

Tema: *Hacia la integración de la sexualidad humana en el proyecto de vida religiosa.*

Por: Padre Jorge s.a.c.

Trece puntos formaron el marco de la sesión.

I. IMPORTANCIA DEL CONOCIMIENTO DE LA SEXUALIDAD HUMANA

Porque somos seres sexuales. No podemos negar nuestra sexualidad. Nuestros impulsos y fantasías sexuales necesitan ser atendidos. El objetivo es convertirse en un DON en las relaciones a través de la **castidad**. ¡La sexualidad es una fuerza que debe orientarse hacia la disponibilidad a los demás y a Dios! La palabra sexo viene de “*secare*”: cortar, nos quedamos cortados hasta la tumba. La sexualidad valora el amor humano: el amor de reciprocidad (confidencial), y la generatividad (gratuidad). ¡Renunciamos a la maternidad / paternidad biológica, a la procreación!

II. FORMAS NEGATIVAS DE VIVIR LA SEXUALIDAD

La dependencia de las pulsiones sexuales es una falta de integración. La represión de los impulsos es un fuerte **mecanismo de defensa**. Consecuencias de la represión: **Compensación** (en la bebida, comida, el tener, el saber, el poder, la reputación) y **Somatización** (malestar en el cuerpo, sin causa médica a raíz de la pulsión no integrada, sino reprimida). También hay una medida a medias de la **sublimación**: transformar los impulsos en valores sociales.

III. CONVICCIONES ERRÓNEAS SOBRE LA SEXUALIDAD

Qué dificulta la integración: que la sexualidad se percibe como una realidad **peligrosa**. A menudo nos protegemos con la **risa**. La sexualidad es **mala** (dualismo: cuerpo-mente, cuerpo-alma) ¡el cuerpo es negativo! Al niño le decimos: no tocamos el sexo.

Se ve como un **pecado**. Si bien ¡es normal sentir las pulsiones! A veces se la percibe como la esfera **impura**, esto también puede estar relacionado con la religión, lo que puede ser un obstáculo para la plenitud (el fariseísmo). ¡Algunos perciben la sexualidad como una psicopatología, a tratar! ¡La única forma de protegerse es el olvido, la depresión, la agresividad o la violencia! ¡Esta sesión nos anima a la responsabilidad!

IV. SEXUALIDAD PARTE INTEGRANTE DE LA PERSONA

Existe un vínculo entre la sexualidad, **la afectividad y la moralidad**. La distorsión moral conduce a hacerse daño a uno mismo y a los demás. El referente: valores e ideales estables. ¡Está ligada a la **espiritualidad** para descubrir el sentido de la vida! Sitúa la fidelidad y la castidad por encima del placer. Existe un vínculo entre **la sexualidad y la libertad**. Quien pierde su libertad en un ámbito (poder, tener, saber: ¡existo luego poseo!), es incapaz de dirigir su sexualidad. La sexualidad mal experimentada puede conducir a actitudes de perversión (masturbación: placer no compartido y desprovisto de sentido; homosexualidad).

V. INTEGRACIÓN, RELACIÓN ENTRE EL CUERPO SEXUADO Y NUESTROS SENTIMIENTOS

La integración pasa por el reconocimiento, aquí la persona busca la aceptación a través de la aprobación. ¡El niño que ha sido reconocido acepta fácilmente las críticas! La **memoria afectiva** (la caja negra) registra todo. Mientras que la **memoria cognitiva** es débil. Las

estructuras en las que crecimos, las prohibiciones, los tabúes tienen un impacto en la sexualidad. El niño necesita mimos, abundantes y gratuitos. ¡Cuanto más tenga una visión positiva de su sexualidad, más integrará y comprenderá su cuerpo!

VI. LAS FUNCIONES DE LA SEXUALIDAD HUMANA

La sexualidad cumple tres funciones: función de relación, el hombre y la mujer se acogen en sus diferencias. Función del placer, no se trata solo del orgasmo sino también de ver, tocar, ser visto, ser tocado. Función de fecundidad. Dar vida en todo: psíquico, espiritual y pastoral.

VIII. INSTINTO, PULSIÓN, FANTASÍAS, TENTACIÓN, CAÍDA Y SUEÑOS

Está científicamente reconocido que los animales se aparean por instinto. Pero la sexualidad humana es pulsional. Está orientada hacia diferentes partes del cuerpo erótico. ¡Cada uno tiene una “**geografía sensible erótica**” única en el mundo!

Para GESTIONAR las pulsiones hay que nombrarlas; por una descarga motriz se logra, una relajación sensorial, sobre todo, resituarse en el compromiso. La **fantasía** es voluntaria pero el sueño es inconsciente. Para las mujeres, las fantasías son más sentimentales, establecen el ambiente. Para los hombres, son del orden de la vista. La tentación más peligrosa para los consagrados es: “**la tentación de la tentación**”. Nos decimos: “hoy lo hago y mañana desisto”.

