

CAPÍTULO 5

Como abordar a vida sexual no casamento

Noivo à sua virgem noiva:

Que belo é o teu amor, [...] noiva minha! Quanto melhor é o teu amor do que o vinho, e o aroma dos teus unguentos do que toda sorte de especiarias! Os teus lábios, noiva minha, destilam mel. Mel e leite se acham debaixo da tua língua, [...] Jardim fechado és tu, [...] noiva minha, manancial recluso, fonte selada. Os teus renovos são um pomar de romãs, com frutos excelentes: a bena e o nardo; o nardo e o açafraão, o cálamô e o cinamomo, com toda a sorte de árvores de incenso, a mirra e o aloés, com todas as principais especiarias. És fonte dos jardins, poço das águas vivas, torrentes que correm do Líbano!

Virgem noiva:

Levanta-te, vento norte, e vem tu, vento sul; Assopra no meu jardim, para que se derramem os seus aromas. Ab! Venha o meu amado para o seu jardim e coma os seus frutos excelentes!

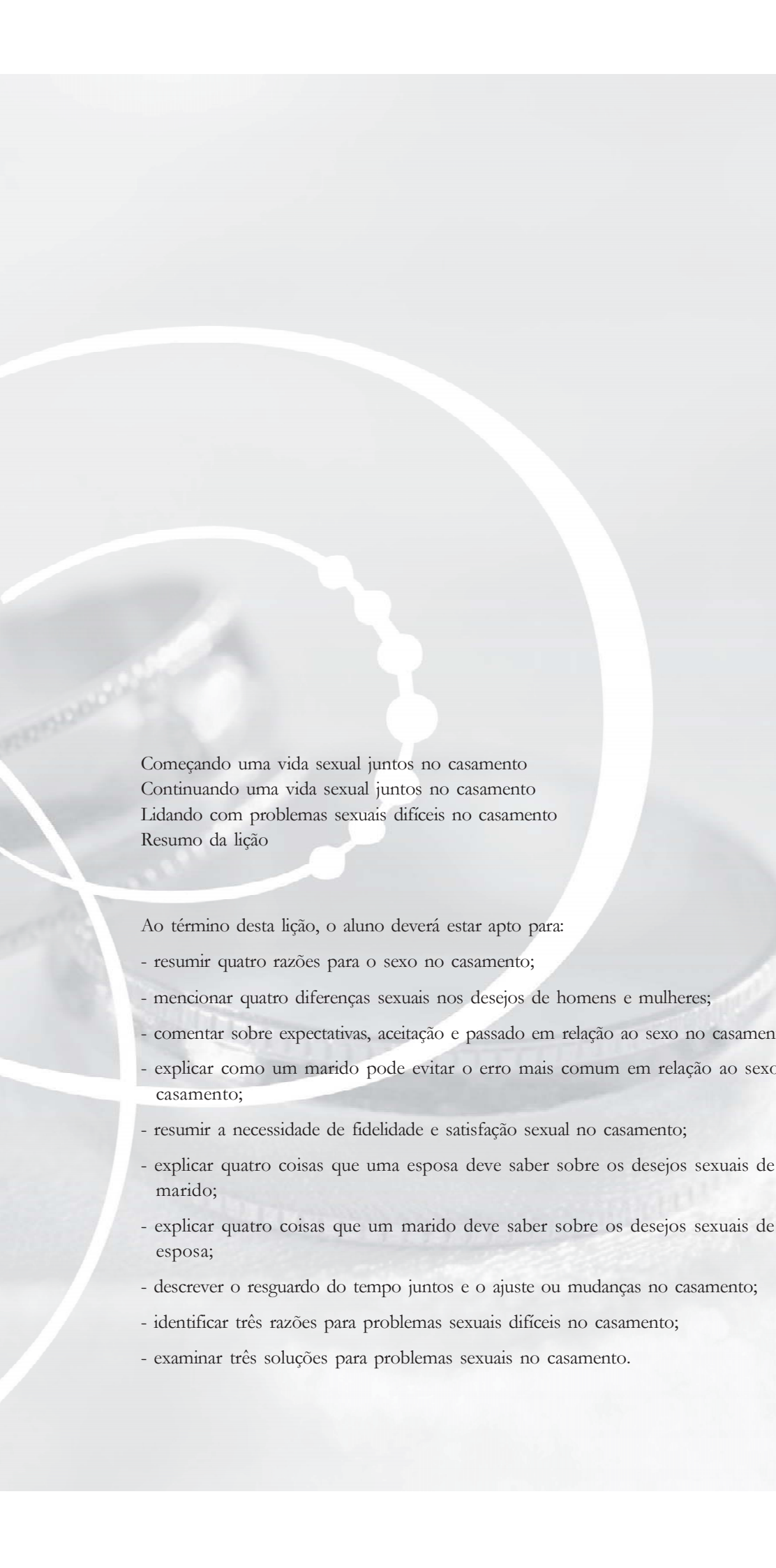
Noivo:

Já entrei no meu jardim, [...] noiva minha; colhi a minha mirra com a especiaria, Comi o meu favo com o mel, bebi o meu vinho com o leite.

Coro:

Comei e bebei, amigos; bebei fartamente, ó amados. (Ct 4.10-5.1).

O Cântico dos Cânticos tem várias interpretações. Mas muitas negligenciam o significado simples e principal. Neste maior dos cânticos, vemos o prazer do marido e esposa compartilhando seu amor de forma física. Através do cântico, eles buscam um ao outro com paixão. Eles se tornam “uma só carne”. A Bíblia claramente mostra que as relações sexuais no casamento devem trazer prazer para marido e mulher. Esta lição explorará como marido e mulher podem desfrutar de sua experiência sexual ao longo do casamento.



Começando uma vida sexual juntos no casamento
Continuando uma vida sexual juntos no casamento
Lidando com problemas sexuais difíceis no casamento
Resumo da lição

Esboço da Lição

Ao término desta lição, o aluno deverá estar apto para:

Objetivos da Lição

- resumir quatro razões para o sexo no casamento;
- mencionar quatro diferenças sexuais nos desejos de homens e mulheres;
- comentar sobre expectativas, aceitação e passado em relação ao sexo no casamento;
- explicar como um marido pode evitar o erro mais comum em relação ao sexo no casamento;
- resumir a necessidade de fidelidade e satisfação sexual no casamento;
- explicar quatro coisas que uma esposa deve saber sobre os desejos sexuais de seu marido;
- explicar quatro coisas que um marido deve saber sobre os desejos sexuais de sua esposa;
- descrever o resguardo do tempo juntos e o ajuste ou mudanças no casamento;
- identificar três razões para problemas sexuais difíceis no casamento;
- examinar três soluções para problemas sexuais no casamento.

COMEÇANDO UMA VIDA SEXUAL JUNTOS NO CASAMENTO

OBJETIVO 1
Resumir quatro razões para
o sexo no casamento.

A Bíblia declara quatro razões porque Deus deu a experiência sexual para maridos e mulheres:

- **Primeira, “a relação sexual” – sexo entre marido e mulher – é a maneira de criar nova vida.** Deus criou o homem e a mulher. Ele os abençoou e lhes disse para serem fecundos e encher a terra (Gn 1.28);
- **Segunda, o sexo entre marido e mulher previne a imoralidade sexual.** Enquanto que o leito conjugal é santo, o sexo fora do casamento é pecaminoso (Hb 1.34). Assim, 1Co 7.2 nos diz que a maioria das pessoas deve buscar o casamento como uma maneira santa de satisfazer seu desejo sexual;
- **Terceira, o sexo move maridos e mulheres em direção à “unidade”.** Eles se tornam *uma só carne*. “Por isso, deixa o homem pai e mãe e se une à sua mulher, tornando-se os dois uma só carne” (Gn 2.24). Na relação sexual, marido e mulher são retirados da preocupação consigo mesmos para se preocupar um com o outro. Eles cuidam tanto de cada um deles como cuidam de suas próprias necessidades sexuais e emocionais. O sexo no casamento une o corpo, a alma e o espírito. “Não foi o SENHOR que os fez um só? Em corpo e em espírito eles lhe pertencem. E por que um só? Porque ele desejava uma descendência consagrada. Portanto, tenham cuidado: Ninguém seja infiel à mulher da sua mocidade.” (Mt 2.15, NVI). O sexo no casamento renova e revigora o amor entre marido e mulher;
- **Quarta, o sexo é para a diversão e prazer entre marido e mulher.** Este prazer os encoraja a deleitar-se um no outro. O prazer dentro do compromisso do casamento é como um imã que os mantém voltando-se um para o outro. O sexo no casamento é uma maneira divertida e satisfatória de compartilhar amor. Um crente que se sente culpado a respeito de ter prazer na cama com seu parceiro precisa discernir que esta culpa não vem de Deus. O Cântico dos Cânticos nos ensina que Deus quer que maridos e mulheres tenham prazer juntos sexualmente. É o plano de Deus que marido e mulher desfrutem do sexo um com o outro.

