



METODO DE LA OVULACION BILLINGS® (MOB)

BOLETIN ELECTRONICO DE WOOMB LATINOAMERICA
Nº 10- DICIEMBRE 2016

CONTENIDO PAGINA
Ecos de la Conferencia de WOOMB International en Croacia
Boletín WOOMB e informe Costa Rica 2
Método de la Ovulación Billings®: unidad, respeto, comunicación, confianza e intimidad en la pareja
Dr. Cristian Vargas (Chile) 6
Uso del Método de la Ovulación Billings® para posponer el embarazo
Dra. Muñiz Nicolás (España) 14
Los instructores también son madres
Johansen Palma Martínez (Costa Rica) 19
Nuestro apostolado- testimonio de una instructora 20
XIX Congreso Nacional Billings celebrado en Morelia, Mich. México.
Benjamín Zamudio, WOOMB México 20
Riqueza sorprendente: a propósito de Amoris Laetitia
Boletín WOOMB International 22
Aplicando Amoris Laetitia
Mons. Libardo Ramirez Gómez 24
Regulación natural de la fertilidad- el punto de vista de un varón
Gerard Migeon 26

En este último número del año, damos gracias por otro año de mucho trabajo con el MOB en nuestra región. En todos los países miembros se han dado talleres de formación y actualización. Como grupo además nos encuentra con varias iniciativas de entrenamiento en marcha o programadas para países hermanos como Bolivia, República Dominicana, Puerto Rico, Panamá, El Salvador y Nicaragua. Es el deseo que la familia latinoamericana del MOB siga creciendo.

La experiencia de los latinos que participaron de la Conferencia de WOOMB International en Croacia fue muy intensa, por lo que compartimos vivencias y exposiciones allí dadas. Como regalo y a la vez desafío para la región, Costa Rica asumió ser sede del próximo encuentro a nivel mundial y latinoamericano. Eso requiere el trabajo y la oración de todos. ¡A sumar talentos!

Buena lectura para el tiempo navideño. ¡Hasta la próxima!

ECOS DE LA CONFERENCIA DE WOOMB INTERNATIONAL

Fuentes: Boletín WOOMB International vol 43 N° 2 Julio 2016 e informe del equipo de Costa Rica



Foto Cena Conferencia

CONFERENCIA INTERNACIONAL DEL METODO BILLINGS APERTURA A LA VIDA Y EL METODO DE LA OVULACION BILLINGS®

La Conferencia de WOOMB International celebrada en Zagreb, Croacia, entre los días 12 y 15 de mayo del 2016, fue una ocasión estupenda que reunió alrededor de 200 personas de Europa y el resto del mundo, durante los días de las disertaciones y programas de entrenamiento posteriores.

Las directoras de WOOMB International están muy agradecidas a la Dra. Marija Curlin y al equipo de WOOMB Croacia por el duro trabajo realizado para que este evento se pudiera realizar, y a los expositores que realizaron excelentes presentaciones informativas e inspiradoras.



Acto inaugural: coro de música croata

AMPLIA PRESENCIA LATINOAMERICANA EN ZAGREB

Varios miembros de WOOMB Latinoamérica de Brasil, Chile, Costa Rica, Estados Unidos y Uruguay estuvieron presentes.



Acto inaugural: Coro de música Croata
Miembros de WOOMB Latinoamérica junto a dos de las directoras de WOOMB Internacional

Durante los días del congreso se abordaron temas referidos al fortalecimiento de la enseñanza del Método e incluyó la presentación de informes de los países asistentes.



Presentación del informe de labores de WOOMB Latinoamérica

Como es habitual, después de las conferencias se desarrollaron programas de entrenamiento básico, de extensión y una nueva modalidad Teacher Training Program en donde los representantes de WOOMB Latinoamérica participaron.



Programa de entrenamiento

Se tuvo la oportunidad de reunirse con las cuatro directoras australianas a fin de conversar sobre temas de vital importancia para el trabajo de promoción y expansión del Método de la Ovulación Billings en la región latinoamericana.



Las cuatro directoras de WOOMB Internacional, junto a los representantes de WOOMB Latinoamérica

Durante el Congreso se presentó la sede de la próxima Conferencia internacional, la cual se desarrollará en Costa Rica en el **2018**.



Departamento de Métodos
Naturales y Sexualidad
WOOMB-COSTA RICA



**¡LOS ESPERAMOS EN
COSTA RICA!**



***** oOo *****

Método de la Ovulación Billings: unidad, respeto, comunicación, confianza e intimidad en la pareja

Dr. Cristian Vargas Manríquez – Accesible en <http://woombconference.ppo.hr/>



Ponencia en Conf. WOOMB

Cirujano. Doctorado en Bioética del Ateneo Pontificio Regina Apostolorum, Roma. Instructor del Método Billings, Universidad Católica del Sacro Cuore (Roma) y en Centro de Estudios de la Fertilidad (CENEFER) Facultad de Medicina de la Universidad Católica de Santísima Concepción- UCSC en Chile.

Profesor del Dpto. de Salud Pública en la Escuela de Medicina y del Instituto Superior de Bioética y Teología, Profesor de la Maestría en Ciencias de la Familia del Instituto Superior de Ciencias de la Familia, en la UCSC de Concepción, Chile. Investigador asociado del Instituto MELISA en Concepción.

“El hombre no puede vivir sin amor. El permanece para sí mismo un ser incomprensible, su vida está privada de sentido si no se le revela el amor, si no se encuentra con el amor, si no lo experimenta y lo hace propio, si no participa en él vivamente” (Redemptor Hominis, 10).

Algunos podrían argumentar que de amor nadie vive, que el amor no basta para tener una vida plena, que debemos concentrarnos en producir; el amor sería el lujo de algunos, algo hermoso, pero que no pasaría más allá de un ideal romántico. Sin embargo, Juan Pablo II, en su primera encíclica, *Redemptor hominis*, nos pone de manifiesto que una vida sin amor, es una vida sin sentido. En el amor, el hombre encuentra su plenitud y cumple su vocación. Jesucristo resume toda la ley en el amor a Dios y al prójimo (Mc 12, 29-31), y San Pablo nos recuerda que “el que ama al prójimo ha cumplido con toda la Ley” (Rm. 13, 8).

La mayoría de nosotros, de alguna u otra forma, hemos experimentado el amor, lo hemos vivido; hemos visto como nos puede transformar, como nos puede sacar de este mundo, como nos puede hacer olvidar nuestras miserias, hemos visto como el amor nos hace mejores, como nos hace esforzarnos por el bien del ser amado. Pero así como experimentamos que nuestra vocación está vinculada con el amor, hemos visto también el dolor de tantos quienes sufren, de tantos que han puesto sus esperanzas en el amor humano y han quedado desilusionados; viven como si su existencia estuviera rota. Es que el amor humano es frágil, el amor humano necesita ser purificado y sanado.

El Papa Benedicto XVI lo expresa en su primera encíclica: “...la Iglesia con sus preceptos y obligaciones ¿no convierte en amargo lo más hermoso de la vida? ¿No pone quizás carteles de prohibición precisamente allí donde la alegría, predispuesta en nosotros por el Creador, nos ofrece una felicidad que nos hace gustar lo divino?”.

Muchos consideran que la Iglesia tiene una mirada negativa acerca de la sexualidad – lo que dista mucho de ser la verdad – pero cómo armonizar lo que experimentamos, con las enseñanzas del Magisterio. ¿Cómo conocer la verdad sobre el cuerpo, sobre un cuerpo que, además, está marcado a fuego por la masculinidad o la femineidad? ¿Debemos inventarnos todo o es en nuestro ser que encontramos la orientación de como vivir bien y experimentar la felicidad que nos promete el sexo?

Para responder a estas preguntas seguiremos las enseñanzas de Juan Pablo II, que busca en la misma revelación, unida al análisis de la experiencia esencial humana, las respuestas a estas interrogantes. Durante cinco años, desde 1979 a 1984, en las Audiencias generales de los días miércoles, el Papa, a través sus catequesis, emprende la tarea de descubrir el designio divino sobre el cuerpo, el amor humano y el matrimonio. Estas enseñanzas son conocidas como la “Teología del Cuerpo”, o con mayor precisión, “Catequesis sobre la redención del cuerpo y la sacramentalidad del matrimonio”. Las cuales pasaremos a revisar muy brevemente.

El hombre creado es un ser corpóreo espiritual, un espíritu encarnado, una unidad de cuerpo y espíritu, tan intrínsecamente unido que si se separan estos dos coprincipios, queda un cadáver y un espíritu, pero ya no un hombre. En este sentido, el cuerpo revela al hombre, vive en el mundo y se manifiesta gracias al cuerpo.

“No es bueno que el hombre esté solo. Voy a hacerle una ayuda adecuada” (Gn 2, 18).

