

RECONOCIMIENTO DE LA FERTILIDAD Y RELACIONES FAMILIARES.

M^a Paz Mínguez Estevan.

Resumen

En la consulta de orientación familiar es una gran ayuda la enseñanza de los Métodos de Reconocimiento de la Fertilidad (MRF) por su gran valor educativo que irradia a toda la familia. Enseñar los MRF desde el Área del Reconocimiento de la Fertilidad (ARF) aporta en el contexto familiar una auténtica educación para la vida. Aprender a reconocer la fertilidad nos enseña a conocer nuestro cuerpo, valorarlo y cuidarlo en beneficio de nuestra propia salud, nos enseña también el valor y la dignidad de toda vida humana y nos ayuda a descubrir el valor de la maternidad y paternidad. Esta educación para la vida repercute en las relaciones familiares, las beneficia y afianza.

Aprender el MRF no se resume en un método «natural» en el sentido de carente de efectos secundarios. Siendo esto muy importante y que la fertilidad permanezca intacta, sin embargo lo es más el aprendizaje del autodomínio. Juan Pablo II en sus catequesis sobre el amor humano dice que “no se trata meramente de una determinada técnica (...) sino de ética en el sentido propio de la palabra, de la moralidad de un modo de comportamiento”¹. El autodomínio, combinado con el aprendizaje de los signos de la fertilidad característico de los métodos que ayudan a reconocerla, es lo propio a la dignidad de la persona humana. Anclados en valores y virtudes como el valor de la espera y del compromiso, el valor de la fidelidad y la virtud de la castidad, los métodos de reconocimiento de la fertilidad (MRF) se ponen al servicio de la paternidad responsable. Por ello, sólo mediante los MRF es posible vivir el amor de manera digna, verdaderamente humana², fortaleciéndose la unión conyugal y las relaciones familiares.

La educación en el reconocimiento de la fertilidad es una educación para el amor desde una antropología adecuada; es decir, es toda la persona la que es educada, cuerpo, psique y espíritu. También en el contexto familiar los hijos aprenden que el amor no es sólo cosa del cuerpo, o del sentimiento o del espíritu.

Por todo ello, las relaciones familiares se ven beneficiadas por la educación en el reconocimiento de la fertilidad por ser una educación responsable.

Palabras clave: Reconocimiento de la fertilidad, Relaciones Familiares, Responsabilidad procreativa, Educación para la Vida, Educación para el amor, Castidad, Dominio de sí

¹ JUAN PABLO II, Catequesis sobre el amor humano 1981-1984

² Ibidem

M^a Paz Mínguez Estevan. Licenciada en farmacia por la Universidad de Valencia (España) y Máster en Ciencias del Matrimonio y la Familia por el Pontificio Instituto Juan Pablo II, sección española. Profesora del Instituto Valenciano de Fertilidad, Sexualidad y Relaciones Familiares (IVAF). [cursos@ivaf.org]

Una educación para la vida

“¡Respeta, defiende, ama y sirve a la vida, a toda vida humana!”³.

En su última encíclica, Benedicto XVI pone en el centro del verdadero desarrollo del hombre la apertura a la vida⁴. Cuando una sociedad niega la vida, acaba por ir en contra del mismo bien del hombre. Al igual que “cuando un matrimonio rechaza colaborar con Dios en la transmisión de la vida, es muy difícil que luego encuentren recursos para mantener el entendimiento mutuo”⁵.

Con la revolución sexual⁶ y la llegada de la píldora anticonceptiva en los años 60 las mujeres han ido aceptando como liberación sexual y progreso no tener hijos ó disminuir el número de hijos. La anticoncepción es una realidad que goza de reconocimiento social en mayor o menor medida, y en la mayoría de los casos las mujeres creen que hacen algo normal, convencidas de su “responsabilidad” en la transmisión de la vida. La mujer recién casada asume que de momento es mejor no tener hijos, y parece que tienen que darse muchas condiciones para tenerlos, por ejemplo cuando ya se han cumplido sus expectativas profesionales⁷. “En muchas ocasiones la vida no se ve ya como una bendición, sino como un peligro del que hay que defenderse”⁸.

Si es verdad, como dice Benedicto XVI, que la apertura a la vida está en el centro del verdadero desarrollo del hombre, que “la ciencia está llamada a ser aliada de la sabiduría” (FC 8), y que “cualquier acto matrimonial debe quedar abierto a la transmisión de la vida” (HV 11), entonces, ¿cómo educar para la vida hoy?, ¿qué aporta el aprender a reconocer la fertilidad?

