

Sexualidad y fe cristiana

Para vivir una sexualidad integrada

¿Se puede vivir una sexualidad integrada intentando seguir el proyecto de vida cristiana?

A veces las formas como el joven de hoy vive su sexualidad y las propuestas de la Iglesia van por caminos totalmente paralelos. ¿Se puede hablar de este tema sin caer en dogmatismos o en el permisivismo que todo lo iguala?

Intentaremos reflexionar primero desde una perspectiva antropológica: ¿qué significado tiene la sexualidad humana? En un segundo lugar intentaremos plantearnos la visión cristiana de la sexualidad. Como capítulos introductorios incluimos un artículo sobre el cuerpo y un análisis crítico de cómo se plantea la sexualidad en el mundo actual.

Primera parte: vivir la sexualidad hoy

1. ¿Qué significado tiene la sexualidad humana?

En primer lugar hay que situar la sexualidad en su contexto. No es una parte de nosotros mismos, sino que somos nosotros mismos seres sexuados. El misterio de la sexualidad es el misterio integral de toda la persona. Para desentrañar la complejidad del tema iremos analizando las distintas dimensiones que se hallan implicadas.

a) Dimensión biológica: la sexualidad como pulsión

La sexualidad es una fuerza vital que afecta a todo el reino animal. Pero además esta pulsión configura seres diferenciados en dos sexos: masculino y femenino. Esta distinción se da a tres niveles:

- Nivel genético: un par de cromosomas son diferentes.
- Nivel gonádico: se trata del desarrollo de los genitales donde se concentra la mayor parte de pulsión sexual.
- Nivel hormonal: que configuran un cuerpo y un metabolismo distinto a todos los niveles.

Significado

- La sexualidad, a nivel biológico, está ligada a su función procreativa: su fin principal es la perpetuación de la especie. Esto es común a todos los animales. Pero hay una cosa que nos hace distintos a ellos: la pulsión sexual humana no está sujeta a ritmos biológicos. Esto quiere decir que se puede regular, orientar, educar. El hombre es libre frente a la pulsión biológica. Hay que intentar superar teorías deterministas que proponen que el hombre no es libre frente a sus instintos.
- El instinto sexual está ligado a una función placentera que es innata a la constitución biológica. En este sentido hay que superar la visión negativa del placer que el platonismo introdujo en la reflexión antropológica del cristianismo y que tantos quebraderos de cabeza nos da.

b) Dimensión psicológica: la sexualidad como fuerza integradora.

- Estamos completamente configurados por la sexualidad: todo lo que hacemos y somos está marcado por ella. No se puede comprender una persona sin su dimensión sexual.
- La sexualidad no es solo una pulsión, es una fuerza constructiva del yo. Es la fuerza más vital, fuerte y apremiante, que nos empuja hacia la relación interpersonal. Nos lleva hacia límites insospechados de realización humana y madurez si la sabemos orientar correctamente. Por lo mismo, puede llevar a la inmadurez, a la perversión o a la patología si no se la sabe encauzar. Hay unos mecanismos erróneos de orientación de la sexualidad que conviene analizar:
 1. Fijación: cuando una persona se estanca en una etapa de su crecimiento y no es capaz de evolucionar: quedarse en el autoerotismo, o en la relación de dependencia.
 2. Regresión: se da cuando una persona regresa a un estado anterior de crecimiento y se fija en él. Suele darse por conflictos no resueltos en la infancia y en la adolescencia.
 3. Progresión lenta: se trata de un crecimiento tan lento, con tan poca evolución que crea desajustes en las relaciones interpersonales.
 4. Represión: es un automatismo psíquico con el que el yo se defiende de una realidad desagradable, un deseo insatisfecho, reduciéndolo al olvido: pero esta realidad, caída en el inconsciente, adopta una manera diferente de manifestarse. Se origina una acumulación de energía psico-sexual que descarga a través de la agresividad. La dureza o tiranía de algunas personas están originadas muchas veces por este mecanismo.
 5. Sustitución y compensación: complejo mecanismo psíquico, mediante el cual un mundo irreal e imaginario sustituye a la dinámica real del impulso sexual. Tal objeto asume las funciones de compensación de tendencias eróticas no satisfechas en el momento y las condiciones apropiadas.

