

Sexualidad para adolescentes



VICARÍA DE PASTORAL
DIMENSIÓN DE
PASTORAL JUVENIL-VOCACIONAL



**SEXUALIDAD
PARA
ADOLESCENTES**

SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES

- 1.** La Sexualidad Humana 1
- 2.** Abriendo horizontes ¿La sexualidad libre o integrada a la persona? 9
- 3.** Una sexualidad para crecer como personas 16
- 4.** Novedad: La sexualidad, proyecto de Dios para el amor 26
- 5.** Las palabras no bastan. La sexualidad al servicio del amor

TEMA

LA SEXUALIDAD HUMANA

OBJETIVO

Descubrir en el mensaje cristiano un llamado a vivir nuestra sexualidad humana integralmente como ejercicio de nuestra dignidad de hijos de Dios.

MOTIVACIÓN

El animador propone empezar el tema, invitando a escuchar la canción "Sexo" del grupo chileno Los Prisioneros. Los jóvenes siguen el canto escrito en un papelógrafo y toman nota de lo que más le ha impactado o le resulta interesante comentar.

SEXO

Los Prisioneros

El mejor gancho comercial, apela a tu liberalidad,

Toca tu instinto animal, rozando tu brutalidad,

Te lo encuentras en la pared, en el anuncio de un licor,

Pegado en un mostrador, gritándote a todo color

Sexo compro, sexo vendo, sexo ardiendo

Sexo, sexo

Sexo compro, sexo vendo, sexo ardiendo sexo,

Sexo, sexo, sexo, sexo

Ya no hay de que enrojecer, es cotidiano ya lo ves

Ahora la virginidad es una cosa medieval,
 Es tu carnet de madurez, tu pasaporte a la adultez
 Ella no es una mujer para amar,
 Sino un enemigo al cual doblegar

Sexo compro, sexo vendo, sexo ardiendo

Sexo, sexo

Sexo compro, sexo vendo, sexo ardiendo

Sexo, sexo, sexo, sexo, sexo

Sexo, sexo, sexo, sexo

Las rotativas de imprenta ya están empezando a editar más mujeres desnudas, y tú tienes una cara de cliente fácil

tu compras toda una promesa de sexo, abres la boca y te meten el dedo, y les sigues el juego y les das tu dinero y te sientes muy hombre y me río en tu cara de tu estupidez

El mejor gancho comercial apela a tu imbecilidad,

te tratan como un animal poniendo en claro tu brutalidad, es un trofeo a la ilusión que quiebras en la situación me estás dando la ocasión de gritarte con razón oh...oh, oh, oh, oh

Gavilán que se duerme se lo lleva la corriente,

Tangente de 45

Gavilán que se duerme se lo lleva la corriente

Tangente de 45

oh...oh, oh, oh... oh, oh...oh

El animador invita luego a comentar libremente a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué dice la canción sobre la sexualidad humana?

¿Qué ideas y sentimientos expresan Los Prisioneros en esta canción?

¿Con cuáles de ellas te identificas?

Luego recoge las apreciaciones que los jóvenes tienen, orientando el diálogo sobre la idea que la sexualidad humana es una dimensión del ser humano muchas veces confundida y reducida a la práctica sexual.

DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA

Para trabajar este momento el animador propone una reflexión grupal, separados por sexo, a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué sentimientos experimentamos cuando hablamos de la sexualidad?

¿Qué es lo que comúnmente se conversa y que no, respecto al tema de la sexualidad, entre los amigos, las parejas?

¿Qué es aquello que nos cuestiona, nos preocupa cuando hablamos de la sexualidad?

En el PLENARIO cada grupo expone sus comentarios, mientras el animador va anotando los aspectos importantes, las interrogantes, en un papelógrafo.

Luego invita a compartir en forma libre y espontánea a partir de la siguiente pregunta:

¿Qué hemos descubierto con la conversación?

El animador recoge los comentarios y presenta el siguiente aporte:

El tema de la sexualidad frecuentemente, suele ser un tema incómodo y al mismo tiempo necesario sobretodo en la etapa

de la adolescencia en dónde despertamos al crecimiento físico y desarrollo de las funciones fisiológicas.

Durante algún tiempo se ha tenido muchas dificultades para tratar el tema, todo lo que sabemos sobre el nos viene de los amigos, creando muchas veces una mal información. Los medios de comunicación social, la propaganda comercial, aumentan la confusión respecto al tema de la sexualidad, es común encontrar visiones que reducen la sexualidad a la práctica de la genitalidad, ciertos mitos sobre el desarrollo sexual, la relación de pareja, etc. Estos sin duda son temas que nos cuestionan y necesitan de nosotros una mayor información.

ANÁLISIS DE LA EXPERIENCIA

En este momento el animador propone un trabajo de grupos a partir de las siguientes preguntas.

¿Cuáles son las causas que originan la confusión entre el sexo y la sexualidad?

¿Qué elementos han favorecido tener una visión reducida de la sexualidad?

Luego el animador recogerá lo trabajado en los grupos y profundizará el tema presentado el siguiente aporte:

En nuestra sociedad encontramos frecuentemente que la sexualidad humana se reduce a la práctica de la genitalidad, olvidando las otras dimensiones que posee el ser humano. Vemos y escuchamos hoy en día a través de los medios de comunicación cómo se expresan las diversas problemáticas respecto a la reducida concepción de la sexualidad humana como por ejemplo las situaciones de infidelidad conyugal, machismo, maternidad precoz, abandono del hogar, desvalorización de la mujer, etc.

