

# Sexualidad en el matrimonio

D.ª Inmaculada Cirera

Licenciada en Farmacia

Especialista Universitaria en Pastoral Familiar, Pontificio Instituto Juan Pablo II

Monitora de métodos de reconocimiento de la fertilidad conyugal

En el mundo en que vivimos asistimos a una ruptura entre amor, sexualidad, matrimonio y procreación, como consecuencia de la revolución sexual. Así como el ser humano quiere dominar la naturaleza, también quiere adueñarse de las leyes naturales que rigen su cuerpo.

Al hablar de sexualidad en el matrimonio sería importante entender qué es la sexualidad y qué significa que el ser humano es sexuado.

Si buscamos una definición de sexualidad en el diccionario, encontramos: "Es el conjunto de características físicas y psicológicas propias de cada sexo. Es todo aquello que define y diferencia al hombre de la mujer y a la mujer del hombre".

*"Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó, varón y mujer los creó" (Gn 1,27). Dios nos creó al hombre y a la mujer capaces de amar y ser amados. En el matrimonio, el hombre y la mujer estamos llamados a una comunión de amor de alma y cuerpo, a donarnos por entero. Un Dios que es un misterio de comunión de personas crea al hombre y a la mujer para que sean signos de su amor en el mundo. El amor que siente Dios por su pueblo es comparado con el amor de un esposo por su esposa. Cristo, esposo de la Iglesia, da la vida por su esposa: La Iglesia. Así, "en virtud de la sacramentalidad de su matrimonio, los esposos quedan vinculados uno a otro de la manera más profundamente indisoluble. Su recíproca pertenencia es representación real, mediante el signo sacramental, de la misma relación de Cristo con la Iglesia" (Familiaris Consortio 13).*

La sexualidad no está sólo en nuestros genitales, sino que forma parte de nuestra persona. Los genitales son una pequeña parte de lo que es nuestra sexualidad. Somos seres sexuados y la sexualidad está en todo nuestro ser, en los cromosomas de todas nuestras células (XX femenino, XY masculino), en nuestros sentimientos, en nuestra voluntad, en toda nuestra persona.

La sexualidad impregna todas las dimensiones de nuestra persona: la física, la intelectual, la psicológica, la social y la espiritual. La sexualidad forma parte de la persona, no se puede separar. Todas las personas tenemos sexualidad.

En el mismo momento de la fecundación ya empieza a haber sexualidad, porque el nuevo ser humano ya tiene unos cromosomas sexuales que lo identifican y que se irán expresando a lo largo de toda su vida.

Hay muchas formas sexuales, no genitales, de transmitirnos el amor: La ternura, los besos, las caricias, las miradas, la complicidad, el bañar a los niños sin que te lo pidan, hacer la cena, invitarme a cenar, comprarme lo que sabes que me gusta, escucharme con atención, abrazarme cuando lo necesito, aguantarme cuando tengo los cables cruzados... Hay un componente erótico en la sexualidad que debe cuidarse durante todo el día, desde cómo nos damos el beso de la mañana hasta cómo nos despedimos por la noche o nos cogemos de la mano. Acariciando el cuerpo acariciamos a la persona, el cuerpo es la persona, somos cuerpo, el cuerpo forma parte de la persona.

La sexualidad nos diferencia a hombres y mujeres, nos hace descubrir que estamos llamados a salir de nosotros mismos y encontrar al otro. El hombre y la mujer se complementan y están llamados a santificarse juntos, a buscar el uno el bien del otro.

*"La sexualidad abraza todos los aspectos de la persona humana, en la unidad de su cuerpo y de su alma. Conciérne particularmente a la afectividad, a la capacidad de amar y de procrear y, de manera más general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con otro."* (Catecismo de la Iglesia Católica, 2332).

Las características del amor conyugal (Humanae Vitae) son:

- Total: sin reservas ni cálculos egoístas.
- Fiel y exclusivo hasta la muerte.
- Fecundo: comunión de los esposos y procreación de la prole.

