a la esposa, san Pablo menciona la mutua **sumisión** de los dos, esposo y esposa «por consideración a Cristo». Enseguida, san Pablo transfiere la presión a los hombres cuando dice: «Maridos, amad a sus mujeres como Cristo amó a la Iglesia y se entregó a sí mismo por ella» (Efesios 5,25). La pregunta que debemos hacernos es: ¿Cómo amó Cristo a la Iglesia? La respuesta es muy clara en el texto: «se entregó por ella». Murió por ella. Cristo dio todo por la Iglesia, amándola y sirviéndola hasta el fin. Él simboliza este ofrecimiento de sí mismo más concretamente en el don de su cuerpo desnudo en la cruz, como el Esposo que se entrega totalmente a su Esposa.

La palabra *sumisión*, y su forma verbal *someter*, viene del latín *submissio*, de *sub*, que significa «debajo», y *missio*, que se refiere a un «encargo o propósito especial». En este caso, la misión del esposo es amar a su esposa como Cristo amó a la Iglesia: dando su vida por ella. Si los esposos vivieran realmente esta misión de amor, ¿tendrían las mujeres algún problema en colocarse *bajo* esta misión, es decir, en *so-meterse* a sus esposos? ¿Qué esposas rechazarían ser amadas y servidas por sus esposos así? ¿Qué mujer no sueña con un joven valiente que la ame, proteja y esté dispuesto hasta a dar la vida por ella? Juan Pablo II señala que la sumisión de la mujer al esposo, si se entiende en el contexto de todo lo que san Pablo dice en Efesios 5: «significaba sobre todo “experimentar el amor”»⁶.

Si las mujeres amaran y sirvieran a sus esposos de la manera en que la Iglesia se entrega a Cristo, ¿los esposos tendrían alguna queja de sus esposas? El matrimonio es una maravillosa oportunidad para los esposos de ser imagen del amor de ágape (amor incondicional de Dios) en el respeto mutuo y la donación total de sí mismos. Por medio del Sacramento del Matrimonio sus cuerpos son el medio y el signo visible de este amor.

notas

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿A qué se refiere Juan Pablo II con «escuela de amor»? ¿Por qué crees que lo dice?
2. ¿Por qué crees que Efesios 5,22-23 son de los versículos menos entendidos de la Biblia?
3. ¿Cómo dice san Pablo que los esposos deben amar a sus esposas?
4. ¿Cómo puede la sumisión en el matrimonio ser una cosa buena para los esposos?
5. ¿Crees que la mayoría de las mujeres prefieren hombres que les sirvan en lugar de los que les dicen lo que tienen que hacer todo el tiempo? ¿Por qué es esto?

El Sacramento primordial

Con el alto índice de divorcios que hay en la actualidad, podría creerse que el matrimonio no es más que un contrato en un papel, pero no es así. El matrimonio fue y es idea de Dios. Él lo creó, y vio que era bueno. Juan Pablo II lo llama «un Sacramento primordial, entendido como *signo que transmite eficazmente en el mundo visible, el misterio invisible escondido en Dios desde la eternidad*»⁶. En pocas palabras, Dios se revela al mundo a través del matrimonio. Se han construido civilizaciones enteras a lo largo de la historia basadas en este **Sacramento primordial** –sobre los matrimonios y las familias que de ellos brotan. El matrimonio es el bloque fundamental sobre el cual se construye la sociedad, porque comenzando con Adán y Eva, Dios lo hizo así: «Por esta razón, el hombre dejará a su padre y a su madre y se unirá a la mujer» (Gn 2,24).

Dios quiere que elijamos el amor, lo cual nos traerá una profunda felicidad. Ahora bien, mientras Dios quiere que seamos felices y el matrimonio nos puede traer felicidad, Él nunca prometió que siempre fuera «una luna de miel», sin problemas ni sufrimientos. Amar duele, lo puede decir quien sabe amar de verdad. ¿Conoces un acto de amor más grande que el de Cristo en la cruz?

Haciendo una comparación muy sencilla, el matrimonio es como estar en un carrito de la montaña rusa: subidas y bajadas, gozos y sacrificios, alegrías y tristezas, paz y dolor. Pero, ¿qué necesitamos para pasear en la montaña rusa? Confianza y abandono total. Cuando los esposos se suben a la montaña rusa, eligen el primer carrito, levantan sus brazos hacia el Cielo, y en las subidas y bajadas, en las vueltas y espirales, son sostenidos con seguridad gracias a la barra del «amor de Dios». En muchas ocasiones, el «paseo» es un duro despertar para los matrimonios jóvenes, que por falta de confianza y abandono, dejan la montaña rusa para subirse «a la confortable, estable y controlada rueda de la fortuna». ¿Por qué crees que la mayoría de los divorcios suceden en los primeros años de matrimonio? Porque la realidad golpea fuerte. Cuando el «enamora-miento ciego» desaparece y surgen los problemas, se encuentran de frente con la realidad de la persona con la que se casaron. Es en esta coyuntura cuando se prueba el amor, si es verdadero o sólo una ilusión. Cuando el amor es verdadero, se tiene todo lo necesario para luchar y su infinito valor sale a la luz.

Juan Pablo II nos dice al respecto que «Si ha sido una verdadera entrega y una verdadera pertenencia de las personas, no solamente se mantendrá, sino que se hará incluso más fuerte y más arraigado»⁷. Pero, si no se entiende el valor del amor y el sacrificio, y se busca sólo lo superficial y placentero de las emociones, lo primero será salir corriendo en vez de asumir el reto de un matrimonio fundado sobre el amor-entrega.

«No existe ninguna relación entre seres humanos tan íntima como la de los esposos, si están unidos como deben estarlo.»

– San Juan Crisóstomo

Familia que dona y perdona

¿Quién conoce mejor tus defectos y debilidades? Tu familia. Viven contigo día y noche, te acompañan en tus mejores y peores momentos. Lo mismo sucede en un matrimonio; en el noviazgo no se conocen muchos de los defectos que «aparecen» en el matrimonio. Los esposos necesitan aprender a vivir con los «nuevos defectos» del otro, y todavía amar y perdonar. Un matrimonio exitoso no sucede porque encuentres a la persona perfecta; es el resultado de aprender a amar cada día a la persona imperfecta que elegiste para compartir toda tu vida.

Es en el verdadero don de sí mismos donde los esposos hacen visible el amor de Dios. Entender el concepto de Jesús que está amando al Espíritu Santo o del Espíritu Santo que está amando al Padre, no es algo en lo que reflexionemos mucho, pero la comunión perfecta de amor trinitario es el misterio fundacional más importante del cristianismo (cfr. CIC 234).

Si quieres ser imagen de este amor en la Tierra y prepararte para un matrimonio sólido y duradero, la mejor manera de hacerlo es practicar amando a los miembros de tu propia familia. Elige al miembro de tu familia con quien te cueste más trabajo entenderlo y vence tu molestia con amor. Aprende a amarlo como es y ayúdalo a ser quien está llamado a ser, no pretendas cambiarlo... no debes hacerlo. Si lo logras, te darás cuenta de lo que significa el sacrificio, indispensable para poder vivir en matrimonio.

notas

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cuál es la célula básica de la sociedad?
2. ¿Por qué Juan Pablo II llamó *Sacramento primordial* al Matrimonio?
3. ¿Cómo crees que el Sacramento primordial nos dirige a los demás Sacramentos de la Iglesia?
4. ¿Cuántos de ustedes planean divorciarse?
5. ¿Cuántos de ustedes creen que alguien de este grupo se divorciará?
6. ¿Por qué crees que existe tanta diferencia entre las dos respuestas anteriores?
7. Un matrimonio exitoso no se basa en casarte con la persona perfecta. Pero entonces, ¿en qué se basa?
8. ¿Cómo se prueba el amor verdadero en un matrimonio? ¿Qué lo hace brillar con todo su esplendor y valor?
9. ¿Cómo hacen visible el amor de Dios los esposos?

Del temor a la fidelidad

Quizá no desees casarte o tienes temor de divorciarte. Hoy en día esto es muy común, si tenemos en cuenta el estándar tan desvirtuado de matrimonio que hay en nuestra cultura y tal vez en nuestra propia familia. ¿Recuerdas la historia de Tobías y Sara en el capítulo anterior? Mientras ellos rezaban en su noche de bodas, ¿qué crees que hacía el papá de Sara? ¡Estaba cavando la tumba para Tobías! Sara había estado casada siete veces antes de casarse con Tobías, todos sus esposos murieron en la noche de bodas (piensa en la fe de Tobías... ¡él era el octavo!). El papá de Sara se estaba adelantando a lo que «estaba seguro que iba a suceder».

Afortunadamente, Dios protegió a Tobías y le dio larga vida con su esposa. Así como los matrimonios anteriores de Sara terminaron en muerte, quizá varios matrimonios cercanos a ti se han roto de una manera o de otra. Eso no tiene por qué pasar en tu futuro matrimonio.

No hay nada de malo en no casarse nunca y es maravilloso vivir una vida de servicio en el celibato. Pero considera bien tus intenciones. Cada vocación es un llamado, y cada una (matrimonio o celibato) requiere valentía, amor y sacrificio. Dios puede llamarte al matrimonio y pedirte que confíes en Él, aun a pesar de los divorcios cercanos a ti. Si en tu familia has experimentado dolor y sufrimiento o el divorcio de tus papás, tal vez Dios te haya elegido para romper con esa cadena. No existe razón alguna por la que tengas que seguir los pasos de tus papás (si están divorciados o tienen problemas en su matrimonio) cuando puedes tomar la decisión de amar para que tus hijos quieran seguir tus pasos. ¡Tú puedes marcar la diferencia en tu familia!

Así que si quieres un matrimonio pleno y para siempre, debes empezar desde ahora a construir el fundamento del amor. Las parejas dedican, en promedio, 200 horas a preparar la boda; y la mitad de esos enlaces terminan en divorcio. ¿Cuánto tiempo habrán dedicado a preparar el matrimonio? Si comienzas a educarte y disciplinarte desde ahora tendrás un cimiento firme sobre el cual construir un amor que dure toda la vida.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué hacía el papá de Sara mientras ella y Tobías rezaban en su noche de bodas? ¿Por qué lo hacía?
2. ¿Qué es lo que puedes hacer desde ahora para evitar un matrimonio fracasado en el futuro? ¿Qué características desees en tu matrimonio, en tu esposo o esposa? Nombra 15 (ejemplo: honestidad, fidelidad, respeto, etc.).



notas

- Aumento de infidelidad en el matrimonio (y sus consecuencias, como el incremento en el número de divorcios).
- Decremento de principios y valores morales en la juventud.

- El hombre se acostumbrará «al uso de la sexualidad separado del don de la vida» viendo a la mujer como objeto de placer.
- Los hombres le perderán el respeto a la mujer.

Podemos constatar, desafortunadamente, que todas sus predicciones se han cumplido. En una era en la que la mayoría de las personas están obsesionadas con «lo natural» (comida, textiles, espacios, etc.), es sorprendente cómo nuestra cultura acepta una manera tan antinatural de frustrar nuestra fertilidad.

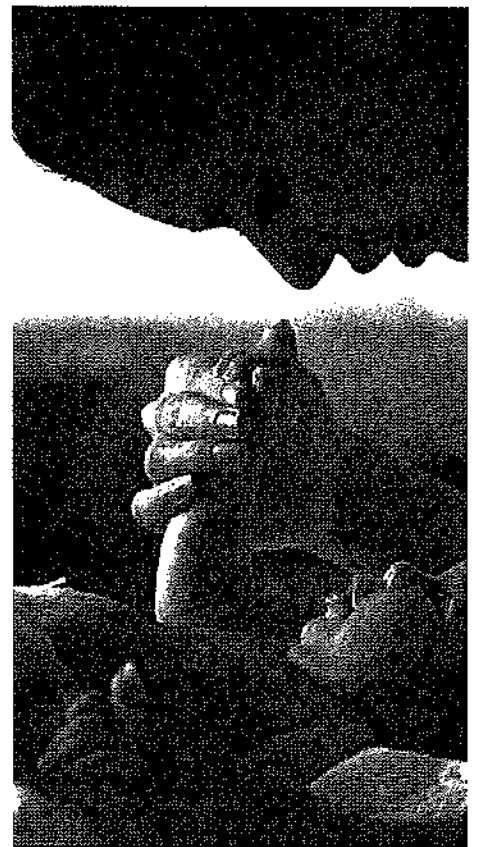
¿Qué pasaría si existiera algo 100% natural para planificar la familia, en donde no fuera necesario tomar pastillas, inyectarse o utilizar químicos que alteraran el cuerpo de la mujer? ¿Qué pasaría si estudiando las señales que da el cuerpo de la mujer pudiéramos saber cuándo es fértil y cuándo es infértil?

La buena noticia es que no es una solución imaginaria... existe. Se llama **planificación familiar natural (PFN)**, sustentada por innumerables estudios científicos¹⁴. Cuando la PFN se practica con la motivación adecuada resulta una ayuda para el autentico amor esponsal, y no un impedimento como lo es la anticoncepción. Su belleza es que reconoce que nuestros cuerpos están maravillosamente hechos de acuerdo con la sabiduría del designio divino.

Cuando se conoce la PFN, la vida matrimonial y familiar se transforma. ¿Por qué? Porque se acepta y entiende que *Dios ordenó perfectamente al hombre y a la mujer para dar vida*. Vida en dos sentidos:

1. Para que el amor matrimonial esté vivo, crezca, madure y dé fruto.
2. Para que cuando Dios lo quiera y los esposos confíen en el dador de la vida, sean co-creadores con Dios. Dios, y sólo Él, es quien da vida a una persona, creada por Dios para la eternidad.

Cuando se respeta el orden natural dado por Dios, se ordena el matrimonio, se ordena la sexualidad y se ordena el amor como Dios lo pensó.



LA CIENCIA Y LA TEOLOGÍA DEL CUERPO: Oxitocina = súper pegamento humano

En el número de enero del 2006 de la revista *Discover* se presentó un resumen de las cien mejores historias científicas del 2005. El número 83 tenía como título: «*Inhaled "Cuddle" Hormone Promotes Trust*» ('Inhalando la hormona del abrazo se promueve la confianza'). El artículo se refería a la **oxitocina**, un neuro péptido que se libera gracias a la glándula pituitaria durante el parto, la lactancia y las relaciones sexuales, y que funciona como un súper pegamento humano.

Hace mucho tiempo que se sabe que la oxitocina provoca un vínculo emocional y estimula la habilidad de pensamiento crítico y la memoria. Las nuevas investigaciones demuestran que también incrementa la confianza. Este factor de confianza fue descubierto cuando los científicos hicieron que varias personas inhalaran la hormona antes de un juego de inversiones financieras. Las personas que habían inhalado la oxitocina estaban «substancialmente más dispuestas a confiar su dinero a personas desconocidas». De hecho, era doblemente probable que dieran todo lo que tenían para una inversión imprudente. El artículo concluye que en las relaciones humanas: «la oxitocina puede afectar el grado de estas evaluaciones negativas, llevándonos a decir "esto no será tan malo"».

¿Cómo se aplica todo esto a las relaciones sexuales? Como la oxitocina se libera durante la cópula conyugal, las parejas sexualmente activas experimentan un vínculo emocional, un decremento en las habilidades de pensamiento crítico, recuerdos disminuidos de experiencias negativas y aumento de confianza.

En el matrimonio, esto es ideal. Pero, en el caso de jóvenes sexualmente activos puede ser desastroso. ¿Has tenido alguna vez un amigo o amiga en una relación sin futuro, donde lo estaban usando pero era incapaz de ver el problema, o reunir suficiente fuerza de voluntad para romper la relación? La oxitocina no solamente prolonga una mala relación de noviazgo, sino que dificulta a la pareja tomar una decisión inteligente con respecto al matrimonio. Se sienten tan unidos por la intimidad sexual que han vivido, que no pueden ver la realidad de una relación que no funcionará. Así, aumenta la probabilidad de una mala decisión que acabará en un matrimonio ya sentenciado a terminar en divorcio.

La mujer se vincula más profundamente que el hombre, porque el estrógeno (hormona femenina) mejora la respuesta de la oxitocina y por eso normalmente sufre más cuando se rompe el vínculo¹⁵. De acuerdo con los doctores Diggs y Keroack, «las personas que han hecho mal uso de su facultad sexual y se han vinculado con múltiples personas disminuirán el poder de la oxitocina para mantener un vínculo permanente con un individuo»¹⁶. ¿Te puedes imaginar las ramificaciones que esto provoca en una cultura que abiertamente vive la actividad sexual extramatrimonial? A la persona que daña su capacidad para vincularse afectivamente debido a demasiadas relaciones íntimas en su pasado le será más difícil establecer el vínculo con su futuro cónyuge. Cuando hacemos caso omiso de las leyes de Dios hacemos caso omiso del diseño de nuestro propio cuerpo.

VÍVELO: Siembra hoy y cosecha en tu matrimonio

Recuerdo que un día fui a casa de una amiga y, al ver a sus papás, le pregunté: «¿no te parece raro que tu papá esté aquí?». Ella me miró como si no me entendiera y me dijo: «No, ¡para nada!, raro sería que no estuviera».

Mis papás se divorciaron cuando yo tenía dos años. De mis seis tíos y tías, cinco estaban divorciados y la mayoría de mis amigas vivían sólo con uno de sus papás. Las relaciones eran pasajeras, para mí. Así que cuando empecé a salir, no tenía idea de lo que era una relación sana y natural entre un hombre y una mujer.

El drama de mis relaciones solían seguir el siguiente patrón: coqueteas y «te enamoras», y después vas demasiado lejos físicamente. A lo que seguía: abuso, faltas de respeto, infidelidad, celos, engaño, temor, tristeza e inseguridad. Luego rompes la relación (por lo general varias veces), y repites el proceso con otra persona. Sé que suena deprimente, pero les sucedía a muchas de mis amigas y yo lo consideraba normal.

Después de muchos años de vivir así, te podrás imaginar que el matrimonio no estaba dentro de mis planes. De hecho, desdeñaba a las personas que soñaban con casarse y formar una familia. Pensaba: ¿cómo pueden ser tan ingenuos? Se están lanzando de una avioneta sin paracaídas. No quería divorciarme, y sabía perfectamente bien cómo lograrlo: no casándome.

Pero finalmente caí en la cuenta: Si ninguno de nosotros quiere divorciarse, ¿por qué vivimos practicando para hacerlo? En lugar de entrenarnos para ser fieles, pareciera que los jóvenes tenemos una consigna: «si lo deseas: ¡hazlo!». En lugar de enseñarle a nuestro novio o novia cómo respetarnos, permitimos que nos usen y usamos a

los demás. ¿Qué tanto nos prepara vivir de esta manera, para el matrimonio? Nada.

Como no sabía realmente de qué modo debía vivir mi relación con los chicos, no cambié mi estilo de vida de la noche a la mañana. Tuve algunas recaídas, pero siempre pensaba: «Si quiero darles a mis hijos la familia que yo nunca tuve, necesito dejar de actuar como una víctima». Es fácil darse por vencido, desesperarse y admitir la derrota, de la misma manera que es fácil obtener un divorcio.

Lo que no es sencillo es volverte vulnerable, practicar el autodomínio, evitar las relaciones sin futuro y tener la valentía para esperar que el amor aún exista. Pero todo parece indicar que las únicas personas que encuentran el amor verdadero hacen precisamente esto. La idea de ser esposo o esposa podría parecerte lejana, pero las virtudes o vicios que elijas practicar desde hoy definirán la persona que quieres ser mañana y cómo te dejaras tratar en el futuro.

Crystalina Evert

«Si dos pedazos de madera son cuidadosamente pegados, su unión será tan fuerte que será más fácil romperlos en donde no se unieron; y Dios une tan profundamente al esposo y a la esposa, que es más fácil separar el alma y el cuerpo, que a aquellos dos.»

— San Francisco de Sales

«Si quieres ser amada mañana, aprende a amar en orden desde hoy.»

— San Juan Crisóstomo



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Analiza la letra de tu canción favorita aplicando lo que has aprendido hasta ahora sobre el matrimonio. Haz un resumen separando los mensajes positivos y negativos de la canción.

Tarea 2: Haz un *collage* usando recortes de revistas o periódicos que representen la imagen que nos ofrece el mundo del matrimonio en una mitad, y en la otra representa la verdad del matrimonio. Escribe un pequeño resumen explicando la diferencia.

Tarea 3: Escribe una canción o un poema, o si eres muy creativo, pinta un cuadro que refleje la belleza de la sumisión en el matrimonio que describe san Pablo en Efesios 5.

Tarea 4: Entrevista a tus papás o a otro matrimonio que lleve mínimo diez años de casados. Primero lee la historia de Dave Roeber, luego pídeles que se pongan en el lugar de Dave y Brenda y que expliquen lo que ellos hubieran hecho y por qué. Escribe lo que te compartieron como un ensayo sobre el matrimonio y concluye con lo que crees que es realmente el matrimonio.

Tarea 5: Escribe un ensayo titulado: «Nuestra cultura si Efesios 5 se entendiera y viviera en todos los matrimonios». En el ensayo, analiza cómo mejoraría nuestro mundo o empeoraría en los diferentes niveles de la sociedad si los matrimonios realmente entendieran y vivieran el amor esponsal como Dios lo creó. Tal vez quieras considerar algunas de las realidades sociales que cambiarían: educación, pobreza, divorcio, paternidad, abuso infantil, aborto, adopción, salud mental, política, etc.



Proyecto 1: Investiga sobre la **Planificación Familiar Natural** y escribe un documento muy persuasivo y convincente para que puedas dárselo a unos novios que se van a casar y que están considerando utilizar anticonceptivos para evitar el embarazo indefinidamente.

Proyecto 2: Entrevista a uno o varios matrimonios e intenta descubrir ejemplos de amor fiel, fecundo, libre y total en el matrimonio. Haz un vídeo o una presentación divertida en computadora que presente a estos matrimonios en contraste con la visión opuesta del mundo, utilizando vídeos o clips de películas o



ORACIÓN FINAL

«Santo Tomás Moro, reza conmigo para que yo, como tú, pueda descubrir mi vocación al amor esponsal. Si el matrimonio es lo que Dios quiere para mi felicidad, reza para que, como tú, pueda ser modelo de santidad en el matrimonio y un guerrero que defienda lo que está siendo profundamente atacado: el matrimonio y la familia. **Amén.**»

Analogía esponsal. Imagen utilizada en la escritura que utiliza el modo terrenal de entender el matrimonio para transmitir el poder y la fidelidad del amor de Dios por los hombres y el amor de Cristo por la Iglesia.

Control natal. Normalmente se refiere a los métodos que evitan la concepción y embarazo de diferentes maneras, alterando y cambiando el orden natural de la fertilidad del cuerpo femenino, haciéndolo infértil.

Encíclica. Una carta escrita por el Papa, normalmente dirigida a los obispos del mundo y algunas veces a todos los fieles para enseñar o aclarar la doctrina de la Iglesia.

Infatuación. Profundos sentimientos de curiosidad o atracción, la mayoría de las veces basados en la apariencia física y el aparente misterio de una persona. Cuando se llega a conocer profundamente a una persona, la infatuación puede transformarse en amor o desaparecer del todo.

