

Introdução

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo



Queridos casais e sacerdotes conselheiros:

O Padre Caffarel, durante toda a sua vida, interrogou-se permanentemente sobre o amor humano e a sexualidade do casal. Esta mesma inquietude tem permanecido latente no movimento através dos anos, começando por uma grande pesquisa que o mesmo Padre Caffarel lançou no ano de 1969 a todos os casais equipistas, a partir da qual iniciou a preparação de um livro, que não alcançou a ver a luz. Este tema também já havia sido explorado pela mesma Equipe Responsável Internacional e algumas Super Regiões, com o propósito de abordar o desafio de oferecer ferramentas, que ajudassem os casais a ver sua sexualidade como fonte de riqueza e não de fragilidade, para alcançar o objetivo de santidade.

No ano de 2007, durante a celebração dos 60 anos da promulgação da Carta Fundacional das ENS, o Padre Olivier, naquela que fora uma de suas últimas intervenções, manifestou na conferência que dirigiu às Equipes de Nossa Senhora, que nosso movimento seguia tendo um desafio, na incorporação do tratamento da sexualidade na rota do caminho da santidade.

No Colégio Internacional de Brasília 2012, que marcou o ponto de partida do trabalho da atual Equipe Responsável Internacional, ERI, o Colégio Internacional representado pelos casais responsáveis de Super Regiões e Regiões diretamente ligadas, expressou a necessidade de que, com um novo “ar”, a ERI retomasse este tema, abordando-o como uma prioridade para ser estudada e discernida, pedido que resultou ser a gênese da Equipe Satélite, que se constituiu para tal fim, e do trabalho que hoje, com muita alegria, apresentamos a vocês.

Parafraseando a Jean Allemand, biógrafo e amigo muito próximo do Padre Caffarel, o que queremos realçar com este trabalho, que hoje colocamos a vossa disposição, é que o ser humano é um e que o amor humano completo coloca em jogo todas as zonas do ser. Se uma delas não toma parte do concerto, o amor não é harmonioso, é discordante e por isso é fundamental darmos à nossa sexualidade o lugar que tem em nossa integralidade.

Queridos casais, que os diálogos conjugais, ou as “sentadas” que suscitam estes onze livretos e os testemunhos que os acompanham, sejam fonte de graça e riqueza para vosso caminho de santidade.

Tó e Zé Moura Soares
Equipe Responsável Internacional.

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão possibilita a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescubramos nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

Introdução

Queridos amigos das Equipes de Nossa Senhora, dirigimo-nos a vocês casais queridos e olhados de um modo especial por nosso Deus. Vocês são sua obra predileta e sua melhor expressão de amor. Cada beijo, cada abraço dado é o melhor presente e a mais terna carícia que Deus faz a este mundo.

Quando começamos a escrever estes cadernos, imaginávamos vocês tecendo os laços que unem seus lares: com o trabalho, o colégio dos filhos e os lugares de suas atividades diárias. Víamos vocês cansados, ocupados, quase sem tempo para viver o amor em suas palavras e na doação de seus corpos. Imaginávamos vocês preocupados pelos bebês ou filhos pequenos, ou pelas vivências dos adolescentes, em meio às entradas e saídas de filhos já maiores. Também os imaginávamos na paz e sossego do lar, desfrutando do tempo livre, da oração e do descanso da aposentadoria.

Cada linha, cada parágrafo, cada um dos temas que lhes apresentamos, foi iluminado por sua imagem gozosa e criadora; porque estamos convencidos que entre limitar-se a envelhecer ou viver entusiasmados por criar e crescer, vocês optaram pelo segundo.

O tempo que passamos escrevendo e pensando em vocês foi sempre um tempo de "excelência". E dedicar tempo ao amor e a motivar para o amor é fazer a revolução mais rica: a interior, a do silêncio, a que se faz no único e mais belo templo criado por Deus: a interioridade.

Jesus, que elevou a mulher à mesma categoria social e pessoal que o homem, e que contribuiu a dignificar as relações entre as pessoas, é quem nos tem iluminado para escolher o caminho da sexualidade positiva e rica, a que nos considera sujeitos sexuados e destinados por nosso Deus a conhecer-nos, desejar-nos, querer-nos, desfrutar-nos, ser fecundos, organizar nossa vida e dar-nos mutuamente como presente no amor. Este é o caminho da sexualidade que Jesus percorreu sem medos, sem temores e sem impor cargas pesadas.

Este é um caminho cheio de realidades positivas, de misericórdia, de perdão, de compreensão e de dignidade. É um caminho livre, respeitoso, cheio de responsabilidade e de manifestações do amor de Deus em cada pessoa que encontramos ao caminhar por ele. E, por todo isso, é um caminho exigente.

Verão que optamos por seguir o exemplo de nosso Deus que, ao fazer nosso corpo (nossa totalidade), o admirou e viu que era extraordinário..., tanto que se fez um de nós!, com nossas mãos, pés, braços e corpo para tocar, curar, amar, desfrutar, orar e acariciar. Este foi o melhor presente que Deus nos deu: um corpo para presentear e compartilhar em casal, na companhia do Deus que se alegra com o amor dos que se querem.

Creemos que este é o caminho da sexualidade que Deus quer que percorramos e vivamos: o da sexualidade sentida e vivida à luz do Evangelho, à luz da humanidade divina de Jesus. Uma sexualidade que busca o encontro entre marido e mulher, o gozo compartilhado e a liberdade da entrega.

O Papa Francisco diz que não nos resta outro remédio senão mirar a Jesus e deixar de lado questões não adequadas para hoje. Optamos pelo amor, que cria e cultiva, e não pelo temor, sacrifícios sem amor, ou limitações que não permitem viver uma sexualidade humana, como nos pedia com insistência o Padre Caffarel na conferência de Chantilly: *“não pode existir uma verdadeira moralidade da sexualidade se não existe uma qualidade humana na vivência da sexualidade... Prega-se a moralidade do matrimônio, diz-se o que está permitido e o que está proibido, porém não se oferece aos cristãos casados nem um só livro sobre como “fazer bem o amor”, sobre a maneira de viver bem a relação sexual (digam-me se conhecem algum, eu não o conheço)”*¹.

Falaremos de sexualidade e de espiritualidade: duas gotas de água caídas da mesma chuva: a do Evangelho. E diante deste desafio tão interessante e que nos empolga, gostaríamos de dizer-lhes e manifestar-lhes nossos desejos mais profundos e sinceros. Porém, cremos que o mais importante é o que vocês se dizem e compartilham. Por isso lhes sugerimos:

que abram seus braços e, sobretudo o coração, para mostrar-se mutuamente como são, seus sentimentos e as última experiências vividas, para que, lendo o coração, preocupem-se mais com o que é comum aos dois - seu projeto de casal- do que com os interesses particulares.

que, de mãos dadas, disponham-se a ler juntos, livres de preconceitos e de más recordações

1.- Padre Caffarel. Conferência de Chantilly

passadas, decididos a ser autênticas testemunhas de um rico e proveitoso presente.

que reflitam juntos, que juntos coloquem em palavras seus sentimentos, e compartilhem essas palavras, e as façam propriedade dos dois. E tudo isso com a atitude de considerar-se ambos igualmente importantes. Crescemos se refletimos, se nos encontramos, se oramos e dialogamos em um plano de igualdade. Se formos ao diálogo pensando que podemos estar equivocados, e que ambos temos apenas parte da verdade, garantiremos a mútua comunhão. Nossa sexualidade deixaria de ser essa mútua comunhão se não vivemos e sentimos nossos encontros a partir da igualdade. Se entre nós existem pequenos domínios, possessões, submissões e pequenas violências, a sexualidade poderia tornar-se mera genitalidade.

que terminem cada tema colocando-se diante do Senhor para deixar-se “aquecer” y “bronzear” por Ele, como faz o trigo no campo, que com paciência “camponesa”² espera que o sol de verão o amadureça para logo ser levado à eira. Que essa eira seja seu encontro de esposos e seu encontro com Deus na oração.

Só o amor vai permitir a expressão livre e gozosa de sua sexualidade, mediante o silêncio pacífico, com o abraço e a carícia, com o olhar cúmplice, com o beijo do “te quero” e, sempre que queiram, na entrega de sua totalidade mediante o encontro íntimo.

2.- Expressão do Padre Caffarel no primeiro capítulo do livro “Na presença de Deus”, PPC, Madrid 2015, traduzido por Mercedes Lozano.

Sejam, pois, bem-vindos. Nós que preparamos estes temas, abrimos a vocês a porta e cedemos a vocês a palavra. Tenham-nos sempre a seu lado.

SUGESTÕES PARA O DIÁLOGO:

1.- Antes de ler, façam um tempo de silêncio. Coloquem-se na *"atitude adequada"*, como disse o Padre Caffarel³, porque um *"rosto amável os espera"*, há mãos que os acolhem e se aproximam para reconfortá-los. Estejam certos que que são esperados. *"Vou preparar-lhes um lugar"*. E nesse lugar encontra-se Êle. Sua presença fez de seu interior uma morada acolhedora. Orar é isso: *"fazer a peregrinação ao santuário interior para adorar ali ao verdadeiro Deus"*⁴. Digam ao Senhor o que o mesmo Padre Caffarel nos sugere: *"Senhor, amo a beleza de tua casa e o lugar onde habita tua glória"*.

Dirijam seus olhares a Deus, e não pensem que é uma testemunha muda e passiva de suas palavras e ideias. Deixem-no falar e que suas palavras cheguem a seus corações. E estejam seguros que *"querer orar já é orar"*, e não necessariamente ver-se livre de sentimentos, distrações, recordações ou pensamentos⁵.

2.- Disponham-se a dialogar⁶: *"Quem de vós, querendo edificar uma torre, não se senta primeiro e calcula os gastos, a ver se tem o que necessita para acabá-la?"*. (Lc. 14, 28-29)

3.- Expressão do Padre Caffarel no livro *"Na presença do Senhor"*. Cap. 1º..

4.-Ibid.

5.- Ibid

6.- Padre Marcovits, o.p. deu aos responsáveis das E.N.S., em Santo Herblain, em 20 de novembro de 2011.

Reservem um tempo para facilitar o encontro, soltar as ataduras e perder os medos do diálogo e da verdade, porque necessitam construir “sua” torre.

Disponham-se a escutar. Escutar o que o outro diz, no expressado e no silenciado. Escutar com todo o corpo. Escutar é aprender de seus olhares, de suas palavras, de todos seus gestos. E não escutar é dar soluções, argumentos, e rodear-se de muros para defender sua verdade. A escuta faz que sejamos apoio e cúmplice. Se não escutamos, fazemo-nos juízes ou mestres. Se a tensão entre os dois sobe, adiem o diálogo. “A luz está no que o outro diz”, afirma P. Marcovits.

O segredo consiste em “*amar-se o suficiente para saber calar juntos*”, para acolher a palavra do outro e para considerar sempre seu cônjuge um interlocutor válido.

Dialoguem, escutem, perguntem e respondam. Com tudo isso cumprem o mandato do Mestre: “*tive fome e me destes de comer*” (Mt. 25, 35). Que a resposta não busque mudar o outro, senão que permita ao outro encontrar seu caminho.

E terminem o tema dando graças ao Senhor por lhes proporcionar esta rica oportunidade.



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

1.

PRIMEIRO TEMA

A Sexualidade Conjugal, o grande presente de Deus.

Qual a vontade de Deus ao nos fazer
sexuados?



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1A sexualidade, um presente de Deus
2Homem e mulher: diferentes e iguais
3A linguagem da sexualidade: a ternura
4 A sexualidade envolve todo o nosso ser
5A sexualidade nos faz fecundos
6Eduquemo-nos, para educar
7 Jesus e a sexualidade
8 Nas crises..... “Busquemos juntos”
9 O perdão possibilita a ternura
10Cultivemos nossa sexualidade!
11 Redescubramos nosso amor
12 EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIA:

Deus só sabe, só quer e só pode amar.

“Prega-se a moralidade do matrimônio, diz-se o que está permitido e o que está proibido, porém não se oferece aos cristãos casados nem um só livro sobre a maneira de fazer bem o amor, sobre a maneira de viver bem a relação sexual (digam-me se conhecem algum, eu não o conheço)”¹, diz o Padre Caffarel.

Quão difícil é colocar-nos no pensamento de Nosso Deus! Para Ele, a sexualidade é a realidade mais bonita e fundamental de nossa existência. Ele nos fez homem e mulher para que nos santifiquemos amando-nos, como dizia o Padre Caffarel em Chantilly. E nós, com que olhos vemos a sexualidade? Com olhos limpos, com olhos chorosos, com olhos medrosos, ou com olhos alegres e abertos para a vida? A seguinte história talvez nos sugira algo:

2º.- É SÓ UMA HISTÓRIA

Dois monges dispõem-se a cruzar o rio quando os aborda uma jovem que lhes pede ajuda para cruzá-lo. Um dos monges dá sua trouxa de roupa ao outro, e carrega a jovem nas costas e, juntos, atravessam o rio. Os monges continuam seu caminho e, enquanto um assoviava e apreciava a natureza, o outro caminhava contrariado e abismado em seus pensamentos. “Descansemos um momento porque estamos cansados”, diz o

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

primeiro a seu carrancudo companheiro. “Fizeste voto de não tocar mulher alguma, e te atreveste a carregar a moça!”. “Agora compreendo teu enfado”. Responde-lhe o monge alegre. E acrescenta: “Eu só carreguei a moça para ajudá-la a atravessar o rio, enquanto que tu a trouxeste até aqui!”.

No Cântico dos Cânticos, podemos ver com Deus quer a sexualidade:

“Eu sou do meu amado, seu desejo o traz a mim. Vem meu amado, vamos ao campo, pernoitemos sob os cedros; madruguemos pelas vinhas, vejamos se a vinha floresce, se os botões estão se abrindo, se as romeiras vão florindo: lá te darei meu amor...”²

Se Deus define-se como AMOR, lógico é que nos fez sexuados para amar. “Que me beije com beijos de sua boca!”³. Beijar-nos é como rezar juntos a nosso Deus, porque “Beijar é orar”⁴.

3º.- ALGUMAS REFLEXÕES:

Deus quis que fôssemos HOMEM ou MULHER. Diferentes para que nos atraíamos e desejemos, e para que formemos o casal. Padre Caffarel diz-nos que o vértice da criação não é o indivíduo, e sim o casal⁵. Por isso nos fez homem e mulher: dois sexos distintos, o masculino e o feminino. E como Deus quer que nos relacionemos? Como quer que vivamos nossa sexualidade?

2.- Cântico dos Cânticos, 7, 11-14 (Bíblia de Jerusalém)

3.- Cântico dos Cânticos, 1,2 (Bíblia de Jerusalém)

4.- Título do livro de Wunibald Müller. Edt. Sal Terrae, Santander -2005

5.- Conferência de Chantilly, 1987

Deus quer que a sexualidade seja fonte de espiritualidade: Ele nos fez diferentes para que nos relacionemos no mais profundo de nós mesmos, e para que em nossa interioridade nos encontremos com Ele. "A sexualidade é verdadeira fonte da espiritualidade"⁶. Ele nos quis homem e mulher para que nos amemos, porque Ele é quem mais ama, e agrada-lhe que nos amemos. Nossos encontros sexuais podem converter-se em oração, se os vivemos na igualdade e em comunhão com Deus. Quando nos amamos, os anjos vibram de inveja e a natureza alegra-se e se faz mais bela. Isso é o que nos quer dizer Deus no Cântico dos Cânticos.

Ele nos fez homem e mulher para que a força da sexualidade nos ajude a viver com intensidade⁷. Em nossa vida diária sentimos que a espiritualidade e a sexualidade são as duas forças vitais mais intensas. Separar essas forças é como partir o coração do homem e da mulher. Se unimos como se deve a religião e a sexualidade, fazemos que nossa religião floresça. A sexualidade não é uma força que se há de reprimir, nem encerrar em uma torre; é um dom que Deus nos deu para que a vivamos com alegria.

Deus quer que irmanemos as duas forças que depositou em nós: Ouvimos, com frequência, que Deus está brigado com a sexualidade. Ouvimos que o erotismo é inimigo da espiritualidade. E não é assim. Deus nos fez eróticos e espirituais, e quer que unamos as duas coisas. Ao separar erotismo e religião, banalizamos o erotismo e fazemos da religião algo frio e pouco humano. O eros, isolado do amor, é egoís-

6.- Anselm Grün, citado por Wunibald Müller em "Beijar é orar"

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

ta, desumanizador, fantasioso e machista. Deus nos deu o erotismo e deu-nos um coração para amar. Juntos, o eros e o ágape, dão à nossa vida espiritual entusiasmo e alegria. A santidade exige que sejamos humanos; e ser humanos exige que nossos encontros sexuais sejam um deleite mútuo, manifestado nos abraços e carícias, e em nossa entrega um ao outro.

Com a sexualidade Deus desperta em nós uma necessidade e também nos diz como satisfazê-la. Todos temos a necessidade de ser tocados, abraçados, acariciados e apoiados pelo outro. É uma necessidade básica. E a força da sexualidade é que nos tira de nós mesmos e nos empurra a nos entregar, a nos doar e a nos fundir com o outro. Muitos cristãos sentem que a sexualidade alimenta sua esperança e sua caridade, e os capacita para ir em direção a Deus.

Deus é quem mais ama. Ele é quem mais deseja nosso bem. Para Ele, o amor humano é a melhor manifestação de seu amor. Por isso, nosso grande pecado pode consistir em separar e distanciar o amor humano do amor a Deus. Se nos desejamos, se sentimos a força da atração que nos leva ao amor, tudo resulta agradável e todas as manifestações da vida iluminam-se. A sexualidade leva-nos ao mais profundo do outro, onde se encontra Deus.

O eros, procedendo do amor, alegria a vida, reveste de beleza a natureza, alegria os corações dos amantes e o coração de Deus, que se alegra com eles. "Quem não é capaz de experimentar emoção em sua alma poderá fazer carreira como funcionário, porém não conseguirá entusiasmar as pessoas"⁸.

8.- W. Müller, "Beijar é orar". Sal Terrae . ST Breve. Santander 2005

4º.- PARA DIALOGAR:

Em um momento de silêncio vamos ver a Deus desnudo, livre das caricaturas que o desfiguram, como nos vemos um ao outro: desnudos, sem preconceitos, sem engano e dissimulação. Olhem-nos nos olhos, seguros que neles vemos a Deus, que deseja que olhemos a sexualidade com positividade.

E, perguntemo-nos:

1ª- Que é para nós o SEXO?

