Alex et Maud Lauriot Prevost

**La evangelización de la sexualidad: ¡para la alegría de los cónyuges!**

Maud: Ante todo, indudablemente es útil aclarar primero la inmensa contribución que Juan Pablo II nos ha dado a través de su enseñanza sobre la sexualidad; se une a las intuiciones geniales de la tradición oriental y ningún teólogo, en la tradición latina de la Iglesia, hizo una contribución de este alcance a la comprensión del misterio y el sentido de la sexualidad conyugal. Esta enseñanza nos ha conmovido desde los principios de los años ochenta cuando solo estábamos comprometidos; fue una luz tan rica para la vida de nosotros, joven pareja, pero también una valiosa contribución pastoral en todas las misiones que hemos vivido con jóvenes y parejas durante casi 30 años. ¡La enseñanza de San Juan Pablo II es una impresionante ayuda para la evangelización, especialmente entre los no creyentes que a menudo se sorprenden por la relevancia y lo adecuado de muchos de sus rasgos geniales!

**Sexualidad, regalo extraordinario para purificar**

Alex - El vivir la sexualidad tiene un lado ambivalente: la revelación cristiana lo presenta como inscrito en el corazón de la vida y de la vocación conyugal. La atracción y la comunión que fluyen de la sexualidad son esencial para la pareja. Los Padres de la Iglesia hablan de la cama de la pareja como el "altar conyugal" y Juan Pablo II habla de la sexualidad como "la liturgia de los cónyuges" en el sentido de que es un signo visible de un misterio invisible, la del "gran misterio" del matrimonio evocado por San Pablo (Ef 5, 32) Génesis presenta a la pareja como "la imagen de Dios" (Gen 1, 26-27), de este Dios de intenso amor y comunión. Cuando un hombre y una mujer se unen, están llamados a dar gracias a Dios por medio de su unión conyugal. Pero a esta comunión, que debería ser la más bella expresión de amor, vienen a mezclarse nuestros pecados, nuestras heridas, nuestro egoísmo, etc. La sexualidad es a la vez un lugar maravilloso, una experiencia profundamente espiritual. Pero también, debido a nuestra naturaleza estropeada por el pecado, debería ser un lugar de una potente llamada a la conversión. Esto se ve en cosas muy concretas, como - para un esposo - respetar el ritmo y la experiencia de su esposa, que tenga cuidado de no contaminar su imaginación con imágenes pornográficas o eróticas. No importa si hoy por hoy esto es una lucha difícil y constante.

Maud - La sexualidad es el lugar de la expresión de todo el ser. Es un regalo extraordinario hecho por Dios a hombres y mujeres para expresar el don más absoluto y más íntimo que se puede hacer. Pensando que doy tiempo y pongo a disposición mis habilidades a mi jefe, le doy mi dinero al recaudador o a la tienda, pero mi cuerpo, ¡se lo doy sólo a mi marido! Mi cuerpo debe expresar un amor total, un amor purificado, convertido, entregado y libre. Ahora bien, aunque me lo proponga con mis mejores deseos, no puedo hacerlo en 3 días, 3 meses o incluso 3 años: mientras mi corazón no se convierta, mi cuerpo entregará desilusiones, ambigüedades, en fin, donación a medias. La sexualidad revela en nuestros cuerpos la conversión de nuestros corazones en cuanto a nuestra capacidad de amar y de entrega del uno al otro.

Alex - Se necesita reciprocidad en la sexualidad: si el hombre no se impone sobriedad, si no hay autodominio, si no escucha a su esposa, esto rápidamente produce un problema. Si "tomo" el cuerpo del otro cuando no está listo, me comporto como una bestia guiada por sus impulsos y, en consecuencia, ‘animalizo’ la relación sexual. Ahora bien, este esfuerzo de conversión no tiene efecto inmediato, es difícil, requiere tiempo. Es por eso que la sexualidad debe ser parte de un proceso a largo plazo, debe ser un proyecto de vida y de un dilatado compromiso. ¡Después de 27 años de matrimonio, vivimos nuestras relaciones íntimas de una manera mucho más extensa, intensa y conmovedora que cuando éramos recién casados! Esta no es una historia de cómo desarrollar una "técnica", es sobre todo una voluntad de escucha, de atención mutua, de ajuste.

