

La banalización de la sexualidad

Publicado: Sábado, 23 Agosto 2025 08:01

Escrito por Inés Llorente



“Vivimos una creciente banalización de la sexualidad que lleva a la banalización de la vida”

Estamos creando una sociedad donde a los niños se les fuerza a entrar en la madurez casi sin pasar por la adolescencia. Acortados los tiempos, los chavales llegan a los grandes retos de la vida sin quemar las etapas necesarias. Educamos a los hijos para navegar por la vida sin enseñarles lo profundo que en ella habita, les convertimos en adultos prematuros. Los tiempos de crecimiento se devoran, llevamos una vida fast food donde todo es rápido y banal.

Los medios de comunicación, las redes sociales, el cine, los videojuegos, las empresas, instituciones y fuerzas sociales nos dicen cómo tenemos que vivir nuestra vida sexual: que no debemos caer en la monotonía, nos animan a todo tipo de prácticas sexuales y a preguntarnos por qué no nos atrevemos a hacerlo, te recetan la utilización de juegos eróticos y demás parafernalia. La sociedad entra a saco a decirte cómo debes vivir tu vida sexual desde instancias de mercado y de poder pero también desde movimientos sociales que se consideran alternativos. Al mismo tiempo que banalizado, el sexo se ha sublimado. Una sublimación que se produce por cuanto a fuerza de presentar el sexo como algo banal, lo está convirtiendo también en algo en lo que ha de terminar cualquier relación que se produzca entre seres humanos, como si nada que no condujera al sexo pudiera valer la pena.

La banalización de la sexualidad

Publicado: Sábado, 23 Agosto 2025 08:01

Escrito por Inés Llorente

Los patrones que se ofrecen a los jóvenes parten de la separación entre sexo y amor. El sexo se ha convertido en puro divertimento y el cuerpo como un mero instrumento de satisfacción, despojado de cualquier significado antropológico más profundo, como don para el otro; y el amor se presenta como un sentimiento efímero, que viene y se va, que depende solamente de lo que se siente en cada momento, desvinculado de todo atisbo de voluntad y compromiso. La educación sexual imperante responde a estos planteamientos mecanicistas, eludiendo su íntima conexión con la dimensión espiritual del hombre y su afectividad. La banalización de la sexualidad, el acceso a la pornografía, es un cóctel peligroso que, entre otras cosas, fomenta la violencia sexual entre los menores.

La grandeza de la sexualidad humana

Ante este panorama, habría que redescubrir la grandeza de la sexualidad humana, por la que el hombre y la mujer, que se aman y se desean, quieren construir una vida juntos. El ser humano es un ser integral en sus dimensiones corporal, psicológica y espiritual. La sexualidad humana, compuesta por un conjunto de características biológicas, psicológicas e intelectuales, se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos. La sexualidad es un universo complejo que engloba lo afectivo, lo cognitivo, el placer y la procreación. Todos estos están relacionados entre sí y, cada uno de ellos, juega un papel importante en la forma de cómo percibimos todo lo relacionado con lo sexual, integrando las facetas afectiva (sentimientos), cognitiva (comunicación, conversación), placer y procreación.

El cuerpo es como el puente que me une al mundo, es la expresión externa de mi "yo". La sexualidad humana está pensada para crear lazos físicos fuertes. La ruptura de esos lazos físicos puede producir traumas. En las relaciones sexuales o te uso o te amo. Lo que hacemos nos va conformando. Si entramos en una vida promiscua, eso me afecta y me va condicionando, haciéndome una persona más capaz de usar a los demás.