2ª- Que é para nós a SEXUALIDADE?

3ª- Como Deus vê o sexo e a sexualidade?

Busquem a resposta em seus corações, sem outras referências que seu amor e o Evangelho. (Depois de dialogar sobre essas perguntas, leiam o seguinte e comparem com o que vocês comentaram):

O SEXO não é uma parte de nós. Não é com os órgãos genitais que obtemos prazer ou procriamos. O sexo é você e ela, homem e mulher, sexo masculino e feminino. O sexo é a sua totalidade e a dela, construída ao longo de toda nossa vida; é a nossa biografia.

A SEXUALIDADE é o modo de aceitar, assumir e identificar-nos com nosso sexo. É o modo de existir e de relacionar-nos. E é o modo de desejar-nos, de querer-nos, de entregar-nos, de encontrar-nos, de doar-nos um ao outro e de organizar nossa vida como seres sexuados.

5º.- DEMO-NOS AS MÃOS E FAÇAMOS UM MOMENTO DE SILÊNCIO - ORAÇÃO

Depois desta simples leitura é possível que tenham chegado à

CONCLUSÃO seguinte:

Somos seres sexuados porque Deus quis. O sexo faz que sejamos homem ou mulher. E Deus quer que tenhamos relações maduras e profundas, e que nos aproximemos do Reino do Amor. Deus quer que aceitemos nossa sexualidade e que tenhamos encontros gozosos. Tendo presentes estes desejos de Deus ...

Rezamos⁹:

Dá-nos, Senhor, clareza de ideias, para que vivamos com paz e alegria nossos encontros ... e, ao mirar-nos em silêncio, vejamos em nossos olhos os olhos amantes de Deus...

Rezamos:

Dá-nos, Senhor, clareza de ideias, para que vivamos com paz e alegria nossos encontros ... e, se olharmos para Deus com amor, vejamos que se ri das tolices que temos dito e feito em torno da sexualidade.

Demo-nos um beijo, convencidos que com o beijo rezamos, desejamo-nos, saímos de nós mesmos e nos damos juntos a esse Deus que nos acompanha... e, juntos

9.- As reticências, que colocamos em todos os momentos de ORAÇÃO, indicam momentos de silêncio.

Rezamos:

Dá-nos, Senhor, clareza de ideias, para que vivamos com paz e alegria nossos encontros...

E leiamos devagar e em atitude de oração:

“O amor terreno não é mais que trânsito para o amor celestial”, diz W. Müller. Não esqueçamos que sexualidade é rezar e beijar, é paixão, é ardor e é desejo. E também é olhar, é tocar, pôr a mesa, dar-nos a mão, falar com afeto, varrer a cozinha e fazer a cama... Tudo isso pode fazer que nos sintamos próximos e, ao nos sentir próximos, aproximamo-nos de Deus e sentimo-nos tocados por Ele.

E Rezamos:

Dá-nos Senhor, clareza de ideias, para que vivamos com paz e alegria nossos encontros...



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

2.

SEGUNDO TEMA

Homem e Mulher:
Diferentes e Iguais



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1A sexualidade, um presente de Deus
2Homem e mulher: diferentes e iguais
3A linguagem da sexualidade: a ternura
4 A sexualidade envolve todo o nosso ser
5A sexualidade nos faz fecundos
6Eduquemo-nos, para educar
7 Jesus e a sexualidade
8 Nas crises..... “Busquemos juntos”
9 O perdão possibilita a ternura
10Cultivemos nossa sexualidade!
11 Redescubramos nosso amor
12 EPÍLOGO: testemunhos

1º- REFERÊNCIAS:

1-1- “Homem e mulher ele os criou” e “Deus viu tudo o que tinha feito: e era muito bom” (Gn 1,27).

Ele nos fez à sua imagem. Revestiu a mulher predominantemente com a feminilidade, e o homem com a masculinidade. E tanto agradou a Deus nossa masculinidade e feminilidade, que se fez semelhante a nós através da ternura de um menino. Deus nos fez de dois sexos para que juntos nos construamos. E por ser distintos, sentimos e vivemos a sexualidade e todas as realidades humanas de forma diferente.

As mulheres Ele as fez com muita feminilidade e algo de masculinidade; e, os homens, com tonalidades próprias de masculinidade e algo de feminilidade. Devemos orgulhar-nos por fazer parte do quadro rico e diversificado pintado pela mão de nosso Deus. É o quadro multicolor da existência humana. E essa variedade de tonalidades femininas e masculinas destina-se para o encontro, a relação e o amor, e não para a “luta” entre sexos, nem para domínios ou violências.

1-2-Ele nos fez de dois sexos distintos para amar, o ato mais total e delicado da alma. O macho e a fêmea são regidos pelo instinto, que assegura a espécie; nós, porém, homem e mulher, regemo-nos pelo amor, que aperfeiçoa nossa espécie.

A existência é rica e complexa a partir da feminilidade, e é menos rica e mais simples, a partir da

masculinidade. Não nos ofendamos os homens, porque todos temos masculinidade e feminilidade. Que nos deixam ser diferentes para que possamos ser iguais. **Igualdade** e **diferença** pertencem a âmbitos distintos. A primeira faz referência ao social, às finalidades e às condutas e, a **diferença** faz referência à identidade individual, que marca o modo de ser profundo e o modo de viver a vida como homem ou como mulher.

OBSERVAÇÃO: Todos somos conscientes de nossas diferenças físicas e sociais. Vamos fixar-nos nas psicológicas. Todas as nossas diferenças originam-se de uma sucessão de elementos biológicos, psicológicos e ambientais, que nos definem como homem ou mulher ao longo do processo de nossa **SEXUAÇÃO**.¹ Aqui só queremos olhar-nos por dentro e não por fora. Não queremos descrever de modo completo nossas diferenças, senão conhecer-nos e ajudar-nos a assumir as diferenças que condicionam a vivência de nossa sexualidade.

2º.- NOSSAS DIFERENÇAS: VOCÊ E EU POR DENTRO.

2-1-Eu sou mulher e em mim predomina a feminilidade. Já me conhece, marido, porém quero dizer-lhe o que sou, o que sinto e algumas

1 .- Entendemos por **SEXUAÇÃO** o processo que começa no encontro entre o espermatozoide e o óvulo de nossos pais para ir configurando, ao longo da vida, e mediante muitos elementos (biológicos, sociais, educativos e culturais) o sexo masculino ou feminino. Os elementos principais desse processo e que vão definindo o sexo final são: o cromossoma 23, as gônadas, os gametos, os hormônios, a sexuação neuronal, o sexo designado, a educação, a influência social e a cultura. É um processo distinto em cada pessoa. Deus deixa atuar a natureza e o resultado é um quadro rico e multicolor; é o quadro das diferenças e da igualdade. Todo esse processo, que termina quando morremos, justifica que não "somos", sim que nos "estamos fazendo" permanentemente. Todo o processo constitui nossa biografia, nosso sexo, o sexo masculino ou o feminino.

de minhas necessidades. Sou e me sinto mulher, por isso, minha aparência é diferente da sua e vejo o mundo, nossas relações e Deus de modo distinto do seu. Gosto de contemplar e olhar o interior, e o que está mais perto de mim. O objetivo e distante não me interessa tanto quanto a proximidade. Gosto de observar como se relacionam as pessoas, e tento ver o que se passa no seu interior. Assumo minha identidade, e não me custa incorporar minha parte de masculinidade. Com as variações culturais e sociais que se sucedem, você fica um tanto desorientado, e não vê claro qual é seu papel. Saiba que não me impressiona tanto a debilidade ou fortaleza masculina, como sua capacidade de integrar sua parte feminina.

“Eva será sempre um mistério para você, Adão... não tente subjugar-la, nem pela força, nem pelo costume, nem pela lei”, diz João Paulo II². Você perceberá que quase sempre unifico a vida; não gosto de dividi-la, por isso, quando estou desgostosa, não tenho vontade de relacionar-me intimamente com você. Gosto de me expressar com todo meu corpo, porque sou muito sensível a tudo que ele me diz. Sim, sou complicada; entenda, porém, que sou fonte de vida, sou mãe e criadora. Tudo isso me faz um pouco misteriosa, vital, intuitiva, sutil e espiritual. A feminilidade permite-me sentir e emocionar-me até chegar ao fundo de mim mesma. E, porque proporciono poesia à vida, porque sou generosa, afetiva e amiga da interioridade, definem-me como “anima”. Agrada-me “ser” e viver de modo consciente a vida, o presente, e também gostaria de ser a jardineira de nosso jardim comum.

2. Citação de Michel Randon do texto: “Las últimas recomendaciones de Dios a Adán y Eva” pág. 17 en “La Pareja Interior”

Olhe-me com bons olhos e fale-me, porque gosto que me olhe e me fale. Seduza-me pelo ouvido; sua voz me comove. Gosto que você me deseje, que me namore todos os dias, que me surpreenda e me acaricie. Toque-me mais e sem outro objetivo. Tenho todo meu corpo para que você me toque, sem se limitar a uns poucos centímetros de minha pele. Toque em mim, por favor, porque assim você me renova, me dá vida e asas com suas carícias. Gosto de lhe falar, de tocar em você e de manifestar meu desejo de me dar a você. Mas quero que seu corpo também dialogue com o meu. Quero andar todo o caminho com você, antes de nos encontrar totalmente. Este é meu mistério. Mostre-me o seu, e logo o compartilharemos.

A história tem sido muito injusta comigo. Jesus foi quem me valorizou e me elevou ao degrau no qual se encontrava o homem.

2-2-E em mim, homem, predomina a masculinidade. Sou homem, o outro extremo, o outro sexo. Gosto de olhar tudo racionalmente, ser mais objetivo e aproveitar o tempo buscando êxitos e poder. Como pode ver, o contrário da interioridade. Gostaria de preocupar-me com "ser"; porém, minha tendência é "fazer", transformar coisas, trabalhar para entender, separar e dividir. Empenho-me em conquistar e em viajar para o exterior. Minha masculinidade predominante leva-me a andar na ponta dos pés pela vida, e a viver um tanto na superfície. Minha sensibilidade é distinta da sua e custa-me expressá-la. Não encontro palavras para falar a seus ouvidos atentos. Eu me enamoro do que vejo. Encanta-me ver você; porém, me canso logo,

porque a carícia não é meu forte e, em certas ocasiões, eu a converto em moeda de troca para poder relacionar-me intimamente com você. Custa-me entender e integrar minha parte feminina. A testosterona faz-me um tanto agressivo e briguento. Isto encanta meu EGO, porque assim lhe dou parcelas de poder.

Gosto de agir, que me reconheçam e admirem; e, em muitas ocasiões, prefiro mover-me no mundo consumista em vez de procurar intimidade com você. Diz você que sou simples, que não complico a vida, e costumo dizer: “deixe-me tranquilo, não me complique”. É certo; tudo isso porque olho mais o conjunto e não desço aos detalhes.

Devido a minha ocupação profissional, à procura de poder e de êxitos, e aos esforços que faço para conseguir coisas, definem-me como “animus”.

Nos encontros sexuais íntimos, custa-me desfrutar da espera e do caminho percorrido. Reconheço que gosto de chegar logo e desfrutar do final. Esse percurso de preparação, de carícias, de palavras e de olhares cheios de desejos parece-me logo demais, e não fico muito atento à sua espera, ao que me diz e me pede. Costumo ficar mudo, à espera que chegue o final. Por tudo isto, comporto-me como um turista qualquer, a quem importa mais chegar ao final que desfrutar do caminho e de todos os preparativos que enriquecem a chegada.

Todas estas diferenças e outras mais definem e condicionam a vivência de nossa sexualidade.

3°.- UMA ANEDOTA:

No aniversário de casamento, Carlos chega em casa contente por se ter lembrado da data, importante para sua esposa, Cármem, para quem traz flores. Ao chegar, entrega-lhe o presente, abraça-a e diz que está muito feliz pelos anos de casamento. Logo pergunta: Que temos para comer? Cármem serve a refeição de má vontade e mostra-se aborrecida.

– Que está havendo? Lembrei-me do aniversário e trouxe-lhe flores, diz Carlos.

– Não é nada, responde Cármem. É que pensei que você ia levar-me para comer fora. Porém, claro, você nunca se lembra de nada...

– E por que não me disse? Se você quer, vamos comer em um restaurante.

E Cármem, aborrecida: – Assim não. Você é que devia ter-se lembrado. Teria sido mais romântico.

– Desculpe, Cármem, diz Carlos, você quer que adivinhe seu pensamento, porém não sou adivinho.

4°.- VAMOS SENTAR-NOS PARA DIALOGAR SOBRE O QUE HÁ DE CARACTERÍSTICO EM VOCÊ E EM MIM:

Aprendemos que nossa sexualidade é rica quando se apoia na reciprocidade e na igualdade. E queremos ver-nos como nos Deus vê. A Ele agrada que a mulher vá fazendo-se mulher sob o olhar do homem, e que o homem vá fazendo-se homem sob o olhar da mulher.

1ª- Perguntamos: Que sentimentos compartilhamos em nossa relação íntima? Dizemos o que nos agrada e o que não nos agrada? Dizemos um ou outro o que necessitamos? Se não fazemos tudo isto, ou o fazemos poucas vezes, o que nos impede?

2ª- O homem tende a ser genital e pouco amigo de carícias e de ternura; e a mulher espera a carícia, o olhar e a união espiritual antes de entregar seu corpo. Quando terminamos nosso encontro sexual, como ficamos? Viramo-nos em silêncio, ou comentamos como vivemos esses momentos? Se não comentamos nada, não nos parece que o silêncio posterior é um silêncio solitário, quando deveria ser solidário? Encanta a mulher continuar em contato com o cônjuge nesses momentos de repouso.

3ª- A testosterona – hormônio masculino – potencia a agressão, e os estrogênios – hormônios femininos – reprimem-na. Seus encontros sexuais são condicionados pela agressão, violência e tendência a dominar? Ou, pelo contrário, buscam a igualdade, o respeito e o dar gosto ao outro, atendendo suas necessidades? Em que medida e como?

FAÇAMO-NOS MUTUAMENTE UMA PROMESSA!

Você, mulher, participa de minhas características por sua parte de masculinidade, e eu também participo das tuas, por minha parte de feminilidade. Essa realidade pode ajudar a nos entender. Tentarei compreender você; e você que é hábil viajante, dê-me uma mão. Se você casa sua feminilidade de mulher com sua pequena masculinidade, e eu faço o mesmo com minha masculinidade e minha pequena feminilidade, celebraremos, cada um, uma festa em nosso interior. Essa celebração será a melhor preparação para o casamento, entre mim e você, que queremos celebrar diariamente.

5º.- JUNTEMOS NOSSAS DIFERENÇAS NA ORAÇÃO: Vamos dar-nos as mãos e fazer um momento de silêncio...

Neste silêncio, e próximos de nosso Deus, que nos fez distintos, olhemo-nos em profundidade para ver, aceitar e assumir nossas diferenças. Queremos caminhar com passos mais ou menos largos, porém no mesmo sentido, e com a mesma dignidade. Deus quer que nos olhemos como Ele nos olha. Desse modo nós nos faremos verdadeiramente próximos e diremos: Eu quisera olhar você com seus próprios olhos, e que você me olhasse com os meus, para que reciprocamente víssemos nossa mais autêntica realidade...

A esposa: Senhor! Estamos seguros que nos olhas com compaixão, que te alegras com nossas diferenças, e que nos fizeste diferentes não só para que sejamos esposa e esposo, pai e mãe ou irmãos... mas para que nos atraiamos e amemos, sendo simplesmente homem ou mulher.

Os dois: Aumenta em nós o amor, para que não nos limitemos a cumprir funções, mas sejamos homem e mulher, plenamente humanos, conhecedores de nossa realidade e amantes de nossa identidade.

O esposo: Ao fazer-nos diferentes, deixaste que a natureza siga suas regras e suas irregularidades. O resultado tem sido a diversidade e a variedade. Nós nos sentimos homem e mulher: heterossexuais.

Os dois: Ajuda-nos a entender que outros podem sentir de modo diferente seu desejo sexual, e que Tu estás também com eles, porque tudo o que procede de tuas mãos é bom e porque sempre estás onde há amor.

A esposa: Sabemos que assumir nossas diferenças supõe aceitar-nos como somos, somar-nos e suprimir domínios, submissões, violências e passividades.

Os dois: Senhor, que essas diferenças sirvam para que nos encontremos em profundidade e nos santifiquemos. Que sigamos limando as arestas que geram essas diferenças, para que não nos prejudiquem, e saibamos respeitar-nos.

A esposa: Queremos ver claro, Senhor. Ajuda-nos a integrar o que nos deste: nossa masculinidade e nossa feminilidade. Desse modo deixaremos de ser frios e excessivamente objetivos, e não cairemos em uma sensibilidade exagerada. Queremos ter luz para ver claro, e calor para que nos seja mais fácil manifestar nosso amor. Dá-nos, Senhor essa luz e esse calor.



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

3.

TEMA TERCEIRO

**A Linguagem da
Sexualidade:
*A Ternura.***



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1A sexualidade, um presente de Deus
2Homem e mulher: diferentes e iguais
3A linguagem da sexualidade: a ternura
4 A sexualidade envolve todo o nosso ser
5A sexualidade nos faz fecundos
6Eduquemo-nos, para educar
7 Jesus e a sexualidade
8 Nas crises..... “Busquemos juntos”
9 O perdão possibilita a ternura
10Cultivemos nossa sexualidade!
11 Redescubramos nosso amor
12 EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIA:

Somos filhos da ternura:

Foi o Deus pai e mãe, o Deus da ternura que “fez o homem e a mulher” e a “sua imagem os criou”¹. Desenhou-nos com seu amor. Esse Deus terno viu que não era bom que vivêssemos sós e não quis a solidão do indivíduo, porém a solidariedade do casal. E esse Deus, ao fazer-se homem, falou de ternura desde os braços de sua mãe.

2º.- ALGUMAS IDEIAS:

Se observamos nossas relações sexuais damos-nos conta que o que as humaniza e espiritualiza é a linguagem que nelas falamos. A ternura é uma linguagem humilde e simples, porém solene. É uma linguagem rica em expressões de necessidade; por isso, é a linguagem mais humana. Diz F. Torralba que a ternura estabelece entre os que a falam uma união profunda. É a linguagem do coração que permite que vivamos a sexualidade em totalidade.

A ternura é como um beliscão no coração, e faz que nos movamos ao ver a necessidade do outro². Deus pintou o mundo com a beleza e essa beleza encheu-o de bondade. Sem bondade não seria possível a ternura.

