

IV. PERSONALIZACIÓN DE LA SEXUALIDAD

IV. PERSONALIZACIÓN DE LA SEXUALIDAD	1
El carácter personal del cuerpo.....	2
La tarea de personalizar la sexualidad	2
La afectividad de la mujer	4
Un error frecuente	5
Las manifestaciones de cariño	5
La integridad original del hombre	7
La ruptura interior.....	8

El carácter personal del cuerpo

Como hemos visto, el cuerpo es parte esencial de la personalidad humana. Somos personas de carne y hueso, y para expresarnos y realizarnos necesitamos de nuestro cuerpo. Para que esa expresión y realización salga bien, hemos de entrenar el cuerpo. Hay que aprender a bailar, a escribir, a andar, a hablar, a pintar, a practicar cualquier deporte, a cantar, e incluso a comer. Si no, esas actividades se hacen mal, con torpeza, sin gracia, como personas incultas o como animales.

Para todo tipo de expresión es necesario tener un cuerpo bien entrenado. Ese entrenamiento es el modo de «personalizar» el cuerpo. Es el modo de conseguir que no sea simplemente carne y huesos, sino expresión de mi yo, de mi libertad, de mis gustos, de mi persona. Mediante el entrenamiento y la educación, el cuerpo se integra en nuestra personalidad, y nos permite desarrollarla. El entrenamiento hace que la unidad de alma y cuerpo sea algo operativo, práctico.

Si no hay entrenamiento, aunque la persona quiera expresarse y realizarse, no podrá. Sentirá la frustración de no poder comunicar lo que tiene dentro, de no poder realizar sus ilusiones. En lugar de cantar, le saldrán aullidos, en lugar de bailar, unos movimientos torpes y ridículos; en lugar de saber expresarse, hablará como un ignorante, y no podrá transmitir lo que siente; en lugar de comer con dignidad, parecerá un animal que satisface sus instintos, y dará asco. Esto lo sabemos todos.

Pues bien, lo mismo pasa con nuestra sexualidad. Es la expresión corporal de nuestra capacidad de amar y de entregarnos por entero. Pero si no la educamos, en lugar de servir para expresar y realizar el amor, nos arrastrará a comportarnos como animales. Como le pasa a quien no sabe hablar o no sabe comer.

Que la sexualidad sea expresión de un amor espiritual y libre, es algo exclusivo y típico del hombre. Y como todo lo típicamente humano, es algo que no está ya dado al nacer, no sale por puro instinto. Tenemos la base natural, pero nada más. Que llegue a ser realidad plena depende de cada uno. Es algo que está por realizar. Algo que hay que lograr a base del ejercicio de la propia libertad.

La tarea de personalizar la sexualidad

Al ver o relacionarnos con otras personas, podemos mirar y considerarlas de manera que sus aspectos sexuales queden integrados como un factor más de su personalidad. Pero sabemos también que podemos caer, en ocasiones, en considerarlas como simples objetos sexuales. Por eso, el modo de vestir, las posturas y actitudes, el modo de mirar o de pensar en una persona, han de tener en cuenta este factor. Hay que ser realistas, hay que asumir que podemos caer más bajo que las bestias.

Porque las bestias no son personas, y no tienen por qué mirarse como tales, ni a sí mismas ni a las demás. Cuando se miran como simples animales, no hacen otra cosa que actuar según su naturaleza. Pero nosotros somos personas, y el cuerpo de cada uno es parte y expresión de su intimidad personal, una intimidad que está hecha para ser respetada y amada. Por eso, rebajarlo a simple objeto del apetito sexual es una grave ofensa a su dignidad de persona. Y quien considera

así a otro, está rebajándose a sí mismo más allá de donde están las bestias. Porque las bestias son inocentes, el hombre guarro no.