Cuando aprendemos a reconocer la fertilidad favorecemos el conocimiento de nuestro propio cuerpo. El cuerpo de la mujer nos “habla” de la vida, si queremos escucharlo. Todo él se prepara, en cada ciclo, para acoger la vida: las hormonas, los folículos de los ovarios que van madurando, el moco cervical, las trompas de Falopio, el útero, las mamas, los ovocitos, etc. Todo tiene un sentido, una finalidad, las hormonas no actúan porque sí, ni ocurre la ovulación inesperadamente, sino que tienen que darse una serie de pasos anteriores. Toda una armonía perfecta. Esta armonía la podemos descifrar, podemos conocer nuestro cuerpo, saber, por ejemplo, en qué momento del ciclo estamos; algo muy sencillo que, sin embargo, muchas mujeres ignoran.

Para Pablo VI este conocimiento del cuerpo y de las “leyes biológicas que forman parte de la persona humana”⁹ es un aspecto esencial de la paternidad responsable. En efecto, no sólo se aconseja este conocimiento, sino que es necesario entre otros aspectos para que la procreación sea responsable, de acuerdo con la dignidad del hombre. Cuando la mujer aprende a reconocer la fertilidad su ansiedad y posible miedo a quedar embarazada disminuye y la fertilidad no se ve como una amenaza sino como lo que es, un bien de la persona.

3 JUAN PABLO II, Carta enc. Evangelium vitae 5.

4 BENEDICTO XVI, Carta enc. Caritas in veritate 28.

5 Homilía de Juan Pablo II, 25/IX/1993. Citado en JOSE PEREZ ADAN, VICENTE VILLAR AMIGO. Sexo: Razón y Pasión. Eunsa, p.37.

6 “La sexualidad se separa del matrimonio por una absolutización del amor romántico que huye de todo compromiso. Posteriormente, en una cultura hedonista se desvincula de la procreación” Cfr. CONFERENCIA EPISCOPAL ESPAÑOLA. Directorio de la pastoral familiar de la Iglesia en España, LXXXI ASAMBLEA PLENARIA, Edice, 2003, nº 11.

7 “La verdadera promoción de la mujer exige también que sea claramente reconocido el valor de su función materna y familiar respecto a las demás funciones públicas y a las otras profesiones. Por otra parte, tales funciones y profesiones deben integrarse entre sí, si se quiere que la evolución social y cultural sea verdadera y plenamente humana”. JUAN PABLO II, Carta enc. Familiaris consortio 23.

8 JUAN PABLO II, Carta enc. Familiaris consortio 6

9 PABLO VI, Carta enc. Humanae vitae, 10.

En efecto, Juan Pablo II decía “cuando la persona se haya dado cuenta de que la fecundación no se debe al azar ni a un concurso de circunstancias sino que es un hecho biológico esmeradamente preparado por la naturaleza (todos estos preparativos pueden seguirse en su organismo), su temor disminuirá y las posibilidades de controlar la concepción de manera racional y conforme a la naturaleza se harán reales”¹⁰.

El conocimiento de nuestro cuerpo cuando aprendemos a reconocer la fertilidad, nos lleva a valorarlo y a cuidarlo. El pudor del cuerpo pone de manifiesto el valor del cuerpo, su negativa a ser tratado como “algo que se usa como objeto de placer”, porque revela el valor de la persona. (Una chica cuando es violada está herida en su persona, le han hecho daño a ella, no podemos decir que sólo han forzado “su” cuerpo). Así, también valoramos nuestro cuerpo (porque daña nuestra persona) cuando decimos “no” a una relación prematrimonial, o extramatrimonial en el caso de personas casadas.

Por otro lado, aprendemos a cuidar nuestro cuerpo cuando mantenemos una alimentación adecuada, hacemos ejercicio, etc., y no dañamos (a veces irreversiblemente) nuestra fertilidad y nuestra salud con anticonceptivos¹¹. Es importante caer en la cuenta que los anticonceptivos no curan nada, y se dan a mujeres sanas cuando hay una alternativa mejor.

Los esposos que recurren a la continencia periódica mediante un método de reconocimiento de la fertilidad asumen la responsabilidad de un “hijo inesperado”, y no recurren al aborto. Esto lo he comprobado muchas veces. Están a favor de la vida. En cambio, los esposos que utilizan un método anticonceptivo y tienen un “contratiempo” es más fuerte la tentación de recurrir al aborto al no sentirse responsables de la nueva vida que entonces surja, pues anteriormente han despojado al comportamiento sexual concreto de su propiedad de ser causa del surgimiento de nueva vida¹².