El hombre experimenta la soledad, “no encuentra una ayuda adecuada”. Esta experiencia de sentirse solo tiene mucha importancia para que el hombre descubra su vocación. En primer lugar esta es una soledad del hombre, no del varón, porque sólo aparecerá el varón cuando se cree a la mujer. Que el hombre esté solo, es un hecho anterior a que sea varón y mujer, anterior no tanto en el sentido cronológico, sino más bien ontológico. Esta soledad tiene dos significados, por un lado el sentirse solo le dice al hombre que es consciente de su realidad, los animales no lo pueden experimentar porque no son inteligentes. El hombre a través de la soledad experimenta que posee autoconciencia, que es distinto a las demás criaturas. Soledad significa subjetividad, fundamentalmente porque es un cuerpo, sabe que pertenece al mundo de las criaturas, pero al mismo tiempo, por su cuerpo, sabe que no es como ellos, se siente solo, porque no puede cumplir su vocación, no puede entregarse a alguien que sea un igual.

Este hombre es colocado frente a la decisión de comer del árbol de la ciencia del bien y del mal, esto añade otra característica, la inteligencia, él se da cuenta de que es libre. A través de la experiencia de la soledad se da cuenta de que es un sujeto inteligente y libre, es decir, una persona. Por otro lado, también se siente solo con respecto a Dios, se da cuenta que, aunque Dios lo ama, no es su igual, Dios es el Señor de la vida y de la muerte, y de Él depende de que siga viviendo, hay un abismo entre ellos.

Antes que ser sexuado el hombre es un cuerpo, corporeidad y sexualidad no son equivalentes, primero es la experiencia de soledad, de saberse uno y a la vez persona, distinto de todo lo creado y distinto de Dios, luego la experiencia de la unidad originaria.

“Entonces Yahvé Dios hizo descender un sopor sobre el hombre, que se durmió. Y le quitó una de sus costillas, rellenando el vacío con carne. De la costilla que Yahvé Dios había tomado del hombre formó una mujer y la llevó ante el hombre. Entonces éste exclamó: ‘Esta vez si que es hueso de mis huesos y carne de mi carne. Ésta será llamada mujer, porque del varón ha sido tomada’. Por eso deja el hombre a su padre y a su madre y se une a su mujer, y se hacen una sola carne” (Gn 2, 21-24).

El sopor de la humanidad está en el instante previo a la alianza de Dios con el hombre, es el momento más solemne de la creación. El hombre todavía no es completamente a imagen de Dios; no lo será más que con la creación de la mujer. La definitiva creación del hombre consiste en la creación de la unidad de dos seres.

“Esta vez si que es hueso de mis huesos y carne de mi carne” (Gn 2, 23), con estas palabras el varón manifiesta por primera vez gozo e incluso exaltación, para lo que antes no había motivo debido a la falta de un ser semejante a él. El gozo por otro ser humano, por el segundo “yo”. Para los hebreos, nos recuerda Yves Semen, la carne representa la personalidad completa. Por consiguiente, se puede leer “ser de mi ser, mi alter ego”. El primer canto de amor celebra la dimensión del cuerpo en los signos de la feminidad y masculinidad.¹

“Por eso deja el hombre a su padre y a su madre y se une a su mujer, y se hacen una sola carne” (Gn 2, 24). A través de sus cuerpos, el varón y la mujer pueden constituir un solo ser, pueden formar una comunidad de personas, pueden abandonar la soledad originaria y completar la creación. El hombre no puede solo cumplir su vocación, desde el principio ha sido creado como una unidad de dos personas, que tienen, por sus cuerpos la capacidad de darse y recibirse completamente.

La verdadera imagen de Dios, que es una comunidad de personas, Padre, Hijo y Espíritu Santo, se manifiesta en la tierra a través de la comunidad de personas que forman el varón y la mujer, por eso Juan Pablo II nos enseña que “el hombre llega a ser a ‘imagen y semejanza’ de Dios no solamente a través de la propia humanidad, sino también a través de la comunión de personas, que el varón y la mujer forman desde el inicio. La función de la imagen es la de reflejar a quien es el modelo, la de reproducir el propio prototipo. El hombre llega a ser imagen de Dios no tanto en el momento de la soledad cuanto en el momento de la comunión. Él, en efecto, es desde el “principio” no solamente la imagen en la cual se refleja la soledad de una Persona que rige al mundo, sino también, y esencialmente, imagen de una inescrutable comunión divina de Personas”.²

Es por medio de sus cuerpos que pueden ser una sola carne, es por medio del acto sexual como pueden superar la soledad originaria y formar una comunidad de personas: un solo cuerpo, un solo ser, con dos personas. Es la diferencia sexual la que permite esto. Como resume Semen en el libro *La Sexualidad* según Juan Pablo II: “Cuando el hombre y la mujer, en este estado de pureza y de inocencia original que ya nos es inaccesible para siempre, se entregan totalmente a través de la alegría de la fusión y de la comunión de sus cuerpos, son imagen de Dios. Solo cuando se convierten en una sola carne puede decirse que la creación está acabada y que la imagen de Dios está totalmente inscrita, encarnada en la materia”.³

Sobre todo esto, desde el comienzo, ha descendido la bendición de la fecundidad, unida a la unión del varón y la mujer. Así completan la imagen de Dios, el Padre se entrega al Hijo, el Hijo recibe todo del Padre y se entrega a Él y es tanto el amor entre ellos que se da la fecundidad del Espíritu Santo, que es una Persona, es el amor entre Ellos, así mismo el varón se entrega a su mujer y esta lo recibe y se da a él y de esa unión nace el hijo, que es como la cristalización del amor de los padres, formando una comunidad de vida y amor. En primer lugar es la unión y luego como sobreabundancia del amor, la fecundidad.

Siguiendo a Jesús, al remontarnos al principio, descubrimos que el cuerpo tiene una *significación sponsal*, está hecho para la entrega, para ser dado. Esta capacidad es la que nos confiere nuestra dignidad de personas, sólo la persona puede darse a otro libremente y de esta forma puede cumplir su vocación. Esta entrega se realiza a través del cuerpo, manifestación de la persona, con todo lo que esto significa.

El cuerpo humano no está hecho para la procreación, como si se tratara de un imperativo biológico que se le impusiera como ocurre con los animales. Es por medio del cuerpo que se puede establecer una comunidad de personas, como dijimos antes, la bendición de la fecundidad es una sobreabundancia del amor. El fruto de esta comunión es la fecundidad en la otra persona. Ahora bien no es posible, sin traicionar el sentido de la vocación sponsal del cuerpo, reducir la sexualidad a la función procreadora. Lo primero es la comunión: la procreación viene después, pues es el fruto de la comunión.⁴

El matrimonio religioso no es un “poner en regla” una situación, no es un “dar permiso” para poder entregarnos con el cuerpo al otro, es ante todo, un sacramento. El sacramento del matrimonio comunica la gracia en el estado propio del matrimonio y para las obras propias del matrimonio, viene a regenerar en lo más profundo al hombre. A todos se comunica esta gracia, pero muchas veces no puede producir todos los frutos, no por un defecto suyo, sino porque no es acogida debidamente

El sacramento es un signo visible y eficaz que nos comunica la gracia divina. El matrimonio, en el plano de la naturaleza es ya un sacramento, Juan Pablo II señala que es un “sacramento primordial”, pues es el “signo que transmite eficazmente en el mundo visible el misterio invisible escondido en Dios desde la eternidad”.⁵ Este misterio se revela a la creación en el matrimonio, es el signo del Amor increado, del amor con que Dios ama a la humanidad desde el comienzo. En la unión de los esposos, está la expresión del amor de Dios de un modo más perfecto que en toda la creación.⁶ Sin embargo, a causa del pecado, el hombre y su mujer, dejan de ser este signo.

La gracia del matrimonio nos vuelve a hacer capaces de ser “íconos de la Trinidad”. Aunque sólo fuera por eso, el matrimonio sería ya un sacramento inmenso, pero todavía hay más.⁷

“Maridos, amad a vuestras mujeres como Cristo amó a la Iglesia y se entregó a sí mismo por ella, para santificarla, purificándola mediante el baño del agua, en virtud de la palabra, y presentársela resplandeciente a sí mismo, sin que tenga mancha ni arruga ni cosa parecida, sino que sea santa e inmaculada. Así deben amar los maridos a sus mujeres como a sus propios cuerpos” (Ef 5,25-28)

San Pablo señala que las relaciones de los esposos en el matrimonio deben ser a imagen de las relaciones de Cristo con la Iglesia. Recíprocamente, las relaciones de Cristo con la Iglesia son a imagen de las relaciones entre los esposos cuando éstos viven en fidelidad a la gracia sacramental de su matrimonio.⁸ Juan Pablo II llega a decir incluso: “que el matrimonio corresponde a la vocación de los cristianos sólo cuando refleja el amor que Cristo-Esposo dona a la Iglesia, su Esposa, y que la Iglesia [...] intenta devolver a Cristo”.⁹ Fuera de esta perspectiva, no hay propiamente hablando matrimonio cristiano.