E a ternura não se vê, não é um objeto, nem uma coisa; é um mistério e é o laço que une

1.- Gênesis 1,26 e 2,18

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

com força os que se querem. Quando nos damos, somos ternos e semeamos a ternura no mundo.

A ternura é a linguagem das crianças: A criança brinca para brincar, e não para dissimular ou para enganar. Sendo como crianças, expressamos espontaneamente o que sentimos, sem nos envergonhar de nada. Por isso, sendo como crianças, salvamos o casal e enriquecemos nossa vida sexual. Sentir ternura pelo outro é romper a carapaça que nos separa dele. Ser terno é esquecer a “guerra”, as dificuldades do dia a dia e eliminar as couraças atrás das quais nos escondemos. Como o “Cavaleiro da armadura enferrujada”³, necessitamos romper as armaduras que dificultam nossa entrega ao outro. Só as lágrimas de dor, expressadas mediante a ternura do perdão, fazem desaparecer essas armaduras que nos impedem de olhar com amor o outro. Esse grito de ternura leva-nos a dizer: “Não voltarei a fazer; porém o fiz, fiz e sinto, sinto muito”.

A ternura torna possível a sexualidade. Expressamos a ternura com todo nosso corpo, e isso nos ajuda a ver o belo que se esconde nas coisas e nas pessoas. A ternura humaniza nossos encontros. Falamos essa linguagem com os gestos, as palavras, os sentimentos, as carícias, o prazer e os olhares. Se nos amamos, a ternura impregna tudo que dizemos e fazemos. Somos filhos da ternura que outros tiveram conosco. É justo que falemos a linguagem que nos ensinaram quando crianças. Nossos encontros sexuais estarão impregnados de ternura quando forem humanos e espirituais.

3.- (Livro que recomendamos LER). Robert Fisher. “El caballero de la armadura oxidada”, Edi Obelisco, 1989

Segundo F. Torralba⁴, “a ternura é a artéria pela qual circulam os sentimentos”. É pequenez, dependência saudável, fragilidade e a extrema debilidade com que nos apresentamos diante do outro para lhe inspirar o desejo de proteger-nos, até nos fazer gritar: “quanto necessito ser para alguém a pessoa mais amada!”

A ternura reduz-se à expressão simples e espontânea do “eu quero você”. Com essa curta expressão saímos da rotina, e nos introduzimos no outro para o valorizar, e o estreitar cada dia, vendo e aceitando suas novidades diárias. Viver a sexualidade sem aceitar o outro é difícil, e pode resultar só em genitalidade. A ternura é claridade e honestidade. Com um **“eu quero você”** sincero, “o oculto sai à luz, o encarcerado pede liberdade, o desprezado exige admiração, o neutro reivindica personalidade e o mau pede bondade”⁵.

A ternura é o oposto do angelical, que ignora o erotismo humano; e também é o oposto do rolo igualador, que não diferencia o masculino do feminino.

A ausência de ternura cria um triste vazio em nós, porque nos priva do cuidado e da delicadeza que todos necessitamos. E essa ternura desaparece quando não estamos atentos ao que o outro quer, quando falta a emoção, quando o gesto se converte em rotina, e quando o “eu quero você” se reduz a uma fórmula fria.

4.- Ibid

5.-E. Amezuza. “Amor , sexo y ternura”. Edc Adra Madrid 1976

A ternura nos faz ver que nós, os sujeitos sexuais, somos mais importantes que os resultados e as metas nos encontros sexuais.

3º.- UMA HISTÓRIA VIVA E CHEIA DE TERNURA⁶.

“Tenho setenta e sete anos, e minha mulher tem sido a felicidade de minha vida. Depois de quarenta e cinco anos de vida em comum, eu a quero muito mais do que a amava quando me abraçou pela primeira vez. Minha ternura tornou-se menos apaixonada, porém mais profunda. Ainda não nos dissemos tudo. Beijou ternos, abraços sem violência, recordações de antigas primaveras. Porém, sobretudo, nossas almas se confundem na mesma fé e na mesma esperança ... Quando cada ano chega o 6 de julho, para mim é tão agradável dar novamente, do fundo do coração, meu SIM, como o religioso que, consciente de sua vocação, renova seus votos. Não teria sido assim se minha Susana, com valentia próxima do heroísmo, não tivesse praticado sempre seus deveres de esposa e de mãe... Ela, porém, sempre conservava, como o céu azul acima das nuvens, a ternura de seu coração, a vontade de fazer-me a vida doce... Deixarei a terra certo que, todo o tempo que ela me sobreviver, não deixará de pedir a Deus que a porta do céu se abra para mim.”

⁶.- Testemunho que o Padre Caffarel leu ao terminar a conferência de Chantilly - 1987

4°.-PARA NOS SENTAR E DIALOGAR:

Vamos converter as parcelas de deserto, que atravessamos todos os dias, em pequenos oásis de afeto, mediante um diálogo simples e sincero.

1ª.- Sabemos que não é suficiente satisfazer nossas necessidades biológicas. **Até que ponto nossos encontros sexuais estão impregnados de ternura?**

2ª- O diálogo deve ser mantido entre os dois. Se você fala e eu me calo, rompe-se o diálogo, e não chegamos a nos entender. **Em nossos momentos de intimidade e, ao longo de todo o dia, procuramos ser ternos os dois? Como o manifestamos? E se não é assim, que poderíamos fazer para melhorar?**

6°.- TERMINAMOS REZANDO:

Colocamo-nos na presença de nosso Deus e perguntamos-lhe: quais são as causas pelas quais “falamos” com inabilidade a linguagem da ternura?

1- Não será devido ao machismo ou ao feminismo, que com seus ruídos não nos permitem aprender esse idioma?...

2- Será por causa do moralismo puritano?...

3- Será porque nos conhecemos tanto e já não nos surpreendemos?...

4- *Será porque preferimos as técnicas à linguagem humana do carinho?...*

5 - *Será pela influência que a sociedade materialista exerce sobre nós?...*

6- *Ou será devido aos velhos princípios que a sociedade e a família inculcaram em nós?...*

Deus sabe. Ele nos dirá qual é a causa pela qual não falamos devidamente a linguagem que nos humaniza e nos aproxima dele. Escutemo-lo em silêncio... (momento de silêncio)... e rezemos:

– “Oh, Senhor, tu que fazes tua morada no fundo de nosso coração”⁷, ajuda-nos para que também nos encontremos e falemos do fundo de nosso coração...

Pedimos-lhe que nos ensine a falar com os olhos, com as mãos, com o abraço, a carícia e com as lágrimas do perdão para chegar ao coração do outro... e rezemos:

– “Oh, Senhor, tu que fazes tua morada no fundo de nosso coração”, ajuda-nos para que também nos encontremos e falemos do fundo de nosso coração...

7.- Padre Caffarel no livro “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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

4.

QUARTO TEMA

A sexualidade envolve todo o nosso ser.

**A sexualidade
afeta todo o
*nosso cotidiano***



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão possibilita a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescubramos nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIA INICIAL:

É importante que vivamos e nos relacionemos como pessoas sexuadas com coerência, com autenticidade e com generosidade. Do contrário, viveremos com medos, com temores, com pressões e dependências.

Sem a entrega do coração, sem relação sentimental, não há sexualidade humana”¹.

A sexualidade é uma atitude para a vida. Impregna tudo o que fazemos. Estar sexualmente vivos equivale a relacionar-nos de modo humano e espiritual, pensando no bem do outro e buscando um prazer profundo².

“A sexualidade não é uma qualidade meramente superficial. Tudo o que a pessoa faz está marcado por sua sexualidade, já que o faz desde sua condição de ser sexuado”³.

Todo o anterior diz-nos que viver positivamente a sexualidade exige que estejamos atentos a todos os aspectos da vida, que podem influenciar na vivência de nossa sexualidade.

Nossa **SEXUALIDADE** está condicionada pelas **ÁREAS**

a)- Área **BIOLÓGICA**

b)- Área **AFETIVA**

1.- Santos Beneti em “Sexualidad creativa” pág 130., Ed S. Pablo 1994. Colombia

2.- A. Lowen citado por Jane Howard, en “Tócame , por favor”, 1973, pág 171

3.- Maite Melendo. “Comunicación e integración personal” . Sal Terrae, pág 162 Santander 1985

- c)- Área *PSICOLÓGICA*
- d)- Área *CULTURAL*
- e)- Área *SOCIAL*
- f)- Área *RELIGIOSA* e de *VALORES*.
- g)- Área *HIGIÊNICA*

Todo nosso corpo é uma unidade que reza, pensa, sente, ama, goza, relaciona-se, saudável ou enferma e é o grande templo de nosso Deus. Por isso....

...a máxima expressão do amor humano é algo parecido ao amor de Deus, que se manifesta na ternura, na entrega e na beleza com que tem embelezado a terra.

2º.- ALGUMAS IDEIAS PARA EXPLICAR O ESQUEMA:

a)- A área biológica é a mais externa e visível do nosso corpo: o físico, os genitais, o erótico (o desejo) e o prazer. Não é a mais importante, porém é a base. Dela toda nasce a atração, o prazer, a procriação e o encontro. O erótico, consubstancial ao ser humano, desperta em nós o desejo e a atração. Nosso erro seria ficar na busca exclusiva do prazer, buscando obsessivamente o orgasmo, como finalidade única da sexualidade. Com E. Emezúa, opomo-nos ao orgasmo exclusivo, que não dá importância ao encontro amoroso dos que se amam. O orgasmo finalista, que dissocia o amor e o prazer, contribui para que nossos encontros se reduzam somente à genitalidade.

b)-Área afetiva: O encontro genital, físico, não é suficiente. Falta-lhe algo importante. Precisamos de relação, encontro e comunicação íntima e pessoal. Precisamos e queremos que o afeto e o amor impregnem o gesto e o abraço, para nos comunicar intimamente. A sexualidade começa com a atração, vem depois o desejo, deste nasce o amor de amizade, e se completa com o amor ágape (doação). Não nos enganemos, não podemos chegar ao último degrau sem haver subido os anteriores.

c)-Área psicológica. A psicologia diz-nos que homem e mulher somos e nos comportamos de modo diferente. Por ser distintos, atraímos-nos. A masculinidade gosta de uma sexualidade com metas, um pouco muda, sem jogos e pouco ternura. Os homens são amigos de uma sexualidade que busca, sobretudo, o final: o orgasmo. A sexualidade feminina é mais afetuosa, agrada-lhe o jogo, o caminho, a palavra, o gesto e a ternura. Esta é a sexualidade feminina viajante, que desfruta do caminho, sem dar tanta importância ao final: o orgasmo.

d)-Área cultural: A cultura do machismo tem-nos causado muito dano; a cultura do “dever conjugal”, que pedia às mulheres estar sempre dispostas para o marido, impediu que a mulher vivesse encontros gozosos e em condições de igualdade; a cultura do “treinador” fez crer ao homem que só ele sabia tudo de sexualidade e que podia ensinar a mulher a desfrutá-la. Que ilusão!

Nossa referência deve ser a cultura evangélica, a do amor entre iguais. A cultura da sexualidade

moderna é a da igualdade, tendo como referência a sexualidade feminina viajante, por ser mais rica e generosa, e porque busca desfrutar do caminho (jogo amoroso) mais do que dos resultados (orgasmos).

Esta igualdade nega o fingimento e permite perguntar, sugerir, pedir e informar ou dizer, com carinho e afeto: “não tenho vontade” ou, “me apetece...”. A igualdade diz-nos que a solicitude não tem sexo, e que a passividade e a atividade também podem ser vividas a partir dos dois sexos.

Vejamos um caso real, visto em terapia:

Trata-se de um casal jovem. Ele tinha formação superior e ela era enfermeira. Casam-se, fazem a viagem de núpcias. Quando querem viver seu encontro sexual (entre si não o haviam vivido antes) comprovam que ele é incapaz de ter relações completas. Ele havia tido antes relações com outras mulheres sem dificuldade, e sempre tomando a iniciativa no jogo amoroso. Ao relacionar-se com sua mulher, foi ela que tomou a iniciativa. Isso desconcertou o marido. O estereótipo de mulher passiva e homem ativo pregou-lhes uma peça.

e)-Área social: A sociedade influi em nossa vida. Nossa sociedade está enferma de superficialidade; pensa que tudo dá na mesma, e quer uniformidade para nos manejar melhor. Cria tópicos e estereótipos, e quer que demos atenção ao que nos dizem os meios de comunicação, especialmente a TV. Isso exige de nós estar alerta para conhecer a realidade, a moda e o ambiente que nos rodeia, para não nos deixar influenciar

por ideias e práticas, que banalizam a sexualidade.

f)- Área religiosa e de valores. Não podemos viver a sexualidade indo contra nossos valores ou nosso sentimento religioso. Seria como mentir, trair, criar inquietude e desassossego em nós mesmos. Desse modo mentiríamos a nosso corpo. O sentimento de culpa, a angústia e a tensão interna não nos deixariam desfrutar de nossos encontros.

A sexualidade e a religiosidade irmanam-se e somam-se quando procuram fazer do homem e da mulher seres humanos preocupados por outro ser humano. As duas parecem-se como duas gotas de água:

-As duas buscam a fraternidade e exigem a consideração de igualdade.

-Do mesmo modo, as duas exigem de nós diálogo, tanto com o outro como com Deus.

-E as duas exigem a atitude do “para ti”, que busca o bem e o desenvolvimento do outro.

g)-Área higiênica: Importa-nos sobretudo a higiene mental e afetiva. A física nós a supomos. Do mesmo modo que se tem demonstrado que as carícias curam crianças e anciãos, “o bem-estar e a felicidade do homem e da mulher são quase inalcançáveis sem o amor e o contato sexual gratificante”⁴. O gesto e a aproximação mútuos, com os que amamos e valorizamos, curam-nos, dão sentido à vida e impedem que nos deprimamos.

Cura-nos o afeto e o carinho, e não a técnica desprovida do calor e da espontaneidade dos senti-

4- Masters & Johnson em “El vínculo del placer” Ed Grijalbo, Barcelona, 1995

mentos. Na vivência da sexualidade não importam tanto as habilidades como a expressão do amor. Isto exige de nós tempo, dedicação, esmero e também higiene corporal.

3º- PARA DIALOGAR:

Sentemo-nos comodamente, sintamo-nos próximos e na presença de nosso Deus, para dar-nos a oportunidade de ver nossos comportamentos e de interpretar nossas palavras, com o fim de evitar possíveis conflitos. Interrogue-mo-nos e confrontemos nossa realidade com nossos melhores desejos de melhora e crescimento.

1ª- Observando nossos encontros sexuais, a qual, das sete áreas explicadas, cremos ser necessário dedicar mais atenção e cuidado? Por quê?

2ª- Em que aspectos de nossos encontros sexuais “você” (homem), tem de aprender de “mim” (mulher), e eu de você? Não esqueçamos que nossas diferenças nos enriquecem.

5º- TERMINAMOS REZANDO JUNTOS⁵.

Esposo:-Abramos a porta a nosso Deus, para que nos acompanhe, e digamos-lhe: “Sabemos... a quem nos temos confiado”

Esposa: E rezemos: Os dois: Em Ti podemos confiar, Senhor, porque queres que sejamos felizes, para podermos ser bons. E insistes conosco: se querem ser melhores, sejam mais felizes⁶.....

5 .- As reticências sinalizam um tempo para o silêncio e a reflexão pessoal.

6- Pensamento do Arcebispo de Madrid, Carlos Osoro, expressado na tomada de posse do Arcebispado de Madrid.

Esposa: Demo-nos as mãos e digamos com as palavras do profeta Oséas⁷: “ Levar-te-ei ao deserto, falar-te-ei ao coração e te seduzirei”

Esposo: No meio do silêncio, olhemo-nos nos olhos e, juntos, de coração, digamos ao Senhor: Os dois: Senhor, sabemos a quem nos temos confiado, e que nunca nos vais faltar.....

Esposo: Reconhecemos e valorizamos nosso corpo, que é UNIDADE querida por Deus, segundo o texto de São Paulo: “...ainda que haja muitos membros, o corpo é um. E o olho não pode dizer à mão: “não te necessito”; nem a cabeça pode dizer aos pés: “não vos necessito”. Ao contrário, os membros do corpo que consideramos mais débeis são os mais necessários..... Deus mesmo distribuiu o corpo dando maior honra ao que era menos nobre”⁸.

Os dois: Senhor, sabemos a quem nos temos confiado, e que nunca nos vais faltar.....

7.- Oséas, 2

8.- 1 Cor 12, 20-24



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

5.

QUINTO TEMA

**“A sexualidade
nos faz fecundos”**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão faz possível a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescobrir nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIA

“Eu te desposarei a mim para sempre, eu te desposarei a mim na justiça e no direito, no amor e na ternura; eu te desposarei a mim na fidelidade e conhecerás a lahweh”¹. Este texto de Oseias² fala-nos dos frutos da fecundidade no matrimônio. Os encontros gozosos de marido-mulher fecundam nossa vida, fazem-nos criativos e põem-nos em contato com a terra que pisamos e com nosso Deus.

Deus fez-nos homem e mulher para nos encontrar, nos deleitar um com o outro e nos santificar. Viver a sexualidade faz-nos fecundos porque, ao vivê-la gozosamente, nossa existência é todo o contrário de uma vida individualista, fechada, egoísta e solitária³.

Deixemos de nos perguntar “como nascem as crianças?” e, em nossa condição de adultos, perguntemos: “como essas crianças se fazem homens ou mulheres fecundos?”⁴ -como chegam a ser do sexo feminino ou masculino, -como se relacionam, -como se encontram, -desfrutam, -gozam, -se querem, -se responsabilizam e -como organizam, com vontade e esforço, seus encontros sexuais?

1.- Oseias 2,21-22

2.- Oseias 2,21-22

3.- Ideia tomada de E.Amezua “Amor, sexo y ternura” e de Norberto Galli, em “Educación sexual y cambio cultural” edt Herder.

4.- Ibid E. Amezua

2º.- UMA VIVÊNCIA.

