

## **10 Razones para vivir la abstinencia en el noviazgo, y la respuesta de algunos jóvenes**

Martha Morales

### **1. La pureza ayuda a tener una buena comunicación con tu pareja.**

Cuando una pareja de novios vive la abstinencia sexual, su comunicación es buena porque no se centran solamente en el placer sino en la alegría de compartir puntos de vista y vivencias, además, sus conversaciones son más profundas. Por el contrario, la intimidad física es una forma fácil de relacionarse pero eclipsa otras formas de comunicación. Es un modo de evitar el trabajo que supone la verdadera intimidad emocional, como hablar de temas personales y profundos y trabajar en las diferencias básicas que hay entre ambos.

### **2. Crece el lado amistoso de tu relación**

La cercanía física puede llevar a que los adolescentes piensen que están emocionalmente cercanos, cuando en realidad no lo están. Una relación romántica consiste esencialmente en *cultivar una amistad*, y no hay amistad sin conversación y sin compartir intereses. La conversación personal crea lazos de amistad, y ayuda a que uno descubra al otro, que conozca sus defectos y sus cualidades. Algunos jóvenes se dejan llevar por las pasiones y cuando se conocen en profundidad, se desencantan. Y no se conocieron porque no llegaron a ser amigos, sino novios con derechos.

### **3. Hay mejor relación con los padres de familia de ambos.**

Cuando el hombre y la mujer que se respetan mutuamente, maduran su cariño y mejoran la amistad con los padres de ambos. Generalmente, los padres de familia prefieren que sus hijos solteros vivan la continencia sexual, y se sienten mal si saben que están sexualmente activos sin ser casados. Cuando una pareja sabe que debe de esconder sus relaciones sexuales, crece en ellos la culpa y el stress. Los novios que viven la pureza se relacionan más cordialmente con los padres de familia propios y de la pareja.

### **4. Te ves más libre para cuestionar si ese noviazgo te conviene.**

Las relaciones sexuales tienen el poder de unir a dos personas con fuerza, y pueden prolongar una relación poco sana basada en la atracción física o en la necesidad de seguridad. Una persona se puede sentir "atrapada" en una relación de la cual quisiera salir pues en fondo no la desea, pero no encuentra la salida. Una persona casta puede romper con mayor facilidad el vínculo afectivo que lo ata al otro pues no ha habido una intimidad tan poderosa en el aspecto físico.

### **5. Se fomenta la generosidad contra el egoísmo.**

Las relaciones sexuales en el noviazgo invitan al egoísmo y a la propia satisfacción, inclinan a sentirse en competencia con otras personas que puede resultarle más

atractivas a la propia pareja. Se fomenta la inseguridad y el egoísmo pues, empezar a entrar en intimidades, invita a pedir más y más.

#### **6. Hay menos riesgo de abuso físico o verbal.**

El sexo fuera del matrimonio se asocia a la violencia y a otras formas de abuso. Por ejemplo, se da más del doble de agresión física entre parejas que viven juntas sin compromiso, que entre las parejas casadas. Hay menos celos y menos egoísmo en las parejas de novios que viven la pureza que en las que se dejan llevar por las pasiones.

#### **7. Aumenta el repertorio de modos de mostrar afecto.**

Los novios que vive la abstinencia encuentran detalles "nuevos" para mostrar afecto; cuenta con inventiva e ingenio para pasarla bien y demostrarse mutuamente su interés. La relación se fortalece y tienen más oportunidad de conocerse en cuanto a su carácter, hábitos y en el modo de mantener una relación.

#### **8. Hay más posibilidades de triunfar en el matrimonio.**

Las investigaciones han demostrado que las parejas que han cohabitado tienen más posibilidades de divorciarse que las que no han cohabitado.

#### **9. Si decides "romper" esa relación, dolerá menos.**

Los lazos que crea la actividad sexual por naturaleza, vinculan fuertemente, entonces, si hay una ruptura, se intensifica el dolor que produce la ruptura por los vínculos establecidos. Cuando no se han tenido relaciones íntimas, y deciden separarse, la separación es menos devastadora.

#### **10. Te sentirás mejor como persona.**

Los adolescentes sexualmente activos, frecuentemente pierden autoestima y admiten vivir con culpas. Cuando deciden dejar de lado la intimidad física y vivir castamente, se sienten como nuevos y crecen como personas. Además, mejoran su potencial intelectual, artístico y social. Con el sexo no se juega. Cuando alguien te presione, piensa en lo que vas a responder: "Sólo te lo pido una vez, y no insistiré más" / "Eso es justo lo que me preocupa. Prefiero conservarme para alguien que me va a querer toda la vida".

#### **COMENTARIOS A ESTE ARTÍCULO**

**Escribe Eduardo.** Hola: Te escribo desde España pero soy mexicano de hueso colorado. A mi me pasó que mis dos últimas novias prácticamente me violaron, estaban como desesperadas por amarrarme o algo así. Y pasa que es horrible y hasta asqueroso, porque no da tiempo a que el enamoramiento surja. Y aun cuando de verdad está uno como loquito y alucinando por su pareja, hay que explorar muchas facetas y no centrarse en lo sexual como primer objetivo.