c) Dimensión dialógica: La sexualidad como lengua de personas

El valor más puro de la sexualidad y su dinámica más fuerte es su capacidad de abrirnos al otro como persona. Esto es lo que llamamos carácter dialógico de la sexualidad. Nos abrimos al otro principalmente porque somos sexuados. Por otro lado, nuestra sexualidad condiciona la apertura al otro.

Describiendo rápidamente la evolución de la sexualidad a lo largo de las etapas de la vida podríamos enumerar varias etapas:

- a) Adolescencia: descubrimiento del “otro” como heterosexual. Es la primera vez que se encuentra con el otro sexo. Sobre todo se activa la dimensión

emocional y vivencial. Las características de este acercamiento entre sexos son: la picardía, la curiosidad, la timidez o el miedo sexual.

- b) Juventud: descubrimiento del “tú” heterosexual. El “otro” se convierte en persona concreta, con carácter y necesidades diferentes. Es un misterio en el que es complicado manejarse: problemas, incomprensiones. Pero es a la vez una fuente de plenitud existencial.
- c) Enamoramiento: se trata del momento en el que el “yo” se abre totalmente al “tú” en una relación sin precedentes, completamente única y sin barreras hacia la comunicación. Podríamos definir varias formas de vivir el noviazgo:
 - a) Solución hiperedípica: se busca una pareja que reproduzca la manera de ser de los padres a los que está todavía muy unido (afectivamente, o por normas, mentalidad, etc.)
 - b) Solución antiedípica: se busca una pareja contraria a lo que han sido sus padres. Ocurre por reacción opuesta a unos padres demasiado tiránicos o represivos.
 - c) Dependencia: cuando lo que se comparten son más las carencias afectivas que los sueños, los proyectos, la personalidad de ambos. En realidad estoy con la otra persona porque la necesito para colmar mis carencias.
 - d) Noviazgo normal: se comparte lo que uno es en un diálogo mutuo y constante, sin dejarse condicionar por la figura paterna o materna, con conflictos y diferencias pero en colaboración mutua para superarlos.

Significado

La apertura al otro es lo que humaniza el placer sexual. Vivido como referencia solo a uno mismo se convierte en algo anárquico y bestial, pudiendo provocar patologías. Uno logra su propia identidad cuando se abre al otro generosamente.

d) Dimensión sociocultural. La sexualidad configura e interpreta la realidad social

- a) La sexualidad está siempre presente en todo. Al no estar regulado por los ritmos biológicos de los animales, el hombre tiene siempre un excedente de pulsión sexual que puede dirigirse a fines no directamente sexuales: por ejemplo la creatividad, la maternidad, etc.
- b) El instinto sexual es maleable: se puede orientar y canalizar, pero también se puede pervertir.
- c) El placer sexual y la finalidad biológica de la reproducción se pueden separar: la sexualidad no solo es para la reproducción. Pero tampoco es solo para el placer. El erotismo es, precisamente, la capacidad de cargar de placer sexual casi todas las estructuras y formas del comportamiento.

Significado

Las normas sociales tienden a garantizar la finalidad de la sexualidad mediante normas que encauzan el excedente de impulso sexual. Para ello ofrece modos de vida y comportamientos más o menos aceptables para realizar el erotismo en la vida humana. La sexualidad condiciona muchas cosas de la vida social. Pero también al revés: los valores sociales dominantes condicionan la vida sexual ofreciendo modelos de vivencia. Por eso hay que ser críticos con estos modelos, porque no todos ellos, por el hecho de ser populares, son éticos. Es ahí donde entra la reflexión moral. Por eso es importante analizar moralmente este aspecto: no todo humaniza.

e) Dimensión existencial. La sexualidad como forma de dar sentido a la vida

La sexualidad no es un accidente, ni una parte de mi mismo. Es el modo como nos relacionamos.

