

Educar per a la castedat i el festeig

Et vull, per això no vull

Jokin de Irala
Metge i escriptor¹

Em dedico a l'educació sexual des que era estudiant de Medicina. Treballo des de fa molts anys en un grup de recerca sobre educació de l'afectivitat i sexualitat humanes i part del nostre treball consisteix a conèixer què opinen i pensen els adolescents sobre l'afectivitat, l'amor i la sexualitat.

Foto: Shutterstock/ Antonio Guillem.



Un món complex però apassionant

D'aquests estudis hem pogut confirmar que la gran majoria dels joves menors d'edat de tot el món no han tingut encara relacions sexuals². A més, sabem que entre els joves que sí que n'han tingut, tres de cada deu afirmen, en preguntar-los per les circumstàncies de la seva primera relació sexual, que va ser per “pressió del seu entorn”. La curiositat, el consum d'alcohol i “deixar-se portar per l'excitació sexual del moment”, són uns altres determinants importants d'aquestes primeres relacions sexuals, segons milers de joves de diferents països i cultures del món (www.soyamante.org). Això contrasta amb el missatge que volen transmetre alguns canals que

envolten els nostres joves fins al punt de fer-los sentir “estrany” si no compleixen amb el que volen d’ells alguns entorns. Volen fer-los creure el contrari, que és normal i freqüent el sexe en menors d’edat. Alguns acaben sofrint per prendre decisions equivocades. Malgrat les seves bones intencions

Si els joves no aprenen a estimar, a preocupar-se pel proïsme, no aconseguiran gaudir plenament de la seva vida ni de la seva sexualitat.

un projecte de vida amb algú. És també un repte trobar algú que vulgui compartir aquesta manera d’entendre la vida.

respecte a la sexualitat, es queden com a mínim amb cors ferits. Es pot afirmar que per a molts joves és tot un repte esperar a tenir relacions sexuals fins a poder establir una relació de compromís d’amor davant

Una de les característiques visibles de l’entorn actual dels nostres joves és la gran sexualització ambiental. Per exemple, pertanyen a una de les generacions que han estat més exposades des de la tendra infància a l’accés fàcil, econòmic i anònim de la pornografia des dels mòbils. Molts joves estan sent “afectivament abusats” per la pornografia. Utilitzo el terme “abús” perquè ho han rebut sense buscar-ho ni sol·licitar-ho. Això ha pogut ferir els seus cors i la seva capacitat d’estimar. Una cosa tan global era impensable fa anys. El resultat és que hi ha joves que tenen idees distorsionades sobre la sexualitat humana: reben molta informació i imatges sobre la sexualitat, alhora que són “verges en l’amor”, és a dir, pateixen un cert “analfabetisme afectiu”. Per això, els seus amors són cada vegada més fràgils, volàtils i difícils. Hi ha molta solitud. És una barreja explosiva, que els porta a no saber trobar la plenitud com a persones sexuades. És fàcil il·lustrar el que vull dir. Només cal fixar-se en les campanyes de perfums que ens envaeixen en l’època nadalenca en la televisió. Transmeten la idea que “fer bona olor” és el secret per a convertir-nos en persones irresistibles i amb èxit sexual. Repetim sovint als joves que si no aprenen a estimar, a preocupar-se pel proïsme, no aconseguiran gaudir plenament de la seva vida ni de la seva sexualitat, encara que facin bona olor.

Però també viuen en un entorn apassionant, perquè els joves d’avui, en comparació amb els seus pares, gaudeixen de més llibertat per explorar el seu entorn, per llegir i escoltar el que volen, i per estar en contacte amb altres joves a través de les xarxes socials. Estan oberts a la novetat i hi ha menys barreres per parlar de qualsevol tema que els interessi. És una ocasió per tenir amb la joventut moltes converses interessants.

Parlar de castedat és parlar sobre la bellesa de la sexualitat

Per les raons exposades en paràgrafs anteriors, em sembla molt important que els educadors (començant pels pares) procurem continuar parlant de la bellesa de la sexualitat humana perquè, enmig del soroll

general, els joves puguin reconèixer aquest anhel profund que tenen d'entregar-se, i treballar per aconseguir la plenitud de l'amor humà. En aquest text breu, em sembla impossible tractar aquest tema de manera exhaustiva, però m'agradaria donar algunes idees per a les converses que puguem tenir amb joves sobre el festeig.