Las causas más comunes que encontramos son las siguientes:

- La falta de una información adecuada sobre la dimensión corporal o biológica del ser humano. Un ejemplo de ello es que no llamamos las cosas por su nombre.
- La influencia negativa de los medios de comunicación social que utilizan como criterio de su psicología comercial contenidos eróticos para lograr grandes índices de ventas.
- La orientación machista que se tiene en la formación de los jóvenes en las escuelas.
- La distinción de roles entre hombre y mujer.

Muchas veces, la disociación entre el sexo y el amor es producto de la formación recibida de la familia y afianzada en la escuela expresando una visión dualista de la realidad enalteciendo lo espiritual, los valores y desacreditando lo corporal, identificándolo con lo pecaminoso. Por ello para nuestros padres era una garantía que la relación en la pareja para que llegara a la felicidad, estuviera menos "contaminada" de la utilización del cuerpo. Hoy en día un elemento muy importante para las parejas es llevarse bien en las relaciones sexuales y a veces se relativizan las expresiones de afecto, conversar de proyectos, de lo que se piensa y se siente sobre la vida, la amistad, la relación entre hombre y mujer, etc.

Entender correctamente el ejercicio de la sexualidad humana significa comprender que el ser humano está compuesto por varias dimensiones:

Una dimensión biológica o corporal que se expresa en el crecimiento del cuerpo a partir de la pubertad, marcando la diferenciación entre varones y mujeres y comprendiendo sobre todo la función en cada una de las partes del cuerpo.

Una dimensión psicológica que se expresa en la construcción de la identidad personal y sexual, la afirmación

de la personalidad y la manifestación de los sentimientos y emociones de manera clara y constructiva.

.Una dimensión espiritual que se expresa en la necesidad de trascendencia que tiene el ser humano, su escala de valores y conciencia religiosa. La sexualidad humana es una actividad en la que se proyecta toda la persona con sus valores, sentimiento, actitudes y opciones de vida, etc. Esta se desarrolla en las relaciones de convivencia, entre las personas, teniendo conciencia de la igualdad, en dónde se exprese el respeto, la tolerancia, la idea de presente y de proyecto. .

DISCERNIMIENTO CRISTIANO

El animador propone iluminar el tema con el texto: I Juan 4,7 - 21 que nos habla del amor como una de las dimensiones que los seres humanos, hombres y mujeres estamos llamados a desarrollar en nuestras relaciones.

"Queridos míos, amémonos unos a otros, porque el amor viene de Dios. Todo el que ama ha nacido de Dios y conoce a Dios. El que no ama no ha conocido a Dios, pues Dios .es amor. Miren cómo se manifestó el amor de Dios entre nosotros: Dios envió a su Hijo único a este mundo para que tengamos vida por medio de él. En esto está el amor; no es que nosotros hayamos amado a Dios, sino que él nos amó primero y envió a su Hijo como víctima por nuestros pecados. Queridos, si Dios nos amó de esta manera, también nosotros debemos amarnos mutuamente. A Dios no lo ha visto nadie jamás, pero si nos amamos unos a otros, Dios está entre nosotros y su amor da todos sus frutos entre nosotros. Y ¿cómo sabemos que permanecemos en Dios y él en nosotros? Porque nos ha comunicado su Espíritu. Pero también hemos visto nosotros, y declaramos, que el Padre envió a su Hijo como Salvador del mundo. Quien reconozca que Jesús es el Hijo de Dios, Dios permanece en él y él en Dios.

Por nuestra parte, hemos conocido el amor que Dios nos tiene, y hemos creído en él. Dios es amor: el que permanece en el amor, permanece en Dios y Dios en él. Cuando el amor alcanza en nosotros su perfección, miramos con confianza al día del juicio, porque ya somos en este mundo como es El. En el amor no hay temor. El amor perfecto echa fuera el temor, pues hay temordonde hay castigo. Quien teme, no conoce el amor perfecto. Amemos, pues, ya que él nos amó primero. Si uno dice «Yo amo a Dios» y odia a su hermano, es un mentiroso. Si no ama a su hermano, a quien ve, no puede amar a Dios, a quien no ve. Pues este es el mandamiento que recibimos de él: el que ama a Dios, ame también a su hermano".

Para terminar se entregará a cada joven una silueta humana de su propio sexo hecha de cartulina, del tamaño de una hoja A4 en cartulina y se pedirá que cada uno escriba en unas palabras su compromiso para vivir integralmente su sexualidad.

Se termina con el canto "Más allá" de la cantante cubana Gloria Estafan.

MAS ALLA

Quando das sin esperar, cuando quieres de verdad,

Quando gritas perdón en lugar del rencor,

Hay paz en tu corazón.

Quando sientes compasión del amigo y su dolor,

Quando miras la estrella que oculta la niebla,

Hay paz en tu corazón

Más allá del rencor, de las lágrimas y el dolor,

Brilla la luz del amor dentro de cada corazón.

Ilusión, amistad, pon tus sueños a volar,

Siembra paz, grita amor, que el mundo entero pide más.

Cuando brota una oración, cuando aceptas el error,
Cuando encuentras lugar para la libertad,
Hay una sonrisa más.

Cuando llega la razón y se va la incomprensión,
Cuando quieres luchar por un ideal
Hay una sonrisa más.

Hay un rayo de sol a través del cristal.
Hay un mundo mejor cuando aprendes a amar.

Cuando alejas el temor y prodigas tu amistad,
Cuando a un mismo cantar has unido tu voz,
Hay paz en tu corazón.

Cuando buscas con ardor y descubres tu verdad,
Cuando quieres forjar un mañana mejor,
Hay paz en tu corazón.

