

# Amigos con derecho a roce

Jokin de Irala



Amigos con derecho a roce

# **Amigos con derecho a roce**

Jokin de Irala

Amigos con derecho a roce

*Todos los derechos reservados. Bajo las sanciones establecidas en las leyes, queda rigurosamente prohibida, sin autorización escrita de los titulares del copyright, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler o préstamo públicos*

AMIGOS CON DERECHO A ROCE

© Copyright 2009: Jokin de Irala

Fotografía: Leire de Irala y amigas

Imprime: Ulzama digital

Pol. Ind. Arre. Nave K-21

31194 Arre (Navarra)

Tel.: 948 33 28 08 – Fax: 948 36 15 92

*A Jorge Ramírez Futuro que falleció en mayo de 2008  
Por haberme dado su amistad y enseñado muchas cosas*

Los jóvenes de hoy son probablemente los mejor preparados de la historia en muchos aspectos. Se ha procurado cuidar exquisitamente su autoestima desde la infancia a la edad adulta. Nunca han estado mejor informados sobre biología y sexualidad o preparados para utilizar las nuevas tecnologías. Tienen oportunidades diversas de viajar, conocer otras culturas y ambientes. Si uno es estudiante tiene a su disposición diversas becas para irse al extranjero y aprender diferentes lenguas. Si uno quiere dar su tiempo puede viajar y realizar acciones de cooperación en una ONG. Las opciones que se le ofrece para su ocio son múltiples y uno puede tanto pasear por centros comerciales al abrigo del calor, del frío o de la lluvia como probar a hacer “puenting” o visitar playas paradisíacas del caribe sin más motivo que “un viaje de estudios”. Las actividades culturales son abundantes.

Parece paradójico que todo esto coexista con la sensación por parte de bastantes jóvenes de cierta infelicidad y de fracaso en las relaciones de amistad o amorosas. Es como si una ciudad con buenos hospitales no fuera capaz de mantener sana a su población. ¿De dónde viene esta insatisfacción?

En realidad hay jóvenes que parecen desconocer los matices que existen entre la amistad y el amor; la atracción, el deseo, la libido, y el amor; estar contento y ser feliz; lo frecuente y lo normal; la tolerancia o la libertad responsable y el permisivismo o bien entre un simple acoplamiento genital y la riqueza y grandeza de la sexualidad humana.

El ambiente actual en muchos círculos de jóvenes es resultado, en parte, de una educación sin disciplina y sin la educación para el sacrificio; una educación excesivamente protectora y centrada en darle todo al joven, en vez de prepararle para el servicio al prójimo. En vez de proteger a la juventud, esta educación deficiente le ha hecho más vulnerable y poco preparada para afrontar los retos de este siglo. No nos equivoquemos, los retos de este siglo no consisten solamente en encontrar un trabajo o en “triunfar en la vida” sino que se relacionan sobre todo con encontrar la felicidad real que anhela todo ser humano. Algunos piensan que para triunfar en la vida uno debe tener un buen trabajo, una casa grande, un buen coche, etc. y, después de conseguir todo esto, más de uno se acaba sorprendiendo de lo vacío que se siente.

Hemos sido creados por amor y elegidos para amar. Esto puede sonar a frase hecha y sin aplicación práctica pero significa efectivamente que solamente quien hace lo que corresponde a su naturaleza podrá alcanzar la felicidad real. Y el ser humano es el único ser en la tierra capaz de amar; el amor está en su naturaleza. Por lo tanto,

del mismo modo que solamente quien sabe jugar al fútbol será capaz de ganar un partido de fútbol; solamente quien consigue aprender a amar podrá ser feliz de verdad. ¿Qué significa amar? Hay jóvenes que ni siquiera se han parado un segundo en reflexionar sobre esta cuestión; no saben que están poniendo en peligro su propia felicidad por no hacerse esta reflexión. Pero a lo mejor no tienen toda la culpa pues nadie les ha propuesto pensar en ello. Muchos están centrando sus vidas en sí mismos pero el amor, la felicidad asociada al amor, consiste en hacer felices a los que nos rodean, en hacer felices al máximo número de personas.

Algunos datos epidemiológicos sugieren que la juventud actual tiene, efectivamente, cierto grado de “analfabetismo afectivo”. No es infrecuente que uno tenga un “subidón” de repente porque ha conseguido ligar con una persona mientras que en el mismo día tenga un “bajón”, porque no será posible cenar con esa persona recientemente conocida o porque tiene que prepararse para un examen al día siguiente. Así, muchos pasan de “subidón” en “bajón”, incluso varias veces al día, y por motivos poco claros y/o poco importantes. Por otra parte, estos supuestos motivos constituyen avatares normales de la vida de cualquier persona. Es una auténtica noria afectiva que reduce a su víctima a la inactividad e incapacidad de servir al prójimo (querer el bien del otro) pues está demasiado ocupada en observar, interpretar y atender a sus propios “subidones” y “bajones”.

Coexiste, en algunas personas, una afectividad aparentemente “resistente” y “fría”, con cierta blandenguería ante las realidades de la vida. Por ejemplo, pueden ser consumidores de juegos violentos donde uno puede ganar puntos serrándole el brazo a una persona con una motosierra o matando a una prostituta. También pueden algunos, con asombrosa facilidad, visitar esas playas paradisíacas de un país dictatorial del caribe sin por ello tener el mínimo interés de conocer y comprender la realidad y sufrimiento de su pueblo. Por el contrario, esas mismas personas no serían capaces de pasar un rato con una persona en silla de ruedas o con una discapacidad, refiriendo que “les afecta demasiado estar con este tipo de personas”. Otras veces esta falta de fortaleza se disfraza de indignación cuando algunos jóvenes afirman que la persona discapacitada es “poco considerada” al “obligarles”, con su presencia, a ocuparse de ella o tenerla en cuenta en sus planes.