Són moltes les converses que caldria tenir amb nois i noies en edat d'enamorar-se i totes tindran el teló de fons de la castedat. Però potser ni tan sols saben el que significa aquesta paraula perquè hi ha una tendència a no emprar-la avui o potser els sonarà als joves a "rància" o negativa, perquè és una paraula que ha estat maltractada durant molts anys. És una paraula "de vells" ens diran alguns. La castedat, en el diccionari de la Reial Acadèmia Espanyola, es defineix com: "Virtut de qui s'absté de tot gaudi carnal." Jo trobo a faltar alguns matisos en aquesta definició, perquè sembla centrar-se a "no fer alguna cosa" és a dir "no gaudir" d'un plaer, encara que és important constatar que la definició comença per "virtut". Part del nostre treball amb els joves pot ser proposar-los que pensin en el que vol dir en el fons la castedat; que és, ni més ni menys, el que anhela tot ésser humà en el seu cor. Els joves desitgen la castedat en el fons del seu cor; caldria fer-los caure en el compte d'aquesta realitat. Jo de vegades prefereixo explicar la castedat com el camí que porta una persona a, de moment, no voler gaudir d'aquest "plaer carnal". No és que no vulgui passar-ho bé, al contrari, dit molt col·loquialment, vol preparar-se bé ara per passar-ho millor després. Potser una definició *millennial* o *i-generation* de la castedat podria ser: "Preparar-se bé per sofrir menys i passar-s'ho millor". Podríem comparar-ho al treball acurat, pacient, que cal fer en la cuina abans de poder gaudir d'un menjar exquisit.

Podem centrar les nostres converses sobre la castedat en tres àrees:

- a) En primer lloc, *la castedat consisteix a comprendre que un pot ser un regal per a algú*. La persona jove serà un regal quan es lliuri un dia a algú. Entregar-se significa lliurar la pròpia vida i la sexualitat a una persona, i tot això per amor. Però una persona només pot lliurar el que és seu. Per això la castedat consisteix primer de tot a comprendre la importància de convertir-se en amo/mestressa de la pròpia vida i de les apetències i desitjos que comporten ser una persona sexuada.
- b) En segon lloc, *la castedat consisteix a voler convertir-se en do per a algú* (ser bon/a espòs/a, pare o mare i bon/a amant) i voler assumir els esforços que seran necessaris per créixer com a persona capaç de lliurar-se per amor.
- c) En tercer lloc, *la castedat consisteix a posar en pràctica tot el que faci falta*, efectivament, *per aconseguir els objectius abans compresos i volguts*. S'aprèn a estimar, estimant. Totes les accions següents es

EDUCAR EN VIRTUTS ESPECÍFIQUES

poden proposar com a exemples *d'entrenament* per l'amor, sobretot si es fan pensant en aquella persona que potser un dia serà la pròpia parella per sempre, encara que a dia d'avui no la conegui. Per això, li podem dir al jovent que s'aprèn a estimar, estimant:

- Superant els seus egoismes a força de vetllar pel bé d'altres persones. Es tracta d'entrenar-se en l'esforç personal i en la generositat, treballant per aconseguir ser més lliure de les apetències personals.
- Gestionant els impulsos per a aprendre a posar-los al servei de l'entrega d'amor.
- Aprenent a mirar aquest noi o aquesta noia als ulls per comprendre el que té en el cor i en l'ànima.
- Protegint el cor d'uns certs missatges de pel·lícules i sèries i de la pornografia.
- Essent una persona noble, lleial, empàtica, però també proactiva i amb assertivitat sexual.

En definitiva, explicar amb les nostres paraules que la castedat no és la negació del plaer sexual o de la sexualitat sinó, tot el contrari o molt més, donar-li la importància que té per la seva bellesa i rellevància com a vehicle d'unió i lliurament. Aquest enfocament pot ser un estímul o, com diuen ara, una "motivació" que els porti a voler preparar-se bé per a lliurar-se millor a la persona estimada, com a fruit de l'amor. La castedat significa adonar-se que la pròpia sexualitat és un tresor. Significa voler valorar-la, integrar aquesta dimensió, per finalment lliurar-la a una persona especial que doni la seva vida per ell/ella. Tot això, la seva vocació per a l'amor, està gravat en el cor del jovent. Per això és un objectiu que, amb naturalitat, poden entendre i voler aconseguir. Esperar i no tenir relacions sexuals prematures consisteix en el fons, a donar-li prioritat a la seva preparació personal per a l'amor, a no "balafiar" la seva sexualitat sinó reservar-la per a algú especial. A més, caldria recordar-li que viure atenent aquest anhel li donarà pau i alegria.

Centrant aquestes converses en la castedat proposo finalment deu idees per a llargues converses entorn del festeig.

