



*No estás
sola*

**La mujer católica
y la decisión del aborto**

A veces es difícil para las personas católicas hablar del aborto.

Tal vez sientas que nadie comparte ni entiende tu experiencia. En estas páginas damos respuestas a algunas dudas que las personas católicas suelen tener acerca del aborto, y ofrecemos dos meditaciones para acompañarte en la toma de esta decisión. Queremos que sepas que *no estás sola*.

¿Las católicas abortan?

Sí, las católicas abortan. De hecho, en Estados Unidos las católicas abortan en aproximadamente las mismas proporciones que las demás mujeres.

¿Qué es lo que creen las personas católicas acerca del aborto?

Las personas católicas de todo el mundo apoyan el derecho al aborto legal y creen que este puede ser una opción moral.

¿Cuál es la enseñanza de la Iglesia acerca del aborto?

Las enseñanzas de la Iglesia sobre el aborto han cambiado con el tiempo. Muchos teólogos y teólogas católicos, tanto pasados como actuales, han dicho que el aborto puede ser una opción moral. Otros no están de acuerdo.

Tanto San Agustín como Santo Tomás de Aquino consideraban que el feto no se convertía en ser humano sino hasta etapas avanzadas del embarazo. Incluso en la actualidad, si bien el Vaticano no aprueba el aborto, ha

dicho de manera definitiva que no sabe cuándo una vida en gestación se convierte en ser humano. La tradición católica abarca más que las enseñanzas consignadas por los papas y teólogos. El catolicismo se basa en un profundo respeto hacia la conciencia, la que cada persona debe seguir, por encima de todo, a la hora de tomar una decisión moral.

¿Seré excomulgada si opto por abortar?

La respuesta sencilla es que el derecho canónico (de la Iglesia) no afirma que toda mujer que aborte habrá de ser excomulgada de forma automática.

De acuerdo con el derecho canónico, se podrá castigar el aborto en determinadas circunstancias. Pero también se reconoce que en ciertas situaciones una persona podrá recibir un castigo más leve, o bien ser eximida por completo. Hay quienes consideran que entre estos casos figura el de la mujer que haya obrado según su propia conciencia al optar por el aborto.

¿Debo confesarme por haber abortado?

Eso está entre tú y tu conciencia.

¿Por qué abortan las mujeres?

Las mujeres abortan porque no desean estar embarazadas. Las circunstancias de cada mujer son distintas, así que ella es la que está en mejores condiciones para decidir sobre su embarazo. Cualesquiera que sean sus razones, su decisión es digna de respeto.

A fin de cuentas, tú conoces tu propia vida mejor que nadie, y solo tú podrás tomar la mejor decisión acerca de tu embarazo. Toma todo el tiempo que necesites.

En fin, ¿cómo hago para decidirme yo misma?

Las decisiones acerca del embarazo son cosas serias. Al hallarte ante la opción de abortar o no, tienes que aceptar que la decisión es tuya, y no de nadie más.

- Piensa en tus compromisos en la vida: tanto hacia otras personas como hacia ti misma.
- Sabe lo que estás decidiendo. Pregunta a tu médico/a o enfermero/a sobre los aspectos médicos del aborto y del parto: las distintas intervenciones y los riesgos.
- Entiende tus sentimientos, tus convicciones religiosas y tus valores con respecto a tu embarazo; pondera esos elementos frente a tus sentimientos, convicciones y valores acerca de otras circunstancias en tu vida.
- Ten en cuenta todas tus opciones. Ninguna de estas será totalmente buena ni totalmente mala. Para poder tomar una buena decisión, hay que pensar en cada posibilidad que tienes a tu disposición.
- Ante una decisión tan importante como esta, conviene conversar con amigas o amigos de confianza, con alguna consejera o consejero imparcial, o una pareja.
- Por lo general, las clínicas en que se realizan abortos pueden remitirte a miembros del clero o a terapeutas, quienes podrán plantearte preguntas útiles. Si sientes que te están presionando de alguna forma, busca atención en otra parte. Un consejero bueno no procura empujarte hacia una u otra decisión.

Durante todo este tiempo en que estás tomando la decisión, recuerda que otras mujeres, incluidas muchas católicas, se han preguntado las mismas cosas. Algunas de ellas han decidido seguir adelante con el embarazo, y otras no.