Todo esto trasladado a la sexualidad humana está teniendo consecuencias psicológicas y físicas devastadoras. Parece que nuestra sociedad prepara a los jóvenes al consumo del sexo gratuito. Desde la escuela infantil a veces hay un ambiente que incita a hablar en términos de “novios y novias”, muchas veces alentado por madres y padres. En sí esto parece inocuo y no es dañino si lo vemos de manera aislada. Sin embargo, es una pieza más del ambiente general, que prevalece hoy, de adelantar las cosas y de pensar que no hay nada malo en el emparejamiento precoz. Más tarde, las series

televisivas que invaden nuestros hogares hacen que la sexualidad sea más central en la vida de nuestros jóvenes que lo que debiera. No es necesario que se vea sexo explícito o que sean pornográficas. Es suficiente que estas series tengan tramas claramente relacionadas con la seducción y sexualidad para que la sexualidad cobre cada vez más importancia en la vida de los jóvenes. De hecho en “google” la palabra “sexualidad” tiene un número de entradas incomparablemente mayor que otras como “solidaridad” con la cual prácticamente toda la humanidad está de acuerdo. Esto es un indicador claro de la fuerza que tiene cierto concepto de la sexualidad en nuestro entorno aunque se manifieste de una manera más o menos solapada.

Hay más hogares con antivirus en el ordenador que con filtro de contenidos como si fuera más importante la integridad de nuestros ordenadores que la de nuestros hijos. Muchos padres no se dan cuenta del daño que hace poner la televisión y/o ordenador en las habitaciones de los hijos en vez de hacer lo recomendado por educadores; es decir, situarlos en lugares visibles como el salón. Con buena intención, pensando que los hijos deben aprender a usar responsablemente estas nuevas tecnologías, se comete el error de asumir que poner a su disposición la utilización indiscriminada de los mismos desde temprana edad es el buen camino de este aprendizaje.



Este entorno social sexualizado y sexualizante presenta la sexualidad como algo imprescindible y divertido que no tiene ninguna consecuencia especial en la vida de los jóvenes. Pero cuando la sexualidad se hace más central que lo que debiera en sus vidas, pierden la perspectiva de la necesidad de prepararse para ser personas maduras capaces de amar y es más fácil que se dejen llevar por sus nacientes impulsos sexuales y el ambiente de consumo sexual en vez de integrar, humanizar su sexualidad con una madura afectividad.

Este ambiente es especialmente dañino durante la pubertad porque aparece como novedad la energía y el impulso sexual. Se despierta con vigor la atracción sexual, la sensibilidad y las reacciones fisiológicas más o menos espontáneas, como la erección, o reacciones psicológicas, como los estados afectivos y emocionales desproporcionados ante determinadas situaciones o personas. Ante la aparición de estos sentimientos y reacciones, que pueden resultar difíciles de controlar en un principio, el joven puede reaccionar con perplejidad e inseguridad. Sin embargo, la energía y el impulso sexual son manifestaciones de salud y de una sexualidad que se prepara para la maternidad y la paternidad. Las actitudes ante la masturbación se ven también influenciadas por este ambiente que banaliza la sexualidad. Algunas personas piensan que la masturbación, la auto estimulación de los órganos genitales buscando la obtención de placer sexual, es algo frecuente y por lo tanto "normal", algo absolutamente inocuo, e incluso

recomendable. Afirman que es una actividad necesaria para el conocimiento del propio cuerpo, placentera y con la que no se hace daño a nadie por lo que, en cualquier caso, nunca habría que reprimirla. Sin embargo, la masturbación es una actividad sexual que, al perder la referencia del amor a otra persona, con frecuencia no es fuente de felicidad sino que genere sentimientos de malestar o insatisfacción. Esto es así porque, la naturaleza de la sexualidad humana está llamada a ser vehículo de encuentro, relación, entrega, amor y vida. Así, la sexualidad adulta tiende a ser una sexualidad de entrega mutua y personal. Sin embargo, el abandono al descontrol afectivo o a los deseos de masturbación es una conducta cerrada sobre uno mismo, es egocéntrica y puede dificultar la maduración y el crecimiento personal. En la adolescencia el impulso sexual puede ser intenso. Fruto de esta intensidad y del hecho de que la fuerza de voluntad se está aún formando es posible que uno se deje llevar por la búsqueda fácil y más o menos solitaria del placer, el consumo de pornografía o algunas prácticas sexuales con otras personas que se encuentran en la misma situación de crecimiento. Merece la pena que, con paciencia y sin desánimos, el joven sea consciente de lo que hay de inmaduro y egoísta en estos deseos de búsqueda de placer controlándolos y protegiendo su corazón frente a prácticas que pueden generar dependencias. Una forma de conseguirlo es buscar la solución a los problemas que puedan causarle sensación de infelicidad, evitando el aislamiento o la incomunicación o dándose cuenta de que si se deja llevar

por el impulso de la masturbación, controlará con más dificultad su sexualidad cuando sea necesario entregarse por amor a alguien. Como muchas otras actividades humanas, hay que “entrenarse” para poder amar, y el abandono a nuestros deseos e impulsos no es un entrenamiento adecuado para fortalecer nuestra capacidad de hacer feliz a alguien con una sexualidad integrada y de la cual deberíamos ser dueños y no esclavos. Es aconsejable que dediquen el tiempo de ocio a actividades sanas, como el deporte o la amistad y que desarrollen actividades solidarias. Casi siempre se superan estas situaciones cuando aprenden a mirar a su alrededor y a preocuparse sinceramente por ayudar a los demás. Prepararse para el amor es aprender a abrirse a los demás, crecer como persona y en autodominio porque solamente quien es dueño de sí puede entregarse libremente.