FUENTE: Instituto de Pastoral Juvenil y Desarrollo Juvenil de Perú.
Jóvenes Protagonistas de un nuevo Milenio. Itinerario Formativo
para Grupos Juveniles.

TEMA

ABRIENDO HORIZONTES

¿LA SEXUALIDAD LIBRE O INTEGRADA EN LA PERSONA?

(ADOLESCENTES)

En esta reunión abordamos la integración de la sexualidad en el conjunto de la personalidad humana.

Dentro de cada uno hay una serie de fuerzas que intervienen en la manera de comprender y vivir la propia existencia. Por un lado, están las que podríamos llamar fuerzas del espíritu, es decir, las que parten de la inteligencia y comprensión de la realidad. Otras son las fuerzas de la afectividad que se manifiestan en los sentimientos. Otras afectan al cuerpo, son las sensaciones. Por último, está el impulso sexual, que afecta a toda la persona; toda relación con los demás es siempre sexuada, se lleva a cabo como hombre o como mujer.

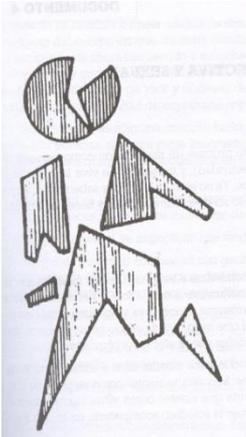
1. ACOGIDA

Todo lo que se diga en esta comunicación sirve ya de introducción al segundo momento del tema, que consiste en abrir un horizonte más amplio en la forma de ver y vivir la sexualidad.

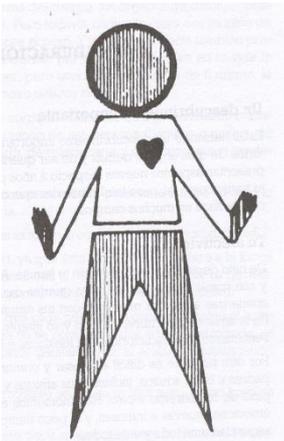
2. EXPERIENCIA DE PROFUNDIZACIÓN

El tema no resulta fácil para los adolescentes; por eso es necesario que el animador o animadora introduzca el documento con palabras sencillas, poniendo algún ejemplo.

Documento : Tu maduración afectiva y sexual



PERSONA DESINTEGRADA



PERSONA INTEGRADA

- a) Enumera actitudes y comportamientos que te ayudan a ser una persona integrada. Escribe las palabras alrededor del dibujo correspondiente.
- b) Escribe actitudes y comportamientos que desintegran tu persona. Escribe las palabras en las separaciones del dibujo correspondiente.

Califica de 1 a 5, según estés de menos a más de acuerdo, las siguientes expresiones sobre el sexo:

- Es algo que me hace valiente o débil delante de los demás.
- Es la principal fuente de placer.
- Ayuda a integrar la persona.
- Produce comunicación de vida.
- Es un don de Dios.
- Es un elemento imprescindible para relacionarse con los demás.
- Es signo de amor.
- Es elemento imprescindible para conocer a las personas.
- ...

TU MADURACIÓN AFECTIVA y SEXUAL

Un descubrimiento importante

Estás haciendo un descubrimiento importante en tu proceso de maduración como persona: tu forma de querer a los demás y de ser querido (afectividad), y tu manera de vivir la sexualidad presentan aspectos nuevos respecto a años pasados. Ya no eres un niño, y te sabe muy mal que te traten como tal; pero también te das cuenta de que no eres todavía adulto y tienes que madurar bastante en muchos campos.

Tu afectividad

De niño dependías totalmente de tu familia. Ahora comienzas a tener una mayor independencia y autonomía. Por ejemplo, antes querías casi exclusivamente a tus padres y hermanos. Ahora comienzas a sentirte muy bien con tus amigos, comienzas a tener una verdadera experiencia de la amistad; descubres en ti un vivo interés por el otro sexo. Y todo ello lo vives, a veces, con sentimientos contradictorios, con tensiones e inquietudes que te afectan profundamente.

Por otra parte, te es difícil expresar y comunicar todos estos sentimientos e inquietudes a los padres u otros adultos, incluso a tus amigos y amigas. Más aún, te sientes como un péndulo que pasa de un extremo a otro. Hay momentos en tu vida que sientes cómo vibra tu corazón con emociones nuevas e intensas, y al poco tiempo sientes la soledad, acompañada de miedo e inseguridad ante todo y ante todos.

A tu edad es bastante normal que te suceda todo esto. Es lo que se llama la inmadurez afectiva. Pero puedes hacer algo para ir madurando en este aspecto.

En primer lugar, trata de descubrir cuáles son tus sentimientos. Incluso atrévete a escribirlos. Ello te proporcionará grandes satisfacciones. Sobre todo, descubrirás las grandes posibilidades que tienes como hombre y como mujer. Y si en algún momento ese proceso te resulta doloroso, al constatar que también existen en ti sentimientos negativos, no te preocupes: el dolor ayuda a madurar como persona.

En segundo lugar ordena tus sentimientos. Esta tarea quizás te parezca difícil, casi imposible, cuando apenas atinas a descubrirlos y aceptarlos. Para ordenar los sentimientos es imprescindible tener claro qué valores son importantes o no en la vida. Por ejemplo, si tienes un sentimiento de simpatía o de rechazo hacia un compañero o compañera, darás prioridad a la simpatía, si estás convencido que toda persona merece un respeto, que todos tenemos defectos, etc.

