



SEXUALIDAD SANA

Descripción

“Junto con Jesús iba un gran gentío, y él, dándose vuelta, les dijo: «Cualquiera que venga a mí y no me ame más que a su padre y a su madre, a su mujer y a sus hijos, a sus hermanos y hermanas, y hasta a su propia vida, no puede ser mi discípulo. El que no carga con su cruz y me sigue, no puede ser mi discípulo”

(Lc 14,25-33).

“Señor, comenzamos este rato de oración con este texto de la liturgia que nos propone el día de hoy, sabiendo que tenemos que esforzarnos por quererte, conocerte, reconocerte en tantas ocasiones.

Porque tenemos que amarte más que a nuestro padre, a la madre, a la mujer, a los hermanos, hermanas, a la propia vida.

BAJAR EL NIVEL DE EXIGENCIA

A veces Señor, debo decir que nos atrevemos a bajar el nivel de exigencia, que nos atrevemos a disminuir por la vida, por cómo está la cultura, las cosas que te queremos dar o estamos dispuestos a darte.”

Hoy me llama la atención, porque es el día de la “salud sexual y reproductiva” según la ONU, que han trabajado mucho en este aspecto y la ONU define esto como: La capacidad de disfrutar al máximo de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos de procrear y la libertad para hacerlo o no. Y los derechos reproductivos.

Se basa en el reconocimiento del derecho básico de todas las parejas e individuos, de decidir qué quieren.

Es muy cierto que tenemos que luchar por explicar muy bien la sexualidad, especialmente no desde la genitalidad, sino desde el amor y cómo el amor se tiene que dar entre hombre y mujer y eso es algo que Dios bendice.

Hace que en el matrimonio se tenga la posibilidad de participar, de ser co-creadores y dar a esa familia ese aspecto mucho más amplio de ser los que llevan esa bendición de Dios.

DIOS LO HA DEJADO SÚPER CLARO

Efectivamente, a veces estas cosas nos pueden traer ideas de que, tal vez, nuestra fe no tiene una solución muy clara con respecto a la sexualidad...

Pero, ¡cuidado! porque Dios nos ha dejado súper claro, qué cosas convienen y cuáles no.

[El sexto mandamiento](#) habla justamente de los actos impuros:

No cometerás actos impuros;

y el noveno va más allá, dice:

No desearás la mujer de tu prójimo. No tendrás pensamientos o deseos impuros.

Están explicados en negativo, en realidad esto busca: un gran amor, un tener el corazón limpio para poder ver a Jesús, un poder tener esa sintonía con lo sobrenatural.

Cuando nos volvemos demasiado humanos en cambio, perdemos esa sintonía, no tenemos nada como para conectar con Dios.

Yo creo que hay una parte del Evangelio que en esto es muy clara. ¿Recuerdas cuando llegó Jesús a Betsaida?

“Llegó Jesús a Betsaida con sus discípulos. Y les llevaron a un ciego para que le tocara. Y el Señor le tomó la mano al ciego, lo sacó fuera de la aldea y allí hizo lodo con saliva y se lo puso en los ojos y a continuación le puso las manos y le preguntó: «¿Ves algo?»».

Y el ciego alzando la mirada, le dijo: «Veo a los hombres, como árboles que andan». Y después de imponerle de nuevo las manos, ya el ciego comenzó a ver perfectamente y quedó curado, de suerte que veía de lejos claramente todas las cosas”

(Mc 8, 22-25).



CURAR A LA VEZ EL ALMA Y EL CUERPO

Esto es interesante porque las curaciones del Señor solían ser instantáneas y, sin embargo, en este ejemplo tuvo como un pequeño proceso.

Porque podría ser que la fe del ciego al comienzo era un poco débil y Jesús quería curar a la vez el alma y el cuerpo. Le ayudó a ese hombre, al que con tanta piedad le tomó de la mano para que su fe se fortaleciera.

Pasó de no tener luz, a ver algo borroso -que ya era algo- y eso lo habrá animado. Pero claro, el Maestro quería darle una mirada clara, penetrante, para que pudiera contemplar las maravillas de la creación.

Muy probablemente lo primero que vio con claridad aquel ciego, fue el rostro de Jesús que le estaba mirando complacido. Lo sucedido con este hombre ciego para las cosas materiales, nos puede servir para considerar la ceguera espiritual.

Con frecuencia nos encontramos a muchos ciegos espirituales que no ven lo esencial. No ven el rostro de Cristo que está presente en el mundo.

El Señor habló muchas veces de este tipo de ceguera. Cuando decía, por ejemplo, a los fariseos que eran unos ciegos o cuando se refería a quienes tienen los ojos abiertos, pero no ven.