Por otra parte, en este ambiente actual de sexualización generalizada, no es raro que un adolescente pase por una etapa donde pueda tener dudas sobre su identidad sexual. A menudo, esto se manifiesta por una atracción fuerte hacia una persona, normalmente mayor en edad y del mismo sexo. En realidad, esta atracción por una persona del mismo sexo suele tener un significado de búsqueda de la identidad propia o de admiración por las cualidades percibidas en dicha persona. No debe por ello considerarse como si fuera una orientación homosexual. Se trata, por el contrario, de una fase normal y transitoria hacia la adquisición de la identidad heterosexual. En cualquier circunstancia siempre debe tener claro que la

conducta sexual de cada persona no está condicionada por los componentes biológicos -instintivos-, sino que la inteligencia es capaz de descubrir el sentido de la sexualidad y de los actos que lleva consigo. Los componentes psicológicos, las convicciones religiosas o éticas y el entorno sociocultural influyen en la conducta sexual de cada persona, que voluntariamente toma la decisión de acceder, modificar o rechazar las reacciones impulsivas.

El amor es paciente, afable; no tiene envidia; no presume ni se engríe; no es mal educado ni egoísta; no se irrita; no lleva cuentas del mal; no se alegra de la injusticia, sino que goza con la verdad. Disculpa sin límites, cree sin límites, espera sin límites, aguanta sin límites...Es difícil comprender cómo uno puede estar de acuerdo con estas características del amor y a la vez educar a jóvenes sin disciplina y dándoles todo lo que piden y lo antes posible. Por ejemplo, una persona que no ha aprendido a ser paciente, realmente está discapacitada para el amor. Al hablar de disciplina no estoy refiriéndome al autoritarismo que marca reglas simplemente para hacer más difícil la vida del prójimo. Me refiero a la necesidad de aprender que nuestras libres decisiones siempre tienen consecuencias y que, como seres humanos, tenemos limitaciones. La vida en sociedad también lleva consigo tener límites en nuestras aspiraciones y acciones. Esto se debe aprender desde la infancia. De lo contrario, uno crece como adulto inseguro

y poco preparado para vivir en una sociedad donde hay que superar las frustraciones correctamente.

Las estadísticas de diferentes países muestran que la mayoría de los jóvenes menores de 18 años no tienen relaciones sexuales. No deja de ser paradójico que se intente transmitir la idea contraria al respecto. Sea cual sea la proporción de menores que tienen relaciones sexuales, esta proporción parece incrementar mucho, a veces duplicándose, después de los 18, coincidiendo con la edad de comienzo de la vida universitaria. ¿Qué pasa entonces? Hay que tener en cuenta que en Salud Pública no existe ninguna duda de que cuanto antes comienzan las relaciones sexuales, mayor será el número de parejas sexuales que uno tiene a lo largo de su vida y, por ello, mayor la probabilidad de acabar con una infección de transmisión sexual o un embarazo imprevisto. Todo esto, independientemente de que se usen o no preservativos porque no son 100% eficaces; reducen el riesgo pero nunca lo eliminan del todo. ¿Por qué entonces esta creencia de que el sexo no tiene consecuencias? Coincide, quizá, con la pobre preparación de los jóvenes para mantener sus propias posturas (ser asertivos). Puede resultar complejo hacer respetar los valores propios en un entorno coactivo, sectario que muestra como “anormal” a quien no ha tenido ya relaciones sexuales a pesar de la supuesta “tolerancia” general que manifiestan para otras cuestiones. Los jóvenes no quieren ser raros y a lo mejor tampoco han recibido de sus padres o de otros adultos referentes, unas explicaciones convincentes sobre la

belleza de la sexualidad humana en el contexto de un compromiso estable, duradero y en torno a un proyecto de vida que incluye la fundación de una familia que pueda trabajar para mejorar la sociedad donde vivimos todos. Es complicado querer para sí un proyecto sin conocerlo. Este proyecto de vida no puede improvisarse; uno necesita prepararse para ello seriamente durante sus años de juventud. A esta pobre preparación personal se añade la fuerza del entorno y de algunos medios de comunicación que saben que una juventud sin autodominio es una juventud consumidora. Interesa entonces que la juventud no se prive de nada, que no sepa privarse de nada para que consuman mucho y los bolsillos de algunos se llenen bien. También interesa ofrecer el sexo como un producto de consumo inofensivo y barato; sin consecuencias, con tal de usar condones que obviamente hay que poner a disposición de todos.

En este ambiente no debe sorprendernos que aunque España sea uno de los países europeos donde la proporción de jóvenes que tienen relaciones sexuales que usan condones es de las más altas, siguen aumentando las infecciones de transmisión sexual y los embarazos imprevistos. Las fiestas nocturnas en discotecas se suceden para aumentar la oferta a los jóvenes, y por supuesto las ganancias de sus dueños. Así, tenemos fiestas como “el miércoles del lazo”, “happy jueves” o “viernes loco” y “sábado grande” en un intento de aumentar ficticiamente “motivos y motivaciones” para “motivar” a los jóvenes. Todo vale, San Valentín, San

Lucas o San Silvestre, la cuestión es favorecer el consumo tanto de productos materiales como humanos. Surgen entonces situaciones que uno acaba no pudiendo controlar. Ante una fiesta, un joven puede acabar pensando más en llenar sus bolsillos de condones que en la posibilidad de enriquecerse conociendo a personas nuevas y pasando un buen rato con amigos. Pensaría más como un esclavo de sus impulsos que en lo que enriquece al ser humano: la conversación y la amistad con sus semejantes. Se acaban introduciendo en el vocabulario supuestamente gracioso de algunos jóvenes, términos como “calzarse o tirarse a una tía” o “pinzarse a un tío”. Son términos degradantes que transforman a seres humanos en meros “vibradores” y “muñecas hinchables” porque lo que menos parece importar a quienes se embarcan en estas aventuras es la vida interior de las personas que pueden incluso ser olvidadas después de una noche de uso. Se busca el “rollo” de una noche. El sexo gratuito o, como se dice en inglés, “friends with benefits” es decir amistades con derecho a roce. En una noche de carnaval es posible tener relaciones sexuales con alguien sin ni siquiera quitarle la máscara. Lo central en esta historia es “pasárselo bien” a costa o con la convivencia de otra persona y como si lo único “responsable” que puede y debe hacer uno en estas circunstancias es usar un condón. Esto no es otra cosa que usarse, de mutuo acuerdo en el mejor de los casos, como objetos de placer. Es el sexo gratuito, aquí y ahora.

