

## TEMA 1

# ¡Qué onda! Mi sexualidad ¿don de Dios?

## 1. FRASE BÍBLICA

«Dios es amor, y quien permanece en el amor permanece en Dios y Dios en él» (1 Jn 4,16)

## 2. OBJETIVO

**Que el adolescente y el joven analice las ideas dominantes sobre la sexualidad, para que dé el paso a considerarla como algo positivo destinado a una misión y a un fin concreto.**

## 3. MOTIVACIÓN-INTRODUCCIÓN

El hombre, en cuanto imagen de Dios, ha sido creado para amar. De esta afirmación de fe vamos a partir para nuestro tema. Al crear al hombre a su imagen, Dios inscribe en el hombre y la mujer, la vocación, la capacidad y la responsabilidad del amor y de la comunión. Nuestra propia libertad y autodominio están orientados a que nos entreguemos a nosotros mismos en la comunión y en la amistad con Dios y con los demás. El amor es, por

tanto, la vocación fundamental e innata de todo ser humano. Cuando una persona se queda en un amor de concupiscencia, que sólo ve objetos con los cuales satisfacer sus propios apetitos y no llega a un amor superior capaz de amistad, de entrega y de amor a las personas por sí mismas, se queda atorado y no llega a la plenitud y felicidad para la que fue hecha por Dios nuestro Señor.

## 4. ORACIÓN INICIAL

MONITOR: Los invito a ponernos en la presencia del Señor, que es amor. Dios Trino vive en una perfecta comunión de amor y es el modelo para que las personas también vivamos como Él.

**NO ESPERES**

(a dos coros)

**HOMBRES:** No esperes una sonrisa para ser gentil

**MUJERES:** No esperes ser amado para amar...

**H:** No esperes estar solo para reconocer el inmenso valor de un amigo...



**M:** No esperes el luto del mañana para reconocer la importancia de quienes están hoy en tu vida...

**H:** No esperes tener el mejor de los empleos para ponerte a trabajar...

**M:** No esperes la nostalgia del otoño para recordar un consejo...

**H:** No esperes la enfermedad para reconocer qué tan frágil es la vida...

**M:** No esperes a la persona perfecta para entonces enamorarte...

**H:** No esperes el dolor, para pedir perdón...

**M:** No esperes la separación para buscar la reconciliación...

**H:** No esperes el dolor para elevar una oración...

**M:** No esperes elogios para creer en ti mismo...

**H:** No esperes que los demás tomen la iniciativa, cuando sabes que tú has sido el culpable...

**M:** No esperes el «yo también», para decir «te amo»...

**H:** No esperes tener dinero por montones, para entonces ayudar al pobre...

**M:** No esperes el día de tu muerte, si aún no has amado en la vida...



dado en llamar «*la Revolución sexual*». Esta nueva cultura o mentalidad se manifiesta en lo siguiente:

➤ Se justifican las relaciones sexuales en nombre del amor (los novios argumentan que su amor ya es suficientemente maduro).

➤ Se justifican las relaciones sexuales entre los novios como aprendizaje sexual (los novios necesitan aprender a ver si el uno es para el otro).

➤ Se justifican los matrimonios a prueba.

➤ Se afirma que la masturbación es necesaria para un desarrollo psicosexual y se aconseja a los adolescentes.

➤ La vida íntima de los esposos se ve sometida a un sin número de técnicas para un placer más refinado.

➤ Ya muchos homosexuales han decidido hacer vida común y marital con su pareja y la ley aprueba las sociedades de convivencia.

➤ Cada día más se amplía la pornografía que impunemente se exhibe y se pone al alcance de todo mundo en televisión, cine, internet.

➤ Ni la sífilis de antes, ni el sida hoy han detenido un poco esta avalancha. Para librarse de estos peligros no se ha recurrido a los valores éticos sino a precauciones profilácticas.

➤ Crece el número de madres solteras. La mayoría de las madres solteras vive en el abandono de su familia, de su compañero o rechazada por muchos y perseguida sexualmente.

➤ Han aumentado considerablemente los casos de violación

➤ Los centros de prostitución siguen atrayendo a solteros y casados como una opción alternativa de diversión.

### DINÁMICA:

¿Amor o placer?

Comenzamos la discusión propiamente dicha sobre el tema preguntando al grupo su punto de

## 5. VEAMOS

Por varios hechos que constatamos en nuestro ambiente, se puede decir que el estilo de vida de nuestras gentes ha cambiado notablemente en lo referente a la vivencia de su sexualidad, sobre todo en los últimos años.

