

➤ *Los métodos naturales para regular la fertilidad en el matrimonio. La verdadera educación en la sexualidad no consiste en dominar una serie de técnicas, sino en integrar todas las dimensiones de la persona de acuerdo con la verdad del amor. Una diferencia antropológica y moral entre la contracepción y los métodos naturales. La educación sexual se convierte en un asunto mucho más rico y valioso que un simple dar a conocer la mecánica del acto sexual*¹.

❖ Cfr. Carl A. Anderson – José Granados Llamados al amor – Teología del cuerpo en Juan Pablo II, Ed. Monte Carmelo 2011, pp. 158-160

Los esposos pueden tener razones serias para retrasar la acogida en su familia de un nuevo hijo. La respuesta a este problema no es la anticoncepción, sino los métodos naturales para regular la fertilidad. Estos métodos no son solo una alternativa técnica para alcanzar el mismo fin que los anticonceptivos, como si se tratara de un método ecológico (y, en este sentido, «natural») en vez de uno artificial. No: si hablamos de método *natural* no es porque en él se desconfíe de lo tecnológico (esto es algo propio del hombre y de su modo de regir la creación), sino porque se respeta la verdadera *naturaleza* del amor humano, es decir, la verdad misma de la comunión personal entre los esposos.

Para entender esto con más detalle recordemos algo de lo que ya hemos hablado. Para empezar, los amantes no pueden respetar su dignidad mutua si no perciben la verdad del amor, que consiste en un don total de sí mismo. Por eso, solo si los amantes se reciben mutuamente como don del Creador son capaces de darse totalmente el uno al otro. Ahora bien, recibir el amor humano como don de Dios implica que se respeta el lenguaje del cuerpo con que Dios, autor de este lenguaje, se expresa a sí mismo y su amor fecundo.

Los matrimonios con dificultades para recibir más hijos en su familia se encuentran ante una situación nueva en su relación, que requiere un cambio en la forma de expresar su amor. El problema de la anticoncepción es que en ella no se respeta la verdad del amor, es decir, la totalidad del don mutuo. Los esposos no se dan a sí mismos totalmente, pues no quieren entregarse uno al otro el don de la fecundidad. Para ello han de desoír el lenguaje del Creador en sus cuerpos, suprimiendo el significado procreativo de su sexualidad. Como consecuencia, la anticoncepción no permite integrar el deseo sexual en la verdad total del amor y se acaba distorsionando el don mutuo de los esposos.

. Con los métodos naturales, por el contrario, los esposos cambian la forma de expresar su amor, pero sin negar la totalidad de la entrega. Pues ahora no hacen su unión estéril, sino que cambian su comportamiento sexual: adaptan la expresión de su amor al ciclo de fertilidad de la mujer, aceptando periodos de continencia. Los esposos son capaces así de darse totalmente el uno al otro, tal como son, sin quitar ningún elemento propio del don de sí mismo. Por eso los esposos que usan métodos naturales expresan verdadera reverencia por lenguaje del cuerpo y su Creador. De esta forma, los métodos naturales mantienen el contacto de los esposos con la Fuente del amor, que hace posible el verdadero amor entre ellos.

Ahora entendemos por qué Juan Pablo II habla de una diferencia antropológica y moral entre la contracepción y los métodos naturales (*Familiaris Consortio* 32). La *diferencia antropológica* se refiere al significado de la sexualidad: en los métodos naturales la sexualidad se ve como ocasión

¹ Redacción de Vida Cristiana: otras realidades interesantes que trata esta publicación: Identidad y diferencia; Sexo y género (cap. II); Un corazón herido: la fragilidad del amor (cap. V); Madurar en el amor (cap. VII); La familia y la civilización del amor (cap. X).

de un don total a la otra persona. Por eso, al practicar estos métodos, los esposos están dispuestos a cambiar su comportamiento sexual, adaptándolo a los ritmos de la fecundidad, para salvaguardar así la totalidad del don, que reconocen como el significado central de la sexualidad humana. Por el contrario, la anticoncepción promueve una mentalidad en que la sexualidad no es tanto la ocasión de un don de sí, sino una necesidad a que hombre y mujer están sujetos. Por eso las parejas que se deciden por los anticonceptivos no quieren cambiar su comportamiento sexual, e insisten en tener relaciones, aunque para ello tengan que eliminar una dimensión del don total de sí mismos.

Esta diferencia antropológica entre los métodos naturales y la anticoncepción lleva consigo una profunda *diferencia moral*, referida a cómo los esposos construyen su acción. Los esposos que usan anticonceptivos tienen gran dificultad en cambiar su comportamiento sexual porque experimentan su sexualidad como una necesidad que se impone sobre ellos. Con los métodos naturales la pareja es capaz de cambiar la expresión sexual de su amor porque su deseo sexual no les domina, ya que ha sido integrado en la verdad del amor a la otra persona. De esta forma la relación sexual no se apropia de todo el espacio de la relación; los esposos son capaces de llegar a una madurez que crece en una verdadera comunicación personal. En una palabra, el uso de los métodos naturales salvaguarda el don total de sí y conlleva una educación en la castidad. Así los esposos se capacitan para dar forma a su relación según la verdad del amor, en cualquier situación de la vida en que se encuentren.

Vemos así que los métodos naturales no son solo la aplicación de una técnica, sino que incluyen una educación integral de los esposos en su capacidad de percibir la verdad del amor, y requieren la entrega de toda la persona. La práctica de estos métodos transforma a los esposos y a su amor, ayudándoles a madurar en respeto mutuo y en la comprensión de su vocación. Entonces la educación sexual se convierte en un asunto mucho más rico y valioso que un simple dar a conocer la mecánica del acto sexual. La verdadera educación en la sexualidad no consiste en dominar una serie de técnicas, sino en integrar todas las dimensiones de la persona de acuerdo con la verdad del amor. Esta educación promueve pureza y reverencia por el propio cuerpo. Juan Pablo II, al unir esta virtud con el don de piedad, nos hace conscientes de que nuestro cuerpo es sagrado, templo de Dios. Este don de piedad, escribe el Papa,

“sostiene y desarrolla en los cónyuges una sensibilidad particular hacia todo lo que en su vocación y convivencia lleva el signo del misterio de la creación y de la redención: hacia todo lo que es un reflejo creado de amor y la sabiduría de Dios. Por lo tanto, ese don parece iniciar al hombre y a la mujer, de un modo particularmente profundo, en el respeto a los dos significados inseparables del acto conyugal”².

² Juan Pablo II, *Hombre y mujer lo creó. El amor humano en el plan divino*, Cristiandad, Madrid 2000, Catequesis 131, 14-11-1984, p. 670.