- a) El ser humano es un ser sexuado. La sexualidad configura la persona. La búsqueda de la felicidad y del sentido tiene que ser también a través de la sexualidad. O sea, intentamos ser felices sexualmente.
- b) La sexualidad es el lugar de enlace entre lo vital y lo humano: entre lo animal y lo racional, es el lugar del placer pero también de la ternura.
- c) Es la puerta de la comunicación interpersonal. Es el lugar donde el hombre da y recibe. No es un sentimiento adherido al yo, del cual el tú es un objeto. El amor es el espacio entre el tú y el yo donde se puede dar el nosotros. La sexualidad tiene más que ver con este espacio que con la pura genitalidad.
- d) La sexualidad es el único modo de percibir al otro: la comunicación interpersonal se realiza a través del cuerpo: es nuestro modo de presentación ante el mundo y nuestro único modo de percibirlo.
- e) La sexualidad es el lugar de la vivencia del misterio de la vida: hace que la vida se prolongue a través del grupo y de la especie. Es el triunfo de la vida, por eso es así de exuberante. Por eso hay que celebrarla y no trivializarla.
- f) Al mismo tiempo es el lugar de vivencia de la muerte: la vida que origina no es para uno mismo. A través de la sexualidad tu vida continúa en otros: la vida del otro acompaña tu muerte: el otro vive gracias a que algo muere en ti.
- g) Masculinidad y feminidad: son dos formas diferentes de ser y de quehacer. Ojo a interpretaciones reduccionistas que ven lo femenino como fruto de una explotación machista de siglos... Ojo también al machismo. Ser hombre o mujer son dos formas complementarias y recíprocas de ser persona.

2. La vivencia de la sexualidad en la sociedad actual

Hay un denominador común que unifica los distintos aspectos que presenta la sexualidad en el momento actual. Se trata del erotismo y sus consecuencias en la vida de las personas y en el ambiente social. Veámoslo.

1. La «erotización» de la sociedad actual:

El erotismo es un aspecto de la sexualidad humana. Nace del excedente de energía e impulso sexual que tiene la persona humana, y repercute en el nivel socio-cultural de la sexualidad. El animal no tiene erotismo, ya que esta es una peculiaridad humana.

Decir que nuestra sociedad está erotizada no es, en principio, una afirmación negativa. La erotización de la sociedad ha sido fruto de un proceso, en el que se pueden distinguir las siguientes etapas:

- La consideración de la sexualidad como problema científico.
- La liberación del erotismo en la literatura.
- La explosión erótica provocada por el cine y la televisión, y su capacidad de atracción en la gente.
- La reflexión sobre la sexualidad femenina, como instrumento de liberación de la mujer.

a) Vivimos en mundo sexualizado

Hay unas causas en el inicio de este fenómeno: por ejemplo, la reacción frente a ciertos tabúes ancestrales; la expansión del psicoanálisis; algunos condicionamientos como la concentración urbana, la masificación de la cultura, etc.

Se buscan también unos fines, concentrados sobre todo en el comercio y consumo. Es patente la utilización del sexo como factor de atracción y de venta. En todo producto que se lanza al mercado y del que se hace propaganda, hay una posibilidad de añadirle un sello erótico o bien extraer el erotismo latente en él. Para lograrlo, la técnica del marketing usa varios métodos: sexualizar el producto para que al contacto del objeto con el espectador pase la corriente erótica, hacer que el espectador realice, ante el objeto, el gesto que desencadena la corriente erótica; sumergir el producto y la persona en un baño de erotismo.

