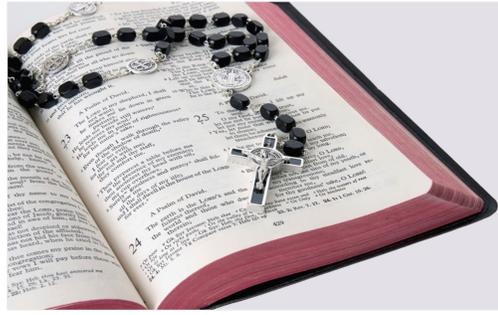


Enseñanza de la Iglesia *Espíritu y Carne*



Debido a que los seres humanos son seres compuestos, espíritu y cuerpo, ya ahí existe una cierta tensión en nosotros; se desarrolla una cierta lucha entre el “espíritu” y la “carne” (CCC 2516). En ninguna parte esto es más aparente que en la vida de un niño de primer ciclo de secundaria. Es también una realidad que cada persona va a luchar con esto por el resto de sus vidas. Es “la experiencia diaria de la batalla espiritual” (CCC 2516).

A medida que su hijo empieza la transición hacia la edad adulta, a menudo se sorprenderá con las emociones abrumadoras, lla-

Creciendo en la Virtud

La fortaleza es la virtud de la valentía moral. La valentía moral es el valor de actuar por el bien a pesar del riesgo de las consecuencias adversas. A medida que su niño crece, es posible que se den cuenta de que puede sentir un poco de miedo al hacer lo correcto. Si defiende a un compañero, puede que me excluyan. Si hago ejercicio, me alejará de los videojuegos. Hágalos saber que usted está orgulloso de ellos por tomar el camino más difícil. Entre más crezcan en esta virtud, será más fácil ponerla en práctica.

Alerta en la Cultura...

Hace 60 años, el tiempo promedio de la cena era 90 minutos. Hoy en día es menos de 12 minutos.

Menos del 30% de las familias tienen cenas familiares. Los beneficios de cenar en familia incluyen:

- Índices más bajos de abuso de sustancias
- Son más propensos a comer alimentos saludables
- Se desempeñan mejor académicamente
- Son menos propensos a participar en conductas riesgosas (drogas, alcohol, actividad sexual)
- Tienen mayor resiliencia y autoestima

www.FamilyDinnerProject.org

madras pasiones, que con frecuencia lo hará actuar de una u otra manera (CCC 1763). Cuando están bien dirigidas, las pasiones pueden hacer que un jovencito o una jovencita realicen increíbles actos de valor y auto-sacrificio, gran dedicación a la fe, e incluso un amor profundo y verdadero (CCC 1765). Cuando no están bien dirigidas, las pasiones pueden conducir a acciones precipitadas, a un sentimiento equivocado y un comportamiento abusivo (CCC 1768). Es en este momento en particular cuando su niño va a necesitar empezar a aprender la disciplina con respecto a las emociones y los deseos. Al hacer esto, ellos desarrollan emociones que los apunta hacia el bien, por lo tanto, ponen su corazón en línea con su alma, permitiendo así que el cuerpo se redima con el espíritu (CCC 1770).

Quando no están bien dirigidas, las pasiones pueden conducir a acciones precipitadas, a un sentimiento equivocado y un comportamiento abusivo (CCC 1768).

La fe es la virtud teológica por medio de la cual creemos en Dios y en su Iglesia (CCC 1814). A medida que su niño empiece a desarrollarse psicológicamente, ellos pasan por la transición de un entendimiento concreto del mundo a un entendimiento más abstracto. La adolescencia es un tiempo clave cuando los niños empiezan a cuestionar todo, desde las reglas de la casa hasta la religión. En esta etapa es importante ayudarle a desarrollar a su niño el “entendimiento ideal de la búsqueda de la fe”. Mientras que nuestra fe sea un regalo de nosotros para Dios, podemos alimentar la fe con la razón y el comportamiento virtuoso. Es importante que en esta etapa los padres entiendan la distinción entre preguntas sobre la fe en una búsqueda verdadera para fortalecer la fe, y la duda intencional de la fe que la puede debilitar. La práctica frecuente y consistente de la fe es crucial, así como lo es el oído de un adulto sabio y de confianza para que se encargue de esas preguntas.