Maud - Una persona puede estar consternada o sentirse molesta por el deseo sexual de la otra persona: las acciones del otro pueden hacer que una se sienta incómoda, especialmente cuando no ha visto a sus propios padres gestos de ternura o cuando las imágenes pornográficas han podido producir un estado de choc. En cambio, si creció en una familia donde era natural manifestar cariño o si se le presentó la sexualidad como hermosa y preciosa, esta persona tendrá facilidad de expresión que a veces hasta choca a su cónyuge. Se nos invita a una profunda conversión de nuestros excesos y una escucha cuidadosa del lenguaje físico y emocional del otro. Todo el mundo sabe que los hombres y las mujeres no tienen la misma forma de experimentar las relaciones sexuales, pero es en la complementariedad y el diálogo donde encuentran su unidad. La mujer busca la ternura, un clima de calma y atención; ella necesita atención y delicadeza por un tiempo algo prolongado. Los hombres a veces monopolizan la manera de llevar adelante la unión. Necesitan descubrir que su manera de ser "buen amante" de su esposa no consiste tanto en revisar las posturas del Kama Sutra, ¡sino más bien se trata de ingeniarse cómo manifestar cariño, consideración y delicadeza durante el día!

Alex - Los juegos sexuales previos son, por lo tanto, un lenguaje común que se puede aprender con el tiempo. La lentitud y lo complejo de la sensibilidad de la mujer le da tiempo al hombre para purificar su deseo, que es más rápido y más espontáneo. ¡Con todo el deseo del hombre también es una invitación hecha a la mujer para que se entregue sin hacer preguntas eternas! Si el hombre y la mujer se conciertan porque quieren convertirse, escuchar y donarse, entonces puede haber una gran intensidad relacional entre ellos. Como veremos, Juan Pablo II y luego Benedicto XVI enfatizaron fuertemente que la purificación de Eros, lejos de disminuir la intensidad relacional, por el contrario, la dilata. ¡La Iglesia muestra un camino de comunión conyugal y sexual que los no creyentes nos envidiarían muchísimo si lo conocieran! ¡Por eso es tan importante anunciar hoy urbi et orbi "El Evangelio de la Sexualidad"! Se trata de una "autopista misionera" de la Nueva Evangelización, un tema grandioso que debe ser abordado como tal.

Aprender a repasar los resultados de nuestra sexualidad conyugal

Alex - "Hacer bien el amor” exige un ‘antes' y 'después’, es decir, muchas palabras intercambiadas entre los cónyuges, y también significa repasar lo que se ha vivido. Este repaso tiene la misma importancia que tiene, por ejemplo, la revisión en el contexto de un acompañamiento espiritual donde exploramos la cadena de nuestra experiencia y de nuestro viaje interior.

Maud - Tener entre nosotros una comunicación libre, delicada y libre de tabúes sobre nuestra sexualidad es muy importante. Para esto debemos nombrar cosas, lo que para muchas parejas significa un gran problema: ¿me sentí respetado? ¿Qué gestos me conmovieron profundamente? Al día siguiente, ¿cómo me siento: ¿tranquilo, muy bien, con el deseo de abrazar el universo, ...? ¿O, por el contrario, triste, amargo, sucio, ...? Estos sentimientos son un indicador valioso en el que hay confiar para adaptarse.

Alex - Uno puede haber tenido un placer intenso en el momento, sin embargo, la repercusión interna es amarga. En retrospectiva, me doy cuenta de que por medio este gesto fui guiado por mi deseo impulsivo y simplemente me hizo "usurpar" a mi esposa, no atenderla y acogiéndola. Uno también se trastorna constantemente, porque se siente chocado por el deseo del otro, por su fruición de un gesto que uno no esperaba y que no deseans. Aquí como en otras ocasiones, averigüemos de nuevo con San Pablo si se da la presencia o no del "fruto del Espíritu" en nuestras vidas (véase Ga 5, 22-25); esto es tan bello.

Maud - Superar la vergüenza y la dificultad en el diálogo, purificar y transfigurar gestos y sentimientos, donarse cabalmente y, por lo tanto, hacer disfrutar y disfrutar de los abrazos de la otra persona, todo esto forma parte de la soltura en la lucha espiritual También es una decisión: es que en el día de la boda, me he comprometido a "entregarme" al otro y hacer todo lo posible por hacerlo feliz. Los dos debemos decidirnos a trabajar en nosotros mismos para cumplir esta promesa de "donarme".

