

Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

10.

DÉCIMO TEMA

**"Cultivemos nossa
sexualidade"**



Sexualidade e Espiritualidade

CONJUGAL

Um convite ao diálogo

Índice

Capítulo	Tema
	Introdução
1	A sexualidade, um presente de Deus
2	Homem e mulher: diferentes e iguais
3	A linguagem da sexualidade: a ternura
4	A sexualidade envolve todo o nosso ser
5	A sexualidade nos faz fecundos
6	Eduquemo-nos, para educar
7	Jesus e a sexualidade
8	Nas crises..... "Busquemos juntos"
9	O perdão possibilita a ternura
10	Cultivemos nossa sexualidade!
11	Redescubramos nosso amor
12	EPÍLOGO: testemunhos

1º.- REFERÊNCIAS:

"Maridos, amai as vossas mulheres, como Cristo amou a Igreja (...) Assim também os maridos devem amar as suas próprias mulheres, como a seus próprios corpos. Quem ama a sua mulher ama-se a si mesmo, pois ninguém jamais quis mal à sua própria carne, antes alimenta-a e dela cuida, como também faz Cristo com a Igreja, porque somos membros do seu Corpo. Por isso deixará o homem o seu pai e a sua mãe e se ligará à sua mulher, e serão ambos uma só carne."¹.

"Compreendi que o Senhor inventou o matrimônio como grande meio de desenvolver o amor, e como grande meio de favorecer a abnegação.

Compreendi que a abnegação não deve estar ao lado do amor, mas que a verdadeira abnegação é precisamente impor-nos o compromisso de nunca deixar de amar, de viver sempre na atitude do 'para ti' e nunca na atitude do 'para mim'"².

2º.- DEUS QUER QUE VIVAMOS UMA SEXUALIDADE CULTIVADA, QUE FALE A LINGUAGEM DO AMOR.

O Padre Caffarel descobriu que o amor conjugal e o amor de Deus não podem seguir separados. Deus está onde há amor. E o que nos une, também nos une a Deus e o que nos separa, separa-nos de Deus. Por isto nosso sacramento consiste em ser sinal e manifestação do grande amor de Deus.

1.- Efésios 5, 25-31

2.- Padre Caffarel. Conferência de Chantilly

Nossos gestos-atos de amor são o modo de fazer visível esse amor. E a vivência da sexualidade é esse grande meio, que Deus colocou em nossas mãos, para amar. A linguagem do amor tem a peculiaridade de fazer comunhão, respeitando as diferenças e peculiaridades de cada um.

3º.- UM POUCO DE MÚSICA E DANÇA ERÓTICA:

Passeava por uma rua central de minha cidade. Homens e mulheres paravam para ouvir o dueto de um violino e um violoncelo. Os dois instrumentos, guiados pela mesma partitura, subiam e baixavam; cruzavam-se e escutavam-se a partir da profundidade do sentimento. A nota aguda do violino era sustentada pela grave do violoncelo. Tudo era harmonia. Paravam no tempo e, às vezes, brincavam a perseguir-se, em principiar e a olhar-se, de acordo com os tempos, mas sempre um pendente do outro. Até os silêncios eram música, beleza e entendimento. Nenhum se sentia protagonista e os dois brincavam e brincavam sem se cansar. Misturavam suas notas, escondiam-se um debaixo do outro e, carinhosamente, um fazia silêncio enquanto o outro brilhava. E isso era alternativo. Os dois sentiam-se igualmente importantes. As pessoas aplaudiam. Os dois escutavam-se, baseados na pauta musical na qual brincavam. Não existe dominador nem dominado. Nem primeiro, nem segundo. E dizem-se: Diga-me o que sente!, diz o violino, e o que atravessa o seu coração. E as notas do violoncelo respondem desde as entranhas da partitura: Não quero que me conte coisas, quero que me conte sobre você. E, em dueto, vão

dizendo-se: Quero seu interior e não o que sucede no exterior. Gostaria de não ser invisível, nem você surdo ao meu grito!

Quando um cala, o outro voa e, em momentos de ilusão, os dois apertam seus arcos sobre as cordas, para gritar, enamorados, o grito do amor.

E, vendo esse belo espetáculo, recordei-me de Van de Velde³ (1873-1937) quando dizia: “São precisos dois para dançar o tango”. Somos marido e mulher, que juntos queremos dançar o tango do amor, dança para dois, composta por Deus, para casais. Esta dança é símbolo do amor entre iguais, do abraço carinhoso e da companhia brincalhona e caprichosa. E pensei: Dançar, fazer música e viver a sexualidade é brincadeira, é espontaneidade e é desfrutar de um passo atrás do outro sem correr, sem dominar e sem querer chegar ao final.