También es importante que controles tus sentimientos, sobre todo cuando descubres que no son positivos y te pueden llevar a acciones y comportamientos que ofenden a otros.

Tu sexualidad

Otro descubrimiento importante es la sexualidad. Te has dado cuenta de que tu cuerpo ya no es el de un niño o niña y presenta casi totalmente desarrolladas las características físicas y sexuales de un hombre o mujer adultos (la voz, la forma de} cuerpo, los órganos genitales, el vello en zonas del cuerpo en que antes no existía, etc.). Pero todavía no tienes claro ese montón de cosas que hasta ahora has sentido y escuchado sobre el sexo. Y todo ello te afecta también profundamente y provoca en ti sentimientos contradictorios: por ejemplo, abundan en tu vida la alegría, la satisfacción de vivir y el deseo de placer; pero también la extrañeza de ti mismo, la inseguridad y la dificultad de expresarte sobre el sexo delante los demás.

La sexualidad no es sólo una cuestión biológica o corporal. Tampoco es algo accidental o añadido a tu persona, sino una parte integrante de tu modo de ser persona (hombre o mujer), de entenderte a ti mismo/a, de encontrarte en el mundo, de relacionarte y comunicarte con los demás.

La sexualidad es una fuerza que abarca todos los aspectos de tu persona e influye en todo lo que eres y haces, en todos los momentos de tu vida.

A modo de resumen, es importante que tengas claras algunas cuestiones sobre la sexualidad:

- No debes confundir sexualidad con genitalidad, ya que ésta última sólo se refiere a la forma y funciones de los órganos relacionados directamente con la reproducción humana. La genitalidad es sólo una parte, un aspecto específico de algo más complejo, que es la sexualidad.
- La sexualidad es una fuerza, un impulso, para que cada persona se construya como el hombre o la mujer que está llamado a ser. Y esta tarea no se consigue a

una edad determinada, es un proceso que dura toda la vida. No así los órganos genitales que, al acabar la adolescencia (16-18 años), están ya totalmente desarrollados.

- Cada persona, por tanto, está llamada a desarrollarse según su propio sexo, como hombre o como mujer.
- Los dos sexos son complementarios. Esto quiere decir que el uno necesita del otro. Tu propio sexo te impulsa a salir de ti mismo/a para entrar en comunicación con el otro, pues sin su colaboración no alcanzarías tu pleno desarrollo como persona.

Relación afectividad-sexualidad

Después de todo lo expuesto, se ve con mayor claridad la íntima relación que existe entre afectividad y sexualidad, de tal manera que ambas se necesitan mutuamente para el perfecto desarrollo y equilibrio de la personalidad; y para la relación interpersonal y el amor.

Para vivir más plenamente esta relación entre afectividad y sexualidad conviene desarrollar unas actitudes concretas:

- Aprecia tu capacidad afectivo-sexual, como un don que Dios ha puesto en tu vida. Gracias a este don puedes amar y relacionarte con los demás como persona, y también puedes colaborar con Dios en la obra de la creación, dando vida a otros.
- Descubre la alegría de dar y, más aún, de darte.
- Da importancia a la apertura de corazón, al diálogo, a la amabilidad con todos.
- Controla tus instintos; no dejes que ellos te controlen a ti. Sé tú el dueño, no dejes que las apetencias afectivas o sexuales te esclavicen. Fortifica tu voluntad para no dejarte arrastrar por situaciones impuestas desde fuera por la publicidad, etc.
- Apoya tu comportamiento sobre unos criterios morales que orienten de verdad tu vida. No los veas

como algo negativo, sino como una base para consolidar tu felicidad. Los valores morales te ayudarán a descubrir la belleza y el esplendor del amor y favorecerán tu dominio sobre el mundo afectivo-sexual. La sexualidad no es algo aislado de las demás dimensiones de tu persona, sino que adquiere todo su valor cuando la pones al servicio del desarrollo de tu persona y de tu relación con los demás.

- Acepta, finalmente, que no todas personas viven la afectividad-sexualidad-genitalidad de la misma manera. Hay personas que desarrollan su afectividad y sexualidad sin necesidad de relaciones sexuales-genitales, porque están motivadas por un valor importante, por ejemplo, el amor y entrega a todos, no solamente a una persona concreta (vida de pareja, matrimonio). Es el caso de los que optan por el celibato. El caso más conocido es el de los que optan por la vida religiosa o el sacerdocio.

PARA TRABAJAR PERSONALMENTE

1. Subraya las frases que más te hayan llamado la atención.

2. Atrévete a escribir una definición de:

- Afectividad:
- Sexualidad:
- Genitalidad:

3. Resume en una frase lo que te parece más importante de todo el documento.

FUENTE: Centro Nacional Salesiano de Pastoral Juvenil . Tarea de ser persona. Editorial CCS.

TEMA

UNA SEXUALIDAD

PARA CRECER COMO PERSONAS

1. OBJETIVOS

- Que el joven descubra la visión cristiana de la sexualidad.
- Valorar el papel positivo que tiene el sexo en la maduración de la personalidad.

2. DESARROLLO DE LA REUNIÓN

PARTIMOS DE LA EXPERIENCIA

Documento: Hacer el amor

"Hacer el amor" es una frase que lleva sus años de andar en circulación. Desde que saltó a la calle, en el auge de los hippies, ha corrido con "éxito". La oye uno en el cine y en la conversación, la dicen los adultos mucho más los jóvenes y, para colmo, todos se la creen. Porque "hacer el amor" no es hacer el amor sino el sexo, la actividad genital, que es diferente (...).