El **sueño**: Es una experiencia inconsciente que surge mientras se duerme. Los sueños permiten la manifestación del carácter sexual. De hecho, cuanto más se reprime la agresividad, más violenta se vuelve. Los sueños no son pecados, endulzan la sexualidad. Los sueños sexuales son productos secundarios de la castidad célibe. Transmiten un mensaje de un gran deseo de amar y ser amado. Por lo tanto, es necesario saber captar el significado de la imagen.

VIII. HOMBRES Y MUJERES

1. Forma de amar: la mujer ama, se entrega totalmente, atraída por la ternura y la necesidad afectiva. Ella busca profundidad y duración. ¡Los celos son el sentimiento de perder! Para el hombre, el cuerpo es llevado para ir rápidamente hacia la meta, sin apego ni profundidad. Es conquistador y cazador. **2. Modo de razonamiento:** La mujer es intuitiva (Observación, Conservación, Decisión). El hombre se basa en principios, teorías, pruebas y soluciones. **3. Manera de reaccionar:** La mujer guarda todo (fechas de cumpleaños, etc.), le gustan las palabras bonitas y le cuesta olvidar. El hombre, en cambio, necesita más tiempo para decidirse y se olvida muy rápido. **4. Vía de diálogo:** La mujer es sensible al habla, necesita comunicarse. Ella aprecia los cumplidos, el bienestar de los demás. El hombre dialoga poco, mira el todo más que el detalle. ¡Debe aprender a decir “gracias” y “lo siento”! **5. Modo de comprometerse:** La mujer compromete todo su corazón, su cuerpo, su mente, su inteligencia. ¡El hombre, con el corazón cruzado, se enfoca en un solo lugar, mientras que la mujer está en todas partes! También el hombre cuando escucha, busca la solución. Pero cuando la mujer escucha o dice “sí” es para decir que está ahí, las mujeres hablan para comunicarse; los hombres para resolver.

IX. LAS ETAPAS DE DESARROLLO, LAS ZONAS ERÓGENAS DEL CUERPO

Aquí el énfasis está en las RELACIONES entre el niño y los padres.

1ª etapa de 0-1 año, etapa de incorporación, **etapa oral**: la boca y la piel son objetos de placer. ¡La insatisfacción causa frustración! El reto que hay que afrontar es el de la confianza, que es la base del cuerpo. La madre es la “**proveedora de cuidados**”. ***De 0 a 4 meses**, el órgano del niño funciona como **pasivo-receptivo**. ***De 5 a 12 meses** (dientes). Modo de funcionamiento: el órgano de incorporación es más **activo-captativo**. La incorporación está en las modalidades sociales.

***Alrededor de los 8 meses** el niño se relaciona con su madre como un **objeto de placer**: tocarla, mirarla le da placer. En esta etapa el niño elige el **objeto libidinal**. ***Hacia el final del 1er año** el niño comienza a caminar. Ésta es la etapa de la **individuación**. Sale del universo materno, hacia el exterior: El papel del padre es importante y la mamá debe aceptar que el niño se aleje. Para descubrir el modo de comportamiento, el niño se basa en el **esquema cognitivo** y el **esquema sensorio-motriz** (los objetos de colores y en movimiento).

Para la reapropiación de la 1ª etapa, se ha de estar atento a la **confianza en sí mismo y al reconocimiento de las necesidades de los demás**. ¡Prestar atención a los ritmos básicos (sueño, vigilia, comida, eliminación)!

2ª etapa de 1 a 3 años, etapa de eliminación, etapa anal. Éste es el comienzo de los procesos de **separación e individuación**. El niño se despega y se alarga. Gracias a la **musculatura**, ingresa a un nuevo mundo: el universo familiar. El reto es el de la **autoestima**. Es el nacimiento psíquico caracterizado por papá que da el Nombre. A través de este ritual, el papá reconoce al niño como hijo suyo y el niño responde, simbólicamente, con un “sí”: la obediencia. Así, quien no ha conocido a su papá, tiene dificultad para obedecer.

¿Modo de operación del objeto de placer? El niño experimenta “retener y soltar” a través del órgano de eliminación anal. Aquí el cuidador tendrá que ayudarlo a entender las leyes de la familia. Cómo lo hace: la familia tiene su propia manera de hacer las cosas. Cuándo hacerlo: la familia depende del tiempo, la regularidad. Dónde hacerlo: La familia tiene un código para los pedidos. El niño aprende todo esto a través del modo de aprobación y desaprobación. Si se respeta al niño en su modo de funcionamiento: **retención-soltar**, ¡él también respetará las leyes de la familia!

Objeto afectivo: ayudar al niño a construir su autoestima, conquistar su autonomía a través de los dictados de los padres: ¡permiso y prohibición!