Esto explicaría que estadísticamente donde aumenta la anticoncepción aumenta el número de abortos. “La tolerancia social frente a la anticoncepción; es más, su valoración como progreso y liberación sexual, lleva a una actitud asimismo tolerada socialmente de irresponsabilidad sexual, lo que significa precisamente que la mentalidad anticonceptiva se ha ido convirtiendo cada vez más en una *actitud básica* ante la vida muy generalizada. La difusión masiva de anticonceptivos no se explica por el hecho de que cada vez más personas empiecen a vivir la paternidad responsable, sino por las nuevas posibilidades de que se dispone ahora para tener, de forma bastante sencilla, *sexo sin hijos, safe sex*”¹³.

Es verdad que la anticoncepción se opone a la virtud de la castidad y el aborto viola el precepto divino “no matarás”. Son males desde el punto de vista moral distintos, dice Juan Pablo II en la encíclica *Evangelium vitae*, pero están íntimamente relacionados, como frutos de una misma planta.

10 KAROL WOJTYLA, Amor y responsabilidad, Plaza & Janes (1996), p.332

11 El Departamento de Salud y Servicios humanos de Estados Unidos hizo público su Décimo Informe sobre carcinógenos en 2002, incluyendo como sustancia que eleva el riesgo de desarrollar cáncer a los estrógenos esteroides utilizados en los anticonceptivos orales (AO). La FDA lo suprimió en el tratamiento postmenopáusico, pero lo silencian en los AO Cfr. <http://www.nih.gov/news/pr/dec2002/niehs-11.htm>

Y la misma Agencia Internacional de Investigación del cáncer (International Agency for Research on Cancer), con sede en Lyon, agencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en su comunicado de prensa del 29 de julio de 2005 había constatado ya que los anticonceptivos orales combinados eran cancerígenos. En concreto es causa de cáncer de mama, cervical y de hígado. Además de otros efectos secundarios graves como las tromboembolias y la propensión a infecciones, especialmente por Clamydias, VPH, y otras. Cfr. Dr. Rudolf Ehmann. Fédération Internationale des Associations Médicales Catholiques. 2008. 40 años de encíclica HUMANAE VITAE desde la perspectiva médica. www.fiamc.org/fiamc/04texts/ehmann/HumanaeDeu79T.pdf. La anticoncepción oral envejece el cérvix, alterando las criptas productoras de moco. Cfr. E. ODEBLAD. Curso sobre Biología del cérvix (Abstrat).

12 Cfr. M. RHONHEIMER, Ética de la procreación, Rialp, p.117.

13 Op cit. p. 118.

Por ello, defender la anticoncepción para frenar el drama del aborto es una falacia, pues “los contravalores inherentes a la mentalidad anticonceptiva son tales que hacen precisamente más fuerte esa tentación, ante la eventual concepción de una vida no deseada”¹⁴.

Desde el punto de vista médico la línea divisoria entre anticonceptivos y abortivos es muy delgada. A la “píldora del día después”, que claramente tiene un efecto abortivo cuando se toma alrededor de la ovulación, se le llama “anticoncepción de emergencia”; y muchos anticonceptivos orales pueden actuar como abortivos. En efecto, el mecanismo de acción de los anticonceptivos orales de tercera generación no es sólo el mecanismo anovulatorio como los de primera generación, sino que actúan espesando el moco cervical, disminuyen la motilidad de las trompas y modifican el endometrio de manera que queda atrófico y es imposible la implantación. No se puede afirmar que no actuará como antiimplantatorio, y, por tanto, abortivo, cuando haya crecimiento folicular y en algún caso ovulación¹⁵.

Los padres que aprenden a reconocer la fertilidad y su autodomínio están educando a sus hijos de manera creíble. Los hijos que ven que sus padres asumen con responsabilidad un nuevo embarazo estarán más dispuestos en un futuro a defender la vida. Sin embargo, los padres que deseen una vida sexual sin responsabilidades, ¿con qué argumentos apartarán a sus hijos de un modo creíble, de sus reivindicaciones de libertad sexual?¹⁶ Y, ¿cómo convencerlos de que toda vida humana es digna de ser vivida en las últimas etapas de la vida, si en el comienzo de la vida la hemos despreciado?

La educación para la vida que está en la base de los métodos de reconocimiento de la fertilidad no es sólo el descubrir y manifestar el valor de la paternidad y maternidad terrestre, sino que desde el mismo momento de la concepción los esposos saben que sus hijos están destinados al cielo¹⁷. El Concilio afirma que el hombre “es la única criatura en la tierra a la que Dios ha amado por sí misma”¹⁸. Todo ser humano, incluso los enfermos crónicos, disminuidos físicos y psíquicos, incluso los que nacen con una enfermedad mortal, son amados por Dios, y están llamados a participar de su misma vida divina.

