

Introducción

No hace falta ser un experto en historia, antropología o sociología para saber que el comportamiento sexual ha sido y es muy importante en la vida de cada individuo y en la de la sociedad. Ese comportamiento ha oscilado siempre entre dos extremos opuestos: de un lado, el de la búsqueda del placer como objetivo principal; de otro, el de seguir la guía de la razón, para lograr, bajo el control de la voluntad, su finalidad natural, que es la expresión del amor, a una criatura o al Creador. Esa finalidad natural incluye también la generación de otros seres humanos, las criaturas más maravillosas del planeta Tierra, capaces de conocer la verdad y de amar el bien.

En la Biblia, uno de los textos más antiguos de la humanidad, se recoge un buen número de sucesos que ilustran casos extremos del comportamiento sexual humano.

En el polo negativo, está el ejemplo de los habitantes de las ciudades de Sodoma y Gomorra, que han quedado en el acervo cultural como modelos del desenfreno

sexual; otros ejemplos individuales son el de David, escogido por Dios para ser rey de su pueblo, que comete adulterio con la mujer de Urías; el del rey Salomón, hijo de David, que, después de recibir de Dios el regalo de la Sabiduría, lo abandonó arrastrado por sus amantes extranjeras; o el caso de los dos viejos impuros que quieren abusar sexualmente de la casta Susana.

En el polo opuesto, la Biblia recoge los casos de personajes importantes en la historia del pueblo elegido, que, por amor a Dios, renuncian por toda la vida al uso de la sexualidad y viven el celibato. Entre ellos están Elías, Juan Bautista, la Virgen María y su esposo José, el mismo Jesucristo, Juan Evangelista y Pablo.

También los historiadores civiles, aportan ejemplos de esos dos polos opuestos del modo de vivir la sexualidad. En el polo negativo, son ilustrativos los relatos de casos de pedofilia (ahora llamada pederastia) entre los griegos, y las orgías sexuales de los romanos. En el polo positivo, está la manera de vivir la sexualidad de algunos personajes seguidores de la filosofía estoica, como Séneca y Cicerón, que se guiaban en toda su conducta, también en la sexualidad, por la contención y el desprendimiento de los placeres.

Así pues, desde la Antigüedad se van formando y consolidando dos corrientes de pensamiento y comportamiento antagónicas, denominadas *hedonismo* y *estoicismo*, que, en cierto modo, tipifican el comportamiento sexual de las personas.

Los hedonistas afirman que el bien es el placer y el bienestar y el mal es el dolor y el sufrimiento. El hedonismo se ha denominado también *epicureísmo*, porque uno de sus principales defensores fue Epicuro; este filósofo afirmaba que el primer objetivo del hombre no era buscar el placer, sino evitar el sufrimiento; y que el máximo placer, al que hay que aspirar, consistía en llegar a un estado de profunda tranquilidad (*ataraxia*), libre de las perturbaciones y malas consecuencias de los placeres efímeros. Este estado, en los tiempos modernos, viene a coincidir con lo que se denomina bienestar o calidad de vida.

Los estoicos defendían que el mayor bien está en la razón y la virtud; esta última es un hábito bueno de la voluntad, con la que se puede alcanzar la *apatía*, una especie de estado de indiferencia ante el placer y el dolor. Ello supone lograr un autocontrol respecto a la reacción afectiva negativa que produce el sufrimiento. Con la aparición del cristianismo, religión de un Dios que muere sufriendo, por amor y para redimir al hombre del mal, en el martirio de la cruz, el estoicismo fue superado por la actitud positiva de la ascesis cristiana, que ve el sufrimiento como camino para encontrarse con Jesucristo y unirse a Él en la tarea de la redención del mundo.

Además de estos dos movimientos éticos opuestos, hay otras muchas corrientes de pensamiento, como son el utilitarismo, el humanismo, el pesimismo de Schopenhauer, el budismo, el hinduismo, el islamismo, el judaísmo, etc.

Esas dos ideologías polares siguen vigentes, han tenido seguidores a lo largo de la historia hasta el momento actual. El desequilibrio natural del hombre, que nace imperfecto e indigente en el plano físico y psicológico, y por el que precisa la ayuda de los demás para mejorar, da razón tanto de las diferencias y errores en el comportamiento de unas personas a otras, como del carácter bueno o malo, también en la esfera sexual, de esos comportamientos.