Por los Medios de comunicación, la emigración y por las graves deficiencias en la educación, nuestros adolescentes y jóvenes abandonan sus buenas costumbres, que habían caracterizado a nuestra región alteña.

Descripción de la realidad actual:

Vivimos en una época que los sociólogos han

vista sobre estas cuestiones.

Pueden hacerse en pequeños grupos de trabajo y que escriban sus respuestas en cartulinas para compartirlas en plenario.

O si se cree conveniente se puede hacer un foro abierto a nivel masivo.

- ¿Qué entendemos por sexualidad humana?
- ¿En qué momento la sexualidad puede hacernos crecer o destruirnos?
- ¿Es malo experimentar el placer sexual? ¿Cuándo?
- ¿Qué fin le ha dado Dios a la sexualidad?

OTRA OPCIÓN: iniciar viendo la película de caricatura: «*Si me quieres demuéstremelo*», que dura aproximadamente 30 minutos y luego fomentar un diálogo sobre los puntos principales: Personajes, ideas y actitudes que muestran, enseñanzas principales.

## 6. PENSEMOS

En este tema queremos hacer énfasis acerca de una importante realidad del desarrollo humano (la sexualidad), acerca de lo que el Concilio Vaticano II afirma: «*los niños y los adolescentes han de ser formados, conforme avanza su edad, en una positiva y prudente educación sexual*».

Culturalmente hemos aprendido a no hablar abiertamente del tema sexual, a enfrentar nuestras preguntas con temor, risa o morbo; a contestarlas buscando información en amigos, películas, revistas y libros que muchas veces nos desorientan más por el tipo de orientación que manejan.

Por eso en este tema queremos abordar 3 puntos para nuestra reflexión. El primero nos llevará a ponernos de acuerdo en algunos términos básicos. El segundo punto nos hará profundizar en la sexualidad humana como algo muy complejo que requiere verse desde distintos ángulos o dimensiones. Y el tercero nos recordará brevemente lo que el Magisterio de la Iglesia enseña sobre el fin de la sexualidad. Ojalá que prestemos atención y reflexionemos estos puntos con interés.

### A) Distinguiendo algunos términos

- o Sexualidad: es el modo o estilo por el cual el hombre y la mujer se expresan como tales, en las relaciones consigo mismos, con personas de su mismo sexo y con el sexo opuesto. La masculinidad y feminidad son dos estilos de vida que empapan todas las acciones, ya que siempre actuamos como seres sexuados (con un sexo) aunque no todas las acciones sean sexuales (de expresión sexual).
- o Genitalidad: se refiere a los fenómenos, actividades, energías y experiencias relacionadas en diferentes formas y grados, con los órganos y zonas genitales (órganos sexuales femeninos y masculinos). Al hablar de «sexo», generalmente se hace referencia a la genitalidad o conducta de atracción entre hombre y mujer.
- o Erotismo: se refiere a la evocación consciente o inconsciente de lo sexual; búsqueda de placer sexual que puede no reducirse a lo genital. Se llama erotización al fenómeno social que utiliza como atractivos en el cine, la televisión y la prensa los excitantes sexuales y los actos agresivos como motivos principales. Un mundo erotizado y agresivo es el que está lleno de estimulantes (o excitantes) sexuales en sus medios de comunicación masiva.
- o Impulso sexual: se refiere a la atracción bioquímica o pulsión, por la cual el hombre se siente atraído por la mujer y viceversa. Este impulso explica el aspecto instintivo de la sexualidad.

### B) Dimensiones de la sexualidad humana

La sexualidad supone, expresa y realiza el misterio integral de la persona. De ahí que sea una realidad compleja, que no puede entenderse desde un solo enfoque, sin reducirla o empobrecerla. Como tiene muchas dimensiones, por eso mismo su comprensión necesita la aportación de distintos saberes trabajando conjuntamente, tales como la biología, la psicología, la sociología, la ética, etc.

- o Dimensión biológica: El impulso sexual forma parte de nuestro funcionamiento biológico natural, tanto como el comer o dormir. La diferencia entre hombre y mujer provoca la atracción



física o erótica, con una serie de mecanismos bioquímicos cuya finalidad biológica es la reproducción humana. Sin embargo, la sexualidad humana supera el instinto biológico animal de la reproducción por su orientación básica hacia la comunión y la ternura.