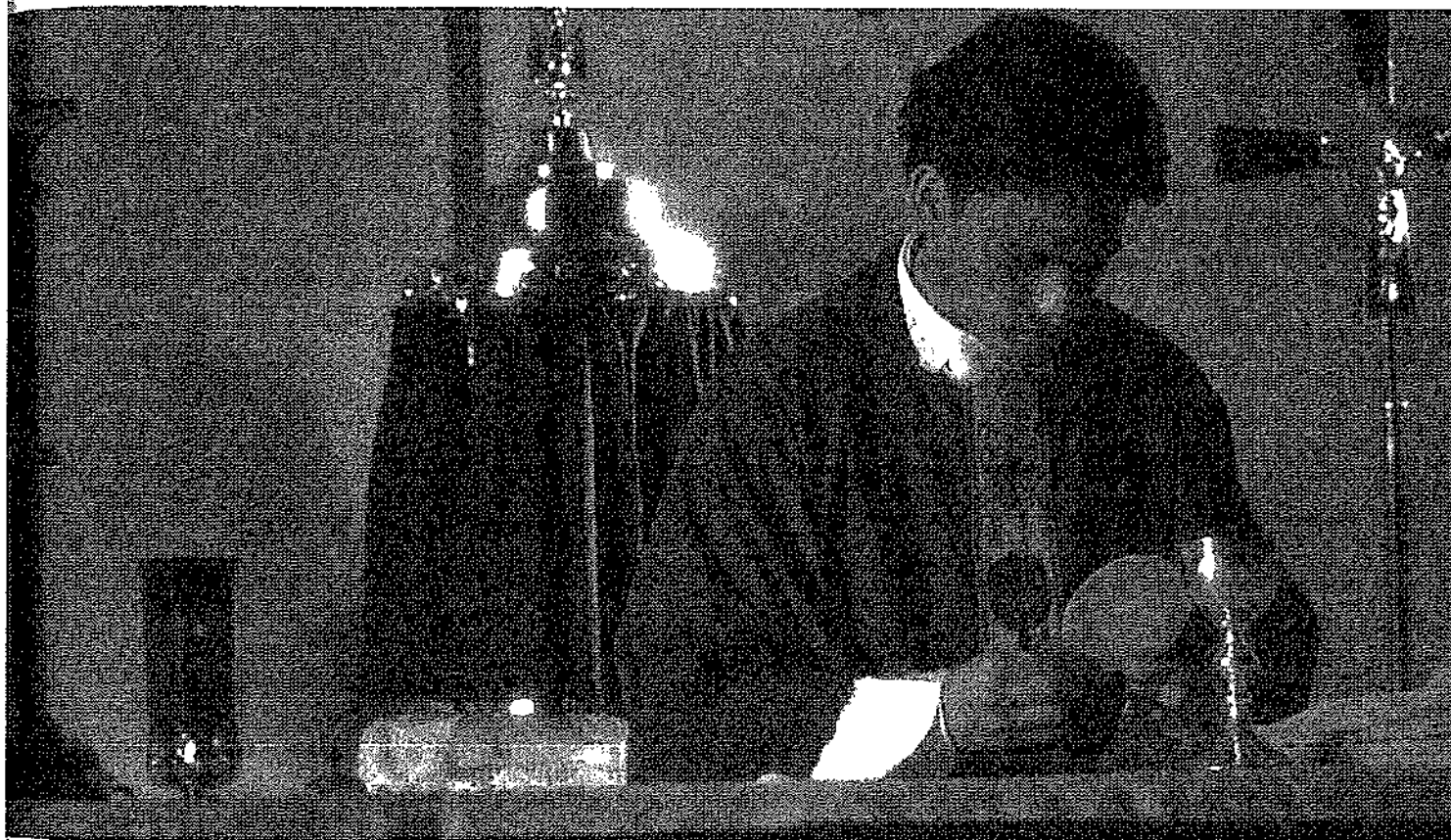
Oxitocina. Hormona que se libera gracias a la glándula pituitaria del cerebro durante el parto, la lactancia y la cópula conyugal, provocando un vínculo emocional entre dos personas (madre e hijo o mujer y hombre).

Planificación Familiar Natural (PFN). Término que se refiere a varios métodos efectivos, naturales y moralmente aceptados para lograr un embarazo o posponerlo.

Sacramento primordial. El Sacramento del Matrimonio como fue en el principio –la revelación original del amor de Dios en el mundo.

Sumisión. «Ponerse uno mismo bajo la misión» (en latín *submissio*) de otro, rendirse a alguien. En el caso del matrimonio, esto significa ser deferente uno a otro por amor. Para la esposa, significa permitirle a su esposo amarla como Cristo amó a la Iglesia –hasta dar la vida por ella. Para el esposo, significa servir a su esposa y amarla a toda costa.

Celibato y virginidad consagrada



Celibato, a secas, indica el estado de quien renuncia al matrimonio y por consiguiente a los bienes del mismo incluyendo la unión sexual. En este capítulo, sin embargo, cuando hablamos de celibato, hablamos de lo que Cristo mismo ha llamado el **celibato «por el Reino de los Cielos»**. La virginidad **consagrada** o el celibato «por el Reino» es mucho más que no tener relaciones sexuales. Se trata de una **vocación** especial («un llamado divino») al que Dios llama a algunas personas como su camino a la santidad: un llamado a vivir como don, uniéndose completamente a Dios de tal manera que sea una prefiguración del futuro matrimonio celestial entre Cristo y su Iglesia. El matrimonio terreno nos señala la realidad de este matrimonio celestial de una forma sacramental, pero el celibato lo hace de una forma más patente aún. El celibato por el Reino es cuestión de *una donación total de la persona a Dios y al prójimo*, mostrando así al mundo lo que significa amar a Dios con todo el corazón, con toda la mente, con toda el alma y con todas las fuerzas. El celibato revela que la plenitud de todo anhelo humano es el matrimonio celestial —no el matrimonio de esta Tierra.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: ¿Desperdicio... o don?

En la preparatoria católica en Detroit, donde estudiaba, Brian Walsh gozaba de la popularidad que llevaba consigo el ser capitán del equipo de fútbol americano. Aunque asistía a Misa con su familia los domingos por la mañana, era evidente dónde había estado la noche anterior. Como muchos de los jóvenes de la escuela, Brian siempre iba a las fiestas y frecuentemente se emborrachaba. También tenía relaciones con su novia, le gustaba ver pornografía y su vocabulario no era exactamente ejemplar¹.

¡No hace falta decir que fue toda una sorpresa para sus amigos cuando al terminar la preparatoria Brian les dijo que iba a entrar al seminario! Era el menos probable de toda la escuela que alguien podría imaginar se hiciera sacerdote. Pero él respondió a una llamada suave que se hizo escuchar en medio de todo el ruido de su vida social.

Provenía de una familia de mucho dinero, y por lo mismo no estaba acostumbrado a la austeridad de la habitación que le asignaron en el seminario: piso al natural, sin aire acondicionado, etc. Así que no tardó en remediarlo: la mandó alfombrar, y la equipó con aire acondicionado, un televisor, su estéreo, así como su *whisky* favorito y unas cuantas revistas porno. A menudo invitaba a sus amigos seminaristas a su cuarto para una fiesta. Todos pronto coincidieron que Brian no duraría mucho ahí.

Sin embargo, al final de su primer año en el seminario, participó con el resto de los seminaristas en un retiro comprometido. En el tiempo de recogimiento y reflexión que tuvo, escuchó de nuevo la llamada de Cristo. Respondió. Se dio cuenta que estaba viviendo una doble vida y que ya no quería seguir en la mediocridad. Se deshizo de sus lujos y tiró a la basura sus revistas pornográficas junto con el *whisky*. Después, hasta lo que le había quedado, incluyendo su coche, se lo dio a los pobres.

Cuando comenzó su segundo año en el seminario, lo asignaron a una parroquia pobre en Saint Louis, Missouri. A menudo venía gente pobre a tocar a la puerta de la casa parroquial, buscando ayuda. Al inicio, Brian les regalaba comida o ropa que había sido donada a la parroquia, pero después empezó a darles su propia ropa. Y cuando se le acabó la suya, iba al armario de los padres, ¡y les regalaba la de ellos! Llegó a quitar las cobijas y las almohadas de las camas y se las daba, lo mismo que la comida que los padres iban a cenar esa noche.

No pasó mucho tiempo hasta que el párroco y su vicario llamaron a Brian para platicar con él. Apreciaban mucho su caridad, le dijeron, pero si seguía así, pronto no les quedaría nada para ofrecer a los pobres. Le sugirieron que quizá estaba llamado a vivir una pobreza cristiana más radical.

Brian aceptó este consejo y se marchó a la India a trabajar con la Madre Teresa de Calcuta. Después de un tiempo, ella lo envió a hacer misiones en Vietnam

Repaso del capítulo 8

1. ¿Qué es la analogía esponsal?
2. Explica la mutua sumisión que menciona san Pablo en Efesios 5.
3. Define amor de *ágape*.
4. ¿Cuál es el Sacramento Primordial?

y Camboya. Estando en Camboya, los comunistas iniciaron una persecución violenta de todos los misioneros y les mandaron salir del país. En una carta que les envió a sus amigos seminaristas en su tierra, escribió: «si me piden que me marche, me voy a quedar, porque me siento llamado a mezclar mi sangre con la Sangre de Cristo para la salvación de las almas de estas personas».

Efectivamente, ese llamado se hizo realidad. Diariamente, a las 4:00 de la madrugada, Brian salía sigilosamente en la oscuridad para asistir a Misa en la catedral. Una mañana, unos soldados comunistas lo siguieron. Lo arrestaron durante la Misa, lo sacaron afuera, y allí mismo lo decapitaron. Tenía 23 años.

Sin duda, hay quienes sólo pensarán en lo que podría haber sido el futuro brillante de Brian si no hubiera entrado al seminario: «¡Pero, qué desperdicio de vida!». Otros reconocerán, en su vida y en su muerte, el don de un amor más grande.

*«Los jóvenes saben que sus vidas
tienen un sentido en la medida en
que se convierte en un regalo para
los demás.»*

— Juan Pablo II

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿De qué manera te inspiran las personas que viven su llamado de una manera tan radical?
2. ¿Cómo te enseña la vida de Brian que el sacerdocio y la vida consagrada son un llamado a un *servicio* y no a una *carrera*?
3. ¿Qué encuentras de diferente y de similar en Brian y tus amigos?
4. ¿Cuál crees que es el malentendido más grande sobre personas como Brian?
5. Si Dios te llamara a vivir de esta manera, ¿estarías dispuesto a aceptar su invitación? ¿Por qué sí o por qué no?
6. Si Brian no hubiera dicho «Sí» a la llamada de Dios, ¿de qué manera esto hubiera afectado a la vida de aquellas personas a las que pudo ayudar?

ACORTANDO LA BRECHA

Ante el asombro y los aplausos de una multitud, un equilibrista pasó sobre las cataratas del Niagara en una cuerda floja. Luego, yendo más allá, lo hizo empujando una carretilla. La multitud enloqueció. Entonces preguntó a la gente si creían que lo podría hacer si llevaba a una persona sentada en la carretilla. Los gritos de la multitud aumentaban mientras lo animaban a realizar esta nueva hazaña. «Está bien», les dijo. «Entonces, necesito un voluntario que se siente en la carretilla. ¿Quién se ofrece?» La multitud se quedó en silencio. Le tenían mucha admiración, pero no una fe suficiente como para sumarse al intento.

Después de leer una historia como la de Brian, puede que estés admirado, pero al mismo tiempo pensar: «Yo nunca podría hacer eso». Y tienes razón. Tu fuerza, por sí sola, no es suficiente. Pero ¿qué pasaría si Dios te *llamara* a hacerlo? ¿Tienes la fe suficiente en Aquel que ordenó el universo, y es capaz de ordenar tu vida? Queriendo lo que es mejor para nosotros, Dios nunca nos pediría hacer más de lo que podemos hacer. Dudar que podemos cumplir lo que Dios nos pide, es dudar de Dios mismo. Recorriendo este capítulo sobre el celibato, recuerda que Dios tiene una llamada especial para ti, y que no se excluye que pueda ser una llamada a la vida célibe. Confía en la promesa de Dios: «todo lo podemos» en Cristo, quien nos fortalece (cfr. Fil 4,13)... incluso si esto significara el martirio, o renunciar a una esposa de esta Tierra para abrazar por entero al Esposo celestial. Acuérdate que Jesús dijo: «Yo os aseguro que nadie que haya dejado casa, mujer, hermanos, padres o hijos por el Reino de Dios quedará sin recibir mucho más al presente y, en el mundo venidero, vida eterna» (Lc 18,29-30).

«Porque hay eunucos que nacieron así del seno materno, y hay eunucos que se hicieron tales a sí mismos por el Reino de los Cielos. Quien pueda entender que entienda.»
(Mt 19,12)

ASUNTO

Todo el mundo está llamado al matrimonio. Eso tal vez parezca una manera extraña de empezar un capítulo dedicado al celibato y la **vida consagrada**, pero es cierto. Cuando un sacerdote es ordenado, elige a la Iglesia como su esposa. Cuando una mujer ingresa a la vida religiosa, la está desposando el mismo Cristo. Como una novia, ella lleva un velo como signo visible de su unión matrimonial con Jesús. Entre otras cosas, estas expresiones de la vocación célibe son recordatorios de que el Cielo será una boda eterna entre Dios y su Esposa, la Iglesia.

Aquí en esta Tierra, los esposos son un signo sacramental que nos indica una realidad eterna. Como mencionamos en el capítulo 4, cuando encuentras una señal en la carretera que dice: «Chichén Itzá a 500 kilómetros», ¿qué es lo que va a pasar a los 500 kilómetros? Habrás llegado a tu destino, y la señal habrá cumplido su misión. Lo que el matrimonio señala aquí en la Tierra se realiza sólo en el Cielo: en nuestra unión total con Dios. Así que, cuando una persona elige el celibato por el Reino en lugar del Sacramento del Matrimonio, él o ella en esencia se está saltando el Sacramento (el signo o señal) y, de una manera muy real, está viviendo la realidad eterna que el Sacramento indicaba: una unión indivisible con Dios.

«Jesús es el hombre perfecto» —y es Dios: «en él se encuentran, en un grado infinitamente superior, todas esas cualidades y atenciones que un hombre busca en una mujer y una mujer en un hombre.»

¿Quiénes somos? ¿Cómo vivimos?

En la primera parte de la Teología del Cuerpo, el papa Juan Pablo II responde a la pregunta: *¿quiénes somos?* Hemos aprendido que somos hijos e hijas de Dios, creados a su imagen y semejanza. Esta imagen fue inscrita en los mismos cuerpos de Adán y Eva (y por lo tanto en nuestros cuerpos) para amar y prefigurar la comunión de amor de la Santísima Trinidad.

La segunda parte de la Teología del Cuerpo responde a la pregunta: *¿cómo vivimos?* La primera manera de vivir —que presentamos en el capítulo 8— es en una comunión de amor por medio de la **vocación** al matrimonio con un esposo humano. La segunda manera es en el matrimonio con Cristo y con su Iglesia por medio del **celibato**. Como recalca Juan Pablo II, el celibato debe ser libremente elegido para que sea respuesta a la invitación de Cristo. Es una opción libre de renunciar a la unión marital con un esposo o esposa a fin de servir a Dios y a su Iglesia más plenamente. La Iglesia no quiere a nadie célibe a la fuerza. En el caso del sacerdocio, la Iglesia elige a sus sacerdotes de entre aquellos hombres (varones) que han discernido el celibato como el camino al que están llamados y libremente lo eligen (cfr. CIC 1579).

*«En primer lugar les digo esto:
«¡Nunca debes pensar que estás
solo cuando estás decidiendo tu
futuro! Y en segundo lugar, cuando
estés decidiendo tu futuro, no debes
decidir para ti solo!»*

—Juan Pablo II

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué significa el velo de la mujer que se consagra como religiosa?
2. ¿Cuáles son las dos principales preguntas a las que responde la Teología del Cuerpo?
3. ¿Cuáles son las dos principales maneras de vivir que nos enseña la Teología del Cuerpo?
4. ¿Qué es el celibato?
5. ¿La Iglesia obliga a las personas a ser célibes?

El celibato por el Reino no rechaza la sexualidad

Muy a menudo, se piensa en el celibato como algo que una persona *no* hace con su sexualidad. Este punto de vista deja por completo de captar la razón del celibato. Quienes se consagran a Dios como sacerdotes, **religiosos**, **religiosas**, o con otras formas de vida consagrada (cuya característica común y más evidente es el celibato), representan una prefiguración de cómo viviremos todos en el Reino de los Cielos: estar en la presencia de Dios superará con mucho cualquier alegría que hayamos experimentado en este mundo. El celibato testimonia el hecho de que existe un gozo más grande que los gozos de este mundo: vivir *sumergidos* en el amor, que es lo que llamamos *Cielo*. Las personas célibes no rechazan su sexualidad. Nos enseñan, más bien, el fin último y el significado de la sexualidad: nuestra entrega personal a Dios. Encauzan la energía de su ser sexuado hacia la plena unión con Dios, reflejando de una manera única el significado de la sexualidad y de la donación personal.

Efectivamente, el llamado a la castidad consagrada, explica Juan Pablo II³, nace de un encuentro interior con el amor de Cristo, con la *mirada amorosa* de Cristo en el secreto del corazón de quien es llamado. El corazón humano, tanto del hombre como de la mujer, descubre entonces la posibilidad del amor esponsal

del mismo Cristo, de Jesús «Señor». Por eso el celibato **consagrado** «no es sólo una libre renuncia al matrimonio y a la vida de familia, sino una elección de Cristo como Esposo exclusivo».

Y dirigiéndose a los jóvenes de todo el mundo, escribió:

Lo percibís en el fondo de vuestro corazón: todos los bienes de la tierra, todos los éxitos profesionales, el mismo amor humano que soñáis, nunca podrán satisfacer plenamente vuestros deseos más íntimos y profundos. Sólo el encuentro con Jesús podrá dar pleno sentido a vuestra vida: “Nos has hecho para ti, Señor, y nuestro corazón está inquieto hasta que repose en ti”, ha escrito san Agustín (*Confesiones* I, 1). No os distraigáis en esta búsqueda. Perseverad en ella, porque lo que está en juego es vuestra plena realización y vuestro gozo⁴.



PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿De qué manera las personas célibes nos prefiguran el Reino de los Cielos?
2. ¿Qué fue lo que el papa Juan Pablo II indicó como lo único que puede dar sentido a nuestras vidas?
3. ¿Qué crees que el papa Juan Pablo II quiso expresar cuando dijo: «*lo que está en juego es vuestra plena realización y vuestro gozo*»?
4. ¿Qué santo escribió: «*nuestro corazón está inquieto hasta que repose en ti*»? ¿Qué piensas de esta frase? ¿Te ilumina acerca alguna experiencia de insatisfacción que hayas experimentado en algún momento de tu vida?
5. ¿Conoces a alguien que cambió su vida para bien cuando dejó que su corazón «reposara» en Dios?

El celibato apunta hacia al Cielo

Por medio de su total dedicación a Cristo, los hombres y mujeres consagrados nos señalan nuestro último fin en la vida, que es nuestra unión con Dios. También nos enseñan cómo alcanzarlo a través de una entrega sincera de nosotros mismos en el amor. En el capítulo 3, hablamos del significado esponsal del cuerpo. Aprendimos que nuestros cuerpos revelan nuestro llamado a donarnos a nosotros mismos totalmente en el amor. Es obvio cómo un matrimonio realiza esta entrega mutua de sí mismos, ¿pero cómo lo realizan los hombres y mujeres célibes? Cuando una persona se consagra a Dios, hace precisamente esto. Dedicar totalmente su vida al servicio de Dios y de la humanidad, dando a conocer a todos, y

ayudándonos a vivir, por medio de los Sacramentos, de la Palabra y de las obras corporales y espirituales de misericordia, la inmensidad del amor de Dios.

Si alguna vez pensaste: «Yo no puedo ser llamado a consagrarme a Dios porque quiero casarme y tener hijos», ten por seguro que es a lo que todos estamos llamados. Todo hombre está llamado a ser esposo y padre, y toda mujer está llamada a ser esposa y madre: lo que pasa es que hay diferentes maneras de serlo. Estos deseos no excluyen a nadie, ni son razones para descartar una vida consagrada. Al contrario: quien no los tuviera sería, por ese mismo hecho, *no apto* para consagrarse a Dios. Tanto una mujer consagrada como un hombre consagrado están llamados a engendrar y dar a luz a muchos hijos espirituales por medio de su unión con Cristo y con la Iglesia. Por algo llamamos a los sacerdotes *padres*. Y por algo se llamaba *Madre* a esa diminuta monjita de Calcuta. Así que, la verdadera pregunta es: *¿De qué manera te llama Dios a realizar estos deseos?*

«La castidad debe calificar a las personas según los diferentes estados de vida: a unas, en la virginidad o en el celibato consagrado, manera eminente de dedicarse más fácilmente a Dios sólo con corazón indiviso.»
(CIC 2349)

El celibato no es represión

Hay también quienes descartan por completo una vida religiosa porque piensan: «no me imagino una vida sin tener relaciones sexuales». Si pensamos en el matrimonio como una salida para la lujuria o la tensión sexual, ciertamente no podremos sino considerar la vida consagrada como una represión sexual. Pero pensar así es ignorar el hecho de que tanto la persona casada como la persona célibe tiene que dominar su lujuria. El amor es un don que se entrega: ya sea a una esposa o esposo humano, ya sea a Dios y la Iglesia a través del celibato. Pero sólo una persona que tiene dominio sobre su sexualidad es capaz de donarse.

Si todavía te resulta difícil pensar en una vida sin relaciones sexuales, recurre a san José o a la santísima Virgen María para que te ayuden. De María, ya lo sabemos, pero también san José: más que un simple ejemplo de castidad, es un auténtico arquetipo del celibato, que vivió de todo corazón. Estaba tan cautivado por el amor de Dios que no podía compararlo a cualquier otro amor humano. Su castidad le permitió entregarse más perfectamente a Dios, de la misma manera que el celibato de los hombres y mujeres de hoy les hace libres para entregarse al servicio de Cristo y de su Iglesia en totalidad: mente, cuerpo y espíritu.

No dudes que, si Dios te llama a una vida célibe, tu comunión con Él puede ser igual de maravillosa que la mejor relación sponsal terrenal; de hecho, como Juan Pablo II lo indica, puede ser aún más maravillosa.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Cuál es el *significado esponsal del cuerpo*?
2. Si deseas casarte, ¿esto indica que no estás llamado al celibato?
¿Por qué sí o por qué no?
3. Con el conocimiento que tienes de la Teología del Cuerpo y del matrimonio, ¿por qué es incorrecto ver el matrimonio como una salida para la lujuria o la simple tensión sexual?
4. ¿De qué manera debería la respuesta a la pregunta anterior afectar tu visión del celibato?

El celibato, ¿anormal?

Si *anormal* significa «raro» o «incorrecto» entonces no; el celibato no es anormal. Pero sí lo es en el sentido de que *no es la norma*; es cierto que la mayoría de las personas en este mundo se casan. El matrimonio es una vocación maravillosa, a la que la mayoría de las personas están llamadas. Sin embargo, no podemos interpretar el mandato general de Dios a los humanos para que se casen (en el Génesis) fuera del contexto del resto de la Biblia. Si pasamos a las palabras de Cristo en los Evangelios, así como las enseñanzas de san Pablo, encontramos que, efectivamente, el celibato es un camino «excepcional», no «ordinario»⁵, pero es un don especial que Dios da a un selecto número de hombres y mujeres. ¿Cuesta? Claro que cuesta: amar cuesta en cualquier género de vida (porque es dejar tu egoísmo para donarte al otro). Pero amar, y ser amados, es lo que todos anhelamos.

Célibe según tu sexo: un camino de realización y plenitud como hombre o como mujer

Todos saben que el sacerdocio en la Iglesia católica se reserva sólo a los hombres. Entonces, ¿en la Iglesia hay discriminación sexual? Claro que la hay: ¡gracias a Dios! «Discriminar» significa «distinguir entre unos y otros». Imagínate cómo quedaríamos insatisfechos con una vocación al celibato *unisex*, para hombres y mujeres. Somos seres sexuados. Tu alma, al igual que tu cuerpo, es —necesariamente— femenina o masculina. Toda tu psicología, en consecuencia, tiene la «coloración» de tu sexo. Y esto se vive de manera maravillosa en una vida célibe consagrada a Dios, llenando tus necesidades psicológicas y existenciales, al igual que en el matrimonio, de manera diferenciada. Como lo necesita nuestro corazón, de hombre o de mujer.

Cristo sabe bien que en el corazón de una mujer late un ansia inagotable de ser amada, cuidada, cortejada; de ser irremplazablemente preciosa para un esposo. Y que hay un sano instinto fundamental en el varón de guerrear a favor

En 1994 el Papa Juan Pablo II escribió una carta llamada *Ordinatio Sacerdotalis*, para explicar que la Iglesia sólo ordena sacerdote a varones porque, por voluntad de Cristo, *no tiene autorización ni capacidad* para ordenar a una mujer. Lo que encontramos en estas páginas te ayudará a entender por qué esta es una postura tan oportuna y necesaria para la Iglesia católica, y por qué el celibato es una vocación maravillosa para el hombre y la mujer.

de la mujer amada y los hijos, defenderles y darles lo mejor, hasta morir por ellos si es necesario. Y así ha arreglado las cosas para que las formas más radicales de vivir como cristianos –las diferentes formas de consagración– respondan a estos resortes más íntimos de la persona. Verás.

