

**Testimonianze:  
Vivere la sessualità secondo il disegno di Dio**

*Fabian Lair, Austria*

**PREMESSA**

Viviamo in un mondo in cui tutto sembra essere possibile. Oggi non ci sono più limiti, la società occidentale non ci chiede più di rispettare una qualsiasi regola morale. Sarebbe un'idea molto allettante, ma è proprio questa la libertà che veramente desideriamo nel più profondo del nostro cuore?

Vorrei cominciare parlandovi della visione che avevo della sessualità prima di conoscere la percezione distorta del mondo sul sesso e le difficoltà a questa collegate. Poi porterò la mia testimonianza sul modo in cui Dio mi ha aiutato, mediante il dono della castità, a restare fedele al mio progetto di vita: diventare, un giorno, marito e padre di famiglia.

**LA SESSUALITÀ È UN DONO SACRO**

Fin dall'infanzia, i miei genitori mi hanno insegnato che la sessualità con tutte le sue realtà (desideri, passioni...) è un dono di Dio da rispettare e da accogliere con umiltà. Questo implicava, fra l'altro, non parlare in maniera oscena della sessualità, non esporre la propria nudità o ricercare quella altrui, e non avere rapporti sessuali prima del matrimonio. Erano regole semplici e, pur non sapendo perché bisognasse seguirle, ho avuto fiducia nei miei genitori e ho rispettato questi divieti. Grazie ai limiti che mi avevano posto i miei genitori, sapevo che la sessualità, il fatto che siamo uomini e donne, era una cosa importante e che bisognava proteggerla perché era intrinsecamente legata all'Amore.

**LA SESSUALITÀ E LA VITA**

Da piccolo mi piacevano moltissimo i bambini appena nati e con l'adolescenza ho cominciato a coltivare il desiderio di diventare, un giorno, padre di famiglia. Essendo il minore dei miei fratelli, speravo sempre che nascesse una sorellina o un fratellino per poterci giocare. Purtroppo questo non era più possibile, ma questa situazione mi fece capire che la nascita e la vita di una nuova persona erano direttamente legate alla sessualità. La bellezza e l'innocenza di un neonato erano la prima immagine concreta che mi ero fatto della sessualità. Senza capire esattamente come funzionasse la procreazione, nel mio cuore di bambino sapevo che la nuova vita e la sessualità erano un'unica e stessa realtà.

**LA PROFANAZIONE DELLA SESSUALITÀ**

Quando a scuola, al primo corso di educazione sessuale, ho parlato della mia visione (e del

fatto che volevo aspettare il matrimonio per donarmi interamente alla mia futura sposa, che volevo avere dei figli e che mi rifiutavo di andare a vedere un film con elementi pornografici), ho dovuto affrontare una marea di commenti e umiliazioni. Il mondo della scuola può essere terribile in questo! Da quel momento ho cominciato a interessarmi di più dell'argomento e a cercare i motivi per cui i miei genitori mi avevano insegnato quelle regole.

Quel che un bambino o un ragazzo oggi impara attraverso la letteratura che gli viene propinata a scuola, attraverso ciò che vede alla televisione o su internet, è una visione profanata della sessualità.

La sessualità è stata ridotta a una questione banale come tante altre. Ciò che conta è il piacere che deriva da un'attività puramente biologica. Non ci sono più i limiti che nascondono un mistero più grande. Non ho mai voluto accettare questa visione misera che il mondo mi proponeva.

Istintivamente, ho rifiutato che venisse distrutto il mio sogno togliendo tutti i veli. A 13 anni, questo mi ha messo in una situazione difficile. Da un lato la sessualità aveva preso un posto importante nei miei interessi di adolescente, dall'altro volevo poterla scoprire poco a poco. Il mio dilemma quindi era questo: volevo vedere, certo, ma non volevo vedere *tutto!* Volevo, in qualche modo, “andare fino in fondo, ma senza oltrepassare i limiti”. Ma il mondo non era in grado di fare questo gioco con me.

Ogni volta che spingevo oltre i limiti, il mondo mi dava ciò che desideravo, ma che non volevo. Volevo gustare la tensione tra il mio desiderio e il proibito, ma il mondo intorno a me non era capace di mantenere questa tensione. Che testimonianza di povertà per il mondo!