Quizá ninguna palabra ha sido tan prostituida como esta del "amor (sofocada con frecuencia sobre cosas que nada tienen que ver con *él*, *sobre* pobres aventuras de anti amor o, cuando menos, del más triste desamor. Nadie está contra el sexo, que es un aspecto del misterio y de la grandeza de la persona, sino contra el hecho de desvincularlo del amor, de la esencia de la personalidad, de los dictados de la ética y de sus consecuencias sociales.

Por eso es preciso distinguir entre sexo y amor. Ninguno podría tachar de moralina barata, la doctrina del ilustre filósofo pagano Séneca: "Si la sexualidad fuera la felicidad, las bestias serían más felices que los hombres". Puede haber sexo sin que haya amor, y eso sucede todos los días en encuentros ocasionales y, comercializados entre personas desconocidas. Al amor no le satisface la unión pasajera de los cuerpos, sino la fusión permanente de los espíritus. El sexo, aislado del amor, hasta.

Por otra parte, el sexo sin amor es egoísmo refinado, ya que no busca la verdadera felicidad de la otra persona, sino la individual satisfacción y la consumación de un apetito fugaz para el que tiene que usar a la otra persona como envase desechable.

Úsese y tírese. Nadie se opone al amor, sino a esa mentira de quienes dicen que aman cuando en rigor se aman a sí mismos.

Al mundo le falta amor, pero le sobra sexo".

(JOAQUIN ANTONIO PENALOZA)

2.1. DINÁMICA GRUPAL

A. Pequeños grupos

Se entrega a cada grupo una copia del documento "hacer el amor". Se lee pausadamente y se contestan las siguientes preguntas:

- ¿Qué ideas y sentimientos te sugiere la lectura anterior?
- ¿Cuál es tu opinión?
- ¿Qué piensan de la sexualidad los jóvenes de tu ambiente?
- ¿Cómo tratan el tema de la sexualidad las películas, las telenovelas, las canciones, las revistas, etc.?

- ¿Tienen los jóvenes una formación correcta sobre este tema? ¿Por qué?

b. Plenario

Se escuchan las respuestas de cada grupo. Al final se pueden hacer preguntas, aclaraciones y comentarios.

2.2. CHARLA: "EL JOVEN DE HOY VIVE EN UN MUNDO EROTIZADO"

A. Vivimos en un mundo erotizado

- Antes se hablaba poco sobre el sexo. Era un tema prohibido, intocable. Era un "tabú", es decir, algo sagrado que provocaba miedo.
- Ahora estamos en el extremo opuesto. Nos invade una "ola de sexualidad": el cine, la TV, los espectáculos, las novelas y revistas, los amigos, etc., nos hablan del sexo.

B. La sexualidad ha perdido "calidad"

La sexualidad hoy ha ganado en extensión, pero ha perdido en calidad.

- La sexualidad de hoy es una **SEXUALIDAD DE CONSUMO**: Se produce sexo para venderlo. La prostitución, consumo de revistas y películas "porno", son un ejemplo claro del sexo que se vende y se compra. Sexo comercializado.
- Por otro lado, los medios de comunicación (cine, TV, etc), la publicidad y algunas diversiones (cabarets, clubs nocturnos) nos gritan que el sexo se ha hecho para el

placer. Un ejemplo de esto es el "amor libre" difundido por artistas y cantantes. Con los amigos se habla del sexo de una forma superficial y vulgar: chistes colorados, "albures", bromas, groserías, etc.

C. La sexualidad actual: síntoma de la pérdida de valores personales

- El modo de vivir hoy día la sexualidad es un "indicador" de fallo profundo en los valores personales.
- Cuando la sexualidad es reducida a la genitalidad, al placer, al consumo egoísta, la persona se deshumaniza, se degrada, se esclaviza. El sexo se convierte en una "droga" que mata a la persona.

BUSCAMOS LUZ SOBRE EL TEMA

2.3. CHARLA: VISIÓN CRISTIANA DE LA SEXUALIDAD

A. La sexualidad: fenómeno humano

- Constatamos en la naturaleza la diversidad sexual de los seres: gato-gata, hombre-mujer.
- La sexualidad es el conjunto de caracteres que hacen a la mujer y al hombre profundamente diferentes. La

sexualidad afecta a toda la persona. Es todo el hombre quien es masculino y toda la mujer la que es femenina.

- La sexualidad marca la personalidad masculina o femenina y hace distintas las vivencias del hombre y de la mujer. Nos hace hombres y mujeres en dos maneras de vivir, de sentir y de realizarnos.
- La sexualidad, por tanto, no es genitalidad. Este es sólo un aspecto parcial de ella.
- La diferencia de sexos es algo querido por Dios. Entra dentro de los planes de la creación.
- La diferencia sexual en la persona humana está bajo el dominio de la libertad; no obra instintivamente como en los animales.

B. ¿Qué es la sexualidad?

* Es una fuerza de crecimiento personal

- Una sexualidad bien vivida e integrada en la persona se convierte en una fuerza de construcción y crecimiento. Una sexualidad vivida como placer se convierte en una fuerza que destruye y rebaja a la persona.
- Lo bueno o lo malo en materia sexual se determina por este criterio: si eleva a la persona es bueno; si la destruye es malo.

* Es una fuerza de crecimiento interpersonal

- La sexualidad es un encuentro interpersonal (entre personas).
- Esta realidad fundamenta la atracción de sexos y la complementariedad entre el hombre y la mujer.
- Para que la sexualidad sea un encuentro interpersonal se necesitan dos condiciones:

Primera: que la sexualidad sea un auténtico lenguaje de amor; una actividad sexual sin amor es solamente una actividad fisiológica, instintiva.