Si hay un imprevisto, se busca la solución de la píldora del día después (PDD). Poco importa a algunos que uno de sus mecanismos de acción sea el aborto precoz. Lo más grave es que uno intente negar este hecho científico con la simple afirmación supuestamente libre de “yo no opino que ese mecanismo exista”. Esto no es un acto libremente informado; es mirar para otro lado. Sería incluso más coherente aceptar el hecho científico de ese mecanismo de acción, descrito incluso por sus fabricantes como uno de los mecanismos de acción de la PDD, aunque luego esa persona decida usar ese método a pesar de ello. Si fallase la PDD vendría el aborto como solución. Son mayoritarios ahora los jóvenes que piensan que el aborto es una solución al menos en ciertas circunstancias. A veces los adultos nos centramos en enfocar esta cuestión haciendo especial hincapié en mostrar la humanidad del embrión pero parece que las cosas son más complejas. Por ejemplo, la idea de maternidad (“yo puedo ser madre”, “yo quiero ser madre”) y de paternidad (“yo puedo ser padre”, “yo quiero ser padre”) no suele formar parte de su educación supuestamente integral y, más bien al contrario, se intenta eliminar la idea misma de maternidad y paternidad de sus vidas. No pocos jóvenes se encuentran por ello aturdidos cuando aparece un embarazo que pueden incluso percibir como “una amenaza contra sus vidas” porque nunca se habían planteado que la sexualidad va íntimamente ligada a la posibilidad de un embarazo, hagan lo que hagan para evitar este hecho. Como describe Paul Swope en su texto *“Abortion: a failure to communicate”*, tras estudiar a



mujeres en edad fértil que son favorables al aborto, las mujeres que perciben un embarazo como una amenaza contra sus vidas querrán abortar sepan o no que ahí hay una vida humana. Además de este “analfabetismo afectivo”, coexiste cierta “resistencia intelectual” frente a algunos datos científicos incuestionables. En encuestas realizadas en jóvenes españoles solamente un escaso 28% conoce que la vida humana comienza en la fecundación. Esto es asombroso teniendo en cuenta todo lo que sabemos hoy de embriología, bioquímica, biología celular y genética.

En mi opinión los aspectos siguientes son fundamentales para que los jóvenes entiendan lo que significa el aborto:

- (1) La vida humana comienza en la fecundación. Desde la fecundación hasta el momento del parto todo cambio que ocurre en ese ser humano está incluido, programado en su organismo y solamente recibe del exterior la nutrición y el oxígeno para seguir su desarrollo. El óvulo de la madre y los espermatozoides del padre son células “moribundas” puesto que pueden sobrevivir entre unas 24 horas y 5 días respectivamente. Al unirse, se produce un cambio tan extraordinario, irrepetible, espectacular, algo tan clave que el ser vivo resultante tiene la esperanza de vida del varón o de la mujer del país donde vivirá después del parto. En España, unos 83 y 87 años si es varón o mujer respectivamente. Ese nuevo ser

humano produce, muy pronto en su desarrollo, sustancias de inmunotolerancia para que la madre no lo rechace como lo haría con cualquier “cuerpo extraño” porque estamos ante un nuevo ser humano que vivirá unos meses dentro de otro ser humano (su madre). Crece usando diferentes modos de nutrición: al principio se nutre de las reservas que había en el óvulo, también de los nutrientes existentes en la trompa; luego se implanta y se nutre de la sangre de la placenta; después, sale al exterior (parto) y se nutre directamente de su madre con la lactancia materna, continúa con biberones, los primeros purés, las primeras comidas sólidas; se puede hacer vegetariano o vegetariana y, si enferma, puede nutrirse desde una sonda nasogastrica o por alimentación parenteral, hasta su muerte natural. El cambio de modo de nutrición no indica ni el comienzo de vida ni si somos o no humanos.

- (2) La auténtica “educación de la afectividad y de la sexualidad” es aquella que prepara a los jóvenes para el amor maduro, estable y comprometido hacia la fundación de una vida de familia. La educación de la afectividad y de la sexualidad debe ir más allá de los necesarios conocimientos biológicos y preparar a los jóvenes para servir a los demás. Esto no es posible sin forjar su carácter, con el aprendizaje del sacrificio y del autodomínio.

- (3) En la actualidad, y avalado por estudio científicos, podemos afirmar que ciertos métodos de planificación familiar como la píldora anticonceptiva y el dispositivo intra uterino o la píldora del día después tienen entre sus mecanismos de acción el efecto abortivo precoz. Las mujeres deben conocer estos hechos incontestables antes de decidir libremente si quieren o no utilizarlos. En esto consiste un verdadero consentimiento informado.
- (4) Los matrimonios cuentan hoy con métodos de planificación familiar natural no abortivos, como el método Sintotérmico de doble comprobación, que tienen una alta eficacia según estudios multicéntricos realizados en Europa con ciclos de miles de mujeres.
- (5) No se puede plantear una auténtica prevención del aborto sin seguir luchando para que las leyes respeten realmente al ser humano más débil, al no nacido. Hoy, algunos animales gozan de una mayor protección que el ser humano no nacido. Por otra parte, las leyes de otros países no han logrado frenar el aborto y en la actualidad sabemos que se confirma cada vez más que el aborto produce problemas serios de salud mental en quienes abortan. Por ello, no parece lógico argumentar que el aborto sea necesario para proteger la salud mental de la madre.
- (6) Tampoco se avanzará mucho en la prevención del aborto si no prestamos especial atención a la

mujer embarazada que quiere abortar. Es necesario conocer mejor su perspectiva sobre el embarazo y sobre las consecuencias que percibe de dicho embarazo en su vida, para poder ayudarle mejor a acertar en esta grave decisión.