La falta de mutualidad provoca dificultades **relacionales**, compensaciones **narcisistas**: satisfacción autoerótica (**masturbación** que es la eliminación del otro). Sí, los valores son estáticos, ¡pero las expresiones cambian! Tendencia a la **obsesión** (en el pensamiento, ideas, es la **paranoia**) y a la compulsión. **Eliminación hostil**: habla áspera, tendencia a aislarse, a enfurruñarse, corte entre sentir y actuar. Uno abrumba a los demás con el poder anal.

A. Perversiones. Son desviaciones enraizadas en la herida de la primera infancia. Aquellos que cometen actos perversos sufren de impulsos perversos. Esto explica, pero no excusa. Hay dos tipos de perversiones:

1. Las perversiones que afectan al objeto sexual, ¿hacia quién se dirige la pulsión y cuál es el objeto que alimenta la pulsión? Podemos citar: Pedofilia (placer con el niño), Gerontofilia (placer con una persona anciana o discapacitada), Necrofilia (con el cadáver del

mismo sexo o del sexo opuesto), Zoofilia (con los animales), Fetichismo (la pareja es sustituida por un objeto que le pertenece), travestismo (perversión de vestirse con ropa del sexo opuesto para tener satisfacción sexual).

2. Las perversiones que afectan al fin sexual, ¿hacia qué acto empuja la pulsión?

a) Transgresiones anatómicas: la persona busca otro órgano para satisfacer su impulso: la felación (el órgano masculino en la boca de la pareja). Cunnilingus, (excitación oral del órgano genital femenino: vulva, clítoris). Sodomía (el uso sexual del orificio anal).

b) Fijación en los juegos preliminares: perversiones consistentes en experimentar satisfacción sexual en los preparativos: caricias, besos, desnudez. ¡No más allá! Exhibicionismo, voyerismo o escoptofilia: ¡ver órganos o películas, sadismo y masoquismo!

El perverso es una persona herida. Él es un hijo de Dios. ¡Sólo el acto es odioso, la persona es pecadora y Dios desea concederle su misericordia!

Preguntas: ¿En mi recorrido, alguna vez he tenido la oportunidad de hablar de estas perversiones? ¿Voy a continuar o detenerme?

B. Masturbación: sexualidad invertida. En el sentido normal, la sexualidad se vuelve hacia el otro, pero aquí uno se satisface a sí mismo. Es la negación del placer relacional. La masturbación desintegra a la persona e impide su desarrollo armónico. Cuanto más se practica, más deja que la pulsión controle la voluntad y la razón. Los signos:

La masturbación es **egocéntrica**: la persona no puede ser admitida en la vida religiosa por ser incapaz de relacionarse. Puede ser **compulsiva**: ¡esta obsesión es un fuerte mecanismo de defensa! También puede ser un signo de **neurosis**: dónde la persona sufre del complejo de inferioridad. Tal persona no puede ser admitida a la vida religiosa. Puede ser el síntoma de una **psicosis oculta**: producto de lo vivido en el pasado. El miedo generalizado hace que uno no sea apto para la vida religiosa. Puede ser consecuencia de un **trauma**: (el monasterio no es un hospital).

La masturbación puede manifestarse en una persona muy **emotiva (maníaco-depresiva)**, una persona bipolar, mostrando gran alegría y gran tristeza.

C. Homosexualidad. Es una orientación sexual, atracción por personas del mismo sexo. Hasta 1980 se consideraba una enfermedad mental. Pero, debido a las presiones sociales, ya no está en la lista de perversiones. El Catecismo de la Iglesia Católica (C.E.C.) n° 2357 da una definición muy clara. Hoy se entiende como una identidad, un estado sexual del individuo al mismo nivel que el heterosexual.

1. El término "**homofobia**" va más allá e invierte la situación. Se percibe como una neurosis imaginaria que afecta a todos aquellos que son hostiles a la homosexualidad. ¿La homosexualidad es innata? No. La argumentación genética de 1990 y 2010 ya no habla de eso. Es más la doctrina del "género" la que se acepta, según la cual cada uno puede elegir su sexo.

2. He aquí algunas razones que pueden conducir a la homosexualidad: * Repugnancia o miedo al acto sexual. * Violación, incesto, caricias, voyerismo, exhibicionismo. * La conciencia del niño de que su sexo no corresponde a las expectativas de los padres. ¡Se percibe a sí mismo como rechazado y no recibido! * Incapacidad para competir con otros niños.

3. La homofilia latente del adolescente: Es una atracción afectiva hacia su prójimo. En la adolescencia, es transitorio a la edad adulta. Es una etapa de confirmación de su identidad, sin erotización alguna. Algunos padres “modernos” aceptan la homosexualidad de sus hijos.

4. ¿Qué dice la Biblia? Lv 18:22; Lv 20:13. Esta práctica se considera una abominación que debe ser castigada con la pena capital. El C.E.C. n° 2357-2359, lo califica como un estado objetivamente desordenado. ¡Hay que evitar cualquier posible discriminación!