Meditaciones

A veces nos olvidamos de la dimensión espiritual de los momentos y decisiones de mayor trascendencia en la vida. La mujer necesita el apoyo y la afirmación espirituales al tomar cualquier decisión personal, incluida la decisión sobre el embarazo. Para ello se puede realizar un ejercicio de tranquila reflexión, con las oraciones que mejor conozcas. O bien, puedes probar una de las meditaciones que se ofrecen a continuación. Estas se pueden realizar a solas o junto con tus seres queridos.

Meditación en busca de sabiduría

Contexto

Esta meditación te orientará hacia la toma de tu decisión acerca del embarazo.

Centración

Pon música relajante en el fondo, a un volumen reducido.

Encendido de vela

Enciende una vela, absorbe su fuerza y reza.

Oración

Santa Sabiduría, fuente de gracia y amor, lléname de sabiduría de forma tal que yo pueda ver con claridad la decisión que deba tomar. Dame, mediante tu Espíritu, tu bendición y tu consuelo.

Visualización

- Imagínate que vas caminando por un sendero en el bosque. Visualiza lo que será tu futuro si optas por seguir adelante con el embarazo. Al final de este sendero, verás cómo será tu vida después de diez años. (Toma una pausa de varios minutos para observar este futuro).
- Ahora comienza de nuevo. Visualiza otro sendero en el bosque: el que lleva a tu futuro si optas por no seguir con el embarazo. Al final de este sendero, verás cómo será tu vida después de diez años. (Toma una pausa de varios minutos para observar este futuro).
- Una vez que hayas imaginado estos dos senderos, busca un cuarto ameno en que haya una silla cómoda. Siéntate en ella y piensa en lo que acabas de visualizar. (Toma una pausa por cuanto tiempo desees).

Reflexión

Permanece sentada mientras observas la vela encendida, anotas tus pensamientos en un diario y/o compartes tus reflexiones con tus seres queridos.

Afirmación de clausura

Sabiduría, acudes a quienes reflexionan sobre la vida en toda su complejidad. Ayudas a tomar decisiones fundamentadas en la honestidad y en la verdad. Vives dentro de mí. Te escucho. Confío en ti. Sabiduría, contigo nunca estoy sola.

Canción

Elige la música con la que darás por concluida la meditación.

Confirmación de la decisión

Contexto

Con este ejercicio se confirma que has tomado una buena decisión. Puede realizarse en cualquier momento para darte fuerza, sanación y cierre emocional. Esta confirmación está concebida para realizarse con amistades, pero también puedes hacerla a solas, sabiendo que aun así no estás sola: cuentas con el apoyo de otras personas católicas.

Reunión

La líder invita a personas solidarias —las que hayas indicado tú— para que se reúnan en un círculo. Ella les da la bienvenida e inicia la confirmación.

Canción

Pon la canción reconfortante que más te guste.

Oración

Bendito eres, Santo, por tu presencia con _____ (tu nombre).

Alabado seas, Dios, por haberle dado a tu pueblo el poder de decisión.

Estamos aquí para apoyar la decisión que ha tomado _____ acerca de su embarazo. Esta decisión nunca es sencilla, pero ella ha llegado a esta conclusión con rectitud y fortaleza.

Nuestra querida hermana ha tomado la decisión más adecuada para ella y su familia. Acudimos ahora a acompañarla en este momento y la apoyamos en su decisión. Andaremos junto con ella sobre el camino que nos queda por delante.

Bendito eres, Santo, por tu presencia con ella.

Lectura

Elige un poema, una lectura o un pasaje de las escrituras que comunique un mensaje positivo.

Intercambio

La líder te invita (e invita a otras, si tú lo deseas) a hablar sobre tu decisión. Puedes aprovechar el momento para realizar algún gesto —por ejemplo, encender una vela, dispersar pétalos de flor o repartir flores secas— y así expresar tus sentimientos.

[Para el ritual siguiente se podrá utilizar aceite o agua].

Bendición de _____ (tu nombre):

_____, te queremos con toda el alma. Para demostrarte nuestro apoyo, no solo por ti sino también por tu decisión, te regalamos este tazón y este aceite. El aceite calma los huesos. El aceite fortalece y sana. (En este momento, la líder podrá añadir algunas perspectivas que hayas compartido, o reflexionar sobre algunas de tus fortalezas).

