

Congreso de Teología del cuerpo basada en Juan Pablo II

Universidad Católica de Lisboa

ALTERIDAD, RESPETO Y AMOR EN LA PRÁCTICA DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR NATURAL

Montserrat Rutllant- Presidenta de Honor de RENAFER -Lisboa 2003

Me permito empezar esta ponencia con una afirmación básica para comprender lo que después desarrollaré: **El otro existe. Relacionarme con él es vital. Respetarle es indispensable, si bien lo más apropiado es amarle.**

Nacemos en compañía, no en soledad, no como un meteorito aleatoriamente lanzado al espacio, sino que la vida nos es dada como hijos de alguien y como hijos somos acogidos con amor por nuestra familia, cuya principal función es hacer de nosotros, seres responsables y libres, capaces de amar a los demás.

La persona es un ser dialogante (necesita con quien dialogar). Se mueve entre la indigencia y la apertura. El hombre solo es inviable, sin vida, por eso el destierro es peor que la muerte y esta apertura y dialogo (alteridad) se da primero en la familia, después en la amistad y a veces en el dialogo íntimo intraconyugal que es "esta forma especial de amistad personal donde se comparte todo".

La persona humana es corpórea y en su corporeidad, explícita y expresa una forma concreta de alteridad que es la sexuada, ser persona humana hombre o ser persona humana mujer, es ser igual en dignidad, pero distintos en su corporeidad.

Podríamos decir que el primer paso de mi afirmación está dado: **el otro existe**, (ustedes existen y yo existo) para llegar al siguiente paso: **respeto**; hay que conocer, sólo puede respetarse y después **amar** aquello que conocemos bien.

Conviene quizás como ejemplo comprensible, releer la entrañable conversación entre la zorra y el Principito (S. Exupery) donde de un modo ameno, sencillo y profundo a la vez se habla de amistad, respeto, ritos, compromisos, etc.

El respeto es el primer paso hacia la amistad, que precisa tiempo e intimidad. Ésta es la mayor dificultad, porque la época actual obstaculiza enormemente el tener espacios de soledad y silencio que nos permitan tener intimidad, poseerla y, por tanto, poderla compartir. "Pobres palabras son las que no han sido acunadas por un silencio previo".

En la conversación que facilita el conocimiento entre dos personas hay que ponerse en la misma "longitud de onda", tener el alma despierta, abrirla para recibir al otro, expresar nuestros sentimientos y recibir respuesta. Cuando se recorre este camino se está llegando al amor al otro.

C.S. Lewis en uno de sus escritos sobre el amor lo califica con tres adjetivos distintos según la calidad real de este amor. El amor de necesidad que dice: no puedo vivir sin ella; el amor de gratuidad o dádiva que aspira a darle comodidades o hacerle feliz; y el amor de reverencia que contempla casi sin respirar que esta maravilla exista.

Es desde esta perspectiva de amor reverencia que nos adentramos en el sentido profundo de la doctrina de San Juan Pablo II sobre la corporeidad. El punto 1.643 del Catecismo al hablar del amor conyugal dice: "Comporta una totalidad donde entran todos los elementos de la persona: reclamo del cuerpo y del instinto, fuerza del sentimiento y de la afectividad, aspiración del espíritu y de la voluntad, tendencia a un solo corazón y una sola alma".

Monseñor Carlo Caffarra en el estudio de la **Teología del cuerpo a la luz de la Biblia y de la Revelación** expone que: "Desde el principio de la creación el hombre, ontológicamente es "en sí mismo y por sí mismo" y está intencionalmente abierto hacia el otro, lo cual tiene el sentido fundamental de no dejar al hombre varón solo y constituirlo en sujeto de una bendición especial: la fecundidad. La persona, aunque intencionalmente se dirija al otro, sale realmente de sí misma sólo cuando quiere al otro en razón del valor propio de éste, o sea, cuando le quiere en sí mismo y por sí mismo, y por tanto le es compañía adecuada. El hombre puesto frente a los animales permanece en soledad".

"La persona dentro del Universo, es el único ser que posee "corporeidad personal" que significa que en el mismo acto que hace ser al espíritu se hace ser al cuerpo, que es siempre manifestación de la persona".