El dominio del cuerpo, de los apetitos, de la imaginación, de los ojos, es parte indispensable de esa educación de la sexualidad que la convertirá en expresión adecuada de nuestra capacidad de amar. Sin esa educación, la sexualidad, como cualquier otro aspecto del cuerpo, actúa a nivel simplemente animal, no es capaz de expresar nuestra personalidad espiritual. Y no será capaz de ser instrumento del amor, sino del egoísmo animal, típico de un apetito corporal no educado.

Atractivo sexual de la mujer

Hay un modo de mirar a una mujer que lleva a decir -¡Qué guapa es! Y hay otro modo de mirar que lleva a decir -¡Qué buena está! Si fuéramos por la calle con nuestra madre o nuestra hermana y oyéramos lo primero, estaríamos orgullosos. Pero si oímos lo segundo, quizás tengamos motivos para enfadarnos. Porque lo primero es admirar a una mujer por su belleza, con todo el respeto que merece como persona; lo segundo puede significar que se la mira como objeto sexual. Lo primero es bueno, lo segundo puede ser malo.

Y me refiero ahora a lo que los hombres experimentan respecto de las mujeres porque, en esto, hombres y mujeres son muy distintos (cuando hablamos de hombres y mujeres en general, nunca es el 100%, quizás sea el 95%, porque siempre hay excepciones). La mujer no siente ese tirón automático de la carne ante el cuerpo del hombre. El hombre sí lo siente ante el cuerpo de la mujer. Por no saber esto, muchas mujeres interpretan equivocadamente las miradas de muchos hombres. Se creen que son miradas de admiración, que se refieren a ellas como mujeres; a ellas, como personas. Y no saben que, en muchas ocasiones, se refieren simplemente a su cuerpo, a un anónimo cuerpo de mujer considerado como objeto de deseo sexual.

Hay muchas mujeres que no saben que la sensibilidad del hombre tiende espontáneamente a fijarse en los aspectos meramente carnales, en lo que la mujer tiene de objeto. Y por eso cometen el error de querer llamar la atención jugando con lo propiamente sexual. Si supieran lo que pasa por la cabeza de muchos de los hombres que las miran, y el desprecio que muchas veces provocan en ellos, se sorprenderían mucho.

Y, en ocasiones, cuando notan cómo las miran, piensan que los hombres son unos bestias o unos guarros, cuando, en muchos casos, son hombres normales, provocados en su sensibilidad por el (lógico) afán de llamar la atención de una mujer que no sabe cómo siente el hombre, y se ha equivocado al usar sus armas de mujer. Lo que no justifica la actitud del hombre que contempla a la mujer como simple objeto. Simplemente explica lo distintos que somos hombres y mujeres, y los equívocos y sorpresas a que esto da lugar.

Los hombres distinguen claramente el tipo de mujeres a las que respetan y admiran, y con las que tienen la ilusión de llegar a establecer una relación estable, de ese otro tipo de mujeres que provocan su deseo, y que son útiles para pasar el rato con ellas. Si una mujer se presenta como presa fácil, llama la atención del hombre que busca sexo, pero queda automáticamente descalificada como mujer. Y la culpa la tiene también ella. Por su modo de vestir y de actuar, ha destacado lo que tiene de objeto provocativo, lo cual impide al hombre pasar por encima de su carácter de objeto sexual. Le impide llegar a considerarla como persona, llegar a conocerla a ella, porque su atención queda absorbida en su cuerpo, y no alcanza al corazón.

Dos detalles, sucedidos a dos conocidos míos, pueden servir de muestra. Uno de ellos había estado toda la tarde "enrollado" en la discoteca. Al salir le pregunta otro amigo: -¿Qué, era guapa? - Y él responde: -La verdad es que ni me he fijado. -Y había estado toda la tarde con ella. Pero no le interesaba ella, ni siquiera si era mona. Sólo le interesaba como cuerpo, para pasárselo bien.