- o **Dimensión psicológica:** La sexualidad humana es un fenómeno psíquico. En ella aparece el mundo personal del hombre; no es entonces sólo una «necesidad», es también un «deseo», es parte de la vivencia humana como medio de expresión personal de emociones y afectos, y por tanto es elemento de la integración personal.
- o **Dimensión de diálogo:** esta dimensión pertenece a la dimensión psicológica, pero la mencionamos aparte para resaltar su importancia. La relación interpersonal con el «otro» hace posible el «encuentro». El encuentro es el descubrimiento de un tú en una comunicación de vivencias, sentimientos y en la experiencia de compartir, comunicarse y expresar el afecto.
- o **Dimensión socio-cultural:** la vida sexual humana tiene unas bases sociales encaminadas a regular la vida sexual, otorgarle un significado en ese grupo, garantizar la continuidad de la especie y ubicar la vida sexual dentro de la organización social y política de un pueblo. La manera como los individuos son orientados a vivir lo sexual dependerá del tipo de sociedad.
- o **Dimensión ética:** se refiere a las normas que regulan el uso de la sexualidad humana. ¿Hay o no hay una responsabilidad personal en el uso de la propia sexualidad?

### C) El Plan de Dios sobre la sexualidad

- » La sexualidad es un bien, un don de Dios.

Cuando Dios creó la persona humana a su imagen y semejanza, hombre y mujer los creó (Gn 1,27), vio que «era muy bueno». En cuanto modalidad de relacionarse y abrirse a los otros, la sexualidad tiene como fin intrínseco el amor como donación (dar) y acogida (recibir). «La

sexualidad orientada, elevada e integrada por el amor adquiere verdadera calidad humana». (*Orientaciones educativas sobre el amor humano*, n.6).

Cuando el amor se tiene en el matrimonio, el don de sí, a través del cuerpo, expresa la complementariedad y la totalidad del don. Cuando falta el sentido y el significado del don en la sexualidad, se introduce una civilización de las cosas y no de las personas; una civilización en la que las personas se usan como si fueran cosas. En este contexto de la civilización del placer, la mujer puede llegar a ser un objeto para el hombre.

- » Llamados al amor en la unidad corpórea-espiritual.

Feminidad y masculinidad son dones complementarios, en cuya virtud la sexualidad humana es parte integrante de la concreta capacidad de amar que Dios ha inscrito en el hombre y en la mujer. «La sexualidad es un elemento básico de la personalidad, un modo propio de ser, de manifestarse, de comunicarse con los otros, de sentir, expresar y vivir el amor humano» (*Orientaciones educativas sobre el amor humano*, n. 4). Esta capacidad de amar tiene su encarnación en el carácter esponsal del cuerpo, en el cual está inscrita la masculinidad y la feminidad de la persona. Toda forma de amor, dice Juan Pablo II, tiene siempre esta connotación masculino-femenina.



### ➤ Don para ser comunicado

El don revela una característica especial de la existencia personal, más aun, de la misma esencia de la persona. Cuando Yahvé Dios dice que «no es bueno que el hombre esté solo» (Gn 2,18), afirma que el hombre por sí solo no realiza totalmente esta esencia. Solamente la realiza **existiendo con alguno**, y más profunda y completamente, **existiendo para alguno**. En la apertura al otro y en el don de sí se realiza el amor conyugal en la forma de donación total propia de este estado. Y es siempre en el don de sí, sostenido por una gracia especial, donde adquiere significado la vocación a la vida consagrada, manera eminente de dedicarse más fácilmente a Dios solo con corazón indiviso para servirlo más plenamente en la Iglesia.



Es obvio que el crecimiento en el amor es ayudado por la disciplina de los sentimientos, de las pasiones y de los afectos, que nos lleva a conseguir el autodomínio. Ninguno puede dar aquello que no posee: si la persona no es dueña de sí, por obra de las virtudes y, concretamente, de la castidad, carece de aquel dominio que la torna capaz de darse. La castidad es la energía espiritual que libera el amor del egoísmo y de la agresividad. En la misma medida en que en el hombre se debilita la castidad, su amor se hace progresivamente egoísta, es decir, deseo de placer y no ya don de sí.

La castidad es la afirmación gozosa de quien sabe vivir el don de sí, libre de toda esclavitud egoísta. Esto supone que la persona haya aprendido a descubrir a los otros, a relacionarse con ellos respetando su dignidad en la diversidad. La persona casta no está centrada en sí misma, ni en relaciones egoístas con las otras personas. La castidad torna armónica la personalidad, la hace madurar y la llena de paz interior. La pureza de mente y de cuerpo ayuda a desarrollar el verdadero respeto de sí y al mismo tiempo hace capaces de respetar a los otros, porque ve en ellos personas, que se han de venerar en cuanto creadas a imagen de Dios, y por la gracia, hijos de Dios, recreados en Cristo quien os ha llamado de las tinieblas a su admirable luz (1 Pe 2,9).