Deu idees claus

Idea 1: Fer-los veure la importància de no improvisar en l'important

Ja saben que qui millor pot improvisar amb una guitarra és qui hi ha invertit moltes hores i ha après a tocar-la bé. Per conduir bé les seves vides abans cal conèixer-se, preguntar-se d'on vénen i a on volen arribar. Siguem estímuls perquè es facin aquestes preguntes perquè la neutralitat no existeix, les respostes són personals. Existeixen diferents antropologies,



Foto: Shutterstock/ Robert Kneschke.

idees i valors en la societat sobre l'amor i la sexualitat. És bo que aprenguin a valorar-les, estudiar-les i que decideixin sobre quines basaran les seves vides. Patiran menys i faran patir menys a altres persones, si encerten. És important que s'adonin que alguns errors no tenen remei i que es paguen molt cars.

Idea 2: Fer-los veure que com tot ésser humà, anhelen l'amor

Tenen un desig profund de lliurar-se, encara que a vegades no en siguin conscients. Necessiten comprendre's i integrar els impulsos, els desitjos, la intel·ligència, la voluntat i l'afectivitat. Això requereix aprenentatge i temps. L'amor en una relació sexual implica entregar-se. Solament es lliura qui és amo de la seva sexualitat i qui entén la diferència i harmonia entre atracció, desig, agradar, enamorament, amor i sexualitat.

Idea 3: Repetir-los que és important que no corrin en les seves vides, per contra és crucial que visquin les seves vides

Un dels grans errors dels nostres temps és encoratjar a l'aparellament prematur. Molts adolescents se senten rars per no tenir parella. Han d'entendre que tenen temps fins a arribar a l'edat universitària, no hi ha pressa. Un jove ha de centrar-se a cuidar-se (ment i cos), perquè està en un període de transició i desenvolupament. Que facin esport, activitats útils amb nois i noies de la seva edat. És bo que aprenguin a passar-s'ho bé en grup tant durant l'oci com mentre ajuden el proïsme, fent voluntariat. Madurar els ajudarà a triar millor algú i a gestionar millor els gestos de

tendresa i amor com els petons i les carícies quan un dia estiguin en una relació sentimental.

Idea 4: Que sàpiguen que el sexe prematur fa mal

Que no visquin enganyats. La majoria dels menors d'edat no tenen relacions sexuals. Nois i noies no volen els petons "pornificats" d'un cor sexualitzat. Els joves que tenen relacions sexuals acaben sofrint: decepcions, penediments, ferides afectives, infeccions de transmissió sexual i embarassos imprevistos (fins i tot malgrat haver usat preservatius), solitud, dependències afectives, controls i abusos, sensació de ser utilitzats o de ser buits. El sexe és més que prendre una cervesa, per això ens afecta tant. El sexe no deixa de ser prematur per aconseguir una certa edat, depèn en el fons de la preparació per aconseguir l'amor sòlid. Tot això ha d'abordar-se... en moltes converses amb la joventut.

Idea 5: La sexualitat és meravellosa

La relació sexual humana és una de les formes més íntimes i completes de lliurament entre dues persones que s'estimen. Per això val la pena cuidar-la. Després d'entregar-se, les vides en una promesa d'amor, els esposos es lliuren els cossos. Dues persones s'uneixen en una sola carn. Quan l'amor hagi madurat i el desig crescut, podran dir-li a aquesta persona especial: "Vull estar amb tu, amb tu solament, amb tu per sempre i vull amb tu construir el nostre projecte de família i vida". Gaudiran llavors de la

Després d'entregar-se, les vides en una promesa d'amor, els esposos es lliuren els cossos. Dues persones s'uneixen en una sola carn.

bellesa de la unió sexual, gaudiran donant i rebent plaer, sabent i sentint que és el resultat d'un lliurament per amor. A més, algunes persones (sacerdots, religiosos/es o laics/laiques), troben en el seu procés personal de creixement i maduració de l'amor una manera de compromís i lliurament total en el qual, en comptes de lliurar-se a una altra persona, es lliuren a Déu i, per amor a Ell, dediquen la seva vida a servir els altres. Aquesta unió espiritual també és fecunda i font d'alegria.