Esta dimensión trascendente es urgente recuperarla pues en no pocas amenazas de la vida (aborto, eugenesia y eutanasia) está como telón de fondo. Un ejemplo es el caso que expongo a continuación.

Caso de un matrimonio

Este caso ocurrió hace unos años en un Centro de Orientación familiar en el que colaboro como monitorea de métodos de reconocimiento de la fertilidad y en temas de sexualidad en general.

Me llama por teléfono una mujer diciéndome que está embarazada y que es su tercer hijo. Por medio de una ecografía detectan que el feto tiene múltiples malformaciones y que se trata de una enfermedad genética incurable, Síndrome de Patau, una trisomía en el cromosoma 13. Debido a esto le comunican que si llega a nacer, a los pocos días o semanas, morirá, y que la supervivencia raramente supera el año de vida.

La mujer insiste que ella está en contra del aborto, incluso está en contra de que se aborte a fetos con síndrome de Down, y que no le importaría en absoluto tenerlo si fuera Down. Pero se estaba planteando abortar porque este síndrome era distinto, pues moriría al poco de nacer.

14 JUAN PABLO II, Carta enc. *Evangelium vitae* 13.

15 Cfr. ver el caso real en tema 5 del módulo sabe adultos dentro del itinerario de cursos de la sexualidad SABE del IVAF.

16 Cfr. M. RHONHEIMER, *Ética de la procreación*, Rialp, p. 119.

17 Cfr. JUAN PABLO II, Carta a las familias, 1994, Año de la Familia, n° 9 y 22^a.

18 Const. past. *Gaudium et spes*, sobre la Iglesia en el mundo actual, 24.

También me dice que su familia vive en unas condiciones precarias, y sobre todo no tiene ninguna ayuda familiar, pues son inmigrantes y están solos en España. Yo, en nombre de la directora, y de todos los colaboradores, le digo que no está sola, que le vamos a ayudar, en todo lo que necesite. Es más, como ella tiene que trabajar, nos ofrecemos a cuidar del bebé en cuanto nazca, etc.

Durante unos días estuvimos hablando de que efectivamente era un gran sufrimiento el que estaban pasando su marido y ella, y más sabiendo que los otros dos niños estaban muy ilusionados por la llegada a la familia de un nuevo hermanito. Sin embargo, el aborto no solucionaba su conflicto, aunque eliminase el problema. No podía salir un bien, haciendo un mal, pues sufriría no sólo ella con las consecuencias del SPA¹⁹, sino toda la familia.

Me doy cuenta que está decidida a abortar, aunque contradictoriamente me dice que ella no quiere. Su marido, sin embargo, está más decidido y desde un primer momento cree que lo que debe hacer es abortar, que no es agradable pero que desgraciadamente no hay otra solución, dice. No ve problema en que el niño tenga limitaciones y malformaciones, tampoco en que no tienen ayuda familiar y su economía sea muy precaria, etc., sólo le horroriza que sus hijos pasen por la angustia de ver cómo muere su hermanito.

La pérdida de la dimensión trascendente (que este niño no es un niño para la tierra, sino para el cielo, querido por Dios por él mismo), ha llevado a este matrimonio a tomar una decisión que no querían, que ha afectado todas las relaciones familiares.

El aborto no ha sido una solución. En primer lugar (frente al argumento del padre), el que los hijos no hayan visto morir a su hermano no quita el hecho que se planteen por qué no ha nacido ¿qué ha pasado con mi hermano? ¿Qué responder a esta pregunta? Además el niño se pregunta por qué él sí ha nacido, ¿porque es querido o porque está sano? En segundo lugar (frente al argumento de la madre) ¿Por qué es más digna de ser vivida una vida de 80 años que una de 8 días? ¿Acaso alguien puede asegurar el tiempo que va a vivir?

Una educación para el amor

“La familia es la primera escuela de las virtudes sociales, que todas las sociedades necesitan”²⁰.

Los esposos saben que “la sexualidad es una riqueza de toda la persona –cuerpo, sentimiento y espíritu– y manifiesta su significado íntimo al llevar a la persona hacia el don de sí misma en el amor” (FC 37), de esta manera la sexualidad es el “lenguaje corpóreo de la comunión interpersonal entre el varón y la mujer”²¹. Aprender a reconocer la fertilidad no se resume en el aprendizaje de un método mal llamado “natural”. Es más, no es lo más importante. Sólo proporciona conocimiento sobre la fertilidad/infertilidad de la mujer. Los métodos de reconocimiento de la fertilidad NO son métodos anticonceptivos naturales, como muchas veces se los quiere presentar; y su bondad no está en que son “naturales” y la maldad de la anticoncepción en que es “artificial”. La diferencia entre la anticoncepción y los métodos de reconocimiento de la fertilidad es mucho más profunda pues se trata de “dos concepciones de la persona y de la sexualidad humana irreconciliables entre sí.”²²

19 A. POLAINO LORENTE, Psicopatología e Interrupción Voluntaria del Embarazo, VII Congreso Nacional de Bioética. “Bioética y Conciencia”. Madrid, 9-10 octubre de 2009.