"El hombre y la mujer se descubren colocados en este orden mutuamente referencial desde el momento mismo en que se miran y ven como varón y como mujer. Este acto, de originaria visión, está en el origen de su comunión interpersonal. ¿Qué cosa ven? Ven el cuerpo en su diferenciación sexual; y a través de esta percepción del cuerpo sexualmente diverso ven también la propia persona en cuanto llamada a la comunión: inclinada a salir de su soledad. En conclusión: la sexualidad humana está intrínsecamente ordenada a expresar la vocación de la persona al don de sí mismo a la otra persona; la sexualidad constituye la posibilidad misma de esta donación; por fin, la sexualidad es el "lenguaje corpóreo" de la comunión interpersonal entre el varón y la mujer. Es, por lo tanto, el lugar en el que y desde el que surgirán las otras personas humanas. Esta inherencia de la fecundidad en la entraña de la donación interpersonal entre el varón y la mujer, constituye uno de los puntos centrales del pensamiento cristiano sobre la sexualidad humana".

"La persona humana es el término del acto generativo de la pareja humana y también del acto creativo de Dios".

En el origen de toda persona humana hay un acto creativo de Dios: ningún hombre viene a la existencia al azar y siempre es el término del amor creativo de Dios.

En el acto que expresa su amor conyugal, los esposos son llamados a hacer don de sí mismos el uno al otro: nada de lo que constituye su ser persona puede ser excluido de este don y esta entrega absoluta de sí está basada en el amor conyugal.

Esta totalidad del don, se excluye en las relaciones anticonceptivas porque se excluye la posibilidad del hijo, se excluye también, a veces, el respeto a la fisiología de la mujer, de quien se afirma: "te quiero a ti tal como eres, pero sin ciclo" o se interpone una barrera, aunque sea de látex de colores, entre los dos miembros de la pareja.

La encíclica *Humanae Vitae* en el punto 9 desarrolla muy claramente cuales han de ser las características de este amor:

- Es un amor plenamente humano, es decir, sensible y espiritual al mismo tiempo.
- Es un amor total, esto es, una forma singular de amistad personal. Los esposos comparten generosamente todo y se enriquecen mutuamente con el don de sí mismo al otro.
- Es un amor fiel y exclusivo hasta la muerte.
- Es, por fin, un amor fecundo, destinado a prolongarse suscitando nuevas vidas.

Y sigue la encíclica "por ello el amor conyugal exige a los esposos una conciencia de su misión de paternidad responsable". Este es un concepto del que se habla mucho pero que no siempre se entiende en su dimensión exacta, puesto que hay que considerarlo bajo diversos aspectos legítimos y relacionados entre sí:

- En relación con los procesos biológicos, la inteligencia descubre en el poder de dar la vida, leyes biológicas que forman parte de la persona humana.
- En relación con las tendencias del instinto y de las pasiones, paternidad responsable comporta y exige dominarlas con la razón y la voluntad.
- En relación con las condiciones físicas, económicas, psicológicas y sociales, paternidad responsable exige una deliberación ponderada y generosa, así como el respeto de la ley moral, ya sea para asumir una familia numerosa como para evitar un nacimiento.

El ejercicio responsable de la paternidad exige, por tanto, que los cónyuges reconozcan de una parte sus propios deberes para con Dios, para consigo mismo, para con la familia y la sociedad, en una justa jerarquía de valores; y de otra conozcan en profundidad las leyes biológicas inscritas en su naturaleza.

Estas ideas que tenemos actualmente asumidas, fueron en su momento muy polémicas. No podemos olvidar el contexto en que se escribió la encíclica: la revolución de los 60 estaba en su apogeo y los poderes económicos (Banco Mundial, multinacionales de la anticoncepción, etc.) actuaban presionando de modo especial desde los medios de opinión, confundiendo muchas conciencias. El Papa Pablo VI, además de las presiones de la opinión pública movida muchas veces por intereses económicos, debió sustraerse a otro tipo de presión: a personas de la Iglesia que temían no ser comprendidas y "perder fieles". Este miedo paralizante, una vez publicada la encíclica, llegó a obnubilarlas, haciéndolas incapaces de pensar con serenidad la mejor manera de hacer llegar a los fieles la doctrina papal, con comprensión hacia los problemas personales, pero con claridad y convicción.