¿Cómo salir de todo esto? La persona debe creer que es posible. Estar acompañado, aceptar que el camino es largo y está marcado por caídas. El apoyo de la comunidad y del grupo es esencial.

D. La reapropiación de la etapa anal. Se trata de tomar el control del cuerpo a través de **la musculatura**, tener **confianza en el propio cuerpo**, a través del trabajo manual, la danza o el deporte. Se trata de **redescubrir la propia tendencia**, gestionando el tiempo, el espacio y el orden, para abrirse a los demás. Es saber dominar las leyes inorgánicas.

Después de lo cual el niño está listo para entrar en la tercera etapa de apertura.

3ª etapa, apertura al otro. A partir de los tres años, el área genital se vuelve erógena. El niño se abre a otro mundo, asiste al jardín de infantes, pero siempre guarda en la memoria **la representación de sus padres**. El niño existe como persona, los demás también. Deja de mirarlos como objetos. Y por primera vez, el niño **se enamora del padre del sexo opuesto**. El órgano genital cambia el modo de funcionamiento. Al tocar su sexo el niño experimenta una sensación de placer. En esta etapa los niños disfrutan de los juegos de roles. Desprendiéndose de este juego, el niño está desconsolado, siente el placer de “**estar con**”.

¿Cómo funciona el órgano genital?

- Para el niño: Éste es un **momento intrusivo**. Se precipita contra el cuerpo de mamá. Siente curiosidad por el sexo del otro. Hace de bombero orinando lo más lejos posible. Le gustan los juegos de contacto (box, karate, fútbol, etc.)
- Para la niña: ella crea el ambiente, se maquilla para seducir a papá. Ella usa los zapatos de mamá. Ella invierte su energía en la mirada para llamar la atención del objeto de su amor que es papá.

Los niños en esta etapa tienen un intenso placer relacional. Hay que animarlos a no fijarse únicamente en el órgano del placer.

La situación edípica

- La hija desea la desaparición de mamá para atraer al objeto de su amor exclusivo.
- El niño, de la misma manera, quiere la desaparición de papá para casarse con su madre.

¿Por qué nos conmueve el destino de Edipo? Es porque pudo haber sido nuestro y en nuestro nacimiento el oráculo pronunció contra nosotros esta misma maldición. Todos podemos haber sentido nuestro primer impulso sexual hacia nuestra madre, nuestro primer odio hacia nuestro padre; ¡nuestros sueños dan testimonio de esto! Edipo mata a su padre y se casa con su madre, cumpliendo uno de nuestros deseos de infancia.

Ambos padres son necesarios para resolver la situación edípica. La hija es recibida por papá y orientada a mamá. Y el niño es recibido por mamá y dirigido a papá. ¡Poco a poco se animan a renunciar a la exclusividad! Pero la situación no resuelta provoca una doble identificación: La hija tendrá el cuerpo de mamá, pero se identificará con el papá, **le gustaría tener pene**. ¡Una vez que sea adulta, será agresiva con los hombres!

Para el niño: mamá le da la bienvenida y luego lo dirige hacia papá. Este último lo recibe, trabaja y juega con él. El complejo de Edipo para el niño: no le gustaría tener el pene, **es la castración**. Vive inhibido, y a veces huye a la vida religiosa. ¡El padre debe confirmar al niño en su masculinidad y la madre, a la niña en su feminidad! En la tercera etapa, el niño está equipado con **esquemas cognitivos intuitivos**. ¡También se expresa en los juegos de rol dándose la meta a lograr!

Reapropiación de la 3ra etapa. Esta etapa genital sienta las bases para el equilibrio de las relaciones interpersonales. Es importante avanzar hacia la autonomía y la armonía en las relaciones.

¿Cuáles son las consecuencias del complejo de Edipo?

- 1) Consecuencia de inhibiciones, ansiedades y encogimiento.
- 2) Presencia de fobias (agorafobia). Prohibición de iniciativas, matar al rival.
- 3) Evasión de responsabilidades, compromisos estables.
- 4) Búsqueda del doble propósito (real e imaginario, casarse con mamá).
- 5) Culpa (amor propio, supresión del rival), no colaboración.

El trabajo de curación implica renunciar a la hostilidad, al odio y a las rivalidades mal vividas. Sin embargo, la rivalidad es buena para el crecimiento del niño. **Para el hombre**, él debe recuperar el mundo intrusivo, vivir y habitar su cuerpo, saber tomar decisiones, penetrar el espacio con velocidad, saltar, escalar, nadar, bucear... Pero también intrusismo en el pensamiento, el lenguaje y el trabajo. **Para la mujer**, ella debe recuperar su modo inclusivo, crear el clima, reunir, apropiarse de su cuerpo. Dando color a la experiencia corporal. Tomar consciencia desde dentro y dar vida. Erikson habla de *El espacio interior*: la mujer tiñe la percepción del entorno y las relaciones. Aprende a jugar con, no en contra. La importancia del grupo.