El otro asunto es también significativo. El interesado se encuentra de madrugada con una chica, se "enrollan", y al cabo de un tiempo, la chica pregunta: -¿Cómo me llamo? El otro se queda asombrado de semejante salida y responde: -No lo sé. ¿Me lo has dicho? -La chica se lo dice. Al cabo de otro rato, le vuelve a preguntar: -¿Cómo me llamo? -Chica, ya sé que me lo has dicho, pero no me acuerdo. -La chica se enfadó y se lo repitió. Y así, tres o cuatro veces.

Es un buen tipo. Y buen amigo mío. Pero, como él me decía cuando le enseñé estas mismas páginas, "en aquel momento, yo no estaba para historias". No le interesaba para nada ella como mujer. No le interesaba ella, la persona que tenía un nombre. Lo que le interesaba era su cuerpo como objeto de deseo sexual. Y un objeto sexual no tiene nombre, no necesita tenerlo. Por eso, aunque la otra se lo dijo varias veces, no se le quedaba en la cabeza. Lo que tenía en los brazos no era una mujer, era un simple cuerpo. Y por eso se asombró de que la otra le preguntara por su nombre. Porque no sabía qué podía importar eso en aquél momento.

La afectividad de la mujer

Por las preguntas de la chica del caso anterior, parece que ella sí tenía la impresión de estar estableciendo una relación personal. Por eso tenía importancia para ella que el otro supiera su nombre, y se enfadaba al ver que no se le había quedado. La mujer tiende a unir lo carnal con lo afectivo. Lo que no quiere decir que no tenga impulsos sexuales, sino que son de tipo distinto que en el hombre. Incluso cuando busca un enrollado pasajero, casi siempre necesita imaginarse que el otro le quiere, que sus caricias son de cariño, porque si no, su cuerpo no funciona. El hombre, en cambio, puede, con gran facilidad, tener una experiencia sexual sin la más mínima implicación afectiva.

Como, normalmente, esto no les pasa a ellas con los hombres, no tienen experiencia personal de ese modo de mirar y de sentir. Para que una mujer mire así a un hombre, tiene que estar bastante corrompida y desengañada. Porque la mujer tiende a considerar en primer lugar los aspectos personales, afectivos, humanos. Lo meramente carnal viene, normalmente, sólo después de lo afectivo. Pero en el hombre no es así. Por eso, en muchas ocasiones, las mujeres consideran como cariño lo que, por parte del hombre, es simple satisfacción del apetito. Se sienten queridas cuando, en realidad, están siendo usadas.

Por eso sus relaciones tienden a ser mucho más exclusivas que las del hombre. Tienen un sentido posesivo que el hombre no tiene tan arraigado. Porque viven su sexualidad de un modo más íntimo y completo. La conexión entre alma y cuerpo es más intensa en la sexualidad femenina. Por eso son antes afectivas que carnales. Por eso el enamoramiento les absorbe con más intensidad. Por eso también, sufren con más intensidad y profundidad las consecuencias de una vida sexual desordenada.

Un error frecuente

Muchas veces, la mujer se equivoca, cuando aplica su propio modo de vivir la sexualidad a los hombres. Ya hemos considerado que, los hombres, sin ser particularmente brutos, pueden experimentar el simple valor sexual del cuerpo de una mujer totalmente al margen de su afectividad o de su valor personal. El hombre es así. Y es bueno que la mujer lo sepa. Del mismo modo que es bueno que el hombre sepa que las mujeres no son como él, para que no interprete que están en la misma onda que él.

Un hombre se puede sorprender del rechazo de una mujer, cuando él creía que ella estaba ya hace tiempo metida en su propia dinámica de excitación. Pero es que la mujer estaba interpretando aquello como cariño. Y sólo más tarde se da cuenta de que aquello no es el amor limpio que ella quería, y por eso lo rechaza.