Hay mucho que hacer centrándonos en los tres seres humanos principalmente involucrados en este paradigma: el no nacido, su padre y su madre. Curiosamente existe una tendencia a tomar decisiones por ellos tres. Al no nacido no se le da ni voz ni voto y se intenta negar su existencia. Del padre raramente se habla como si nada tuviera que ver con el asunto, parece que no tiene ni deberes ni derechos, y a la madre se le ayuda poco si no se le ofrecen alternativas reales al trauma del aborto.

Pero la idea del sexo gratuito, aquí y ahora, y sin problemas, es lo que están transmitiendo, con cierta constancia, algunas autoridades. Lamentablemente, muchos jóvenes se han dejado seducir por esta visión deshumanizada de la sexualidad. El efecto directo de este tipo de vida es que uno puede acabar tendiendo a pensar en la persona que tiene delante como un objeto de placer en vez de verla como persona que es. A veces, esta tendencia se arraiga tanto que puede resultar difícil evitarlo. Quiénes están mandando este tipo de mensajes a los jóvenes tienen una grave responsabilidad ante los problemas que se describen arriba. Pero lo más decepcionante es que detrás de la cultura de la “reducción

del riesgo” que tiende a afirmar que no es posible evitar riesgos (por ejemplo retrasando la edad del inicio de relaciones sexuales o recomendando la fidelidad mutua entre personas no infectadas), se esconde la negación de la capacidad humana de superación personal y por ello lo único que les queda es recomendar la reducción de riesgos (usando condones). En el fondo de esta cultura hay una falta de confianza brutal en los jóvenes porque asume que no son capaces de tomar las mejores decisiones para sus vidas. Asume que la juventud es mayoritariamente incapaz de controlar sus impulsos sexuales a favor de un ideal como entregarse por primera vez a quien esta dispuesto a compartir un proyecto de familia estable y duradero. Niega que la juventud sea capaz de tomar a veces decisiones heroicas como dejar de tener relaciones sexuales, niega que la juventud sea capaz de ser generosa. En definitiva, niega las características que son propias de una persona, de un joven.

El sexo sin amor está claramente asociado a una larga lista de epidemias de infecciones de transmisión sexual que afectan a gran cantidad de jóvenes en el mundo. Algunas son tratables y curables, otras son tratables pero incurables y finalmente hay infecciones que ni se tratan y ni se curan, porque quien esta infectado no tiene síntomas y por lo tanto no sabe que está infectado. La única señal que puede tener esta persona de haber sido infectada es una infertilidad, por ejemplo, cuando más tarde quiera quedarse embarazada. Se habla poco del dolor personal que supone ser joven y tener una infección

incurable, a pesar de haber utilizado un condón, como el herpes genital que produce ampollas dolorosas en los genitales, para el resto de su vida.

Quizá el efecto menos comentado, aunque no menos importante, del ambiente de sexo gratuito es su efecto sobre el corazón humano. Uno de los errores más extendidos en la actualidad es pensar que lo importante para el amor es tener “experiencia sexual”, “haber tenido muchas parejas” o “ser sexualmente compatibles”, antes de encontrar a la persona con quien compartir un proyecto de vida. El acercamiento de corazones, el amor entre personas, serían cuestiones que vienen después por añadidura, automáticamente, sin esfuerzos ni problemas, con tal de haber adquirido antes esta “experiencia sexual”. Digo que es un error porque ocurre exactamente lo contrario en la vida real. Lo más complicado, lo que uno debe trabajar día a día, con paciencia, es el afecto, la cercanía de corazones, la complementariedad entre dos personalidades y tanto la capacidad como la voluntad de comprometerse ante el proyecto común de fundar una familia. Solamente cuando uno logra esto, será capaz de entregar mejor su sexualidad. Cuando este acercamiento y compromiso no ocurren antes de la entrega sexual, las relaciones suelen ser efímeras. Cualquier persona, que está hecho para amar, sufre cuando no desarrolla su función natural. La brevedad de las relaciones sexuales ocasionales, o esporádicas suelen generar a la larga sufrimiento psicológico, desconfianza y pérdida de autoestima al haber sacrificado valores personales por

algo que ha sido pasajero o poco auténtico. Uno puede valorar su capacidad de amar pensando a cuánta gente ha hecho feliz en su entorno. Es triste cuando no se puede enumerar a muchas personas al pensar en esta idea. No pocos jóvenes varones manifiestan a la larga “sentirse vacíos” mientras que no pocas mujeres afirman “sentirse usadas”. Es posible que se sientan “contentos” en una noche loca de alcohol, sexo y drogas pero al final esa felicidad tan anhelada por todo ser humano no llega porque la felicidad es estar “contento con contenido”. La felicidad no existe sin el amor.

Estudios actuales sugieren que en las relaciones sexuales se producen aumentos de la hormona oxitocina en la mujer y vasopresina en el varón. Hay mucho por conocer todavía sobre el efecto de estas hormonas tras las relaciones sexuales. La oxitocina se llama también “la hormona del apego” y puede explicar por qué la sexualidad no es anodina y afecta a las personas en el fondo de su ser casi sin darse cuenta. En efecto, puede ser un problema recibir un “chute de apego” cada vez que uno tenga relaciones sexuales con una persona diferente. Se pretende garantizar a toda costa que el sexo sea libre de consecuencias y se ofrecen anticonceptivos, condones, productos cuyos mecanismos de acción incluyen el abortivo precoz como la píldora del día después, o el mismo aborto en caso de fallar los anteriores pero no existe ningún condón que proteja al corazón humano del mal uso de la sexualidad. El corazón humano es universal más allá de grupos étnicos y culturas. Siempre se

resentirá del egocentrismo porque está hecho para lo contrario, para el servicio a los demás, para el amor.