20 JUAN PABLO II, Carta enc. Familiaris consortio 36.

21 CARLO CAFFARRA, Sexualidad a la luz de la antropología y de la biblia. Documentos del Instituto de Ciencias para la Familia. Universidad de Navarra, Ediciones Rialp, p.34.

22 JUAN PABLO II, Carta enc. Familiaris consortio 32.

Los métodos de reconocimiento de la fertilidad aportan innumerables ventajas a los esposos: no tienen efectos secundarios, son asequibles, la fertilidad permanece intacta, proporcionan una información valiosísima sobre los ciclos de la mujer en caso de infertilidad, etc. Sólo por esto deberían promocionarse entre la población; sin embargo, lo más importante es que están anclados en las virtudes y valores. Sin estos, la educación de la sexualidad para el amor sería imposible. Valores como diálogo, respeto recíproco, responsabilidad común, dominio de sí mismo, fidelidad, ternura y afectividad, valor de la espera y del compromiso. Y, sobre todo, la virtud de la castidad que garantiza el verdadero amor humano y es el camino de la caridad conyugal²³.

El autodomínio es parte esencial en los MRF y necesario en la virtud de la castidad²⁴. Nadie puede dar lo que no posee; ¿cómo puedo darme si no me poseo?, y ¿cómo puedo ser feliz si no me doy? En efecto, sólo es feliz el hombre en la medida que puede darse (GS 24). Este es el sentido, la razón de ser de la sexualidad, y más concretamente del acto conyugal: la donación entre los esposos, signo, sacramento, de la donación, del amor de Dios.

Utilizar un método de reconocimiento de la fertilidad lleva implícita tanto la realización de actos sexuales como la abstinencia cuando por razones graves se desee posponer un embarazo por un tiempo o por tiempo ilimitado. Ambos son actos de comportamiento sexual. Cuando se renuncia al acto sexual, no es un simple “no hacer algo”, sino que es un acto de la voluntad guiada por la razón, por lo que son actos de verdadero amor conyugal. Por eso las cargas y sacrificios que exige la renuncia no son un obstáculo para el amor, sino que son propias de la vida conyugal y no pocas veces son una muestra de verdadero respeto y admiración entre los esposos. Pablo VI lo expresa así:

“Una práctica honesta de la regulación de la natalidad exige, sobre todo, a los esposos adquirir y poseer sólidas convicciones sobre los verdaderos valores de la vida y de la familia, y también una tendencia a procurarse un perfecto dominio de sí mismos. El dominio del instinto, mediante la razón y la voluntad libre, impone sin ningún género de duda una ascética, para que las manifestaciones afectivas de la vida conyugal estén en conformidad con el orden recto y particularmente para observar la continencia periódica. Esta disciplina, propia de la pureza de los esposos, lejos de perjudicar el amor conyugal, le confiere un valor humano más sublime” (HV 21).

Sabiendo que su amor conyugal no sale perjudicado, al contrario, es más sublime, los esposos están dispuestos a abstenerse de relaciones sexuales durante determinados periodos de tiempo por razones de responsabilidad y así eligen modificar el propio comportamiento sexual. Si los esposos recurren a la anticoncepción hacen innecesaria esta modificación del comportamiento sexual, van en contra del ejercicio responsable procreativo, y por tanto van en contra de la virtud de la castidad como parte de esta responsabilidad procreativa, separando al cuerpo y sus actos procreadores del contexto de responsabilidad.

La encíclica *Humanae vitae* menciona una pluralidad de bienes en las relaciones familiares y conyugales que se derivan de la educación en el reconocimiento de la fertilidad con la práctica responsable de la continencia periódica cuando las razones para ello son justas. Estos bienes desaparecen con la anticoncepción, y aunque los esposos deseen manifestarse su amor recíproco en el acto conyugal, no pueden expresarlo.