Segunda: que el otro sea considerado siempre como persona y no como mero objeto sexual o de placer.

- La sexualidad es, por tanto, una forma de relacionarse y completarse, una capacidad de amor recíproco entre el hombre y la mujer.

*Es un impulso hacia la realización del nosotros

- El matrimonio es el ámbito donde la relación sexual es la expresión máxima de la comunión de amor entre el hombre y la mujer.
- En el matrimonio el amor adquiere rasgos de estabilidad, continuidad y de fecundidad o prolongación en otros seres: los hijos.

- El sexo, fuera del ambiente matrimonial, pierde su valor ético y queda reducido a la mera genitalidad.

C. Conclusión

- El factor sexual no se reduce al plano biológico; es también de orden psicológico y espiritual.
- Se trata de un elemento básico, esencial, de la personalidad. Es un modo propio de ser, de comunicarse con los otros, de sentir, expresar y vivir el amor humano

NOS COMPROMETEMOS.

2.4. COMPROMISOS

- Aceptar con seriedad y responsabilidad nuestra sexualidad.
- Rechazar todo temor y curiosidad morbosa.
- Luchar contra la vulgaridad ambiental, contra las groserías de palabras y hechos sobre el sexo.
- Educamos en el amor, en la afectividad y en la sexualidad

NOTAS IMPORTANTES:

Conviene que este tema:

- Sea reflexionado en dos reuniones para poder profundizarlo
- Sea adaptado a la edad y ambiente social de los jóvenes

3.1. SONORAMA: SEXUALIDAD y AMOR

A. Sexo y sexualidad:

Hombre y Mujer. Macho y hembra.

¿La sexualidad humana es como la de los animales?

Planteamiento del problema.

B. Sexualidad y amor:

1. El sexo es una realidad que pertenece a toda la persona humana. Se **INTEGRA** a ella, y la marca y la realiza de una forma peculiar.
2. La sexualidad no se da toda entera y de una vez. Crece y madura con la misma persona. Es una realidad **DINAMICA** y **CREADORA**.
3. La sexualidad es una realidad **COMUNICATIVA**: Lo hace salir a uno de sí mismo, para ir al encuentro y descubrimiento del otro.

C. Amor humano y amor divino:

4. La sexualidad es una realidad destinada a **TRASCENDER** al hombre, por **AMOR**, en el **AMOR**.

El amor humano no se explica desde abajo, sino desde arriba:

Desde un **AMOR** que sea Eterno e Infinito: Dios.

El amor Eterno e Infinito irrumpe en la historia por etapas.

1 a. Etapa. Hombre y Mujer, hechos a imagen y semejanza del Amor. Génesis 1 y 2.

2a. Etapa. Los profetas revelan y profundizan una nueva relación de Amor: Esposa-Esposo significan Pueblo- Yahvé.

3a. Etapa. En la plenitud del tiempo, DIOS AMOR se manifiesta en la tierra, naciendo de una mujer, y proclama el único mandamiento que revela al creyente.

El matrimonio es un estado de vida para la sexualidad.

La sexualidad humana no es como la de los animales, porque es para el Amor. Y el Amor humano es un reflejo del Amor divino. Si el sexo es dualidad (macho y hembra), el Amor es trinidad (Hombre, Mujer y Dios).

SINTESIS. La sexualidad es un DON, que se INTEGRA a la persona humana, para que logre MADURAR como persona, CREAR, COMUNICARSE, Y TRANSCENDER-SE. (Colección "Educación para el amor", Editorial Don Bosco)

3.2. LA BODA DE UN PARALÍTICO

Larry es un joven norteamericano paralítico de cintura para abajo. Está enamorado de una enfermera. La enfermera le corresponde. Quieren casarse.

Pero hete aquí que se enteran de que no es posible el matrimonio, según la Iglesia Católica, cuando no se pueden tener relaciones sexuales.

Y precisamente eso es lo que ocurre con Larry a causa de la parálisis que le atenaza.

El caso ha saltado a la prensa. A los pocos días el obispo de la diócesis correspondiente ha concedido un permiso especial, ha autorizado el matrimonio.

Nos parece acertada la decisión. De esta forma la sexualidad se ve como una dimensión de la persona destinada no sólo ni

principalmente a la reproducción. Así el matrimonio se concibe como una comunidad de amor, Así la vida y el amor quedan por encima de la mera biología.

FUENTE: Javier González Ramírez. Un proceso de Formación para los Grupos Juveniles 1. Editorial San Pablo.

TEMA

NOVEDAD

LA SEXUALIDAD, PROYECTO DE DIOS PARA EL AMOR

En este momento del desarrollo del tema queremos destacar que la sexualidad humana tiene su origen en Dios, se orienta hacia el encuentro hombre-mujer, hechos ambos a imagen y semejanza de Dios, y se manifiesta en el amor. El proyecto de Jesús se sitúa precisamente en este ámbito del amor: el amor a Dios y a los demás.

Es importante presentar la novedad cristiana sobre la sexualidad en relación con todo lo reflexionado anteriormente, en concreto con la apertura de horizontes. La fe cristiana, en definitiva, es el horizonte en donde situamos los cristianos el sentido y la vivencia de la sexualidad.

1. ACOGIDA

El animador o animadora esté atento para ver si el grupo va abriendo horizontes nuevos en el tema de la sexualidad. Es esencial para que las actividades de este tercer momento no sean un elemento añadido de forma artificial, sino una propuesta a asumir de forma normal.