La humanidad, invitada por Dios a manifestar, a través del matrimonio, ese misterio escondido, lo ha traicionado, se ha vuelto adúltera, se ha prostituido, por usar los términos del Antiguo Testamento. Pero Dios no la ha abandonado, la ha vuelto a coronar de gloria y majestad eligiéndose un pueblo entre las naciones, a través de la alianza de Dios con Israel. Se trata de una alianza nupcial, que se marca en la carne, en los mismos órganos de la procreación.¹⁰ “No tendrás otro Dios más que yo”, “Yo seré tu Dios, tú serás mi pueblo”, “Te pongo aparte, reharé tu virginidad, tú serás mi novia”, estas son las palabras del Esposo que quiere rescatar a su amada, que la quiere rehacer con su amor. Palabras que se cumplen con la encarnación el Verbo: “por nosotros los hombres y por nuestra salvación bajó del cielo”¹¹. De esta forma, a través de la encarnación se llevan a cabo los desposorios más totales de Dios con la humanidad. Para restituir la virginidad de su esposa, el Cordero sin mancha, se entrega por completo a ella, con su cuerpo y con su sangre, con la totalidad de la entrega. Los matrimonios cristianos pasan, a través del sacramento, a significar esa entrega, ser imagen de los desposorios totales de Cristo por su Iglesia.

Yves Semen resume la enseñanza del Papa diciendo que: “El matrimonio, para ser trasladado a este grado sublime de la analogía del amor de Cristo-Esposo por la Iglesia-Esposa, supone evidentemente que los esposos tengan la misma actitud de Cristo, es decir, que acepten ‘crucificar su carne con las pasiones y sus concupiscencias’ (Gal 5, 24). El papel de la gracia sacramental es ir quemando poco a poco en nosotros las raíces de la concupiscencia, de suerte que seamos aptos para significar, en todas las dimensiones de nuestra vida conyugal, los desposorios de la inmolación de Cristo y su Iglesia”.¹² Continúa el autor: “El sentido del matrimonio cristiano es identificarnos –lo más posible y cada día más, en un clima de fidelidad a la gracia del sacramento– con los desposorios de Cristo con la Iglesia, en espera de la resurrección, que significará por completo aquello para lo que está hecho nuestro cuerpo”.¹³ Con la resurrección cumpliremos la significación sponsal del cuerpo, porque participaremos en Cristo de la comunión de personas divinas, seremos hijos en el Hijo. La donación en el amor será con Dios.

Juan Pablo II finaliza su gran catequesis sobre el cuerpo humano introduciéndose en las condiciones que hacen posible vivir esa redención del cuerpo, especialmente lo que se refiere a la fecundidad y su regulación, entrando en el análisis de la Encíclica *Humanae Vitae*. “Las catequesis dedicadas a la Encíclica *Humanae Vitae* –expresa Juan Pablo II en la última de las Audiencias de dedicadas a la Teología del Cuerpo– constituyen sólo una parte, la final, de las que han tratado de la redención del cuerpo y la sacramentalidad del matrimonio. Si llamo más la atención concretamente sobre estas últimas catequesis, lo hago no sólo por que el tema tratado en ellas está unido más íntimamente a nuestra contemporaneidad, sino sobre todo porque *de él nacen los interrogantes* que impregnan en cierto sentido el conjunto de nuestras reflexiones. Por consiguiente, esta parte final no ha sido añadida artificialmente al conjunto, sino que le está unida orgánica y homogéneamente. En cierto sentido, la parte colocada al final en la disposición global, se encuentra a la vez en el comienzo de este conjunto”.¹⁴

El Papa señala, en la Audiencia del 11 de julio de 1984, que “la *Humanae Vitae* nos induce a buscar el fundamento de la norma que determina la moralidad de las acciones del hombre y de la mujer en el acto conyugal, en la naturaleza de ese mismo acto y, todavía más profundamente, en la naturaleza de los mismos sujetos que actúan”. En este sentido, para que el acto conyugal sea un acto de amor personal tiene unas exigencias, que no son extrínsecas, sino que brotan de lo más íntimo de esa realidad. En primer lugar, el amor verdadero entre un varón y una mujer es un amor fiel y exclusivo, no acepta más que a dos; es un amor, que no se pone límites en el tiempo, por eso es para siempre; el amor verdadero es un amor público, busca darse a conocer a los otros y los toma por testigos de sí mismo; es fecundo, nos hace crecer, nos lleva a considerar lo que hace el otro como mío propio, es tan fecundo, que puede, incluso, llegar a formar a una persona –el hijo– que es como la cristalización del amor que se tienen el varón y la mujer. Por último el amor verdadero exige que la entrega sea total, como hemos analizado antes, una entrega con el cuerpo y con el alma, una entrega que tiene como fin la búsqueda del bien del otro, a través de la construcción de una “unidad de dos”, de una comunión de personas.

Todas estas condiciones que pide el mismo amor verdadero se dan en el matrimonio, es la institución creada por Dios para llevar a los cónyuges a una unión basada en la entrega y renovada por la gracia. Es la condición mínima que nos

permite asegurar que hay amor verdadero, pues es, por una parte, el momento en que decido libremente darme y recibir al otro, para siempre, hasta que la muerte nos separe y, a la vez, la institución que cuida de ese amor, lo perfecciona y lo mantiene hasta el final. Por eso la entrega de los cuerpos, si realmente quiere ser una entrega de toda la persona, sólo se puede llevar a cabo en este contexto.

Es a través del acto sexual, como los esposos pueden donarse mutuamente, como pueden ser una sola carne, como pueden, en un estado de pureza dado por la gracia, ser imagen de Dios Uno y Trino y de la entrega de Jesucristo por la humanidad, y llevar a los cónyuges a la plenitud de sus seres. Por lo tanto, todo lo que tienda a disociar la entrega, todo lo que haga guardar una parte de mi ser para no darlo al otro, va minando y destruyendo el amor.

Paulo VI nos enseña en su gran Encíclica que, no es posible separar los dos significados del acto conyugal: el significado unitivo y el significado procreativo, esto porque dejaría de ser un acto de amor mutuo y verdadero. Si quitamos uno de esos significados, deja de ser lo que era, para transformarse en la unión de dos cuerpos, pero no una entrega total de las personas. No se puede separar, porque si así se actuara se destruiría todo el acto, transformándolo en cualquier cosa, menos en un acto de amor verdadero. La anticoncepción hace esto, pues quita al acto de entrega total una parte importantísima que es la fecundidad. Es como si dijera: “te entrego gran parte de mí, pero hay una que me guardo, que no te la quiero entregar”.

La norma de la *Humanae Vitae*, está basada en una exigencia de verdad del acto conyugal y es la condición para que sea verdaderamente un acto de amor. Juan Pablo II lo expresa diciendo que “según el criterio de esta verdad, que debe expresarse con el ‘lenguaje del cuerpo’, el acto conyugal ‘significa’ no sólo el amor, sino también la fecundidad potencial, y por esto no puede ser privado de su pleno y adecuado significado mediante intervenciones artificiales. En el acto conyugal no es lícito separar artificialmente el significado unitivo del significado procreador, porque uno y otro pertenecen a la verdad íntima del acto conyugal: uno se realiza juntamente con el otro y, en cierto sentido, el uno a través del otro. Así enseña la Encíclica. Por tanto, en este caso el acto conyugal, *privado de su verdad interior*, al ser privado artificialmente de su capacidad procreadora, *deja* también de ser un acto de amor”.¹⁵

Por lo tanto es necesario excluir toda acción que busque privar a este acto de la procreación. No es importante la artificialidad del método; que algo sea artificial, no implica que sea malo, lo que hay en el fondo es una acción voluntaria que busca quitar ese significado. También hay que excluir toda acción que vea en el acto conyugal sólo un medio para la procreación, porque sería quitarle su significado unitivo.

“Esta norma es la condición mínima de la entrega de las personas, que les permite llegar en y por el acto conyugal a esta verdadera comunión, que es la aspiración más fundamental de la persona humana, pues la persona está hecha para la entrega de sí misma en la comunión. De ahí que el acto sexual, vivido auténticamente como comunión de las personas, conduce a los esposos a la comunión con Dios, mientras que la simple unión de sus cuerpos puede alejar de él”.¹⁶

Esto no quiere decir que no se pueda regular la fertilidad, sino que, en esa decisión de los esposos de limitar su descendencia, por razones justificadas y en conformidad con el plan de Dios, no es lícito destruir el significado del acto conyugal.

Hoy en día existen formas modernas de regular la fertilidad que son eficaces y confiables, pero que, por sobre todo, no destruyen al acto conyugal.

Uso del Método de la Ovulación Billings® para posponer el embarazo

Dra. Muñiz Nicolás (España)

Disponible en <http://woombconference.ppo.hr/>, noviembre 2016

Introducción (diapositivas 1, 2,3)

Cuando pensaba en preparar esta charla, me hacía una pregunta: ¿Qué os puedo contar yo que no sepáis ya?

Todos los que estamos aquí, en su mayoría, conocemos el método y su técnica, lo hemos enseñado, aplicado y vivido, e incluso en nosotros mismos. Lo hemos estudiado, hemos profundizado en él y seguimos investigando.

He pensado pues en algunas personas que estos días participan con nosotros en este congreso, que desean conocer en qué consiste el MOB y han venido a saber algo más.