En nuestros días, por impulso de varias fuerzas sociales, estamos asistiendo a un auge de la corriente hedonista, que se refleja en la llamada «revolución sexual», que postula la idea de que en el comportamiento sexual vale todo, siempre que se trate de una actividad libre, por parte de todos los implicados, y que se preste una atención adecuada y responsable de las cuestiones higiénicas, para evitar infecciones y embarazos indeseados. Quizá la frase más emblemática de estos revolucionarios sea la de Herbert Marcuse en su libro *Eros y civilización*: «El eros es el principio del ser, lo que implica que el objetivo de la existencia humana es la lucha por el placer».

Un resumen muy claro de las ideas de los impulsores de la revolución sexual se recogen con sencillez y brevedad, y con una crítica positiva, en el libro de Enrique Colom y Pablo Requena: *Cómo explicar la revolución sexual*. Es muy ilustrativa la lista de las consecuencias prácticas de esta ideología que ofrecen los autores:

- «1. Sexualidad sin matrimonio (amor libre).
2. Sexualidad sin procreación (anticoncepción y aborto).
3. Procreación sin sexualidad (fecundación *in vitro*).
4. Pansexualismo generalizado (sexo sin amor; cosificación de sexo: sometido a la oferta y demanda).
5. Cultura unisex y feminismo radical (sexo sin persona: el cuerpo no dice nada de la persona, ni de la complementariedad sexual para la donación amorosa).
6. Libertad absoluta para configurarse sexualmente y tener sexo (privatización del sexo, que no acepta injerencias externas en su uso)».

Gracias al influjo de los medios de comunicación y, en especial de la internet, el objetivo de la búsqueda del placer, y especialmente del placer sexual, ha pasado a ser la pulsión prioritaria de una extensa población de gente de Occidente, sobre todo entre los jóvenes, que da razón del auge de la pornografía, la prostitución, las adicciones sexuales, del aumento de los casos de violaciones, de la pederastia, de las infidelidades, de los embarazos de adolescentes, del incremento de las enfermedades venéreas, y de otras consecuencias negativas, físicas y psicológicas. La filósofa norteamericana Wendy Shalit en su libro *Retorno al pudor* afirma además que: «... la pornografía ha contribuido a hacer más groseras las relaciones entre los dos sexos». Casi han desaparecido las costumbres victorianas que regulaban la relación entre damas y caballeros, para dar paso a una relación más física y genital, más propia de machos y hembras.

Los partidarios de la revolución sexual afirman que las mayores consecuencias positivas de su programa son, por una parte, el libre acceso al bienestar que produce el placer mientras dura, que, aunque breve, puede ser reiterado a capricho; y, por otra, la liberación del sentimiento de culpa y vergüenza que proviene de saltarse los principios morales y sociales reguladores de la conducta sexual.

Pero la realidad es que el efecto «anestésico» inducido por la tolerancia y la habituación hace que la sensación placentera sea cada vez más breve y menos intensa, lo que causa un sentimiento progresivo y permanente de frustración, que se incrementa por la insatisfacción crónica, el vacío afectivo y la infelicidad que acompaña a toda relación social en la que hombre es reducido a su plano meramente biológico y animal. El hábito de vivir exclusivamente para sentir el placer que produce la satisfacción de las necesidades biológicas, junto con la reducción progresiva de la libertad interior asociada a la intensa dependencia física y psicológica que produce el placer habitual, llevan a la persona a centrar su atención casi exclusiva en el cuerpo y en la sexualidad.

Wendy Shalit afirma que esta cultura hedonista ha hecho que la mujer, por su deseo de agradar y de mantener el cariño del hombre, no pueda, o le resulte muy costoso, decir «no» a los deseos sexuales del hombre:

«... una mujer que se niega a acostarse con un hombre parece que le está insultando. Por eso, se piensa que

tiene “complejos”, o que ha tenido “malas experiencias”, o que “no tiene una actitud sana hacia la sexualidad”. El no acostarse con alguien es considerado hoy en día un acto de hostilidad, cuando antes se entendía como parte del proceso natural de buscar pareja.

Por esta razón, la autora, defiende la importancia de la regulación moral y social de la sexualidad, que se concretan en las reglas del pudor y la modestia:

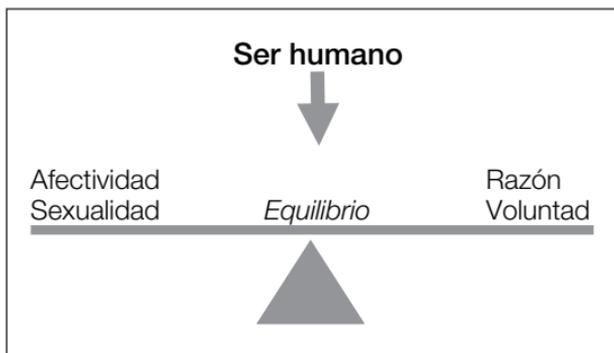
«Cuando las insinuaciones sexuales de uno de los dos se ven rechazadas, es fácil que se tome como algo personal; pero si el rechazo no depende de una elección arbitraria –porque es un mandato de la ley de Dios o de las tradiciones sociales– no es posible que nadie se lo tome como una ofensa».