2. EXPERIENCIA DE ANÁLISIS

Materiales: *Documento*

Se reparte a cada uno el *documento*. Y se invita a trabajado de la siguiente forma:

- Se reúnen por **parejas**, cada una analiza una de las citas del documento. En concreto: Gn 2,21-25; Gn 1,26-31; Gn 2,18 y 3,12; 1 Cor 6,14-20; Rom 6,12-14; Rom 13,8-14. Proponemos la siguiente metodología:
- Subrayar las expresiones que no se entienden.
- Expresar en una frase la primera impresión que ha suscitado la cita.
- Enumerar, a doble columna, motivos para aceptar o no su contenido por parte de los chicos y chicas de su edad.

3. EXPERIENCIA DE PROFUNDIZACIÓN

Acabado el trabajo por parejas, se pone en común el análisis anterior. El animador o animadora tiene aquí una tarea importante. Seguramente es la primera vez que el grupo se acerca a estos textos; por eso tendrá que dar bastantes explicaciones. Procure hacerla de forma sencilla y adecuada a la edad.

4. HACIENDO SÍNTESIS

Como síntesis de todo lo hecho anteriormente, proponemos hacer entre todos, en forma de *decálogo*, una lista de criterios cristianos del comportamiento sexual. Puede comenzar así: *El comportamiento sexual de un joven cristiano supone...*

Cada uno lo escribe en su cuaderno de bitácora y lo puede comentar durante la semana con alguien de confianza (padres, hermanos, amigos o amigas). Se escribe también en el mural del tema.

La sexualidad, proyecto de Dios para el amor

Durante las últimas reuniones hemos reflexionado sobre la sexualidad, considerándola como una dimensión fundamental de la persona.

Para nosotros, los cristianos, ¿tiene la sexualidad algún aspecto nuevo?, ¿tiene Dios algo que ver con esa realidad?

Para descubrirlo acudimos a la Biblia, el libro donde se narra la historia de la fe y de la salvación de los hombres.

La sexualidad humana es obra de Dios

«Entonces el Señor Dios dejó caer sobre el hombre un letargo; y el hombre se durmió. Le sacó una costilla y le cerró el sitio con carne. Y el Señor Dios trabajó la costilla que le había sacado al hombre, haciendo una mujer, y se la presentó al hombre. El hombre dijo: 'Esta sí que es hueso de mis huesos y carne de mi carne. Su nombre será Mujer, porque ha salido del hombre'. Por eso abandonará el hombre a su padre y a su madre, se unirá a su mujer y serán los dos una sola carne. Los dos estaban desnudos, el hombre y su mujer, pero no sentían vergüenza el uno del otro) (Gen 2,21-25).

«Y dijo Dios: 'Hagamos al hombre a nuestra imagen y semejanza; que domine los peces del mar, las aves del cielo, los animales domésticos, los reptiles de la tierra'. Y *creó* Dios al hombre a su imagen; a imagen de Dios lo *creó*, hombre y mujer los *creó*. Y los bendijo Dios y les dijo: 'Creced y multiplicaos, llenad la tierra y sometedla, dominad los peces del mar, las aves del cielo, los vivientes que se mueven sobre la tierra'. Y dijo Dios: 'Mirad, os entrego todas las hierbas que dan semilla sobre la faz de la tierra, y todos los árboles frutales que dan semilla os servirán de alimento'. Y vio Dios todo lo que había hecho, y era muy bueno» (Gen 1,26-31).

Hombre y mujer, creados para el encuentro en el amor

<<El Señor Dios se dijo: 'No está bien que el hombre esté solo, voy hacerle alguien como él que le ayude'>>) (Gen 2,18).

«Adán respondió a Dios: 'La mujer que me diste como compañera me ofreció del fruto y comí'» (Gen3, 12),

La sexualidad desde la fe cristiana

Ante el posible uso conflictivo de la sexualidad, ¿qué orientaciones y normas nos da la fe? En primer lugar, no se sitúa en los límites de lo prohibido y de lo permitido, como si fueran una regla matemática o mecánica. La fe cristiana orienta siempre hacia la realización de lo más perfecto y humano, en correspondencia con lo que pide el amor a Dios y al prójimo. La fe nos impulsa siempre a lo positivo, a lo mejor (Cfr. 1 Cor 6,14-20).

Cristianos y cristianas comprometidos

El cristiano/a, para vivir con el estilo de Jesús, se toma en serio su tarea de hacerse persona. Va integrando, sin prisa pero sin pausa, las propias energías corporales y la sexualidad, y las pone al servicio del amor. Descubre que ser persona es estar orientado hacia fuera, hacia los otros y hacia el Otro.

El cristiano/a vive el espíritu de libertad de Jesús y emplea esa libertad para el amor, sin trampas ni mentiras. Porque ese es el sentido de la libertad cristiana, y porque a eso le mueve el espíritu de Jesús. El cristiano descubre que quien ama ha cumplido la ley de Dios (Rom 13,8-14).

Pero al mismo tiempo es realista y sabe que es difícil el integrar la sexualidad dentro de la persona, y que con frecuencia está tentado de utilizar al otro, de servirse

egoístamente de él. Por eso, asume con responsabilidad el seguimiento de Jesús, luchando contra todo lo que le arrastra al mal y buscando la vida nueva a la que Dios le llama (Rom 6,12-14).

FUENTE: Centro Nacional Salesiano de Pastoral Juvenil. Tarea de ser persona. Editorial CCS.

TEMA

LAS PALABRAS NO BASTAN LA SEXUALIDAD AL SERVICIO DEL AMOR

Sugerimos como contenido de la última reunión de este bloque temático una celebración. Celebrar que somos cuerpo y cuerpo sexuado, imprescindibles ambos en cualquier relación humana, y por ello, contenido también ambos de una celebración cristiana.