4ª etapa - Período de latencia, 6 a 12 años

De los 3 a los 6 años, las fantasías ocupan un lugar preponderante. Si el niño no ha tenido este desarrollo, su deseo sexual no crecerá. En esta etapa el niño quiere hacer como los adultos (leer, contar, escribir). ¡Su persona de referencia cambia de padres hacia los maestros y especialmente la maestra!

De 6 a 8 años. El niño se reapropia de su cuerpo. Siente placer en el uso de los sentidos. Percibe los umbrales de tolerancia y lo hace de manera espontánea (hambre, sed, temperatura, cargas emocionales). Aprende a buscar el bien. **Los esquemas cognitivos se articulan intuitivamente**. Hace el vínculo entre el tiempo, el espacio y los medios.

De 9 a 10 años. Es más la musculatura la que se hace cargo y el niño experimenta placer al utilizarla: escalar, saltar, trepar... Gracias al **esquema cognitivo operativo concreto**, es capaz de respetar las leyes de la materia.

El reto que hay que afrontar es el de la cooperación y la aplicación. El niño aprende a comprender su cuerpo. La referencia son los padres, porque después de eso el niño ya no

tendrá intimidad con ellos. La madre debe estar bien en su feminidad para guiar a la hija. La niña se convierte en mujer mediante el primer período. ¡Se lo celebra!

En el niño, un poco más tarde, debe estar preparado por papá para la estabilidad en su masculinidad, el cambio en el cuerpo (pelo, voz, músculo, eyaculación). La reciprocidad del niño con el padre es importante. ¡Se acaba la latencia y todo se despierta!

5ª etapa de 12 a 18 años, adolescencia. Entramos en la adolescencia a través de la pubertad y todo lo vivido en la infancia se revitaliza. Para pasar bien esta etapa, los padres permitirán que los adolescentes vivan la separación.

El desafío a afrontar es el de construir la propia identidad, viviendo la separación psicológica a través de las oposiciones. Los padres evitarán el **autoritarismo**. No se comprende al adolescente ya que él mismo no se comprende a sí mismo porque sufre cambios rápidos. **Los padres evitarán la resignación y la identificación** (padres-amigos de sus hijos).

Los grupos de chicas y los grupos de chicos vivirán separados, pero no muy lejos unos de otros, porque en esta etapa (14-15 años) se necesitan mutuamente para estar a la altura. Es importante la homofilia transitoria, esa amistad entre chica-chica y chico-chico, para completarse, identificarse poco a poco y abrirse al otro sexo. Con la pregunta “¿Cómo tú, chica, me ves a mí, chico”?

Los esquemas cognitivos son **operativos formales**, a través de hipótesis deductivas. Se trata de sacar conclusiones de la realidad. De 15 a 35 años son “adolescentes interminables”. Experimenta el poder del pensamiento especulativo y filosófico. Disfruta del pensamiento seductor (*seducere* significa, atraer hacia uno mismo).

Así terminadas estas 5 etapas, entramos en el período adulto. Los ADULTOS somos seres sexuales como hombre y mujer. Alrededor de los 18 años, se desarrolla la identidad psicológica sexual. Hacemos la elección de vida (Vocación, profesión). Adquirimos la capacidad de amar y ser amados, generatividad: maternidad y paternidad. Desarrollamos la vida espiritual, artística y cultural. Experimentamos el autocuidado. ¡A través del trabajo, le damos al dinero un valor social!

- ¿Qué favorece la realización en el celibato?
- ¿Qué lugar le das a las amistades? (hombre-hombre; mujer-mujer; hombre-mujer) ¡El adulto puede tener dificultades si ha sido abusado!

X. ABUSO SEXUAL

Muchas personas han vivido situaciones de abuso. Así, el abuso es como un corte en la historia entre un “antes” y un “después”.

1. Definición: El abuso es cualquier coacción de contacto físico, de un niño, un adolescente o un adulto, con el propósito de una estimulación sexual. Cualquier abuso constituye una violación de la integridad y causa un trauma.

A. Tipos de coacciones

***Coacción verbal:** uso de términos sexuales, seducción, insinuación, solicitud del otro que no quiere. ***Coacción visual:** a través de la pornografía, desnudarse, acto sexual en

presencia de alguien que no quiere verlo. * **Coacción psicológica**: la frontera entre lo relacional y lo sexual (papá que quiere comprobar si su hija aún es virgen). Asistir al aseo íntimo de un niño.

B. Contacto físico

- * Bastante grave: tocamientos del cuerpo a través de la ropa, presión emocional.
- * Graves: tocamientos o penetración manual, incluso sin violencia física.
- * Muy graves: violación genital, anal u oral, por la fuerza o no.