(El dominio de sí) “exige un esfuerzo continuo, pero, en virtud de su influjo beneficioso, los cónyuges desarrollan íntegramente su personalidad, enriqueciéndose de valores espirituales: aportando a la vida familiar frutos de serenidad y de paz y facilitando la solución de otros problemas; favoreciendo la atención hacia el otro cónyuge; ayudando a superar el egoísmo, enemigo del verdadero amor, y enraizando más

23 Cfr. JOSE NORIEGA, *El destino del eros. Perspectivas de moral sexual*, Palabra, Madrid (2005).

24 CEC 2339: “La castidad implica un aprendizaje de dominio de sí, que es una pedagogía de la libertad humana. La alternativa es clara. o el hombre controla sus pasiones y obtiene la paz, o se deja dominar por ellas y se hace desgraciado (cf Si 1, 22)”.

su sentido de responsabilidad. Los padres adquieren así la capacidad de un influjo más profundo y eficaz para educar a sus hijos; los niños y los jóvenes crecen en la justa estima de los valores humanos, y en el desarrollo sereno y armónico de sus facultades espirituales y sensibles” (HV 21).

No sólo los esposos deben tener una información accesible del conocimiento de su cuerpo y de sus ritmos de fertilidad, también los jóvenes “mediante una información y una educación clara, El conocimiento debe desembocar además en la educación al autocontrol; de ahí la absoluta necesidad de la virtud de la castidad y de la educación permanente en ella”²⁵.

Desde una antropología adecuada

“Ni el cuerpo ni el alma aman por sí solos, es el hombre, la persona, la que ama como criatura unitaria”²⁶.

Detrás de cada ética de la sexualidad hay una concepción del hombre, una antropología. Si no se acepta el presupuesto antropológico fundamental de que el cuerpo y el alma espiritual de la persona forman una unidad esencial, no podrá aceptarse ni comprenderse de ninguna manera la ética que la sigue. El amor de los esposos no es sólo algo del espíritu, sino también algo del cuerpo. Al igual que hay una unidad esencial entre cuerpo y espíritu, hay una unidad entre procreación y amor²⁷.

Por ello, la procreación para ser verdaderamente humana presupone la entrega de los esposos, el amor espiritual, y, a la inversa, el amor espiritual de los esposos, por ser amor entre dos seres espirituales corporalmente constituidos, es en virtud de su naturaleza específica servicio a la transmisión de la vida²⁸.

La sexualidad humana, al ser una dimensión de la persona, están presentes los tres dinamismos del ser personal: el físico, el psíquico y el espiritual. La virtud de la castidad integra estos tres dinamismos y esta “integración de la sexualidad humana significa que el acto psíquico y el acto físico de la unión sexual se subordinan al acto espiritual de donación de los esposos, del cual pasan a ser expresión. Como consecuencia de ello, el acto de unión sexual adquiere la dimensión de ser un modo de intercomunicación personal. En cambio, sin esta integración, el acto físico de la unión sexual no sería expresión de una previa donación personal de los esposos, sino simplemente expresión de una relación psicológica entre amantes o incluso puede reducirse a una mera relación física entre sujetos, como ocurre en el supuesto de la prostitución”²⁹.

El centro de la sexualidad es la persona, no sólo el cuerpo, o sólo las emociones, o sólo el amor espiritual, es toda la persona. Por eso, el valor educativo de reconocer la fertilidad parte de que la sexualidad es el “lenguaje corpóreo” de la comunión interpersonal de los esposos. No hay rechazo al cuerpo como si fuera algo “infrapersonal”, todo lo contrario, es elevado a ser signo de amor.

25 FC 33; también EV 97 habla de eliminar prejuicios y convencer a los esposos y también a los agentes sanitarios y sociales de la importancia de los métodos de regulación de la fertilidad en armonía con los valores morales. Ver también Carta a las familias 11 y 12.

26 BENEDICTO XVI, Carta enc. Deus Caritas Est, 5.

27 Es el llamado principio de inseparabilidad de los dos significados del acto conyugal: Significado unitivo (unión amorosa de los esposos) y significado procreativo (transmisión de la vida). Si se separan los dos perderían su esencia, pues su conexión es interna. “Salvaguardando ambos aspectos esenciales, unitivo y procreador, el acto conyugal conserva íntegro el sentido de amor mutuo y verdadero y su ordenamiento a la altísima vocación del hombre a la paternidad” (HV 12).

28 Cfr. M. RHONHEIMER, Ética de la procreación, Riapl, p.70.

29 CARLO CAFFARRA, Sexualidad a la luz de la antropología y de la biblia. Documentos del Instituto de Ciencias para la Familia. Universidad de Navarra, Ediciones Riapl, p.16.

Una educación Responsable

“El gravísimo deber de transmitir la vida humana ha sido siempre para los esposos, colaboradores libres y responsables de Dios Creador, fuente de grandes alegrías aunque algunas veces acompañadas de no pocas dificultades y angustias”³⁰.