La castidad implica un aprendizaje del dominio de sí, que es una pedagogía de la libertad humana. La alternativa es clara: o el hombre controla sus pasiones y obtiene la paz, o se deja dominar por ellas y se hace desgraciado (Juan Pablo II). Toda persona sabe, también por experiencia, que la castidad requiere rechazar ciertos pensamientos, palabras y acciones pecaminosas, como recuerda con claridad San Pablo (cf. Rm 1,18; 6,12-14; 1 Cor 6,9-11; 2 Cor 7,1; Ga 5,16-23; Ef 4,17-24; 5,3-13; Col 3,5-8; 1 Ts 4,1-18; 1 Tm 1,8-11). Por esto se requiere una capacidad y una aptitud de dominio de sí que son signo de

## 7. ACTUEMOS

Después de reflexionar sobre qué es la sexualidad y su finalidad, creemos conveniente cerrar el tema invitando a los adolescentes y jóvenes a vivir el amor verdadero en una virtud muy importante que para algunos es casi inconcebible hoy: LA CASTIDAD.

Para este momento sugerimos entregar el siguiente texto a los presentes, leerlo pausadamente y compartir lo que entendieron al final.

Documento de lectura para los presentes

«Tanto el amor virginal (de los consagrados y consagradas) como el amor de los esposos (conyugal), que son las dos formas en las cuales se realiza la vocación de la persona al amor, requieren para su desarrollo el compromiso de vivir la castidad, de acuerdo con el propio estado de cada uno.

libertad interior, de responsabilidad hacia sí mismo y hacia los demás y al mismo tiempo, manifiestan una conciencia de fe; este dominio de sí comporta tanto evitar las ocasiones de provocación e incentivos al pecado, como superar los impulsos instintivos de la propia naturaleza.

Cuando la familia ejerce una válida labor de apoyo educativo y estimula el ejercicio de las virtudes, se facilita la educación a la castidad y se eliminan conflictos interiores, aun cuando en ocasiones los jóvenes pueden pasar por situaciones particularmente delicadas.

Para algunos, que se encuentran en ambientes donde se ofende y se desacredita la castidad, vivir de un modo casto puede requerir una lucha exigente y hasta heroica. De todas maneras, con la gracia de Cristo, todos pueden vivir castamente aunque se encuentren en circunstancias poco favorables».

(Pontificio Consejo para la Familia, Sexualidad humana: verdad y significado, nn. 16-19).

¿Qué opinas de esta lectura?

¿Te queda claro qué es la castidad y el dominio de sí?

¿Qué podemos hacer para vivir hoy la castidad y el dominio de sí?

## 8. CELEBREMOS

### HIMNO AL AMOR

(1 Cor 13,7ss)

Guía:

Al final de este tema dispongámonos a hablar con Dios. Invoquemos al dulce Paráclito, dador de todos los bienes. Pidamos también la potente intercesión y protección de María Inmaculada, Virgen Madre del amor hermoso y modelo de pureza. Y también invoquemos a San José, su esposo justo y casto, siguiendo su ejemplo de fidelidad y pureza de corazón.

Lector:

Aunque hablara todas las lenguas de los hombres y de los ángeles, si me falta el amor sería como bronce que resuena o campana que retiene.

Todos:

***Que seamos, Señor, jóvenes capaces de amar.***

Lector:

Aunque tuviera el don de profecía y descubriera todos los misterios. Aunque tuviera tanta fe como para trasladar montes, si me falta el amor nada soy.

Todos:

***Danos, Señor, el don del amor.***

Lector:

Aunque repartiera todo lo que poseo e incluso sacrificara mi cuerpo, pero para recibir alabanzas y sin tener el amor, de nada me sirve.

Todos:

***Danos, Señor, el don del amor.***

Lector:

El amor es paciente y muestra comprensión. El amor no tiene celos, no aparenta ni se infla. No actúa con bajeza ni busca su propio interés, no se deja llevar por la ira y olvida lo malo.

Todos:

***Danos, Señor, el don del amor.***

Lector:

No se alegra de lo injusto, sino que se goza en la verdad. Perdura a pesar de todo, lo cree todo, lo espera todo y lo soporta todo.

Todos:

***Danos, Señor, el don del amor.***

Lector:

El amor nunca pasará.

Todos:

Bienaventurados los puros de corazón, porque verán a Dios (Mt 5,8).

**CANTO:**

Amar es entregarse olvidándose de sí,  
buscando lo que a otro pueda hacer feliz (2 vec.)  
¡Qué lindo es vivir! para amar  
¡Qué grande es tener! para dar  
Dar alegría y felicidad,  
darse uno mismo eso es amar (2 vec.)