O Padre Caffarel, na conferência de Chantilly, contava o seguinte: “Depois de uma conferência sobre a espiritualidade conjugal, veio ver-me uma mulher. Teria uns sessenta anos, e disse-me: «Ah, padre!, quanto lhe agradeço!, porém, que pena eu e meu marido não termos conhecido tudo isso quando nos casamos!». ... Olhe, o coronel (seu marido), quando me casei, já ia muito adiantado na vida espiritual, pertencia à Ordem Terceira Franciscana usava um cilício, porém a verdade é que aquilo me incomodava”. Diz o Padre Caffarel: “estive a ponto de dizer-lhe, olhe: uma mulher é suficiente, não precisa usar um cilício”. Interpretamos o pensamento do Padre Caffarel no sentido de a vida de relacionamento já trazer suficientes coisas a superar, sem necessidade de usar cilícios. Que moral tiramos dessa história? Pensamos que a fecundidade não se mede em sacrifícios, senão em misericórdia e generosidade.

Alguns comentários: *A medida de nossa fecundidade é a misericórdia, porque vivemos na casa da misericórdia (nossa Igreja), segundo o Papa Francisco. E não esqueçamos que Jesus passou entre nós “fazendo o bem e curando a todos os oprimidos” (At 10,38), ou seja, fazendo misericórdia.*

Ter uma vida fecunda não é viver segundo certas normas, “mas consiste em amadurecer, aprofundar e intensificar as experiências de amor”⁵. O nível de nossa fecundidade mede-se pelo amor

5.- Gabino Urribarri e outros. “La familia a la luz de la misericordia”, Sal Terrae. Madrid 2015

que damos, já que “o homem não pode viver sem amor”, segundo São João Paulo II, na *Redemptor Hominis*.

Viver com fecundidade nossa sexualidade é honrar o outro, aprender do outro e com o outro. Aprender o que nos diz com suas palavras e com todo o seu corpo.

O gozo da fecundidade nos filhos tem pleno sentido quando somos fecundos vivendo a sexualidade espiritualmente e com a atitude do “para ti e contigo” e não do “para mim”⁶.

3º.- ALGUMAS REFLEXÕES:

Deus quer que a sexualidade dê frutos de positividade, felicidade e espiritualidade.

A mente é fria, rígida e normativa. Se lhe damos demasiada importância, pode apagar a faísca do afeto e do desejo. Deixemos que nossos corpos -Você e Eu -, nós, falemos, dançemos e sejamos fecundos vivendo com atitudes evangélicas. Se vivemos com essas atitudes, nossos encontros gozosos “trarão consigo cor, alegria e bom gosto. Fecundarão com sua irrigação nossa vida e contribuirão a dar-lhe profundidade... É algo assim como o sangue que irriga nosso corpo e a seiva que fecunda a natureza. Sem elas não seríamos fecundos embora nossa cabeça siga funcionando.”⁷. E, a fecundidade, não se mede pelos encontros íntimos na cama, senão pela atitude permanente de entrega. A sexualidade é vivida ao longo do dia todo. Nada de belo pode suceder em nossos encontros íntimos se, durante o dia,

6- P. Caffarel, *Conferência de Chantilly 1987*

7- W. Müller citando a Adolf Köberle, em “*Besar es orar*”

não tivemos belas relações. As vivências diárias fazem fecunda nossa vida e dão alegria e entusiasmo ao viver.

A sexualidade enobrece e faz fecundo nosso corpo. São Paulo⁸ diz-nos que somos templo de Deus e que somos habitados pelo Espírito. Nosso corpo é expressão de vida espiritual, vida encarnada. Deus faz-se carne e entra em nossa carne. Deus dignificou-nos fazendo-nos como ele, e revestindo nosso corpo com vida divina. Por isso, tocar-nos e acariciar-nos é como tocar o mesmo Deus⁹. Deus fez-se homem para o homem tomando nosso corpo.

Sou fecundo contigo quando dou vida e amor, quando te abro o coração para que seja tua casa. E sou fecundo quando sou dom para ti na vivência da sexualidade. E somos fecundos quando a compaixão é a regra de nossa relação.

Tu e Eu somos dois corpos feitos com arte divina, diferentes para atrair-nos, olhar-nos, gozar-nos e fecundar a terra com paz, justiça, com fidelidade e responsabilidade.

-Estar abertos ao encontro com o outro, isso nos faz fecundos, dá-nos vida, alegria e emoção íntima. Quando olhamos nosso cônjuge, quando nos valorizamos e nos entregamos mutuamente, a vida floresce, muda de tom, e tudo o que tocamos transforma-se. Essa fecundidade nós a perdemos quando nossa vida é aborrecida, fria e egoísta, e nos convertemos em funcionários rotineiros de nossa própria vida.

8- 1 Cor 2,16

9- Citado por W. Müller e tomado do livro "The self-availability of the homosexual", Philadelphia 1971

Somos fecundos no olhar agradecido, e com a contemplação e a valorização das riquezas do outro. Jesus olhava com amor. Nosso olhar se parece com o seu? Olhar assim é fixar-se no importante, é animar o outro, extrair o melhor dele, devolver sua dignidade e confiança, fazer crescer a estima e sinalizar o caminho de Jesus. Olhar é fazer e, ao fazer, fecundamos nosso entorno. Um olhar agradecido ao outro é um olhar positivo que reconhece e valoriza o trabalho de Deus. O olhar negativo e pessimista não é fecundo porque não estimula, nem motiva e, portanto, não ajuda. Só o olhar compassivo e esperançoso é fecundo¹⁰.

Fecundar é mudar e, toda mudança vem após encontro. A verdade nós a descobrimos através de um encontro. A sexualidade é vivida através do encontro profundo, e nosso cristianismo é o encontro com Deus. Só depois do encontro caminhamos sem dar voltas¹¹.

4º.- SENTEMO-NOS E DIALOGUEMOS:

Sem alegria e entusiasmo não podemos animar e motivar. Somos fecundos quando, a partir do silêncio, vemos a verdade do outro, quando não nos julgamos, e estamos atentos ao que nosso cônjuge vive e necessita¹². Podemos fazer e dizer como o vigário de Michael Sailer do século XIX¹³: «se falo e vivo com entusiasmo, posso fazer de minha homilia um beijo a meus paroquianos».

10.- Cardeal Kasper. "El Evangelio de la familia". Sal Terrae. Santander 2014

11.- Papa Francisco. "Exhortación apostólica Evangelii Gaudium, (22-11-2013)

12.- P. Timothy Radcliffe- Conferência em Brasília, 2012

13.- Citado por W.Müller em "Besar es orar"

1ª Pergunta: Seus encontros são fecundos, dão paz e alegria, ou são aborrecidos e medrosos? Por que acham que são de um jeito ou de outro?

Entregar-nos e dar-nos é nossa recíproca necessidade: “Entrego-lhe meu corpo. Entregamo-nos a palavra feita carne”¹⁴.

2ª Pergunta: Quais de nossas necessidades básicas (segurança, aceitação mútua, proximidade, intimidade, amar e ser amados, e conseguir que nosso diálogo sexual seja o mais total possível) satisfazemos em nossos encontros sexuais? ou quais nós gostaríamos de satisfazer? e como poderíamos consegui-lo?

3ª Pergunta: Nosso Papa diz que “o amor é a maior força de transformação da realidade, capaz de converter a pedra em ternura, a periferia em centro, a ferida em fonte”¹⁵.

Quando juntamos nossos corpos sentimo-nos mais próximos de nosso Deus, e pensamos que só o amor nos faz fecundos? Por que pensamos que só o amor é fecundo?

5º FAÇAMOS SILÊNCIO, REZEMOS:

Esposo: Olhamo-nos e vemos nosso Deus em nós. Neste silêncio podemos conhecer, comunicar, sentir compaixão, admirar-nos e, por fim, amar-nos. Sem conhecer, o que manda é o instinto; sem comunicação, não há comunhão; e sem compaixão, não nos damos de verdade¹⁶. Façamos um momento de silêncio, porque só no silêncio podemos entender isso.

¹⁴ -Ibid

¹⁵.- Papa Francisco. Discurso aos participantes da assembléia diocesana de Roma (17-06-2013)

¹⁶.- Nos recordam Francoisse et Remy no encontro de Brasília, julho de 2012

Esposa: E, como Samuel, digamos os dois a nosso Deus: «fala, Senhor, que teu servo escuta»¹⁷

Esposa: Oferecemos a nosso Deus todos os frutos de nossa fecundidade. Abramos-lhe a porta e deixemos que regue com seu amor nosso corpo e o “jardim” de nós dois, para que sejamos fecundos. Os dois: e, como Samuel dizemos: «fala, Senhor, que teu servo escuta»¹⁸.....

O esposo: De mãos dadas sentimos que Deus nos sussurra: Vocês são fecundos quando se dedicam ao outro, quando são fiéis, quando são responsáveis e se respeitam, e quando confiam em mim.

A esposa: E também quando, com sua abnegação, fazem real o amor ao concretizá-lo em gestos, como o aconselha Padre Caffarel¹⁹. Tudo isto os faz estar próximos e lhes dá calor, o que significa que são tocados por minha mão
.....

17.- Livro de Samuel 3,19

18.-Ibid

19.- P. Caffarel, Conferência de Chantilly 1987.

Os dois: Como Samuel, dizemos a nosso Deus: «fala, Senhor, que teu servo escuta».....

Esposa: Imaginamos o Jesus que Marcos nos descreve (2, 23-28) quando diz que os discípulos colhiam trigo no sábado..... Ele responde que também David comeu o pão destinado aos sacerdotes, e que o sábado é para o homem e não o contrário.

Os dois: “Senhor, possivelmente o ser fiel a umas normas compromete-nos menos que ser fiel a Ti”²⁰..... ensina-nos teu caminho e ajuda-nos a segui-lo com fidelidade.....

20.- Comentários ao Evangelho, “Palabra y vida” do Cardeal Santiago Agreló.



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

6.

SEXTO TEMA

**“Eduquemo-nos
para educar”**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão possibilita a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescubramos nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIA INICIAL:

“Por isso um homem deixa seu pai e sua mãe, une-se a sua mulher, e eles se tornam uma só carne”¹. “Deus criou o homem a sua imagem, a imagem de Deus ele o criou. E os abençoou e lhes disse: Sede fecundos, multiplicai-vos, enchei a terra e submetei-a”². Deus quer que sejamos uma só carne e que sejamos fecundos no amor e nos frutos do amor.

Não somos seres sexuados só para ter filhos. Somos homem e mulher para relacionar-nos como seres sexuados. Falar de sexualidade no casal é como falar da alegria que a natureza mostra quando é testemunha do gozo dos que se amam. “No meio deste universo onde cada criatura soletra minha glória, celebra minhas perfeições, enfim havia surgido o amor para mostrar meu Amor”³. Isso Deus nos dá a entender no Cântico dos Cânticos. A sexualidade é uma dimensão que Deus nos deu para nosso desenvolvimento humano e espiritual. Por isso nossa atitude tem de ser de naturalidade, espontaneidade e positividade. Deus deu-nos uma inteligência espiritual que sabe de valores, de sentido vital e de filosofia de vida. Essa inteligência capacita-nos para entender que homem e mulher somos dois seres para

1.- Gênesis 2,24

2.- Gênesis, 1, 27 – 28º

3.- C. Péguy, filósofo e poeta francês, citado no tema do ano 2015, capítulo 7

relacionar-nos e amar-nos, e para dar vida aos filhos, quando existem as condições adequadas para isso.

“Entendemos por paternidade responsável a decisão livre, pensada, amorosa e comunitariamente tomada pelos esposos sobre o número de filhos a ter”.⁴

Uma coisa é viver nossa sexualidade e outra ser pais e mães.

Ser pais é uma opção livre e AUTÔNOMA que devemos fazer

com INTELIGÊNCIA, com GENEROSIDADE e CONFIADOS em DEUS.

2º.- ALGUMAS IDEIAS

2-1. O que nos pedem essas quatro palavras? -

Ser inteligentes supõe :

-Decidir e viver as opções feitas em casal tendo em conta as circunstâncias de trabalhos, psicológicas e familiares.

-Ser conscientes das motivações que nos levam a decidir o número e momento dos filhos.

-Decidir de mútuo acordo, tendo claro que um filho não é solução para uma relação defeituosa.

-Ter claro que na medida em que sejamos casal equilibrado criaremos uma família em harmonia.

4.-Manuel Gómez Ríos, “Llamados al amor” (Temas para el matrimonio) Ed. Covarrubias, Madrid 1987

O que supõe ser GENEROSOS?

-Cultivar a atitude de estar abertos para dar vida e dá-la em abundância.

-Envolver, pouco a pouco, nossos filhos no círculo de nossas relações e responsabilidades.

-Viver uma generosidade dinâmica que se adapte ao momento em que vive o casal e seus filhos.

Ser AUTÔNOMOS supõe:

-Não estar à mercê do que outros nos digam ou mandem e, ser fiéis ao projeto desenhado em casal.

-Estar sempre abertos a informar-nos e formar-nos, para poder acertar em nossas decisões.

-Ser exigentes com a sociedade no que se refere a creches, saúde, relação família-trabalho, ensino...

E o que supõe ter CONFIANÇA EM DEUS?

-Crer que nosso Deus, manifestado mediante a ternura, sempre nos dará uma mão.

-Ser, um para o outro, sinal de seu amor no compromisso, confiando um no outro, praticando a ajuda mútua e acolhendo-nos e comunicando-nos constantemente.

- Considerar-nos homem e mulher com muita sorte, por poder ser criadores com Deus, contribuindo para que a bondade, o bem, a beleza e os valores da fé, a esperança e a caridade aninhem e cresçam em nossos filhos.

2-2- Implicação em nossa sexualidade. Os filhos nem separam, nem unem. Confirmam e fortalecem a união que havia no casal ou aumentam a separação que já existia antes deles. Se quisermos, viveremos o amor e a dedicação dados aos filhos, como expressão do amor mútuo.

O amor e o tempo que você dá a nossos filhos é a expressão do amor que tem por mim, dizemo-nos quando os filhos e a dedicação a eles são manifestação de nosso amor.

Por isso, a atitude positiva diante da sexualidade faz desta uma das forças mais poderosas e fecundas que há em nós e, por sua vez, a fonte mais caudalosa de espiritualidade viva⁵. A sexualidade não dificulta a relação com os filhos e, a paternidade/maternidade não pode ser fonte de cuidados nem obstáculo à nossa intimidade. Isso exige de nós reservar um tempo para estar a sós e saborear nossa intimidade com a imagem de nossos filhos no coração.

Sendo a paternidade/maternidade uma circunstância nova em nossa vida, vai exigir de nós redescobrir nossa sexualidade, celebrá-la de outro modo e desfrutá-la progressivamente nesta nova circunstância⁶. "Dar desde o início o lugar apropriado aos filhos, guardando o equilíbrio entre o afeto que eles necessitam, a atenção que pedem e a intimidade do casal, não é uma tarefa fácil!"⁷

5.- Wüller, "Besar es orar"

6.- Henri Nouwen, citado por W. Müller em "Besar es orar"

7.- Padre Yves Beyin em "Es la conquista de la intimidad". *Dinámica de la intimidad* – capítulo 9.

2-3.- Educar sexualmente os filhos é tarefa nossa. “A fecundidade “biológica” é, portanto, uma fecundidade humana, que não termina com a vinda ao mundo de uma descendência. Trata-se de assumir o encargo, de maneira responsável, não só dos nascimentos senão também da formação e educação dos filhos. Trata-se de conduzi-los até a idade adulta”.⁸

-Somos responsáveis pela educação de nossos filhos desde que nascem. E essa educação não a damos com discursos, mas com a ternura, com abraços, olhares e beijos em momentos oportunos. Educamos a sexualidade de nossos filhos quando nos respeitamos, valorizamos, escutam e identificamos positivamente com nosso sexo. Quando uma criança vê como seus pais se querem, como expressam seus sentimentos e como cuidam de seu corpo e o valorizam, estão recebendo a melhor educação sexual, sem necessidade de palavras. A criança que vê tudo isto desde seu nascimento irá sentindo que veio a um mundo em que vale a pena viver.

3º.- UM CONTO PARA EDUCAR:

Educaremos na sexualidade preparando o ambiente familiar com positividade, criatividade e intimidade. Eduquemos para as alturas, para a autonomia. Façamos como o bom lenhador:

Era uma vez um rei a quem presentearam dois falcões. Um voava, e o outro pousou em um ramo, negando-se a voar. O rei prometeu uma boa recompensa a quem fizesse voar seu segundo falcão. Um belo dia viu voar os dois falcões

8.- “Evangelizar a sexualidade” – Equipes de Nossa Senhora.

juntos. Logo quis conhecer o causador de tal maravilha, e o fez chamar ao palácio. Compareceu um humilde lenhador, a quem perguntou como havia conseguido tal milagre. Muito simples, Senhor, disse o lenhador, minimizando seu mérito. Simplesmente cortei o ramo em que se apoiava, e não lhe restou outro remédio que voar.

Que ramos nos impedem de voar com liberdade? Serão os ramos da segurança, do medo, do temor, da falta de autonomia, do não ter ideias claras...? Se nos agarramos à segurança do ramo, nossos filhos não aprenderão com nosso voo livre e autônomo, e com nosso gozo de voar em casal. Voemos descrevendo a trajetória de uma sexualidade livre, gozosa e evangélica. Não neguemos a nossos filhos a possibilidade de ver esse belo voo.

Educamos para a sexualidade vivendo-a. A criança interioriza o que vê em seus pais. Se eles estão orgulhosos de seu corpo e de seu sexo (masculino ou feminino), as crianças identificar-se-ão positivamente com o seu. O mundo muda com nosso exemplo, e não com palavras, com opiniões ou sermões. Educar é mais difícil que ensinar, dizia Quino em Mafalda. Para ensinar só necessitamos "saber", porém, para educar é preciso "ser".

E não nos esqueçamos que educamos desde o momento da concepção. A criança que se sente querida, aceita e desejada antes de nascer, percebe sensações positivas que a predispõem para mais tarde.

4º.- ELEITO O LUGAR E O DIA E, COM NOSSOS FILHOS BEM ACOMODADOS, SENTEMO-NOS E DIALOGUEMOS!

“Para evitar que a rotina tome conta do lar, há outro meio sobre o qual quero falar um pouco mais longamente. Tomem sua agenda e, como marcam uma ida ao cinema ou uma visita a amigos, marquem um encontro consigo mesmos. Fique bem claro que essas duas ou três horas são ‘tabu’, ou melhor: sagradas, para usar uma expressão mais cristã! De nenhum modo permitam que algum motivo, que não os faria suprimir uma reunião ou desmarcar um jantar com amigos, os faça faltar a esse encontro marcado com vocês mesmos”⁹. Educar, como diz o conto, não consiste em mover as asas de nossos filhos, mas criar o espaço que lhes permita voar livremente. Substituamos os “faróis baixos” pelos “faróis altos”; pensemos mais em sua autonomia e capacidades do amanhã, do que em evitar a dor ou o sacrifício de hoje. Porque educar não é substituir, mas acompanhar. Se educamos mediante nossas relações carinhosas, evitaremos os erros de educar influenciados por nossos medos. Se superprotegemos, penalizamos os superprotegidos, porque os deixamos sem defesas ao negar suas capacidades de decidir. Pensemos em tudo isto e perguntemo-nos:

1ª. De que maneira transmitimos a nossos filhos que a sexualidade é a arte de relacionar-nos com qualidade e com gozo?