La práctica del dominio de sí mediante los métodos de reconocimiento de la fertilidad aporta a los esposos un gran sentido de la responsabilidad. Los esposos aprenden a asumir responsabilidades y a su vez educan a sus hijos mostrando la belleza de la sexualidad humana y las consecuencias de los actos sexuales irresponsables. La anticoncepción ha llevado a la irresponsabilidad sexual y sus graves consecuencias las predijo Pablo VI en la *Humanae vitae* (HV 17).

Hay un límite en el dominio del hombre sobre su propio cuerpo y es el respeto debido a la integridad del organismo humano y sus funciones. Si es lícito a los cónyuges la anticoncepción para solucionar un problema familiar, “¿quién impediría a los gobernantes favorecer y hasta imponer a sus pueblos, si lo consideran necesario, el método anticonceptivo que ellos juzgaren más eficaz?”

Una consecuencia de la anticoncepción “es el camino fácil y amplio que se abriría a la infidelidad conyugal y a la degradación general de la moralidad”.

Si hay sexualidad sin procreación, es fácil dar el siguiente paso, sexualidad sin amor, se convierte la sexualidad en un objeto de consumo. Llama la atención que en muchos programas de educación de la sexualidad para jóvenes se relaciona sexualidad con anticoncepción, y en el mejor de los casos se relaciona sexualidad con sentimiento o emotividad, y raramente se relaciona sexualidad con amor.

La anticoncepción ha ocultado, pervertido la sexualidad a los jóvenes y les niega el deseo que tienen de que su amor sea bello³¹ condenándoles a una sexualidad sin esperanza.

Otra consecuencia de la anticoncepción es “que el hombre, habituándose al uso de prácticas anticonceptivas, acabase por perder el respeto a la mujer, y sin preocuparse de su equilibrio físico y psicológico, llegase a considerarla como simple instrumento de goce egoísta y no como una compañera, respetada y amada”. La esposa que recurre a la continencia periódica con un MRF se siente respetada y amada por su esposo. Sin embargo, es muy frecuente que la esposa que recurre a la anticoncepción se queje de sentirse utilizada por su esposo.

Caso matrimonio con problemas de relaciones familiares

Una mujer de 49 años, casada hace 29 años y con 3 hijos de 26, 22 y 21 años se queja de la incomunicación con su marido y con su hijo mayor. Dice que el ambiente en su casa es violento, nadie habla ni dice nada y que ella se siente despreciada por su marido. Esta situación viene de lejos, muchas veces ha pedido ayuda para resolver este problema, pero nunca se ha resuelto. Ahora, las relaciones familiares han empeorado. Su hijo mayor está en casa sin trabajo y con una adicción al ordenador con apenas comunicación con él. Esto le hace sufrir mucho y quiere poner de su parte todo para poder ayudarlo.

Me dice que tiene relaciones sexuales con su marido normalmente. Sin embargo, él nunca tiene una palabra amable para ella, a veces, todo lo contrario, pone de manifiesto sus defectos y le “obliga” a que se arregle más, etc. Se siente como un objeto, utilizada, y no amada ni respetada.

³⁰ Pablo VI, Carta enc. *Humanae vitae*, 1.

³¹ Cfr JUAN PABLO II, Cruzando el umbral de la esperanza, Plaza & Janes, p. 133.

Le pregunto si utilizan anticonceptivos y me responde que ahora ya no. Cuando nació su hijo mayor utilizaban el preservativo para no quedarse embarazada y por un fallo del preservativo se quedó embarazada de su segundo hijo y al poco de su tercer hijo. Dice que su marido se asustó y le comentó que se iba a hacer la vasectomía, y así fue. Nunca pensó que este acto fuera grave y con unas consecuencias para su matrimonio, pues aunque la decisión la tomó él, a ella le parecía bien. Ahora ha comprendido que eso les hizo daño, que ha marcado sus relaciones, su amor conyugal se ha desfigurado, y ha repercutido en las relaciones familiares de manera negativa.

Conclusiones

La manera de entender y vivir la sexualidad no es algo secundario en la vida de los esposos sino que afecta a su amor conyugal, a su propia persona, a la sociedad y también a sus relaciones familiares. Es de gran valor la educación en el reconocimiento de la fertilidad en el ámbito familiar, cosechando muchos frutos buenos (algunos descritos en la *Humanae vitae* 21) que podemos resumir:

1º. Los hijos reciben una educación para la vida. Aprenden a conocer su propio cuerpo comprendiendo que la fertilidad es un bien y a defender toda vida humana desde el momento de nacer hasta la muerte natural.