Él mismo tiene corazón de Esposo. Cuando mira a una mujer, lo primero que ve en ella es a su Esposa –la Iglesia– por la que ha entregado su vida. Y quiere continuar dando su vida por ella. Ha venido a servir, y sigue queriendo servir. Por eso siempre le dirá: «Siéntate tú a la mesa (de la Eucaristía), y Yo te sirvo». Así que en la Iglesia todo ocurre al revés que en la sociedad humana, donde solemos ver que los hombres se sientan y las mujeres sirven. En la Iglesia, las mujeres se sientan y un Hombre –el Hombre, Jesucristo– sirve, a través de aquellos hombres a los que pide prestada su humanidad (los llamados a hacer presente hoy el sacerdocio-servicio de Cristo). Cada mujer es –y debe sentirse– objeto especialísimo de su cariño y sus cuidados. Da su vida por ella: «Esto es mi cuerpo, entregado por ustedes...». Por ti. Y el joven que se convierte en sacerdote de Cristo (obrando *en la persona de Cristo*) realiza igualmente esa necesidad fundamental que late en el fondo de su corazón de hombre, y que la mayoría de sus amigos y compañeros realizan en el matrimonio, de entregarse por los seres amados.

Es cierto que Cristo ve a la Iglesia-Esposa en cada ser humano – hombre o mujer– pero no de manera tan *evidente* en el varón. Una mujer es un **icono** mucho más perfecto de la Iglesia: es decir, es como una imagen típica que a Cristo le hace ver enseguida en ella a su Esposa. Un hombre es mejor icono, en el mismo sentido, de Cristo Sacerdote, pero no lo es tanto de la Iglesia, y en ese sentido no presenta un obstáculo tan grande para el corazón de Cristo, que no puede ignorar fácilmente esa representación icónica de su Esposa por parte de la mujer.

El sacerdocio en la Iglesia católica es un llamado especial por muchas razones. La primera y más importante es que, sin el sacerdocio, no tendríamos la Eucaristía, el don más grande que los sacerdotes ofrecen a su esposa, la Iglesia, la cual «nutre su vida de la Eucaristía»⁶. Y lo ofrecen también a todas las parejas de hombre y mujer que anhelan la plenitud del amor humano. Pues sin la Eucaristía, Jesucristo no podría decirnos a diario: «Esto es mi Cuerpo que será entregado por ustedes y por muchos»; y sin esa entrega de Cristo –y de ese hombre limitado e imperfecto que obra *in persona Christi* pronunciando sus palabras en la consagración de la Misa– los demás hombres y mujeres no serían capaces de la mutua donación de sus cuerpos en un amor sponsal pleno. Así, el joven que se ordena sacerdote, al pronunciar esas palabras de Cristo, descubre, con sorpresa y con alegría indecible, que también *su* cuerpo –ofrecido en el celibato– se une al sacrificio de Cristo y hace posible en el mundo «el amor hermoso»: ese amor de donación total al estilo de Cristo. Existe el verdadero amor matrimonial terreno porque hay hombres y mujeres célibes que entregan sus cuerpos en unión con Jesucristo.



«Dios nutra con el mismo amor y pasión a una mujer que a un hombre, y se enamora y entrega indistintamente por cada uno, así que ambos pueden experimentar aquello de "me amó y se entregó por mí".»

—Rosario Miranda

Las otras formas de vida consagrada (no clericales) responden más típicamente —aunque no exclusivamente— a los dones femeninos relacionales, que buscan cuidar y nutrir al pequeño y al débil y al que sufre, y atender a cada persona en su singularidad. Las mujeres consagradas aportan a la Iglesia lo que Juan Pablo II llamaba el **genio femenino**, que es «a través de su dedicación, vivida con plenitud y con alegría, *un signo de la ternura de Dios hacia el género humano* y un testimonio singular del misterio de la Iglesia, la cual es virgen, esposa y madre». Así, las **religiosas de vida activa** o apostólica se han dedicado históricamente a prodigar una atención preferencial a las personas más vulnerables (pobres, ancianos, niños, enfermos, moribundos, jóvenes en peligro) y a la enseñanza; y más recientemente, cuidando que la vida familiar y social sea más humana, especialmente en lo que se refiere a la dignidad de la mujer y al respeto de la vida. «En el apostolado que desarrollan las personas consagradas, su amor esponsal por Cristo se convierte en amor por la Iglesia como Cuerpo de Cristo»⁸.

La vida de las **religiosas contemplativas**, por su parte, expresa ese mismo genio femenino siendo «signo de la unión exclusiva de la Iglesia-Esposa con su Señor, profundamente amado, [y] responde a la exigencia de *estar con el Señor*»⁹. El estado de vida que viven estas mujeres, y los **religiosos contemplativos** masculinos, es, objetivamente hablando, la expresión más intensa y plena del amor que existe en la Tierra, porque es la más semejante al Amor puro que se vive en el Cielo.

¿Es mejor ser persona célibe o persona casada?

La Iglesia siempre ha enseñado que el celibato «por el Reino de los Cielos» —la virginidad de quien con corazón indiviso se consagra a Cristo— es objetivamente un llamado más «elevado» que el matrimonio, porque refleja de una manera más directa el matrimonio celestial de la Iglesia con Cristo; proclama —como el ángel del libro del Apocalipsis (21, 9)—: «Ven, que te voy a enseñar a la Novia, a la Esposa del Cordero». Subjetivamente hablando, sin embargo, *la mejor vocación para ti es aquella a la que Dios te está llamando*. Esto obviamente significa que se necesita hacer un discernimiento basado en la oración, para ver cuál es el regalo que Dios tiene para ti.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Por qué se dice que el celibato es un llamado *excepcional*?
2. ¿Por qué el sacerdocio está reservado para hombres únicamente?
3. ¿Qué significa que un sacerdote actúa *en la persona de Cristo*?
4. ¿De qué manera la vida consagrada ofrece un amplio campo de realización al *genio femenino*?
5. ¿Cuál es el papel principal de un religioso o religiosa contemplativo?



«El significado esponsal de la vida consagrada... evoca el deber de la Iglesia de vivir en una entrega plena y exclusiva a su Esposo... En esta dimensión esponsal, propia de toda la vida consagrada, es sobre todo la mujer la que se ve singularmente reflejada, como descubriendo allí la fidelidad especial de su relación con el Señor.»

— Juan Pablo II



MÁS A FONDO: El celibato como signo escatológico

El título probablemente te deje frío. «Un signo ¿qué?» Como ya dijimos en el capítulo 4, la palabra *escatológico* viene de la palabra griega *éskaton*, que significa «último». La *escatología* es simplemente el estudio «de las cosas últimas», es la parte de la teología que estudia el destino final de nuestras vidas. Por eso, hablar del «celibato como **signo escatológico**» es equivalente a decir que es «una expresión del Cielo en la Tierra».

El celibato es una señal escatológica en cuanto prefigura lo que el Cielo será. En el Cielo, estaremos totalmente inmersos en el amor de Dios. El amor humano, no importa cuán grande sea en la Tierra, es finito y apenas un reflejo palidísimo del amor de Dios. El amor sacramental del Matrimonio comunica el amor presente en la Santísima Trinidad, pero el intercambio entre Dios y el hombre, entre el Creador y su Creación, encuentra su perfección, no en el matrimonio terrenal, sino en «las bodas del Cordero» (de Jesucristo –cfr. Apoc 19,7): esto es, en el Cielo.

En el Cielo, nuestros corazones, purificados de todo egoísmo, quedarán orientados enteramente a Dios en medio de la comunión más grande con nuestros hermanos (lo que la Iglesia llama la *comunión de los santos*). Estarán llenos hasta rebosar del amor de Dios y de compartir ese amor con todos los hombres y mujeres que han respondido a la «propuesta matrimonial» de Dios. Por eso nuestro corazón será *indiviso* –es decir, ya no *fragmentado* por tantas cosas que lo van jalando en diferentes direcciones aquí en la Tierra–, no tendrá ningún deseo del matrimonio meramente terrenal, pues éste sería tremendamente insatisfactorio comparado con la experiencia de éxtasis del Amor total. Desde esta perspectiva, podemos ver que el celibato de ninguna manera devalúa el matrimonio. Más bien lo complementa. Mientras que el Matrimonio es un *Sacramento* del Cielo en la Tierra (es decir, nos «habla» de lo que nos espera, sin entregárnoslo todavía), el celibato viene a ser *una primera realización* de esa unión con el mismo Dios que, solo, puede llenar y saciar nuestros corazones. Es en ese sentido que se puede hablar de él como «el Cielo en la Tierra».

Las personas célibes son testimonio viviente de una entrega desinteresada y, por su sacrificio, son bendecidos con una unión con Dios que refleja lo divino, un atisbo del éxtasis puro y compartido que nos espera en el Cielo. En un mundo que equipara el éxtasis con el placer sexual, nos resulta difícil hacernos a la idea de que la unión total con Dios supera a una unión meramente humana. Es porque no tenemos *experiencia* de esa unión en su plenitud. Pero sí podemos *entender* que el Dios que ha creado toda hermosura y todo amor, y nos lo ha regalado en la Tierra, tiene que ser Él mismo incomparablemente más grande que cualquier cosa experimentada aquí: es *pura* Hermosura y *puro* Amor. Y podemos tener la seguridad de que se cumplirá lo que nos ha prometido: «lo que ni el ojo vio, ni el oído oyó, ni al corazón del hombre llegó... Dios preparó para los que le aman» (1Cor 2,9).

«Con el don de sí mismo, Jesús ha inaugurado objetivamente el tiempo escatológico.»

– Benedicto XVI

*«Confía en Dios de todo corazón
y no te apoyes en tu propia
inteligencia; reconócele en todos
tus caminos y él enderezará tus
sendas.»*

(Prov 3:5-6)

VÍVELO: Célibe y feliz

Hay una pregunta curiosa que se les ocurre a muchos jóvenes: «¿No serían más felices los hombres y mujeres célibes si pudieran casarse?». ¿Por qué es curiosa esta pregunta? Pues, ponte a pensarlo: si tomas una muestra de 100 hombres casados, 100 mujeres casadas, 100 hombres célibes y 100 mujeres célibes, ¿encontrarías más gente feliz entre los casados o entre los célibes? La verdad es que de ambos lados hay gente que no es feliz. Hay personas casadas que se ven infelices y deprimidos porque han dejado de amar a la persona a quien prometieron amar todos los días de su vida; y tal vez habrás visto personas consagradas a Dios que también lo son porque no están unidas en amor esponsal con Cristo y la Iglesia, a quien consagraron sus vidas. La línea divisoria de felicidad-infelicidad no pasa por la cantidad de

copulaciones que se puedan tener, sino por la medida del amor que se vive.

Por otra parte la pregunta no tiene sentido si se entiende que el celibato es un llamado al que se responde libremente. No tiene más sentido del que tendría preguntar: «¿No serían más felices los casados si pudieran no casarse?». Quien acepta el llamado al celibato por el Reino de los Cielos lo hace porque tiene plena confianza en que quien le llama —Jesucristo— le ha creado para ser feliz y ¡no le fallará jamás!

El celibato es un «llamado excepcional»: no un llamado para inadaptados sociales que no logran que nadie salga con ellos, sino un llamado a darse a Dios en la forma más radical: un llamado al amor más grande. ¿Estarías dispuesto a consagrarle a Jesús tu vida en el celibato si Él te lo pidiera?

Pídele a Dios que te ayude a confiar en Él. Luego, haz una visita al Santísimo Sacramento y pídele a Dios que elimine cualquier miedo relacionado con tu llamado, sea cual sea. De rodillas, ofrécele tu cuerpo a Dios. Y no te pongas nervioso: esto no va a «persuadirle a Dios a llamarte a la vida sacerdotal o consagrada». Desde antes que existieras, Dios ya tenía un plan para tu vida, incluida la vocación particular que te tenía reservada para que alcanzaras con seguridad la enorme felicidad para la que te creó. Este ejercicio espiritual de ofrecerte a Dios simplemente te dará el tiempo para reflexionar y discernir cuál es tu vocación en la vida.

Y recuerda: la vida consagrada, más que un regalo tuyo para Dios, es un regalo de Él para ti. Si estás llamado a la virginidad o celibato (es decir, a dedicarte ¡ya! al matrimonio en su *máxima* expresión), ¡estás llamado a ser feliz *gracias a esta vocación*, y no «a pesar de» ella!

Si no es tu llamado, te queda el deber de apoyar, con agradecimiento, a las personas consagradas a Dios que, con su entrega, te están ayudando a ti a encontrar tu propia felicidad en el amor. Aquí tienes diez cosas sencillas que tú, como joven, puedes hacer para ayudar a las personas célibes a seguir felices en su vocación y fieles a ella (o a volver a serlo si por el camino se les ha «nublado la vista»):

1. Dile a tus papás que inviten a un sacerdote o una persona consagrada a la que conozcan a cenar en familia (o a un partido, una obra, un concierto, etc.)

«Dios permite al hombre que conozca su fin sobrenatural, pero deja a su voluntad la decisión de tender hacia Él, de escogerlo. Es por ello que Dios no salva al hombre sin su libre participación.»

—Karol Wojtyła

2. Pregúntales sobre sus vidas y sobre las experiencias que más les llenan en su vida consagrada.
3. Reza por ellos diariamente, y hazles saber que lo haces.
4. Pídeles que te cuenten la historia de su vocación: cómo fue, si les costó mucho, si tenían miedo de decir sí a Dios, qué les ayudó a dar el paso...
5. Encuentra una canción simpática o que tenga un significado especial que te recuerde a ellos, y envíasela o déjales escucharla, explicándoles por qué la asocias a ellos.
6. Escribeles una carta a mano, o un correo electrónico, agradeciéndoles por ser testimonios de amor y por su compromiso con su vocación.
7. Dales un regalo en el Día del Padre o en el Día de las Madres. Agradéceles por ser padres o madres espirituales.
8. Averigua la fecha del aniversario de su ordenación sacerdotal o su consagración y mándales una nota.
9. Consúltalos con confianza cuando tengas una situación en que te puedan ayudar, dejándolos servirte en nombre de Jesús y de su Iglesia.
10. Sonríe a menudo y compárteles tu vida y tus energías.



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Entrevista a una persona consagrada célibe. Elige una de las dos opciones siguientes:

- a. Has una lista con diez preguntas que te permitan conocer cómo vive el celibato. Graba sus respuestas y escribe un resumen de lo que aprendiste.
- b. Pídele que te comparta, con ejemplos prácticos, cómo vive el compromiso con Cristo y la Iglesia como anticipo de su unión con Cristo en el Cielo, y escribe un resumen de lo que aprendiste.

Tarea 2: Elige una de las dos opciones siguientes:

- a. Entrevista a un sacerdote y pídele que te comparta un momento en su vida en que él, como sacerdote, ha sentido realmente a Cristo actuar por medio suyo. Parafrasea su respuesta en un ensayo breve, y si el tiempo lo permite, preséntalo en clase.
- b. En un ensayo, describe, si lo has vivido, cómo la presencia o acción de un sacerdote en un momento de tu vida te ha hecho experimentar que era Cristo que obraba por él. Compártelo si el tiempo en clase lo permite.



ORACIÓN FINAL

«San Agustín, por favor, intercede por mí, para que como tú, pueda elegir la voluntad de Dios antes que la mía, y aceptar el plan que tiene para mí. Ayúdame a poder ofrecer mi cuerpo, como lo hiciste tú, en sacrificio vivo para la construcción del Reino de Cristo en la Tierra. **Amén.**»

Tarea 3: Busca en Internet los testimonios vocacionales de al menos tres personas consagradas a Dios. Explica en un ensayo, o en una presentación a la clase, lo que tienen en común los testimonios (actitudes, experiencias, vivencias... de esas personas), lo que más te impactó, y cómo te ayudan para discernir tu propio camino para vivir el amor más grande posible en tu vida.

Tarea 4: Investiga sobre el rito de la ordenación sacerdotal, y escribe una lista de todos los signos corporales y símbolos que se viven en la ceremonia. Presta particular atención a la postura corporal y a los detalles de unción del rito. Aplica lo que aprendiste en el capítulo 6 sobre el lenguaje del cuerpo.



Proyecto 1: Juan Pablo II describió en el número 34 del documento *Vita Consecrata* «el significado sponsal de la vida consagrada». Léelo y expresa brevemente las dos diferentes maneras cómo María, por un lado, y los Apóstoles, por otro, viven esta «dimensión sponsal». Luego explica cómo estas dos diferentes maneras están representadas en las diferentes vocaciones consagradas (sacerdocio, vida religiosa, etc.) que existen en la Iglesia hoy.

Proyecto 2: Lee el documento *Ordinatio Sacerdotalis* y escribe un resumen de las razones de Juan Pablo II que afirman que el sacerdocio es una vocación propia para los hombres.

Proyecto 3: Elige una congregación religiosa u otra institución de vida consagrada en la Iglesia, e investiga cómo inició, quién la fundó y cuál es su *carisma*.

Proyecto 4: Investiga la vida de un santo que haya elegido el celibato. Te sugerimos a: san Ignacio de Loyola, san Agustín, santa Teresa de Ávila, santa Catalina de Siena, santa Teresita, san Francisco de Asís, Padre Pío (san Pío de Pietrelcina) o el Beato Juan Pablo II. Reflexiona sobre cómo sus vidas fueron particularmente excepcionales gracias al llamado al celibato, y la manera en la que entregaron sus vidas a Dios y a la Iglesia.

Celibato por el Reino de los Cielos. Elección de «saltarse» el matrimonio en la Tierra para entregarse por completo, ya desde ahora, al matrimonio pleno y definitivo, con Dios, que nos espera en el Cielo.

Consagrado. Significa «puesto aparte», «separado o reservado exclusivamente para» algo o alguien: en este caso, para Dios.

Genio femenino. Cualidades propias y características de la personalidad y actuar de la mujer, tales como su profunda sensibilidad ante el sufrimiento humano, su tacto, apertura y disponibilidad para ayudar.

Icono. Signo que mantiene una relación de semejanza con el objeto representado. La Iglesia, siendo virgen que custodia pura e íntegramente la fe prometida al Esposo, y madre que ha recibido fielmente la Palabra de Dios y engendra para la vida inmortal a los hijos concebidos por el Espíritu Santo (cfr. LG 64), encuentra su más perfecto icono en María –Virgen, Madre y Esposa–, pero también en la mujer que realiza, en diferentes medidas según su vocación, este mismo carácter de la Iglesia Esposa de Cristo.

Religiosos y religiosas. Se distinguen de quienes viven otras formas de **vida consagrada**, especialmente porque hacen profesión *pública* de los consejos evangélicos y viven juntos en comunidades. Llevan también un hábito o distintivo común.

Religiosos y religiosas contemplativos. Se dedican casi exclusivamente a una vida de profunda oración e intercesión para el beneficio de la Iglesia, permaneciendo en sus monasterios sin ejercer un apostolado activo externo.

Religiosos y religiosas de vida activa. Sin dejar de reservar tiempo importante para la oración, dedican su vida especialmente a un ministerio o apostolado activo según el carisma de su propia congregación en donde sea necesario.

Signo escatológico. Signo que nos dirige al estado final (*ésjaton* = final de los tiempos) de plenitud total del hombre en el Cielo.

Vida consagrada. Es el estado de quienes se han comprometido a seguir más radicalmente a Cristo por la práctica de los tres consejos evangélicos de castidad célibe por el Reino, pobreza y obediencia.

Vocación. Del vocablo latino *vocare* («llamar»), es el llamado de Dios a cada uno de nosotros, invitándonos a vivir por Él y amarlo en un estado y forma particular de vida, y así santificarnos.

Salir en pareja y los fundamentos de un amor para siempre



«La castidad es la "transparencia" de la interioridad, sin la cual el amor no es amor, y no lo será hasta que el deseo de gozar no esté subordinado a la disposición para amar en todas las circunstancias.»

— Karol Wojtyła¹

Salir en pareja es agradable y divertido. Pero no es un juego. Tiene un propósito muy serio para tu vida: encontrar a tu futuro esposo o esposa. No se equivocan los jóvenes cuando sueñan en encontrar la felicidad por el camino del amor. Lo que es necesario agregar a esa receta, sin embargo, es la palabra *puro*. La pureza es, en realidad, una cualidad del amor, y una cualidad necesaria. Porque en la medida en que un amor no es puro, es un amor contaminado y, al menos en parte, falso: pues contiene «regiones» enteras que dicen ser amor y no lo son; parte de su territorio no es sino egoísmo, que es lo contrario al amor. Y si estás convencido de que la felicidad está íntimamente ligada al amor, éste es un grave problema, ya que, como no es puro amor, no puede darte la prometida felicidad.

Ahora bien, encontrar la felicidad viviendo en la pureza no se limita a decir «no» a tener relaciones sexuales; es decir «sí» al amor y la responsabilidad que se vive cuando sabes lo que significa el noviazgo. Es aprender a amarse como amigos.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: Amigos y guardaespaldas

«Mamá, ¿dónde están las toallas?», chillé. Tenía siete años, y me encontraba, una tarde, completamente desnudo, en la puerta de entrada a mi casa. Acababa de bañarme, y no lograba encontrar una toalla. Por qué me estaría bañando por la tarde, no lo recuerdo, pero lo que no se me olvidará *jamás* son las carcajadas que escuché. Volteé, y a apenas diez metros de distancia, en el columpio que estaba en el jardín, vi a mi mejor amiga Kimberly con su hermanita y dos de mis amigos de la cuadra. Me quedé helado; me miré y, girando y azotando la puerta, me refugié en la seguridad de la casa, dejando detrás de mí a mis amigos muertos de la risa.

Estaba totalmente avergonzado. Traté de olvidarlo. Pero al día siguiente, el mismo grupo de amigos, y mi amigo Andy (me llevaba dos años, y era sarcástico) inmediatamente se empezó a burlar de mí. «¿Encontraste la toalla?», preguntó, riéndose. «¿Te debió dar frío, verdad?». Kimberly se sonrojó y bajó la mirada. Dirigí a Andy una mirada que no sabía hasta ese momento tener en mi arsenal. Di un paso hacia él y medio cerré los ojos. Entendió. Nadie volvió jamás a hablar de ese día, yo incluido.

¡Kimberly era la niña más bonita de la cuadra! Tenía largas trenzas, ojos azules y un espíritu aventurero que me encantaba. Crecimos juntos y vivimos una amistad muy especial, diferente a todas las demás. Era algo único que compartimos, hasta que cumplimos diez años. Fue entonces que ella se mudó con su familia a una ciudad lejana. Me quedé destrozado.

Hice todo lo posible para no perder su amistad, pero aunque nos escribíamos de vez en cuando, ya no era lo mismo. Hasta que, justo el día que cumplí trece años, ¡mi familia se mudó a la misma ciudad! Pero cuando nos reunimos de nuevo, algo había cambiado. Ambos habíamos alcanzado ya la pubertad, y ella estaba más alta que yo (¡cosa que no podía soportar!), pero había otras diferencias. Descubrí que me atraía de una manera que no había experimentado antes.

Lo bonito de la relación que teníamos era que podíamos hablar de todo, en la seguridad de la amistad profunda que nos unía. Kimberly estaba cada día más bonita, pero aunque confiaba en mí totalmente, para ella existía una línea muy clara: éramos amigos, sólo amigos. Para mí, sin embargo, esa línea se volvía cada vez más borrosa. Sentía que estar con ella era genial. No quería sólo verla y platicar, deseaba algo más.

Una noche, sentados en el borde de la acera enfrente de su casa y platicando a la luz de una farola, le pregunté si quería salir conmigo. Me miró extrañada y preguntó: «¿Quieres decir, como novios? ¿Tú y yo?». «Pues sí, es que... somos tan buenos amigos... ¿no sería increíble?», le dije. Kimberly miraba al suelo. Guardó silencio. Me levanté, con las manos en los bolsillos, esperando su respuesta. Finalmente, después de lo que me parecieron horas, dijo: «No quiero perder nuestra amistad», y alzó hacia mí sus hermosos ojos azules y me regaló su maravillosa sonrisa (con lo que me acabó de robar el corazón). Entonces continuó: «Te quiero más que eso. Los novios van y vienen. Los amigos son para siempre».

Repaso del capítulo 9

1. Explica cómo todos estamos llamados de una manera u otra al matrimonio.
2. Define el celibato por el Reino de los Cielos.
3. ¿De qué manera la vida célibe nos revela el Reino de los Cielos?
4. Cristo no dio a la Iglesia la posibilidad de admitir mujeres al sacerdocio. Explica por qué esto no es por menosprecio de la mujer, sino por respeto especial hacia ella.