La calidad de nuestra sexualidad, "mesura" de nuestra relación matrimonial.

Maud - La sexualidad es también la parte superior del iceberg de la vida conyugal, que revelará lo que está oculto. Si nos hemos peleado o apartado, es imposible entregarnos el uno al otro de una manera hermosa y libre. Estamos condicionados por lo que sentimos (ira, irritación, etc.). La calidad de nuestra sexualidad como pareja es una especie de diagnóstico de nuestra vida conyugal. La sexualidad, como un embudo, reúne todo lo que se ha vivido entre los cónyuges en las horas o días que preceden. Es como su receptáculo, pero también puede ser su trampolín, ya que pretende "alimentar con amor" la vida de todos los días.

Alex - ¡Para hacerle el amor a su esposa, es bueno estar a su servicio durante día! ¡Expresa tu amor todos los días! ¡Comparte lo que vives! Si tu atención hacia ella solo comienza a expresarse en la cama por la noche, tu esposa sentirá rápidamente que está siendo manipulada o utilizada y no respetada. Y en general, la mujer odia ser convertida en un objeto ... ¿Y cómo hacerse "una sola carne" si partes enteras de nuestra vida no son conocidas por nuestro cónyuge? Revelarse el uno al otro en la sexualidad es el simbolismo de la totalidad de nuestras vidas que se ha compartido antes mediante el diálogo, la transparencia, el intercambio, la amistad.

Maud – El lenguaje de la ternura debe formar parte de los gestos de todos los días. Puede ser una mirada, tomar la mano, abrazarse, interesarse por lo que el otro vive, servirle, etc. Es necesario cambiar e intercambiar porque, de lo contrario, uno se cierra y uno rechaza inconscientemente la verdadera sexualidad.

Alex - Mi primer amigo, es mi esposo, mi esposa, con quien me da gusto encontrarme, con quien disfruto compartir. Si la reacción de mi esposa cuando escucha buenas noticias consiste en compartir primero con un amigo, su hermana o su madre, entonces hay algo que cojea en nuestra relación.

Maud - Tuvimos un período en que sentí menos deseo de Alex. Investigué lo que podría ser la razón. De hecho, estaba ansiosa por los problemas cotidianos de salud de uno de nuestros hijos. Desde el momento en que entendimos la fuente de esta ansiedad latente, gradualmente re-encontré mi apetito, especialmente cuando fue curado. A veces nuestro cuerpo expresa algo de lo que no nos dimos cuenta. Puede tratarse de conflictos, ansiedades ocultas, problemas de disponibilidad relacionados con el trabajo, heridas profundas, etc. ¡Depende de nosotros marchar juntos, y delicadamente, ir a la pesca!

Sexualidad de los cuerpos para expresar la comunión de las almas

Alex - En el evangelio, Jesús enseña que cuando presentamos nuestra ofrenda en el altar, si recordamos que nuestro hermano tiene algo en contra de nosotros, primero debemos reconciliarnos (cf. Mt 5, 23-24). Lo mismo se aplica a la sexualidad que es, como enseña San Juan Pablo II " liturgia propia de los cónyuges". Si no se ha prestado un servicio, si ha habido una palabra torcida o agresiva, si ha habido falta de atención o de delicadeza, debemos reconciliarnos de corazón antes de unirnos a nuestro cuerpo, de lo contrario solo hay una mentira.

Maud - El objetivo final de la sexualidad es vivir una comunión de almas. En la tierra, nunca llegaremos a la perfección, ni a una comunión total, incluso si gustamos algunas fascinaciones. Podemos vivir una relación imperfecta a nivel de los gestos, pero si la relación sexual es correcta, en el sentido de que sentimos un abrazo de las almas y que existe una verdad entre nosotros, entonces se crea una intensidad de alegría, un júbilo extraordinario que excede en gran medida el solo placer del orgasmo. Una encuesta reciente realizada en Inglaterra mostró que las mujeres cristianas son las más sexualmente satisfechas, porque estas parejas practican el diálogo conyugal, el perdón, la atención, etc. Esta corrección de relación bien puede darse también en los no creyentes.