Muy buen artículo y te felicito. Ojalá logres convencer a todas esas escuinclas taradas y treintañeras también que últimamente nos usan a sus novios como kleenex para aliviar su congestión sexual. Precisamente por esa obstinación sexual de las citadas más arriba el trueno fue como un bombazo. No quedaron ni las ruinas en ambos casos y bueno, en lo personal yo salí muy malherido, tanto que hasta ahora que ya va para 3 años que rompí con la última no me interesa meterme en líos de "amores perros". Saludos.

Eduardo.

**Escribe Claudia desde España:** Realmente me parece bastante valiente de su parte publicar un artículo como el vuestro. No creí que en pleno siglo XXI hubiera quien se atreviera a publicar tales idioteces, me parecían superadas.... pero ahora me queda claro que es gracias a personas o instituciones que la sexualidad extramarital en América Latina se sigue viendo como algo vergonzoso y pecaminoso. De ahí que la sexualidad se ejerce (aun después del matrimonio) con un sentimiento de culpa. Claudia M.

**Escribe Liz:** Hola, Leí el artículo relacionado con la castidad, y me impresiono ver un tema así después de muchos otros artículos que solo hablan de tener relaciones... En estos días he puesto fin a una relación que solo me perjudicaba. No habíamos culminado la relación sexual, pero créeme que el hecho de pasar a "otros niveles" antes del matrimonio trajo culpa y soledad a mi vida. Agradezco este artículo, esperé encontrarme todo lo opuesto al mismo en la web, pero nunca algo que aprobara la espera a la relación sexual antes del matrimonio... Gracias.

**Otra chica que no firmó escribe:** Me encanto la manera en como explican cada punto soy una chica de 23 años y aun soy virgen tengo novio y es verdad he reflexionado sobre esto y me parece genial q hablen este tipo de temas.

**Escribe Melissa:** Hola, ¿cómo estás?, leí su artículo y me parece que si hay mucha razón en ello, tengo una relación de 2 años con mi novio y no hemos tenido relaciones sexuales, ponemos mucho en practica en punto 7 **Aumenta el repertorio de modos de mostrar afecto**, nos funciona de maravilla, tenemos varios maneras de demostrarnos que nos amamos, pero hay veces que se me acaban las maneras y pienso que puede llegar a aburrirse, me gustaría que me dieran unos consejitos o ideas para mantener esta relación viva.

**Raquel opina:** Me pareció muy bueno su artículo y además todo es muy cierto, tengo 37 años y aunque la presión de la sociedad es mucha y te dicen que debes tener algo con alguien porque ya estás bastante grandecita y aún no te casas y que debes vivir la vida, creo que son solo tonterías porque a final de cuentas uno mismo es el dueño de sus actos y sobre todo somos templos del Espíritu Santo y debemos respetarnos nosotros mismos y no abusar de lo que se nos dio para cuidar y respetar porque en realidad si uno mismo no se respeta y se quiere, entonces quien podrá hacerlo mejor. Gracias, Raquel

**Chica de 19 años.** Hola que tal, mi nombre es Carla y tengo 19 años, prácticamente soy una adolescente y con respecto al artículo que han publicado, no me ha parecido en lo absoluto. Yo estoy a favor de la sexualidad, pero eso no quiere decir que deje a un lado la comunicación. Me hubiera gustado que en lugar de inclinarte hacia un solo lado de la balanza, lo hubieses equilibrado, puesto que en las relaciones de pareja entre adolescentes, aun existimos aquellos que

aprendemos a mantener un balance entre lo que es amistad, comunicación y la sexualidad. Por tu atención, gracias. Flamita

**Gilberto Fabián opina.** Siempre me he cuestionado si mi relación estuviera más sana -todavía más de lo que está- si no hubiese tenido relaciones sexuales con mi novia prácticamente enseguida de iniciar el noviazgo ya que lo que me atrajo fue solo su físico y mi propósito inicial fue tener sexo -me duele admitirlo la verdad-. Al mes de la relación me sentía encadenado a ella por el mismo placer, no me importaba en lo absoluto lo que le pasaba interiormente pero conforme pasó el tiempo fui convirtiéndome en otra persona, mucho más sensible...me dí cuenta que ella no era solamente una vagina, sino que era dueña de los sentimientos más hermosos y por lo consiguiente me enamoré. Ella sabe de todo esto y no sufrimos, aún así pienso que lo correcto hubiera sido tratarla y haber pensado en la intimidad cuando la relación estuviera completamente sólida. Y así es como difiero un poco con tu artículo. No estoy de acuerdo en la abstinencia durante el noviazgo y más viviendo en pleno siglo XXI, tampoco pienso en el sexo temprano...sino en iniciar la vida sexual en el instante en el que la relación esté madura, cuando ambas personas se conozcan y estén seguras que el sexo no será más que un complemento. Gracias por ponerme a analizar.