

Sexualidad y Espiritualidad

CONYUGAL

Una invitación al diálogo.

1.

PRIMER TEMA

La Sexualidad Conyugal, el gran regalo de Dios

¿Qué quería Dios al hacernos
sexuados?



Sexualidad y Espiritualidad

CONYUGAL

Una invitación al diálogo.

Índice

Capítulo

Introducción

- 1 La sexualidad, un regalo de Dios.
- 2 Hombre y mujer: diferentes e iguales.
- 3 El lenguaje de la sexualidad: la ternura.
- 4 La sexualidad envuelve todo nuestro ser.
- 5 La sexualidad nos hace fecundos.
- 6 Eduquémonos para educar.
- 7 Jesús y la sexualidad.
- 8 En las crisis... Busquemos juntos.
- 9 El perdón hace posible la ternura.
- 10 Cultivemos nuestra sexualidad
- 11 Redescubrir nuestro amor
- 12 EPÍLOGO: testimonios.

1º.- REFERENCIA:

Dios sólo sabe, sólo quiere y sólo puede amar.

“Se predica la moralidad del matrimonio, se dice lo que está permitido y lo que está prohibido, pero no se ofrece a los cristianos casados ni un solo libro sobre la manera de hacer bien el amor, sobre la manera de vivir bien la relación sexual (díganme si conocen alguno, yo no lo conozco)”¹, dice el P.Caffarel.

¡Qué difícil es colocarse en el pensamiento de nuestro Dios! Para Él, la sexualidad es la realidad más bonita y fundamental de nuestra existencia. Nos hizo hombre y mujer para que nos santificáramos amándonos, como decía el P. Caffarel en Chantilly. Y nosotros ¿con qué ojos miramos la sexualidad?. ¿con ojos limpios, con ojos llorosos, con ojos temerosos o miedosos o, con ojos alegres y vitales? La siguiente historia quizá nos sugiera algo:

2º.- SÓLO ES UNA HISTORIA:

Dos monjes se disponen a cruzar el río cuando les aborda una joven que les pide ayuda para cruzarlo. Uno de los monjes da su petate al otro y sube a la chica a sus espaldas y, juntos, atraviesan el río. Los monjes continúan su camino y, mientras uno silbaba y gozaba de la naturaleza, el otro caminaba contrariado y abismado en sus pensamientos. “Descansemos un momento porque estamos cansados”, dice el primero a su

¹.- P. Caffarel. Conferencia de Chantilly 1987.

ceñudo compañero. “¡Hiciste voto de no tocar a mujer alguna y te has atrevido a llevar a la chica!”. “Ahora comprendo tu enfado”. Le responde el monje alegre. Y añade: “Yo sólo he cargado a la muchacha para ayudarla a atravesar el río, mientras que tú la has traído hasta aquí!”.

En el **Cantar de los Cantares**, podemos ver cómo quería Dios la sexualidad:

*“Yo soy de mi amado y él me busca con pasión.
Amado mío, ven, vamos al campo,
Al abrigo de enebros pasaremos la noche, ma-
drugaremos para ver las viñas,
para ver si las vides ya florecen,
si ya se abren las yemas
y si echan flores los granados,
y allí te daré mi amor.”²*

Si Dios se define como AMOR, lógico es que nos hiciera sexuados para amar. “Que me bese con los besos de su boca”³. Besarnos es como rezar juntos a nuestro Dios, porque “Besar es orar”⁴.

3º.- **ALGUNAS REFLEXIONES:**

Dios quiso que fuéramos HOMBRE o MUJER. Diferentes para que nos atrajáramos y deseáramos y para que formáramos la pareja. El P. Caffarel nos dice que el vértice de la creación no es el individuo, sino la pareja⁵. Por eso nos hizo hombre y mujer: dos sexos distintos: el masculino y el femenino. Y ¿cómo quería Dios que nos relacionáramos entre nosotros? ¿Cómo quería que viviéramos nuestra sexualidad?:

2.- *Cantar de los Cantares*, 7, 11-14

3.- *Cantar de los Cantares*, 1,2

4.- Título del librito de Wunibald Müller. Edt. Sal Terrae, Santander -2005

5.- Conferencia de Chantilly, 1987

Dios quiere que la sexualidad sea fuente de espiritualidad:

Nos hizo diferentes para que nos relacionáramos en lo más profundo y para que en nuestra interioridad nos encontráramos con Él. "La sexualidad es la verdadera fuente de la espiritualidad"⁶. Nos quiso hombre y mujer para que nos amáramos, porque Él es el que más ama y le gusta que nos amemos. Nuestros encuentros sexuales pueden convertirse en oración si los vivimos desde la igualdad y en comunión con Dios. Cuando nos amamos, los ángeles aletean de envidia y la naturaleza se alegra y embellece. Eso es lo que nos quiere decir Dios en el Cantar de los Cantares.

Nos ha hecho hombre y mujer para que la fuerza de la sexualidad nos ayude a vivir con intensidad⁷.

En nuestra vida diaria sentimos que la espiritualidad y la sexualidad son las dos fuerzas vitales más intensas. Separar esas fuerzas es como partir el corazón del hombre y el de la mujer. Si unimos felizmente la religión y la sexualidad hacemos que nuestra religión florezca. La sexualidad no es una fuerza que hay que reprimir, ni encerrarla en una torre, es un don que Dios nos ha dado para que la vivamos con alegría.