Pero también son realidad los jóvenes que han elegido libremente prepararse personalmente para el amor. Son jóvenes que anhelan esperar a conocer a la persona con quien pueden construir un proyecto de futuro para entregarse por primera vez y ofrecer como un don algo tan íntimo como su sexualidad. Otros a lo mejor ya han tenido relaciones sexuales pero optaron por la llamada “virginidad secundaria”, es decir, por dejar de tener relaciones sexuales hasta encontrar a esa persona con quien compartir sus vidas. En vez de acabar entregándose a la persona amada después de muchas otras relaciones sexuales su espera secundaria le permitirá evitar que se vayan acumulando experiencias previas antes de comprometerse en serio con alguien.

Efectivamente se puede reconquistar la virginidad preparando el corazón para el amor exclusivo. Al dejar de tener relaciones sexuales y no ceder a sus impulsos uno va aprendiendo lo que significa el amor verdadero que consiste en olvidarse de sí mismo por un ideal como esperar a alguien con quien compartir de verdad. Son jóvenes conscientes de sus imperfecciones, de sus errores, pero que viven con la esperanza de superación personal. Saben que el esfuerzo personal y la constancia son claves para alcanzar esa anhelada felicidad. Son conscientes, porque viven en el mundo real, de que “la gota de agua no horada la piedra por su fuerza sino por su constancia”.



Estos jóvenes están en medio de este entorno complicado que de manera sectaria les considera “anormales”, “raros” o “frikis” por no tener relaciones sexuales, no consumir tóxicos, porque son creyentes o porque se preocupan por hacer voluntariado. Son jóvenes que quieren divertirse como los demás pero se encuentran con la paradoja de que algunas fiestas nocturnas empiezan a las 2 de la madrugada o más tarde; casi cuando es recomendable regresar a casa no solamente porque el desfase horario de traspasar así cada fin de semana se acompaña de trastornos del sueño y de ansiedad parecidos a un “jet lag” sino porque está demostrado que los problemas con el sexo, las drogas y el alcohol aumentan cuanto más tarde regresa un joven a su casa. Por otra parte, el ambiente que se respira en esos lugares, sobre todo a partir de ciertos horarios, no ayuda a lograr lo que ellos mismos han elegido para sus vidas, es decir una personalidad y sexualidad centradas en el amor y para el amor. Se hace difícil estar en esos lugares y abstenerse de ciertos consumos. A uno le hacen sentirse como “raro” o “rara”. Querrían mantener su amistad con algunas personas que no entienden ni sus actitudes ni sus decisiones pero éstos últimos les cuestionan constantemente afirmando que su actitud no es para un joven de hoy sino para una persona madura del mañana. No es infrecuente que tengan que aguantar risas e insultos por sus elecciones libremente asumidas, por una minoría que hace mucho ruido. No es fácil porque son jóvenes y quieren también pasárselo bien aunque no de esa manera tan superficial. Tienen en contra buena parte del entorno

y parte de sus amistades más o menos despistadas. A estos jóvenes quiero dedicarles estas palabras especiales porque deben de tener la seguridad interior total de que ellos no son los frikis, aunque así les llaman algunos. Sin ánimo de insultar a nadie se trata, por el contrario, de proteger a quien pudiera ser injustamente insultado.

*A lo mejor ellos son los frikis*

*A lo mejor ellos son los frikis porque creen que todo el mundo es friki salvo ellos.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque en el mundo actual de gran tolerancia no son capaces de tolerarte a ti o de aceptarte como eres sin reírse de ti.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque en vez de salir o cenar entre amigos simplemente para pasárselo bien y disfrutar cada uno de la compañía del prójimo convierten una salida o una cena en un carnaval de disfraces y de seducción donde nadie se deja conocer realmente, nadie abre ni comparte su corazón.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque se comportan como si fueran adolescentes cuando en realidad ya tienen edad para prepararse para mejorar este mundo.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque son los raros de la sociedad, recuerda que la mayoría de jóvenes no tiene ni sus mismos objetivos en la vida ni los mismos anhelos ni esas maneras de vivir como si nada fuera con ellos.*

## Amigos con derecho a roce

*A lo mejor ellos son los frikis porque no son capaces de darse cuenta que eres una persona con gran corazón, una persona que vale tanto que no deberían querer, por nada en el mundo, perderte como amigo/a.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque no son capaces de darse cuenta que tú estás mejor que ellos.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque prefieren que tu estés mal como ellos en vez de aceptar ellos que su modo de vida no llena y el tuyo sí.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque no viven en el mundo actual donde uno debe esforzarse por ideales y personas, pensar en el prójimo, pensar en las generaciones futuras; intentar en definitiva hacer algo para humanizar y mejorar el mundo.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque viven en una burbuja irreal de móviles, videojuegos, adulación personal si sacan buenas notas o destacan en algo, aunque sea de manera deshonrada, y pensando en el finde para beber, fumar unos porros y/o el sexo egoísta y sin compromiso con o sin otra persona.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque para ellos eso bueno de ayudar al prójimo y prepararse para servir a los demás es de frikis y de viejos.*

*A lo mejor ellos son los frikis porque viven con la cabeza baja, mirándose al ombligo y pensando que son el centro del universo.*

*A lo mejor ellos son los frikis sí, pero son seres humanos y también tienen esperanza. Dejarán de ser frikis el día que se den cuenta...que se comportan como frikis.*

*Tu eres único y genial, tu eres normal, tú estás en camino como media humanidad. Este mundo es un lugar algo mejor para vivir gracias al bien que hacen millones de personas como tú que están en camino intentando superar sus defectos para ser hombres y mujeres de bien.*

*Porque tú no eres friki, eres el amigo o la amiga que cualquiera querría y debería tener.*

*A lo mejor ellos son los frikis, tu no. Por eso pueden gracias a ti dejar de ser frikis.*

*A lo mejor ellos son los frikis, tu no. Recuérdalo y sigue avanzando. Puedes estar orgulloso por atreverte a ser diferente. Tu coherencia en el fondo produce admiración.*

*Tu no eres friki.*

Los jóvenes que van a contra-corriente deben de ser ayudados por las autoridades para que se sientan más seguros de sus decisiones. Nuestros jóvenes también necesitan oír estas palabras con frecuencia de sus propios padres, de sus maestros, de los medios de comunicación. No hacerlo es abandonarles a su suerte. Entre otras cosas porque sus decisiones son las mejores no solamente desde el punto de vista de la salud y del interés general.