Hay hombres que saben esto y, por eso, saben que, para alcanzar lo que quieren, se tienen que hacer los enamorados. La mujer puede resultar engañada, porque ella está predispuesta a interpretar como cariño las manifestaciones del hombre. Interpreta, de entrada, benignamente la actitud del varón. Si ella se expresara de esa manera sin un cariño profundo detrás, se sentiría como una verdadera prostituta. Por eso tiende a pensar lo mismo del hombre. Y le gusta sentirse querida. No se da cuenta de que el hombre, ante la proximidad de un cuerpo de mujer, reacciona, inevitablemente y sin maldad, experimentando la atracción sexual de ese objeto apetitoso que se le ha puesto tan a mano.

Para evitar el tratar a la mujer como objeto, el hombre tiene que ejercer una tarea de autodominio que no le es fácil. Cuando la mujer experimenta un gran afán de sentirse querida, ha de tener en cuenta esta realidad del modo de ser del varón. Si no, surgirán con facilidad situaciones equívocas, en las que el posible cariño del varón puede quedar fácilmente suplantado por el simple apetito sexual.

Ahora bien, como el hombre separa con facilidad lo afectivo y lo carnal, le es más fácil saber qué es lo que está haciendo y qué es lo que busca. Tiene dificultades ante el disparo rápido de la carne, pero si lo controla, puede dominar la situación con más facilidad, y seguir adelante con la mente clara.

En cambio, la mujer, como difícilmente siente lo carnal al margen de lo afectivo, no tiene dificultades al principio, cuando las tiene el hombre, porque va buscando el afecto, y el cuerpo no reacciona todavía. Pero si se prolonga una situación de intimidad y de afecto, puede ir siendo absorbida por una mezcla de afectividad y sensualidad. Cada vez le es más difícil dominar la situación y saber qué es lo que le pasa y lo que quiere. Una situación de cariño, se puede ir transformando para ella en un disparo carnal que le cuesta discernir, porque se confunde fácilmente con lo afectivo.

Las manifestaciones de cariño

Cuando hay un cariño auténtico -ese amor personal y para siempre-, es lógico que ese cariño se manifieste con expresiones corporales. Los besos, las caricias, forman parte de la dinámica natural de un amor auténtico. La cuestión es discernir cuándo esas manifestaciones de amor pueden

convertirse en ocasión de satisfacer el simple apetito sexual. Pues dejarían de ser cariño para convertirse en un modo de usar al otro.

A algunos les gustaría disponer de medidas "concretas" que les ayudasen a distinguir una cosa de la otra. Pero eso no es posible. No se puede determinar con nitidez una «frontera» válida para todos y para siempre. No se puede decir "hasta aquí las caricias son buenas; más allá, son malas". Porque el sentido real de las expresiones de cariño depende de la educación, de la sensibilidad y del momento en que se encuentra cada uno de los interesados.

Lo que sí se puede decir es que, toda caricia que busque la excitación sexual fuera del contexto del acto sexual dentro del matrimonio, es mala. Porque se trata de que las caricias sean siempre y sólo expresión de amor auténtico. La excitación sexual es expresión de cariño y hay que buscarla cuando marido y mujer se preparan para hacer el amor. Porque está diseñada para tener el sabor de "soy realmente tuya (tuyo) para siempre". Fuera de ese caso, si se busca -o si viene sola y se consiente-, se convierte en simple fuente de placer carnal. Precisamente porque no es preparación y expresión del amor que se expresa en el acto sexual, porque ese sabor de "soy realmente tuyo (tuya) para siempre" es mentira. Y por eso no sabe a amor: porque no lo es. En estos casos, lo que podía ser amar, se transforma en usar.

Por eso, cuando las caricias son simple expresión del hambre de placer, sin el cariño de por medio, son malas. Y esto sucede incluso entre marido y mujer. Ya hemos visto antes que, en el matrimonio, la excitación es parte integrante y buena del amor pleno. Y en este sentido, hay que rechazar el miedo que algunos tienen al placer, sea afectivo, sea carnal. Pero la excitación ha de ser fruto del cariño y expresar cariño.