Alex - A menudo solemos aplicar el evangelio de Cana a la sexualidad (cf. Juan 2). Según la sola lógica humana, el buen vino se sirve al principio, pero tarde o temprano 'habrá más vino', es decir, más amor, como vemos en tantas parejas. En la relación sexual, al principio uno "estalla" con el buen vino de una pasión espontánea, pero después el deseo mutuo se embota y poco a poco "ya no hay más vino". Gracias a la ley divina del nuevo pacto, Jesús transforma con nosotros el zapapico o el agua insípida de nuestro amor para convertirlo en un vino aún mejor que al comienzo de nuestra relación. Es que ¡para que los grandes acrecentamientos de nuestra sexualidad estén ante nosotros! Cuanto más avanzamos, cuanto menos nos lastimamos, cuánto más crecemos en la escucha y la atención mutua; cuanto más nos comunicamos el uno con el otro, nuestra sexualidad se vuelve más simple, hermosa, intensa.

Maud - Hace unos años, vivimos un proceso de perdón después de palabras duras que se habían dicho en el comienzo de ser pareja. Gracias a un trabajo de toma de conciencia y relectura espiritual, hemos podido ver todo el mal causado en nosotros por esta palabra durante 25 años y verdaderamente pudimos dar nuestro perdón. Un sorprendente fruto nació de allí: ¡tuvimos una verdadera semana de luna de miel! El perdón y la curación de nuestras heridas dan fruto directamente en nuestro amor y comunión. La sexualidad es un lenguaje que proviene de las profundidades del ser. Si las heridas del pasado nos obstaculizan, nuestra sexualidad puede verse profundamente perturbada. Para sanar nuestras heridas porque Cristo nos ayuda y, por el perdón pedido y dado, es necesario el recuperar la verdadera libertad en el don de nuestro cuerpo.

Alex - Este trabajo interno no consiste solo de recitar oraciones de fe, sino que, - gracias al poder de la oración -, podemos decir unas palabras precisas en situaciones específicas y creer, - por fe -, que Jesús viene a unirse a nosotros, para salvarnos, para liberarnos, para sanarnos. Este trabajo concreto de la vida espiritual dilatará y enriquecerá gradualmente nuestra vida matrimonial y nuestra sexualidad. Juan Pablo II deja en claro que "lejos de empobrecer las manifestaciones afectivas de los cónyuges, el ascetismo (la conversión) conyugal los hace espiritualmente más intensos y, en consecuencia, los enriquece" (Carta a las familias). Benedicto XVI invita a la pareja a embarcarse en un "camino ascendente de ascesis, renuncia, purificación y recuperación" para realmente disfrutar, así como " el eros puede aumentar en éxtasis hacia lo divino" (Deus Caritas § 4). ¡Comprendes que este es un camino de profunda bendición para cualquier pareja!

Maud - Por el contrario, cada vez más hay parejas que poco a poco son blindadas y gradualmente destruidas por la pornografía, la caricatura tan distorsionadora de la sexualidad tal como la desea Dios para la felicidad de la pareja. Estamos subestimando el ‘tsunami-porno’ y también conyugal que está barriendo a través de Internet hoy en día. Es urgente que las parejas se "protejan" mutuamente, estén atentos, no jueguen este juego que es totalmente lo contrario del ser inocente. La pornografía en el web es la cara moderna del adulterio del corazón del que habla Jesús (cf. Mateo 5. 28) y que puede destruir parejas muy unidas y aunque sean muy creyentes. Aquí también, la vigilancia compartida de los cónyuges, el gran ardor de vivir todas las dimensiones de su pacto y el anclaje en la fe y la vida en el Espíritu son las mejores defensas para luchar contra el adulterio en todas sus formas.

Sexualidad para exaltar y dar gloria a Dios

Maud - La nupcialidad está inscrita en nosotros. La sexualidad es el verdadero "asunto" del sacramento del matrimonio reconocido por la Iglesia. Es el signo, la expresión, pero también el alimento de nuestro amor y de nuestro compromiso. Cuando una mujer se niega a darse a sí misma, indirectamente es un rechazo al matrimonio. Es lo que le expresa a su esposo, ¡pero también a sí misma! ¡Es muy grave, doctor!

