

Sexualidad y Espiritualidad
CONYUGAL

Una invitación al diálogo.

3.

TEMA TERCERO

**El Lenguaje de la
Sexualidad:**
La Ternura.



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:

Somos hijos de la ternura:

Fue el Dios padre y madre, el Dios de la ternura quien “hizo al hombre y a la mujer” y a “su imagen los creó¹”. Nos diseñó con su amor. Ese Dios tierno vio que no era bueno que viviéramos solos y no quiso la soledad del individuo sino la solidaridad de la pareja. Y ese Dios, al hacerse hombre, habló de la ternura desde los brazos de su madre.

2º.- ALGUNAS IDEAS:

Si observamos nuestras relaciones sexuales nos damos cuenta que lo que las humaniza y espiritualiza es el lenguaje que hablamos en ellas: La ternura es un lenguaje humilde y sencillo pero solemne. Es un lenguaje rico en expresiones de necesidad, por eso, es el lenguaje más humano. Dice F. Torralba que la ternura establece entre los que la hablan una unión profunda. Es el lenguaje del corazón que permite que vivamos la sexualidad en totalidad.

La ternura es como un pellizco al corazón que hace que nos movamos al ver la necesidad del otro². Dios pintó el mundo con la belleza y esta belleza lo llenó de bondad. Sin bondad no sería posible la ternura.

Y la ternura no se ve, no es un objeto ni una cosa; es un misterio y es el lazo que une con fuerza a

1- Génesis 1,26 y 2,18

2- Francesc Torralba, en “La ternura”, Edi Milenio. Lleida 2010

los que se quieren. Cuando nos damos, somos tiernos y sembramos la ternura en el mundo.

La ternura es el lenguaje de los niños: El niño juega para jugar y no para disimular o para engañar. Siendo como niños expresamos espontáneamente lo que sentimos, sin avergonzarnos de nada. Por eso, siendo como niños, salvamos la pareja y enriquecemos nuestra vida sexual. Sentir ternura por el otro es romper el caparazón que nos separa de él. Ser tierno es olvidar la "guerra", las dificultades del día a día y eliminar las corazas tras las que nos escondemos. Como el "Caballero de la armadura oxidada"³, necesitamos romper las armaduras que dificultan nuestra entrega al otro. Sólo las lágrimas del dolor, expresadas mediante la ternura del perdón, hacen desaparecer esas armaduras que nos impiden mirar con amor al otro. Ese grito de ternura nos haría decir: *"No lo volveré a hacer, pero lo hice, lo hice y lo siento, lo siento"*.

La ternura hace posible la sexualidad. La ternura la expresamos con todo nuestro cuerpo y nos ayuda a ver lo bello que se esconde en las cosas y en las personas. La ternura humaniza nuestros encuentros. Hablamos este lenguaje con los gestos, las palabras, los sentimientos, las caricias, el placer y las miradas. Si nos amamos, la ternura empapa todo lo que decimos y hacemos. Somos hijos de la ternura que otros tuvieron con nosotros. Justo es que hablemos el lenguaje que de niños nos enseñaron. Nuestros encuentros sexuales estarán empapados de ternura cuando sean humanos y espirituales.

3 - (Libro que recomendamos LEER). Robert Fisher. "El caballero de la armadura oxidada", Edi Obelisco, 1989

Según F. Torralba⁴, *"la ternura es la arteria por la que circulan los sentimientos"*. Es pequeñez, sana dependencia, fragilidad y la extrema debilidad con la que nos presentamos ante el otro/a para inspirar en él/ella el deseo de protegernos, hasta hacernos gritar: *"¡cuánto necesito ser para alguien la persona más amada!"*

La ternura se reduce a la expresión sencilla y espontánea del "te quiero". Con esta corta expresión salimos de la rutina y nos introducimos en el otro para valorarlo e inaugurarlo al ver y aceptar sus novedades diarias. Vivir la sexualidad sin aceptar al otro es difícil, y puede quedarse en sólo genitalidad.

La ternura es claridad y honestidad. Con un **"te quiero"** sincero *"lo oculto sale a la luz, lo encarcelado pide liberación, lo despreciado exige admiración, lo neutro reivindica personalidad y lo malo pide bondad"*⁵.

La ternura es lo opuesto al angelismo que ignora el erotismo humano; y también es lo opuesto al rodillo igualador que no diferencia lo masculino de lo femenino.