Los "media" con intereses económicos e ideológicos jugaron fuerte la carta de la ridiculización, el escándalo y crear división dentro de la Iglesia, pero también muchas personas supieron ver los aspectos positivos de la encíclica y escribieron al Papa agradeciéndolo.

Un caso semejante ocurre en la actualidad cuando se intenta crear polémica y división o incluso acusar al Papa de "homicida" cuando cualquier miembro de la jerarquía al hablar de la prevención del SIDA menciona la abstinencia y la monogamia como las únicas armas totalmente eficaces contra la propagación del virus.

Fueron proféticas sus advertencias "consideren el camino fácil y amplio que se abriría a infidelidades conyugales y a la degradación de la moralidad..." recordándonos lo vulnerables que son los jóvenes y lo tentador que resulta utilizar publicitariamente el cuerpo de la mujer o abandonarla gestante o con su hijo pequeño sin preocuparse de su conveniencia, su equilibrio físico y psicológico, comprobando sólo con una visión mercantilista y materialista, que sea un objeto atractivo.

Mucho más evidente todavía desde el punto de vista profético, fueron las palabras que nos avisaban de la triste realidad actual: que los gobiernos impondrían a sus pueblos, muchas veces por un imperialismo demográfico temeroso por la fuerza emergente del Tercer Mundo, una anticoncepción o esterilización coercitiva.

Años más tarde, San Juan Pablo II, en la encíclica *Familiaris Consortio*, nos habla de la absoluta diferencia entre contracepción y regulación natural de la fertilidad. Por tanto, cuando mediante la contracepción, los esposos quitan al ejercicio de la sexualidad conyugal su potencial capacidad creativa, se atribuyen un poder que pertenece sólo a Dios; el poder de decidir, en última instancia, la venida a la existencia de una persona humana. Se atribuyen la calificación de ser no los cooperadores del poder creativo de Dios, sino los depositarios últimos de la fuente de la vida humana. En esta perspectiva, la contracepción ha de ser juzgada objetivamente, tan profundamente ilícita que por ninguna razón puede ser justificada. Pensar o decir lo contrario, equivale a juzgar que en la vida humana se pueden dar situaciones en las que sea lícito no reconocer a Dios como Dios.

Continúa la encíclica: "En cambio, cuando los esposos, mediante el recurso a períodos de infecundidad, respeten la conexión inseparable de los significados unitivo y procreador de la sexualidad humana, se comportan como ministros del designio de Dios y se sirven de la sexualidad según el dinamismo original de la donación total, sin manipulaciones ni alteraciones.

A la luz de la misma experiencia de tantas parejas de esposos y de los datos de las diversas ciencias humanas, la reflexión teológica puede captar y está llamada a profundizar la diferencia antropológica y, al mismo tiempo, moral que existe entre el anticoncepcionismo y el recurso a los ritmos temporales. Se trata de una diferencia bastante más amplia y profunda de lo que habitualmente se cree y que implica en resumidas cuentas dos concepciones de la persona y de la sexualidad humana irreconciliables entre sí".

En el seno de los equipos de Planificación Familiar Natural se ha ido poco a poco desarrollando una filosofía propia que los que trabajamos con una perspectiva cristiana no debemos separar de una correcta praxis sanitaria en la enseñanza de los distintos sistemas naturales de regulación de la fertilidad.

Así por ejemplo como dice José M.^º Alsina: "Frente a conductas egoístas e insolidarias derivadas de unas relaciones cerradas sobre sí mismas, la práctica de los métodos Naturales restituye a la relación sexual su naturaleza de relación y apertura a las necesidades y bien del otro".

Éste es un primer ejemplo de cómo la Planificación Familiar Natural fomenta no sólo "saber del otro", sino respetarle también en su fisiología.

También en la encíclica *Familiaris Consortio* San Juan Pablo II, recogiendo las recomendaciones de la encíclica *Humanae Vitae*, apelaba a la responsabilidad de los hombres de ciencia, médicos, consejeros matrimoniales, educadores y parejas para que adquieran un compromiso decisivo y sistemático en hacer conocer, enseñar y explicar los métodos naturales de regulación de la fertilidad.