Un equipo de especialistas, psicólogos, sociólogos, psicoanalistas y expertos en marketing se sirven de la sexualidad para el comercio, teniendo en cuenta las motivaciones conscientes o inconscientes de la conducta humana.

b) La sexualidad ha ganado en «extensión»pero ha perdido «calidad»

Asistimos a una disociación de los valores de la sexualidad: sexo, eros y ágape. Más aún, crece la tendencia a reducir la sexualidad al sexo y a lo genital. Una vez que lo predominante en la sexualidad masificada es lo cuantitativo, y más concretamente lo cuantitativo-sexo, se sigue la necesidad de un aumento continuo en los estímulos sensoriales. Y normalmente para provocar el mismo grado de excitabilidad que en una sexualidad de calidad.

c) La sexualidad actual: síntoma de contra-valores personales

El modo de vivir hoy la sexualidad en nuestra sociedad es un indicador de fallos en los valores personales. En muchas de las manifestaciones de la sexualidad masificada de nuestro tiempo, podemos ver síntomas de regresión —hipergenitalización de tipo infantil— y hasta de signo patológico -el exhibicionismo cuantificado-

La sexualidad, en muchas ocasiones, en lugar de contribuir a la construcción de la persona, es empleada para la alienación personal.

2. Rasgos psicosociológicos de la sexualidad actual

a) Decadencia de las formas de comportamiento institucional y ritualizadas, en favor de una mayor libertad en los criterios individuales. Esto lleva, según algunos, a la decadencia de las costumbres, al poner como criterio el criterio personal; pero también a una mayor individualidad y mayor tono afectivo en las relaciones amoratorias.

b) Privatización anímica de las experiencias amoratorias. Cuando las instituciones ya no imponen su normativa social, aumenta la espontaneidad individual.

c) Psicologización de la sexualidad. El conocimiento, la sutileza y la autorreflexión de las experiencias amoratorias aumentan a medida que el matrimonio y la familia pierden su función y su significado en la sociedad y se recluyen en el ámbito de lo privado.

d) Consecuencias. La decadencia de las instituciones, la privatización de las experiencias amoratorias y la psicologización de la sexualidad han traído una serie de consecuencias de la manera de entender y vivir la sexualidad. He aquí algunas:

1. La persona humana se considera a sí misma como ser que busca el placer o está autorizado para buscarlo. De ahí que:

- Se considere el ejercicio del amor pleno como una existencia normal.

- El ejercicio sexual gratificante se considera como un éxito, similar al éxito económico o social.

- La potencia sexual y el orgasmo han pasado a ser exigencia convencional y el signo de un estándar social elevado; de ahí que el miedo a no poder satisfacerlos y la angustia consiguiente se conviertan en los nuevos miedos sociales.

- Se considera normal reducir la sexualidad al ejercicio genital.

- El ejercicio de la sexualidad se disocia totalmente de la fecundidad.

2. Se tiende a sujetar la conducta a lo meramente instintivo, y Lo racional pasa a un papel secundario. Se crea así el mito de la estadística como criterio moral.

3. Se advierte una pérdida del sentido de la sexualidad y del amor. P RICOEUR concreta algunas manifestaciones:

- Caída del sexo en la insignificancia, reducido a la mera función biológica sin misterio alguno.

- El sexo como compensación de decepciones personales.

- Experiencia del absurdo, al quedar privado de un sentido global.

4. La sexualidad se vive en clave consumista:

- Se aborda la sexualidad desde el mero placer y la supresión de todo riesgo, sea del tipo que sea: afectivo, social, familiar, etc.

- Se exagera el sentido de brevedad y de puntualidad del placer sexual.

(Adaptado de: M. VIDAL, Moral de actitudes, t. II, PS, Madrid 1977, pp. 494-505).

3. EL SEXO ENTRE LOS JÓVENES: LA LIBERACIÓN INSATISFECHA

Hubo un tiempo en que Lo sexual en nuestra sociedad parecía tolerado, pero poco más. Se proclamaba que cantidad de tabúes asolaban esta vital zona humana y, por tanto, lo que buscaba mucha gente era liberar sexualmente a sus congéneres, y especialmente a la juventud. Poco a poco, en la década de los años 60-70, la sociedad se fue liberando, haciéndose más abierta y más tolerante. Con el cambio de sistema político, la nueva democracia facilitó la liberación sexual. Veinte años después —1999— se han consolidado algunos avances, pero aún permanecen dudas y dificultades. El asunto en

nuestra sociedad está aún lejos de darse por equilibrado, y tampoco consiste en volver al pasado.