No creo que mi charla esté pensada para daros conocimientos, que ya los sabeis, porque sois muchos expertos. Mi explicación del método, no pretender pues enseñar sino resumir y repasar en qué consiste y como nos sirve para posponer o evitar el embarazo e incidir en aquellos aspectos fundamentales y trascendentes del mismo, el significado último, el fin de la aplicación de un método natural.

Finalmente también quiero hacerlos participes de mi experiencia personal.

Premisa (diapositivas 4, 5, 6)

El MOB es un método de regulación de la fertilidad, la persona, la pareja decide cuando y como. No se trata pues de un anticonceptivo.

De todo ello ya se ha hablado aquí, pero me gusta recordar que nos mueve, a quienes enseñamos este método, que hay en el fondo, y resaltar la bondad intrínseca del método, lo que refleja el método que no es más que interpretar esos indicadores de fertilidad que hay en todo ciclo menstrual y que la naturaleza nos enseña, con la luz del conocimiento científico.

Frase de Dres Billings: no somos inventores del método “Es Dios quien lo hizo, creando la mujer de una manera que incluye también el método. Hemos tratado de comprender mejor el plan de Dios”, afirmaron en 2001 en una entrevista

Mi experiencia (diapositivas 7,8)

En cuanto a mi experiencia al principio me encontraba, como alumno-usuario, después tanto me gustó, que decidí formarme para ser profesor enseñando a otros y trabajando por divulgar el método. Desde hace muchos años, participo activamente en la Asociación de mi país.

El Método Billings y la comunicación de la pareja (diapositivas 9, 10, 11, 12)

Demostrado está que los métodos naturales favorecen la comunicación, obligan a hablar, a decidir, a buscar el mejor momento para la relación y para la concepción, según las circunstancias concretas de cada pareja a la luz del Espíritu y de acuerdo a una paternidad responsable.

Cuando una pareja inicia su vida en común, la pareja ha de crecer como pareja, tendrá sus dudas y temores, algunas condicionadas por sus particulares circunstancias.

Hay muchos aspectos de todos conocidos, que obliga a hacerse preguntas:

-De recién casados: agobios, inestabilidad laboral, separaciones temporales por motivos profesionales.

Cuando la vida en pareja va transcurriendo y se van cumpliendo años cambian las circunstancias y la pareja madura en el amor y se plantea otras cosas. Así en la madurez... la crianza de los hijos, el cuidado de los padres mayores pueden condicionar su vida. Ocasionalmente hay otros problemas como los médicos o económicos, las situaciones sociales, como pueden ser las guerras.

Todo ello a la luz de la paternidad responsable, son momentos que plantean a las parejas la continencia periódica, **sin trasgredir los ritmos naturales.**

No nos tenemos que olvidar de la

La finalidad de la sexualidad humana, don unitivo procreativo inseparable (diapositivas 13,14)

Donación de ambos, entrega respetando la Vida y custodiando el tesoro de la fertilidad puesto en nosotros. Esto no es una opinión mía, ya lo dijo San Juan Pablo II, de una forma preciosa

Es evidente que, cuando se habla de regulación "natural", no se refiere sólo al respeto del ritmo biológico. Mucho más precisamente, se trata de responder a la verdad de la persona en su íntima unidad de espíritu, psique y cuerpo, unidad que nunca se puede reducir sólo a un conjunto de mecanismos biológicos. Únicamente en el contexto del amor recíproco, total y sin reservas, de los cónyuges se puede vivir con toda su dignidad el acontecimiento de la generación. Juan Pablo II

Para saber más, hay algunos **Documentos a los que mirar** (diapositivas 15,16) Os invito a la reflexión con textos como:

Humanae vitae, Donum vitae, Familiaris consortio, interesantes y educativos que me gusta recordar para no olvidarnos de lo esencial.

Pero tras esta introducción para centrar el tema, vamos a empezar recordando una bella historia:

La historia de la vida humana (diapositiva 17, 18, 19, 20, 21)

La maravilla de la vida humana comienza con dos protagonistas puestos en el cuerpo del hombre y la mujer, los gametos, espermatozoide y óvulo. No se puede entender la fertilidad humana sin la participación hombre y mujer, **se trata pues de una fertilidad combinada**, y una participación misteriosa de ambos en la obra de la creación.

Para que esta historia comience ha de existir buena funcionalidad del aparato genital masculino y femenino, de hormonas y de gametos, para dar vida.

El aparato genital masculino, no es un conjunto de órganos, está regulado por el sistema hormonal y sistema nervioso central, al igual que el femenino. De este, vamos a destacar el cuello uterino, con su moco, como parte del método.

Es importante destacar la fertilidad combinada considerando dos aspectos, en el varón los espermatozoides, existen toda la vida. En la mujer los folículos, que darán los óvulos, acaban en la menopausia.

Es necesario conocer bien el ciclo y la enseñanza correcta del método para poder aplicar las reglas en caso de querer posponer o evitar un embarazo.

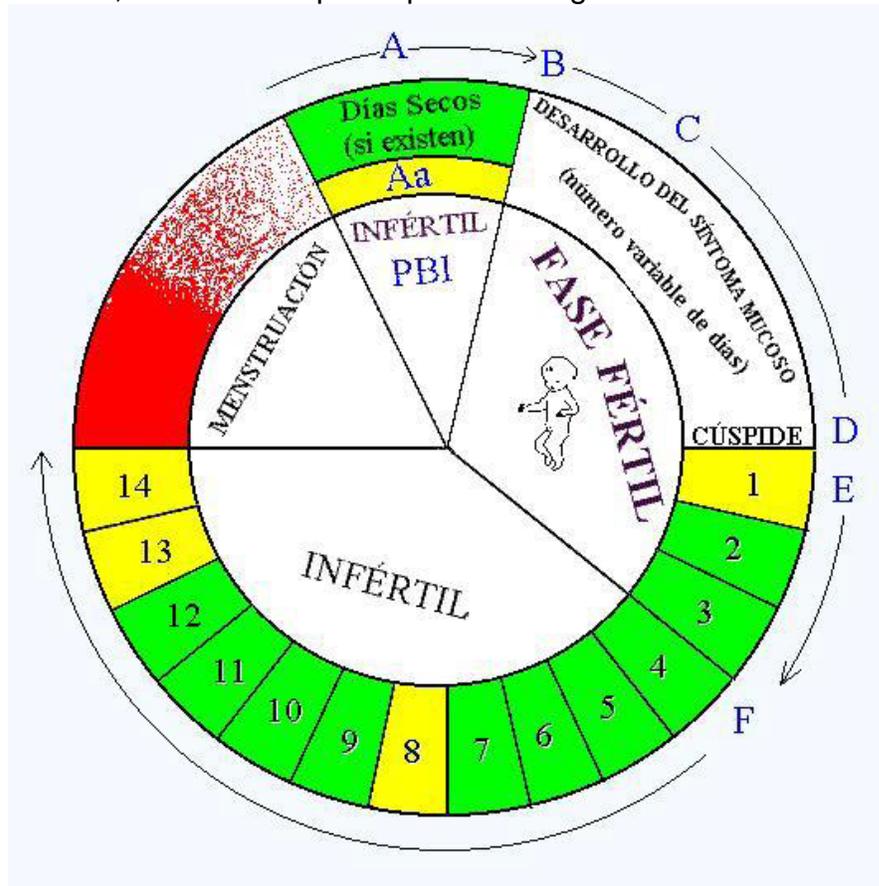
Enseñanza del método Billings (diapositivas 22, 23,24)

La enseñanza del MOB se basa en capacitar a los esposos para identificar el periodo del ciclo menstrual en que la mujer es fértil. Buscamos “signos y síntomas” de fertilidad, es decir indicadores de fertilidad en la mujer.

La observación de estos indicadores que ocurren de manera natural durante el ciclo menstrual sirve para delimitar los períodos de fertilidad e infertilidad. El periodo de fertilidad viene condicionado por la supervivencia del óvulo (hasta 24 horas) y del espermatozoide (hasta cinco días en presencia de secreción cervical fértil)