Precisamente por esto es por lo que hay que buscarla en la vida matrimonial, para que el otro se sienta querido. Y la experiencia indica que, a veces, el otro no se siente querido, sino usado. El matrimonio no es una licencia para el mal, es formalizar y asumir como tarea de mi voluntad el amor y la entrega. Y cada caricia dentro del matrimonio tiene que ser cariño y entrega.

Por eso hay días en que marido y mujer se ven obligados a tratarse con precaución, porque saben que no van a hacer el amor. Y saben que las manifestaciones lógicas de cariño pueden desencadenar un proceso de excitación que resulte incontrolable, y arrastre a una búsqueda egoísta de placer. Y también por eso, el marido, de modo habitual, al querer físicamente a la mujer, debe esforzarse en quererla como ella necesita ser querida. Plegándose a su ritmo y a su sensibilidad, que son distintos del suyo, dándole la ternura y tranquilidad que ella necesita para sentirse querida, no simplemente usada.

Muchos novios saben que, el beso que un día es expresión de cariño, otro día, ese mismo beso, es ocasión de cosa mala. Porque eso depende de cómo esté el cuerpo ese día. Hoy, el doble es bueno, mañana, la mitad es malo. Según como esté el cuerpo, lo que un día es bueno, porque es expresión limpia de cariño, otro día adquiere inesperadamente el sabor de la utilización y la búsqueda egoísta del placer, con lo que un amor auténtico sabrá prescindir de lo que sea necesario, cuando sea necesario y siempre que lo sea, sin dejarse engañar con falsos razonamientos de que es lo mismo que hice ayer. El gesto será materialmente el mismo, pero el que hace ese gesto, no es el mismo que ayer. Se siente diferente y expresa, por eso, algo diferente.

Un mismo gesto, según la disposición del ánimo y del cuerpo, puede expresar cosas distintas e incluso opuestas. Y precisamente por esta posible significación opuesta de un mismo gesto -cariño o utilización-, se experimenta esa significación degradante con una particular violencia, del mismo modo que la utilización humorística o sarcástica de una expresión sirve para destacar, de modo particularmente violento, precisamente lo contrario de lo que la expresión significaba originalmente. Porque donde ayer había cariño del bueno, hoy se mete la dinámica de la excitación. Y hay que cortar, ya que no se puede evitar la reacción del cuerpo que va a por su egoísmo carnal. Y en ocasiones habrá que poner tierra por medio, porque si no, las cosas irán mal.

El cariño auténtico entre novios, si es realista, es sobrio en sus manifestaciones, porque conoce las propias limitaciones, y sabe que al otro le puede pasar lo mismo. No hay que tener miedo a quererse. Hay que evitar el peligro de agobiarse. Pero también es verdad que, si se quiere a otra persona, lo primero es evitarle los malos tragos. Evitarle situaciones en las que pase por la tentación de prostituir su amor a cambio de simple placer (físico o afectivo).

La integridad original del hombre

Esta tarea de personalizar la propia sexualidad, poniéndola al servicio del amor, ha de enfrentarse con el desorden de la naturaleza no entrenada. El libro del Génesis narra en pocas palabras este choque entre el amor y la desorganización de la afectividad.

El texto bíblico explica que, cuando Dios creó a los primeros hombres, además de crearlos, los elevó a la vida sobrenatural. Y les dio algunos dones preternaturales, entre otros, el de ciencia y el de integridad. Es decir, que, según el Génesis, la primera pareja de seres humanos tenía todos los conocimientos y toda la educación que necesitaban. Sin necesidad de un proceso de aprendizaje, Dios les había dado desde el principio esa «personalización» del cuerpo que los hombres necesitamos.

Su cuerpo era instrumento perfecto y expresión perfecta de su alma. Y por eso, su sexualidad era expresión perfecta de su entrega y generosidad. Vivían en perfecta amistad con Dios, en lo que se llama estado de gracia habitual. Y esa generosidad respecto de Dios, se reflejaba también en sus relaciones mutuas.