Deus, maestro da dança das almas, quer que amemos e dancemos, que sejamos livres e que nos queiramos sendo diferentes. No final dessa dança, juntamos nossos corpos, fazemos comunhão e somos o melhor sinal do amor que Deus nos tem.

4º.- COMO CULTIVAR ESTA DANÇA?

-Brincando com igualdade. Nós dois somos protagonistas, nós dois provocamos, nós dois iniciamos, nós dois fazemos e deixamos fazer,

3.- Van de Velde. Sexólogo educado na tradição sexual vitoriana. Influenciou na vivência sexual de uma geração.

nós dois dizemos como nos sentimos e o que precisamos.

-Vivendo com mais frequência os encontros íntimos, convencidos que, nesses encontros, Deus nos acompanha na ternura e na busca do prazer comum. Deus quer que nosso amor nos dignifique.

-Vivendo a união sexual impregnados do amor ágape. Não podemos evangelizar sem humanizar. Leiamos sobre o tema, e não pensemos que os anos nos fazem indiferentes à sexualidade. Nunca deixamos de ser sujeitos sexuados.

-Deixando de ser espectadores da vida, para nos dedicar a vivê-la com intensidade. Deixemos de criticar os que não pensam como nós, e não desperdicemos energias, defendendo-nos de quem nos ataca. Preocupemo-nos em cultivar-nos, ler, estudar e, sobretudo, em viver e pedir a Deus ajuda, para que nossos encontros estejam livres da rotina, sejam criadores de comunhão e estejam animados com surpresas. Deste modo, nossa vivência será mais rica, mais madura e mais autônoma.

Cultivar equivale a abnegar-se. “Não há amor sem abnegação”⁴. Isto supõe olhar o mundo de frente, para não confundir “ser fiel” com “estar ancorado”⁵. “O que você não consegue resolver falando, resolva-o orando. O que não consegue solucionar de pé, solucione-o de joelhos. Pense que, além de sua força está o poder de Deus”. Aqui reside a energia para cultivar-nos.

4.- Padre Caffarel na conferência de Chantilly.

5.- Ibid

Devemos entender que “a ética sexual não se refere ao que está proibido ou permitido. Não são regras. Não pode existir uma verdadeira moralidade da sexualidade se não existe uma qualidade humana da mesma”.⁶

Sigamos escutando Padre Caffarel: “Ajude-mos a Igreja a revisar sua visão antropológica”. “A união sexual encarnará o amor na medida em que se integre dentro de um tecido de relações cotidianas, que tenha sentido”⁷.

“O mundo banalizou a sexualidade” de duas maneiras: 1-buscando um angelismo pouco humano e que nega o eros que levamos dentro de nós, e obcecando-se com a procriação; 2- buscando o prazer de modo exclusivo e excludente. “Há que humanizar mais do que moralizar”, dizia Padre Caffarel, como se tivesse escutado nosso Papa Francisco, quando diz ,que “devemos ser mais especialistas e testemunhas de humanidade e menos guardiões de moralidade”.

E segue Padre Caffarel⁸: “Prega-se a moralidade no matrimônio, diz-se o que é permitido e o que é proibido... mas não temos cultivado adequadamente os casais cristãos, para que “façam bem o amor”.

- *Não há liberdade sem conhecimento.*

A liberdade sem conhecimento chama-se domesticção.

Não há conhecimento sem liberdade.

O conhecimento sem liberdade chama-se repressão.

6.- Ibid

7- Carta francesa das E.N.S. Nº 201 de março-abril de 2013, pág 11, último parágrafo.

8.- P. Caffarel. Conferência em Chantilly,

Não há conhecimento, nem liberdade sem criatividade. O conhecimento e a liberdade sem criatividade chamam-se ilusão.

E é hora de que passemos da domesticação, da repressão e da ilusão sexual, à vivência livre, plena, consciente, prazerosa e serena de nossa sexualidade”⁹.

5º.- SENTE-MO-NOS, LEIAMOS E DIALOGUEMOS:

Cultivar é o contrário da velha repressão sexual e do sensualismo moderno, que negam e banalizam a mulher e a sexualidade. Cultivar é seguir querendo-nos como sujeitos sexuados, como homem e mulher, que mudam de condutas, de sinais e gestos à medida que se vão tornando mais velhos, porque vão tendo novas vivências, que nos levam a novas fases de crescimento. Isto nos ajuda a entender que: 1- Não há limite de tempo, para as relações sexuais; 2- que estas não são um privilégio dos jovens; 3- que a necessidade de abraçar, expressar os sentimentos, querer e ser querido é algo que não desaparece com o tempo; 4- que a sexualidade não está centrada no coito, mas no amor; e 5- que as mudanças fisiológicas devem levar-nos a readaptar nossa vivência sexual à idade.

