

MEIOS EFICAZES PARA VIVER A **CASTIDADE**

♦ Pe. Luiz Antônio de Araújo Guimarães* ♦

É certo que muitos jovens perguntam aos padres, pais, catequistas ou a alguém em quem eles têm confiança quais devem ser os meios para a vivência da castidade, isto é, do ordenamento dos seus impulsos sexuais de modo a estar em conformidade com os planos de Deus.

De início, convém dizer que na busca ele já encontra a força. Se o jovem faz esse tipo de questionamento é porque quer viver assim e, por sua vez, está aberto à graça divina que vem em auxílio à natureza humana. O primeiro passo é ter fé, acreditar que é possível, sim, ter uma vida de castidade. Ter fé é buscar o alimento espiritual por meio da oração pessoal diariamente, da oração comunitária – na igreja, frequentando as missas, os grupos de jovens, as turmas de catequese de Crisma etc. –, ler livros sobre a vida dos santos e perceber que eles também enfrentaram dificuldades nessa área, mas conseguiram superar com vidas espirituais intensas, construir amizades sadias com que tem o mesmo propósito e, nesse aspecto, os jovens que frequentam a Igreja têm, em sua maioria, o ideal de vidas castas. Entre diálogos respeitosos, perceberá o jovem que o irmão e a irmã de Igreja têm essa intenção no coração. Como é edificante quando um menino namora uma menina que frequenta a Igreja, eles buscarão ter um namoro santo em vista de um futuro Matri-



mônio de acordo com os planos de Deus.

Depois desse passo na fé, um dos grandes meios para uma sexualidade equilibrada é fugir das ocasiões de pecado. O *Catecismo jovem da Igreja Católica*, no número 405, relata que “Castamente vive quem é livre para o amor e não quem é escravo dos seus impulsos e paixões. Tudo o que faz com que uma pessoa ganhe significado, maturidade, liberdade e afeto contribui para um amor mais casto. Uma pessoa torna-se livre para o amor por meio da autodisciplina, que deve adquirir, exercitar e conservar em cada etapa da vida. Para isso contribui, em qualquer situação, permanecer fiel aos mandamentos de Deus.



Fugir ou guardar-se das tentações, evitar toda a forma de vida dupla ou dupla moral e fortalecer-se no amor”



Se, por exemplo, uma pessoa vai ser um meio de levar você a pecar, rompa a amizade ou namoro com ela; evite locais que não favorecem uma amizade ou namoro santo; preserve seu corpo sabendo que ele é templo do Espírito Santo e não um objeto para ser usado e depois descartado; tenha um diálogo sincero e respeitoso com a pessoa com que namora – por isso ela deve ter o mesmo ideal de vida. Quem não caminha para a mesma fonte buscará saciar sua sede em fontes contrárias e nunca será feliz. Um

casamento que deu certo é fruto de um namoro e um noivado que deram certo, tudo a seu tempo, e é por isso que exige-se de cada pessoa o autodomínio para fugir das ocasiões de pecado.

Ainda dentro dessa perspectiva, convém que a pessoa se conheça, saiba até onde vão os seus limites. Conhecer-se sexualmente é harmonizar-se consigo e não é reprimir os desejos. Quem os reprime nunca estará em paz consigo, nem muito menos com os outros. Em vez de reprimir, convém sublimar os impulsos sexuais, como, por exemplo, transformar o impulso sexual em outros meios que dão prazer e ajudarão você a equilibrá-los. Um dos meios mais eficazes é a prática esportiva. O esporte lhe dará prazer, não é pecado e ordenará os seus impulsos. Controlar os impulsos também por meio do que se vê, do que se escuta. Exemplos: evitar a pornografia e músicas pejorativas, com duplo sentido, que só exaltam os prazeres sexuais. Aqui vale a máxima frase do filósofo Aristóteles, que diz “Nada está no intelecto sem antes ter passado pelos sentidos”. Por isso, você deve se perguntar: o que estou vendo, ouvindo, falando? O ordenamento de seus sentidos lhe ajudará na busca de uma vida casta. Num sentido religioso, isso significa ter temperança, ou seja, equilíbrio em tudo. “A temperança é uma virtude moral que modera a atração dos prazeres e proporciona o equilíbrio no uso dos bens criados. Assegura o domínio da vontade sobre os instintos e mantém os desejos nos limites da honestidade. Uma pessoa temperante orienta

para o bem os apetites sensíveis, guarda uma sãdiscrição e não se deixa arrastar pelas paixões do coração”, assegura o Catecismo da Igreja Católica, parágrafo 1809.

Na audiência-geral de 17 de abril de 2024, comentou o Papa Francisco: “Inclusive em relação aos prazeres, a pessoa temperante age com juízo. O livre curso dos impulsos e a total licença concedida aos prazeres acabam por se virar contra nós próprios, levando-nos a precipitarmo-nos num estado de tédio. Quantas pessoas que quiseram experimentar tudo vorazmente acabaram por perder o gosto por tudo! Então, é melhor procurar a medida certa: por exemplo, para apreciar um bom vinho é melhor saboreá-lo em pequenos goles do que engoli-lo de uma só vez. Todos nós sabemos disso”. Noutras palavras, viva cada momento e fase de sua juventude de modo equilibrado. Se é um namoro, é namoro, não tem essa história de “namorido”. Como disse o saudoso Papa, quem quiser experimentar tudo perderá o gosto de tudo.

Jovem, pare, reflita, a castidade é possível, basta ter fé, fugir das ocasiões de pecado e ordenar os seus desejos para aquilo que é bom e que o leva ao equilíbrio na vida impulsionado pela virtude da temperança. Não deixe, portanto, de buscar a experiência de uma vida casta, pois só nela a sua vida ganhará sentido e verá a beleza da harmonia e da paz interior em tudo, pois uma vida com os impulsos ordenados é uma vida feliz. ●