2ª. Que tipo de pais somos: 1-dos que preparam o caminho que seus filhos percorrerão ou, 2- dos que preparam os filhos para que percorram seu caminho? Justifiquem suas respostas.

3ª. De que modo e em que momentos pretendemos que nossos gestos, olhares, carícias, abraços e beijos, sejam para nossos filhos testemunhos do gesto, do olhar, a mão e o rosto de Jesus? Os discípulos de Emaús reconheceram-no “ao partir o Pão”.

9.- Henri Caffarel. “Nas encruzilhadas do amor”, Ed. Santuário, 2003, p. 91.

5º.- DEPOIS DE DIALOGAR, REZEMOS JUNTOS:

-A esposa: “Não dês tua esmola sem que nela vá Jesus. Não dês tua esmola sem que em teu olhar, em teu rosto, em tua mão, se possa reconhecer a mão, o rosto e o olhar de Jesus”¹⁰.(Momento de silêncio)....

-Os dois: Senhor, que nossas atitudes e gestos de ternura e amor criem o ambiente adequado para educar sexualmente os nossos filhos.....

-O esposo: Senhor! queremos caminhar juntos, de mãos dadas com nossos filhos, mas sem deixar de entrelaçar as nossas de marido e mulher. (Momento de silêncio).....

-Os dois: Dá-nos, Senhor, o equilíbrio e a atenção necessários para ocupar nosso lugar no casal, sem esquecer que o casal se engrandece e enobrece com os filhos que nos dá.....

-O esposo: Dar afeto e a atenção necessária aos filhos, sem descuidar de nossa intimidade, não é fácil, Senhor. Ajuda-nos!.....

-Os dois: Que nossa profissão, o cansaço, nosso lazer, a televisão e nossas atividades religiosas não entorpeçam nossas relações de casal nem nos roubem o tempo para nossos filhos.

10.- Cardenal Santiago Agreló em “Palabra y vida”, Comentarios al Evangelio, a propósito do texto dos discípulos de Emaús.



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

7.

SÉTIMO TEMA

**“Jesus e a
sexualidade”**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão faz possível a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescobrir nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIA.

“Não nos resta outro remédio que retornar a Jesus de Nazaré e esquecer certas normas que estão fora de lugar nos tempos que correm... Procurar estar ali onde faz falta a luz e a vida do Ressuscitado”¹.

Algumas pistas iniciais:

-“Deus viu tudo o que tinha feito: e era muito bom” (Gn 1,31). Deus fez tudo por amor, por isso:

-Jesus diz que o amor é a lei fundamental e a linguagem plenamente humana.

-Jesus não se pronunciou contra a sexualidade; condenou com força a hipocrisia, a soberba, a avareza, o poder e a mentira, e mostrou-se misericordioso com a mulher adúltera.

-Jesus condena a hipocrisia dos fariseus, dignifica a mulher e diz que os ricos não entrarão no Reino dos céus.

-E podemos iniciar o tema com as três conclusões dos autores do último livro, que sugerimos em <Textos para ler>.

-que Deus é, por natureza, graça e amor,

-que a fidelidade é o ideal da resposta amorosa e,

-que os encontros sexuais são uma boa

1.- Papa Francisco na *Evangelii Gaudium*, 30

forma de encontrar-nos e de ir a Deus, se são movidos pelo amor.

2º.- JESUS E A SEXUALIDADE; ALGUMAS IDEIAS:

Jesus foi boa notícia para as mulheres, sobretudo para Maria, uma mulher oriunda de Magdala, que ocupou um lugar especial em seu coração². As mulheres lhe foram fiéis até o fim (Jo 19,25). Jesus está e move-se entre os que são fiéis e se amam, estejam ou não casados, sejam homens ou mulheres, sejam crentes ou não, sejam homossexuais ou heterossexuais³.

-Veio ser boa notícia para a sexualidade, para o corpo (nossa totalidade) e para nossas relações. A sociedade de consumo diz que o corpo é um negócio. A Igreja tem dito, com frequência, que é pecado. E o corpo diz: eu sou uma festa. Jesus assim o manifesta nas bodas de Caná, ao convidar para festejar com o noivo e a noiva. Porém, faltava a alegria e o lampejo do bom vinho, e tinha de ser a feminilidade de Maria a se dar conta dessa carência. Não deixamos de crer que, quando nosso amor brilha, também brilha o amor de Deus.

Para Jesus o corpo é festa e prazer, e no-lo deu para o entregarmos. Ele diz: “Dou-vos meu corpo”. Disse-nos que amar é estar aberto às necessidades do outro. Amar é olhar a satisfação do outro, e não apenas o prazer próprio. Jesus vê nos encontros entre homem e mulher amor e salvação, enquanto que alguns homens “religiosos” veem um proble-

2.- J.A. Pagola, “Jesús, aproximación histórica”. Edt PPC 2007 Madrid

3.- Timoty Radcliffe. Conferência no encontro internacional de Brasília 2012.

ma, como o levita e o sacerdote, descritos por Jesus na parábola do Bom Samaritano.

-Jesus viu que a mulher era utilizada, e a sexualidade, maltratada e banalizada. E começou por dignificar a mulher e descobrir a riqueza do feminino. Defendeu as mulheres, como vemos na "história", que logo lhes contaremos. Jesus faz das mulheres confidentes de seus sentimentos e preocupações. Ia a suas casas, deixava-se querer e teve um relacionamento especial com elas, porque sabia que a feminilidade é a raiz de uma sexualidade espiritual. Fez sua a causa dos oprimidos e das mulheres. Foi "um homem para os homens", segundo Bonhoeffer e Mc 2,15. Relacionou-se abertamente com as mulheres (Lc 8,2); compadeceu-se delas (Mc 1, 29-31; 5,21-43; Lc 7,11-17); mencionou-as em suas parábolas (Mt 13,33) e acolheu algumas no grupo de seus íntimos (Lc 10,38-42; Jo 11). Em definitivo, "criou muitos laços e encontrou corações"⁴.

Jesus entendeu que a união amorosa é convite para sair de nós mesmos. Ele saiu de sua terra para se dar. Que longe temos estado de entender que, "precisamente no encontro sexual, saímos de nós mesmos, e é quando os dois temos a oportunidade de amar a Deus, dar-lhe graças e adorá-lo"⁵.

No tempo de Jesus, o poder anulava a mulher e ignorava a sexualidade.

O "amor ao poder impede o poder do amor". O amor supõe serviço e

4.- Lema de cáritas Guipuzkoa- España. 2015

5.- W. Müller. "Besar es orar"

não privilégio. Jesus foi subversivo, atuava contra o poder estabelecido e colocava o divino no amor, que sempre é subversivo em relação ao poder. Jesus opôs-se aos poderosos que jogam com as pessoas e lhes põem cargas pesadas, que elas não suportam. Jesus opôs-se à sociedade que separa a espiritualidade da sexualidade, porque separa o homem da mulher, ao considerá-la inferior ao homem⁶.

Não escreveu nenhum programa sobre sexualidade, mas sua conduta foi muito eloquente. Não proclamou uma nova ética sexual, mas fez a melhor contribuição à sexualidade ao situar o varão e a mulher iguais perante a Deus, porque não há distinção entre homem e mulher diante dele (Gal 3,28).

-Jesus não foi um ser impessoal, foi homem, sujeito sexuado. Assumiu sua sexualidade porque "o que não se assume não pode ser salvo"⁷. Se Jesus não houvesse assumido sua sexualidade, não a haveria redimido. O amante divino é espírito sem corpo; o amante físico é um corpo sem espírito; o amante espiritual é um corpo espiritual ou um espírito encarnado. E Jesus é o modelo da síntese entre espírito e corpo, porque foi sexuado e quer que juntemos nosso eros a nosso ágape para que, ao fazê-lo, Deus se nos faça presente. Ali onde marido e mulher se encontram, "o Verbo se faz carne".

-Jesus, segundo a tradição, foi celibatário. Por quê? Talvez porque viu que essa era a melhor

6.- "La pareja interior" de Paule Salomon y Nathalie Calmé. Capítulo de Nicou Leclercq-Dubois, página 173.

7.- "La pareja interior" de Paule Salomon y Nathalie Calmé. Capítulo de Jean- Yves Leloup página 165.

opção para ele, a melhor forma de dar-se e de ser livre. A melhor para ele, não a melhor em si. É curioso que, sendo celibatário, nunca recomendou o celibato, coisa que fizeram Paulo e muitos outros.

É uma pena que onde Jesus viu festa, boa notícia e prazer, nós sigamos obcecados por uma sexualidade trêmula como folhas de outono nas árvores. Temos sofrido e feito sofrer a homens e mulheres, sem que lhes tenhamos descoberto o dom que Deus depositou em nossos corpos. Jesus não gosta que condenemos nos templos e nas ruas os que não pensam como nós; quer que pronunciemos palavras de consolo, compreensão e compaixão.

3º.- UMA LINDA HISTÓRIA:

Aconteceu no final do século primeiro: Jesus, o Mestre, sentou-se em uma praça de Jerusalém. Uns homens religiosos, ao vê-lo, aproveitaram para acusar e denunciar uma mulher surpreendida em adultério. E o mestre, jogando com a lei, que não era de seu agrado, perguntou-lhes: “E que diz a lei?” “Pois, que temos de apedrejá-la”, contestaram. O Mestre surpreendeu-se que não tivessem levado com a mulher o homem que estava com ela. E, como conhecia a hipocrisia, a pouca coerência e a falta de espiritualidade desses, que se chamavam religiosos, disse-lhes: “O que esperais para cumprir a lei? O que se encontra livre de pecado, que atire a primeira pedra”. E o Mestre, como jogando com a insegurança desses homens religiosos, agachou-se, e fazia como se escrevesse no chão. Passou muito pouco tem-

po, e o Mestre e a mulher ficaram sós. Todos os acusadores, começando pelo mais velho, foram saindo, sem que o Mestre os houvesse insultado ou julgado. Então, olhou para a mulher com amor e compaixão, e vendo-a humilde e arrependida, disse-lhe: “Se ninguém te condenou, eu tampouco te condeno. Vai, sê feliz e não peques mais”. A “história” inteira está em Jo 8,1-11. Não lhes parece que esse mestre, nosso Mestre, é um magnífico pedagogo?

4º.- DIALOGUEMOS EM CASAL.

1ª.-“Deus viu que tudo o que fez era bom e recomendou-nos com insistência que “nos amássemos”. Sabemos que o amor enobrece tudo o que fazemos. Respondamos com o coração: O que temos priorizado em nossas relações: as exigências do amor ou as normas impostas de fora? Por quê?

2ª.-Que podemos fazer para melhorar e cultivar, em nossa Igreja, a atitude misericordiosa e compassiva mostrada por Jesus com a adúltera?

3ª.-Jesus não se dedicou a julgar, nem a criticar, nem a atacar os que não pensavam como Ele. Sua preocupação foi dignificar, amar e acompanhar seus semelhantes. Nossa atitude em casal, com nossos filhos e com os próximos, em que se parece com a atitude que Jesus teve com os homens e mulheres que o rodeavam? Como podemos melhorar?

4ª.-Com que atitudes e com que gestos pretendemos viver nossa sexualidade com fidelidade a nosso cônjuge, e conscientes que a melhor forma de encontrar-nos com Deus é encontrando-nos marido e mulher?

5.- OREMOS JUNTOS

Acompanhados de Jesus, da mulher adúltera, de Marta e Maria.

Marido: Aqui nos tens, Senhor, um pouco confusos, mas confiados em Ti. Queres uma lei e uma moral que vá mais além da observância externa (Mt 5,8) e dizes que o que faz impuro o homem é o que procede de seu coração (Mt 15,1-20).....
.....

Esposa: Ajuda-nos, Senhor, a dar-nos um ao outro com coerência, com humildade e com generosidade. Deste modo encontrar-nos-emos contigo.

Marido: Disseste que a lei deve ajustar-se às nossas necessidades. “O sábado é para o homem e não o homem para o sábado” (Mc 2,27). Querias humanizar a lei porque essa era a vontade de Deus (Jo 15,11; Mt 23,23).....

Esposa: Ajuda-nos a ser mais humanos, mais próximos e mais ternos em nossas relações, no trato com os filhos e com os diferentes de nós. Dá-nos a coragem de tentar.....

Marido: Compreendeste a debilidade, perdoaste com carinho e olhaste com ternura a mulher para lhe dizer: “inclina-te só para amar”⁸, não renuncies a tua identidade por um falso amor que te anula.....

Esposa: Ajuda-nos, Senhor, a não deixar-nos humilhar, e a inclinar-nos só para semear as sementes das quais nascerão as pequenas flores do amor.

8.- Frase do poeta René Char.

Marido: Marta e Maria compartilhavam as tarefas de casa com a agradável companhia de Jesus.....

Esposa: Senhor!, que sejamos sinais do teu amor em todos os recantos de nossa casa.

TEXTOS RECOMENDADOS:

-*“Jesús, aproximación histórica”* de José Antonio Pagola. Capítulo: *“Amigo de mujer- Su mejor amiga”*.

-*“Erótica española en sus comienzos”* de Efigenio Amezua. Ed. Fontanela, Barcelona 1974
Item II, 1 y 2

- O conteúdo das muitas citações bíblicas que anotamos ao longo de todo o texto.

-*“La sexualidad humana”*, Nuevas perspectivas del pensamiento católico. Estudio encomendado pela Catholic Theological Society of America. Ed Cristiandad. Madrid 1978.



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

8.

OITAVO TEMA

Nas crises.....”
Busquemos juntos”



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão faz possível a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescobrir nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- PONTO DE PARTIDA:

Nosso EGO prega-nos peças e, com frequência, mescla-se com nossos gestos de amor e nos faz sofrer. Jesus entendia-o muito bem e demonstrou isso na seguinte parábola: “O Reino dos Céus é semelhante a um homem que semeou boa semente no seu campo. Enquanto todos dormiam, veio o seu inimigo e semeou o joio no meio do trigo e foi-se embora. Quando o trigo cresceu e começou a granar, apareceu também o joio. Os servos do proprietário foram procurá-lo e lhe disseram: ‘Senhor, não semeaste boa semente no teu campo? Como então está cheio de joio?’ Ao que este respondeu: ‘Um inimigo é que fez isso’. Os servos perguntaram-lhe: ‘Queres, então, que vamos arrancá-lo?’ Ele respondeu: ‘Não, para não acontecer que, ao arrancar o joio, com ele arranqueis também o trigo. Deixai-os crescer juntos até a colheita. No tempo da colheita, direi aos ceifeiros: ‘Arrancai primeiro o joio e atai-o em feixes para ser queimado; quanto ao trigo, recolhei-o no meu celeiro’ ”¹.

Deus alegra-se e Deus sofre conosco, porque nossas relações sexuais não são unicamente o paraíso do prazer; são, também, um conjunto de desejos frustrados, de conflitos, de complexos, de cuidados e algumas rivalidades. E Deus padece; porém nunca diz: aí vocês têm o preço de seus pecados!. Mas, sempre diz: Aproveitem a vida e libertem-na daquilo que os faz sofrer e do fazer sofrer!. No meio desta realidade nascem nossas

1.- Mat 13, 24-30

crises, e o mesmo Deus, que sofre conosco, anima-nos dizendo: Amigo e amiga: seja companheiro, seja companheira. O Amor deseja você! Sabendo ou não, você também deseja o Amor. Viva e ame em paz.

Um bom conselho.

O Padre Caffarel conheceu a realidade de muitos casais. Desse conhecimento nasceu sua experiência: "Aos lares desunidos o que tenho de dizer-lhes em primeiro lugar é: 'não se conformem jamais com a desunião'". A primeira coisa a fazer é esclarecer; é preciso ver; mesmo se isso leva a descobertas que ferem, mesmo e sobretudo se um se vê obrigado a descobrir erros pessoais, a condenar-se a si mesmo... fazê-lo... não significa precipitar as coisas: frequentemente, saber esperar, temporizar é sinal de grande prudência; um movimento em falso e corre-se o risco de retardar a cura. Se por prudência e paciência nada mais resta senão esperar, que isso não leve a evitar as questões por covardia. Esclarecer é buscar as causas do mal. As mais visíveis não são sempre as mais reais... uma vez identificadas essas causas, trata-se de procurar remédios verdadeiros. O primeiro dos remédios é, frequentemente, uma mudança em nosso coração...."².

Padre Caffarel deu-se conta que as crises na vivência da sexualidade nasciam da falta de qualidade humana nessas relações. « Não pode existir uma verdadeira moralidade da sexualidade se não existe uma qualidade da sexualidade humana ». Quando dizia que nossa sexualidade é um

2.-Padre Caffarel, artigo publicado no "Anneau d'Or", número especial de janeiro-fevereiro 1947.

tanto « selvagem»³, talvez fosse porque essas relações (coitais) não se configuram como relações de amor. Padre Caffarel percebeu a dor dos casais ao ler a pesquisa sobre a sexualidade,⁴ e teria gostado de dizer e fazer muitas coisas para evitá-la. Ele dizia : « o prazer é uma realidade santa, que faz parte do plano de Deus, e não deve ser posto sob suspeita, como entendiam aquelas tristes espiritualidades, que tão frequentemente se podiam encontrar⁵”. A distinta forma de viver o prazer pode originar crises em nossas vivências sexuais. Conhecer e assumir nossas diferenças pode ajudar-nos a superar essas dificuldades.

2º.- ESTA É NOSSA REALIDADE:

Nosso amor tem sido difícil em uma sociedade consumista. Consumir é queimar e extinguir, e amar, pelo contrário, é criar, recriar, construir e tornar pleno.

As crises são a oportunidade para crescer. Dão-nos informação sobre o outro, mostram-nos a realidade, fazem-nos comparar, valorizar e escolher o melhor, descartando o mau, o medíocre. O processo é doloroso, mas, ao final, somos um pouco mais maduros e melhores. « A relação de casal não é um estado, mas um processo de desenvolvimento contínuo, que evolui por crises sucessivas. As crises são completamente normais, e é o fato de superá-las que mantém viva a relação” (Serge Hefez).