Yo no estaba dispuesto a dejar ir tan fácilmente la ilusión que había ido creciendo en mi corazón, así que lo estuvimos hablando un rato. Le di muchas razones para convencerla de que todo saldría bien, pero ella se mantuvo firme; y sutilmente me iba enseñando cómo respetar a una mujer: ser su amigo, atesorarla, respetarla, protegerla y amarla como a una hermana.

Así que respeté sus deseos y fui el mejor amigo que pude ser para ella. Pasábamos mucho tiempo juntos y nos queríamos como amigos. Compartíamos aficiones, diversiones y actividades; a veces íbamos juntos a Misa, o al cine. Nos ayudábamos el uno al otro en las tareas, salíamos con nuestros amigos juntos o por separado mientras nuestra amistad crecía y maduraba. Disfrutamos momentos juntos y descubrimos la grandeza de la amistad. Aunque fue un poco raro a veces cuando comenzamos a salir en pareja, cada uno con otra persona, nuestra amistad fue la fuente de seguridad y libertad mientras íbamos aprendiendo a amar.

Hay quienes creen que un joven y una chica no pueden permanecer *solamente como* amigos, pero eso no es verdad. Kimberly y yo seguimos siendo amigos en la preparatoria y en la universidad, nos acompañamos en momentos tristes y difíciles, alegres y especiales. Aprendí de ella más sobre la mujer, y sobre cómo tratarla, que de nadie más, y yo le enseñé a ella bastante sobre cómo somos los hombres. Ambos acabamos viviendo noviazgos hermosos con personas maravillosas, con quienes nos casamos y formamos nuestra propia familia.

Hoy, agradezco profundamente a Kimberly que haya tenido la sabiduría de mirar al futuro. Atesoro su amistad y todo lo que aprendí de ella a lo largo de los años. Le doy las gracias por su cariño en dos de los momentos más vulnerables de mi vida: cuando, de niño, estaba completamente desnudo frente a ella en la puerta de mi casa; y cuando, de adolescente, emocionalmente desnudo frente a ella, le pedí que fuera mi novia. Ella me amó con sencillez más que cualquier novia que tuve, y yo también la amé respetuosa y sencillamente más que cualquier novio que ella tuvo. Fuimos guardaespaldas² el uno del otro.

Nuestros respectivos esposos ahora sólo pueden mirar esa amistad y darle gracias a Dios de que hayamos actuado de ese modo. ¿Qué sentirías tú si hubiese quien custodiara así a tu futuro esposo? Entonces, haz tú lo mismo por los demás.

Brian Butler

*«¿Pureza?, me preguntan,
y sonrío. Son los que
caminan al matrimonio con
cuerpos desgastados y almas
desilusionadas.»*

*— San Josemaría Escrivá de
Balaguer*



PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. Comparte una experiencia o relación con el sexo opuesto en que sentiste tu persona protegida, respetada y apreciada. ¿Qué huella dejó esa relación en tu vida?
2. ¿Qué hizo Kimberly que fue tan determinante para salvaguardar su especial amistad con el autor de la historia?
3. ¿Qué beneficios encuentras en mantener una estrecha amistad con alguien del sexo opuesto?
4. ¿Qué problemas podrían darse en una amistad así de cercana?
5. Menciona una cosa que puedes hacer para ser capaz de ver a los demás (y para que ellos te vean a ti) como hermano y hermana en humanidad y en Cristo.
6. ¿Consideras necesario tener un noviazgo para poder conocer al sexo opuesto?



ACORTANDO LA BRECHA

Que los noviazgos pueden tener problemas no quiere decir que nunca debas vivirlo. Pero primero debes aprender a ver a la otra persona como hermana o hermano en Cristo en lugar de permitir que la atracción y el enamoramiento sentimental nublen tu capacidad de decisión. Cuando aprendes a hacerlo, te ayuda a sacar del escenario a la lujuria. ¿Quién puede mirar con lujuria a su hermano o hermana?

La realidad es que si logras formar buenas amistades, donde convives y te diviertes sana y constructivamente, a la vez que dejas espacio para Dios dentro de esa amistad, aprendes mucho del sexo opuesto. Descubrirás cómo ser una persona que «desea el bien del otro». Piensa en ello como «una escuela de amor» que te preparará para vivir en plenitud tu vocación. Como Juan Pablo II decía: «Únicamente un hombre y una mujer castos son capaces de experimentar un verdadero amor»⁴.

¿Sabías qué...?

Algunas personas creen que no existe ninguna razón para no tener novio en la secundaria o preparatoria. Existe un dato importante que debes conocer: el 84 % de los jóvenes que no tienen novio o novia antes de los 16 se gradúan siendo vírgenes. En cambio, de los que empiezan a tener novio en secundaria, sólo 29 % de los hombres y 10 % de las mujeres son vírgenes al graduarse.⁵

ASUNTO

Hoy muchos comienzan a salir en pareja a muy temprana edad (los autores de este curso vivimos «noviazgos serios» ¡en 5° de primaria!). ¿Te acuerdas cuando, ya entrando en la adolescencia, las relaciones se «formalizan»? Es cuando los mensajitos («¿Te gusto? ¿Sí, o no?») se hacen más frecuentes e intensos, te empujan oportunamente para que «accidentalmente» choques con «ella», «no te diste cuenta» de que se te cayó el cuaderno justo cuando «ese niño» venía detrás de ti, y los amigos se pelean sobre quién va a salir con quién.

[illegible]

La pirámide del crecimiento en pareja

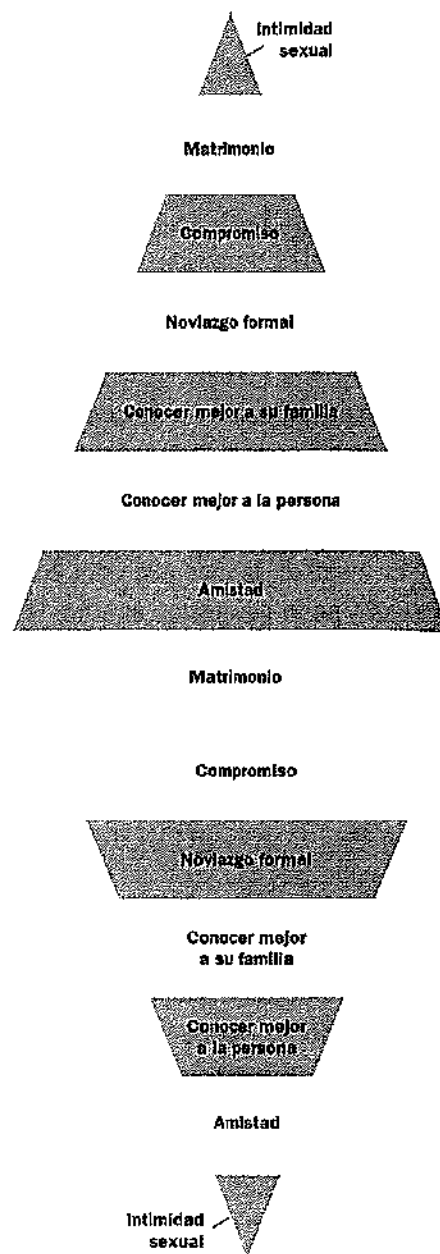
Imagínate una pirámide; llamémosla «la pirámide del crecimiento en pareja». En la base, como fundamento firme, ponemos la amistad, que es la más básica de las relaciones humanas. Al paso que vamos subiendo, encontramos (por orden): Conocer mejor a la persona – Conocer mejor a su familia – Noviazgo formal – Compromiso – Matrimonio. Y como culmen de la pirámide, la intimidad sexual.

Ahora, ¿qué pasa si volteamos la pirámide y tratamos de sostenerla en el vértice? Se desploma bajo todo el peso que lleva encima. Cuando menos, se cae y se daña. Lo mismo ocurre cuando inicias una relación con actividad sexual, con la esperanza de que la amistad y el amor se den después. No funciona. Es contrario al plan de Dios para el amor y la vida, y en casi todos los casos la relación termina derrumbándose dejando tras de sí a dos personas profundamente heridas.

La alternativa: el cortejo

Entonces ¿quiere eso decir que no debes tener un noviazgo más que con la persona con la que te vas a casar? ¿Y que, cuando salgan juntos, debe acompañarles toda la familia de él o de ella? Suena tan divertido, ¿verdad? En realidad, puedes aplicar *los principios* del cortejo «a la antigua» de varias maneras prácticas y divertidas (y actuales, no «antiguas»), de modo que te ayuden a encontrar al amor de tu vida. Pero antes de entrar en esos detalles, hace falta dar una respuesta a unas preguntas bastante obvias que con toda probabilidad se te ocurrirán: ¿por qué necesito estar pensando en el matrimonio si aún me faltan muchos años para casarme? ¿Cómo puedo saber si una persona es apta para ser mi esposa u esposo?

Ya hemos contestado detalladamente a la primera pregunta en el capítulo ocho. Repasándolo brevemente, recordemos esto: Dios tiene un llamado especial para cada persona que existe en la Tierra. Todos estamos llamados a vivir en amor esponsal –con una esposa o esposo terreno, o en el matrimonio místico con Cristo y la Iglesia en el celibato. Desde muy joven, debes estar buscando discernir cuál es tu vocación; pero más aún en la preparatoria, porque ya se te acercan algunas de las decisiones más fundamentales de tu vida: ¿adónde vas a dirigir tus pasos al terminar tu educación media, y el resto de tu vida? Tus intereses en esta época de tu vida no pueden reducirse simplemente a escuela y diversión. Son años decisivos: estás escribiendo tu historia y cómo quieres vivirla en el futuro. Por eso, no puedes dejar de comenzar, ya desde ahora, a hacerte preguntas en relación con el noviazgo y el matrimonio.



En cuanto a la pregunta sobre cómo saber si ésta es una persona con quien quisiera pasar toda mi vida, resulta crucial que comiences con *un tipo de relación* que te permita descubrir el mayor número de «datos» posibles sobre ella manteniendo la cabeza clara. El **cortejo** (a diferencia del noviazgo) es precisamente una relación en que buscas ser primero amigo, o amiga, durante un buen tiempo, de la persona que te gusta. De esa manera llegas a conocer a su familia, sus amistades, educación, personalidad, principios, religiosidad, etc. El deseo de vivir la «experiencia del amor» es tan intenso que nos hace impacientes; pero es prácticamente automático que, si te saltas este paso de *amistad*, y quieres vivir enseguida en plan de *noviazgo*, se va a truncar todo el proceso de conocer a la persona. ¿Por qué? Porque en esa «experiencia del amor» —sería más justo llamarla *de enamoramiento*— hay un predominio de las emociones que nubla el conocimiento y el juicio.

Y fíjate en lo que pasa entonces: si no llegas primero a conocer bien a la persona, estás en grave peligro de *no amarla*. Porque si amar es querer el bien de la persona amada, para esa persona compartir su vida *contigo* tiene que ser un bien. Y ¿cómo vas a saber que lo será, si no la conoces, y bien? Por el tipo de persona que es ella, y que eres tú, ¿serás capaz de ayudarla a ser feliz aquí en la Tierra, y alcanzar su felicidad eterna? Si no, amarla será dejarle que encuentre quien sí lo puede hacer.

Una relación vivida *en orden* —es decir, que sigue el plan que Dios trazó con cariño y sabiduría, para que nos llevara al verdadero amor— típicamente nos acerca a quienes nos aman: nuestra familia, nuestros amigos y Dios. Pero una relación vivida *en desorden* —según nuestro plan, donde rige el goce sentimental o físico, y no el plan de Dios— nos aleja de quienes nos aman. Y finalmente, hasta de la persona que pensamos estar amando.

Relájate, no te vas a convertir en un «raro»

Muchos adolescentes y jóvenes se sienten raros porque no tienen novio o novia. Pero aunque echen de menos no tener con quién salir el viernes por la noche, serán mucho más afortunados que los que llegan a los 18 años sintiendo que su vida ha sido una especie de mala telenovela juvenil, y que ya pasaron por tres «divorcios» que han puesto en jaque —posiblemente para siempre— su capacidad de entregarse a otro en el amor. Es verdad que *no todos* los noviazgos de secundaria o preparatoria terminan en la amargura, y que alguno incluso conduce a un matrimonio feliz. Pero quienes esperan más tiempo para iniciar una relación sería de noviazgo, no sólo están más capacitados para entender lo que ellos mismos idealmente buscan en la relación con el otro sexo, sino que de hecho suelen iniciar una relación sobre una base más firme de conocimiento de la otra persona, y tienen mucha mayor garantía de vivirla sanamente y con pureza. Y eso es una gran ganancia. ¿O crees que a un posible futuro esposo o esposa le resultarás más atractivo o fascinante porque ya has tenido intimidades sexuales con otros?



*Amar es un acto de la voluntad.
Pero la voluntad, por sí misma, es
ciega; tu entendimiento tiene que
enseñarle a tu voluntad el valor de
las cosas —y de las persona— para
que vea lo que merece ser amado.
En otras palabras, no puedes amar
lo que no conoces.*

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Desde cuándo se formó la costumbre de tener novio como «divertimiento»?
2. ¿Cuál es el verdadero propósito del noviazgo?
3. Da un ejemplo del tipo de relación que no cumple con ese propósito.
4. Menciona una señal inequívoca de un noviazgo sano.
5. ¿De qué manera una relación previa de amistad ayuda a cimentar un buen noviazgo?

¿Cómo puedes saber «qué tan lejos puedes llegar»?

Ante esta pregunta, la mayoría de la gente tiene dos criterios diferentes: uno para sí mismos y otro para los demás. Por ejemplo, si alguien se te presentara y te dijera: «mira, yo sé con quién te vas a casar, pero yo quiero salir con esta persona primero; así que te quiero preguntar, ¿qué tan lejos puedo llegar con ella?». Sospecho que tendrías un criterio bastante claro, con límites bastante estrictos. Y lo mismo si te preguntara «qué tan lejos puedo llegar» con tu hermana, o tu hermano...

Entonces, ¿por qué el criterio de repente resulta más *flexible* cuando se trata de tus propias acciones? «¿Por qué está mal... si nos amamos... si me puedo ver casándome con él... si ella está dispuesta a hacerlo...?» ¿Por qué tenemos esos sentimientos de protección respecto a nuestros futuros esposos o hermanos, pero cuando se trata de nuestra propia dignidad e integridad somos permisivos y condescendientes?

En ese maravilloso poema de amor que tiene la Biblia, el Cantar de los Cantares, el hombre le dice a su amada: «Me robaste el corazón, hermana mía, novia mía» (*Cant* 4:9). Y lo mismo encontramos en el libro de Tobías. El joven Tobías se refiere a Sara, su nueva esposa, como «ésta mi hermana» (*Tob* 8:7) cuando reza con ella en la noche de bodas, pidiéndole a Dios que bendiga su matrimonio. Antes que nada, estos dos jóvenes miraban a sus respectivas novias como hermanas en la humanidad, miembros de una misma familia, hijas de un mismo Padre, que debían ser veneradas y atesoradas como tales. Por eso ninguna de ellas fue objeto de lujuria. Si aprendemos a mirarnos ante todo así, como hermanos y hermanas, como personas, como un don el uno para el otro, podremos vencer la tentación de la lujuria y lograr que triunfe el amor.

Proponerte vivir la pureza en el noviazgo no significa que reprimas todos tus deseos; significa ser libre para *enamorarse por las razones correctas*. Cuenta un jugador de fútbol americano: «Sé que Dios tiene reservado un amor mucho más profundo para nosotros... Cuando he tratado de vivir en pureza durante algunos días, comienzo a sentir que Dios tiene para nosotros este amor increíble...».

«La Redención del eros ayuda antes que nada a los enamorados humanos y a los esposos cristianos, mostrando la belleza y la dignidad del amor que les une. Ayuda a los jóvenes a experimentar la fascinación del oro sexo, no como algo turbio, vivida lejos de Dios, sino como un don del Creador para su alegría si se vive en el orden que Él quiere.»
— Raniero Cantalamessa

Sabía en lo más profundo de su corazón, que la huella de la presencia de Dios en una relación de noviazgo es la pureza y la paz. A pesar de que la pureza era para él una lucha, se daba cuenta de que sacrificarse por el bien de su novia le ayudaba a sentirse profundamente cercano a ella, más de lo que jamás lo pudiera hacer el placer más grande que existe.

Así que, si de verdad quieres saber «¿qué tan lejos puedes llegar?», date cuenta de que estás haciendo la pregunta equivocada. Lo que debes preguntar es: *¿Señor, cómo quieres que viva y ame, para que pueda encontrar la felicidad que de verdad anhelo?* Si se lo preguntas con fe y confianza, te bendecirá mucho más de lo que alguna vez imaginaste. En vez de preguntarte qué tanto te puedes alejar de la pureza, tal vez es hora de preguntarte *qué tan lejos puedes llegar si la vives.*

Pronto te darás cuenta de que cuanto más puro es tu noviazgo, más libre es la relación. Dice san Pablo (Tit 1,15): «Todo es puro para los puros». Lo que es realmente difícil es intentar ser «puro a medias» al mismo tiempo que te permites cosas como los llamados *juegos amorosos (foreplay)* y la pornografía, que van excitando tu impulso sexual. Naturalmente, eso solamente aumenta el apetito de unión sexual y te hace creer que la pureza es imposible.

La pureza es posible para quien realmente quiere vivirla.

Desafortunadamente, muchas personas confunden la pureza con el puritanismo. Esto es un error. El puritano considera el sexo como algo malo o «sucio». En cambio, una persona que vive la castidad y la pureza es una persona que respeta, protege y salvaguarda las expresiones del amor sexual precisamente porque sabe lo valiosas, bellas y maravillosas que son. Destinadas a ser un don especialísimo y exclusivo para el verdadero y único amor de su vida.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Por qué «¿qué tan lejos puedo llegar?» es la pregunta equivocada?
2. ¿Cómo se referían los jóvenes del libro de Tobías y del Cantar de los Cantares a sus novias? ¿Por qué lo hacían?
3. ¿Cómo entiendes el dicho de san Pablo: «Todo es puro para los puros»?
4. ¿Cuál es la diferencia entre ser *puro* y ser *puritano*?
5. ¿Por qué ser puritano no tiene nada que ver con lo que has aprendido de las enseñanzas de Juan Pablo II?

«Ser casto, ser puro, significa tener una actitud "transparente" respecto de la persona de sexo diferente.»
— Karol Wojtyła⁶

«El signo de la cruz es el arma más poderosa contra el demonio. Además, la Iglesia desea no sólo que la tengamos continuamente en nuestra mente, recordándonos lo que valemos y lo que le costamos a Jesucristo, sino también que lo hagamos en cada coyuntura: al dormirnos en la noche, al despertarnos durante la noche, al levantarnos por la mañana, al comenzar cualquier actividad, y por encima de todo cuando seamos tentados.»

— San Juan María Vianney

Si me faltan todavía muchos años para casarme, ¿cómo se supone que voy a poder vivir tanto tiempo en pureza?

Es válido preguntarte por qué Dios ha dado a los jóvenes un impulso sexual tan potente si el matrimonio no está todavía en el horizonte. En realidad, experimentar un deseo cuando no es apropiado seguirlo nos da la oportunidad de ejercitarnos en la fidelidad y el autodomínio. Por medio de la abnegación que se necesita para vivir castamente, vamos adquiriendo las habilidades necesarias para un matrimonio que dure toda la vida: paciencia, sacrificio, honestidad, capacidad de renuncia, señorío sobre uno mismo, etc.

Quando te niegas a ceder a determinados deseos, creces en virtud. Literalmente te haces más fuerte moral, psicológica y espiritualmente. Aprendes a ser el señor de tu vida y de tus acciones. Alcanzado este tipo de autodomínio, posees la libertad que necesitas para donarte a otro. Si una persona no tiene autodomínio y no es capaz siquiera de decir «No» al sexo, su «Sí» pierde todo significado. Al estar esclavizada por sus propias pasiones, esa persona no tiene un «Sí» que valga, porque siempre dice «Sí» a los impulsos del momento.

Si quieres experimentar la libertad que te da el autodomínio, aquí tienes diez consejos que te pueden ayudar a vivir en pureza:

1. Cada mañana pídele a Dios la Gracia de la pureza. No reprimas tus deseos sexuales: pide que sean redimidos. Te puede ayudar la invocación: «Por tu Inmaculada Concepción, oh María, purifica mi cuerpo y santifica mi alma».
2. Cuando un sexto sentido te dice que una determinada relación va a ser impura, ¡corta con ella antes de que comience!
3. Cuando ya estás saliendo en pareja con alguien, evita lugares y situaciones que hagan más fácil el caer.
4. Determina cuáles son tus límites antes de enfrentarte a una tentación, y asegúrate de que la persona con la que sales los conozca también. Esto probablemente implique hablarlo claramente con ella.
5. Elige amigos que te ayuden a crecer en pureza.
6. Sal con grupos de amigos que tengan principios y metas como las tuyas.
7. Deshazte de revistas, música, películas, videos o libros impuros. Di no a la pornografía. Si quieres ser basura, ve, piensa, lee y escucha basura. Pero si quieres construir un amor hermoso y digno, ve, piensa, lee y escucha todo lo bueno y hermoso.
8. Escucha los consejos de quienes te quieren y son sabios, sensatos, y buenos católicos.
9. Procura confesarte por lo menos una vez al mes.
10. Finalmente, si las cosas se pasan de la raya, no tengas miedo de decir «No».

notas

[illegible]

Sin duda, en algún momento de tu relación, tu conciencia tirará para un lado, mientras tus hormonas tirarán para el otro. Esto es parte de tu naturaleza caída. Pero recuerda, tu conciencia es una «alarma antiincendios» que te avisa de que estás en peligro. Cuanto más formes tu conciencia, iluminándola con el bien y la verdad, como lo estás haciendo a través de este curso, tanto más capaz te harás de sostener relaciones caracterizadas por la pureza.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿De qué manera el sacrificio y el autodomínio nos preparan para un buen matrimonio?
2. ¿Cuál de los diez consejos es el más difícil para ti? ¿Por qué?
3. Agrega dos o tres consejos personales que puedan ayudarte a ti y a tus amigos a vivir en pureza y castidad.

¿Qué puedes hacer si te encuentras en una situación complicada?

Primero, reza en silencio y pide fortaleza para afrontar la situación; luego, actúa inmediatamente. Podrías decir:

- «Si de verdad me amas, no me presiones».
- «Te respeto demasiado para hacer esto contigo».
- «Me encantas, pero quiero enamorarme de quién eres como persona, no sólo sentirte».
- «No puedo hacer esto, mis papás me matan».
- «Esto no es bueno ni para ti ni para mí en este momento, por eso no quiero hacerlo».
- «Deseo hacerlo pero quiero que sea como debe ser: sin remordimientos».
- «Quiero mirarte siempre con paz en el corazón, porque eres especial y diferente».
- «Quiero aprender a amar contigo; existe un orden, y hacer lo que me pides desordena lo que los dos queremos».

O no digas nada, y simplemente detente, o apártate. Sé firme y no cedas. ¿Y si te insisten («No pasa nada, es porque te amo.»)? Entonces, tienes la prueba de que están buscando *tomar* algo para sí mismos, no *amarte* como mereces ser amado.

Siempre habrá tentaciones, pero lo que importa es darte cuenta de que la pureza —como el amor y la fidelidad—, es un acto de la voluntad, no una ausencia de deseo. Una pareja puede experimentar fuertemente la tentación de una actividad sexual, pero elegir abstenerse de poner en acto ese deseo. Nunca dejará de haber atracciones, tentaciones y deseos, pero su presencia no te hace impuro. Tu pureza se determina por lo que eliges.

TÚ DECIDES

The Offspring, en la canción *Self Esteem*:

«Ahora sé que me está usando/ hombre, eso está bien, porque me gusta el abuso. / Sé que ella está jugando conmigo / Está bien porque no tengo autoestima».

Papa Juan Pablo II:

«En lo más profundo de tu ser, escucha tu conciencia que te llama a ser puro... Un hogar no se calienta con el fuego del placer que arde y se consume rápidamente como un montón de hierba seca. Los encuentros pasajeros no son sino una caricatura del amor; lastiman los corazones y hacen mofa del plan de Dios»².

Como ya vimos, la pureza no es el resultado de la represión del deseo y de la pasión. Te haces puro cuando eliges vivir en intimidad con Cristo, dejándole que ame a los demás a través de ti. En palabras de Juan Pablo II: «el amor ... vence porque ora»⁹.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué puedes decir para no caer en una situación sexual impropia?
2. ¿Con quien puedes compararte si quieres crecer en pureza?
3. ¿Qué es lo que determina la pureza?
4. ¿Cómo vence el amor? (lo dijo Juan Pablo II).