La ausencia de ternura crea un triste vacío en nosotros porque nos priva del cuidado y la delicadeza que todos necesitamos. Y esa ternura se ausenta cuando no estamos atentos a lo que quiere el otro/a, cuando falta la emoción, cuando el gesto se convierte en rutina y cuando el **"te quiero"** se reduce a una fría fórmula.

4 - Ibid

5 -E. Amezua. "Amor , sexo y ternura". Edc Adra Madrid 1976

La ternura nos hace ver que nosotros, los sujetos sexuados, somos más importantes que los logros y las metas en los encuentros sexuales.

3º.- UNA HISTORIA VIVA Y LLENA DE TERNURA⁶.

“Tengo 77 años y mi mujer ha hecho la felicidad de mi vida. Después de 45 años de vida en común la quiero mucho más de lo que la amaba cuando me abrazó por primera vez. Mi ternura se ha hecho menos apasionada pero más profunda. Aún no nos lo hemos dicho todo. Besos tiernos, abrazos sin violencia, recuerdo antiguas primaveras. Pero sobre todo, nuestras almas se confunden en la misma fe y en la misma esperanza”... Cuando cada año llega el 6 de julio, me resulta tan agradable volver a dar desde el fondo del corazón el Sí, lo mismo que un religioso que, consciente de su vocación, renueva sus votos. No hubiera sido así si mi Susana, con valentía cerca del heroísmo, no hubiera practicado siempre sus deberes de esposa y de madre... Pero ella siempre conservaba, al igual que el cielo azul encima de las nubes, la ternura de su corazón, la voluntad de hacerme la vida dulce... Dejaré la tierra seguro de que todo el tiempo que me sobreviva no dejará de pedirle a Dios que la puerta del cielo se abra para mi alma”.

6.- Testimonio que el P. Caffarel leyó al terminar la conferencia de Chantilly - 1987

4°.-PARA SENTARNOS Y DIALOGAR:

Vamos a convertir las parcelas de desierto, que atravesamos todos los días, en pequeños oasis de afecto, mediante un diálogo sencillo y sincero.

1ª.- Sabemos que no es suficiente con cubrir nuestras necesidades biológicas. **¿Hasta qué punto nuestros encuentros sexuales están empapados por la ternura?**

2ª- El diálogo debe mantenerse entre los dos. Si tú hablas y yo me callo, se rompe el diálogo y no llegamos a entendernos. **¿En nuestros ratos de intimidad y, a lo largo de todo el día, procuramos ser tiernos los dos? ¿En qué lo manifestamos? Y si no es así ¿qué podríamos hacer para mejorar?**

5ª.- TERMINAMOS REZANDO:

Nos colocamos ante la presencia de nuestro Dios y le preguntamos: ¿cuáles son las causas por las que "hablamos" con torpeza el lenguaje de la ternura?:

1- *¿No será debido al machismo o al feminismo, que con sus ruidos no nos permiten aprender este idioma ?....*

2- *¿Será a causa del moralismo puritano?...*

3- *¿Será porque nos hemos aprendido el uno al otro y ya no nos sorprendemos ?...*

4- *¿Será porque preferimos las técnicas al lenguaje humano del cariño?...*

5- *¿Será por la influencia que la sociedad materialista ejerce sobre nosotros ?...*

6- *¿O será debido a los viejos principios que la sociedad y la familia inculcaron en nosotros?...*

Dios lo sabe. El nos dirá cuál es la causa por la que no hablamos debidamente el lenguaje que nos humaniza y nos acerca a Él. Escuchémosle en silencio...(rato de silencio)... y rezamos:

-“Oh, Señor, tú que has puesto tu morada en el fondo de mi corazón”⁷, ayúdanos a que también nosotros nos encontremos y hablemos desde el fondo de nuestro corazón.....

-Pidámosle que nos enseñe a hablar con los ojos, con las manos, con el abrazo, la caricia y con las lágrimas del perdón para llegar al corazón del otro... y rezamos:

-“Oh, Señor, tú que has puesto tu morada en el fondo de nuestro corazón”, ayúdanos a que también nosotros nos encontremos y hablemos desde el fondo de nuestro corazón...

7.- Padre Caffarel en el libro “Dieu, se nom le plus trahi”



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-internacional@wanadoo.fr

www.equipes-notre-dame.com