2. La estrategia del abusador: planea y organiza su crimen a través de:

- a) Desarrollar intimidación de carácter confidencial, relaciones privilegiadas, para poner a la "víctima" en un estado de "confianza".
- b) Contacto físico aparentemente "adecuado" o incitación verbal, abrazos amistosos. La víctima no tiene miedo ya que el 30% son miembros de la familia. El 60% de los abusadores son familiares o amigos y el 10% desconocidos.
- c) Un contacto sexual es la fase de abuso. La víctima (como un conejo) se encuentra petrificada, congelada, paralizada, incapaz de reaccionar. ¡El abusador lo sabe! Obtiene el silencio de la víctima, ya sea por vergüenza, o por culpa (te gustó), o por amenazas o privilegios (ascenso). El silencio rara vez se rompe y puede durar toda la vida. El silencio le conviene al maltratador porque teme ser denunciado.
¡Hay que ayudar a la víctima a denunciar haciéndole ver que no es ni responsable ni culpable!

3. ¿Por qué es tan difícil denunciar?

- ❖ Ya que lleva mucho tiempo admitir que **se ha sido víctima**.
- ❖ Se necesita tacto, hablar a su ritmo, porque a la persona **le gustaría olvidar el trauma**.

Deben evitarse las expresiones: *"Es un error como el que todos cometemos"*; *"¡Solo sucedió una vez!"*; *"Es hora de pasar página"*; *"Si fueras cristiano perdonarías"*.

- ❖ **La víctima se siente culpable**; porque el repentino mal de la impotencia le hace sentir culpable: *"no es que un poco ha sido mi culpa..."* *"¿Alguien más en mi lugar hubiera logrado resistir, huir?"*

Para ayudar a salir de la culpa se hacen preguntas como: *"¿Quién tenía el poder? ¿Quién era el adulto? ¿Quién puede ponerle fin?"* La víctima echa una mirada al pasado con una experiencia del presente. Ahora la persona sabe cómo protegerse. La víctima confunde el punto débil con el crimen. El abusador se aprovechó de la legítima necesidad de confianza.

- ❖ ¡Hablar de abuso es como **abrir una herida**! Entonces el entorno empuja a la víctima a callar, a olvidar. Cuando el abusador forma parte de una institución, ésta lo protege por miedo al escándalo de la perversión.
- ❖ **La víctima sufre vergüenza**: que es guardiana de la intimidad, de la dignidad. La vergüenza es una mezcla de miedo al rechazo e ira hacia el abusador. Hay que ayudarla a expresar su ira porque la libera y la saca de la vergüenza. Siente desprecio por sí misma y por el abusador. Ella piensa que **"todo varón (masculino) es malvado"**.

El desprecio es destructivo, puede conducir a la prostitución, ¡incluso al suicidio! Da a la víctima la ilusión de dominar el sufrimiento. ¡La elección de la vida pertenece a la persona!

4. ¿Qué daños produce el abuso?

Violento o no, una o varias veces no cambia nada; ¡la víctima sufre de muchas maneras!

1) El sentimiento de impotencia, ya que los familiares no la protegieron; el dolor está ahí en la soledad. La impotencia causa daños graves: pérdida de autoestima, uno se cree mediocre, ajeno a su historia, las relaciones se confunden, ¡se cae fácilmente en otros abusos!

2) La víctima experimenta la sensación de ser traicionada, por el abusador, familiares o incluso cómplices. Consecuencia: desconfianza hacia las personas de confianza. Dificultad para entrar en la intimidad. ¡Ella piensa que se merecía esto!

3) El sentimiento de ambivalencia: los dos sentimientos opuestos se cruzan (sufrimiento, vergüenza y desprecio = relación privilegiada, placer sensual). El placer va acompañado de dolor. ¡El recuerdo puede volver en la pareja y prohibir el placer! ¡Ayuda a la víctima a comprender que el placer no es culpable, sino el crimen!

4) Otros síntomas: depresión, trastorno sexual y, para las mujeres, **frigidez**; para los hombres, **impotencia** o masturbación compulsiva. La víctima puede destruir su cuerpo por drogas, exceso de alcohol o comida; Infecciones ginecológicas recurrentes. ¡El niño abusado puede perder todo interés en los estudios!

¿Cómo ayudar a la persona a vivir de nuevo? Se necesita mucho escuchar. Tendrá que dejar de escuchar las voces internas que la hacen sentir culpable o avergonzada. ¡La verdad nos hace libres!

Camino de sanación. Hay personas que sufren de impulsos perversos y no se portan mal. El camino de la sanación es posible cuando conocemos las causas, las raíces de la tendencia. La sanidad viene a través de perdonar a aquellos que han lastimado y recuperar la confianza en Dios, haciéndose la pregunta “**¿Dónde estaba Dios?**” La confianza en el guía es fundamental (si no es el verdugo). Mirar la realidad de frente y encontrar recuerdos: ¡encontrando al abusador, el lugar del drama, por los sueños!