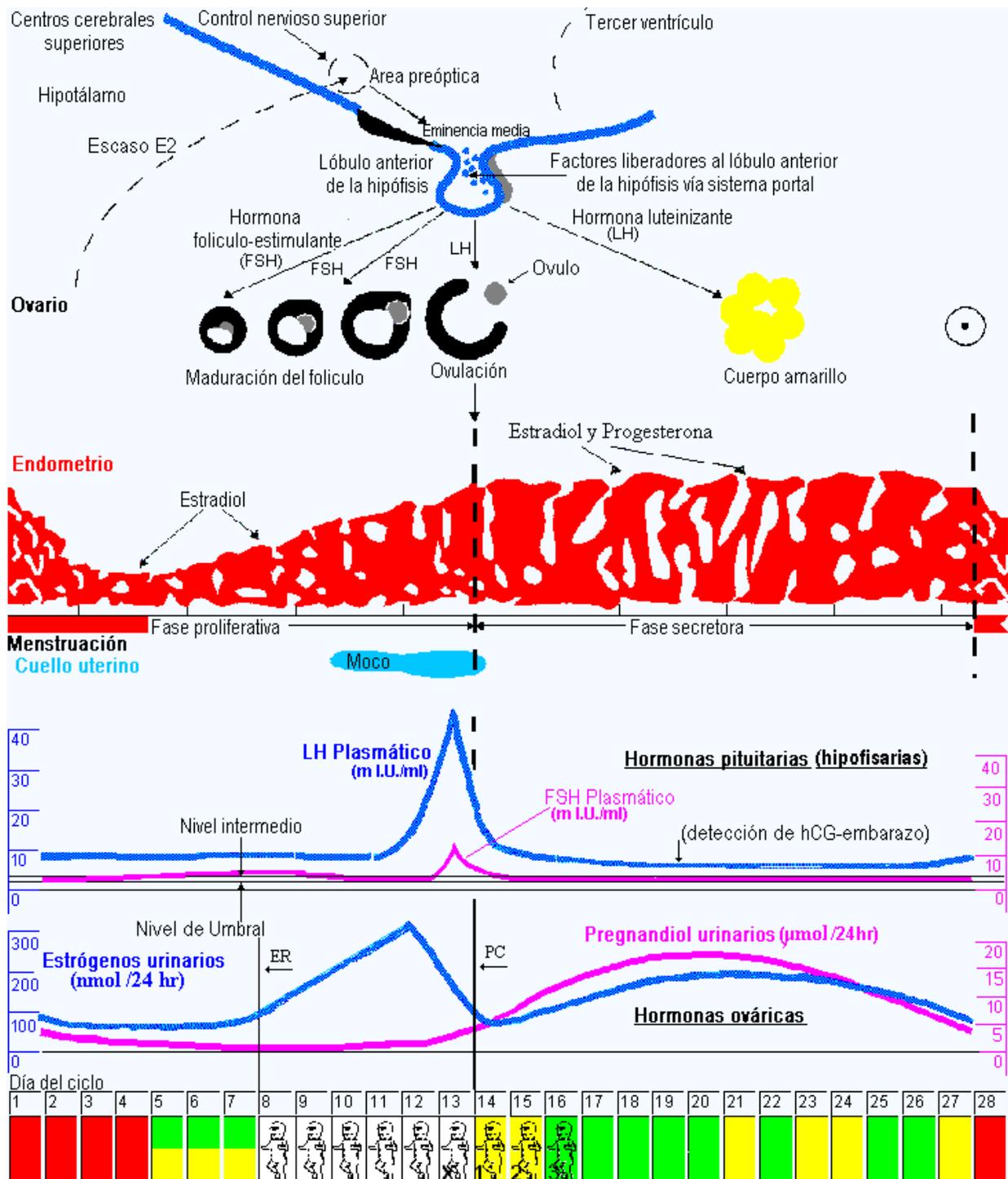
Enseñamos a la mujer a valorar la secreción cervical, producida por las células de las criptas del cuello uterino. La secreción y sus características están controladas por las hormonas femeninas que van cambiando durante el ciclo. La mujer nota y siente esta secreción y puede distinguir perfectamente las fases del ciclo menstrual en el que se encuentra.

Con el gráfico siguiente (diapositiva 25) explicamos las partes a distinguir en el método, fundamental para aplicar las reglas:



- A) PBI: Patrón Básico de Infertilidad.
- B) Inicio de la fase fértil.
- C) Evolución del síntoma del moco.
- D) Día CUSPIDE: último día de sensación de resbalosidad.

E) Primer día de cambio. Es el día en el que se marca la CUSPIDE.
 Días 1,2 y 3 después de la CUSPIDE. Disminución de la fertilidad.
 F) Fase infértil posovulatoria.



Como vemos en el gráfico resumen (diapositiva 26), a nivel cerebral en la glándula hipófisis se produce la elaboración de la hormona foliculo estimulante (FSH),

en la primera mitad del ciclo su acción desarrolla en el ovario, el folículo, tras la ovulación la siguiente hormona, la luteinizante (LH) mantiene el cuerpo lúteo. Por la actuación de las hormonas en el ovario, en la primera mitad del ciclo en sangre predominan los estrógenos y en la segunda la progesterona. En el endometrio se desarrolla la mucosa preparando la cavidad para albergar al embrión.

Las mujeres realizan la gráfica, que se correlaciona con lo que acabamos de resumir brevemente

(Diapositiva 27 a 35) **Ahora vamos a repasar y explicar brevemente el ciclo femenino desde el punto de vista del método.** Cuando enseñamos a una pareja, quizás lo más fácil de ver y entender sea, la menstruación, que nosotros marcamos con una pegatina roja o un punto, esta fase se corresponde con la descamación del endometrio y la sangre que sale desde la cavidad al exterior a través del cuello uterino.

Posteriormente, verá un periodo variable de días secos que conocemos como patrón básico de infertilidad (PBI) que representamos con una pegatina verde o una raya vertical, en ese periodo hay un tapón cerrado impenetrable, por las características del moco. Un endometrio apenas perceptible y un folículo sin desarrollar. Los estrógenos son de bajo nivel. Si la mujer tuviera un moco constante, sin variación, la mujer presenta un Patrón básico de infertilidad de flujo y una vez que lo tiene claro y se conoce usaría pegatinas amarillas o marcaría dos rayas horizontales.

La mujer tras esta fase, ya no se siente seca, comienza un cambio de sensación, comienza el posible periodo fértil. Señalamos con una pegatina blanca con un bebé o un círculo. Lo mismo para PBI seco o de flujo. Nos traduce el cambio de las características del moco cervical y la sensación, influenciado por el incremento de estrógenos, la progresión del desarrollo del folículo. A la vez también hay un crecimiento en el endometrio.

Los ovarios están produciendo mayor cantidad de estrógenos. El moco progresivamente cambia originando una sensación de resbalosidad. La cantidad de moco puede disminuir, pero la sensación resbalosa puede continuar durante uno o dos días más.

La mujer identifica la Cúspide como el último día de sensación resbalosa. En el cuello ya se empieza a formar un tapón nuevamente bajo la influencia de la progesterona.

Tras identificar la Cúspide, los tres días siguientes son marcados con número 1, 2, 3 y con muñeco sobre color verde o amarillo dependiendo de lo que ve la mujer, seco sin moco o con flujo, o usa números con los símbolos.

Tras esto, entre 11 y 16 días después de la Cúspide tendremos la siguiente menstruación.

(Diapositiva 36 a 44) Una vez que hemos explicado las partes del ciclo, podemos aplicar las reglas del método, aplicaremos las tres reglas de los primeros días y la regla de la Cúspide, en esta ocasión las vamos a aplicar para evitar o posponer un embarazo.

-La primera regla: ***Evitar las relaciones sexuales durante los días de fuerte sangrado de la menstruación.***

Motivo: La ovulación podría ocurrir muy temprano en el ciclo y el sangrado menstrual puede ocultar el moco. No se detectaría el inicio de la fase fértil.

-La segunda regla: ***En los días que se han reconocido como infértiles (PBI), se pueden tener relaciones sexuales en noches alternas,*** tanto en PBI seco como de flujo.

Motivo 1: Si la mujer está acostada, el moco fluido, se acumula en la parte alta de la vagina. La mujer necesita estar en posición vertical algunas horas para sentir la presencia de este moco cervical en la vulva.

Motivo 2: Al día siguiente después de tener relaciones sexuales, el líquido seminal puede ocultar el moco.

Es importante dejar tiempo para que el líquido seminal desaparezca y poder confirmar que el PBI esté aún presente, evitando tener relaciones sexuales dos noches seguidas.

-La tercera regla: ***evitar tener relaciones sexuales en los días de flujo o sangrado que interrumpen el patrón básico de infertilidad. Dejar pasar 3 días de PBI antes que se tengan relaciones sexuales en la noche del día cuarto. Continuar con la regla N° 2 de los primeros días.***

Motivo: La necesidad de esperar le permite a la mujer reconocer el Día Cúspide, en tal caso aplicará la Regla de la Cúspide. Si existe una interrupción del PBI que no conduce a la Cúspide, el nivel hormonal regresará a un nivel bajo y la mujer reconocerá el regreso del PBI. Se cuentan 3 días, para permitir que los estrógenos se queden en un nivel bajo básico, antes de reiniciar las relaciones sexuales la cuarta noche, aplicando la Regla N° 2 de los Primeros Días.

-Regla de la Cúspide: ***desde el comienzo del 4º día después de la Cúspide y hasta el final del ciclo, se pueden tener relaciones sexuales todos los días a cualquier hora***

Motivo: al inicio del cuarto día después del día pico, la mujer es infértil

Conclusiones

-Si no se desea gestación las reglas han de ser bien conocidas y correctamente aplicadas

-Las mujeres adecuadamente informadas son perfectamente capaces de distinguir cuándo son fértiles y cuándo no

-El uso de este método hace que los esposos sean conscientes de su fertilidad

-Son como pareja, más conscientes de su fertilidad, les ayuda a conocerse

-Implica más al varón

-Mejora la relación psicológica

-El niño es querido

Nota de la redacción: en el texto se cambió Día Pico (según figura en el original) por Día Cúspide, de acuerdo con el consenso latinoamericano para definir a ese día tan significativo del MOB. Las diapositivas usadas por la disertante no estaban disponibles en el sitio web de la conferencia.