Diferentes encuestas de jóvenes arrojan datos interesantes: por ejemplo, la juventud quiere saber más sobre cómo distinguir entre deseo, atracción y amor o sobre qué significa enamorarse o cómo se pueden controlar mejor sus pasiones y sus emociones. No parece lógico que la única respuesta de ciertas autoridades sea poner máquinas expendedoras de condones en los institutos. En vez de apoyar y fortalecer a los jóvenes que están objetivamente tomando mejores decisiones en sus vidas para que sigan en esta dirección con fuerza y sin complejos, algunas autoridades tienden a concentrar sus esfuerzos en los jóvenes que no están acertando con sus estilos de vida. Aparentemente puede parecer acertado, incluso lo más caritativo, centrar las campañas institucionales en la protección de esa minoría que se encuentra ante mayores riesgos para su salud por los estilos de vida que han elegido. El problema de estos enfoques es que si no se plantean bien, se suelen proponer medidas de reducción de daños como el uso de condones sin hacer suficiente hincapié en que lo mejor, también para los que se encuentran en situaciones de riesgo, sería evitarlos. Esto es como si quisiéramos cambiar el ambiente obesogénico actual simplemente distribuyendo fármacos antilipemiantes a los obesos. Un efecto no deseado de estos enfoques centrados en la reducción de daños es que el ambiente general no evita que jóvenes que están en “riesgo cero” acaben pasando a formar parte también del grupo con riesgo “no cero”.

Siempre es mejor “evitar riesgos” que “reducir riesgos”, y los mensajes deberían adecuarse a los grupos específicos a los que van dirigidos. Existe una evidencia epidemiológica firme en favor del beneficio de recordar a los jóvenes que la abstinencia y la monogamia mutua son mejores para evitar el riesgo, mientras que los condones pueden reducir, aunque nunca eliminar del todo, el riesgo en aquellas personas que eligen no evitar totalmente los riesgos.

Un documento de consenso publicado por la prestigiosa revista *The Lancet* en 2004 hacía hincapié en la importancia de priorizar mensajes de llamamiento a posponer el debut sexual en los jóvenes, o a la vuelta a la abstinencia para los que mantenían relaciones esporádicas. Para los adultos con relaciones sexuales, el consenso priorizaba el mensaje de la monogamia mutua. Y, para aquellos que elegían no aceptar esto, el documento señalaba que se les debía informar de que, con el uso de un condón, se reducía el riesgo de infección, aunque nunca se eliminaba totalmente.

Los firmantes del consenso Lancet consideran que no es acertado que las políticas de Salud Pública den el mismo tipo de prioridad al mensaje recomendando el uso del condón cuando se dirigen a adolescentes que no han empezado a ser sexualmente activos o cuando se dirigen a personas que se dedican al comercio del sexo. No es lógico dar el mismo mensaje de Salud Pública a estos dos tipos de grupos de población porque no tienen nada en

común sus estilos de vida. Se debe transmitir toda la verdad, pero los mensajes que añaden información sobre el preservativo, tienen que estar “centrados en la abstinencia”. Esto quiere decir que no deberían poner la información sobre el condón y la promoción de la abstinencia en el mismo nivel, como si ambas opciones fueran igual de beneficiosas para los jóvenes, porque no son situaciones equivalentes desde el punto de vista del riesgo de una infección de transmisión sexual (ITS) o de un embarazo imprevisto. Hay evidencias que muestran que los programas “centrados en la abstinencia”, que dan prioridad a la abstinencia, son útiles.

Por otro lado, si la promoción del uso del condón, que busca reducir un riesgo, no se lleva a cabo de forma cautelosa, puede fomentar una falsa sensación de seguridad en los jóvenes, así como, paradójicamente, provocar un aumento de las conductas de riesgo y su vulnerabilidad: por ejemplo, incitando a una iniciación sexual a una edad más temprana, o incitando a que tengan un mayor número de parejas sexuales. Este fenómeno se conoce como “compensación de riesgo”. En ningún país africano se ha conseguido reducir la incidencia del VIH con programas basados exclusivamente en la promoción del condón, mientras que aquellos países que han integrado mensajes para evitar riesgos en programas nacionales integrales han logrado reducir la incidencia del VIH.

Por muy extraño que parezca se observa en diferentes encuestas que los jóvenes desean una mejor educación del carácter, una mejor educación para el amor. Refieren además que padres y madres, más que los medios de comunicación, suelen hacer mejor esta tarea. Asistimos por el contrario a acciones gubernamentales que en vez de facilitar el trabajo de padres y madres, por ejemplo, financiando más a las asociaciones civiles de escuelas de padres, pretenden expropiar la educación en valores de los hijos. Por ejemplo, metiendo, en ciertas asignaturas, contenidos que no son competencia del estado. Es el momento de una movilización, al menos intelectual, de padres y madres por tener la idea clara de que si no transmitimos la belleza y grandeza de ciertos valores y concepto de la sexualidad humana, nuestros hijos serán menos libres porque no tendrán más remedio que aceptar lo que les ofrece el estado ya que sería la única “oferta intelectual” que tendrían ante sí. La preparación de los jóvenes para el amor, es decir, la educación de la afectividad y de la sexualidad de los menores, se beneficiará, sin duda de la creciente formación de padres y madres, responsables primordiales de esta labor educativa. Pero esta tarea es más complicada si no existe un mensaje coherente e integrado en el entorno social de los jóvenes. Las autoridades sanitarias y educativas, los responsables culturales y del ocio audiovisual, los medios de comunicación, inciden directamente en los jóvenes y pueden acabar transmitiendo mensajes perjudiciales y contrarios a los intereses de jóvenes y padres. Es preciso trabajar en



democracia para que sea posible lograr la máxima coherencia posible entre todas estas fuentes que afectan al futuro de la juventud.