Experimentar los sentimientos: culpa, vergüenza, impotencia, odio, y reemplazarlos con **ira** contra el abusador y sus cómplices. Esta tristeza se convierte en una expresión de vida de forma **real y simbólica**. La víctima decide elegir la vida para su cuerpo y su alma. Transforma la desconfianza de los hombres en vigilancia. No tener miedo de los placeres y la pasión. Atreverse a amar de nuevo. Recibir el corazón de carne (Ez 36,26).

¿Quiénes son los abusadores? A veces forman parte del entorno, dentro de la familia (incesto intrafamiliar), el 80% de los agresores han sido ellos mismos víctimas; ¡pero eso no es excusa! El 80% de los agresores no aceptan su responsabilidad. Quiere minimizar.

Camino de arrepentimiento: El abusador debe reconocer todos los hechos y asumir toda la responsabilidad por ellos. Debe dejar de justificarse diciendo: “*Ella era la que lo buscaba; ella no dijo que no; ¡Quería ayudarla a sentirse más cómoda con su cuerpo!*” ¡Tendrá que ponerse en regla con la justicia sometiéndose a la ley, aunque tenga que ir a la cárcel! Demostrar la voluntad de reparar el mal, material y moralmente. ¡Participar en un proceso de terapia serio! ¡Debe renunciar al sentimiento de suicidio!

¿Es posible el perdón? Perdonamos a los que piden perdón (Lc 17,3-4). Si es capaz de producir frutos dignos de arrepentimiento (Mt 3,8). ¡La víctima puede pedir la gracia, porque perdonar una violación es humanamente imposible!

XI. CASTIDAD, CONTINENCIA, VIRGINIDAD

La continencia es un comportamiento que contiene los impulsos sexuales de uno. Es abstenerse de cualquier placer genital orgásmico provocado voluntariamente.

1. La castidad es la regulación de la sexualidad. Una persona casta es aquella que trata, bajo el Espíritu Santo, de vivir su sexualidad en una sana relación con las cosas, con las personas y con Dios, en el reconocimiento de las diferencias. ¡Es una victoria diaria!

La castidad y la Virgen María. Es un don del Espíritu en nosotros, nos ayuda a vivir nuestras relaciones. Ella está presente para José y su Hijo. Que ella nos ayude a vivir nuestros afectos de manera liberadora para nosotros y para los demás.

2. Ofensas contra la castidad. Cada ofensa hiere al otro, porque se lo reduce a su cuerpo y el cuerpo a una parte. ¡Y la persona es cosificada! La primera víctima contra la castidad es el mismo pecador porque la culpa es devoradora. La ofensa a la castidad también hiere a Dios. Nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo. Los delitos son de orden externo (masturbación, fornicación, pornografía, prostitución, violación) de orden interno (imaginación, ensoñación, mirada-deseo, habla, broma, alusión obscena, libertad enajenada).

3. ¿Cómo vivir esta energía sexual?

a) Por la práctica de la virtud para combatir los vicios. El dominio propio es el fruto del Espíritu. ¡A través de ella, el hombre domina sus impulsos y obtiene la paz! Tomar una mirada positiva a la realidad. Revisar las motivaciones siendo apasionado por Dios como Elías. Comprometer la voluntad *“No codiciarás la mujer de tu prójimo”*.

b) Mantener la mirada y la lengua. Vigila la imaginación. Evitar lo que promueve la lujuria. Velar por la curiosidad (ver San Bernardo). El deseo de saber puede ser una puerta a la tentación: *“una vez, sólo para ver”*, crea dependencia. *“La parte inferior del abdomen dificulta que el hombre se tome a sí mismo por un dios”* (Filósofo Nietzsche).

c) Reavivar la esperanza. No identificarse con el pecado. ¡La desesperación quita la fuerza para luchar! Después de la caída, misericordia. De la humillación a la humildad. ¡Meditar en la cruz! Cuidado con las obsesiones con la pureza. Felices los que se vuelven puros sin volverse ásperos. (Los dos monjes yendo al santuario, y la mujer junto al río).

4. Virginidad. Ésta es la situación de una persona que ha vivido en perfecta continencia. Perdura largo plazo. Es también una disposición, una tensión de todo el ser hacia la ofrenda de sí mismo. Tiene sus raíces en el pasado, la experiencia vivida y el presente. Castidad = virtud. Virginidad = disposición. Continencia = conducta. Celibato = estado.

XII. CELIBATO

El celibato en sí mismo no tiene sentido. Se le puede dar varias orientaciones. Puede ser decidido o no; sufrido por un servicio, una carrera, en lugar de una causa.

1. ¿Quién es célibe? En función del matrimonio *“el que no está o nunca ha estado casado”*. Pero existen los *“falsos célibes”*, porque el verdadero vive solo y no en pareja. El celibato de la "seducción" piensa sólo en uno mismo. El celibato de los "olvidados", porque nadie se interesa por ellos. El celibato intriga a la sociedad, ¡es *“injustificable”*! ¡El celibato de la seducción es una amenaza para las parejas! ¡El celibato olvidado es una desgracia!