El abrazo conyugal sirve para unir de forma especial a los esposos y debe cuidarse, porque cuidar los encuentros de intimidad sexual en el matrimonio es cuidar el matrimonio. Buscar el mejor momento para ambos y saber expresar el uno al otro las preferencias personales, los sentimientos íntimos, los deseos, para que este gesto sea un auténtico encuentro personal donde se haga carne. *"Por eso abandonará el varón a su padre y a su madre, se unirá a su mujer y serán los dos una sola carne"* (Gn 2,24).

Hombre y mujer somos diferentes, tenemos ritmos de excitación sexual diferentes. La mujer necesita más preparación que el hombre para alcanzar el clímax sexual, por lo que es conveniente que el marido lo tenga en cuenta y le dé la ternura y preparación adecuada a su esposa si quiere tener un encuentro sexual placentero para ambos.

Aprender a expresar los deseos al otro y tener una buena comunicación en el matrimonio es fundamental, así como la aceptación de uno mismo, del propio cuerpo sexuado y del propio pasado, la historia personal de cada uno.

La sexualidad, al igual que el amor, madura con el tiempo y no está exenta de dificultades y limitaciones que requieren de la paciencia y también de la humildad para saber pedir ayuda cuando existen problemas ya sean físicos o psíquicos.

Como decía san Juan Pablo II: *"La sexualidad mediante la cual el hombre y la mujer se dan el uno al otro con los actos propios y exclusivos de los esposos, no es algo puramente biológico, sino que afecta al núcleo íntimo de la persona humana"* (Familiaris Consortio 11).

Hemos visto que estamos hechos a imagen y semejanza de Dios, de un Dios que es amor, nos creó por puro amor y nos llama a participar libremente de su amor y a dar vida como Él es vida. El hombre y la mujer pueden ser cooperadores con Dios para transmitir la vida, a través de su entrega corporal en el matrimonio, y están llamados a ser signos del amor de Dios, el uno para el otro.

Sabemos que las formas de transmitir el amor son múltiples pero la entrega de la vida se hace carne de una manera muy especial en el abrazo conyugal, que tiene dos significados que deben ser respetados para poder vivirlo en plenitud: el unitivo y el procreativo.

- **Unitivo:** Yo soy tuyo para siempre y en todo, yo soy tuya para siempre y en todo.
- **Procreativo:** Dios ha querido que los esposos puedan ser cooperadores con Él en la venida al mundo de una nueva vida humana.

La sexualidad es don de Dios, anterior al pecado original. *“Vio Dios todo lo que había hecho y era muy bueno”* (Gn 1,31). Pero al igual que la propia persona, la sexualidad está expuesta a las consecuencias del pecado y necesita de la gracia santificante para engrandecerse.

La virtud de la castidad vivida durante el noviazgo, es decir, la educación de los deseos en la espera y en el diálogo con el otro, facilita que los esposos se posean a sí mismos y puedan entregarse por entero por amor de la forma adecuada en cada momento.

*“Por la unión de los esposos y la trasmisión de la vida se realiza el doble fin del matrimonio: el bien de los esposos y la transmisión de la vida. No se pueden separar estas dos significaciones o valores del matrimonio sin alterar la vida espiritual de los cónyuges ni comprometer los bienes del matrimonio y el porvenir de la familia.”* (Catecismo de la Iglesia Católica 2363).

Los esposos tienen una capacidad limitada de comunicar amor, pero un deseo infinito de ser amados cada uno. Ese deseo sólo lo puede colmar el Señor. De ahí que cada día le podemos pedir que convierta nuestra agua en vino, como en las bodas de Caná. También, antes de cada encuentro sexual, es bueno ponernos en manos de Dios y pedir que haga su obra en nuestro matrimonio, que dé fecundidad a nuestro amor, cómo y cuándo Él quiera. Solo Él es capaz de hacer nuevas todas las cosas.