Se iluminamos este processo com o amor, que é a nossa lei fundamental e o sentido último de nos-

3.- Padre Caffarel, na conferência de Chantilly

4.- Pesquisa feita no ano de 1969.

5.- Padre Caffarel, conferência de Chantilly.

so viver, retornaremos à confiança mútua e não nos defenderemos atrás das trincheiras do amor próprio. E pensemos sempre que todo amanhecer tem seu ocaso, e que sempre devemos optar por estar presentes (conscientes) ali onde estamos, escolhendo sempre a bondade.

Jesus disse-nos: vocês têm de ver o joio e o trigo. Cuidem do trigo – seu cônjuge – e não tenham pressa com o joio – o ego distanciador e separador. Sim, causa-lhes sofrimento, mas é preciso dar um tempo, para não causar dano ao arrancá-lo. Não é fácil. Há ofensas que não se esquecem nunca, porque destroem algo muito profundo. Esquecimento e perdão são duas coisas diferentes. Se perdoamos, devolvemos ao outro a sua dignidade e a fé em si mesmo. O perdão faz que levantemos a cabeça e nos digamos: demo-nos a mão de novo e escutemos juntos o que nos diz São Paulo: “O amor é paciente; o amor presta serviço; o amor é sem inveja; não se vangloria, nem se incha de orgulho... Tudo suporta, tudo crê, tudo espera, tudo vence”.⁶

3º. UMA HISTÓRIA BASTANTE REAL E FREQUENTE.

As crises nascem de nossa imaturidade e ajudam-nos a crescer. Vejamos: Trata-se de um casal de namorados. Ela é divertida e um tanto irresponsável. Ele é sério e responsável. Ambos se veem com anel no dedo para a futura vida de casados. Para ela, ele é o forte, quem a ajudará a resolver seus problemas, e seu complemento ideal. Ela é para ele o lampejo de alegria de que sempre precisou, a espontanei-

6.- 1 Coríntios 13,4-8

dade, a frescura e a parte lúdica que lhe falta. Esse casal casou-se e começaram a compartilhar seus momentos bons e os não tão bons.

Passou o tempo e, um dia qualquer, ela chega em casa querendo participar ao marido seus êxitos profissionais. Com a alegria que a caracteriza, começa a contar-lhe suas aventuras. Ele, pelo contrário, não presta atenção a suas palavras, nem a seu alegre entusiasmo. Então, ela pensa: Não sou importante para ele. Só lhe interessam as suas coisas. O marido, obcecado com seu problema de trabalho (haviam-no despedido), ruminava em seu interior: Meu problema não lhe traz cuidado, porque eu não tenho importância para ela. Aborrecida diante do silêncio do marido, ela dirige-se para o quarto, pensando que, se ele se comporta assim, é porque já não me quer. E começa uma sucessão de juízos negativos, alimentados por mal-entendidos: Ele está muito zangado comigo. Devo ter feito algo errado, para que não me queira... Já não sou importante para ele. Não me quer. Esses pensamentos enchem suas mentes, sua ira e indignação crescem. Os juízos injustificados e as imagens deformadas sucedem-se como em cascata.

Ela não analisa os sentimentos dele, nem o marido une-se à alegria de sua mulher. Julgam-se mutuamente, em vez de tratar de se simpatizar. E os dois tiram conclusões falsas, baseadas em suposições. Seu ego não lhes permite ver os sentimentos do outro⁷.

7.-A ideia está tirada de Aaron T, Beck. :“Con el amor no basta”, 1997, pág 29

E Aaron T. Beck dá-nos a causa desses desencontros entre casais:

-Porque nos empenhamos em adivinhar o que só se conhece perguntando e escutando.

-Porque nos custa pedir esclarecimento sobre os gestos ambíguos que nos dão informação falsa.

-E porque confiamos mais em nosso estado de ânimo do que naquilo que nos diz o outro.

4º.- PARA DIALOGAR EM CASAL.

Podemos ser um casal jovem, de meia idade, maduro ou já idoso. Nossas crises podem ter sua origem em alguma das três razões que expomos a seguir. Uma vez localizadas, dialoguemos e dêmos respostas às três questões seguintes: por que isso nos acontece?, em que nos descuidamos?, que vamos fazer para melhorar?

1ª.- Conceber a sexualidade apenas como genitalidade, buscadora de prazer e de filhos, não nos convenceria que, quando a procriação não é possível e a paixão desapareceu, acabou a sexualidade? Não esqueçamos que a procriação é parte da sexualidade, e não o contrário.

2ª.- Deus nos presenteou com toda a superfície do corpo, para poder acariciar-nos e tratar-nos com ternura. Por que às vezes reduzimos nossa carícia a uma pequena parte do corpo? A carícia tem fim em si mesma, e não é moeda de troca para conseguir algo.

3ª.- Algumas crises podem nascer porque somos escravos do coito. Não lhes parece que é mais importante ser bons

viajantes sexuais (que desfrutam do percurso, da viagem, da companhia, dos preâmbulos, carícias, palavras, etc), do que turistas que buscam sobretudo o final, o resultado, a meta (geralmente o orgasmo)? Vocês são mais viajantes do que turistas, ou o contrário? Por que?

5ª.-PARA REZAR JUNTOS:

A oração é uma boa ajuda nas crises. Recolhamo-nos, dêmo-nos as mãos e façamos silêncio... Relaxemos e abramos nossa porta ao Deus que nos diz: "Casal cristão, tu és meu orgulho e minha esperança. Eu criei o mundo, todavia, em nenhum lugar via a imagen daquilo que é minha vida mais secreta. Então despertou dentro de mim a necessidade de revelar o melhor de mim mesmo: e essa foi a minha mais bela invenção. Foi assim que eu te criei, casal humano, "à minha imagem e à minha semelhança", e eu vi que isto era muito bom. Casal humano, minha testemunha privilegiada, compreendes por que tu és a mais cara entre todas as criaturas, compreendes a imensa esperança que eu coloco em ti?⁸. (Permaneçamos uns momentos em silêncio desfrutando destas palavras).

8. *Péguy, filósofo, poeta e ensaísta católico francês. Citado no Tema de Estudo das E.N.S. BRASIL-2015. 7ª Reunião*

O esposo: Sabemos, Senhor, que nos entendes e acompanhas em nossos desencontros. Esperamos e desejamos que permaneças sempre junto a nossa debilidade e insegurança.

A esposa: Senhor, ensina-nos a ser fiéis ao amor, perdoadando, sendo pacientes e sendo verdade e alegria um para o outro.

O esposo: Que saibamos ser exigente conosco, mas sem causar dano. Que sejamos exigentes conosco com paciência, para não nos desalentar, e que nossa exigência vá sempre acompanhada de amor, para não nos rebelar.

A esposa: Sabemos que o egoísmo, os mal-entendidos, a falta de escuta e a falta de comunicação nos distanciam. Ajuda-me a abrir o coração, para deixar-te entrar acompanhado de meu esposo.

O Esposo:- Dá-nos a maturidade suficiente, para distinguir entre o importante e o urgente. Ajuda-nos a controlar o que nos rodeia, para que juntos crescamos em maturidade.

6º.- CONVERTAMOS NOSSAS CRISES EM UMA PÁSCOA

...passando do negativo ao positivo e do problema ao encontro?

Das ideias frias e da verdade individual.... -aos NOSSOS sentimentos e verdade.

-Do agarrar para possuir e violentar..... -a acariciar-nos entre iguais.

-Do ser turistas sexuais que buscam o final, o coito.. -a ser viajantes, que desfrutam do jogo do caminho, sem ficar obsecados com o final.

-Da linguagem objetiva, funcional, fria, medrosa, entre superior e inferior....., - a uma linguagem lúdica, confiante, livre e encharcada de sentimentos.

-De relações enfermas e tóxicas.... -às relações confiantes, afetivas e ecológicas.

-De um ambiente negativo, tenso e, obstáculo para os encontros sexuais... -a um ambiente positivo, ardoroso, livre e, preâmbulo de encontros sexuais gozosos.

Saiamos do poço do conflito e do sofrimento e façamos um pacto de TERNURA, para conseguir **RELAÇÕES** de qualidade, nas quais Deus se alegre conosco. E digamo-nos confiantes: "Tua verdade" não me importa. Importa-me a Verdade, e vem comigo buscá-la; a tua guarda-a para ti" (A. Machado).



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

9.

NONO TEMA

**“O perdão
possibilita a ternura”**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão faz possível a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescobrir nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIAS INICIAIS:

O perdão facilita nossos ENCONTROS.

1- Para nos encontrar na festa da gratuidade e da generosidade, devemos olhar as necessidades de nosso cônjuge a partir do coração.

2- O segundo passo é vestir-nos adequadamente: “ revesti-vos de sentimentos de misericórdia, de bondade, de humildade, de mansidão e de paciência ... Acima de tudo, buscai o amor, que faz a perfeita união”¹. Com este traje já podemos entender que Deus perdoa tudo, como dizia uma anciã ao papa Francisco. O papa, que a ouviu, disse-lhe: “por que está tão segura?”. E ela respondeu: “porque se o Senhor não perdoasse tudo, o mundo não existiria”. Pode ser que nos ajude a perdoar o pensar que Deus nunca se cansa de perdoar.

3- Com o perdão chegamos ao importante: “sentir-nos amados”. Se entre nós há pressões, não nos podemos sentir amados. Peçamos perdão por pensar unicamente em satisfazer nossas necessidades, esquecendo as de nosso cônjuge. “Se vocês não perdoam tudo, seu casamento não existirá”, sussurra-nos a anciã, que se encontrou com o papa Francisco.

4- O perdão permitir-nos-á deixar para trás as pesadas cargas do passado, e abrir-nos-á a porta a novos encontros sexuais.

Na vivência da sexualidade, talvez tenhamos de nos pedir perdão, por não ter em conta que o

1.- Colossenses 3,12-21

amor não se FAZ, mas se SENTE e se VIVE. O que é substancial vive-se; o acidental faz-se. Por isso o amor, como a sexualidade, não se faz, sente-se e vive-se. Isto é realmente o importante.

5- E como perdoar-nos? Compadecendo-nos, como o bom samaritano. Olhando com amor, colocando-nos no “centro” do outro, que sofre no mais profundo de si mesmo. Ter compaixão é sentir com ele ou ela, acompanhar na dor e, ao mesmo tempo, ser capaz de deixar que o outro tome suas próprias decisões. Portanto, trata-se de estar muito próximo daquele a quem perdoamos, sem forçar, sem condicionar e sem passar fatura por nada.

2º.- ALGUMAS IDEIAS:

O abraço do perdão

- Com o ABRAÇO do PERDÃO celebramos nossa união, damos calor e sentimos-nos novos.

- Abrir os braços para nos acolher, acariciar-nos e perdoar-nos, respeitando nossa interioridade, até nos sentir queridos, é o melhor presente que nos podemos dar. Logo, fechemos os braços e os apertemos, para nos introduzir um no outro. Esse abraço é a vitória sobre nosso distanciamento, sobre as diferenças e sobre as nossas debilidades.

- O olhar do coração, a compaixão pelo outro e o respeito pela sua realidade possibilitam nosso perdão.

-Também no perdão podemos ser sinais do amor de Deus um para o outro. Esse amor ajudar-nos-á a desfrutar das virtudes do outro, se lhe perdoamos e se não convertemos o que é só ocasional em algo importante.²

-Ao conhecer-nos temos a oportunidade de nos compreender, mas também podemos ferir-nos; daí que “recusar o perdão seria como se negar a viver o presente”³.

-Viver o abraço sexual pede-nos aprender a ciência do perdão, que nasce da humildade e “que é eleição pessoal e opção do coração”⁴.

3º.- TESTEMUNHO:

Carolina e Eduardo fazem parte das ENS. Têm 4 filhos. Sem saber o porquê, e sem poder fazer outra coisa que rezar por eles, sua equipe sabia que Eduardo levava uma vida dupla. Descobrir essa verdade foi muito duro para Carolina. Ela agarrou-se a seu sacramento do matrimônio, rezou, compadeceu-se, aceitou seu marido para, pouco a pouco, ir perdoando-lhe. Quando ele teve consciência da dor de Carolina e da fidelidade que lhe tinha, caiu em si e deixou sua relação adúltera. Os dois sofreram, compadeceram-se, perdoaram-se pouco a pouco e fizeram todo o possível, para se amar mutuamente. Tudo se movia nesse triângulo mágico da compaixão, da oração e do perdão. Foi uma experiência que

2.- “Hombre y mujer los creó” – EL PERDÓN”. J. Antonio y Amaya MARCÉN – ECHANDI.

3.- Rémi y Florence, ENS BRASÍLIA 2012.

4.- Ibid.

uniu a equipe, ajudou-os a orar com intensidade, e foi ocasião para viver a generosidade do perdão e o sentimento de agradecimento ao Senhor (ENS BRASÍLIA 2012- conferência de Rémi y Florence).

Exemplo de perdão: Lembramo-nos do pai que tinha dois filhos? Sabemos o que fez o mais novo: foi embora para longe e fez muitas coisas negativas, até que um dia disse a si mesmo: “levantar-me-ei, colocar-me-ei a caminho para onde está meu pai e dir-lhe-ei: Pai, pequei contra o céu e contra ti (.....)” quando, todavia, estava ainda distante, seu pai viu-o e comoveu-se (.....) – Tragam logo a melhor túnica e vistam-no (...) celebremos um banquete, porque este meu filho estava morto e reviveu”⁵.

4º.- RECOLHAMO-NOS PARA REZAR JUNTOS E PEDIR-NOS PERDÃO⁶:

Façamos um momento de silêncio. Peçamos a nossos corpos que se relaxem... e adotemos a postura mais cômoda

A esposa: Sabemos que tu não és um distribuidor de perdão. És puro perdão e misericórdia. Tua característica é amar, abraçar e acolher quem se arrepende e corre para ti. Não te agrada tanto que te peçamos perdão, mas que nos perdoemos uns aos outros. Como qualquer pai, o que dese-

5.- Lc. 15,11-32.

6.- Os pontos sucessivos nos in dicam espaços de silêncio

jas é que nós, teus filhos, nos queiramos bem, pratiquemos o perdão e que nos demos bem.

.....

Os dois: Senhor, acolhe-nos como ao filho pródigo, e dá-nos a coragem de reconhecer, como ele, nossa limitação. Ajuda-nos a abrir o coração, para que nele caiba quem causou nossa dor.

O esposo: Desculpo-me por meu egoísmo, por pensar só em mim, por preocupar-me mais com minhas necessidades do que com as suas, mulher.

A esposa: Sabemos que o perdão pede compaixão, misericórdia e força para permanecer ao lado de quem nos ofende. Ajude-nos neste esforço, Senhor!

O esposo: Dê-nos capacidade, para pensar no que convém a nós dois e não apenas no que nos satisfaz individualmente.

Os dois: Gostaríamos que, antes do abraço sexual, juntássemos nossos corações feridos. Que nossa vivência sexual seja a maior expressão de nosso amor e o melhor sinal do amor de nosso Deus

5°.- SENTE-MOS PARA DIALOGAR E PARA COLOCAR EM PALAVRAS NOSSA VERDADE. QUE ESTA VERDADE SEJA DURADOURA!

Com o sentimento de ser habitados por nosso Deus, sente-mos em nosso canto preferido. Leiamos as frases seguintes e respondamos individualmente às perguntas. Finalmente,

comparemos suas respostas com as minhas, e convertamos as palavras dos dois em propriedade comum. Queremos que essas palavras sejam verdade, ternura, perdão, compaixão e amor.

Com o perdão, converteremos nosso coração de pedra em um de carne, semelhante ao do nosso Deus.

Qual é nossa verdade diante destas perguntas?

1ª.- Por que me custa tanto reconhecer meus erros e minha falta de carinho e compaixão? Que impede de me aproximar, olhar nos seus olhos e pedir-lhe perdão?

2ª.- Custa-lhe ver os desejos e necessidades de seu cônjuge? Se é assim, isso é devido a quê?

3ª.- O que você pede a seu cônjuge, quando lhe diz que respeite você no encontro sexual?

4ª.- Que você admira na atitude de Eduardo e na atitude de Carolina? (personagens do testemunho)

5ª.- Quais palavras (relacionadas com a vivência sexual), e que colocamos a seguir, são as que refletem o sentimento mais frequente em seus encontros sexuais? Coloquem-nas em ordem crescente, de menos a mais frequentes: insegurança, amor, respeito, temor, confiança, liberdade, prazer, comunhão, encontro com o outro e com Deus, felicidade, violência, compaixão.....

Uma vez ordenadas as palavras, comparem as diferenças entre suas listas, e dialoguem sobre elas.

6.º.- QUANDO PERDOAMOS RE-CORDAMOS

(passamos de novo pelo corao) o que nos deixou mal, o pendente, o sentimento negativo e o egoísmo,..... para mudar:

- o medo pelo amor
- a imposio pela tolerância
- a insegurança pela confiança.
- o fingimento..... pela verdade.
- e o temor pelo prazer do encontro.

Somos diferentes, e s  no perdão podemos encontrar-nos, reconciliar-nos e dar-nos conta que nossas necessidades são distintas. Temos distintos estados de ânimo, ritmos vitais diferentes, e adaptar nossos desejos não   coisa fácil. Temos contra isto o nosso EGO e o amor próprio, que lutam para evitar, que nos encontremos e nos perdoemos.

7º.- REFERÊNCIAS BÍBLICAS:

- “Não tendais outras dívidas que a do amor” (Rm 13, 8-10). Não deixemos nada pendente, que nos ocupe e preocupe.
- “Quem dentre vós estiver sem pecado, seja o primeiro a lhe atirar uma pedra!” (Jo 8,7)
- Somos distintos, limitados, egoístas e Deus compreende que “está bem o não estar bem, em certas ocasiões”. “Deus viu tudo o que tinha feito: e era muito bom” (Gn 1,31)



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

10.

DÉCIMO TEMA

**"Cultivemos nossa
sexualidade"**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão possibilita a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescubramos nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIAS:

“Maridos, amai as vossas mulheres, como Cristo amou a Igreja (...) Assim também os maridos devem amar as suas próprias mulheres, como a seus próprios corpos. Quem ama a sua mulher ama-se a si mesmo, pois ninguém jamais quis mal à sua própria carne, antes alimenta-a e dela cuida, como também faz Cristo com a Igreja, porque somos membros do seu Corpo. Por isso deixará o homem o seu pai e a sua mãe e se ligará à sua mulher, e serão ambos uma só carne.”¹.