Los instructores también son madres

Johansen Palma Martínez; Instructora del Método Billings, Costa Rica

La maternidad se puede vivir de diversas maneras, hay quienes hemos tenido el enorme privilegio de haber concebido un hijo en nuestro seno y poder ser madres, pero también existe la maternidad ampliada como las madres de hijos que no son de su sangre, o madres espirituales de un convento, un movimiento o ministerio de la iglesia.

Tal como la beata Victoria Rasoamanarivo de Madagascar, quién es considerada hoy madre de todos los católicos, quién aunque no pudo tener hijos en su matrimonio fue una madre para los fieles católicos de la isla en un tiempo de serios conflictos donde se quedaron sin un sólo sacerdote, ella supo acompañar, aconsejar y mantener viva la fe.

Los instructores del Método de Ovulación Billings cuando viven su misión como una vocación se convierten en madres para sus usuarias y usuarios.

Somos madres cuando empezamos a rezar días antes por las parejas inscritas en el curso para usuarios.

Somos madres cuando acogemos con gran alegría a las parejas que llegan aprender el MOB, algunas con temor, desconfianza o incredulidad y con palabras amorosas vamos enseñando el método y construyéndoles seguridad, celebramos con entusiasmo su primer ciclo completo y el avance del aprendizaje.

Somos madres cuando les damos un continuo seguimiento hasta que logren ser usuarios independientes, con la promesa de que estaremos para ellos cuando nos necesiten.

Somos madres cuando aconsejamos a las parejas vírgenes en la primera noche de bodas, quienes nos preguntan dudas y recomendaciones muy íntimas porque no tienen a quién más acudir de confianza.

Somos madres cuando recomendamos a las parejas poner en manos de Dios la planeación de sus hijos, con oración y lectura bíblica.

Somos madres cuando celebramos con gran alegría el resultado positivo de la prueba de embarazo tan anhelada por la pareja.

Somos madres al rezar por el momento de parto de nuestras usuarias y esperar a que regresen para ayudarlas de nuevo con el método en lactancia.

Somos madres cuando alentamos y animamos a perseverar en el método aunque sea difícil de llevar para algunos o donde las condiciones requieran varios días de abstinencia.

Somos madres cuando recordamos con tristeza las parejas que por diferentes circunstancias decidieron dejar de usar el método y sólo nos queda pedir a Dios por ellas.

En fin somos madres con el acompañamiento amoroso que le podemos ofrecer a las parejas en sus distintas etapas de la vida matrimonial.

¡¡Que Dios nos fortalezca y nos ayude con su Amor en esta misión de ser madres!!

***** oOo *****

Nuestro apostolado - testimonio de una instructora

Continuando con los aportes de nuestras instructoras, seguro que a varios les han sucedido ocasiones de desaliento ó de aparente fracaso. Se le atribuye a la Santa Madre Teresa haber dicho: "Dios no me eligió para tener éxito, sino para ser fiel."

El siguiente testimonio de una instructora experimentada -escrito a sus compañeras de equipo tras haber realizado una jornada Billings en una región hasta ahora inexplorada- refleja muy bien ese espíritu y lo quisimos compartir con todos, sin identificarla, a su pedido.

"Hola queridos instructores, quiero contarles que disfruté mucho de esta jornada a pesar de haber llegado justo al comenzar. La experiencia de equipo docente fue hermosa. Personalmente fue un desafío, luego de 4 años fuera de servicio necesitaba encontrar nuevamente el fervor del anuncio.

Gracias a Dios me doy cuenta que toda mi vida matrimonial la hemos vivido y seguimos viviendo en clave Billings y no puedo guardarlo para mí como me lo ha confirmado la Palabra antes de viajar. Hemos recibido gratuitamente, entonces den gratuitamente.

Si, quizás falte aceptar mas la forma de explicar cómo registrar las observaciones en la gráfica, quizás avanzábamos muy rápido y creó confusión, no sé. Tuvimos algunas mujeres creo con conocimientos previo que nos hacían muchas preguntas y a mitad de jornada se retiraron con la sola explicación de que estaban muy cansadas???. Realmente sentí que fueron por compromiso y "a ver de que se trataba". El esfuerzo fue muy grande para que quede solo un matrimonio escuchando, sin dudas el más interesado y comprometido, el que nos convocó.

Podríamos habernos bajoneado, pero no, volvimos alegres por la semilla esparcida sabiendo que de Dios es la obra, los números y el éxito. A nosotros nos toca la entrega. Un abrazo enorme y todo mi cariño."

***** oOo *****

XIX Congreso Nacional Billings celebrado en Morelia, Mich. México. Informe preparado por Benjamin Zamudio, WOOMB AC de México

Con el objeto de promover el Método de la Ovulación Billings® y de actualizar los conocimientos de los instructores del método, el pasado 18, 19 y 20 de noviembre se llevó a cabo *como cada año*, en este caso en la ciudad de Morelia, Mich. México, el Congreso Nacional del Método de la Ovulación Billings®.

En esta ocasión el número XIX, con el lema "La Familia Santuario de vida y amor, que transforma a la sociedad", con la asistencia de más de 300 personas. En dicho evento hubo conferencias de tipo humanista resaltando los valores de la familia y otras de tipo científico, como las manifestaciones del Ovario Poliquístico y los tratamientos médicos que se usan para atenderlo, los descubrimientos del Dr. Erick Odeblad sobre los diferentes tipos de mocos provenientes del cérvix, etcétera.

Además de las conferencias, se ofrecieron a los asistentes, 6 talleres del Método de la Ovulación Billings®, con temas desde los conceptos básicos del método para principiantes, pasando, por el manejo de ciclos largos, lactancia, premenopausia,

flujo rápidamente cambiante, hasta el Continuum Ovárico del Dr. James Brown. Estos talleres se ofrecieron en dos momentos, por lo que los asistentes, pudieron escoger y asistir de acuerdo a sus inquietudes y necesidades a dos talleres diferentes durante el congreso.

Simultáneamente para los adolescentes y jóvenes que acompañaron a sus padres al evento, llamados Jóvenes Billings, (JOBI), se ofrecieron conferencias sobre temas de educación sexual cristiana, el noviazgo, la familia amenazas y oportunidades, ¿por qué casarse?, el uso correcto de las nuevas tecnologías, el “sexting”, sus implicaciones, etcétera.

Después de la clausura, hubo una misa presidida por el Cardenal Alberto Suárez Inda, obispo emérito de la diócesis de Morelia, México.



Asistentes



Conferencias



Afiche promocional



Jóvenes Billings

***** oOo *****

Riqueza sorprendente: presentación de “AMORIS LAETITIA” y agradecimiento de WOOMB International

Fuente: Boletín WOOMB International Julio 2016; traducción: instructora Lorena López (Arg.)

Más de cincuenta embajadores acreditados en la Santa Sede y veinte representantes de organizaciones no gubernamentales dentro de un grupo de unas 110 personas, estuvieron presentes el martes 19 de abril en Roma en la presentación de la Exhortación Apostólica “Amoris Laetitia”. El evento fue promocionado por el grupo de trabajo de ONGs católicas en la sede central de la ONU en Génova, en colaboración con el Consejo Pontificio para la familia y moderado por el periodista Vania De Luca.

En el discurso de apertura, el arzobispo Paglia presentó extensamente este documento, haciendo énfasis especialmente en el camino que invita a los creyentes a seguir, tanto en la iglesia, llamada a mirar con compasión y misericordia a todas las familias, como en la sociedad humana, la cual encuentra su principio de existencia en las generaciones familiares.

Monseñor Jurkovi, representante de la Santa Sede en las Naciones Unidas en Génova, después de recordar el estado de reflexión sobre la familia en el debate internacional, dijo que Amoris Laetitia indicará con certeza las líneas con las cuales la Santa Sede continuará trabajando, en las oficinas internacionales en favor de la familia.

Finalmente, el Dr. Maria Givanna Ruggeri, presidente de WUCWO y líder de las organizaciones no gubernamentales presentes en Génova, recordó el rol y el trabajo de estas asociaciones, pudiendo exponer, luego del rico debate, algunas experiencias significativas.

A continuación, presentamos la carta que escribieron las directoras de WOOMB International dirigida al Papa Francisco y la atenta respuesta de Monseñor Paolo Brogia, asesor del Papa.

12 de Abril

Para: el Santo Padre, Papa Francisco, Vaticano

Gracias por ***Amoris Laetitia – sobre el amor en la familia***

Su santidad,

Los directores de Woomb International, asegurándole nuestra obediencia amorosa y nuestras oraciones, deseamos agradecerle por su tan considerado y clarificador documento sobre la alegría del amor. Al reafirmar la antigua enseñanza de la Iglesia y citando la sagrada escritura, documentos del magisterio de la Iglesia y Papas anteriores, usted ha ubicado su Exhortación Apostólica Amoris Laetitia, en el centro del corazón de nuestro entendimiento tradicional del matrimonio y la familia.