¿Cómo saber cuándo se debe poner fin a una relación?

Esta lista es para las chicas. Se trata de dieciocho formas de comportarse. Si un joven que te gusta o con el que estás saliendo demuestra cualquiera de éstas —aunque sea una sola—, es suficiente motivo para que des por terminada la relación, o *cuando menos*, para que tengas serias dudas sobre la conveniencia de continuarla.

Razones para cortar con tu novio¹⁰:

1. Le has tenido que decir más de una vez que NO, que pare.
2. Quieres cambiar su forma de ser.
3. Ve pornografía.
4. Te pega, te empuja o hace algo con intención de asustarte (no de broma).
5. Tiene problemas con el consumo del alcohol.
6. Tiene problemas de drogas.
7. No le importa que le mientas a tu familia.
8. Te aleja de Dios.
9. Te ningunea, aun si luego te dice: «¡es broma, estoy jugando!».
10. Te es infiel.
11. Te miente.
12. Coquetea con otras chicas.
13. Te hace sentir culpable para obtener de ti lo que desea.
14. Se queja del tiempo que pasas con tu familia y amigas.
15. Actúa mal y luego culpa a los demás o a las circunstancias de lo que le pasa como consecuencia.

«El verdadero amor ... se esfuerza en introducir en las relaciones entre el hombre y la mujer una nota de desinterés radical, a fin de liberar su amor de la actitud del placer. [Es la] "lucha entre el amor y la tendencia". La tendencia quiere sobre todo tomar, servirse de otra persona; el amor, por el contrario, quiere dar, crear el bien, hacer felices.»

— Karol Wojtyła⁸

16. Es emocionalmente incapaz de funcionar por sí mismo; sin ti es un inútil.
17. Su comportamiento es tal que no puedes seguir con él y permanecer pura.
18. No cree en el valor de la pureza y la castidad.

Éstas no son pequeñas debilidades, sino señales de problemas serios que pueden resultar desastrosas para un futuro matrimonio. Si *cualquiera* de estos comportamientos se aplica, sé sensata, valora tu futuro y termina con esa relación cuanto antes.

Recuerda: eres joven y tienes muchísimo que ofrecer a un hombre que sepa apreciarte y tratarte como te mereces. ¿Por qué conformarte con alguien que no se respeta a sí mismo ni a ti? Corta con él.

Y ahora, aquí va la lista para los hombres. Si la chica que estás cortejando o con quien sales demuestra alguno de estos comportamientos, pasa página. Es absolutamente esencial saber elegir bien cuando se trata de salir con alguien e iniciar un noviazgo. Algunos «noviazgos de juego» terminan en matrimonio, y las consecuencias pueden ser profunda e irremediabilmente dolorosas.

Tú eres el tesoro más valioso para el hombre que Dios tiene pensado para ti. Nunca te conformes con recibir migajas de amor, cuando mereces ser amada totalmente, fielmente, fecundamente y en libertad.

1. Es infiel o coquetea con otros.
2. Es materialista y parece que sólo te quiere cuando le compras regalos.
3. Es sexualmente agresiva y trata de provocarte.
4. Tiene una dependencia emocional de ti; realmente no puede vivir sin ti.
5. Tiene problemas en el uso del alcohol.
6. Tiene problemas de drogas, pastillas.
7. Te miente, o miente a su familia.
8. Te aleja de Dios.
9. Es superficial, sólo le importan las modas pasajeras, las marcas, las cosas.
10. Constantemente critica a los demás, es chismosa.
11. Te manipula amenazando terminar contigo.
12. No tiene motivaciones, es apática, nada le interesa.
13. La relación se basa en pura atracción física; no tienen nada en común.
14. Si tú te resistes a la impureza y las intimidades impropias, ella te critica, cuestiona tu virilidad.
15. Te exige estar todo el tiempo con ella, a costa de tu familia y amigos.
16. Tu familia y amigos no la aguantan y no creen que sea buena para ti.
17. Sientes que necesitas cambiar o *arreglar* su forma de ser.
18. No te imaginas casado con ella.



MÁS A FONDO: Guardianes de la mutua dignidad

«Cristo, que en el sermón de la montaña da la propia interpretación del Mandamiento "No adulterarás" ... asigna como tarea a cada hombre la dignidad de cada mujer; y simultáneamente ... asigna también a cada mujer la dignidad de cada hombre. Finalmente, asigna a cada uno –tanto al hombre como a la mujer– la propia dignidad: en cierto sentido, el "*sacrum*" [lo sagrado] de la persona.»¹¹

La sección del *Catecismo de la Iglesia Católica* sobre «la vida en Cristo» comienza con un reto: «Cristiano, reconoce tu dignidad» (CIC 1691).

La *dignidad* es el valor conferido por Dios a tu persona, cuando te creó «a su imagen y semejanza». Porque está como «impreso» en tu mismo ser a partir de la Creación, tu dignidad es algo intrínseco en ti, irrevocable, incontestable e indivisible de tu ser; algo que te pertenece de manera única, y que nunca te puede ser quitado. La *Declaración Universal de los Derechos Humanos*, que fue promulgada en 1948 por la ONU para acentuar la dignidad de toda persona humana, no te otorgaba esa dignidad, sino que reconocía la que ya poseías.

Incluso después del pecado que oscureció la imagen de Dios en la humanidad, Él quiso elevarnos a mayor dignidad todavía. Gracias al sacrificio redentor de su Hijo, «por los Sacramentos que les han hecho renacer, los cristianos han llegado a ser hijos de Dios, partícipes de la naturaleza divina» (CIC 1692), y «sus cuerpos son templo del Espíritu Santo» (1Cor 6,19). Cuando el Hijo de Dios se hizo hombre, la dignidad humana quedó elevada a un nuevo nivel: somos sus hermanos, todos compartimos la misma naturaleza humana del que es el mismo Dios. Por si todavía fuera poco, por medio de la Eucaristía –presencia real de Cristo–, el cuerpo humano se convierte en un sagrario o **tabernáculo** para el Hijo de Dios.

Toda esta dignidad inigualable –que en realidad es otra manera de hablar de la belleza insospechada que está en cada persona– requiere algo de ti:

En primer lugar, *reconocerla*. Reconocer tu dignidad es reconocer lo sagrado que eres tú; lo sagrado que es ese joven o esa chica que hace latir más fuertemente tu corazón. Es este carácter sagrado lo que está en juego en las relaciones entre ustedes.

En segundo lugar, tiene que haber *una decisión* coherente con este reconocimiento. Una decisión de estar a la altura de lo que eres, de lo que es él o ella. Y nunca rebajarla. Un cuerpo pecaminoso no es una morada digna del Espíritu; no es lugar en donde dar acogida al Cuerpo de Cristo, del mismo Hijo de Dios. Te pide, pues, tener un ideal de amor a la altura de la persona amada. A tu propia altura. A la altura de quienes poseen esa enorme dignidad.

Se trata de una decisión tuya, pero una vez que estás saliendo con alguien, tiene que convertirse en una *decisión compartida*, con la que ambos se comprometen a tutelarse mutuamente en la pureza, a ser guardianes de la mutua dignidad y del don del «amor hermoso» que Dios les ofrece si siguen el camino que Él trazó

«Todo el mundo está enamorado de un amor ideal, un amor que trasciende tanto al sexo que el sexo es olvidado. Ese amor ideal es el mismo ideal que Dios tuvo en su corazón desde toda la eternidad –la Mujer a la que llama "Madre". Ella [María] es a quien todo hombre ama cuando ama a una mujer, lo sepa o no. Ella es lo que toda mujer quiere ser cuando se mira a sí misma. Ella es la mujer con quien todo hombre se casa idealmente cuando toma esposa; Ella es el deseo secreto que toda mujer alberga de ser honrada y cuidada; Ella es el camino que toda mujer quiere hacerse acreedora de respeto y amor por la belleza de su bondad de cuerpo y alma.»
– Mons. Fulton Sheen¹²

para alcanzarlo. Luego, *realismo y confianza en Dios*. En esta esfera tan importante y característica del mundo de los jóvenes que son el noviazgo y, en general, las relaciones con el sexo opuesto, ¿cómo puedes ser «diferente» y no dejarte absorber por una cultura que atropella y hace caso omiso de la dignidad de la persona en este campo? ¿Cómo puedes reverenciar ese carácter sagrado tuyo y de cada persona? ¿Cómo puedes vivir de acuerdo con este nuevo *ethos*, esta disposición fundamental del corazón que honra la dignidad de quien comparte contigo una relación de noviazgo? La respuesta es que no puedes, si confías sólo en tus propios esfuerzos. Pero con Dios, todo lo puedes (Fil 4,13). Sólo puedes superar la concupiscencia (la inclinación al pecado) en un mundo caído *con la Gracia de Dios*.

De ahí, dos pasos más, que nos prescribe con claridad el Catecismo: «Reconociendo en la fe su nueva dignidad, los cristianos son llamados a llevar en adelante una vida digna del Evangelio de Cristo. *Por los Sacramentos y la oración* reciben la Gracia de Cristo y los dones de su Espíritu que les capacitan para ello»¹³.

Sacramentos: busca frecuentemente *en el Sacramento de la Reconciliación* –la confesión– la purificación de tus egoísmos que contaminan el amor y crean en ti una actitud de *tomar* en lugar de *dar*. Podríamos decir que es el tratamiento terapéutico específicamente diseñado para esta purificación del amor. Y *en la Eucaristía*, contempla al Cristo que dice «Esto es mi Cuerpo, entregado por ustedes», por ti, y déjalo que entre en ti y te enseñe cada vez más un amor que se da y se entrega a la persona amada en la verdad y en el sacrificio de ti mismo por ella.

Oración: Elige pasar tiempo con Cristo todos los días. Pídele que te siga enseñando su camino para el amor y te infunda una total confianza en ese camino (al fin y al cabo, Él es el Amor, él inventó los caminos del amor en este mundo, y jamás te engañará). En la oración descubrirás la grandeza del amor que Él te tiene, lo sagrada que es la persona a la que amas, y la fuerza que te da para lograr amar como estás llamado a hacerlo. Y renovarás así cada día tu ideal de amor, del amor más grande posible.

«Es Dios quien obra todas las cosas en todos» (1 Cor 12,6). Él «es poderoso para hacer que copiosamente abundemos más de lo que pedimos o pensamos, en virtud del poder que actúa en nosotros» (Ef 3,20). Si sigues este camino, descubrirás que el amor según Dios es mucho más grande, mucho más duradero y mucho más fuente de felicidad que el amor según el mundo.

LA CIENCIA Y LA TEOLOGÍA DEL CUERPO: La química de la atracción

¿Te acuerdas de la primera vez que te enamoraste? Tu corazón se aceleraba, el estómago se hacía un nudo y el nerviosismo te penetraba todo. ¿Sabes por qué tu cuerpo reaccionaba físicamente de esa manera ante tus emociones y sentimientos? Una de las causas es una sustancia química llamada *feniletilamina* (FEA). Es una anfetamina natural en tu cerebro que dispara y libera dopamina. La dopamina, a su vez, es un neurotransmisor precursor de la adrenalina y de la noradrenalina. La

«La devoción al Santísimo Sacramento y a la Santísima Virgen María no son simplemente el mejor camino, sino el único camino para conservar la pureza. A los veinte años sólo la comunión puede guardar puro el corazón... La castidad no es posible sin la Eucaristía.»
– San Felipe Neri

«Ser puro, permanecer puro, tiene un precio, el precio de conocer a Dios y amarlo lo suficiente para hacer su voluntad. Él siempre nos dará la fortaleza que necesitamos para guardar la pureza como algo hermoso para Él.»
– Beata Madre Teresa de Calcuta

noradrenalina funciona también como neurotransmisor junto con la adrenalina y actúan aumentando la presión arterial, provocando en ti un sentimiento maravilloso, «*eso que sientes* que no puedes describir con palabras cuando estás con quien te ha robado el corazón». El resultado es una experiencia intensa. Sin embargo, algunos científicos creen que el cuerpo desarrolla tolerancia a estas sustancias, y con el tiempo van perdiendo el efecto que provocan en el cerebro. En un lapso que puede variar, según los casos, desde dieciocho meses hasta cuatro años, buena parte de su efecto en el cerebro se desvanece. En los jóvenes la duración de los efectos que provocan es bastante más breve todavía, de tres a cuatro meses. Es la razón por la que conocemos muchas historias que se terminan porque «ya no sentían lo mismo». El hechizo va muriendo, y con él, lo que el «enamorado químico» llama *amor*. ¿Te suena? Muy probablemente conoces a personas que mariposean de una relación a otra, y parecen incapaces de establecer una relación duradera. Respecto a esto, Karol Wojtyła escribió en su libro *Amor y responsabilidad*:

- Es esencial «que la elección de la persona amada esté dictada no solamente por los valores sexuales, sino también y sobre todo por los valores de la persona que da al amor su estabilidad. Porque si los valores sexuales se transforman o, incluso, desaparecen, *el valor esencial, el de la persona, subsiste*».
- Es cierto que «la elección de la persona amada habría de pasar por los valores sexuales sentidos y experimentados de cierta manera, pero en definitiva cada uno ha de elegir no tanto a la persona gracias a sus valores sexuales como *los valores sexuales gracias a la persona*».
- Sólo una elección así es un acto interiormente maduro y completo, porque sólo así se cumple en él la verdadera integración del objeto, por *haberse aprehendido la persona en toda su verdad*. Se está en la verdad aquí cuando todos los valores del objeto de elección están para el sujeto subordinados al valor de la persona amada: de este modo, *los valores sexuales que actúan sobre los sentidos y los sentimientos vienen entonces correctamente tratados*. Si, por el contrario, constituyen el principal o el único motivo de la elección, ésta es incompleta y falsa en sí misma, porque no hace caso de la verdad entera sobre su objeto, *la persona*. Semejante elección es fatalmente el punto de partida de un amor no integrado, luego falso también él e incompleto.
- En efecto, la vida confirma el valor de la elección correcta cuando la sensualidad y la afectividad flaquean y los valores sexuales dejan de actuar. Ya no queda entonces más que *el valor de la persona, y aparece la verdad interna del amor*. Si ha sido una verdadera entrega y una verdadera pertenencia de las personas, no solamente se mantendrá, sino que se hará incluso más fuerte y más arraigada. Si, por el contrario, no ha sido más que una sincronización de sensualidades y de emotividades, perderá su razón de ser, y las personas que se habían embarcado en él se encontrarán bruscamente en el vacío. No se ha de olvidar nunca que *todo amor humano atravesará una prueba de fuerza y que entonces se revelará toda su grandeza*».¹⁴

notas

El gradual desvanecer de nuestras emociones pone verdaderamente a prueba el amor. Pero atravesado este desierto, donde *no sientes nada*, un amor más profundo y poderoso tomará el lugar de los sentimientos y las emociones. Como dice un experto: «El amor joven es una llama; muy hermosa, muy caliente y abrasadora, pero todavía sólo ligera, trémula, vacilante. El amor del corazón más maduro y ordenado es como las brasas, encendidas todas hasta las entrañas e inextinguibles»¹⁵.

VÍVELO: Decencia

Para las chicas

Te has preguntado alguna vez: «¿Cuándo madurarán los hombres?». Parece que lo único en que piensan es en sexo. ¿Por qué no son respetuosos con nosotras y nos tratan como mujeres? La respuesta a esta pregunta está más cerca de nosotras de lo que quisiéramos pensar. Tenemos mucho que decir acerca de cómo nos tratan los hombres. A lo largo de la historia la mujer ha sido la guardiana de su propia dignidad y misterio. Si nos vestimos como mujeres, hablamos como mujeres, bailamos como mujeres, nos comportamos como mujeres, es mucho más probable que *seamos tratadas como mujeres*.

Podemos quejarnos todo lo que queramos, argumentando: «Los jóvenes tendrían que respetarnos siempre, no importa cómo nos vistamos». Es verdad, pero nos estamos engañando si creemos que eso es lo que va a suceder, si nosotras mismas, en vez de valorarnos por *quiénes somos*, damos demasiada importancia a «*cómo me veo, cómo me ven y qué hago para que me vean*». Es como si los hombres dijeran: «Las mujeres deberían respetarnos sin importar lo que hacemos».

El hecho es que, no importa cómo te vistas, tu cuerpo es poderosamente atractivo (así lo hizo Dios). La cuestión es, ¿cómo usarás ese poder? Escuché decir alguna vez: «Los hombres se pierden por la mujer o son salvados por la mujer. Por vanidad, la mujer hará caer al hombre; por su Gracia y decencia, lo salvará».

Así que si deseas que los hombres te traten como una «princesa», actúa como una princesa, no pierdas el encanto

actuando como «la rana»; porque sin encanto el príncipe deja de ser caballero y se convierte en sapo. El hombre cuando le «permite actuar como sapo», satisface sus deseos sexuales desordenados contigo, no busca tu bien. Si no guardas, custodias y proteges tu misterio femenino, no le pidas a él que lo haga. ¿Qué pretendes lograr cuando te vistes para seducirlo? Yo usaba faldas y vestidos muy cortos, *tops* ligeros y muy escotados. Sabía perfectamente bien lo que estaba haciendo. En lugar de hacer lo que era mejor para ellos, preferí la satisfacción fugaz de sentirme deseable. Las consecuencias yo las provocaba. Si queremos que este *doloroso jugueteo sexual* termine, necesitamos sacrificar-nos, mujeres y hombres, unos por otros.

Cuando, al elegir lo que te vas a poner, te encuentras preguntándote: «¿es muy apretado? ¿muy corto? ¿muy escotado?», probablemente ya tienes la respuesta en la misma pregunta. Mejor, en adelante, empieza a preguntarte: «¿Esto que estoy vistiendo, les hace patente a los hombres mi dignidad de mujer, o los distrae de ella para que me vean como objeto?». Y cuando bailes, pregúntate qué diría tu papá si te viera; o si te gustaría ver bailar a tu mamá como tú lo haces. Bailando comunicas con tu cuerpo lo que deseas decirles a los demás. Cuidado con el mensaje.

Vivimos en una cultura que glorifica el sexo y es muy fácil perder la brújula. La oración y una mejor formación de la conciencia desarrollarán en ti la habilidad que necesitas para poder discernir en cada situación. Pero, en realidad, nosotras sabemos en el corazón y en la mente cuáles son las elecciones acertadas. Simplemente necesitamos la valentía

para ser fieles a lo que creemos y queremos, y poner la barra más alta de lo que tal vez la hemos puesto en el pasado.

Crystalina Evert

Para los jóvenes

¿Tus conversaciones son como algo que se podría leer en la pared de un baño público? Si es así, me identifico contigo. Sé lo que es tener un basurero en la boca. Fue lo que me mereció la expulsión definitiva de una escuela católica.

De pequeños, no éramos lo suficientemente «maduros» para saber muchas groserías. Pero bastaron los primeros contactos con el mundo para que comenzáramos a medir nuestra «madurez» por la cantidad de vulgaridades y groserías que éramos capaces de proferir por minuto. Tristemente, muchos jóvenes se estacionan en esa etapa, fijos en un vocabulario de primera adolescencia y la idea bastante infantil de que «los hombres hablan así».

¿No sería más lógico decir que los hombres hablan como hombres, y no como niños de doce años? (Bueno, como *algunos* niños de doce años, porque los hay que son más maduros e inteligentes). Más que sus logros deportivos, su inteligencia y sus éxitos, lo que revela la fuerza de carácter de un hombre es su hablar. Dice la Biblia que «la prueba del hombre está en su conversación» (Sir 27,5). «No digas, "Así soy yo: es mi carácter". ¡Es tu falta de carácter! Sé hombre».¹⁶

Pero la decencia respetuosa de la dignidad tuya y de las chicas, y el ser hombre, no se limitan a tu vocabulario. Un hombre que lo es hasta el tuétano experimenta dentro de sí la exigencia insoslayable de cuidar y proteger a la mujer

en general y a la mujer amada en particular. Si ya has realmente amado alguna vez, lo sabes; ha surgido espontáneamente en tu corazón. Y esto incluye defender su bienestar físico, pero eso no es todo. Proteger a la que un día amarás de manera exclusiva y para siempre –sea que la conozcas ya o no– requiere *mucho más urgentemente*, y ya *desde ahora*, que la defiendas de las imágenes, deseos, sentimientos o acciones que lesionan su dignidad de mujer o introducen en tu interior una afición sexual que compite deslealmente con tu futura consagración total a ella.

De Cristo –flagelado, coronado de espinas y a punto de sacrificarse en la cruz para defender a su amada Esposa, la Iglesia– dijo Pilatos, sin saber que era profeta: «¡He ahí al Hombre!». Pilatos seguramente no supo que pronunciaba un «Hombre» con mayúscula, pero *ahí estaba el Hombre auténtico*. Aquel que nos enseña a todos nosotros a serio. Sé hombre como Cristo. Sacrificate por *ella*. Rechaza con fuerza y elegancia la solicitud desleal de la *pornografía* –por ella. No te dejes caer en ese egoísmo sexual «por antonomasia» que es la *masturbación* –por ella. No te permitas *fantasías* sexuales –por ella. Todo tu poder y tus deseos eróticos son *para ella, y ella sola*. Defiéndela de las sirenas, también internas, que quisieran usurpar su lugar. «Es que no importa, ella no lo va a saber.» Ya. Precisamente por eso serás más hombre, verdadero hombre, porque no necesitas que ella lo sepa –eres quien defiende *a esta mujer* dondequiera, en cualquier circunstancia, cueste lo que cueste, aunque en este mundo sólo lo sepáis tú y Dios. Eso es decencia. Eso es ser hombre. Y Dios mismo no dejará de premiarte.

Jason Evert



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Sé creativo y escribe tu propia lista de «Te doy diez razones...»: una mezcla de cosas serias y graciosas que podrías decir para congelar una situación física intensa y apasionada.

Tarea 2: Describe un encuentro y diálogo imaginario (o real, si lo haces en espíritu de fe y oración) que tienes con Jesucristo, en que le pides que te diga lo que piensa sobre las relaciones de noviazgo. No dejes de basarte en parte de lo que te dice Jesús sobre esto: «Ten en cuenta que mi Padre y yo, cuando decidimos

crear la humanidad, inventamos la diferencia sexual, y que dimos a ese invento la máxima calificación ("muy bueno"). Y que yo a todos les dije, *Ámense los unos a los otros, como yo les he amado*.

Tarea 3: Escribe un ensayo, o prepara una plática o una presentación multimedia que motive a los jóvenes a vivir en pureza y castidad, apoyándote en todos los beneficios que eso les aporta. Sé muy creativo y utiliza un lenguaje que mueva, invite y motive. Utiliza dos citas de Juan Pablo II.

Tarea 4: Profundiza aún más. Lee la audiencia del Papa del 30 de mayo de 1984. Escribe un ensayo que analice el uso de la imagen de la «hermana mía, esposa», considerando lo que quiere decir cuando afirma que la mujer es la «dueña de su propio misterio». En la segunda parte del ensayo, aplica de una manera práctica tu análisis sobre la idea «hermana mía esposa» específicamente en el tema de decencia y castidad en la vida cotidiana.

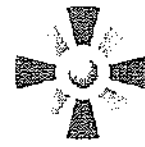
Tarea 5: Explica con tus propias palabras lo que quiere decir Karol Wojtyła cuando afirma que «en definitiva cada uno ha de elegir no tanto a la persona gracias a sus valores sexuales como los valores sexuales gracias a la persona».



Proyecto 1: Lee otra vez la introducción de este libro, y tomando un tema similar, escribe una pequeña representación dramática que trate de un joven o una pareja de jóvenes luchando por vivir un noviazgo casto. Puedes darle fuerza y simpatía incluyendo aspectos tanto dramáticos como cómicos. Podrías hacer que uno de los personajes en algún momento conozca a Juan Pablo II y le comparta la lucha que está teniendo para vivir la castidad. Si lo haces, procura que la respuesta del Papa termine con la frase: «El amor vence porque ora».

Proyecto 2: Encuentra y lee la obra *El taller del orfebre* escrita por Karol Wojtyła en 1960 (o ve el video). Escribe un resumen sobre la trama de la obra, que gira en torno a la vida de tres matrimonios. Asegúrate de incluir tu análisis personal del profundo significado «leído entre líneas» de la obra.

Proyecto 3: Formen un reparto y, después de ensayar, hagan una representación o una lectura dramática de *El taller del orfebre*.