2º. Responsabilidad en la procreación. Los actos sexuales no son separados de la responsabilidad por el surgimiento de una nueva vida. Los embarazos “imprevistos” no acaban en aborto.

3º. El dominio de sí mediante la virtud de la castidad garantiza que el amor conyugal entre los esposos sea auténtico y verdadero.

4º. Este dominio de sí repercute en la personalidad de los esposos que se enriquecen de valores espirituales: aportando a la vida familiar frutos de serenidad y paz y facilitando la solución de otros problemas; se favorece la atención hacia el otro cónyuge, ayudando a superar el egoísmo y enraizando más su sentido de responsabilidad.

5º. El ambiente familiar se ve beneficiado al adquirir los padres un influjo más profundo y eficaz para educar a sus hijos, y los niños y jóvenes crecen en la justa estima de los valores humanos y en el desarrollo sereno y armónico de sus facultades espirituales y sensibles.

6º. Respeto entre los esposos. Respeto a los ritmos de fertilidad, aceptando el diálogo y la responsabilidad común, sin intervención de terceros. La mujer se siente amada y respetada, y nunca utilizada.

7º. Fidelidad en el matrimonio. Los esposos se ven enriquecidos con valores de ternura y afectividad en su comunión conyugal, afianzándose más su alianza matrimonial. La sexualidad entonces no es usada, ni empobrecida, sino que muestra su verdadera dimensión, plenamente humana y digna del hombre.

Bibliografía completa

BENEDICTO XVI, Carta encíclica *Deus Caritas est* (25 de diciembre de 2005)

BENEDICTO XVI, Carta encíclica *Caritas in veritate* (29 de junio de 2009)

CARLO CAFFARRA, *La sexualidad a la luz de la antropología y de la Biblia*.

Documentos del instituto de Ciencias para la familia. Universidad de Navarra, Rialp, Madrid 2002

CATECISMO DE LA IGLESIA CATOLICA (15 de agosto de 1997), nn.2337 ss

CONCILIO VATICANO II (7 de diciembre de 1965), Constitución *Gaudium et Spes* sobre la Iglesia en el mundo actual, n.24 y nn. 47-52

CONFERENCIA EPISCOPAL ESPAÑOLA (LXXXI ASAMBLEA PLENARIA)
Directorio de la Pastoral familiar de la Iglesia en España, Edice, Madrid 2003

CONFERENCIA EPISCOPAL ESPAÑOLA (LXXVI ASAMBLEA PLENARIA)

CONSEJO PONTIFICIO PARA LA FAMILIA, *Sexualidad humana: verdad y significado. Orientaciones educativas en familia*, Palabra, Madrid 1996

GONZÁLEZ FÁTIMA, MARTÍ PILAR, MEDIALDEA CONCEPCIÓN y OTTE ANA. *Como reconocer la fertilidad. El método sintotérmico*, Ediciones Internacionales Universitarias (5ª), Madrid 2008

Instrucción Pastoral *La familia, santuario de la vida y esperanza de la sociedad*, Edice, Madrid 2001

Instituto Valenciano de Fertilidad, Sexualidad y Relaciones Familiares (IVAF), *Curso de Reconocimiento de la Fertilidad*. Ediciones Internacionales Universitarias, Madrid 2001

JUAN PABLO II, Carta encíclica *Evangelium vitae* (25 de marzo de 1995)

JUAN PABLO II, Exhortación Apostólica *Familiaris Consortio* (22 de noviembre de 1981)

JUAN PABLO II, *Carta a las familias* (2 de febrero de 1994)

JUAN PABLO II, *Hombre y mujer lo creó. El amor humano en el plano divino*, Ediciones Cristiandad, Madrid 2000

JUAN PABLO II, *Cruzando el umbral de la esperanza*, Plaza & Janes, Barcelona 1994

MEDIALDEA CONCEPCIÓN, *Como funciona mi cuerpo*, Ediciones Internacionales Universitarias, Madrid 2001

NORIEGA JOSÉ, *El destino del eros. Perspectivas de moral sexual*, Palabra, Madrid 2005

PABLO VI, Carta encíclica *Humanae vitae* (25 de julio de 1968)

PEREZ ADAN JOSÉ y ROS CODOÑER JAVIER, *Sociología de la familia y de la sexualidad*, Edicep, Valencia 2003

PEREZ ADAN JOSÉ y VILLAR AMIGO VICENTE, *Sexo: razón y pasión*, Eunsa, Pamplona 1997

RHONHEIMER MARTIN, *Ética de la Procreación*, Rialp, Madrid 2004

WOJTYLA KAROL, *Amor y Responsabilidad*, Plaza & Janes, Barcelona 1996