MANTENER LA MIRADA LIMPIA

Claro, es un gran don de Dios mantener la mirada limpia para el bien, para encontrar a Dios en medio de los propios quehaceres, para ver a los hombres como hijos de Dios, para penetrar en lo que Dios verdaderamente nos dice que vale la pena.

Incluso, para contemplar junto con Dios y desde Dios, la belleza divina que dejó como rastro en las obras de la creación.

Por otra parte, es necesario tener la mirada limpia para que el corazón pueda amar, para mantenerlo joven, como Dios desea.

Muchos hombres, no están ciegos del todo, pero tienen una fe muy débil. Y es por una impureza en

su vida o por no vivir los mandamientos -que esto se va complicando cada vez más.

El alma comienza a tener vida interior, porque empieza a apreciar el tesoro que lleva en su corazón. Y cada día, evita con más esmero la entrada en el alma de imágenes, sensaciones, deseos que imposibiliten o entorpezcan el trato con Dios.

Porque no se trata de “no ver”, porque necesitamos la vista para andar en medio del mundo, para trabajar, para relacionarnos, sino de “no mirar” lo que no se debe mirar; de luchar por ser limpios de corazón, de vivir sin rarezas, de estar recogidos cuando sea necesario, de cuando vas por la calle o en el ambiente en el que te mueves, en las relaciones sociales o en tu cuenta de Instagram, no estar fijándote en cosas que van a enturbiar tu corazón.

UNA MIRADA LIMPIA

¡Mirada limpia! No solo de aquello que se refiere directamente a la lujuria, que por supuesto ciega para los bienes sobrenaturales, incluso para los auténticos valores humanos, sino también para otros campos que caen dentro de la concupiscencia de los ojos.

Podría ser el afán de poseer ropas, objetos o bebidas o no sé... la lámpara del cuerpo es el ojo. Y si tu ojo es sencillo, todo tu cuerpo estará iluminado; pero si tu ojo es malicioso, todo tu cuerpo estará en tinieblas, nos dice el Señor.

Por eso, ¡qué pena! si alguna vez por no haber sido delicados o fieles en esta materia, en vez de ver el rostro de Cristo con claridad, vislumbramos solo una imagen desdibujada, lejana...

Examinémonos hoy en nuestra oración, ¿cómo vivimos esa guarda de la vista tan necesaria para la vida sobrenatural? ¡Para ver a Dios!

Quien no tiene esa mirada limpia, su visión es borrosa y frecuentemente deforme, ¡Tenemos que luchar por vivir la castidad!

Y utilizar la palabra “castidad”, porque a veces ha perdido como brillo y nos parece que se asocia con una tontería, como decir: “un cinturón de castidad” ... o una cosa que es solo para los tipos que son como súper estrictos o los que viven en el celibato.



VIVIR LA CASTIDAD

La castidad tenemos que vivirla en todos nuestros ámbitos de la vida, porque cuando no se vive con templanza, se va desdibujando el rostro del Señor, ya no lo encontramos.

Bienaventurados los limpios de corazón, porque verán a Dios.

“Señor Jesús, hoy queremos pedirte por tantos jóvenes que tienen que luchar porque han recibido formación que está mal llevada, porque se les ha confundido en estas materias.

Te pido también que seamos nosotros súper claros, buenos ejemplos, que podamos guiar a la juventud y también a las personas que están un poco perdidas en estos aspectos, porque les enseñemos a descubrir tu rostro Señor. La belleza de ser buenos cristianos, esa belleza de sabernos hijos de Dios, y de querer verte, Señor. Queremos verte”

Podemos acudir a nuestra madre, la Virgen, rezando con frecuencia el “Bendita sea tu pureza”. Vamos a pedirle hoy, en esta fecha que la ONU se esfuerza para confundir un poco a la gente...

Nosotros en cambio vamos a aprovecharla, para dar luz verdadera. La sexualidad es algo buenísimo,

pero tiene que estar ordenada.

BENDITA SEA TU PUREZA

Le vamos a pedir a nuestra Madre, ella que es Espejo de Justicia, Trono de Sabiduría, que nos enseñe a vivir bien la castidad.

Bendita sea tu pureza y eternamente lo sea, pues todo un Dios se recrea en tan graciosa belleza. A Ti, celestial Princesa, Virgen Sagrada María, yo te ofrezco en este día alma, vida y corazón. Mírame con compasión, no me dejes, Madre mía y en mi última agonía sé mi amparo y protección.

Antes de terminar, no quisiera dejar de avisar, que en la página web de 10minconjesús.net, hemos dejado un artículo sobre [la sexualidad bien vivida](#), que puede ayudar a tomar decisiones más claras en nuestra vida y enseñar a los demás a vivir una sana sexualidad.