Ya es abundante la literatura científica sobre qué elementos se pueden considerar como fundamentales, basados en estudios y no en conjeturas, para el desarrollo sano de los niños y jóvenes, para que crezcan interesados en mejorar el bien común (que también es el suyo) y a hacer esto con libertad responsable. Estos elementos se pueden clasificar como externos o internos según describan factores que dependen de su entorno o que constituyan características personales que pueden adquirir. Padres y madres, así como otros educadores, no deberían perderlos de vista a la hora de examinar sus valores personales, sus estilos y criterios educativos.

Los factores externos que favorecen el desarrollo se resumen en tener apoyo suficiente (familiar, de otros adultos referentes, de una comunidad comprometida, de un entorno educativo que se interesa por el menor y por la participación de padres en las actividades escolares); tener un entorno que les fortalece (por sentir el interés de la comunidad por ellos, porque desempeñan un papel en la sociedad, por ejemplo sirviendo a los demás, porque se sienten seguros en casa, en la escuela o en el vecindario); tener un entorno que les marca límites (los límites deben existir en la familia, en la escuela, en la comunidad, en los adultos que les rodean y en sus amistades) y poseer un

uso constructivo de tiempo (tanto en casa como fuera de ella).

Los factores internos incluyen la posesión de un compromiso hacia el aprendizaje (premiado por el cumplimiento de tareas escolares o por la lectura por placer); la internalización de valores positivos (preocupación por los demás, la igualdad y la justicia, la integridad, la honestidad, la responsabilidad y la abstinencia sexual y de sustancias tóxicas); la adquisición de capacidades sociales (para tomar decisiones deliberadas, para relacionarse con los demás, crecer en cultura, la asertividad para resistir a las presiones y la capacidad de resolver los conflictos y las frustraciones pacíficamente); finalmente, construyéndose una identidad positiva (con sensación de control sobre lo que le sucede, buena autoestima, con sentido de que su vida tiene un propósito y con optimismo hacia su futuro).

La reacción de muchos ante estos fundamentos es que “todo es relativo” y por ello no podríamos favorecer ninguna de las afirmaciones anteriores frente a quienes opinan lo contrario. Por ejemplo, hay quienes piensan que el adelantamiento de la edad de inicio de las relaciones sexuales no perjudica el desarrollo de un joven aunque se haya demostrado lo contrario.

Pero el relativismo es sectario y destructor de toda comunicación. Parece que no hay nada que hablar con quien piensa que todo es relativo ya que no tiene sentido intentar comunicar, transmitir una idea a una persona si la

idea contraria es tan válida que la alternativa que le pudiéramos transmitir. Lo menos que podemos decir es que comunicar por comunicar sin más, acaba perdiendo interés. Por el contrario, la búsqueda de la verdad nos motiva para comunicarnos, para intercambiar opiniones y conocimientos y esto nos hace crecer constantemente. El relativismo está negando de hecho que estos elementos del progreso de los jóvenes sean aceptables cuando se derivan, como hemos descrito, de estudios científicos y no de opiniones personales o de creencias particulares. Por esta razón podríamos afirmar, con bastante seguridad, que el relativismo que ha invadido a no pocos jóvenes va en contra de su propio desarrollo.

La cultura del sexo gratuito, y por ello deshumanizado, es un grave riesgo para la juventud porque les hace esclavos de sus impulsos, es decir menos humanos, alejándoles por lo tanto de esa felicidad que tanto anhelan en sus corazones. Por eso es tan contradictorio hablar de “amigos” con “derecho a roce”. Se ven síntomas de esta situación en canciones de moda como la de Beyoncé titulada: “*If I were a boy*” (Si yo fuera un chico). La artista se queja de un tipo de chico inmaduro e insensible que no se da cuenta del daño que hace al no saber cómo amar de verdad y anhela a un varón más capacitado para el amor. Pero como hemos afirmado más arriba, esto no se improvisa.

Quisiera acabar recordando aquella frase de Federico Mayor Zaragoza: “El mundo que dejemos a

nuestros hijos dependerá en gran medida de los hijos que dejemos a nuestro mundo”. La conclusión que podemos sacar de esta frase es que conociendo lo que piensan y opinan los jóvenes, viendo como están y como viven su afectividad y su sexualidad deberíamos sacar conclusiones sobre cómo podemos hacerlo mejor los adultos para ayudarles.

**Libros recomendados para educadores**

De Irala J. Un momento inolvidable. Vivir plenamente  
La afectividad, el amor y la sexualidad.  
Editorial VOZDEPAPEL. Madrid, 2005.

**Libros recomendados para educadores y jóvenes**

De Irala J. Comprendiendo la homosexualidad.  
Pamplona: Editorial EUNSA, 2009. 2ª Edición.

De Irala J, Hanley M, López C. Propóntelo, propónselo.  
Evitar el sida. Pamplona: Ediciones Internacionales  
Universitarias, 2009. 2ª Edición.

De Irala J. El valor de la espera. Colección dBolsillo MC.  
Ediciones Palabra, S.A. 2008. 2ª Edición.

**Material didáctico**

Ver web: <http://www.joveneshoy.org>

<http://www.educarhoy.org>

Amigos con derecho a roce