Idea 6: L'important de les caigudes és aixecar-se

Parlem de la necessitat de protegir els seus cors dels abusos afectius de la indústria del porno. Guanyar en senyoriu sobre la seva sexualitat significa també no deixar-se portar per l'autoerotisme o les rodes afectives. Si han tingut o tenen relacions sexuals, sempre són a temps de deixar de tenir-ne i preparar el cor per a l'amor de la seva vida. La virginitat no és solament "no haver tingut relacions sexuals". Té també alguna cosa a veure amb la fidelitat del cor i amb gestionar els gestos de tendresa i amor quan

s'està en una relació sentimental. Poden reconquerir la seva virginitat si es preparen per aquesta persona especial, amb esforç i paciència, per aquest amor de la seva vida a qui li podran dir: "Mai m'havia preparat així per algú, essent així de conscient, per això visc aquesta relació sexual com una primera vegada".

Idea 7: Ensenyem als joves on buscar el que volen trobar

Han de creure's que no són l'única persona amb il·lusió per esperar fins a trobar l'amor de la seva vida. Ajudem-los a creure-s'ho, a tenir paciència. Que comparteixin amb les amistats bons moments i en bons llocs. Quan els agradi algú, que se n'adonin que això no és amor encara. Abans de sortir amb algú que pensin si comparteixen el que per a ells/es és crucial. Que recordin que els canvis que

necessiten veure en l'altra persona i que no observen ara, difícilment els veuran després de casar-se. El control no és amor. L'amor els vol

Que siguin com els salmons que naden contra corrent, no com els camaleons que es mimetitzen.

lliures, sense por i sense sensació de lligams i pressions. Que siguin com els salmons que naden contra corrent, no com els camaleons que es mimetitzen. Que aprenguin a comunicar-se i a ser persones assertives. Les seves maneres de ser faran que les persones que busquin el que ells/es busquen, se'ls acostin.

Idea 8: Després de la promesa, ho lliuraràs tot

Segons els estudis actuals³, la cohabitació no facilita l'èxit matrimonial. La preparació per al compromís durant la joventut, sí. El compromís del matrimoni és bastant més que "signar un paper". Casar-se és fer pública la decisió que fan lliurement dues persones d'entregar les seves vides, el pla que han construït junts, i prometre's amor per sempre. És la lògica d'una gran i bona notícia; compartir-la. La indissolubilitat del matrimoni és, a més, un suport perquè els esposos lluitin dia a dia pel seu matrimoni i davant les adversitats que sempre venen. El lliurament sexual acaba sent la conseqüència natural i joiosa de la promesa, és la festa del compromís.

Idea 9: Podem ajudar-los a que s'alegrin en veure que la fe és una carícia en les seves vides

Explicuem-los que la fe és com un far que els il·lumina durant la navegació de les seves vides. També és un port segur per descansar davant les dificultats del camí. Pertànyer a una gran comunitat cristiana com l'Església catòlica, aquest sentit de pertinença, és una experiència humana que els pot donar seguretat i pau, els dona força. A més, la fe aporta les certes, els valors i les propostes per conduir millor les seves vides i la seva

sexualitat, de manera que aconseguen més fàcilment la plenitud que anhelan. La millor comprensió de les coses que els ocorren i del sentit que pot tenir a les seves vides il·luminarà també la seva sexualitat. Estar en gràcia i acudir als sagraments els sostindrà en aquest camí.

Idea 10: Els podem afirmar: per tu i per l'amor de la teva vida, espera

Esperar i fer tot el treball que s'intueix en les idees anteriors és com aprendre a tocar la guitarra per poder "improvisar" –amb l'amor de la seva vida- una bella i original melodia. La melodia del seu amor i de la seva sexualitat. Animem els joves a apreciar el valor del que té valor, a esperar per estimar més i millor. Els podem dir: "Quan tinguis parella proposa-t'ho, proposa-li-ho: esperar per construir millor el vostre projecte d'amor".

Si mantenim aquestes converses amb confiança i respectant la seva llibertat, donant-los les raons que necessiten, seran capaços d'afirmar durant el seu festeig: "Et vull, per això no vull".

¹ Autor del llibre: *Te quiero, por eso no quiero: El valor de la espera*, (Planet Shopping España y Amazon), 2020.

² De Irala, J., Osorio, A., Carlos, S., Ruiz-Canela, M., & López-del Burgo, C. (2011). *Mean age of first sex. Do they know what we mean?*, Archives of Sexual Behavior, 40(5), 853–855.

³ Cfr. Stanley, Scott. *Premarital Cohabitation Is Still Associated with Greater Odds of Divorce*, 17.10.2018, <https://ifstudies.org/>. En aquest article se cita un estudi molt ampli sobre el tema: Rosenfeld, Michael J.; Roesler, Katharina. *Cohabitation experience and cohabitation's association with marital dissolution*. Journal of Marriage and Family, 2019, vol. 81, no 1, pp. 42-58.