En este libro se intentará describir, de un modo sencillo y claro, los elementos implicados en el funcionamiento psicológico y conductual humano, con una atención especial en los implicados en el modo de vivir la sexualidad, con un doble propósito: ayudar a prevenir las consecuencias negativas que acabamos de comentar; y conseguir que el comportamiento sexual, al igual que los demás, esté guiado por la razón y se realice con libertad interior, para que pueda contribuir así a lograr la felicidad.

El ser humano nace con las facultades propias de su especie, pero ha de desarrollarlas durante toda su vida,

poniéndolas en práctica. El más rápido y profundo desarrollo de esas facultades se da en la infancia y la adolescencia. Las que interesan más en nuestro contexto son la afectividad y la sexualidad, por una parte, y la razón y la voluntad, por otra.

Cuando una persona consigue un adecuado control de sí misma, que es una tarea de la voluntad pero guiada por la razón –que viene a ser como su GPS– alcanza un nivel de equilibrio o armonía personal suficiente para ser feliz y hacer felices a los que la rodean: padres, hermanos, amigos, colegas, novios, esposos, hijos.



En las personas sin ese autocontrol, la afectividad influye en el comportamiento más que la razón, e impulsa a realizar conductas que producen sentimientos agradables o que evitan los sentimientos desagradables, con independencia de que sean buenas o malas, aunque son más frecuentes las malas porque requieren menos esfuerzo.

Las *conductas malas* producen placer o evitan sufrir, y se acompañan de sentimientos agradables a corto plazo, pero desagradables a medio y largo plazo.

Las *conductas buenas*, que son juzgadas como tales por la razón y queridas e impulsadas por la voluntad, unas veces en colaboración de la afectividad y otras en contra de ella, suelen hacer sufrir o sentirse mal a corto plazo –son desagradables afectivamente–, porque requieren esfuerzo y esforzarse cuesta. De ahí el refrán que dice: «El que algo quiere algo le cuesta», pero producen felicidad a medio y largo plazo.

La facultad que sirve para conocer el bien práctico, es decir, cuál es la *conducta buena* a realizar en cada momento, es la razón (a veces llamada conciencia), que es la cualidad más característica del ser humano. Esa facultad ha de ser perfeccionada con la práctica y el estudio, y precisa la ayuda de la afectividad positiva (paz y alegría); por el contrario, las emociones y sentimientos negativos enturbian la razón, más o menos, según la intensidad de esos afectos. La facultad que debe controlar la afectividad, para evitar los afectos negativos y mantener los positivos, es la voluntad. El antropólogo Ricardo Yepes afirma algo similar cuando dice: «Aprender a ser hombre o mujer es aprender a dirigirse a uno mismo, y lograr la armonía del alma gracias a la educación moral de los sentidos».

Así pues, la facultad que mueve a *comportarse bien* es la voluntad, que precisa desarrollarse con una actividad

continuada, que producirá la virtud de la fortaleza, y permitirá lograr una afectividad positiva más habitual.

En el noviazgo, en el matrimonio y, en general, en las relaciones sociales, comportarse bien tiene como consecuencia la felicidad de las personas implicadas; mientras que comportarse mal produce un sufrimiento profundo y prolongado, ya que «se hace más daño a quien más queremos», pues del amado esperamos el bien, no el daño.

La raíz más profunda de toda mala relación con los demás es el egoísmo, que pone el *bienestar* (sentirse bien y no sentirse mal) del Yo por delante del bienestar del Tú. Por el contrario, buscar el *bien* de uno mismo, del Yo, es un buen objetivo, pues consiste en buscar ser bueno, y el que es bueno vive la caridad con los demás, la cual es, además, la virtud que nos hace buenos. Las personas buenas saben amar con más intensidad y constancia, y son más fácilmente amados por los demás; ese amor de ambas partes produce felicidad.