ORACIÓN FINAL

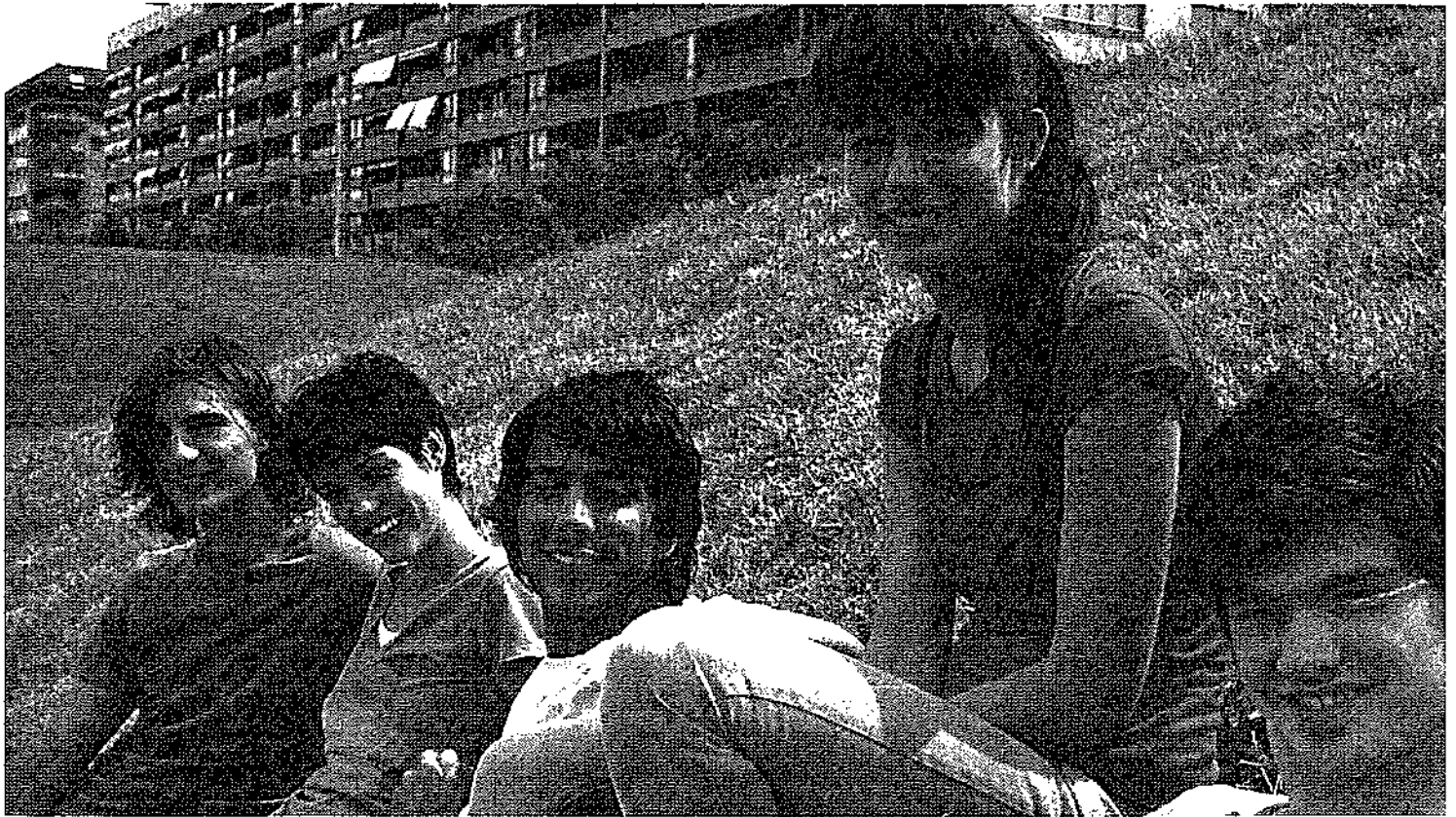
«San Pablo, al enseñarnos que esposo y esposa deben amarse y reverenciarse como Cristo y la Iglesia, hiciste que hombre y mujer pudieran verse con nuevos ojos, y salvaguardar con pureza la dignidad de su cuerpo y alma. Por favor, alcánzanos la Gracia de maravillarnos y llenarnos de gozo ante la grandeza y hermosura del plan de Dios para el amor esponsal en la Tierra; y de llegar por su medio al amor esponsal definitivo del Cielo. **Amén.**»

Cortejo (cortejar). Un tiempo de relación de amistad con una persona del otro sexo, con la finalidad de conocerla más –a sus amigos y familia– antes de iniciar una relación de noviazgo. Esta forma de relacionarse y conocerse crea de forma ordenada el fundamento firme sobre el que puede levantarse el edificio del amor.

Gracia. «La Gracia es primera y principalmente el don del Espíritu que nos justifica y nos santifica», asemejándonos a Cristo. «Pero la Gracia comprende también los dones que el Espíritu Santo nos concede para asociarnos a su Obra, para hacernos capaces de colaborar con la salvación de los otros y el crecimiento del Cuerpo de Cristo, la Iglesia.» (CIC 2003)

Tabernáculo. Un santuario portátil que contenía el Arca de la Alianza (y la presencia de Dios) que los judíos cargaban consigo en sus desplazamientos antes de tener un Templo permanente de adoración. En la Iglesia católica, es el lugar –más frecuentemente llamado *Sagrario*– en el cual la Iglesia guarda y venera la Eucaristía, el verdadero Cuerpo de Cristo en forma de pan. Cuando hablamos del cuerpo como templo del Espíritu Santo, queremos indicar que es «morada de Dios» –un tabernáculo de su presencia.

Amor realmente libre



La Teología del Cuerpo nos proporciona una nueva óptica desde donde apreciar nuestra propia persona, nuestro mundo y la eternidad, para descubrir quiénes somos, qué sentido tiene nuestra existencia y hacia dónde vamos. Vivir, en tus relaciones de amistad o noviazgo, lo que enseña Juan Pablo II ordenará tu deseo de amar y ser amado. Es un reto, sí. Necesitas *quererlo* para que se realice. Pero si lo quieres de verdad, lo alcanzarás.

Es ahora cuando debes hacer vida las verdades que aprendiste en este curso para vivir de acuerdo al plan de Dios para ti como persona. Es ahora cuando debes rezar y pedir por la Redención de tu corazón, mente y cuerpo. Es ahora cuando debes ser honesto contigo mismo y elegir el camino del amor auténtico. Es ahora el momento para llegar a ser libre, para experimentar el gozo de vivir en la pureza de un amor tan grande que sólo alcanzará su culmen en la eternidad. Dios quiere que seas feliz, pero depende de ti. Basta quererlo y confiar en que no estás solo... Él está siempre contigo.

EMPECEMOS CON UNA HISTORIA: ¿Qué quieres?

Gerardo era un joven normal de 17 años. Le gustaban las chicas y el fútbol... ¡y todo lo demás también! La verdad, no se daba el tiempo para reflexionar sobre las cosas profundas e importantes de la vida. Vivía para sí mismo. Aunque la gente lo consideraba «un buen tipo», en realidad era bastante egoísta y su norma de acción era, más o menos, «si se siente bien, hazlo». La mayoría de sus amigos eran católicos, pero en un nivel bastante superficial. Gerardo conocía sus vidas: a veces iban a Misa los domingos, pero vivían como él y se dedicaban a hacer lo que les venía en gana. Eran unos hipócritas, y eso él no lo podía soportar. Gerardo no estaba seguro de si creía en Dios o no, y francamente no le importaba.

Pero todo cambió cuando conoció a Teresa. Era guapísima. Más allá de su belleza física, Gerardo se daba cuenta de que era *diferente*. Había algo en ella que irradiaba paz y alegría, aunque las pocas palabras que se intercambiaban cada día entre clase y clase nunca eran particularmente profundas. Platicó de Teresa con algunos amigos. Todos opinaban lo mismo: «Es muy bonita, pero su belleza es mucho más... es especial».

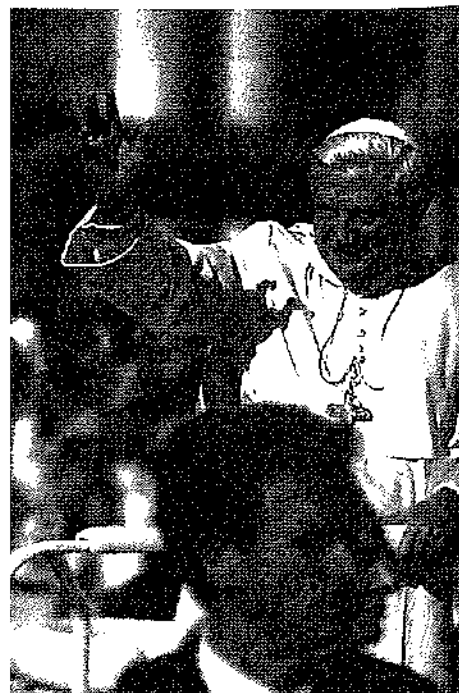
Descubrir que Teresa era muy religiosa despertó la curiosidad de Gerardo. Seguía siendo agnóstico y no sabía qué creer acerca de Dios, pero comenzó a hacerle preguntas a Teresa sobre su fe, y entonces sus conversaciones pasaron a otro plano, más profundo. Le intrigaba escucharle explicar que Jesucristo era su fuerza y alegría, y que vivir para Él transformaba todo en la vida; y se dio cuenta de que Teresa realmente creía esto y vivía de acuerdo con ello. Comenzó a leer y documentarse sobre la fe católica, que evidentemente algo tenía que ver con eso «diferente» que veía en ella. Aunque su mamá era católica y él incluso había sido bautizado, era completamente ignorante acerca de Dios y de la Iglesia. Al poco tiempo comenzó a ir a Misa, encontró respuestas y su fe comenzó a crecer. Pronto estuvo dispuesto a reconocer ante los demás que era cristiano, católico creyente.

Sus creencias cambiaron, pero su vida no. Seguía haciendo lo que quería, bebiendo hasta perder la conciencia, metiéndose en peleas y siendo, en general, bastante egoísta. Sabía muy bien que Teresa nunca iba a salir con él, así que comenzó a salir con Lili. Era una chica muy divertida, pero no tenía muy buena reputación. A las tres semanas de salir juntos, tuvieron relaciones sexuales, pero, por primera vez en su vida, se preguntó si era bueno hacerlo. Rápidamente decidió que sí —«¡total! todos lo hacen, ¡no pasa nada!»—, pero esa misma noche, cuando llegó a su casa, vivió algo muy extraño.

Había comenzado a llevar consigo un decenario de plástico, aunque en verdad aún no lo había usado para rezar el rosario. Al sacar las cosas de los bolsillos del pantalón antes de acostarse, notó que una de las cuentas se había desprendido y faltaba. «¿Qué extraño», pensó, pero se fue a dormir. El siguiente fin de semana volvió a tener relaciones con Lili, y sucedió lo mismo con el decenario. «¿Será una especie de señal?», se preguntó. Estaba seguro que no podía serlo, aunque, por si acaso, guardó el decenario en el cajón de su escritorio.

Repaso del capítulo 10

1. ¿Cuál es el propósito de salir en pareja?
2. ¿Por qué «¿qué tan lejos podemos llegar?» es la pregunta equivocada?
3. Menciona tres razones por las que una chica debe terminar con su novio.
4. Menciona tres razones por las que un joven debe terminar con su novia.
5. Menciona tres actividades que puedes hacer para practicar el auto-dominio y descubrir la felicidad a través de la castidad.



Pero Dios sí estaba llamando.

Unas semanas después, Gerardo y Lili se dejaron llevar por un momento pasional; estaban a punto de volver a tener relaciones. De repente, una pequeña cruz dorada que Gerardo había comenzado a llevar en el cuello, colgada de una cadena bajo su camisa, se le salió. Allí quedó, balanceándose entre los dos, centelleando momentáneamente por la luz. Gerardo se quedó helado ante ese símbolo de su fe recién encontrada. Parecía estarle diciendo que fuese consecuente con esa fe —si es que era real. «No... no...», murmuró, y entonces Lili se la arrancó, furiosa, del cuello, y la aventó al otro lado del cuarto.

«¿Qué es lo que quieres?», le gritó Lili. «¡Estoy harta de que seas tan hipócrita! Guardó silencio y luego le lanzó un ultimátum: «¿Quieres hacer *esto* y ser normal... o prefieres hacer tus mochilerías con tus mochos amigos? Decídetes.» Gerardo, aturdido, retrocedió hacia la puerta. Aun cuando Lili se calmó y comenzó a excusarse, ya no se acercó a ella. Cruzó la habitación, recogió la pequeña cruz y se marchó, confundido y enojado, a su casa. Entró precipitadamente, azotando la puerta de su cuarto. Eran las dos de la mañana, pero no le importaba si sus papás lo oían. Estaba furioso; con la mano derecha, tomó los primeros objetos que estaban a la mano y los lanzó alrededor del cuarto. Luego se dio cuenta de que, en la izquierda, todavía llevaba, apretado, el Cristo que había recogido del suelo en casa de Lili. Se quedó mirándolo; luego, lo señaló con un dedo y gruñó: «Óyeme bien... antes de que amanezca, o soy un ateo que hace lo que quiere cuando quiere... o soy realmente católico y te sigo adonde me lleves. Pero si estás allí, entonces me tienes que ayudar, porque no sé qué es lo que quiero».

Gimió, sollozó, vociferó y dio vueltas en la cama toda la noche. A las 6:30 de la mañana se levantó, se puso de rodillas frente a su ventana y vio amanecer. Susurró: «¿Mi plan, cómo va a ser mejor que el tuyo, Señor?». Y entonces, llorando, se entregó. Se tendió en la cama y se quedó dormido en una paz profunda. Al día siguiente, tenía los mismos deseos y tentaciones, pero una cosa había cambiado: había decidido amar según el plan de Dios. Y con esa decisión, nada volvería a ser igual. Tuvo todavía sus caídas, pero ya no estaba solo; invitó a Jesús a vivir con él, a luchar con él, y poco a poco se fue fortaleciendo en la virtud, a medida que iba aprendiendo a separar un tiempo cada día para orar, a confesarse frecuentemente, a comulgar al menos una vez a la semana, y a salir en pareja sólo con una chica que compartía su nuevo propósito de amar con pureza. Doce años después, Dios le regaló una esposa maravillosa, y luego cuatro hijos extraordinarios. No es perfecto, pero la Gracia de Cristo lo va perfeccionando día con día. Su experiencia de lo que Dios ha obrado en él, llevándolo a la conquista de un amor puro y verdaderamente hermoso, lo tiene convencido de que la Redención de su cuerpo por Cristo, aun en espera de alcanzar su plenitud, ya está operante.

Le invitan a veces a hablar a grupos de jóvenes sobre su experiencia, y siempre les insiste que para cada uno llegará un momento en el que tendrá que elegir: con Cristo o contra Él. Jesús se nos presentará de alguna manera, mirará a cada uno a los ojos, y preguntará: «¿Qué quieres? ¿Me quieres a mí, o quieres otra cosa?». Él te deja en libertad para elegir: amar en orden y ser feliz, o ser egoísta y usar a los demás. Es tu decisión. ¿Cuál será tu respuesta?

«Queridos jóvenes, la felicidad que buscan, la felicidad que tienen el derecho de gozar tiene nombre y cara: es Jesús de Nazaret escondido en la Eucaristía.»

— Papa Benedicto XVI



PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. Según tú, ¿por qué tantas personas utilizan la hipocresía de otros como excusa para vivir como les viene en gana?
2. ¿Por qué la hipocresía no es una razón válida para no vivir tu fe?
3. ¿Recuerdas haber experimentado alguna vez, en un momento de clara elección (no necesariamente tan dramático como en la historia), que era Dios quien esperaba tu decisión?
4. ¿Cuáles son las cosas en tu vida que te impiden decidirte plenamente por Cristo y su camino?
5. Si hoy en la noche estuvieras frente a Él en tu juicio final, ¿cómo te sentirías?
6. ¿Qué puedes hacer para compartir con tus amigos, o tu familia, la maravillosa novedad de Cristo y la liberación que Él nos da?

«¡Hermanos y hermanas! ¡No tengan miedo de recibir a Cristo y aceptar Su poder! ¡Ayuden al Papa y a todos los que quieren servir a Cristo y, con el poder de Cristo, sirvan a la persona humana y a toda la humanidad! ¡No tengan miedo! ¡Abran las puertas a Cristo!»

– Primera homilía del papa Juan Pablo II – 22 de octubre de 1978

ACORTANDO LA BRECHA

Tener que elegir entre el bien y el mal. En nuestro interior, hay un estira y afloja, una batalla que se libra entre el amor y la lujuria. En esta batalla nos llegan mensajes –de compañeros, amigos, papás, hermanos, iglesia, medios, etc.– que pueden rescatar nuestra vida o sacudir nuestra fe. La batalla siempre va a existir, pero no necesitamos pelearla solos. Hacer vida las enseñanzas de Juan Pablo II en su Teología del Cuerpo (y encontrar a otros que la vivan como tú) puede amornar la intensidad de la batalla, especialmente si *cada día* sometes tus deseos a Cristo en la oración. Allí es donde alcanzarás la fuerza interior para echar en retirada la marea del mal y pasar de la impureza a la pureza, del egoísmo a la generosidad, de la lujuria al amor.

EL PAPEL VUESTRO

ASUNTO

Demasiadas veces, lo que te enseñan en la clase de religión se queda en el salón. Te puedes sacar un diez en el examen, pero no verle ninguna aplicación para tu vida. Lo extraordinario de la Teología del Cuerpo es que hace eco en tu corazón y te da las respuestas a lo que anhelas vivir; es capaz de transformar nuestras vidas si realmente captamos y aplicamos lo que nos enseña. Se trata de una Gracia especial para los hombres y mujeres del siglo XXI. El plan de Dios revelado en las Sagradas Escrituras, que Juan Pablo II ha explicado de un modo hecho a la medida de nuestro tiempo, en realidad es bastante sencillo, pero increíblemente profundo.

«Cuando te decidas firmemente a vivir una vida limpia, la castidad no será para ti un fardo; será la corona del triunfo.»

– San Josemaría Escrivá de Balaguer

¿Qué has aprendido?

Si quisiéramos ahora recopilar lo que hemos aprendido en una visión sintética, podríamos hablar de los tres estados (pasado, presente y futuro) de la humanidad, que Juan Pablo II denominaba «el hombre originario», «el hombre histórico» y «el hombre escatológico» (véanse los glosarios de los capítulos 4 y 5).

El hombre originario

Lo que aprendemos cuando consideramos al hombre tal como fue creado, antes del primer pecado, es que Dios nos creó *para el amor*. Esta verdad ha quedado como estampada en nuestro cuerpo. Descubrimos en nuestro propio cuerpo que «el hombre no fue creado para estar solo», sino que estamos llamados a ser don para otro, a entregarnos a otro en el amor. Esto es lo que llamamos el significado *esponsal*, o nupcial, del cuerpo. Nuestros cuerpos también nos señalan nuestro destino: vivir en una eterna comunión de amor con Dios.

El hombre histórico

El hombre histórico (nuestro estado actual) sufre por la concupiscencia, que da origen a esa batalla entre el bien y el mal que libramos todos los días. Por ello, amar al otro con verdad e integridad, saber dar y recibir amor, es una lucha continua. Pero gracias a la victoria que Cristo, con su muerte en la cruz y su resurrección, ha ganado para nosotros, podemos vencer el vicio y realizar nuestro llamado al amor. La pureza —es decir, el amor sin rebajas— se alcanza, pues, si vivimos con Cristo. Solos es imposible. Necesitamos de la Gracia, de la oración y de los Sacramentos, de que Él sea nuestro compañero de batalla. Cristo no nos condena por nuestro pasado; al contrario, nos sana y nos da la fuerza para vencer la tentación y para alcanzar la libertad que es el fruto de la pureza de corazón.

El hombre escatológico

El futuro escatológico del hombre nos descubre que hemos sido creados para un destino glorioso: el Cielo. El Cielo es nuestro destino último y realización total. Será la experiencia del gozo sin límite que brotará de la comunión total con el Amor puro (Dios): dando el don total de nosotros mismos y recibiendo el don de la comunicación íntima de Dios hacia nosotros. Será la consumación del amor sponsal entre Cristo y la Iglesia; el amor de Dios y de los hombres será pleno, total, eterno. Quedaremos confirmados para siempre en la plenitud del amor, más allá de lo que podamos siquiera imaginar.

Conocer el plan de Dios para nosotros como se revela a lo largo del arco de la existencia humana, pasado (hombre originario), presente (hombre histórico), y futuro (hombre escatológico) no es simplemente un ejercicio académico.

*«Todo lo que es verdadero y noble,
todo lo que es justo y puro, todo lo
que es amable y digno de honra,
todo lo que haya de virtuoso y
merecedor de alabanza, debe ser el
objeto de sus pensamientos.»*

(Ef. 4,8)

Entendidas estas realidades, puedes acudir a Cristo. Él, Camino, Verdad y Vida, ha clavado tu lujuria a la Cruz redimiendo tus deseos y haciéndote capaz de amar según el orden superior del amor establecido por Dios. Animado por «la esperanza de cada día» que te da su Gracia, déjale obrar en ti. Te hará resucitar desde la confusión a la claridad, desde el egoísmo y la lujuria al amor.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué te demuestra el estado originario del hombre?
2. ¿Qué te demuestra el estado histórico del hombre?
3. ¿Qué te demuestra el estado escatológico del hombre?
4. ¿En cuál de esas tres etapas o condiciones del hombre vivimos nosotros?
5. ¿Qué tiene que ver el amor con tu creación y con el propósito de tu vida?



Viviendo la Teología del Cuerpo

En base a lo que hemos *aprendido*, ahora ¿qué debemos *hacer*?

1. **Expresar con el lenguaje del cuerpo la verdad del amor.** Tomar conciencia de que «hablamos» un auténtico *lenguaje del cuerpo* nos ayuda a poner atención a lo que expresamos (con «palabras» que hasta los sordos captan). La tarea de tu vida es aprender a comunicar con tu cuerpo la realidad de un amor fiel, total, fecundo y libre –el amor como Dios lo pensó, es decir, amor que lo es de verdad.

Decir siempre la verdad con tu cuerpo indudablemente constituye un reto, pero un reto que tienes que ver como la gran oportunidad para aprender el arte del amor. ¡Y aprender a amar es una aventura! Más aún, es el camino de la felicidad e incluso de la santidad (qué maravilla, ¿no? Ser santo no es pasarte la vida fastidiándote; es pasarte la vida creciendo cada día en el amor).

Elegir el amor verdadero es vivir según la verdad de quien eres, y la verdad te hará libre (cfr. Jn 8,32). Es también estar en paz mientras descubres el plan que Dios tiene para ti, ya que sabrás que Él te llama a vivir una historia de amor, y que esto es lo que te hará feliz. ¿Realmente es necesario insistir en esto a una chica con un corazón como el tuyo, a un joven como tú? Si tú lo has experimentado y lo sabes: ¡eres feliz cuando amas y te aman!

2. **Creer en la verdad del amor que has aprendido y trazar según ella tu camino.** Haber sido creados a imagen y semejanza de Dios es el *punto de partida*. Aceptar y recibir el amor de Dios, y amar a los demás con la entrega de

nosotros mismos, es el *camino*. La unión eterna con Dios en el Cielo es el *destino*. Esto es lo que Dios mismo te dice acerca de la vida. Si Él te creó precisamente para que fueras inmensamente feliz, ¿crees que te va a estar mintiendo?

Por eso: *Acepta* su palabra. Créelo *con toda tu fuerza*. Construye tu vida y tus decisiones sobre ella. Porque sin creer firmemente en *su camino* (él de Dios para tu felicidad), siempre serás débil y cederás ante la tentación de la lujuria. En cambio, estando convencido de que el inventor del amor –y del sexo– tiene el «anteproyecto»¹ de la felicidad («¡Señor, Tú sí sabes!»), amarás con un gozo y una pureza que no creas posible. Eso transformará tu vida.

3. **Vivir la verdad del amor en el servicio a los demás.** Recuerda que la vida no es simplemente algo que *se piensa*, aunque se piense bien. Es algo que *se vive*. Por eso, no es suficiente *entender* que es necesario entregarte a los demás, convertirte en don para ellos. Hace falta *llevarlo a la práctica*. Una manera muy importante de hacerlo es mediante **las obras corporales de misericordia**. Vivir la Teología *del Cuerpo* supone comprometernos *corporalmente* a ayudar y servir a los demás. Salir de ti mismo, para amar y servir a otros, engrandece tu capacidad de amar. Saber ver a cada persona como hijo de Dios te cambia la manera de tratar a los demás.