Puede parecer extraño a los adolescentes una celebración sobre la sexualidad. Por eso hay que cuidarla, evitando reducirla a una mera reflexión (ya la hemos hecho antes), pero también evitando *sacralizar* el tema, lo cual se hace cuando los textos, moniciones, acciones, etc., van al margen de la vida concreta de los participantes y de lo que hay en su mente y en su corazón.

1. ACOGIDA

Se puede iniciar la reunión comentando la acogida que ha tenido la presentación del *decálogo* sobre el comportamiento sexual de los jóvenes cristianos por parte de las personas con las que hemos hablado.

2. CELEBRACIÓN

Materiales: Viñetas grandes del hombre del círculo.

a) Monición:

El animador o animadora puede introducir la celebración con estas o parecidas palabras: *Durante varias semanas hemos reflexionado sobre un tema de vital importancia para*

nosotros: las posibilidades y dificultades de nuestro cuerpo y de nuestra sexualidad como fuerza integradora de la persona.

También hemos visto que nuestro cuerpo sexuado es un maravilloso don de Dios.

Gracias a él podemos generar vida, relacionarnos con los demás y también ponernos al servicio del amor desinteresado, y no solamente en una futura pareja, sino también ahora amando a todos, especialmente a los más solitarios y marginados.

Os invito a dar gracias a Dios por todo ello.

b) Canto: *Danos un corazón.*

c) Signo: Colgadas en las paredes de la sala de la celebración están las viñetas del primer día, pintadas en cartulinas, tamaño DN3. Mientras suena la canción *Gracias a la vida* (A. Cortés), se entrega a cada uno una cuartilla con esta pregunta: *¿Cómo vivo yo mi realidad corporal, cómo vivo mi ser cuerpo?:*

- *¿Cómo una carga?*
- *¿Cómo posibilidad de relación?*
- *¿Cómo una máscara?*
- *¿Cómo un instrumento de placer?*
- *¿Cómo expresión auténtica de lo que soy?*
- *¿Cómo un don maravilloso que potenciar?*

A medida que van contestando personalmente se van colocando al lado de la viñeta con la que se identifican. Cuando están ya colocados, explican a todos por qué han elegido la viñeta.

d) Oración: Una vez acabada la comunicación, se invita a dramatizar corporalmente la viñeta y todos juntos, en diversas posturas, se hace una oración de acción de gracias a Dios por el cuerpo.

La puede hacer el animador o animadora; pero también puede hacerse de forma espontánea por parte de cada uno.

e) 1ª lectura: Gén 2,7.18-25 (Somos distintos pero complementarios).

Un chico o una chica introduce la lectura con la siguiente monición: *La relación entre el hombre y la mujer, la diferenciación sexual son algo que ha preocupado a la humanidad de todos los tiempos. La Biblia también habla de esto. Y con un lenguaje poético nos transmite su pensamiento: Dios es el origen del hombre y de la mujer; ambos son iguales en dignidad y están llamados a complementarse mutuamente; dicho amor y donación son queridos por Dios y constituyen una forma de colaborar en la acción creadora y amorosa de Dios.*

Acabada la lectura se puede complementar con un sencillo **montaje audiovisual** sobre la sexualidad, con algunas diapositivas que hagan referencia a dos formas de vivir la sexualidad: una humanizante y otra degradante.

f) 2ª lectura: 1 Cor 13,1-8 (Llamados al amor auténtico).

Un chico o chica introduce la lectura con estas o parecidas palabras: *Existen hoy día muchas formas de entender y vivir el amor. También nosotros lo hemos experimentado. Vamos a escuchar la opinión de un cristiano de la primera hora, San Pablo. Invita a los cristianos de Corinto a vivir un amor nuevo. Esta invitación es también para nosotros.*

Acabada la lectura, se comenta por parejas las palabras de Pablo. Puede hacerse comparando la visión del amor presente en las diapositivas con las palabras de Pablo, y escribiendo brevemente en el mural del tema las aportaciones del amor cristiano a la sexualidad. También preparan una sencilla oración de acción de gracias, por el don del cuerpo y la sexualidad.

g) Oración de acción de gracias: El animador o animadora introduce la oración y cada pareja reza su oración. A cada oración todos responden: *Gracias, Señor, y aumenta nuestro amor.*

h) Canto final: «*Amar es darse*»

3. COMPROMISO

Concluida la celebración, el animador o animadora invita al grupo a tomar un compromiso sobre el tema, durante la semana. El compromiso puede ir en una doble dirección:

- a) Buscar una fotografía o dibujo y escribir como pie una frase que resuma la propia vivencia del tema, y colocada en la propia habitación o en el lugar más significativo de la casa.
- b) Tratar el tema en el grupo de amigos y comunicar las novedades asumidas.

FUENTE: Centro Nacional Salesiano de Pastoral Juvenil. Tarea de Ser Persona. Editorial CCS.

NOTA: Para una mayor profundización del tema te invitamos a utilizar diferentes videos en you tube sobre teología del cuerpo, algunas de nuestras sugerencias son:

-¿Por qué Dios inventó el sexo? Teología del Cuerpo
<https://www.youtube.com/watch?v=4yGf-8QQ180>

-Amar más ¿Cómo vivir la Teología del Cuerpo?
<https://www.youtube.com/watch?v=DxHKxglC83Q&list=PLNd5Bt1-u0GfMhmp8SD1inRgg53P3WRvq>