En la actualidad, se mezclan muchas cosas, tales como el culto al cuerpo, la erotización del clima social, la privatización de lo referido a la sexualidad, la ruptura de relación entre sexo y amor, y un hedonismo que lo colorea todo. Veamos algunos de estos aspectos.

- **Culto al cuerpo.** Se da un cierto culto al cuerpo porque este se va considerando cada vez más como parte esencial de la persona. El cuerpo forma parte de la identidad de cada persona. No se considera ya como un mero accidente. De ahí la preocupación no solo por la salud, sino por mantenerlo en forma, y, en la misma línea, defender una sexualidad plena. Pero, al mismo tiempo, en nuestras sociedades desarrolladas se tiende también, en algunos sectores sociales, a sobrevalorar el cuerpo, lo que conduce a una permisividad excesiva y blanda. Así se procura gozar del sexo sin reparar en el amor; se compra la libertad sexual de algunas personas, en muchos casos jóvenes, para atraparles en redes de prostitución; se reduce el cuerpo a mero reclamo publicitario; se manipulan las imágenes en una pornografía corrupta; se aumentan las excitaciones para obtener más y más placer, y así se acaba casi embotando la sensibilidad y cansando la imaginación.
- **Erotización del clima social.** En nuestros días, la erotización del ambiente se está produciendo a cada momento, sexualizando una cultura masificada y poco crítica. Se suceden fenómenos como reacción frente a viejos tabúes; se utiliza el sexo como un reclamo para incitar al consumo; se resalta la importancia que una cierta psicología otorga al sexo como elemento de una vida plena y placentera. Hay que considerar también el impacto erotizador de los medios de comunicación social, algunos de los cuales presentan como normal lo que solo es tolerado, más o menos, por la sociedad. Todo ello apoyado por revistas pornográficas, tiendas de sexo, locales exhibicionistas, películas de televisión porno o clasificadas X. En este sentido el sexo se ha extendido a cualquier rincón de las relaciones sociales. El sexo ha ganado en extensión, pero no parece que haya ganado en calidad, ya que el consumo del sexo y el número de actos parece que es lo más importante. Se habla ya de un sexo frío, como simple trámite. Incluso esa extensión de lo sexual está provocando un incremento continuo de estímulos, haciendo ascender el umbral de excitabilidad sexual, pero provocando al mismo tiempo cansancio y aumento de frustración en muchas personas por no dar la talla. Por ello practicar el sexo tiene también aspectos que producen temor en los jóvenes. El doctor López Ibor señala que los aspectos negativos de la llamada liberación sexual pueden estar produciendo también nuevas alienaciones, nuevos tabúes; así, en lugar de llevar a un mejor desarrollo de la persona humana, esa forma de vivir la sexualidad sirve quizás para cubrir otras frustraciones; y entonces la sexualidad puede llegar a ser un narcótico, por ejemplo, de la ansiedad.

- **Privatización de lo referido a la sexualidad.** Todo lo relativo al sexo se privatiza, se considera propio de decisiones personales, sin que pueda interferir norma social alguna. Así, las relaciones sexuales plenas se pueden dar con cualquiera y en casi cualquier lugar, despojando de todo sueño y ensueño las prácticas sexuales.

Cualquier institución social -familia matrimonio, Iglesia, autoridad civil, etc., según esa tendencia privatizadora debe abstenerse de opinar sobre los actos sexuales o sus consecuencias, y no debe imponer sus normas; el sexo es un asunto privado, dicen, y cada persona se organiza o inventa su realización. A todo lo más, es el psicólogo-sexólogo el único que ayuda o corrige lo relacionado con el sexo, como el nuevo agente social de los asuntos sociales.