Hay siete obras corporales de misericordia. Consisten especialmente en dar de comer al hambriento, dar techo a quien no lo tiene, vestir al desnudo, visitar a los enfermos, y a los presos, dar de beber al sediento, y enterrar a los muertos. Dondequiera, y cerca de ti, hay gente con alguna de estas necesidades –grandes o pequeñas–, con lo que tienes muchas oportunidades para amar y servir a tu prójimo, y en él a Jesús. Es aquí donde el llamado a amar a otro choca de frente con tu vida diaria.

4. **Transmitir la verdad del amor a tus contemporáneos.** Además de entregar tu tiempo y energía a los demás, trata de compartir tu fe también de palabra, estando siempre preparado para dar razón de lo que crees (cfr. 1Pe 3,15) y lo que haces. Cuando tus amigos y amigas se den cuenta de que la manera como tú ves y tratas a tus compañeros de sexo opuesto es «diferente» –porque has ido aprendiendo a amar– es muy importante que puedas explicar, con palabras sencillas pero convencidas, *por qué*. Les harás un bien inmenso: será una auténtica **evangelización**, transmitirás tu fe a los demás. Existe una necesidad especial de llevar el Evangelio al mundo actual, que necesita ser recristianizado, con un nuevo entusiasmo, nuevos métodos y nuevas expresiones (es la **Nueva Evangelización**). Y ciertamente lo que has conocido a través de la Teología del Cuerpo es una nueva y maravillosamente bella expresión de las verdades –importantísimas para tus compañeras y compañeros– en relación con la sexualidad, el amor humano y el llamado al amor que Dios ha puesto en sus corazones. Con ello desempeñarás un papel clave en la creación de *la nueva civilización del amor* que necesita con urgencia la humanidad entera.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. Nombra cuatro maneras de vivir en la realidad cotidiana lo que has aprendido de la Teología del Cuerpo de Juan Pablo II.
2. ¿Cómo se relaciona *el lenguaje del cuerpo* con el amor fiel, total, fecundo y libre?
3. Nombra las *obras corporales de misericordia*.
4. ¿Cómo se relacionan con la Teología del Cuerpo?
5. ¿Qué es la *Nueva Evangelización*?
6. ¿Por qué dar a conocer con tus actitudes y palabras la verdad del amor es tan importante para la Nueva Evangelización?

El poder del testimonio

Nunca subestimes el poder de tu testimonio de vida: tu propia historia de esperanza y Redención. Si Dios ha tocado tu corazón y transformado tu mirada, ¡otros necesitan saberlo! No sabes cuánto bien puedes hacer dando a conocer a los demás que hay razones para vivir la pureza que van mucho más allá de «porque lo enseña la Iglesia» o «porque la impureza es pecado» o «porque te puedes meter en problemas». Comparte con ellos, siempre que tengas la oportunidad, las nuevas y maravillosas motivaciones que has descubierto en la Teología del Cuerpo para vivir un amor sin egoísmos. Y no es sólo decir, a un mundo que no lo cree, que un amor casto «sí es posible». Es que es mucho más que «posible». Que logres hacerles entender que el horizonte del amor según el plan de Dios es tan infinito, tan hermoso, tan seguro –y tan eróticamente satisfactorio– que es lo que quieres vivir y disfrutar más que cualquier otra cosa en el mundo. Si la Teología del Cuerpo te cambió la vida, ¡puede cambiar también la de otros! Más importante que el testimonio que puedes, y debes, dar de palabra, es el testimonio de tu vida. Cómo vives es lo que convence y mueve a los demás. Si cómo hablamos no corresponde a cómo vivimos, somos hipócritas. Los actos son más poderosos que las palabras.

Esta enseñanza de Juan Pablo II es una revolución de amor, de las que necesita el mundo; es un milagro para los hombres y mujeres del siglo XXI que desarma los planes del demonio. Ha contado un célebre exorcista²: «*Le he preguntado al demonio más de una vez: "¿por qué te da tanto miedo Juan Pablo II?"* Y he tenido dos respuestas distintas, ambas interesantes. La primera, "*porque desarmó mis planes*". Otra respuesta que el demonio me dio fue "*porque arrebató a muchos jóvenes de mis manos*". El maligno contaba con corromper el amor, que nos hace felices, para que no lo seamos. Pero Cristo ha redimido el amor, al redimir el cuerpo como camino y lenguaje del mismo.

«Predica el Evangelio en todo momento, y cuando sea necesario, usa palabras.»

– San Francisco de Asís

Si tus noviazgos o relaciones con el sexo opuesto no han sido lo que esperabas; si no encuentras a una persona con la que realmente quisieras compartir una vida entera, y comienzas a desesperarte de que ese tipo de persona siquiera existe en el mundo de hoy... dale la oportunidad a Dios de darte lo que necesitas. Sé paciente. Espera y confía. Él conoce los deseos más profundos de tu corazón. Al fin y al cabo, fue Él quien lo creó. Sólo necesitas decir «Sí» al camino que trazó para tu encuentro con el Amor desde que primero quiso que existieras.

PREGÚNTATE, REFLEXIONA Y COMPRENDE

1. ¿Qué es un *testimonio*?
2. ¿De qué manera puedes vivir la Teología del Cuerpo en tu vida diaria?
3. ¿Qué situaciones puedes prever que podrían darte oportunidad de compartir este mensaje con quienes están heridos o confundidos por la concupiscencia?
4. ¿Cuál crees tú que es el mayor reto para poder compartir este mensaje de esperanza con los demás?
5. ¿Qué «testimonio» ha dado Satanás de que la visión que ha dejado el papa Juan Pablo II a los jóvenes les libera del mal?

«Demuestra, ahora, que te has convertido de verdad; invita a otros al arrepentimiento. Las Gracias que te he regalado no son para ti sola.»
 – Palabras de Jesucristo a santa Margarita de Cortona, convertida de una vida de libertinaje sexual.



MÁS A FONDO: María y José, y la Teología del Cuerpo

Imagínate lo que habrá pasado una adolescente que vivía en un pequeño pueblo de 500 habitantes y estaba embarazada (y eso, en una cultura donde tu propio papá o hermano podría asesinarte por ese hecho). Imagínate cómo habrán podido mirarla y juzgarla, qué comentarios habrá alcanzado a escuchar al caminar por su pueblo. ¿No crees que María de Nazaret ha de entender el dolor que producen las murmuraciones en el ambiente juvenil? Lo mismo podemos decir de José, su prometido. También de él habrán sospechado lo peor.

Ambos, María y José, conocían, por experiencia propia, lo que es la presión de la opinión de los demás y de un ambiente cultural adverso. Aunque hoy esa presión, de «ser como todos», es frecuentemente la presión «al revés» de conformarte a una cultura egoísta y sensual, puedes encontrar en ellos ejemplos de cómo no dejarte arrastrar por los antivalores de la cultura o de algunos compañeros. Estos jóvenes no permitieron que las opiniones ajenas determinaran el camino que debían seguir ni disminuyeran el sentido de su propio valer personal.

Sabían que iban a contracorriente, que no los entendían... pero a ese sufrimiento (que lo es siempre para los jóvenes) le hallaron el sentido, y fueron fieles al plan que tenía Dios para sus vidas.

Tal vez la clave para ellos fue la conciencia que tenían de su inmenso valor a los ojos de Dios. José se sabía hijo de Dios, y en la fidelidad a su conciencia («era hombre justo») a pesar del sacrificio terrible que le parecía exigir (dejar a María) mantuvo su íntegra dignidad de hombre. Ciertamente también, reconociendo la pureza y belleza de María, y la dignidad inherente de su cuerpo virginal, custodió siempre el misterio de ser esposo de la mujer elegida por Dios para ser la Madre de Jesús. Fue el «Guardián de la Virgen». Creyó y aceptó el camino de Dios... y Dios hizo el resto.

María, por su parte, nos enseña que mediante la pureza de corazón, la persona se hace libre para amar a otro con el amor más grande posible: el amor de Dios. Vivió el amor humano como esposa y madre en plenitud. En san José descansaba su corazón de mujer, confiaba en él y se sabía siempre protegida por él. Era libre para amar, pues la pureza de su corazón encontraba a Dios en todo y en todos. Era tan grande el amor de la Virgen a Dios y a su esposo que cuanto más la llegaba a conocer José, más se acercaba él a Dios. Ella es el modelo de cómo vivir el verdadero amor en el matrimonio.

Habiendo vivido su relación esponsal, de manera única, virginal, José y especialmente María se nos presentan a la vez como modelos de esa otra relación íntimamente esponsal que es la vida consagrada. La relación enteramente singular de su unión mutua y con Dios nos está señalando que necesitamos entender primero lo que es el amor esponsal, para poder entender el verdadero significado de la virginidad. Ellos vivieron en la virginidad el amor matrimonial más grande y pleno que jamás se ha visto sobre la Tierra. Igualmente, quienes eligen vivir célibes «por el Reino de los Cielos» no lo hacen porque *no les gusta* el amor humano y su hermosa expresión esponsal, sino porque *no les basta*. Dios ha puesto en sus corazones una impaciencia por alcanzar ese «algo más» al que todos, casados y célibes, estamos llamados.

Si no se entiende el significado esponsal, tanto del matrimonio como de la virginidad, no se entiende la vocación al amor. De ambas vocaciones, María es el gran modelo. Ella encarna la Teología del Cuerpo; literalmente. Con San José, nos ayuda a entender la vocación al amor. Ellos vivieron en la Tierra el amor perfecto, el amor al que todos estamos llamados a vivir en la eternidad.

A lo largo de este curso, has aprendido que, habiendo sido hecho a imagen y semejanza de Dios, eres llamado a existir *para* los demás, a ser don para ellos. Por eso, podemos ver cómo María es el ejemplo perfecto de lo que significa ser persona humana, llamada por el Amor a amar y entregar la vida por los demás. Ella se donó enteramente a Dios, y a la salvación de los hombres sus hermanos. Con esto, no sólo trajo la vida al mundo, trajo la vida *eterna* al mundo al dar a luz al Salvador, demostrándonos lo fecundo de una vida vivida para los demás.

«José, en el espíritu de las más nobles tradiciones del pueblo elegido amaba a la virgen de Nazaret y se había unido a ella con amor esponsal. [...] ¿No habrá que pensar que el amor de Dios... configura de modo perfecto el amor humano? Obediente al Espíritu, José encontró justamente en Él la fuente del amor, de su amor esponsal de hombre, y este amor fue más grande que el que aquel "varón justo" podía esperarse según la medida del propio corazón humano.»

— Juan Pablo II⁸

Es Ella, la Virgen María quien nos enseña cómo vivir la Teología del Cuerpo. Ella es el ejemplo perfecto de lo que significa ser persona humana, llamada por el Amor a amar y entregar la vida por los demás. Ella dijo «Sí», y gracias a ello la Palabra se hizo carne. María vivió de acuerdo a la verdad de quien es, como Mujer, Esposa y Madre. Al ser creada sin pecado, pudo entender el verdadero significado de su sexualidad, y vivir una sexualidad ya redimida. Así, Ella es quien mejor nos ayuda a vivir la Teología del Cuerpo.

*«Ama a María, y Ella te obtendrá
Gracia abundante para vencer en la
lucha de todos los días.»*

– San Josemaría Escrivá de
Balaguer

VÍVELO: Doce pasos para amar con libertad

Así que, ¿cómo se vive todo esto cada día en la práctica? Aquí tienes un plan de doce pasos. ¡Ojalá tú mismo lo mejores de acuerdo con lo que Dios te ha inspirado en este curso. Depende de ti querer vivirlo, con la *indispensable* ayuda de la Gracia y el Amor de Dios.

1. Sé constructor(a) de tu familia. Fuiste creado para amar y vivir en comunión. Quienes forman tu familia pueden o no vivirlo, pero son tu familia. Tu primera reacción a esto puede ser de cierto titubeo, pero pregúntate: ¿voy a ser parte del problema o de la solución? Decía el Beato Pier Giorgio Frassati: «No puedo construir una familia [futura] sobre la ruina de otra [actual]»⁴. Si logras aprender a amar a tu familia, te estarás entrenando para ser capaz de amar a cualquiera.

2. Está dispuesto a sacrificarte. Nunca subestimes el poder y la Gracia que te llegará cuando te sacrifiques. El *ayuno* – no sólo de comida– es una maravillosa manera de ofrecerle tu cuerpo a Dios. Cuando vayas en el coche, apaga de vez en cuando la radio o la música y maravíllate del poder del silencio y de estar con Dios. Descubre las necesidades de los demás y haz sacrificios por ellos; aprenderás así a querer el bien del otro antes que el tuyo. Cuanto más aprendas a renunciar a las cosas, tanto más poseerás a Dios.

3. Haz visible tu belleza interior. ¿Te conocen realmente tu familia y amigos? ¿Eres auténtica en tu relación con ellos? En lugar de evitar estar con tus papás, trata de pasar más tiempo con ellos, a solas, sin tus hermanos. Haz un espacio en tu horario para estar un tiempo significativo

con quien necesite de ti. Hablar de lo que crees, anhelas y piensas enriquecerá tus conversaciones con los demás. Después de descubrir la belleza de la Teología del Cuerpo no puedes dejar de compartirla con otras personas. Luego practícalo, y «si eres lo que tienes que ser, ¡prenderás fuego al mundo!», como decía santa Catalina de Siena.

4. Nunca te olvides de la maravilla que eres. Dios te ve y dice: «¡Mira, eres *muy bueno*!». Eres muy especial, una maravilla para Él, porque eres su hijo amado, su hija amada. Él te ama más de lo que puedes siquiera imaginar, no importa lo que hagas o hayas hecho. Si hay en tu vida pecados de lujuria, adicción, odio a ti mismo o cualquier otro pecado que te tenga esclavizado, reconócelo ante Dios y confíésalo. Date la oportunidad de empezar de nuevo. Juan Pablo II decía: «No somos la suma de nuestras debilidades y caídas; somos la suma del amor del Padre por nosotros y nuestra capacidad real de ser imagen de su Hijo»⁵. Jesús nos ofrece esperanza, sanación, y una vida nueva, redimida. Di «Sí» a su amor y su perdón.

5. Ilumina tu fe. Cuanto más sepas, tanto más podrás compartir con los demás y ayudarles a ser libres. Busca profundizar en la Teología del Cuerpo (algunos de los recursos en el apéndice de este libro te podrán ayudar en eso). Lee y reflexiona sobre los Evangelios y pasajes bíblicos que has conocido en este curso. Aprende cómo consultar el *Catecismo* para iluminar tu fe y resolver dudas. Abre tu mente y tu corazón y descubre nuevos horizontes de verdad y belleza que te harán verdaderamente libre para amar en todo.

6. Practica el poder del silencio. El lenguaje de tu cuerpo debe corresponderse con el lenguaje de tu boca. Si fácilmente caes en chismes y crítica de los demás, pídele a un amigo que te ayude advirtiéndote cuándo ocurre; y toma ya desde ahora la decisión de nunca conscientemente dar vueltas en tu interior a pensamientos negativos sobre los demás. En cuanto te des cuenta, ¡cambia de canal! Aprende a amar como lo hace Jesús, para que las palabras de tu boca y de tu cuerpo, que reflejan lo que hay en tu corazón, sean buenas. Pídele la Gracia de no juzgar los corazones ajenos.

7. Aprende a darte. Aprende a servir sin pensar en ti. No se trata de dar hasta que te sientas mejor, sino de dar hasta que te duela. Se supone que estás imitando el amor fiel, total, fecundo y libre de Jesús, y eso se realizó en la cruz, no en una hamaca. Pídele a Jesús que te ayude a crecer en generosidad para entregarte a los demás.

8. Entrénate en la fidelidad. Sé fiel a tus promesas, grandes y pequeñas, en todas tus relaciones, aun con las personas que preferirías ignorar. Intentarlo todos los días no te hará perfecto, pero te preparará para ser fiel a lo largo de tu vida a aquella persona a quien prometas amar para siempre.

9. Reza por los sacerdotes, religiosos y consagrados. Fórmate el hábito de pedir todos los días por todos los hombres y mujeres que han elegido vivir en celibato. No importa si los conoces o no, pedir por ellos es unirte a ellos en oración y fortalecerlos, para que puedan ser quienes están llamados a ser para la Iglesia. Recuerda siempre el poder de la oración de intercesión. Interceder por otros es ser generoso en la oración. Recuerda que el «amor hermoso» sólo es posible gracias a los hombres y mujeres que entregan todo su ser a Dios. Recuerda que fue un hombre célibe el que te regaló la Teología del Cuerpo, para que pudieras vivirla en plenitud. Y pide que todos los jóvenes que la lleguen a conocer —y tú mismo— estén abiertos, en plena libertad, al camino por donde Dios les llame a vivirla.

10. Ten héroes e inspírate en ellos. Ojalá tengas cerca de ti a personas que te puedan ayudar a crecer en el amor puro y en todas las virtudes. Búscalas, pasa tiempo con ellas. Pasa tiempo también con los grandes héroes cristianos del amor: te ayudará leer sobre aquellos que entregaron su vida por sus hermanos los hombres, como la Madre Teresa, Maximiliano Kolbe, el padre Damián de Molokai,

santa Gianna Beretta, y Juan Pablo II. Los santos jóvenes que prefirieron morir antes que profanar el amor, como la Beata Laura Vicuña o santa Inés. Y sobre todo, esos dos maravillosos jóvenes esposos de Nazaret. Su vida inspira y ayuda a sostener la lucha que debemos de librar aquí en la Tierra.

11. Expresa la verdad con tu cuerpo. Rechaza la falsedad y el engaño de la lujuria, y construye tus relaciones de amistad y noviazgo sobre la roca firme de la verdad sobre el amor humano y la sexualidad. Recuerda siempre estas palabras de Juan Pablo II: *«En lo más profundo de tu ser, escucha tu conciencia que te llama a ser puro... Un hogar no se calienta con el fuego del placer que arde y se consume rápidamente como un montón de hierba seca. Los encuentros pasajeros no son sino una caricatura del amor; lastiman los corazones y hacen mofa del plan de Dios»*⁶. No te enganches en relaciones vacías de sentido. No te ofrezcas como «objeto barato para ser usado». Cree en la fuerza y valor de la pureza y cosecharás la alegría sin amarguras del amor auténtico.

12. Levántate y acuéstate orando. Decía la Beata Madre Teresa de Calcuta que «la pureza es fruto de la oración». Reza cuando te levantes por la mañana y antes de cerrar los ojos por la noche. Hazlo bien, no apresuradamente y por cumplir. Date tiempo levantándote un poco antes, y lo mismo por la noche. Es necesaria la libertad de querer y elegir el bien y la verdad todos los días, no es fácil. Requiere de un sí sostenido y constante en la oración y en los Sacramentos. Es aceptar luchar en la batalla contra la mentira, la confusión, la duda y desorden que te ofrece el mundo. Es aceptar que vas contra el mundo, pero no estás solo, no estás sola... con Dios Padre, Jesucristo, el Espíritu Santo y María, ¿quién contra ti? Busca que la oración sea tu vida, reza, ora, platica con Ellos, cántales... encuéntrate con Ellos en todas partes, invítalos a vivir contigo y verás tu vida de un modo nuevo, podrás vivir el orden del amor y de la sexualidad.

PIÉNSALO: «Juan Pablo II nunca pidió a ningún joven que hiciese nada que él mismo no hubiese hecho antes, o que se enfrentase con ningún dilema espiritual con el cual él no se hubiese enfrentado; los jóvenes se daban cuenta de eso y lo agradecían. Y a partir de ahí les planteaba su reto. Juan Pablo II sabía, por su labor con los estudiantes en Polonia, que la adolescencia y los primeros años de la edad adulta son por su naturaleza momentos para soñar

a lo grande, incluyendo sueños heroicos y dramáticos. Ése fue el reto que planteó en las Jornadas Mundiales de la Juventud: no se conformen nunca con menos que la grandeza espiritual y moral de la cual, con la Gracia de Dios, son capaces. No se malvendan. Si lo hacen, fracasarán. Y ése no es el motivo para bajar el nivel de sus expectativas.

Levántense, sacúdanse el polvo, busquen el perdón y la reconciliación y vuelvan a intentarlo. Ése es el drama de la vida espiritual. Vívelo. Y acudieron»⁷.

«Recuerda: ¡Dios te está llamando; la Iglesia te necesita, el Papa cree en ti y espera grandes cosas de ti!»⁸



APLICA LO APRENDIDO

Tarea 1: Si has vivido una experiencia especial de conversión –un momento preciso en el que elegiste a Cristo y dijiste «Sí» a la voluntad de Dios–, nárrala con detalle en un breve relato autobiográfico. Si sientes confianza en hacerlo, comparte tu historia con tus compañeros de clase. Incluso, si crees que tu historia puede ayudar a otros, podrías difundirla por algún medio como las redes sociales. Nunca sabes cuándo tu historia de Gracia y Redención puede tocar el corazón de otro y ayudarlo a elegir también el camino de Cristo.

Tarea 2: Si no has hecho todavía un compromiso real con Jesucristo, sé honesto. ¿Tienes dudas todavía acerca de tu fe católica, acerca de la Iglesia? ¿Tienes miedo a cambiar? ¿No crees que el amor de Dios es capaz de cambiar tu vida? Escribe en una hoja (o dos) tus pensamientos, dudas, temores e incertidumbres, preferiblemente en forma de diálogo con Jesús. Conviértelo en una oración, interactuando con Él y buscando con sinceridad sus respuestas. Pídele que te ayude a entender, a creer, a confiar.

Tarea 3: Reescribe la letra de una canción (por ejemplo, *Cuando me miras así*, de Christian Castro; *Veo en ti la luz*, de Danna Paola y Chayane; *Looking for Paradise*, de Alejandro Sanz y Alicia Keys). Utiliza la canción como herramienta para expresar lo que has aprendido de la Teología del Cuerpo y cómo ha cambiado tu manera de entender el amor y la sexualidad. Si te gusta cantar, ensáyala con algunos amigos y cántala para tu grupo.

Tarea 4: Elige una actividad en donde puedas hacer algo por los demás, en el espíritu de las obras corporales de misericordia, e invita a tu familia o a tus amigos a participar. Luego describe en un breve ensayo la experiencia que vivieron. (Puedes pasar el día con los niños en un orfanato, con los enfermos en un hospital, con los ancianos en un asilo, con los presos en una cárcel, elígelo tú).



Proyecto 1: Crea un juego de Trivia sobre el tema de la Teología del Cuerpo. Puedes usar el formato de *Jeopardy* u otro que inventes, y realizarlo en papel, en *PowerPoint* o en otro soporte que se te ocurra. Que sea atractivo y funcional para jugar en tu salón de clases. Sé muy claro y asegúrate de utilizar toda la

información que aprendiste durante el curso. Haz cuatro, seis u ocho categorías, con cinco preguntas cada una. Puedes utilizar el juego como repaso para el examen de la materia, si lo hay.

Proyecto 2: Haz un plan que detalle tus metas personales en las siguientes categorías: espiritual, social, académica, física y personal, y los pasos que vas a seguir para alcanzarlas. Pídele a tu profesor que te oriente y ayude para que tus compromisos tengan estas cinco características: *Específicos. Medibles. Alcanzables. Orientados a resultados. En un tiempo determinado.* Asegúrate de definir claramente los pasos concretos que se necesitan para lograr cada uno de los compromisos, las fechas para lograr las metas intermedias, etc. Cuando acabes, imprímelo y colócalo en un lugar en tu cuarto donde puedas consultarlo a diario para recordarte tus prioridades.