El ser humano es un ser racional y libre, características fundamentales que nos distinguen de los animales, limitados por sus instintos y determinados por su genética. El sexo no es un instinto ciego, ni algo incontrolable, es una tendencia que yo puedo manejar, controlar, encausar y encaminar. No somos animales que no pueden controlar sus instintos ciegos. La sexualidad y la genitalidad son posibles ordenarlas, es un tema de madurez, de armonía, de señorío de sí mismo, de control, de fuerza de voluntad, de amor. El ser humano posee la capacidad de amar y ser amado, en lo más profundo de su ser tiene la capacidad de entregarse y servir a los demás, de amarse a sí

La banalización de la sexualidad

Publicado: Sábado, 23 Agosto 2025 08:01

Escrito por Inés Llorente

mismo y de relacionarse con la naturaleza. El sexo también desarrolla facetas profundas de la afectividad y la conciencia de la personalidad. En la sexualidad uno es el amo porque somos libres. El hombre es libre para la sexualidad: yo decido, estoy condicionado pero no determinado. Cuando entrego mi cuerpo, entrego también mi persona. Si el hombre es más que un cuerpo, mi actitud ante el sexo tiene que ser distinta a que si fuese solamente un cuerpo.

El acto sexual representa la culminación de otra serie de actos concatenados en los que se ofrece la ocasión de entremezclar dos vidas que se aman. El acto sexual es un eslabón más en la conducta amorosa, no puede estimarse como una frivolidad más, sino que hay que situarlo en el terreno de los actos de más profundo sentido humano. Es tan profundo y delicado que es por lo que de por sí implica serios compromisos en la existencia. No sucede así cuando el acto sexual está meramente destinado a calmar el hambre sexual o se aparta de su auténtica legitimidad. El acto sexual legítimo está tan distante de la mera superficialidad y frivolidad, que la historia misma nos enseña como su marginación ilegítima es acontecimiento habitual de toda época de declinación cultural.

La madurez afectiva: voy donde quiero ir en vez de ir donde me apetece ir

Hoy vemos muchas distorsiones afectivas o desordenes emocionales que pueden tener su raíz en lo afectivo. Una persona no es solo sus emociones y sentimientos, vivimos muchas veces esclavos de lo emocional o sentimental, olvidándonos que la mente o razón es la llamada a regir nuestros sentimientos y emociones.

La afectividad comprende cinco facetas de la persona: la física: las manifestaciones afectivas tienen una resonancia fisiológica, la máxima intensidad se da en las emociones y la mínima en los estados de ánimo y los sentimientos; la psicológica: las vivencias y experiencias interiores dejan huella en nuestras existencias y en nuestras historias personales; la conductual: la afectividad se manifiesta en nuestro exterior a través de nuestras conductas y comportamientos; la cognitiva: tras las emociones o sentimientos existen pensamientos, cogniciones, ideas y conceptos; y la asertiva: referida a las habilidades sociales, a la capacidad de relacionarnos con los otros, volcando nuestros afectos, emociones y sentimientos.

El maduro afectivo es el que se conoce a sí mismo, el que puede responder a la pregunta sobre la propia identidad en el día a día. El maduro afectivo es el que vive la libertad y la autenticidad, el que no es esclavo de nada ni de nadie. A veces somos esclavos de nuestras emociones, sentimientos, del que dirán, de la valoración de otros.

La banalización de la sexualidad

Publicado: Sábado, 23 Agosto 2025 08:01

Escrito por Inés Llorente

Hay quienes son esclavos del juego, el sexo, el alcohol o las drogas, adicciones que se generan muchas veces en medio de carencias y vacíos afectivos.

La armonía que existe entre la inteligencia (mente), la afectividad (corazón) y la voluntad (acción) da lugar a la madurez afectiva. Desde la mirada integral del ser humano, la afectividad “es el modo en que somos impactados internamente por las circunstancias que se producen a nuestro alrededor. Es en la intimidad de la persona donde esto resuena, en la sacralidad de cada uno. La afectividad es un universo emotivo formado por un sistema complejo de sentimientos, emociones, pasiones, motivaciones, ilusiones y deseos. Cada uno tiene una geografía particular, pero su contenido se entrecruza, se combina, mezclándose, formando uniones lógicas y caprichosas que requieren ser estudiadas con rigor para adentrarnos en la selva espesa de la semántica afectiva” (Dr. Rojas).