Al exponer en detalle los numerosos desafíos y dificultades que deben enfrentar las familias en las distintas culturas del mundo moderno, ha demostrado un claro y compasivo entendimiento de lo que todos debemos hacer frente diariamente.

Amoris Laetitia reconoce y afirma las tantas familias que están trabajando, rezando, luchando con amor para construir un mundo mejor todos los días, viviendo su vida familiar como Cristo nos enseñó. Su documento también afirma y reconoce el

trabajo de los apóstoles de la familia y de todos los comprometidos en la misión de la familia.

Los directores de Woomb International toman lo mejor de Amoris Laetitia sobre el amor en la familia, mientras continuamos la tarea de llevar la buena noticia del Método de la Ovulación Billings, regulación natural de la fertilidad, a las parejas en todo el mundo. Es decir, el conocimiento del cuerpo que toda mujer debería tener. (Evelyn Billings)

Obedientemente en cristo,
Directores y Asesor Espiritual de Woomb International.



SECRETARIAT OF STATE

FIRST SECTION - GENERAL AFFAIRS

No. 102.648

Vaticano, 1 de junio de 2016

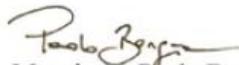
Querido Padre Hattie,

Le escribo para agradecerle su carta del 12 de abril que usted dirigió al Santo Padre en nombre de los directores de la Organización Mundial del Método de la Ovulación Billings. Estoy muy contento de asegurarle que él ha leído su carta y aprecia los sentimientos con los que se realizó este gesto.

Su santidad alienta a todos los que están en este camino a profundizar su compromiso hacia familias estables y amorosas, alentando a los esposos "a perseverar en el amor fortalecido en las virtudes de la generosidad, compromiso, fidelidad y paciencia" (Amoris Laetitia, 5). Estas virtudes, nutridas en la ferviente oración y una vida sacramental comprometida, continuarán ayudando a las familias ofreciendo un testimonio convincente, tanto a la iglesia como a la sociedad entera.

A usted, los directores y a todos aquellos a los que Woomb sirve, el Santo Padre les imparte su apostólica bendición como una plegaria de alegría y paz en Jesucristo resucitado.

Atentamente.


Monsignor Paolo Borgia
Assessor

The Reverend J. Hattie, OMI
Spiritual Advisor
WOOMB
2A/303 Burwood Highway
East Burwood VIC 3151

RECEIVED
21 JUN 2016

BY:

Aplicando “Amoris Laetitia”

Reflexión

Monseñor Libardo Ramirez Gómez

Asesor Eclesiástico WOOMB Latinoamérica

“La alegría del amor que se viven en las familias es también el júbilo de la Iglesia”, fue la frase inicial de la Exhortación Post- sinodal del Papa Francisco (19-03-2016), al dar a la Iglesia y al mundo el fruto de dos Sínodos de Obispos (2014 y 2015) que tuvieron como tema central la “familia”. Concluye, el Papa, la parte introductoria de ese magistral documento expresando su anhelo de que como fruto de su lectura: “se sienta el llamado a cuidar con amor la vida de las familias, porque ellas no son un problema, sino, principalmente una oportunidad” (n. 7).

A su turno, el Beato Paulo VI, al concluir su tan ponderada Encíclica “**Humanae Vitae**” (25-07-1968), decía: “Es grande la obra de la educación, de progreso y de amor, a la que os llamamos, fundamentada, además, en la doctrina de la Iglesia, obra grande, de verdad, tanto para el mundo, como para la Iglesia, ya que el hombre no puede hallar la *verdadera felicidad* más que en el **respeto de las leyes grabadas por Dios en la naturaleza**” (n° 31). Así se expresaba con la satisfacción de haber precisado en esa Encíclica las maravillas de la vida humana según los planes divinos, en cuya transmisión los esposos son libres y responsables colaboradores (n° 1). Reclamaba que hay que estar atentos a que sea *salvaguardando en el acto generativo, aspectos esenciales*, en sentido de amor mutuo y verdadero, y conservando su carácter profundamente razonable y humano (n° 12).

Cuanto en la presencia de Dios, para bien de la humanidad, han escrito estos dos grandes pontífices, es de tener en cuenta y difundirlo y es en esas enseñanzas dentro de las cuales con decisión y celo apostólico, cumple en el mundo WOOMB en tantos países del planeta, al amaestrar a parejas en el método Billings. No es simplemente por obediencia, sino con convencimiento de que es camino realmente salvador para la familia humana que exige convicción y fe en los planes del Creador.

Sobre el magistral documento del Beato Paulo VI se ha escrito ya bastante, todo lo cual es preciso recordar, con lectura atenta del texto mismo en el que pide colaboración a los creyentes de todas las categorías y profesiones. Para su efectiva aplicación, el reciente documento del Papa Francisco, todo él, también escrito con sabiduría, ponderación y amor a la humanidad y en ella a la familia, es preciso acogerlo con grande entusiasmo y fidelidad, dentro de su diversidad de temas. Es algo que ha hecho con grande espíritu de amor y de misericordia, siempre fiel a la verdad y al contenido salvador de los principios del Evangelio pregonados por la Iglesia a través de los siglos.

Es de anotar en la “**Amoris Laetitia**” el espíritu de servicio a la humanidad, de los Sínodos y del Papa, manifestado desde los párrafos iniciales ya citados, hasta sus últimas líneas en donde invita a las familias a perfeccionarse dentro de los planes divinos, lo que requiere “*una progresiva maduración de su capacidad de amar*”. Agrega: “No desesperemos por nuestros límites, pero tampoco renunciemos a buscar la plenitud de amor y de comunicación que se nos ha prometido” (n° 325). A lo largo del contenido de la Exhortación, desde sus primeras líneas hasta los finales, hay múltiples

afirmaciones y llamados prácticos del Papa, cuyos temas es bueno enunciar con invitación a ir a sus propias páginas para beber su enseñanza.

Gran aporte a tareas como las de Woomb es el magnífico Capítulo V, con apoyo en los otros ocho de la Exhortación, con el dicente título: “**Amor que se vuelve fecundo**” (n° 165-198). Es capítulo que inicia diciendo: “*El amor siempre da vida*”, con llamados al aporte masculino y femenino encauzados dentro de los admirables planes del Creador (n° 172-177). Son enseñanzas precedidas de connotación desde el capítulo I, en el cual “a la luz de la Palabra divina describe la natural búsqueda de complementariedad del varón y la mujer, a imitación de un Dios trinitario, en el cual no hay soledad sino vida en familia, en la cual, en el caso humano, *“la presencia de los hijos es un signo de plenitud de la familia en la comunidad”* (n°12-14).

Hay, en la Exhortación del Papa Francisco, alusiones directas doctrinales sobre temas delicados, enaltecido, a la luz de la fe como el de la *unión sexual* de la cual habla en el cap. III, en donde expresa que esta ha de realizarse “*de modo humano y santificado por el Sacramento*”, la cual “*es camino de crecimiento en la vida de la gracia de los esposos*” (n° 74). En el Cap. IV, dedicado a exaltar y precisar el amor en el matrimonio, se destaca “*la naturaleza de la sexualidad querida por Dios y ser vivida de modo verdaderamente humano*” (n° 154).

Manifiesta, también el Papa Francisco, en el Cap. VII dedicado a fortalecimiento de la educación de los hijos, a que los esposos, en su acompañamiento deben ser generosos en la comunicación de la vida, y que lo relacionado con la regulación de nacimientos debe ser fruto de un “diálogo consensual”, con recomendación de tener en cuenta lo enseñado en la Encíclica “*Humanae Vitae*” (n° 222).

Como contribución a “**la alegría del amor**” están esas enseñanzas mencionadas, como también las llamadas al debido “**discernimiento**”, en el Cap. VIII, fundamentada en la verdad y en la misericordia, con plena fidelidad a la doctrina de la Iglesia. Esas enseñanzas, así como las del VI, con tan precisas “**perspectivas pastorales**”, y lo expuesto en el IX en el que se pone de manifiesto la necesidad de darle a esas tareas una “**espiritualidad matrimonial y familiar**”, han de ser asumidas por quienes difunden, métodos de regulación de nacimientos, para dar a las parejas una visión positiva de estas labores de quienes están llamados a un servicio de gran valor, a la vez que se dan bases doctrinales de conjunto que dan a esa labor valor de grande calidad.

***** oOo *****

Regulación Natural de la Fertilidad - el punto de vista de un varón

Gerard Migeon

Fuente: Boletín WOOMB International Vol 41 N° 3 noviembre 2014; traducción: Clara María García (Arg.)

Pensemos en niños de ciudad, creciendo sin conocer otra forma de vida. Imaginemos que son expuestos a la vida de campo - o de montaña o de playa. Quizá les parezca emocionante, pero también podrían sentirse incómodos o incluso sentir temor. Preferirían volver a su ambiente confinado, contaminado e inseguro, pero conocido. Seguramente coincidiremos en que se lo están perdiendo. En el mismo sentido, la mayoría de los hombres se han acostumbrado a que las mujeres usen anticonceptivos. No pueden ni siquiera imaginar el mundo sin ellos y necesitan ayuda (¡atención, mujeres!); necesitan que los lleven por primera vez y les muestren que no solo es seguro, sino realmente un mejor lugar para respirar.

