



Lente Católico: Guía de Actividades

Episodio: Sexualidad

Profundizando

- ▶ ¿De qué manera te entregas a los demás en tu vida diaria? ¿Qué significa para ti amar como Cristo nos ama? ¿Cómo puedes lograr ser un don sincero de ti mismo para los demás?
- ▶ La unión de los esposos es el reflejo de la fecundidad de Dios. ¿De qué manera, el menospreciar al cuerpo daña el alma? ¿Se te hace difícil comprender la idea de reservar el sexo para el matrimonio? ¿Cómo podrías crecer en la virtud de la castidad?
- ▶ ¿Cuál es la diferencia entre el autodomínio y la restricción? ¿De qué manera la práctica del autodomínio sobre tus deseos sexuales puede conducirte a una mayor libertad en el amor? ¿De qué forma nuestra sexualidad nos eleva y acerca a Dios?

Sigue Adelante

Actividad en el aula de clases

- ▶ El grupo lee juntos el pasaje de 1 de Tesalonicenses 4, 1-12. Después, cada integrante reflexiona sobre las siguientes preguntas: ¿Crees que respetas a los demás y a ti mismo? ¿Cómo tratas a los demás y a ti mismo? ¿Te parece bien tener relaciones sexuales antes del matrimonio? ¿Por qué?
- ▶ Juntos elaboran un plan para establecer la práctica de ser un don sincero de sí mismo para los demás.

Actividad en la vida cotidiana

- ▶ Ponte en oración y haz una lista de los retos o dificultades que te impiden practicar la castidad. Preséntaselos a Dios y pídele que te ayude a crecer y fortalecer la práctica de esta virtud.



Recursos

- ▶ [10 Puntos que Debes Conocer sobre la Castidad](#)
- ▶ [Castidad: No Se Trata de las Reglas](#)
- ▶ [La Enseñanza sobre la Castidad y la Moral Sexual del Catecismo de la Iglesia Católica](#)