2. Para los consagrados. Es un celibato vivido como forma de vida relacional. Su sentido está en el proyecto de vida. Es un estado que no vive y mantiene relaciones sentimentales. Que no está ligado al otro por un compromiso jurídico. ¡Que se abstiene de toda expresión genital en continencia sin vacaciones!

3. Las condiciones del auténtico celibato

- 1) Se elige con responsabilidad y madurez psicológica y afectiva, proyecto de vida.
- 2) Está enraizado en la fe por motivación mística, porque hay practicantes no creyentes.
- 3) Compromiso con uno mismo, ascesis no rígida que disimularía el malestar sexual. Debe encarnarse en la cultura, el entorno no erotizado, el entorno no sospechoso.
- 4) El celibato siempre es atractivo cuando se revitaliza en Cristo. No se debe privatizar, hay que hablar de él entre hermanos y hermanas en reciprocidad, confianza y libertad.
- 5) Está armado con vigilancia emotiva, signos de afecto, hablando de él con alguien.
- 6) ¡Se vive en comunidad de ternura, de ayuda mutua, de atención fraterna, lugar de confrontación y estimulación, siguiendo a Cristo pobre, obediente y casto!

Por el voto de **castidad** se compromete a vivir en celibato según el proyecto del Instituto, renunciando a los lazos amorosos, aceptando una especie de soledad sexual y afectiva. ¡No hay comunión sin soledad, para la presencia de sí mismo y la apertura a los demás!

XIII. AMISTADES EN LA VIDA CONSAGRADA

Las preguntas sobre la amistad entre personas consagradas y alguien del sexo opuesto acompañan el período de formación inicial. ¡No hay una respuesta única y objetiva!

La amistad, siendo una relación profunda, debe desarrollarse en un diálogo con Dios y con los demás. Quien no es capaz de hablar de sus amistades o de la falta de amistades se condena a sí mismo al aislamiento, expresión del odio. He aquí algunos modelos:

1) La amistad de Cristo “Os llamo mis amigos” (Jn 15,15). Dios quiere ser amigo de cada uno de nosotros, sacándonos de la esclavitud de la servidumbre. La amistad construye comunidad. Sin ella, la vida consagrada es dudosa, se convierte en “**muletas**” o “**silla de ruedas**” para algunos. El celibato consagrado no es una evasión, sino una renuncia a la vida conyugal. La vida religiosa es una vocación de amar y de estar conectado con la fuente del amor, el Cristo que pregunta “¿Quieres amar más que estos?”

2) La amistad de los discípulos. Cristo llama a los doce y hace de ellos el misterio de los lazos de amistad. Aunque iban acompañados de mujeres, la amistad entre ellos era privilegiada sobre la base de reglas claras: don de Dios y orientadas a un mismo fin.

3) La amistad nace de la capacidad de vivir la relación sexuada. La amistad es inaccesible para los solitarios. Le importa menos la sospecha que la confianza.

4) La amistad no es exclusiva. Siente curiosidad por la presencia de los demás. Se preocupa por la libertad de los demás. ¡El otro no tiene por qué ser tu amigo!

5) Se construye compartiendo las riquezas. Es armonía en las diferencias. Ella se regocija en la diferencia del otro.

6) La amistad profundiza el autoconocimiento; a través del amigo, las personas se vuelven más conscientes de sí mismas. “*Os llamo amigos... Todo lo que he aprendido de mi Padre os lo he dado a conocer*”. ¡La verdadera amistad se basa en la discreción! El amante no idealiza a su pareja, solo daría lugar a expectativas no realizadas y frustraciones.

7) La amistad requiere madurez afectiva. Las personas emocionalmente sedientas primero deben aprender a relacionarse con otros hombres/mujeres. El amigo no está ahí para llenar el vacío en mí.

8) La amistad requiere el conocimiento de las propias heridas y necesidades. Pide contentarse con poco: una simple mirada, un apoyo, un simple encuentro, un aliento, una oración y saber decir ¡gracias por todo eso!

9) La amistad profundiza la consagración, el deseo de orar más. Está abierto a personas de diferentes edades. Es un enriquecimiento mutuo.

10) La amistad con los santos es posible (Santa Teresita, San Juan de la Cruz, San Francisco de Asís) es un don para la persona consagrada. La amistad al servicio de la Iglesia; esta última tiene derecho a considerar “¿Es esta amistad constructiva”?

La amistad con el sexo opuesto requiere gestos apropiados y significativos. La verdadera amistad puede requerir una separación geográfica y física. Un verdadero amigo es un apoyo incomparable. *Tratado sobre la amistad espiritual* (Cf. Elredo de Rieval)

Preguntas: 1. ¿Cuáles son mis tomas de conciencia?
2. ¿Qué impacto tiene esto en mi recorrido?