“Compreendi que o Senhor inventou o matrimônio como grande meio de desenvolver o amor, e como grande meio de favorecer a abnegação.

Compreendi que a abnegação não deve estar ao lado do amor, mas que a verdadeira abnegação é precisamente impor-nos o compromisso de nunca deixar de amar, de viver sempre na atitude do ‘para ti’ e nunca na atitude do ‘para mim’².

2º.- DEUS QUER QUE VIVAMOS UMA SEXUALIDADE CULTIVADA, QUE FALE A LINGUAGEM DO AMOR.

O Padre Caffarel descobriu que o amor conjugal e o amor de Deus não podem seguir separados. Deus está onde há amor. E o que nos une, também nos une a Deus e o que nos separa, separa-nos de Deus. Por isto nosso sacramento consiste em ser sinal e manifestação do grande amor de Deus.

1.- Efésios 5, 25-31

2.- Padre Caffarel. Conferência de Chantilly

Nossos gestos-atos de amor são o modo de fazer visível esse amor. E a vivência da sexualidade é esse grande meio, que Deus colocou em nossas mãos, para amar. A linguagem do amor tem a peculiaridade de fazer comunhão, respeitando as diferenças e peculiaridades de cada um.

3º.- UM POUCO DE MÚSICA E DANÇA ERÓTICA:

Passeava por uma rua central de minha cidade. Homens e mulheres paravam para ouvir o dueto de um violino e um violoncelo. Os dois instrumentos, guiados pela mesma partitura, subiam e baixavam; cruzavam-se e escutavam-se a partir da profundidade do sentimento. A nota aguda do violino era sustentada pela grave do violoncelo. Tudo era harmonia. Paravam no tempo e, às vezes, brincavam a perseguir-se, em principiar e a olhar-se, de acordo com os tempos, mas sempre um pendente do outro. Até os silêncios eram música, beleza e entendimento. Nenhum se sentia protagonista e os dois brincavam e brincavam sem se cansar. Misturavam suas notas, escondiam-se um debaixo do outro e, carinhosamente, um fazia silêncio enquanto o outro brilhava. E isso era alternativo. Os dois sentiam-se igualmente importantes. As pessoas aplaudiam. Os dois escutavam-se, baseados na pauta musical na qual brincavam. Não existe dominador nem dominado. Nem primeiro, nem segundo. E dizem-se: Diga-me o que sente!, diz o violino, e o que atravessa o seu coração. E as notas do violoncelo respondem desde as entranhas da partitura: Não quero que me conte coisas, quero que me conte sobre você. E, em dueto, vão

dizendo-se: Quero seu interior e não o que sucede no exterior. Gostaria de não ser invisível, nem você surdo ao meu grito!

Quando um cala, o outro voa e, em momentos de ilusão, os dois apertam seus arcos sobre as cordas, para gritar, enamorados, o grito do amor.

E, vendo esse belo espetáculo, recordei-me de Van de Velde³ (1873-1937) quando dizia: “São precisos dois para dançar o tango”. Somos marido e mulher, que juntos queremos dançar o tango do amor, dança para dois, composta por Deus, para casais. Esta dança é símbolo do amor entre iguais, do abraço carinhoso e da companhia brincalhona e caprichosa. E pensei: Dançar, fazer música e viver a sexualidade é brincadeira, é espontaneidade e é desfrutar de um passo atrás do outro sem correr, sem dominar e sem querer chegar ao final.

Deus, maestro da dança das almas, quer que amemos e dancemos, que sejamos livres e que nos queiramos sendo diferentes. No final dessa dança, juntamos nossos corpos, fazemos comunhão e somos o melhor sinal do amor que Deus nos tem.

4º.- COMO CULTIVAR ESTA DANÇA?

-Brincando com igualdade. Nós dois somos protagonistas, nós dois provocamos, nós dois iniciamos, nós dois fazemos e deixamos fazer,

3.- Van de Velde. Sexólogo educado na tradição sexual vitoriana. Influenciou na vivência sexual de uma geração.

nós dois dizemos como nos sentimos e o que necessitamos.

-Vivendo com mais frequência os encontros íntimos, convencidos que, nesses encontros, Deus nos acompanha na ternura e na busca do prazer comum. Deus quer que nosso amor nos dignifique.

-Vivendo a união sexual impregnados do amor ágape. Não podemos evangelizar sem humanizar. Leiamos sobre o tema, e não pensemos que os anos nos fazem indiferentes à sexualidade. Nunca deixamos de ser sujeitos sexuados.

-Deixando de ser espectadores da vida, para nos dedicar a vivê-la com intensidade. Deixemos de criticar os que não pensam como nós, e não desperdicemos energias, defendendo-nos de quem nos ataca. Preocupemo-nos em cultivar-nos, ler, estudar e, sobretudo, em viver e pedir a Deus ajuda, para que nossos encontros estejam livres da rotina, sejam criadores de comunhão e estejam animados com surpresas. Deste modo, nossa vivência será mais rica, mais madura e mais autônoma.

Cultivar equivale a abnegar-se. “Não há amor sem abnegação”⁴. Isto supõe olhar o mundo de frente, para não confundir “ser fiel” com “estar ancorado”⁵. “O que você não consegue resolver falando, resolva-o orando. O que não consegue solucionar de pé, solucione-o de joelhos. Pense que, além de sua força está o poder de Deus”. Aqui reside a energia para cultivar-nos.

4.- Padre Caffarel na conferência de Chantilly.

5.- Ibid

Devemos entender que “a ética sexual não se refere ao que está proibido ou permitido. Não são regras. Não pode existir uma verdadeira moralidade da sexualidade se não existe uma qualidade humana da mesma”.⁶

Sigamos escutando Padre Caffarel: “Ajude-mos a Igreja a revisar sua visão antropológica”. “A união sexual encarnará o amor na medida em que se integre dentro de um tecido de relações cotidianas, que tenha sentido”⁷.

“O mundo banalizou a sexualidade” de duas maneiras: 1-buscando um angelismo pouco humano e que nega o eros que levamos dentro de nós, e obcecando-se com a procriação; 2- buscando o prazer de modo exclusivo e excludente. “Há que humanizar mais do que moralizar”, dizia Padre Caffarel, como se tivesse escutado nosso Papa Francisco, quando diz ,que “devemos ser mais especialistas e testemunhas de humanidade e menos guardiões de moralidade”.

E segue Padre Caffarel⁸: “Prega-se a moralidade no matrimônio, diz-se o que é permitido e o que é proibido... mas não temos cultivado adequadamente os casais cristãos, para que “façam bem o amor”.

- *Não há liberdade sem conhecimento.*

A liberdade sem conhecimento chama-se domesticção.

Não há conhecimento sem liberdade.

O conhecimento sem liberdade chama-se repressão.

6.- Ibid

7- Carta francesa das E.N.S. Nº 201 de março-abril de 2013, pág 11, último parágrafo.

8.- P. Caffarel. Conferência em Chantilly,

Não há conhecimento, nem liberdade sem criatividade. O conhecimento e a liberdade sem criatividade chamam-se ilusão.

E é hora de que passemos da domesticação, da repressão e da ilusão sexual, à vivência livre, plena, consciente, prazerosa e serena de nossa sexualidade”⁹.

5º.- SENTE-MOS-NOS, LEIAMOS E DIALOGUEMOS:

Cultivar é o contrário da velha repressão sexual e do sensualismo moderno, que negam e banalizam a mulher e a sexualidade. Cultivar é seguir querendo-nos como sujeitos sexuados, como homem e mulher, que mudam de condutas, de sinais e gestos à medida que se vão tornando mais velhos, porque vão tendo novas vivências, que nos levam a novas fases de crescimento. Isto nos ajuda a entender que: 1- Não há limite de tempo, para as relações sexuais; 2- que estas não são um privilégio dos jovens; 3- que a necessidade de abraçar, expressar os sentimentos, querer e ser querido é algo que não desaparece com o tempo; 4- que a sexualidade não está centrada no coito, mas no amor; e 5- que as mudanças fisiológicas devem levar-nos a readaptar nossa vivência sexual à idade.

1ª.- Qual dos cinco pontos anteriores nos custa mais a assumir? e por quê?

2ª.- Se tivemos ou temos dificuldades em nossos encontros sexuais, nós as comentamos entre os dois, ou com um especialista? Qual foi o resultado?

3ª.- De que modo criamos, durante todo o dia, um clima positivo, otimista, íntimo e aberto, favorecedor de encontros

9.- Santos Beneti "Sexualidad creativa". Ed. san Pablo, 1994, introdução

sexuais agradáveis?

4ª.- Em que medida somos sinais do amor de Deus em nossos encontros sexuais?

Com que atitudes demonstramos que somos esses sinais?

6º.- CULTIVEMOS NOSSA SEXUALIDADE, REZANDO JUNTOS:

Fazemos um momento de silêncio e saboreamos as seguintes ideias: rezar é comunicar-nos com Deus no mais íntimo. Deus é pura comunicação. E comunica-se, porque ama. Por isso Deus, quando nos olha, não nos mede, nem nos pesa. "O olhar de Deus não é como o olhar do homem. O homem olha as aparências, mas o Senhor olha o coração"¹⁰. Deus, ao comunicar-se ama, como demonstrou na pessoa de Jesus. E comunicou-se conosco do melhor modo possível e com a máxima empatia: sentindo-se e fazendo-se como nós.

Digamos juntos: Porque cremos em vós, Senhor, queremos que nossa comunicação chegue ao íntimo do outro, para, juntos, chegarmos a vós. Estamos convencidos que comunicar-nos convosco é a melhor maneira de comunicar-nos entre nós.

*"E Deus? pois Deus sou eu,
eu que estou nos braços do meu amor, que é ela.
Sim, e que está em meus braços.
E Deus? é e está no abraço que nos damos os
dois totalmente fundidos, no nada do outro"¹¹.*

10.- Samuel 16, 6-7

11.- "Juan Ramón, Alberdi: dos poetas líricos", Editado por Diego Martínez Torrón. 2006

A esposa: Reconhecemos, Senhor, que nos destes um corpo para dá-lo, entregá-lo e desfrutá-lo. Nós vos bendizemos por ele e queremos viver em atitude de “para você” no lugar de “para mim”.

O esposo: Manifestamos diante de vós, que queremos que nossos corpos sejam vosso templo, vosso esconderijo e refúgio. Sabemos que o estais desejando. Tomai-nos e ocupai-nos, para que sejamos sinais de seu amor.

A esposa: Vós quereis que cultivemos nossa sexualidade com naturalidade, com espontaneidade, sem buscar a eficácia, nem os resultados e nem as metas. Pedimo-vos, que nos deixemos levar pelo amor.

O esposo: Porque nos olhamos de modo diferente, porque sentimos diferentemente, e porque quero compreender minha mulher, e que ela compreenda minha masculinidade, por isso queremos que vós estejais no meio de nós, para que vivamos nossa sexualidade entendendo-nos e valorizando-nos igualmente.

A esposa: Vós sois generoso, compreensivo e confiante.

O esposo: E sabemos que sois um Deus que, mediante Jesus, tocais, curais, olhais e salvais com vosso olhar. Que esse vosso olhar desperte nosso corpo para o amor, para a relação e para a vida¹².

12.- Mercedes Navarro (religiosa mercedária), “(7) palabras”. Edi PPC. Madrid 1996

A esposa: Vós fostes boa notícia, porque vos fizestes palavra aberta e vulnerável, respeitosa e livre.

Os dois: Segui sendo boa notícia para nós e segui capacitando-nos para o amor, para a amizade, para os afetos e o prazer corporal. Acompanhai-nos neste caminho de fazer-nos homem e mulher, para que juntos sigamos conhecendo-nos, encontrando-nos, organizando-nos e desfrutando de nossa mútua doação.



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

11.

DÉCIMO PRIMEIRO TEMA

**“Redescubramos
nosso amor”.**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão possibilita a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescubramos nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIAS:

1-1- Uma citação inteligente: Padre Caffarel gostava de citar Bernard Shaw, quando dizia que “meu alfaiate é o ser mais inteligente que conheci em minha vida. Cada vez que o visito, toma-me as medidas, enquanto que os outros mediram-me uma vez para sempre”¹.

1-2- Sopremos juntos sobre nossas cinzas, para retirar o pó que cobre nossas velhas brasas, e descobrir nosso primeiro amor. Livre das cinzas que o cobrem, esse primeiro amor brilhará, dar-nos-á calor e poderemos dizer-nos:

O esposo: “Como és bela, minha amada, como és bela! ... São pombas teus olhos escondidos sob o véu. ... Teus lábios são fita vermelha, tua fala melodiosa ... Teus seios são dois filhotes, filhos gêmeos de gazela, pastando entre açucenas.”²

E a esposa: “Meu amado é branco e rosado, saliente entre dez mil... Seus olhos... são pombas à beira de águas correntes... Seus lábios são lírios com mirra, que flui e se derrama... Seus braços são torneados em ouro incrustado com pedras de Társis. Seu ventre é um bloco de marfim cravejado com safiras.... Assim é meu amigo, assim o meu amado, ó filhas de Jerusalém”.³

1.- Bernard Shaw. (1856-1950) Irlandês, Autor de “Matrimônio desigual”

2.- Extraído do Cântico dos Cânticos 4, 1-5

3.- Ibid 5, 10-16

2º.- ALGUMAS IDEIAS. O AMOR SEMPRE É NOVO.

2-1- O amor renova-nos. Quando nos olhamos nos olhos, vemos nossa verdade e novidade, e fazemos que o nosso amor seja dinâmico. Esse é o modo de renovar-nos diariamente. Se nos medimos, saberemos onde crescemos ou diminuímos e em que temos de voltar a aceitar-nos. Trata-se disso: de estudar-nos, para não nos dizer: “já sei o que você pensa”, “você sempre faz o mesmo” ou “já sei o que vai dizer-me”... Se usamos o “metro” estamos abertos à nova ideia, ao sentimento novo e ao desejo do momento. É que o amor nos renova, evita que imaginemos já nos conhecer e que nos demos por sabidos. Sopremos juntos o pó da rotina, para não fechar a porta à minha novidade e à sua surpresa! E, quando sentirmos juntos o calor de nossos corpos digamo-nos: Creio em você e creio em sua capacidade de se renovar cada dia, porque se acreditasse “ só no que pode demonstrar a ciência, perderia muitas coisas reais, como a vida mesma”⁴.

Ao tomar suas medidas, quero aceitar você, como se pela primeira vez visse você, e quero que você impregne toda a minha vida.

Pensem no profundo sentido dos seguintes versos da poetisa cubana, Dulce Maria Loynaz:

“Se me quer, queira-me inteira, não por zonas de luz ou sombra.

4.- Félix Torán, “Ecología mental”, Ed. Grupo Planeta, 2014 Barcelona

Se me quer, queira-me negra e branca e cinza e loira e morena.

Queira-me de dia e queira-me de noite e madrugada na janela aberta.

Se me quer, não me recorte.

Queira-me toda ou não me queira”.

2-2-O amor renova-se com a comunicação. Comunicar-nos na intimidade já é aceitar-nos e negar-nos a dizer: “quero você, mas você tem de mudar”, porque nos enganaríamos.

O “quero você” sincero renova-nos e coloca-nos o “metro” na mão, para fazer vivo nosso amor, e para que “se apoie na paixão, na intimidade e no compromisso pessoal”⁵. Ao tomar medidas, podemos gritar: “Estou aqui, você me vê?” , “embora meu corpo tenha mudado, sou o mesmo, sou a mesma”, e então nos mediremos, saciaremos o desejo da paixão, abraçaremos o corpo que busca amor, e acariciaremos a alma que necessita de compreensão. E, em outros momentos perdiremos um ao outro:” Ama-me quando menos mereça, pois é quando mais necessito”⁶ , porque quero rir... e abandonar-me e entregar-me confiante.

O amor é o que não pode perder-se.

O amor muda o passado.

O amor faz que dois sejam um, sem deixar de ser eles.

5.- Esperanza Bosch e outras, em “La violencia contra las mujeres” Ed. S. XXI. 2013- Barcelona

6.- Provérbio chinês.

O amor preenche todos os vazios que vocês criaram.

O amor é o que fala no silêncio.

O amor é o que lhes permite ver-se em momentos de dificuldade.

2-3- O amor é energia.

Nossa convivência cria nós que cortam o fluxo energético entre nós, e originam ansiedades, negatividades, rejeições, críticas, juízos, indiferenças, e carregam-nos com a pesada carga da culpa. Tudo isso encarquilha nossos corpos. E todos esses elementos são tampões com os quais o EGO, a imaturidade e a pouca humildade fecham as vias pelas quais circula a energia do amor. Só esse amor renovado e feito realidade, com gestos de ternura, pode limpar encanamentos, comunicar empatia, afastar medos, alegrar e criar compaixão, dando a nossos corpos a capacidade de ser cúmplices. Lancemos mão do gesto carinhoso, do sorriso ardente ou do olhar carregado de promessa, para que a energia flua de novo. Toda a energia que vai de nós para o outro, voltará enriquecida. Não tenhamos medo de nos manifestar ternos e amorosos com essa pessoa a quem queremos, nem nos envergonhemos de pedir-lhe que nos entregue seu corpo.

3º.- UMA ANEDOTA: "O VASO CHINÊS".

Trata-se de um casal de recém casados. Um dia foram ao mercado e viram um vaso chinês de cores encantadoras. Imaginaram-no no canto da entrada de sua nova casa. Embriagados de entu-

siasmo carregaram-no no carro e, com enorme cuidado, levaram-no para casa. Buscaram um pedestal, limparam sua base e colocaram-no. Tudo ficou sem poeira e sem nada que pudesse ofuscar as cores e o atrativo do vaso. Todos os dias contemplavam “sua aquisição” e felicitavam-se por sua compra. “Como é bonito, que boa escolha!”. Iam ao trabalho, voltavam, deliciavam-se e, sempre que saíam ou entravam na casa, tinham a oportunidade de se alegrar com sua vista. Passaram os dias e os meses. Cada vez eram menos frequentes as expressões de prazer, os olhares e a satisfação provocada pela contemplação do jarro. Nas vésperas do Natal, carecia fazer a limpeza geral. Desmontaram móveis, encostaram objetos, e a casa ficou limpa e preparada para as animações próprias da festa. Um dos objetos recolhidos, para evitar que se quebrasse, foi o vaso. Suas cores desapareceram e, em seu lugar, o verde de uma planta ocupou a entrada. Nosso casal continuou saindo e entrando, e passaram dias sem que se dessem conta da ausência do vaso.