1ª.- Qual dos cinco pontos anteriores nos custa mais a assumir? e por quê?

2ª.- Se tivemos ou temos dificuldades em nossos encontros sexuais, nós as comentamos entre os dois, ou com um especialista? Qual foi o resultado?

3ª.- De que modo criamos, durante todo o dia, um clima positivo, otimista, íntimo e aberto, favorecedor de encontros

9.- Santos Beneti “Sexualidad creativa”. Ed. san Pablo, 1994, introdução

sexuais agradáveis?

4ª.- Em que medida somos sinais do amor de Deus em nossos encontros sexuais?

Com que atitudes demonstramos que somos esses sinais?

6º.- CULTIVEMOS NOSSA SEXUALIDADE, REZANDO JUNTOS:

Fazemos um momento de silêncio e saboreamos as seguintes ideias: rezar é comunicar-nos com Deus no mais íntimo. Deus é pura comunicação. E comunica-se, porque ama. Por isso Deus, quando nos olha, não nos mede, nem nos pesa. "O olhar de Deus não é como o olhar do homem. O homem olha as aparências, mas o Senhor olha o coração"¹⁰. Deus, ao comunicar-se ama, como demonstrou na pessoa de Jesus. E comunicou-se conosco do melhor modo possível e com a máxima empatia: sentindo-se e fazendo-se como nós.

Digamos juntos: Porque cremos em vós, Senhor, queremos que nossa comunicação chegue ao íntimo do outro, para, juntos, chegarmos a vós. Estamos convencidos que comunicar-nos convosco é a melhor maneira de comunicar-nos entre nós.

*"E Deus? pois Deus sou eu,
eu que estou nos braços do meu amor, que é ela.
Sim, e que está em meus braços.
E Deus? é e está no abraço que nos damos os
dois totalmente fundidos, no nada do outro"*¹¹.

10.- Samuel 16, 6-7

11.- "Juan Ramón, Alberdi: dos poetas líricos", Editado por Diego Martínez Torrón. 2006

A esposa: Reconhecemos, Senhor, que nos destes um corpo para dá-lo, entregá-lo e desfrutá-lo. Nós vos bendizemos por ele e queremos viver em atitude de “para você” no lugar de “para mim”.

O esposo: Manifestamos diante de vós, que queremos que nossos corpos sejam vosso templo, vosso esconderijo e refúgio. Sabemos que o estais desejando. Tomai-nos e ocupai-nos, para que sejamos sinais de seu amor.

A esposa: Vós quereis que cultivemos nossa sexualidade com naturalidade, com espontaneidade, sem buscar a eficácia, nem os resultados e nem as metas. Pedimo-vos, que nos deixemos levar pelo amor.

O esposo: Porque nos olhamos de modo diferente, porque sentimos diferentemente, e porque quero compreender minha mulher, e que ela compreenda minha masculinidade, por isso queremos que vós estejais no meio de nós, para que vivamos nossa sexualidade entendendo-nos e valorizando-nos igualmente.

A esposa: Vós sois generoso, compreensivo e confiante.

O esposo: E sabemos que sois um Deus que, mediante Jesus, tocais, curais, olhais e salvais com vosso olhar. Que esse vosso olhar desperte nosso corpo para o amor, para a relação e para a vida¹².

12.- Mercedes Navarro (religiosa mercedária), “(7) palabras”. Edi PPC. Madrid 1996

A esposa: Vós fostes boa notícia, porque vos fizestes palavra aberta e vulnerável, respeitosa e livre.

Os dois: Segui sendo boa notícia para nós e segui capacitando-nos para o amor, para a amizade, para os afetos e o prazer corporal. Acompanhai-nos neste caminho de fazer-nos homem e mulher, para que juntos sigamos conhecendo-nos, encontrando-nos, organizando-nos e desfrutando de nossa mútua doação.



Équipes Notre-Dame
Secrétariat International
49, rue de la Glacière
7ème étage • 75013
Paris • France

Tel. (33) (1) 43 31 96 21 • Fax. (33) (1) 45 35 37 12
end-international@wanadoo.fr
www.equipes-notre-dame.com