Habían sido creados el uno para el otro, como personas capaces de entregarse plenamente, y así se veían y se experimentaban el uno al otro. No había entre ellos nada que los separase, eran el uno para el otro. Y cada uno de ellos se daba cuenta de que la entrega al otro era camino de la entrega a Dios.

Por eso, sigue explicando la Biblia, estaban desnudos y no sentían vergüenza. Porque, para Adán, la desnudez de Eva era expresión de la entrega perfecta, de la generosidad que impregnaba su persona. El carácter sexual de su cuerpo era expresión de la generosidad de su alma. Y lo mismo le sucedía a Eva respecto de Adán. No había, en su experiencia, un modo de vivir al otro que separara su cuerpo de su persona. El perfecto dominio y la total personalización del cuerpo, hacía que la sexualidad fuera perfecta expresión del amor personal. No había el egoísmo. No había el ver al otro como simple objeto de deseo. Eran el uno para el otro y, así, para Dios.

La ruptura interior

Pero Adán y Eva pecaron, sigue narrando el Génesis. Se enfrentaron a Dios y se encerraron en la soberbia de querer dictar ellos mismos las reglas del bien y del mal. Al perder esa inocencia y esa generosidad plenas del corazón respecto de Dios, perdieron también la integridad interior de su propia persona. Ya no reinaba en su corazón la plena generosidad de antes. Por eso se manifestó el egoísmo también en sus relaciones mutuas. En efecto, dice la Biblia que, apenas después de pecar, «conocieron que estaban desnudos (...), y se hicieron unos ceñidores» (Gen, 3,7).

¿Qué quiere decir que «conocieron que estaban desnudos»? Porque llevaban desnudos toda la vida: «Estaban los dos desnudos, el hombre y su mujer, sin avergonzarse uno de otro» (Gen, 2,25). Lo que quiere decir es que ya no dominaban su cuerpo. Que su cuerpo ya no era expresión perfecta de un alma generosa y enamorada.

El egoísmo del alma se tradujo en el egoísmo del cuerpo. La ruptura del alma con Dios trajo consigo la ruptura con el cuerpo, su rebelión frente al alma. Por eso, su sexualidad dejó de ser expresión de una generosidad y entrega que habían perdido. Adán y Eva se dieron cuenta de que ya no se veían con la misma inocencia de antes.

Ya desde antes habían sido creados como marido y mujer, pero por el perfecto dominio que tenían, su sexualidad era siempre y sólo amor, entrega mutua. Ahora descubren que experimentan el cuerpo del otro, no sólo como expresión de su persona, sino también como simple objeto sexual que satisface el instinto descontrolado. Por eso les da vergüenza, y se cubren con unos ceñidores, para disimular los aspectos estrictamente sexuales de su cuerpo.

Antes, la desnudez era sinónimo de la generosidad que reinaba en su alma. Ahora, puede provocar una respuesta egoísta y animal, que avergüenza. Y eso les sucede a ellos, que en ese momento, no tenían en su haber ni un solo pecado de lujuria. Sólo el pecado original de soberbia.

Pero con la ruptura interna que provoca el pecado, para preservar el carácter personal del cuerpo, para poder presentarse como personas y no como simples objetos sexuales, hay que disimular lo estrictamente sexual. Porque ni uno ni otro tienen ya ese dominio total del cuerpo, que les permitía aquella absoluta naturalidad de la desnudez vivida como expresión de entrega. La descripción del Génesis narra de modo claro y adecuado esa experiencia que todos tenemos de un factor de desorden y descontrol en nuestra sexualidad.

Aparece así el pudor, la defensa instintiva del carácter espiritual y personal de la intimidad corporal. Que les lleva a cubrir lo estrictamente sexual, para permitir que el cuerpo siga siendo expresión de la persona, de la intimidad del espíritu. Pero ahora esa capacidad de expresión no es algo ya conseguido, sino que ha de alcanzarse mediante el ejercicio de la propia libertad.