4°.- PARA DIALOGAR EM CASAL. COMEÇAMOS O DIÁLOGO RECORDANDO O SEGUINTE:

Queremos ter confiança total e essa se consegue quando trabalhamos a aceitação mútua. Isso nos dá segurança, tira-nos os medos, e abre-nos as portas, para que possamos entrar um no outro com todo o respeito.

É que “O amor é respeitoso” diz R. Tagore. O respeito não é carinho. Somos respeitosos quando

reconhecemos que temos vida própria, e quando nos entusiasma que o outro viva sua vida e desenvolva sua identidade plenamente. “Só ama quem deseja que a pessoa amada se converta nela mesma”, diz Laín Entralgo. Trate de descobrir o mistério de seu cônjuge e entusiasme-se com tudo que ele é. Esta é a melhor maneira de respeitá-lo. Mas, olhe!, se deixar de ser você mesmo, para que ele seja o que você é, então você está amando por obrigação. O melhor que você pode dar, quando ama, é sua própria pessoa, seu ser, sua totalidade, ... se renunciar a uma parte de si, estará negando-se a dar o melhor que pode dar a seu cônjuge. Seria bom que se fixassem no que namorados se diziam em um filme: “Meu desejo não é que me queira, nem que se entregue, nem que me deva ou agradeça algo, nem que me admire. Meu desejo é simplesmente que você exista e cresça”. Esse desejo seria a melhor garantia do amor.

1ª. Vivemos o coito porque cremos ter essa obrigação ou dever com nosso cônjuge? Agir assim, não seria faltar-nos ao respeito? Se não temos confiança para dizer “sim” ou “não” diante do convite sexual, que razões nos impedem de ter essa confiança?

2ª.- Ao viver nossos encontros sexuais pensamos: estarei à altura do que ela ou ele pede? ou é o medo e o temor que não nos permitem ser totalmente espontâneos no encontro íntimo? Se despimos nossa alma antes que nosso corpo, fazer o segundo será fácil e agradável.

3ª- Temos sentido, em determinadas ocasiões, que o costume, o tempo e a rotina comandam nossos encontros sexuais?

4ª- Acabamos transformando nosso cônjuge no vaso colorido, de belas formas, em algo estudado e não tão desejado? Por que nos acontece isso? Como podemos melhorar?

5ª.- TOMEMOS NOSSAS MEDIDAS NA ORAÇÃO.

Os dois: Senhor, queremos que este momento de silêncio seja um olhar ao mais profundo de nós mesmos. Sabemos que só com os olhos do amor vemos o mais autêntico. Nós vos manifestamos o desejo que nossos encontros sexuais estejam impregnados do vosso amor, para que nem a força, nem a violência, o costume, a rotina ou o tédio ocultem as brasas do nosso primeiro amor. Façamos um momento de silêncio, porque desse silêncio vão nascer nossas palavras retas e sinceras.....

A esposa: Sabemos que, com o contato físico, não nos unimos em totalidade, e queremos que o eros, a espiritualidade e a lembrança do primeiro amor façam de nossos encontros uma festa.

O esposo: Sabemos, Senhor, que “a necessidade de sermos tocados, tomados nos braços e amparados com afeto, são alguns dos anseios mais profundos de nosso coração, sinais muito concretos de nosso esforço de fundir-nos convosco”⁷ Tocai-nos! e ensinaí-nos a tocar nossos corpos.

Os dois: Que nós dois gritemos sem medo e confiantes: Toque-me! Toque-me, por favor! Porque sua carícia cura-me, manifesta seu respeito por mim, e é sinal de sua bondade, de sua alegria e de sua entrega.

O esposo: Corremos o perigo de dar demasiada importância ao final do nosso encontro íntimo.

7.- Wunibald Müller. “Besar es orar”. La sexualidad como fuente de espiritualidad. Ed. Sal Terrae. 2005 Santander

Queremos, Senhor, que estejais presente nesse templo de nossa intimidade.

Os dois: Ajudai-nos a gozar mais dos preparativos, da ternura e do prazer final, para que a ausência de egoísmos permita, Senhor, que assistais a essa festa.

A esposa: Queremos, Senhor, que sejais para nosso amor o que o vento é para as velas do barco.

Os dois: Nós desdobraremos as velas de nosso amor, para que sopreis com vosso vento e nos façais navegar com alegria.

Os dois: Queremos que tudo isso não fique em palavras. Nossa intimidade não precisa de muitas palavras. Como Dante, queremos convencer-nos que: " pouco ama o que com palavras pode expressar o quanto ama".



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

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Testemunho



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises....."Busquemos juntos"
9	O perdão faz possível a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescobrir nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

DA ESPANHA

Antes de mais nada, quero dizer que, em nossos encontros sexuais e nos preâmbulos, o diálogo e a comunicação estão muito presentes, e que gostamos de fazer sempre um balanço depois de nossos encontros.

Em primeiro lugar, gostaria de pedir perdão ao meu cônjuge, pelas vezes que me entrego a ele e não sou capaz de lhe dar o máximo prazer, porque me concentro mais no meu prazer e desfruto.

Considero-me uma pessoa simples, que não necessita de “atuações excepcionais”, como as que aparecem nos filmes. Minha curiosidade não vai nessa direção. Nossos encontros são, em sua maioria, motivados por um desejo de dar um desfecho ao que vivemos durante o dia, e satisfazer uma necessidade de prazer mútuo. Mas faço questão de dizer, porque isso é o que sinto, que nunca me senti humilhada, utilizada ou usada... pelo contrário, sinto-me mimada, querida, protegida, e tenho visto meu marido preso a mim, procurado satisfazer nossos desejos mútuos. Geralmente, é algo sempre conversado e de mútuo acordo. Diria que nesses momentos falta a espontaneidade do noivado ou dos primeiros anos, mas sei que essa falta de encantamento ou entusiasmo transformou-se em ternura e na precisão de um estar sempre ligado ao outro. Nossos sentimentos afloram à flor da

pele, e os encontros nos provam que continuam sendo muito prazerosos para os dois, que nos sentimos plenos e satisfeitos depois de os viver. As demonstrações de afeto são algo do dia a dia e, embora os encontros sexuais não sejam tão frequentes como no princípio, atualmente nos preenchem sobejamente.

DÁ COLÔMBIA

Casamos muito jovens e loucamente apaixonados, sem nenhuma consciência do que significava o Sacramento do matrimônio. Iniciamos nossa vida em comum cheios de ilusões e projetos. Com o tempo, chegaram os filhos, completando nossa felicidade. A vida transcorria entre os compromissos de trabalho, familiares e sociais. Os filhos requeriam muito de nossa energia e de nosso tempo, mas isso não nos impedia de desfrutar de nosso amor, que nos mantinha encantados e vibrantes de paixão.

Tivemos a sorte de conhecer as Equipes de Nossa Senhora; suas reuniões e seus encontros deram um novo ar à nossa relação, começamos a encontrar-nos com Deus de maneira diferente e a relacionar-nos com casais e sacerdotes, que deram à nossa vida um toque mais transcendental, criando uma comunidade de apoio; mas, chegaram, também, as dificuldades e problemas:

O estresse no trabalho, as tensões e pressões de uma sociedade que requeria muita energia e muito dinheiro, para poder cobrir as exigências das excursões dos filhos no colégio, os compromissos sociais, os altos e baixos na parte acadêmica de algum deles, que ocasionavam atrito em nossas relações; dificuldades econômicas estressantes. A adolescência dos meninos ocasionava muita atividade e alegria no lar, com a casa cheia de garotos, com planos, com festas, mas, também, com momentos tensos, com preocupações por um e por outro. Os namoros, as bebidas nas

festas, as tentações sempre presentes e latentes, somados às enfermidades de nossos pais, que nos solicitavam tempo e dedicação.

E o estresse cotidiano foi desgastando nossa relação e, quando menos esperamos, encontramos-nos cansados, tensos e aborrecidos; a rotina instaurou-se em nosso lar.

Havíamos perdido a esperança. Muitas noites nos encontrávamos sós, porque nossos filhos estavam em suas festas e nós silenciosos, sem muito o que dizer. Para onde se haviam ido os sonhos, os planos? Começamos, inclusive, a notar que nos falávamos bruscamente, nos censurávamos por assuntos sem importância. O encanto inicial havia-se perdido. Estávamos condenados a seguir nessa melancólica inércia, que nos submergia em uma profunda desmotivação, ou nos atrevíamos a parar, para tentar compreender nossa situação, e fazer o máximo esforço para mudar? Pertencíamos a um Movimento de espiritualidade conjugal, contávamos com todos os pontos de esforço a nosso alcance, acreditávamos profundamente em Deus... tínhamos tudo.

A mudança iniciou-se com a oração pessoal e conjugal, para que nosso Bom Deus estivesse presente em todo esse processo de renovação, e um dia nos atrevemos, com muito esforço, a fazer o Dever de Sentar-se na presença do Senhor, abrindo nosso coração; expressando sinceramente nossos desencantos, nossas censuras, solicitando generosa e humildemente do outro nossas necessidades. E uma delas era o desejo de

voltar a aproximar-nos fisicamente, voltar a refugiar-nos nos braços um do outro, voltar a sentir a admiração e a graça dos primeiros tempos. Tivemos de nos desarmar e mudar nossos pensamentos com respeito ao outro; recordar os velhos tempos, retomar gostos já esquecidos, como sair a caminhar de mãos dadas, dançar na sala de casa ouvindo nossa música preferida, pegar uma garrafa de vinho e brindar pela vida. Abraçar-nos sem motivo, expressar de viva voz frases já esquecidas, como: gosto de você, amo você, preciso de você, e, que surpresa, a magia retornou... rompemos o gelo. Entendemos que o Senhor age sempre e, quando o solicitamos, compreendemos que tudo está em nossa mente. "E não vos conformeis com este mundo, mas transformai-vos, renovando a vossa mente, afim de poderdes discernir qual é a vontade de Deus, o que é bom, agradável e perfeito" (Romanos 12, 2).

A forma de pensar determina nossos sentimentos, e esses sentimentos estabelecem nossa forma de atuar. Começar a pensar no outro de uma forma positiva e alegre, admirando-o por todos seus esforços e seus sucessos, redescobrimo o encanto que nos uniu, agradecendo sua presença, sua companhia, fez com que nas noites aproveitássemos a ausência dos filhos, para nos

entregar um ao outro sem temor, sem distrações, com total autenticidade e no momento presente. Já se passaram muitos anos depois desses acontecimentos; nossos filhos saíram de casa, casaram-se, fizeram suas vidas, e nós estamos aqui, com muitos anos e com algumas indisposições de saúde, mas felizes, desfrutando-nos, amando-nos, seguramente menos apaixonadamente, porém com mais ternura e com mais amor. Queremos pensar que, quando algum dos dois faltar, o que vai acontecer... o outro pensará que foi muito bom, desfrutamos os momentos e não os desperdiçamos, fizemos o que Deus viu desde o princípio: "Deus viu, que era bom".

DA FRANÇA

DENISE:

Casamo-nos aos vinte e três anos, desejando construir nosso casamento sobre os valores de nossa educação cristã. Juntos descobrimos, com alegria e generosidade, a sexualidade, o diálogo cotidiano, o prazer do dom recíproco de nosso corpo. Dois anos mais tarde, tínhamos dois filhos. Tive de deixar de trabalhar, sufocada pelas mamadeiras e fraldas! Logo, cansada e centrada sobre meu papel de mãe, fugia da relação conjugal, rejeitando mesmo qualquer carícia, por medo de uma nova gravidez. Queria profundamente a Henri, mas minha angústia era muito forte, para ceder a seus múltiplos desejos. Sofria, chorava a sós, fechando-me no silêncio.

HENRI

Conhecemos um princípio de matrimônio muito feliz, descobrindo-nos um ao outro na alegria. Logo, porém, a atitude de Denise mudou. Quando eu voltava para casa, depois de alguns dias de ausência, devido a minha profissão, encontrava, por certo, uma mãe dedicada a seu lar, mas não aquela esposa atraente e amável a quem conhecia. Não entendia aquela mudança; tanto aquela falta de diálogo como aquela negação das relações íntimas pesavam-me muitíssimo. Eu ficava irritado e multiplicavam-se as discussões sobre ninharias da vida cotidiana. Já não sentia prazer em voltar para casa.

Um sacerdote, em quem confiava, sugeriu-me sair de férias, por alguns dias, com Denise, deixando as crianças com os avós.

DENISE

Custou-me muito confiar meus dois filhos aos meus pais... Porém o fiz, para tratar de salvar o nosso casamento. Vivemos apenas três dias sem obrigações, e entretanto o diálogo não era fácil. Henri tratou de amansar-me com ternura, suavemente, mas permanecia muda e sem poder dizer nenhuma palavra. Rezamos juntos e decidimos pedir ajuda a um conselheiro conjugal.

HENRI

Com a ajuda daquele profissional e graças a ele, aprendemos a colocar em palavras nossos sentimentos. Denise pôde expressar-me a angústia de uma nova gravidez, e eu lhe disse o quanto necessitava de todo o seu amor. Pedimo-nos perdão por aquela incompreensão, depois refletimos com serenidade e discernimento sobre os valores que tínhamos assumido. Buscamos o que podíamos aceitar, um e o outro, para dominar nossa fecundidade e viver plenamente nossa sexualidade com felicidade e honradez, no contexto daquele momento de nossa vida.

Desde aquele período doloroso, rezamos juntos, para dar graças, depois de cada união sexual e saímos, cada ano, três dias, no mínimo, em "viagem de núpcias", deixando nossos cinco filhos muito felizes de ver seus pais seguindo enamorados aos quarenta e oito anos...

DO BRASIL

(Optamos por fazer um testemunho comum, do casal, tendo em vista que estamos de acordo sobre nossas necessidades e sentimentos na vivência dos nossos encontros sexuais.

Só sabemos dizer de nossas experiências de vida. Damos este testemunho por entender que os nossos encontros sexuais nos são altamente satisfatórios e nos fazem felizes. Caso possa ajudar algum outro casal, nos sentiremos ainda mais felizes.)

Desde o início do nosso relacionamento (a partir do nosso primeiro beijo, que marcou o começo do nosso namoro, isto há quarenta e seis anos atrás) é muito grande o apelo sexual, que nos envolve, por quase meio século. Sempre sentimos uma atração física, mútua, muito intensa. Para nós o encontro sexual, desde o seu primeiro, até hoje, é uma das manifestações muito positiva de nossa sexualidade, uma das mais fortes, senão a mais forte, que facilita o nosso relacionamento. Nunca tivemos receio de nos entregar (livres de preconceitos, tabus, melindres, qualquer tipo de constrangimento) totalmente um ao outro, com total transparência em relação aos nossos sentimentos. Sempre tivemos, a esse respeito, um diálogo franco, aberto, confiante, leve, inebriante, encorajador, alegre. Sempre nos sentimos à vontade nos braços um do outro. Sempre nos desnudamos de corpo e alma, um para o outro. Sempre, sem lapso de tempo, nos desejamos. Estamos sempre prontos a nos entregar pela iniciativa de um ou de outro, indistintamente.

1) O que necessitamos da vivência dos nossos encontros sexuais?

Necessitamos da intimidade e privacidade do “ser conjugal”.

Somos muito requisitados pela família (dois filhos, cinco netos), pelos parentes, pela profissão, pela vida eclesial e do Movimento. É natural, que diversifiquemos os nossos focos de atenção. De quando em vez, necessitamos de voltar o foco para nós dois, necessitamos de um tempo só para nós, que nos permita recordar, sonhar, namorar, retornar ao encantamento de um pelo outro. O ponto culminante desse “estar a sós” é a vivência de um ato sexual pleno, que nos permite, após, um sono pacífico, terno, rejuvenescedor. Tudo isto faz nascer, do fundo do nosso coração, um sentimento de gratidão, muito grande, um pelo outro e em relação a Deus, em cujos desígnios acreditamos.

2) O que sentimos na vivência dos nossos encontros sexuais?

Sentimos prazer, ternura, carinho, respeito.

Sentimos, de maneira mais intensa, a realização do “ser uma só carne”. Sentimos a sensação de sermos prolongamento um do outro (não mais dois). Sentimos a necessidade que temos um do outro (não saberíamos mais viver sem o outro).

Sentimo-nos valorizados, fortes, destemidos, amados.

Percebemos que a vida, com todas as suas contradições/sofrimentos/absurdos, faz sentido, tem uma razão de ser.

Sentimos a delicadeza de Deus a nos agraciar.

Sentimo-nos felizes.

TESTEMUNHO TIRADO DO LIVRO: "NA PRESENÇA DE DEUS" DO PADRE CAFFAREL

Deixamos aqui o melhor exemplo de perdão, em matéria de sexualidade, que conhecemos: extraído de " Presença de Deus, 100 cartas sobre a oração " de Henri Caffarel:

" Casada há cinco anos, mãe de dois filhos, eu lhe era infiel. Amava-o, no entanto. Não querendo destruir a sua felicidade, eu prestava atenção para que de nada desconfiasse.

O seu amor por mim, verdadeiramente excepcional, aprofundava-se cada dia. Uma noite - lembro-me disso como se tivesse sido ontem - exprimi-me a sua ternura, a sua estima e a sua admiração em palavras que me tocaram o coração. Era demais!. Deixei escapar um 'Se você soubesse!' - 'Eu sei', respondeu-me ele. Essas palavras fizeram explodir em mim uma indignação tão violenta como injusta: 'Então, por que você representa esta horrível comédia? Das duas uma: ou você não sofre com o que sabe e é a prova de que não me ama, ou você está agitado e a sua serenidade não é senão uma mentira!'. Estava fora de mim, agressiva, trocista, ofensiva. Ele esperou que a tempestade amainasse. Depois, calma, grave, ternamente, acrescentou: 'Compreenda! Sofri cruelmente durante seis meses, mas o sofrimento para mim era suportável, porque não me prostava, enquanto o seu mal a arruinava, coisa insuportável ao meu amor. Vi

claramente o que devia fazer, a única coisa que podia fazer: amá-la ainda mais do que antes, para que você ressuscitasse para o amor, para que esse amor totalmente novo não só queimasse o seu mal com a sua chama, mas criasse em você um coração novo, uma pureza nova, uma beleza mais radiosa do que nunca'. E, de fato, o amor de Sérgio, no mesmo instante, fez de mim este novo ser."

OBSERVAÇÃO: Conforme o livro " Presença de Deus, 100 cartas sobre a oração – Henri Caffarel" (Em português do Brasil, páginas 52 e 53)



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