Es necesario insistir en que la preparación para poder integrar los Métodos Naturales como un "estilo de vida" debe ser lenta y progresiva. Empezando por educar virtudes como el autodomínio, el pudor, etc. que harán posible vivir la castidad, suministrando los conocimientos biológicos paulatinamente hasta llegar a la preparación próxima del matrimonio, donde los jóvenes deben reconocer sin dificultad, los ritmos de la corporeidad y así después del matrimonio podrán aplicarlos según las distintas circunstancias de la vida (enfermedades, condiciones de subfertilidad ...)

Esta labor educativa y apostólica entre los matrimonios y los que se preparan para contraerlo, ha dado como resultado una mayor extensión de los estudios sobre sexualidad humana, diferencia hombre/mujer, sexualidad responsable, fertilidad combinada, sistema de diagnóstico de la fertilidad y Planificación Familiar Natural.

Fue tras la publicación de la encíclica *Evangelium Vitae* que muchos de los que estábamos compaginando, desde hacía tiempo, el trabajo en centros de acogida a la vida naciente con la investigación y enseñanza de la Planificación Familiar Natural, vimos comprendido nuestro trabajo cuando en el punto 88 leímos que "los Centros de Métodos Naturales de regulación de la fertilidad han de ser promovidos como una valiosa ayuda para la paternidad y maternidad responsables en la que cada persona, comenzando por el hijo, es reconocida y respetada por s' misma y cada decisión es animada y guiada por el criterio de la entrega sincera de sí".

De nuevo el Profesor José M.^º Alsina en una breve reflexión sobre las actitudes y comportamientos que hacen posible la práctica de los Métodos Naturales, nos ayudará a descubrir su verdadero significado y su carácter específico y diferencial: "La exigencia de abstinencia de relaciones sexuales en los días fértiles de la mujer ya predispone para una determinada actitud. Se trata de tener presente en las relaciones sexuales no sólo las conveniencias propias, sino también las del otro cónyuge, de la familia e incluso de la comunidad. Permite de un modo congruente reencontrar la verdadera naturaleza de las relaciones sexuales. La voluntad de posponer sus intereses individuales a favor del bien del otro u otros, lleva consigo que, en la relación sexual, la apertura al bien del otro sea algo intrínseco".

La alteridad, el respeto y el amor entre los esposos se pone de manifiesto plenamente cuando se recurre a estos métodos.

Tal como ya hemos dicho, la experiencia en su enseñanza directa nos ha demostrado la importancia de empezar en la preparación remota al matrimonio y seguir después con una educación gradual y progresiva que debe durar hasta el acompañamiento en las primeras etapas del matrimonio o el consejo y el asesoramiento técnico-sanitario cuando surjan dificultades de aprendizaje o aplicación, o cuando cambien las circunstancias matrimoniales.

Siguiendo a Tomás Melendo habría ahora que exponer los motivos por los que las relaciones matrimoniales personalizadas **-el uso amoroso del sexo-** favorecen el engrandecimiento y la consolidación del amor conyugal.

En virtud de la radical unidad de la persona humana, el amor espiritual de los cónyuges se verá incrementado en la medida en que se exprese en los dominios afectivos -¡la ternura!- y, en su caso, a través de la unión física.

Las relaciones conyugales -cuando en verdad son expresión de amor genuino-, constituyen una de las herramientas más eficientes para incrementar, a su vez, el amor entre los esposos. ¿Cabe acaso una mayor coincidencia con el otro? ¿Es pensable un modo más hondo y sublime de crear una nueva vida? ¿Se entiende entonces por qué, en cuanto máxima expresión de donación comunicativa, las relaciones conyugales no desprovistas artificialmente de su significación natural realizan un progresivo incremento del amor entre los esposos?

Si la esencia de los métodos naturales reside en el respeto reverencial por la naturaleza -y más en concreto, por la delicada y maravillosa sexualidad femenina-, es fácil colegir que tampoco violentará los elementos naturalmente constitutivos del amor. Desde este punto de vista, la regulación natural de la fertilidad conserva intactas todas las virtualidades enriquecedoras respecto del amor de los esposos que hemos analizado en las relaciones conyugales, no desprovistas de su rectitud natural.