4. Nuevas pautas de vivir la sexualidad

Las consecuencias de todos esos procesos de extensión, privatización, psicologización y desencantamiento de las relaciones sexuales y, en general, de la erotización de la sociedad, se plasman en nuestra sociedad en las nuevas pautas de vivir la sexualidad:

- Se tiende fácilmente a reducir lo sexual a lo genital.
- Se busca una calculada ambigüedad en la diferenciación sexual.
- Se intenta una igualdad casi total de los diferentes géneros.
- Se presentan muchas conductas, no practicadas mayoritariamente, como lo normalmente vigente hoy.
- Se dispara lo instintivo, individual y colectivo. Y luego se tratan de justificar racionalmente las consecuencias, algunas no deseadas.
- Las relaciones sexuales plenas se plantean como una exigencia normal, dentro o fuera del matrimonio, y a cualquier edad.
- Se considera que hay que lograr éxito en lo sexual como en otros campos: profesional, intelectual o económico. La sociedad competitiva se prolonga en lo sexual, y el miedo a no tener éxito hace que en algunos casos se falseen las relaciones, incluso las verdaderamente sexuales.
- Se separa amor y fecundidad, fecundidad de sexualidad; incluso la sexualidad se reduce, a veces, a la genitalidad. Curiosamente, a ese ejercicio de lo genital, en muchos casos, se lo llama hacer el amor, en una corrupción del lenguaje.
- Se busca por algunos una práctica del sexo sin misterio alguno, sin dueño alguno, y casi sin otra persona, pues solo se la utiliza. Es el sexo anónimo, al que se ha quitado casi todo significado, para dejarlo en descarga biológica necesaria.

La sexualidad se está practicando, en definitiva, en tomo al logro de tres objetivos: que proporcione placer, que no suponga riesgo alguno de tipo familiar, social, afectivo o de salud, y cada vez más, dentro de un pragmatismo sin encanto.

En este contexto, no es extraño encontrarnos con las posturas de los jóvenes actuales: una mayoría, el 57 %, está de acuerdo en que los jóvenes «pueden hacer el amor siempre que les apetezca a ambos»; mientras que «autocontrolarse, y no hacer el amor siempre que apetezca también es un valor», solo lo apoya un 21%.

Considerados estos datos con los del estudio de 1994, los jóvenes aparecen como más permisivos en los temas sexuales, por delante de otros países europeos.

Es interesante constatar la identidad de los que afirman: «Pueden hacer el amor siempre que les apetezca a ambos». Son jóvenes:

- de izquierdas,
- católicos no practicantes, y sobre todo, los indiferentes agnósticos y ateos,
- los chicos,
- entre los 18 y 20 años,
- los que trabajan.

Los que están de acuerdo con «autocontrolarse, y no hacer el amor siempre que apetezca también es un valor», son jóvenes:

- de derechas y centro derecha, pero también de centro izquierda,
- católicos practicantes,
- chicas,
- entre los 20-25 años,
- estudiantes.

Los jóvenes, con todo, saben mantener distancias

Lo que sí parece interesante es que en un contexto como el actual, y con un ambiente un tanto erotizado, los jóvenes no consideran una cosa muy importante en su vida el «tener una vida sexual satisfactoria» (37%). Lo importante, sobre todo, es la familia (70%), los amigos (59%), el trabajo (57%), ganar dinero (49%), incluso el ocio y el tiempo libre (46 %).

Los jóvenes, pues, relativizan la importancia de la sexualidad y la sitúan en el plano de interés para su vida, pero detrás de otras cosas. No deja de llamar la atención este rasgo de madurez de los jóvenes, que aún siendo bombardeados por el erotismo ambiental, sin embargo no caen en una sobrevaloración de lo sexual.

(FUNDACIÓN SANTA MARÍA, Jóvenes españoles 99, SM, Madrid 1999, pp. 228-235)

Segunda parte: perspectiva cristiana