Así pues, se puede concluir que la felicidad está directamente relacionada con el amor: cuanto más se ame, a cuanta más gente se ame, cuanto más puro sea el amor, más felicidad. El amor más puro es el amor incondicional: «te quiero porque quiero quererte, no solo porque me haces sentirme bien». A este respecto, viene a cuento recordar ahora la escena que todos hemos contemplado al asistir a una boda, en la que el testigo cualificado —el sacerdote— pregunta a los futuros esposos si están dispuestos a quererse «en la salud y en la enfermedad, en la

pobreza y en la riqueza...», y podría seguir enunciando una lista interminable de posibles circunstancias, positivas y negativas, en la vida de los esposos. La razón de esta encuesta es desear para los esposos el mejor amor, el amor que Dios tiene a los hombres, incluidos a los más pecadores, que es un amor incondicional. La intensidad de ese amor se mide por la magnitud del sacrificio que se está dispuesto a realizar para que la persona amada sea feliz.



No vivimos hoy en un tiempo de fe, idealismo y amores platónicos; por el contrario, desde hace décadas, estamos inmersos en una cultura hedonista, individualista y materialista, que postula la búsqueda del placer como motivación principal del ser humano, y conlleva la evitación de su opuesto, el sufrimiento y, por lo tanto, del sacrificio, que impedirá llegar a saber amar incondicionalmente.

Algo parecido afirma Shalit:

«... hay un pasaje del Manifiesto comunista en el que Marx habla de cómo es eliminado el “velo sentimental”.

Después de todo, quizá el “velo sentimental” tenía una utilidad que no era en realidad ni tan tonta ni tan sentimental. Es posible que un poco de idealismo sea bueno en algunos momentos. Desde algún punto de vista, podría decirse que el comportamiento de los hombres en la calle hoy en día es más sincero porque miran con lascivia y hacen observaciones zafias en lugar de inclinar el sombrero y cumplir unas normas “artificiales” de decencia. Me imagino que también se podría decir que todo amor romántico implica un cierto engaño acerca de lo que realmente se busca. Pero si los que aman creyeran realmente las palabras que se dicen, y si los extraños estuvieran convencidos de la utilidad de las normas sociales que respetan, las relaciones interpersonales no tendrían por qué ser tan groseras. Quizá el mayor engaño fue precisamente pensar que podríamos ser capaces de arrancar ese velo sentimental. Muchos de nosotros seguimos añorándolo en secreto. Parece que no lo podemos evitar, está en nuestra naturaleza».

La búsqueda del placer como objetivo principal de la vida del hombre lleva a comportamientos egocéntricos, que crean hábitos negativos –vicios– y producen un desequilibrio profundo de la personalidad, pues el placer es buscado por los sentimientos y emociones agradables que lo acompañan. La repetición, sin embargo, de esas emociones y sentimientos produce, junto con la «hipertrofia» de la afectividad, una «atrofia» de la razón y de la voluntad, que es la situación característica de las personas con una personalidad inmadura y psicológicamente débiles.

Lo propio de una personalidad madura, sana y feliz, es el equilibrio jerárquico entre cabeza y corazón, es decir, entre razón y voluntad, de una parte, y afectividad, de otra. Las personas inmaduras tienen serias dificultades para pasar de la etapa de enamoramiento y atracción sexual, que son pasajeras, a la etapa del amor incondicional, que es más permanente. Esto explica que la inmadurez psicológica o de la personalidad sea la causa más frecuente de fracaso en el noviazgo, el matrimonio y de muchos otros conflictos sociales.

Ricardo Yepes, en su manual de antropología, afirma algo parecido a lo que acabamos de exponer, cuando escribe:

«... la sexualidad es un modo de ser, pero antes es también un impulso sensible, un deseo sexual, biológico, orgánico. Si no se acoge ese impulso en el ámbito de la conciencia y de la voluntad, se generan conflictos y disarmonías. La integración del impulso sexual con los sentimientos, la razón y la voluntad que da lugar a la armonía del alma es una tarea costosa y larga, y tiene como objetivo la donación recíproca del varón y la mujer».

En los siguientes apartados, veremos cómo la exaltación del placer y del bienestar afectivo conduce al egoísmo, que está detrás tanto de la falsificación de la finalidad natural de la sexualidad humana, como de sus secuelas negativas: erotización, promiscuidad, infidelidades, violencia de género, enfermedades físicas y psicológicas, abortos, divorcios.

**Exaltación del bienestar afectivo y del placer
(egoísmo)**



Cambio finalidad de la sexualidad



Placer sin procreación



*Erotismo, promiscuidad, infidelidad,
violencia de género, divorcio, aborto,
enfermedades venéreas y adicciones.*