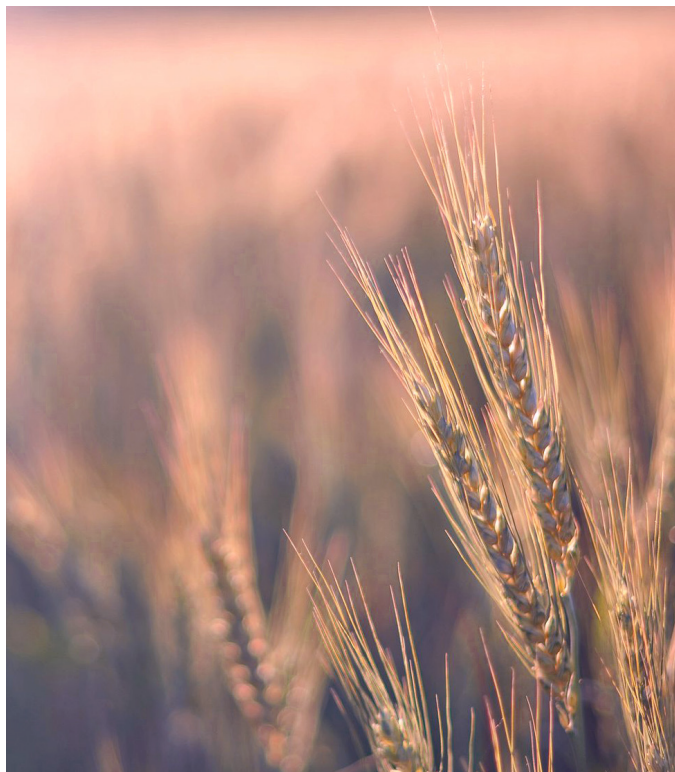
Te bendecimos con este aceite. (Cada persona, tomando el aceite del tazón, te unge las manos, la cara, los pies, el cuello, los hombros y/o la cabeza. Cada una te abraza, dando así por concluida la bendición).

_____ (tu nombre), el tazón es símbolo de este día. Cuando te haga falta sabiduría —y a todas nos tocan días así—, podrás mirar este tazón y recordar nuestro amor por ti.

Canción de clausura

Elige una canción para dar por concluida la confirmación.

Las meditaciones se adaptaron de un texto de Diann Neu, liturgista y psicoterapeuta feminista y codirectora de WATER, la Women's Alliance for Theology, Ethics and Ritual [Alianza de Mujeres por la Teología, la Ética y el Ritual], Silver Spring, Maryland, Estados Unidos.



Catholics for Choice

Catholics for Choice forja y promueve una ética sexual y reproductiva fundamentada en la justicia, que refleje un compromiso con el bienestar de la mujer y que respete y confirme la capacidad moral de mujeres y hombres para que puedan tomar decisiones sobre su propia vida.

Catholics for Choice produce una amplia gama de publicaciones que tratan temas como la atención de la salud brindada por entidades católicas, la opinión pública entre personas católicas, las entidades católicas conservadoras y los derechos de personas católicas dentro de la Iglesia. Para consultar una lista completa de las publicaciones de CFC, se ruega acudir a nuestro sitio web, www.CatholicsForChoice.org.

Jon O'Brien, Presidente

CONSEJO DIRECTIVO

Daniel A. Dombrowski, PhD, Presidente del Consejo

Neil Corkery

Dawne Deppe

Janet Gallagher, JD

Anka Grzywacz

John Lesch, JD

Anthony Padovano, PhD, STD

Denise Shannon

Rosemary Radford Ruether, PhD, Emérita

1436 U Street NW, Suite 301
Washington, DC 20009

www.CatholicsForChoice.org

cfc@CatholicsForChoice.org

T: (202) 986-6093

F: (202) 332-7995

 facebook.com/CatholicsforChoice

No estás sola: La mujer católica
y la decisión del aborto

© Catholics for Choice, 2015.

Todos los derechos reservados.

ISBN: 978-1-936421-13-8

CATHOLICS
FOR
CHOICE