#### CASTITÀ, GUARDIANA DEL MISTERO

Per me era un bisogno naturale proteggermi da questa profanazione della sessualità. Ho vissuto la castità come guardiana della mia innocenza a livello del mio sguardo.

Come uomo, il mio campo d'attenzione è più visivo rispetto a quello di una donna. Il mio sguardo si concentra molto di più sulle immagini. Nel mondo attuale siamo veramente assillati, costantemente bombardati dalle immagini che si rivolgono unicamente al nostro istinto sessuale. Siccome viviamo in un mondo pieno di pornografia, dobbiamo prendere un provvedimento: controllare il nostro sguardo perché non venga corrotto. Lo sguardo casto non separa l'anima e il corpo, ma li vede in perfetta unità.

Sta a noi indirizzare il nostro sguardo e proteggerlo. Non è colpa dei miei occhi se vedono ciò che non dovrebbero vedere! Si tratta di un'esperienza concreta della mia libertà umana il poter decidere cosa fare, che direzione prendere, e così decidere cosa vedere e cosa no. E se mi trovo in una situazione in cui “non ho vie d'uscita” – per esempio al cinema –, nessuno può impedirmi di chiudere semplicemente gli occhi. Sia che io abbia paura di quel che penseranno gli altri di me se chiudo gli occhi, o che io pensi di essere represso o malato se non voglio vedere certe immagini, allora sono ben lontano dall'essere libero! Ma è proprio nei momenti in cui tutti gli spettatori in sala sono costretti a guardare, che io provo una grande libertà e

soprattutto una grande gioia, perché so che così sto preparando la Felicità che riceverò un giorno insieme alla mia sposa, attraverso il dono totale e reciproco nel matrimonio!

Ma dove possiamo prendere la forza di distogliere lo sguardo dalle immagini pornografiche? Una prima tappa, che mi ha aiutato, è quella di fare una distinzione molto chiara e netta tra la sfera sessuale e la sfera erotica. L'impulso maggiore di quel che oggi chiamiamo "erotico" non è altro che il "sessuale". Dove sta la differenza?

L'istinto sessuale è puramente biologico ed è rivolto solo al corpo dell'altro. L'amore erotico, invece, integra nella sua visione l'anima e il corpo. L'anima di una persona si manifesta fisicamente nel viso, nello sguardo, nei gesti delle mani, nella voce, ecc. L'istinto sessuale sarà integrato nell'incontro con l'altra persona nella sua totalità. È un incontro personale e non più anonimo.

Quando ho compreso la differenza tra questi due ambiti, "il sessuale" e "l'erotico", mi sono reso conto che ci sono tante cose che mi attirano, ma che non corrispondono affatto al desiderio profondo del mio cuore di costruire una comunione d'amore stabile e incondizionata!

#### LE TENTAZIONI DA COMBATTERE

A proposito delle tentazioni, che sono di ordine spirituale: una tentazione che dobbiamo combattere mediante la preghiera è la *disperazione*. Guardando la Croce, sappiamo che l'Amore è più forte della morte; dobbiamo credere nell'Amore e non perdere mai la fede in Lui. Anche quando tutto sembra perduto, l'amore è possibile! È una verità fondamentale che Cristo ci rivela.

Un'altra tentazione sono le *distrazioni*. Quando faticiamo a vedere il senso della nostra vita, cerchiamo dei mezzi per distrarci. Mediante le distrazioni cerchiamo di renderci insensibili e indifferenti alla realtà della nostra vita. Ma questa non è una soluzione! Cerchiamo piuttosto di costruire dei buoni rapporti di amicizia con le persone che incontriamo ogni giorno, è un modo concreto di vivere la carità. Ci sono tante false consolazioni che poi ci lasciano tristi e vuoti. Non dobbiamo avere paura di voltare le spalle a queste menzogne per rivolgerci con tutto il cuore verso la vera Felicità che nasce da una carità autentica.

Una terza tentazione può essere un *concetto sbagliato della temporalità*. Tutti i progetti hanno bisogno di tempo per realizzarsi, soprattutto il grande progetto d'amore che vogliamo realizzare nella nostra vita. Spesso ci può sembrare di dover aspettare troppo a lungo e allora siamo tentati di anticipare le tappe o di scoraggiarci. Ma il tempo ci viene dato come un'occasione! Per realizzare il progetto più bello della nostra vita, cioè il progetto di amare, abbiamo bisogno di essere ben preparati. Perciò non dobbiamo sprecare il nostro tempo!