Proyecto 3: En equipo escriban una obra de un solo acto que se titule *Pura revolución sexual*. Éste es un trabajo serio, que puede ayudar mucho. Utilicen entre dos y seis personajes que poéticamente reflejen las verdades que han aprendido durante el curso. Procuren tomar en cuenta realidades importantes como: Dios, amor, lujuria, castidad, sexualidad, procreación, vocación, matrimonio, fidelidad, infidelidad, donación total, celibato, la norma personalista, felicidad, sufrimiento, propósito, bien, mal, Cielo, Infierno, eternidad, etc. Sean creativos y monten la obra cuando su profesor se lo pida. Incluyan como personajes de apoyo (si lo desean) a Jesús, María, san José, Juan Pablo II o algún santo famoso. Les sugerimos los siguientes documentos de apoyo:

1. La Biblia (particularmente la imagen esponsal en Ezequiel, Oseas, Cantar de los Cantares, Efesios, etc.)
2. *Hombre y mujer los creó. Catequesis sobre el amor humano*, Juan Pablo II (Teología del Cuerpo)
3. *Mulieris Dignitatem*, Juan Pablo II
4. La Encíclica de Benedicto XVI, *Deus Caritas Est*
5. *Amor y responsabilidad*, Karol Wojtyla
6. *Humanae Vitae*, Pablo VI
7. *Catecismo de la Iglesia Católica*
8. *Testigo de esperanza*, George Weigel



ORACIÓN FINAL

«Santa Catalina de Siena, por favor pide por mí y conmigo, para que, como tú, yo sepa vivir y proclamar al mundo, con convicción, la verdad que desesperadamente necesita, y les llegue tanto a los miembros de la Iglesia como a quienes están lejos de ella. **Amén.**»

Evangelización. Compartir la fe cristiana con otros. Viene de una palabra griega que significa «anunciar buenas noticias».

Nueva Evangelización. Término que se refiere a la *reevangelización* de los países y culturas tradicionalmente cristianas que han dejado de lado su fe. Requiere saber compartir el Evangelio con nuevo entusiasmo, nuevos métodos y nuevas expresiones. La nueva evangelización no es un nuevo Evangelio, pero reconoce que para llegar al corazón del hombre del siglo xxi se necesitan formas y métodos renovados.

Obras corporales de misericordia. Actos de amor que salen al encuentro de la necesidad física de otros. Las siete obras corporales de misericordia incluyen: dar de comer al hambriento, dar de beber al sediento, vestir al desnudo, visitar a los presos, dar albergue al que no lo tiene, visitar a los enfermos, enterrar a los muertos.

Testimonio. Historia personal de esperanza y Redención en Jesucristo, que se comparte con otros.

Conozcámonos mejor

Nombre : _____ Fecha: _____

Encuentra a alguien de tu entorno que:

1. Naciera en otro estado o país: _____
2. Se haya sometido a más de una operación: _____
3. Se haya roto un hueso alguna vez: _____
4. Sea el hijo menor de su familia: _____
5. Tenga más de tres hermanos: _____
6. Sepa tocar un instrumento musical: _____
7. Sepa construir o arreglar una computadora: _____
8. Haya pescado un pez que pesara más de un kilo: _____
9. Conserve algún abuelo de más de 80 años: _____
10. Sea hiperlaxo: _____
11. Pueda hacer crujir los nudillos, los tobillos o el cuello: _____
12. Haya ganado alguna carrera de velocidad: _____
13. Haya recibido honores en la escuela: _____
14. Sea gemelo, mellizo o trillizo: _____
15. No haya faltado jamás a la escuela: _____
16. Le guste el queso fresco: _____
17. Haya comido tiburón, cocodrilo, serpiente o *sushi*: _____
18. Haya visitado un país extranjero: _____
19. Sepa hablar otra lengua con fluidez: _____
20. Tenga una mascota: _____
21. Uno de sus papás trabaje o trabajara en el Ejército: _____
22. Tenga más de 20 direcciones de correo electrónico en su agenda: _____
23. Lleve una moneda extranjera encima: _____
24. Todavía duerma con su osito de peluche o algún otro muñeco: _____
25. Le tenga miedo a las alturas o a la oscuridad: _____
26. Sepa cantar o dibujar muy bien: _____
27. Pueda escribir sms tan rápido como escribe con un lapicero: _____
28. Haya visto una película de *anime* japonés: _____
29. Piense que Elvis Presley aún está vivo: _____
30. Sepa de memoria la canción de un *show* televisivo: _____

El reloj de las citas

Utiliza este reloj para concertar «citas» con los compañeros que menos conozcas de tu escuela o del grupo con quien estés realizando este curso. Debes evitar hacer esta actividad con un buen amigo, a menos que tu grupo sea muy reducido o ya te queden muy pocos espacios para completar tu reloj. En cualquier caso, te animamos a que intentes completar todos los espacios con compañeros a los que conozcas poco.

La manera de establecer las citas es sencilla. Imagina que Diego le pregunta a Margarita: «¿Estás libre a las doce?». Si Margarita está libre a esa hora, escribirá el nombre de Diego en el espacio que hay junto al 12 del reloj, y lo mismo hará Diego con el nombre de Margarita. Y así hasta que completen todas las horas de su reloj.

Cuando tengas el reloj lleno, haz esta breve entrevista a cada una de tus «citas»:

1. Música y cine: ¿Qué tipo de música te gusta? ¿Cuál es tu banda favorita? ¿Cuál es tu película preferida?

2. Hobbies: ¿Realizas alguna actividad fuera de horas de clase en tu escuela? ¿Cuáles son tus hobbies, qué cosas te gusta hacer los fines de semana?

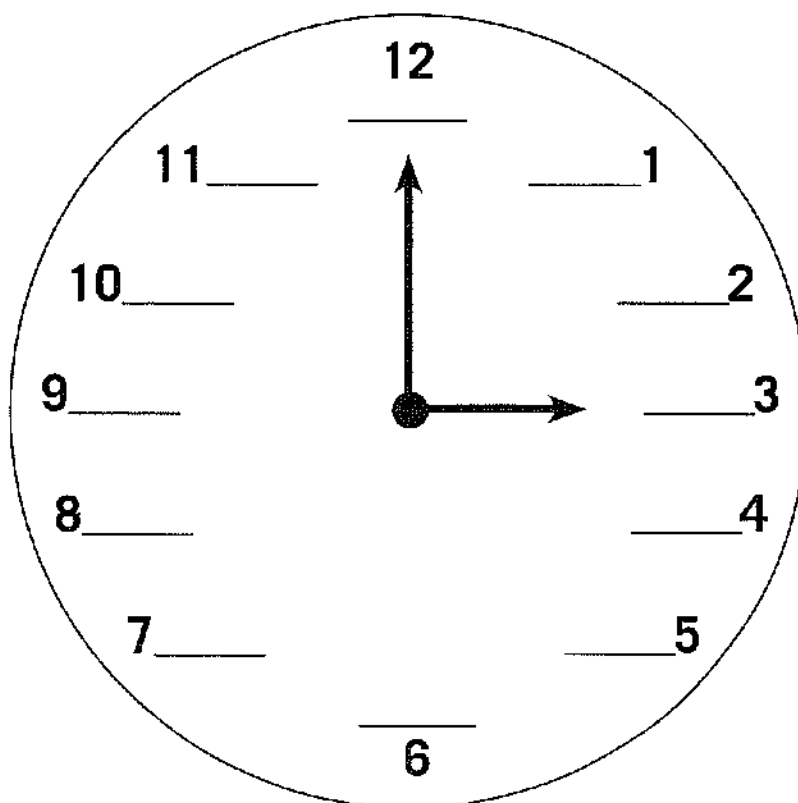
3. Dios: ¿Cómo es tu relación con Dios? ¿Qué es lo más increíble que has aprendido gracias a este curso? ¿Tienes alguna historia bíblica o algún pasaje de la Biblia favorito?

4. Creer: ¿Cómo te ves de aquí a diez años? ¿Qué te gustaría estar haciendo? ¿Cuál crees que es la vocación que Dios tiene guardada para ti?

5. Familia: ¿Cuántos hermanos tienes? ¿Tus papás viven juntos? ¿Te gustaría casarte? Si es así, ¿cuántos hijos querrías tener?

6. Mayor miedo: ¿Cuál es tu mayor miedo en la vida?

7. Viajes: Si pudieras ir a cualquier lugar del mundo, ¿dónde te gustaría ir? ¿A quién te llevarías contigo?



Es muy importante que os concentréis el uno en el otro, sentados cara a cara y sin mirar a nadie más. Intentad que no haya un interlocutor que domine la conversación más que el otro.

Salir en pareja y la teoría de juegos

En economía, existe lo que se conoce como *teoría de juegos*, un método que ayuda a tomar una decisión acertada en un momento de incertidumbre. Consiste en planear tus hipotéticas decisiones, junto con sus hipotéticas consecuencias. A continuación, comparas los resultados y determinas cuál sería la mejor decisión.

Podemos utilizar el mismo método para las relaciones de pareja, del siguiente modo: A la derecha de la tabla que tienes más abajo, intenta elegir entre una relación casta y una no casta. En el encabezamiento de la tabla tienes los posibles resultados de cualquier relación. Como nadie sabe cómo puede acabar una relación, debes preguntarte a ti mismo: «¿Cuál es la mejor decisión ante tal incertidumbre?». Completa la tabla con las ventajas y los inconvenientes de cada escenario.

	La relación continúa y os casáis	La relación no funciona y rompéis
Relación casta (pura)	A Ventajas: _____ _____ _____ _____ _____ Inconvenientes: _____ _____ _____ _____ _____	B Ventajas: _____ _____ _____ _____ _____ Inconvenientes: _____ _____ _____ _____ _____
Relación no casta (sexualmente activa)	C Ventajas: _____ _____ _____ _____ _____ Inconvenientes: _____ _____ _____ _____ _____	D Ventajas: _____ _____ _____ _____ _____ Inconvenientes: _____ _____ _____ _____ _____

Los autores

Brian Butler sirvió durante dos años como director adjunto en las catequesis juveniles de la archidiócesis de Nueva Orleans, Estados Unidos; impartió teología y coordinó departamentos de actividades religiosas en institutos durante cinco años, y tiene doce años de experiencia en pastorales juveniles. Actualmente, coordina un programa de formación de la vocación para la diócesis de Houma-Thibodaux en Louisiana, Estados Unidos. Brian es el cofundador de Dumb Ox Productions, Inc., una organización sin ánimo de lucro que ofrece retiros, conferencias y recursos enfocados a la castidad y la formación de la vocación para jóvenes. Es coautor de *The Bible Thumper* (volúmenes 1 y 2), obtuvo el grado en Comunicación por la Universidad de Nueva Orleans, y en el momento de escribir este libro se hallaba completando un master en Teología por la Universidad de Notre Dame. A Brian le gusta la música, los deportes, y pasar tiempo con su esposa, Lisa, y sus tres hijos.

Jason Evert habla delante de más de 100.000 estudiantes al año como apologista de la castidad y conferenciante para la organización Catholic Answers. Ha escrito seis libros para retar a los jóvenes a adoptar la virtud de la castidad. Como fundador del Catholic Answer's Pure Love Club, ha obtenido fama internacional como uno de los mejores conferenciantes y profesores sobre temas de castidad. Jason obtuvo un master en Teología y los grados de Orientación y Teología, con mención en Filosofía, por la Universidad Franciscana de Steubenville. Él y su mujer, Crystalina, son padres de dos niños.

Crystalina Evert ha compartido su inspirador testimonio con cientos de miles de jóvenes de todo el mundo, como miembro de Catholic Answers Speakers. Es autora del libro *Pure Womanhood* y aparece frecuentemente como invitada en programas radiofónicos de Estados Unidos. Junto con su marido Jason, presenta la serie de EWTN, *The Pure Life*. También han aparecido en otros espacios televisivos como Fox News, *Donahue*, WGN, y BBC. También sirven en la junta directiva de National Abstinence Clearinghouse, y recibieron el premio Impact de esta institución como reconocimiento a su popularidad entre los jóvenes estadounidenses.

Notas

CAPÍTULO 1

- 1 Oración de Amor Seguro.
- 2 Ver West, Christopher. *Theology of the Body for Beginners*, West Chester, PA: Ascension Press, 2004, pág. 21. (Traducción del inglés).
- 3 *Ibid.*, págs. 7-8, 24-26, 130.
- 4 *Gaudium et Spes*, 24.
- 5 Audiencia del 20 de febrero de 1980.
- 6 *Fides et Ratio*, 1.2.
- 7 *Ibid.*, saludo.
- 8 Audiencia del 29 de octubre de 1980.
- 9 *Jn* 1, 14.
- 10 *Gaudium et Spes*, 22.
- 11 Giussani, Luigi. *At the Origin of the Christian Claim*, pág. 87, citando a Romano Guardini. (Traducción del inglés).

CAPÍTULO 2

- 1 Lickona, Thomas. *The Neglected Heart: The Emotional Dangers of Premature Sexual Involvement*. *American Educator* (Summer 1994), pág. 37, citando a Josh McDowell y Dick Day (traducción del inglés).
- 2 Mensaje del Santo Padre a los jóvenes, 22 de febrero de 2004.
- 3 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 191.
- 4 *Gaudium et spes*, 24.
- 5 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 37-38.
- 6 En su Encíclica *Deus caritas est*, el papa Benedicto XVI continúa el pensamiento de Juan Pablo II y describe el amor de Dios hacia nosotros no sólo como ágape sino también como eros: no es sólo amor incondicional (ágape) sino también apasionado (eros). Quien la lee con atención podrá notar como gran parte de esta Encíclica se fundamenta y se construye sobre las ideas de la Teología del Cuerpo de Juan Pablo II.
- 7 Lewis, C.S. *El gran divorcio*, pág. 80.
- 8 *Redemptor hominis*, 10.
- 9 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 188.
- 10 *Ibid.*, pág. 171.
- 11 *Ibid.*, pág. 172.
- 12 *Ibid.*, pág. 164-165.
- 13 *Ibid.*, pág. 158.
- 14 West, Christopher. *Buena Nueva para el sexo y el matrimonio*, pág. 229.
- 15 *Ibid.*, pág. 190.
- 16 Adaptada de West, Christopher. *Theology of the Body I, Head and Heart Immersion Course: Study Guide*. West Chester, Pa.: Ascension Press, 2007, pág. vi.

CAPÍTULO 3

- 1 Audiencia del 24 de noviembre de 1982.
- 2 Louis Reard, un vendedor de lencería, fue el inventor del bikini.
- 3 Audiencia del 18 de marzo de 1981.
- 4 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 202.
- 5 *Ibid.*, pág. 203.

CAPÍTULO 4

- 1 Originalmente publicado en la revista *New Attitude*, ©1995 New Attitude. Utilizado también en el libro *I Usued Dating Goodbye*.
- 2 Collopy, Michael. *Works of Love Are Works of Peace* (San Francisco, Ignatius Press, 1996) pág. 197.
- 3 Papa Juan Pablo II a los jóvenes del mundo en ocasión del 19º Día Mundial de la Juventud, 2004.

CAPÍTULO 5

- 1 Carta a las familias (1994), 14.
- 2 *Fides et ratio*, 90.
- 3 *Veritatis splendor*, 32.
- 4 *Redemptor hominis*, 12.
- 5 *Gaudium et spes*, 22.

CAPÍTULO 6

- 1 «El 36 % de la programación en México en horario de 4 a 9 p.m. contiene escenas de tipo sexual. La mayoría son implícitas o sugeridas, sólo ocasionalmente se observan algunas explícitas.» Asociación A Favor de lo Mejor, A.C. (www.afavordelomejor.org).
- 2 West, Christopher, *Theology of the Body for Beginners*, pág. 90.
- 3 Audiencia del 29 de abril de 1981.
- 4 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 34.
- 5 Audiencia del 6 de mayo de 1981.
- 6 Audiencia del 29 de abril de 1981.
- 7 Audiencia del 6 de mayo de 1981.
- 8 Adaptación de una oración de Christopher West, *Theology of the Body for Beginners*, pág. 50.

CAPÍTULO 7

- 1 Gallup Jr., G.G., Burch, R.L. y Platek, S.M. *Archives of Sexual Behavior*, Vol. 31, N.º 3, págs. 289-293.
- 2 Hogan, Richard y Le Voir, John. *Covenant of Love*, pág. 47.
- 3 El ejemplo está tomado del artículo de Thomas Storck «Is opposition to homosexual activity irrational?», *New Oxford Review*, mayo 1997.
- 4 Para más información y datos sobre esto, consulta el sitio web de NARTH (www.narth.com).

CAPÍTULO 8

- 1 Roever, Dave. *Scarred*. Fort Worth, Texas: Roever Communications, 1995, pág. 42.
- 2 *Scarred*, pág. 112.
- 3 Audiencia del 5 de mayo de 1982.
- 4 Audiencia del 18 de agosto de 1982.
- 5 Audiencia del 1 de septiembre de 1982.
- 6 Audiencia del 20 de febrero de 1980.
- 7 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*. Madrid: Editorial Razón y Fe, 1989, pág. 146.
- 8 Aprobada en 1960 por la FDA (Departamento de Salud del Gobierno de Estados Unidos).
- 9 Según los baptistas: «La diseminación sobre los anticonceptivos y el control natal resultaría seriamente dañino para el tejido moral de nuestra nación». Los luteranos estaban de acuerdo diciendo que el uso de los anticonceptivos es «una de las aberraciones modernas más repugnantes, ya que representa una restauración en el siglo xx de la bancarrota moral pagana». Y añadía la Iglesia metodista episcopaliana: «todo el repugnante movimiento [de control de nacimientos] descansa sobre el presupuesto de que el hombre es igual a las bestias». (Disponible en línea: www.cwnews.com/news/viewstory.cfm?recnum=20831).
- 10 «Forgetting religion» (Editorial), *Washington Post*, 22 de marzo de 1931.
- 11 Disponible en línea: www.mkghandi.org/momghandi/chp59.htm, citado como (H,17-4-1937, pág. 84).
- 12 *Ibid.*
- 13 Tales como Elizabeth Cady Stanton, Victoria Woodhull y la doctora Elizabeth Blackwell.
- 14 Numerosos estudios llevados a cabo en diferentes países del mundo, demuestran que la efectividad de la PFN está por encima del 97%. Por ejemplo, el estudio *Fairfield* realizado en cinco naciones con 1.022 parejas que no tenían ninguna razón seria para evitar el embarazo, entre 1970 y 1972 confirmó que el método fue efectivo en 99% de los casos (nueve embarazos en 14.416 meses).

- 15 New York: Rockefeller University, 1999, «*Neural Oxytocinergic Systems as Genomic Targets for Hormones and as Modulators of Hormone-dependant Behaviors.*»
- 16 Keroack, Eric J., M.D. FACOG y Diggs, J.R., M.D. «*Bonding imperative*», a special report from the Abstinence Medical Council.

CAPÍTULO 9

- 1 Hábitos como ver pornografía o tener relaciones prematrimoniales podrían ser obstáculos graves para una posible vocación al sacerdocio. El discernimiento con la ayuda de un experimentado director espiritual sería necesario para determinar si un joven en estas circunstancias podría tener una vocación viable al sacerdocio.
- 2 Cantalamessa, R. *Primera predicación cuaresmal ante la Curia Romana*, 2011: disponible en línea (<http://www.zenit.org>).
- 3 Papa Juan Pablo II. *Redemptiois Donum*, 3 y 11.
- 4 Papa Juan Pablo II. *Mensaje a los jóvenes del mundo en ocasión del 19º Día Mundial de la Juventud*, Ciudad del Vaticano, 22 de febrero de 2004.
- 5 Papa Juan Pablo II. Audiencia del 7 de abril de 1982.
- 6 *Ecclesia de Eucharistia*, 1.
- 7 *Vita Consecrata* 34 [traducción revisada de acuerdo con la traducción inglesa].
- 8 Papa Juan Pablo II. *Redemptiois Donum*, 16.
- 9 *Vita consecrata*, 57- 59.

CAPÍTULO 10

- 1 *Amor y responsabilidad*, pág.188-189.
- 2 *Guardaespaldas*: el original inglés, *bodyguards*, literalmente, «guardacuerpos», incluye un juego de palabras que no se puede conservar en español, pero conviene conservar el concepto (N. del T.).
- 3 Miller, Brent C., McCoy, Kelly J. y Olsen, Terrence D., «Dating Age and Stage as Correlates of Adolescent Sexual Attitudes and Behavior», *Journal of Adolescent Research* 1, no. 3 (1986), págs. 361-71.
- 4 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 190.
- 5 *Las dos caras del amor: Eros y Ágape* (Primera predicación de Cuaresma a la Curia Romana, 25 de marzo de 2011). Disponible en línea (<http://www.zenit.org/article-387287?#spanish>).

- 6 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 188.
- 7 Papa Juan Pablo II. *Discurso en el encuentro con las nuevas generaciones*, 29 de abril 1989, Antananarivo, Madagascar.
- 8 Wojtyła, Karol. *Amor y responsabilidad*, pág. 150.
- 9 Audiencia del 27 de junio de 1984.
- 10 Evert, Crystalina, *Pure Womanhood*, San Diego: Catholic Answers, 2005, págs 21-22.
- 11 Audiencia del 24 de noviembre de 1982.
- 12 Sheen, Fulton. *The World's First Love*, San Francisco: Ignatius Press, pág. 20.
- 13 CIC 1692 – énfasis añadido.
- 14 *Amor y responsabilidad*, págs. 145-146. – énfasis añadido.
- 15 Parrott II, Dr. Les and Parrot, Dr. Leslie, *Saving your Marriage Before it Starts*, Grand Rapids MI, Zondervan Publishing House (1995), pág. 41.
- 16 Escrivá de Balaguer, San Josemaría, *Camino*.

CAPÍTULO 11

- 1 anteproyecto: el original inglés, *blueprint*, literalmente, «impresión azul», incluye un juego de palabras que no se puede conservar en español, pero conviene conservar el concepto (N. del T.).
- 2 El padre Gabriele Amorth, sacerdote exorcista de la diócesis de Roma con más de 70.000 exorcismos en su haber, señaló en una entrevista con ACl Prensa (18 de mayo de 2011) que el Beato Juan Pablo II se ha convertido, en los últimos años, en un poderoso intercesor en la lucha contra el demonio.
- 3 *Redemptiois Custos*, 19.
- 4 Frassati, Beato Pier Giorgio. Citado por Frassati, Luciana. *My Brother Pier Giorgio: His Last Days*. New Hope, KY: New Hope Publications, 2002, pág. 22.
- 5 *Homilía en la Misa de Clausura de la Jornada Mundial de la Juventud*. Toronto, 28 de julio de 2002.
- 6 *Discurso en el encuentro con las nuevas generaciones*. Antananarivo, Madagascar, 29 de abril de 1989.
- 7 Welgel, George. *La elección de Dios*. Critería, Madrid 2006, pág. 54.
- 8 Juan Pablo II. *Encuentro con los jóvenes en el Kiel Center*. St. Louis, Missouri, 26 de enero de 1999.

Bibliografía

La siguiente lista contiene algunas obras que serán muy útiles para aquellos jóvenes que quieran saber más sobre la Teología del Cuerpo, así como para todas aquellas personas que deseen profundizar en el verdadero significado de la sexualidad, la castidad y las relaciones de pareja.

Bibliografía básica para jóvenes

BONACCI, Mary Beth. *Tus preguntas y las respuestas sobre amor y sexo*. Madrid, Palabra, 2005 (3ª edición).

ESPINOSA DE LOS MONTEROS, Ángel. *El anillo es para siempre*. México, El Arca, 2003 (2ª edición).

FRANCO, Gloria E. *Jóvenes buscando un amor*. México, Minos Tercer Milenio, 1999.

LLANO, Rafael. *Egoísmo y amor*. México, Minos Tercer Milenio, 1994.

PERCY, Anthony. *Viviendo el amor y la sexualidad. Las enseñanzas básicas de la Teología del Cuerpo por Juan Pablo II*. México, San Pablo, 2006.

SADA, Ricardo. *Mar adentro*. México, Minos Tercer Milenio, 1999.

SADA, Ricardo. *La pureza de las jóvenes*. México, Minos Tercer Milenio, 2006.

SADA, Ricardo. *Acompañar a los jóvenes en la oración*. México, Minos Tercer Milenio, 2010.

TIMMEL, Philippe. *¿Por qué comprometernos?* México, Paulinas, 2001.

Para profundizar

JAVALOYES, Juan José. *El arte de enseñar a amar*. Madrid, Palabra, 2001 (3ª edición).

MARTÍ, Miguel Ángel. *La afectividad*. Madrid, Ediciones Internacionales Universitarias, 2001 (2ª edición).

MARTÍ, Miguel Ángel. *La intimidad*. Madrid, Ediciones Internacionales Universitarias, 2005 (6ª edición).

SADA, Ricardo 2006. *Cómo proporcionar educación sexual a niños adolescentes y jóvenes*. México, Minos Tercer Milenio, 2009.

SEMEN, Yves. *La sexualidad según Juan Pablo II*. Bilbao, Desclée de Brouwer, 2005 (4ª edición).

SORIA, José Luis. *Amar y vivir la castidad*. Madrid, Palabra, 1976 (4ª edición).

URTEAGA, Jesús. *El valor divino de lo humano*. México, Minos, 1994.