



La sexualité est un sujet qui, dans le monde d'aujourd'hui, est entouré de confusion, de relativisme et, dans de nombreux cas, d'une profonde désorientation. Pour les parents catholiques, aborder ce sujet avec leurs enfants peut sembler être un défi insurmontable, surtout dans une culture qui promeut des messages contraires aux valeurs de la foi. Cependant, l'Église catholique offre une vision profonde et belle de la sexualité, enracinée dans la dignité humaine, l'amour et le plan divin. Cet article vise à guider les parents sur la manière de parler de sexualité avec leurs enfants dans une perspective catholique, en combinant la théologie, l'histoire de l'enseignement de l'Église et des applications pratiques pour la vie quotidienne.

1. La sexualité dans le plan de Dieu : Un don sacré

Dès le commencement, la sexualité fait partie du dessein divin. Dans le livre de la Genèse, nous lisons : « Dieu créa l'homme à son image, il le créa à l'image de Dieu, il les créa homme et femme » (Genèse 1, 27). Ce passage nous révèle que la sexualité n'est pas un accident ou un simple instinct biologique, mais un don sacré qui reflète l'image de Dieu. La complémentarité entre l'homme et la femme est un signe visible de l'amour créateur de Dieu.

L'Église enseigne que la sexualité est ordonnée à l'amour et à la vie. Dans le mariage, cet amour s'exprime dans l'union intime des époux, qui participent à l'œuvre créatrice de Dieu en donnant naissance à de nouvelles vies. Par conséquent, parler de sexualité avec nos enfants ne se limite pas à aborder la biologie, mais à explorer un mystère profond qui unit le corps, l'âme et l'esprit.

2. L'importance de l'éducation sexuelle au foyer

Dans un monde où les enfants sont exposés à des messages déformés sur la sexualité à un âge de plus en plus précoce, les parents ont la responsabilité d'être les premiers éducateurs de leurs enfants dans ce domaine. L'Église a toujours soutenu que l'éducation sexuelle doit commencer à la maison, dans un environnement d'amour, de respect et de confiance.

Saint Jean-Paul II, dans sa *Théologie du Corps*, a souligné que la sexualité est une partie intégrante de la personne humaine et doit être comprise dans le contexte de l'amour authentique, qui est don de soi et respect. Les parents ont la mission de transmettre cette



vision à leurs enfants, en les aidant à comprendre que leur corps est un temple du Saint-Esprit (1 Corinthiens 6, 19) et qu'ils doivent le traiter avec révérence.

3. Comment aborder le sujet selon l'âge

L'éducation sexuelle n'est pas un sujet à traiter en une seule fois, mais de manière progressive, en s'adaptant à la maturité de chaque enfant. Voici quelques lignes directrices selon les étapes de développement :

- **Enfance (5-9 ans) :** À ce stade, les enfants sont curieux et posent des questions simples. Il est important de répondre avec honnêteté, mais sans donner plus d'informations que nécessaire. Par exemple, s'ils demandent d'où viennent les bébés, on peut expliquer que papa et maman s'aiment tellement que Dieu leur permet de créer une nouvelle vie. Il est essentiel d'utiliser un langage approprié et de souligner que le corps est quelque chose de bon et de sacré.
 - **Préadolescence (10-12 ans) :** À cette phase, les enfants commencent à vivre des changements physiques et émotionnels. C'est le moment de parler de la puberté, des changements corporels et de la pureté. Les parents doivent expliquer que ces changements sont normaux et font partie du plan de Dieu pour les préparer à la vie adulte. Il est également important d'aborder la chasteté comme une vertu qui les aide à se respecter eux-mêmes et les autres.
 - **Adolescence (13-18 ans) :** Les adolescents sont exposés à une forte pression sociale et médiatique. Il est crucial de parler ouvertement du sens de l'amour véritable, du respect dans les relations et des dangers de la pornographie, de l'utilisation de contraceptifs et des relations prémaritales. Les parents doivent rappeler à leurs enfants que la sexualité est un don qui doit être préservé pour le mariage, où elle trouve son plein sens.
-

4. La chasteté : Un chemin de liberté et d'amour

L'un des concepts les plus mal compris dans la culture actuelle est la chasteté. Beaucoup la voient comme une restriction, mais en réalité, c'est un chemin de liberté et d'amour authentique. La chasteté n'est pas le rejet de la sexualité, mais son intégration dans la personne tout entière, en l'orientant vers l'amour véritable.



Jésus a enseigné : « *Heureux les cœurs purs, car ils verront Dieu* » (Matthieu 5, 8). La pureté du cœur nous permet de voir Dieu en nous-mêmes et dans les autres. Les parents doivent enseigner à leurs enfants que la chasteté n'est pas réservée aux religieux, mais à tous les baptisés, comme une manière de vivre la sexualité conformément à la volonté de Dieu.

5. Répondre aux défis actuels

Dans un monde où l'idéologie du genre, la pornographie et la banalisation du sexe sont omniprésentes, les parents doivent être préparés à répondre à ces défis avec clarté et charité. Il est important d'éduquer les enfants sur la vérité de l'identité sexuelle, basée sur la biologie et le dessein divin, et sur les dommages causés par la pornographie et les relations superficielles.

De plus, les parents doivent être des exemples vivants de vertu et d'amour. Les enfants apprennent plus de ce qu'ils voient que de ce qu'ils entendent. Un foyer où le respect, la fidélité et l'amour authentique sont vécus est le meilleur témoignage de la beauté de la sexualité selon le plan de Dieu.

6. Ressources et outils pour les parents

- **Prière et sacrements** : La grâce de Dieu est essentielle pour vivre et transmettre une sexualité saine. Les parents doivent recourir à la prière, à l'Eucharistie et à la Confession pour se fortifier dans leur mission.
 - **Livres et matériels** : Des ouvrages comme « *Théologie du Corps* » de saint Jean-Paul II, « *L'art d'éduquer* » de Francisco Cardona, et des ressources d'organisations comme *Focus on the Family* ou *Ascension Press* peuvent être très utiles.
 - **Dialogue ouvert** : Favoriser un environnement de confiance où les enfants se sentent à l'aise pour poser des questions et exprimer leurs doutes.
-

Conclusion : Un appel au courage et à la confiance

Parler de sexualité avec vos enfants dans une perspective catholique n'est pas seulement une responsabilité, mais une opportunité de les guider vers une vie épanouie et heureuse, en



Comment parler de sexualité avec vos enfants dans une perspective catholique : Un guide spirituel et pratique pour les parents | 4

harmonie avec le plan de Dieu. Bien que le chemin puisse sembler difficile, les parents ne sont pas seuls. Ils ont la sagesse de l'Église, la grâce des sacrements et l'amour de Dieu, qui les soutient toujours.

Comme nous le rappelle saint Paul : « *Tout ce qui est vrai, noble, juste, pur, digne d'amour, honorable, tout ce qu'il y a de vertueux et de méritant l'éloge, tout cela, prenez-le en compte* » (Philippiens 4, 8). Que ces mots inspirent les parents à éduquer leurs enfants dans la vérité et la beauté de la sexualité, comme un don sacré qui nous rapproche de Dieu et des autres.