Humanizar la sexualidad

En el libro *El Principito*, del escritor francés Antoine de Saint-Exupéry, en su diálogo con el zorro y las rosas, se expresa lo que realmente son los lazos de unión y la afectividad. El zorro nos hace reflexionar sobre el comportamiento humano ante los iguales. En el diálogo con el zorro quiere crear un vínculo afectivo y que ambos se necesiten. Este vínculo representa la necesidad de tenerse el uno al otro: “Si tú me domesticas, entonces tendremos la necesidad del uno del otro, tú serás único para mí, único en el mundo y yo lo seré para ti”. Esto es lo que forja el amor verdadero, la lealtad hacia la otra persona. Este no se puede comprar, como se compran las cosas en las tiendas, sino que hay que ganárselo, trabajarlo con paciencia poco a poco y con tiempo, cuidándolo. Uno es responsable de esa relación. La felicidad por el amor y la forma en que este cariño se muestra es la necesidad imperiosa de sentirnos amados y necesitados. La importancia de cumplir las expectativas de la persona que quiero y de la responsabilidad que asumo ante ella. Cuando se cultiva una relación amorosa con otra persona nos convierte en corresponsable del progreso de esa relación. Hemos domesticado una relación con otra persona, nos hemos vuelto importantes el uno para el otro y no podemos abandonar, sino conservarla cuidándola y haciéndonos responsable de ella. Tenemos que ser coherentes con lo que hacemos y con las personas. Aprender a acercarse al otro.

En muchas relaciones las personas son utilizadas como “cosas”, que se utilizan y cuando no sirven se las “tiran”. En las relaciones hechas por interés, esos lazos afectivos se deshacen, no perduran en el tiempo. El amor verdadero no conoce distancias, frustraciones, competencias, ni limitaciones. En un mundo donde todo esto está a la

La banalización de la sexualidad

Publicado: Sábado, 23 Agosto 2025 08:01

Escrito por Inés Llorente

orden del día, debemos saber identificar y reconocer los verdaderos valores, ver y ser más sensibles hacia los demás, las emociones, intereses y deseos que nos lleven a tener la capacidad de relacionarnos adecuadamente con los demás y poder fortalecer vínculos o lazos afectivos fuertes, duraderos y verdaderos con los que poder sobrevivir en un mundo cada vez mas deshumanizado. Necesitamos tanto esos vínculos o lazos afectivos, como necesitamos el comer o el beber. Necesitamos al otro, dar y recibir.

La rosa representa lo que amamos, por lo que luchamos y nos esforzamos. Lo mismo que también podemos ver en ella a las personas - o actitudes - que perjudican a otras sin darse cuenta, ya que solo piensan en sí mismas. Se puede observar en ella la vanidad y el orgullo de saberse única, de sentirse cuidada, sin darse cuenta que en realidad toda su importancia radica en los cuidados que le da el Principito, que depende de él para poder vivir. Pero la Rosa es única porque es suya, le pertenece y es su responsabilidad, la cuida, la alimenta, como debe ser cuidado el verdadero amor. Es el objeto de amor del Principito, pero su relación con ella es difícil, pese a ese cuidado que la procesa, porque la flor es caprichosa y orgullosa. Pero es su recuerdo, lealtad y amor lo que hace que vuelva a su planeta. Simboliza el amor, que debe ser cultivado y atendido día a día, con paciencia.

El secreto del zorro: sólo se ve bien con el corazón. Lo esencial es invisible a los ojos... Es el tiempo que has perdido en tu rosa lo que hace a tu rosa tan importante... Los hombres han olvidado esta verdad - dijo el zorro. - Pero tú no debes olvidarla. Eres responsable para siempre de lo que has domesticado. Eres responsable de tu rosa...

Inés Llorente en forofamilia.org