Sigue diciendo Melendo: "El recurso a los métodos naturales mejora desde diversos puntos de vista la calidad de las relaciones conyugales.

- Ayuda eficazmente al matrimonio a incrementar la comunicación cerca de todo lo relacionado con el dinamismo sexual y procreador de la mujer, facilitando así una mayor intimidad entre sus componentes.
- Fortifica y acrecienta el respeto del marido hacia su esposa, ya que es ésta, en definitiva, la que marca la pauta en las relaciones conyugales.
- Disminuye la tensión de los cónyuges frente al posible nuevo embarazo, desembocando muy a menudo en la búsqueda consciente de ese hijo que en un principio se temía.
- Propicia una intervención activa de los padres en la modelación de las circunstancias que permiten el alumbramiento del hijo en las condiciones más favorables.
- Contribuye a hacer más libre y, desde esta perspectiva más perfeccionador, el advenimiento de la prole".

En un trabajo que versa preferentemente sobre la filosofía de vida que acompaña los Métodos Naturales, no debemos olvidar citar algunos detalles técnicos que completen la perspectiva total de este estilo de vida. Si cuando enseñamos en ambientes sanitarios la PFN insistimos en no separarlo de una antropología personalista, hoy que hablamos en un ámbito antropológico-filosófico-teológico, no debemos obviar unas pinceladas técnicas. Empezaremos por la definición de la OMS.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define los **Métodos Naturales como aquellos que están basados en el autodiagnóstico de los días fértiles e infértiles del ciclo y en la abstinencia periódica de relaciones sexuales en las fases de fertilidad, cuando lo que se busca es posponer un embarazo.** Y advierte que para aplicar con éxito los Métodos Naturales:

- Es imprescindible recibir educación sobre comportamiento sexual humano y sobre fertilidad.
- La actitud motivadora de la persona instructora, influye en la aceptación y uso acertado de la Planificación Familiar Natural.

Los métodos más usados son: el Método Billings, basado en la observación de la secreción cervical y los Métodos Sintotérmicos, que utilizan además el desfase térmico y otros indicadores y síntomas.

Su eficacia, si están bien aprendidos y aplicados, después de una buena motivación y un acuerdo dialogado, es muy alta. Su índice de Pearl teórico (número de embarazos en un grupo de 100 mujeres durante un año): Método Billings: 2,8; Métodos Sintotérmicos: 0,44-1,35.

Es importante hablar siempre desde la verdad, no minusvalorar la dificultad para algunas personas de cambiar de estilo de vida, dejar claro que la eficacia práctica es diferente de la teórica y empeora a medida que se flexibilicen las reglas. No debe hablarse con ligereza de la facilidad de aplicación sino con rigor y verdad, se exige capacidad de autodominio y entrega teniendo en cuenta las necesidades del otro, en una palabra, no está hecho para la facilidad sino para la felicidad.

Evidentemente, podríamos seguir enumerando beneficios que el recurso a los Métodos Naturales ofrece al matrimonio, pero los anteriores dan una idea bastante exhaustiva. La conclusión sería que el recurso a los Métodos Naturales exige y provoca, en último término, un dominio sobre el propio ser y sobre la propia sexualidad y, por ende, una mayor capacidad de entrega. Y ésta es la palabra clave: la entrega es la definitiva piedra de toque del amor. La entrega constituye la culminación del amor humano, puesto que la calidad del amor deriva y viene medida por la capacidad de darse a sí mismo al otro.

Para acabar quiero citar unas palabras que San Juan Pablo II pronunció en un discurso el 6 de enero de 1998: **"Muchos matrimonios que siguieron esta enseñanza, experimentaron como los métodos naturales de planificación familiar promueven el respeto mutuo, estimulan el afecto entre marido y esposa y ayudan a desarrollar una auténtica libertad interior. Su experiencia merece compartirse porque es la confirmación viva de la verdad que enseña la encíclica *Humanae Vitae*".**

Hoy yo, como representante de un equipo de personas que dedican su esforzado empeño a la enseñanza e investigación de los Métodos Naturales, con el fin último de conseguir familias con más salud física, mental y moral, he querido compartir esta experiencia con ustedes.