



La castidad en los jóvenes

Aprender a amar con libertad, verdad y dominio de sí

Objetivo de esta guía

La castidad no es desprecio del cuerpo ni miedo al amor. Es integración del deseo para amar de modo verdadero, respetando la dignidad propia y la del otro.

Base bíblica para leer en familia o catequesis: 1 Tes 4,3-8; 1 Cor 6,18-20; Mt 5,8; Gál 5,22-23; 2 Tim 2,22.

Cómo usarla

Lee primero los textos bíblicos señalados. Después responde las preguntas con calma. No se trata de llenar una hoja, sino de formar la conciencia, reconocer la voz de Dios y dar un paso concreto de conversión.

Aspecto	Para vivirlo	Texto bíblico
Cuerpo	Templo del Espíritu.	1 Cor 6,19
Mirada	No usar al otro.	Mt 5,28
Límites	Guardar el corazón.	Prov 4,23
Gracia	Levantarse con humildad.	1 Jn 1,9



10 preguntas para reflexionar

Cada pregunta incluye una pista breve y una referencia bíblica para meditar sin inventar contenidos.

- 1** ¿Entiendo mi cuerpo como templo del Espíritu Santo?
La dignidad corporal pide respeto, cuidado y responsabilidad.
Cita: 1 Cor 6,19-20

- 2** ¿Busco amar o usar?
La castidad enseña a mirar al otro como persona, no como objeto.
Cita: Mt 5,27-28

- 3** ¿Cuido lo que veo y consumo?
El corazón se educa con decisiones concretas.
Cita: Mt 6,22-23

- 4** ¿Tengo amistades que me ayudan a crecer?
La vida cristiana necesita compañía buena y sincera.
Cita: 2 Tim 2,22

- 5** ¿Sé poner límites sanos?
Los límites protegen el amor y evitan ocasiones de daño.
Cita: Prov 4,23

- 6** ¿Confundo deseo con amor?
El amor verdadero busca el bien del otro y sabe esperar.
Cita: 1 Cor 13,4-7

- 7** ¿Pido ayuda si caigo?
La gracia no abandona; llama a levantarse y reconciliarse.
Cita: 1 Jn 1,9

- 8** ¿Practico dominio de mí?
El fruto del Espíritu incluye templanza.
Cita: Gál 5,22-23

- 9** ¿Vivo la pureza con alegría y realismo?
El corazón limpio ve a Dios y aprende a amar mejor.
Cita: Mt 5,8

- 10** ¿Ofrezco mi afectividad a Cristo?
La santidad alcanza también deseos, heridas y proyectos.
Cita: 1 Tes 4,3-8



Para llevarlo a la vida

1. Leer

Elige una cita bíblica de la guía y léela despacio. Pregunta: ¿qué me revela Dios aquí?

2. Examinar

Escoge dos preguntas que toquen tu vida real. Escríbelas y responde con sinceridad.

3. Decidir

Formula un propósito pequeño, concreto y verificable para esta semana.

4. Orar

Jesús, ordena mi corazón. Enséñame a amar con libertad, pureza, respeto y alegría.

Notas para catequistas y familias

Esta guía puede trabajarse en conversación, oración familiar, reunión juvenil o preparación sacramental. Si surge una situación grave de conciencia, violencia, abuso, salud mental o peligro personal, busca acompañamiento de un adulto responsable, un sacerdote, un profesional competente o la autoridad correspondiente.

Frase de cierre

La fe católica forma la inteligencia, sana el corazón y orienta la libertad hacia el amor verdadero.

CatólicosGPT | La IA Católica #1 en Español