#### LA CASTITÀ È UN DONO

Per questo, ho bisogno di essere costantemente sincero con me stesso. Devo conoscere i miei limiti e le mie debolezze, sapere quando devo fare particolarmente attenzione in certe situazioni e come posso attivamente vivere la carità. Molto spesso ho pensato che la castità consistesse

solo nel fatto di evitare certi gesti, ma la castità può essere vissuta in maniera molto concreta. Alcuni suggerimenti per riuscire a mantenere il cuore casto:

Primo, *l'amicizia con la persona di Gesù*. Abbiamo tutti bisogno di questo incontro d'amore che ci aiuta a vivere in accordo con la volontà di Dio. Da questa amicizia possiamo trarre le forze necessarie per non perdere il coraggio e per mantenere la speranza. Il messaggio della Croce è che nella morte c'è la vita e che la nostra esistenza e soprattutto le nostre sofferenze hanno un senso!

Secondo, *il sacramento della riconciliazione*. Per i nostri peccati siamo feriti, macchiati e infangati. Il peccato ci fa soffrire. Nel sacramento della riconciliazione Dio ci perdona, ci guarisce e ci dà la forza di continuare il cammino della nostra esistenza. La nostra umiltà nella confessione – e ce ne vuole! – è un'arma potente contro l'avversario e contro il peccato. Attraverso di essa, Dio ci dà la grazia di una conversione del nostro cuore. Questa conversione non possiamo darcela da soli, è una grazia che dobbiamo chiedere tutti i giorni al Signore. E il Signore ce la dona.

Terzo, *l'Eucarestia*. L'adorazione eucaristica per me è il mezzo concreto per conformarmi alla volontà di Dio, soprattutto per quanto riguarda le mie relazioni e la mia sessualità. Restare davanti al Santissimo Sacramento in silenzio non è sempre facile, ma attraverso questo atto di fede – che sono comunque capace di fare – imparo a lasciar agire Dio nella mia vita, soprattutto nelle mie relazioni, dove ho spesso tendenza a voler controllare tutto. Alla fine, è la presenza di Gesù che riempie la mia vita e che dà pace al mio cuore, e non ho più bisogno di cercare soddisfazione mediante un comportamento sbagliato a livello sessuale.

#### COME GIOVANE UOMO

Se voi ragazze cercate un ragazzo che sia interessato solo al vostro corpo, è facile trovarne uno. Ma se cercate un ragazzo che abbia a cuore voi personalmente, i vostri interessi, le vostre paure e le vostre gioie, e che sia pronto a impegnarsi in un amore totale e incondizionato con voi, allora permettetegli di scoprire anche la vostra anima! Vestitevi in modo tale che lo sguardo del ragazzo non sia distratto dalla vera bellezza che è dentro di voi! Permettetegli di scoprire la bellezza di tutta la vostra persona!

E incoraggio voi ragazzi a rispettare e proteggere il pudore delle ragazze! Non siate d'accordo se lei si espone diventando così preda di sguardi malsani! Siate cavalieri e dimostrate coraggio nel difendere la dignità di ogni ragazza! La castità non consiste soltanto nel rinunciare a qualcosa, ma è prima di tutto una virtù che possiamo praticare attivamente. Gli incontri tra amici sono sempre un'occasione per crescere nel rispetto reciproco e vivere attivamente la castità: aprire la porta a una ragazza, prenderle il soprabito, portarle una valigia pesante, cercare un posto al ristorante, ecc. Un talento particolare che abbiamo noi uomini, è di poter trasformare l'ambiente per renderlo più sicuro e più gradevole per la donna. Vogliamo mettere le nostre capacità al servizio degli altri e abbiamo bisogno di voi donne, che avete la capacità di ricevere queste attenzioni. Non rifiutate i gesti che esprimono il nostro rispetto per la vostra dignità e il

vostro onore! Aiutiamoci a vicenda – attraverso la preghiera, la comunione fraterna e gesti molto concreti – a vivere nella verità e a non scegliere nient'altro che l'Amore! La castità è un progetto che dobbiamo realizzare tutti insieme!