Dios quiere que hermanemos las dos fuerzas que ha depositado en nosotros:

Nos han dicho, con frecuencia, que Dios está reñido con la sexualidad. Hemos oído que el erotismo es enemigo de la espiritualidad. Y no es así. Dios nos ha hecho eróticos y espirituales y quiere que unamos las dos cosas. Al separar erotismo y religión banalizamos el erotismo y hacemos de la religión algo frío y poco humano. El eros aislado del amor es egoísta, deshumanizador, idealista y

6.- Anselm Grün, citado por Wunibald Müller en "Besar es orar"

7.- Anselm Grün, *Intimität und zolibatares*, Leben, Würzburg 1995

machista. Dios nos dio el erotismo y nos dio un corazón para amar. Juntos, el eros y el ágape, dan a nuestra vida espiritual entusiasmo y alegría. La santidad nos exige ser humanos y, ser humanos, nos pide que nuestros encuentros sexuales sean un regalo mutuo manifestado en los abrazos y caricias y en nuestra entrega común.

Con la sexualidad Dios despierta en nosotros una necesidad y, a la vez, nos dice cómo satisfacerla. Todos tenemos la necesidad de ser tocados, abrazados, acariciados y sostenidos por el otro. Es una necesidad básica. Y la fuerza de la sexualidad es la que nos saca de nosotros mismos y nos empuja a entregarnos, a regalarnos y a fundirnos con el otro. Muchos cristianos sienten que la sexualidad alimenta la esperanza y la caridad en ellos y que les capacita para ir hacia Dios.

Dios es el que más ama. El que más desea nuestro bien. Para Él, el amor humano es la mejor manifestación de su amor. Por eso, nuestro gran pecado puede consistir en separar y distanciar el amor humano del amor a Dios. Si nos deseamos, si sentimos la fuerza de la atracción que nos lleva al amor, todo resulta agradable y todas las manifestaciones de la vida se iluminan. La sexualidad nos lleva a lo más profundo del otro, donde se encuentra Dios.

El eros, de la mano del amor, alegra la vida, reviste de belleza la naturaleza, alegra los corazones de los amantes y el corazón de Dios, que goza con ellos. "Quien no es capaz de experimentar emoción en su alma podrá hacer carrera como funcionario de la Administración, pero no logrará entusiasmar a las personas"⁸.

8.- W. Müller, "Besar es orar". Sal Taerre . ST Breve. Santander 2005

4º.- PARA DIALOGAR:

En un ratito de silencio vamos a ver a Dios desnudo, libre de las caricaturas que le desfiguran, como nos vemos el uno al otro: desnudos, sin prejuicios, sin engaño y disimulo. Mirémonos a los ojos y seguro que en ellos vemos al Dios que está deseando que miremos la sexualidad con positividad.

Y, ¡preguntémonos!

1ª-¿Qué es para nosotros el SEXO?

2ª-¿Qué es para nosotros la SEXUALIDAD?

3ª-¿Cómo ve Dios el sexo y la sexualidad?

Buscad la respuesta en vuestro corazón, sin otras referencias que vuestro amor y el Evangelio. (Después de dialogar sobre esas preguntas, leéis lo siguiente y lo comparáis con lo que vosotros habéis comentado):

El SEXO no es una parte de nosotros. No son los genitales con los que obtenemos placer o procreamos. El sexo eres tú y es ella, hombre y mujer, sexo masculino y femenino. El sexo es la totalidad tuya y suya, construida a lo largo de toda nuestra vida; es nuestra biografía.

La SEXUALIDAD es el modo de aceptar, asumir e identificarnos con nuestro sexo. Es el modo de existir y de relacionarnos. Y es el modo de desearnos, de querernos, de entregarnos, de encontrarnos, de regalarnos el uno al otro y de organizar nuestra vida como seres sexuados.

5º.-NOS COGEMOS DE LA MANO Y HACEMOS UN RATO DE SILENCIO-ORACIÓN

Después de esta sencilla lectura es posible que hayáis llegado a la **conclusión siguiente:**

Somos seres sexuados porque Dios ha querido. El sexo hace que seamos hombre o mujer. Y Dios quiere que tengamos relaciones maduras y profundas y que nos acerquemos al Reino del Amor. Dios quiere que aceptemos nuestra sexualidad y que tengamos encuentros gozosos. Teniendo presentes estos deseos de Dios...

Rezamos⁹:

Danos Señor claridad de ideas para que vivamos con paz y alegría nuestros encuentros... y, al mirarnos en silencio, vemos en nuestros ojos los ojos amantes de Dios... y

Rezamos:

Danos, Señor, claridad de ideas para que vivamos con paz y alegría nuestros

Encuentros... Y si miramos a este Dios con amor, veremos que se ríe de las tonterías que hemos dicho y hecho en torno a la sexualidad.

Nos damos un beso convencidos de que con el beso rezamos, nos deseamos, salimos de nosotros y nos damos juntos a este Dios que nos acompaña... y, juntos

9.- Los puntos suspensivos que ponemos en todos los momentos de ORACIÓN indican momentos de silencio.

Rezamos:

Danos Señor claridad de ideas para que vivamos con paz y alegría nuestros encuentros... Y leemos despacio y en actitud de oración:

“El amor terreno no es más que tránsito hacia el amor celestial” nos dice W. Müller. No olvidemos que la sexualidad es rezar y besar, es pasión, es ardor y es deseo. Y también es mirar, es tocar, poner la mesa, darnos la mano, hablar con afecto, barrer la cocina y hacer la cama... Todo ello puede hacer que nos sintamos cerca y, al sentirnos cerca, nos acercamos a Dios y nos sentimos tocados por Él.

Y Rezamos:

Danos Señor claridad de ideas para que vivamos con paz y alegría nuestros encuentros...



Équipes Notre-Dame
Secrétariat International
49, rue de la Glacière
7ème étage • 75013
Paris • France

Tel. (33) (1) 43 31 96 21 • Fax. (33) (1) 45 35 37 12
end-international@wanadoo.fr
www.equipes-notre-dame.com