Alex - La sexualidad no es casual, no es un accesorio, sino es fundamental en una pareja. San Pablo dice: "No se nieguen los unos a los otros"(1 Cor 7, 5-7), "den gloria a Dios por medio de su cuerpo"(2 Cor 6, 20), "sus cuerpos son el templo del Espíritu Santo"(2 Cor 6, 16), ... Abstenerse y despreciar la sexualidad en nombre de la llamada sublimación cristiana de la vida conyugal es grave en muchos sentidos: es una herejía en términos de fe; a nivel espiritual o pastoral, es una huida de la encarnación, de la vocación conyugal y, por lo tanto, del diseño de Dios para el matrimonio; a nivel humano, es rechazar una dimensión esencial de la expresión del vínculo mutuo de los cónyuges. Los padres que no hacen el amor, significa muy a menudo "¡Bienvenida, tristeza" en la familia! ¡Que hay un problema difícil, por ejemplo, el de purificar el deseo de uno (especialmente los hombres!), que uno tenga dificultades para donarse (¡especialmente las mujeres!), esto es muy posible y muy a menudo el caso, pero no es con la huida que respondemos a la llamada de Dios

Maud - A veces nos encontramos con parejas que se niegan a enfrentar y a tratar los problemas relacionados con su sexualidad, huyendo a una espiritualización desplazada y justificando así una decisión de no más unirse sexualmente. Tener un modelo de familia cristiana es importante, pero no es una razón para justificar la ausencia de relaciones sexuales para los cónyuges cristianos; En esto, ha habido una gran confusión en el enfoque de esta pregunta en la historia, incluso reciente, de la Iglesia latina, y algunas parejas todavía están allí hoy. Es una fuente de gran sufrimiento, pero completamente inútil.

Alex - A través del deseo de amor y comunión expresado en la sexualidad, existe la aspiración de dar y recibir juntos el amor del uno al otro. La alegría es una finalidad esencial del matrimonio que está muy bien expresada en el Génesis: uno se casa para vivir una intensa alegría amorosa, a la medida de la de Adán que se regocija por Eva exclamando: "tú eres la carne de mi carne "(Gen 2, 23).

Maud - El designio de Dios para la pareja no es cursi ni triste ni tibio, ¡porque es fuego! Responder al llamado de Dios en matrimonio es apuntar a ese fuego, ¡nada menos! Pero esto no se logra espontáneamente debido a nuestras limitaciones y nuestro pecado; todo matrimonio debe pasar por el crisol de la conversión, de la purificación; por lo que a menudo es un trabajo doloroso que pasa por peleas, muchas cruces y resurrecciones. Esta purificación es esencial tanto para hombres como para mujeres, incluso si a menudo tiene diferentes caminos. Entonces este "fuego" crece, se intensifica y como en Cana, verificamos que con Cristo el excelente vino de amor es bueno para el final.

Alex - Es esta obra de conversión la que gradualmente nos da acceso a esta intensidad única del Eros de la que habla Benedicto XVI, que permite a la pareja "no saborear el placer de un momento, sino como el antes del sabor de la cumbre de la existencia, de la bienaventuranza hacia la que tiende todo nuestro ser "(Deus caritas § 5). No podemos ser más claros, y entiendes que cuando se difunda y anuncie mejor esta enseñanza de la Iglesia, será una verdadera "bomba pastoral", como dijo Georges Weigel, el biógrafo de Juan Pablo II. La Iglesia no puede silenciar el maravilloso proyecto de Dios para las parejas, incluso si la cumbre de la montaña puede parecer muy alta, no es una razón para "menospreciar esta cumbre", dijo Juan Pablo II. Escalar la montaña requiere paciencia y entrenamiento regular; requiere ante todo dar la bienvenida a las gracias de Cristo y del Espíritu Santo, que es un don de Dios ofrecido a todos sin distinción. Probablemente lleve toda una vida cultivar todas estas gracias, pero desde el principio, puedes saborear los primeros frutos y sabores. Entonces, ¡qué tesoro irremplazable para enriquecer nuestras relaciones maritales a lo largo de su vida!

8 de noviembre de 2016 http://www.communion-priscille-aquila.com/L-evangelisation-de-la-sexualite-pour-la-joie-des-epoux.html