Esa es mi historia. Me encontré con la regulación natural de la fertilidad por accidente. Dos veces, y la segunda me enganchó. La primera vez fue cuando mi esposa y yo llevábamos tres años de casados. Decidimos concebir nuestro segundo hijo, y como el primero era varón, Anna estaba deseosa de tener una niña. Su madre le envió un libro sobre cómo elegir el sexo de tu bebé. La ciencia que estaba detrás de ello era la gráfica de la fertilidad. Tú tienes que saber el momento exacto de la ovulación y de acuerdo a ello decidir cuándo tener relaciones sexuales. Sin darnos cuenta, habíamos empezado a usar un método natural de control de la natalidad. Y funcionó: tuvimos a nuestra niñita. Pero ¿adivinen qué? Luego de ello, volvimos a lo que estábamos acostumbrados. A pesar de que ella sabía perfectamente cuándo podía o no quedar embarazada, nunca se le cruzó por la cabeza confiar en ese conocimiento para evitar el embarazo, de la misma forma que había confiado en él para lograrlo.

La segunda vez fue 15 años más tarde. Mi esposa y yo descubrimos que había gente alrededor de todo el mundo que estaba utilizando estas habilidades para evitar el embarazo, con una efectividad similar a la de los anticonceptivos. A medida que fuimos aprendiendo más sobre los beneficios de estos métodos naturales, decidimos no volver jamás a los viejos hábitos.

Mirando hacia atrás, desearía que cuando nos casamos alguien nos hubiera dicho: "¡Presten atención a esto!". Por eso, lo haré aquí por ustedes, amigos. Aquí hay algunas razones para elegir el control natural de la fertilidad por sobre los anticonceptivos:

Es más saludable para tu esposa:

Desconfía de la publicidad en favor de los anticonceptivos que ves en las noticias, que siempre minimiza los riesgos. Lee atentamente los prospectos de las drogas anticonceptivas que ella está tomando. Investiga en la web sobre los riesgos asociados al empleo de anticonceptivos hormonales o a la inserción de objetos extraños en el cuerpo de tu mujer. Lee sobre demandas legales a productos como Yaz y Jazmin, Mirena o Nuvaring- cáncer y coágulos sanguíneos están en el tope de la lista de los problemas de salud a largo plazo asociados a su uso. Algunas formas de

anticonceptivos tienen riesgo de provocar abortos también, ya que permiten la concepción pero impiden la implantación del embrión.

Económico:

No hay píldoras que comprar, no hay que visitar al médico para que cambie la prescripción por los efectos secundarios indeseables de una dosis determinada, no hay DIU para insertar ni extraer. Una vez que tú y tu esposa lo aprenden, algo que les costará desde U\$S 30 a un máximo de U\$S 500, es una habilidad vital que será suya de por vida.

Sabrás más acerca de las mujeres:

Aprenderás cómo funciona su ciclo fértil y cómo afecta sus estados de ánimo. Aprenderás algunas de las cuestiones que pueden enfermar a una mujer o afectar su fertilidad. Y podrás apoyarla mejor.

Conocerás a tu mujer por quien realmente es:

La anticoncepción hormonal tiene el extraño efecto de poner a la mujer en un estado artificial, como si estuviera siempre embarazada. Achata el normal sube y baja del nivel de hormonas y, por lo tanto, de su energía y estado de ánimo. No es ella misma. Imagínate si tú estuvieras bajo tratamiento con esteroides todo el tiempo. Si ella ha estado tomando anticonceptivos desde que la conociste, puede que aún no hayas conocido a tu esposa.

Serán socios en la planificación familiar:

Ya no dependerá todo solo de ella - eres parte de la decisión de tener o no niños, y ambos pueden tener un diálogo real acerca de ello. ¿No es mejor trabajar en equipo en estas decisiones críticas? Estos métodos no son el método del Ritmo de la abuela: funcionan tan bien como los anticonceptivos hormonales para evitar el embarazo. Y también ayudan a la mujer a conseguirlo.

Mejor comunicación:

Con el control natural de la fertilidad, tienen que hablar de sexo entre ustedes. El sexo ya no está completamente desconectado de la procreación, y están en esto juntos; entonces hablan, y eso es algo bueno. Y si pueden hablar de sexo, probablemente podrán hablar de cualquier otra cosa. Estas conversaciones habituales romperán también otras barreras.

Profundizarán su relación amorosa:

En los momentos que ustedes elijan (esta es una palabra clave) no tener sexo porque ambos desean posponer un embarazo, tienes la oportunidad de mostrar cuánto la amas: no se trata solo de "esta noche será mía". Podrás ser romántico y amoroso con ella solo por su bien - tal como cuando eran novios. Créeme, ella se dará cuenta y lo recordará. Más allá del sexo, todos buscamos intimidad emocional y nos sentimos satisfechos con ella. Con la regulación natural de la natalidad, tenemos una ventana de tiempo cada mes para crear esta intimidad.

Ella se sentirá más respetada:

Empieza por aquí: pregúntale si alguna vez se sintió usada cuando tuvieron sexo con anticonceptivos. Con la regulación natural de la natalidad, por el solo hecho de tener que aguantar durante el período de abstinencia, ella se sentirá apreciada. Y ella te respetará a ti por tener el suficiente autocontrol para hacerlo.

Mejor sexo:

En parte porque los anticonceptivos hormonales afectan negativamente la libido de la mujer, pero también porque tienen mejor comunicación, están más cercanos y ella se siente más comprendida y respetada por quien realmente es, tienes la oportunidad de conectarte con ella en un nivel más profundo. El sexo es mucho más que brindarse placer mutuo, es el acto de entregarnos mutuamente de manera completa. En simples términos, descubrirás que el sexo trae una sensación de comunión más profunda, y ella también lo verá.

Disminuirás la chance de divorcio enormemente:

Un estudio del Dr. Robert Lerner, sociólogo de la Universidad de Chicago, muestra que las parejas que practican Planificación Familiar Natural tienen un índice de divorcios del 0.2 %. Se necesita hacer muchos más estudios sobre este tema, pero la diferencia con la tasa de la población general, que es del 50 %, es enorme. Y todas las razones aquí mencionadas pueden explicarlo.

Preserva la fertilidad de ella:

Una importante característica del cuerpo femenino, especialmente si están planeando tener hijos juntos en algún momento. Los anticonceptivos no solo pueden detener la fertilidad por un tiempo corto, también pueden realmente alterarla una vez que han dejado de usarlos. Le lleva más tiempo a la mujer que está saliendo de la anticoncepción lograr el embarazo.

Preserva tu propia fertilidad y salud:

Especialmente si estás considerando una vasectomía. Primero, porque la esterilización masculina conlleva riesgos y puedes ver aquí un bien documentado artículo sobre lo que puede salir mal en una vasectomía. Como consecuencia de la alta tasa de divorcios, muchos hombres que optaron por la vasectomía se casan nuevamente y muchas veces se arrepienten de su decisión.

No estoy en tu lugar, y la información aquí presentada puede ser dejada de lado fácilmente. Me doy cuenta de que es una ojeada por encima sobre un tema muy complejo. Todo lo que estoy sugiriendo es que ustedes, varones, consideren esta opción seriamente y no se abstengan ni sean pasivos en este tema. Hay un mundo mejor ahí afuera, y vale la pena verificarlo.

Gerard y Anna Migeon fundaron Natural Womanhood, una ONG que promueve las gráficas de fertilidad para que las mujeres puedan conocer su propio cuerpo y disfrutar de buena salud, intimidad sexual y una planificación familiar efectiva. Viven en San Antonio, Texas y tienen dos hijos adultos. Este artículo apareció por primera vez en su sitio web, www.naturalwomanhood.org.

¿QUIERE INCLUIR A OTRO INSTRUCTOR, USUARIO O PROMOTOR EN NUESTRA LISTA DE ENVÍOS DE ESTE BOLETÍN?

Por favor, envíenos sus datos a nuestro correo electrónico: Nombre y apellido y dirección de Email.

EDITOR DEL BOLETIN ELECTRONICO DE WOOMB LATINOAMERICA



ASOCIACION CIVIL CAF

NIEVES SENDEROS DE LA NATURALEZA

Centro Coordinador del Método de la Ovulación Billings (MOB) en Argentina

Correo electrónico del Boletín: centrobillingsmerlo@yahoo.com.ar

PAGINA DEL METODO BILLINGS EN ARGENTINA

www.billingsargentina.org/index.html

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/Metodo-Billings-Argentina/176924269135435>

WOOMB LATINOAMERICA: ¿Quiénes somos?
<https://www.youtube.com/watch?v=ptaUfF69fHs>

PAGINA OFICIAL DEL METODO BILLINGS A NIVEL MUNDIAL

www.billingslife.org

Los artículos traducidos cuentan con la autorización correspondiente. Pueden reproducirse citando la fuente.