Guía para Responder las Preguntas de su Hijo

- Pida más información antes de responder, (por ejemplo: “¿Por qué preguntas?”, o “Cuéntame más”). La respuesta de su niño le va a proporcionar el conocimiento, el contexto y el tiempo para pensar.
- Pause para pedirle sabiduría y gracia a Dios para poder proporcionar una respuesta adecuada.
- Elabore su respuesta en el contexto de los valores Católicos de su familia (por ejemplo: “Cuando seas grande y te cases...” o “Como Católicos, nosotros creemos...”).
- Si usted no sabe la respuesta, diga “Esa es una muy buena pregunta pero no estoy seguro de la respuesta exacta. Voy a averiguar y hoy voy a hablar contigo más tarde”. Asegúrese de darle una respuesta más tarde.

Ejemplos: ¿Es el sexo algo bueno o malo? o ¿Por qué el sexo es malo? o ¿Cuál es el problema con el sexo?

Sepa el contexto de la pregunta (mire las guías anteriores), por ejemplo: ¿Es esto algo de lo que escucharon hablar a sus compañeros? ¿Vieron algo en la TV o el computador? Recuerde que la cultura de hoy en día promueve que el sexo no es mayor cosa. Promueve la falsa suposición de que lo que haces con tu cuerpo no tiene efecto en tu persona: una persona está desconectada de su cuerpo. La información que su niño proporciona a estas preguntas va a ayudar a darle forma a la respuesta de una manera que sea significativa para ellos.

Posibles Respuestas:

- “Como Católicos, creemos que la relación sexual es un regalo magnífico que Dios le da exclusivamente a las parejas casadas como una manera de expresar el amor del uno para el otro y para traer una nueva vida al mundo”.
- “Algunas personas usan mal la relación sexual al tener relaciones sexuales con alguien más que no sea su esposo(a); o antes del matrimonio, puede causar algunas consecuencias negativas o que alteran la vida (como: una relación rota con Dios, un embarazo no planeado, una enfermedad por transmisión sexual, mal de amor, mala reputación, culpa,

Sugerencias Prácticas

Continúe construyendo una buena relación con su hijo. El esfuerzo que usted le dedique para pasar tiempo y llegar a conocer a su hijo en cada edad y fase de su desarrollo valdrá la pena. Es importante pasar tiempo de calidad con su hijo. Es más probable que usted note los muchos cambios físicos y emocionales que ocurren durante la pubertad. Más importante, usted se dará cuenta cuando su niño necesita apoyo y orientación. Las actividades diarias que se podrían usar para construir una relación incluyen:

- ◆ Hacer un oficio juntos.
- ◆ Planear una comida familiar al

menos una vez a la semana (más si es posible). Reúnanse y aprendan lo que hay de nuevo con cada miembro de la familia. Haga de esto un compromiso sólido, con lo que nada interfiera (apague la tecnología). Esto podría convertirse en un hábito que seguirá en su familia hasta que estén adultos.

- ◆ Use el tiempo que pasan en el coche o la hora de ir a la cama para saber cómo se encuentran.
- ◆ Cargue los celulares y tabletas en su cuarto en las noches.
- ◆ Reafirme las lecciones del Círculo de Gracia de su hijo sobre la singularidad que Dios les ha dado, y

de que todas las relaciones son llamadas a ser sagradas y especiales. Recuerdeles la diferencia entre las situaciones seguras e inseguras. Usted recibirá una carta que le dará valiosa información para hablar con su hijos sobre las situaciones inseguras.



“...la FAMILIA que ORA unida PERMANECE unida.”

Le Recomendamos...

Hoja Informativa del Círculo de Gracia Sobre la Educación de los Hijos y la Sexualidad

<http://integrityrestored.com/>

[Parenting with Grace: The Catholic Parents' Guide to Raising almost Perfect Kids \(Solo en inglés\)](http://family.archomaha.org/respecting-life/human-sexuality-formation/)

Por: Gregory y Lisa Popcak

[Beyond the Birds and the Bees: Raising Sexually Whole and Holy Kids \(Solo en inglés\)](#)

Por: Gregory y Lisa Popcak

[Our Lady's Message to the Three Shepard Children and the World](#)

Por: Donna-Marie Cooper O'Boyle

<http://family.archomaha.org/respecting-life/human-sexuality-formation/>

(Los videos de YouTube son recomendados para que solo los padres los vean)

YouTube: [Talking to children about their bodies – Jason Evert on Catholic \(Hablar con los Niños sobre sus cuerpos\)](#)