Estas quatro razões mostram porque a relação sexual é uma parte única e poderosa do casamento. O casamento possibilita um tempo para desenvolver uma rica vida no relacionamento sexual. Mas é bom começar bem. Assim, vamos dar uma olhada em como o casal recém-casado deve iniciar um bom relacionamento sexual.



1. Quais são as quatro razões para o dom do sexo no casamento?

Comecem a vida sexual juntos concordando sobre crianças e controle de natalidade

A relação sexual pode gerar filhos. Mas este não é seu único propósito. Se o sexo fosse por somente esta razão, os casais poderiam ter sexo somente alguns dias por mês. A maior parte das fêmeas no mundo animal querem sexo com um macho por somente alguns dias por ano – para ficarem prenhas. Mas a fêmea humana deseja ter sexo com seu marido ao longo de todo o ano. Entretanto, o medo da gravidez pode prejudicar o relacionamento sexual. Uma gravidez precoce pode tornar o casamento difícil. Um casal deve discutir, concordar e escolher um plano para filhos antes de começar a vida sexual. Muitos casais desejam esperar alguns meses, outros alguns anos, até que tenham filhos. Isto lhes dá tempo para desfrutar um ao outro, fortalecer-se financeiramente e ajustar-se ao casamento.

2. Em sua cultura, depois do casamento, alguns gostam de esperar um tempo antes de ter filhos? Explique.



Comecem a vida sexual juntos conhecendo as diferenças sexuais entre homens e mulheres

Tom nunca havia dirigido um carro. Não fora treinado, mas tinha bastante vontade. Ele não sabia como colocar gasolina ou verificar o óleo. Ele não estava certo de qual pedal controlava o breque ou qual a velocidade. E somente conhecia o significado de uns poucos sinais de trânsito. Assim mesmo, ele imaginava quão agradável seria dirigir. Ele já se via correndo nas curvas e dirigindo o carro para o topo de uma montanha. Quantos de nós gostaria de estar ao lado do Tom quando ele dirigisse? Todos prefeririam que ele tivesse primeiro algum treinamento.



OBJETIVO 2
Mencionar quatro diferenças sexuais nos desejos de homens e mulheres.

3. Que lição Tom ilustra?



Há uma maneira certa e uma maneira errada de aprender sobre o sexo. Por exemplo, a pornografia é a maneira errada de aprender sobre sexo. É um pecado que Satanás usa. Revistas, imagens, filmes, vídeos e danças pornográficas trazem dinheiro para o produtor e prazer sexual para quem os assiste. As pessoas usadas para essas finalidades podem estar envergonhadas, defraudadas, e machucadas. Não faz diferença como elas são usadas enquanto quem vê se sinta sexualmente excitado. A pornografia destrói os desejos sexuais naturais. Os usuários podem ficar totalmente centrados em

si mesmos a respeito do sexo. Eles pensam sobre os outros como objetos a ser usados para o seu prazer. Não mais veem os outros como pessoas que são criados à imagem de Deus. Todas estas atitudes trazem dor para o relacionamento conjugal. Recuse-se a dar até mesmo um só passo no caminho da pornografia. Nem mesmo olhe para a comida na mesa do diabo. É venenosa.



4. O que é pornografia, e por que é errada?

Alguns dizem que as pessoas devem ter experiências sexuais antes do casamento. Já estudamos que isso é tolice. Aprender sobre sexo através da prática é somente para o casamento. Entretanto, antes do casamento, há muito o que aprender através de conversas edificantes ou estudos. Na lição anterior mencionamos os livros sobre sexo escritos por LaHaye e Wheat. Estes livros têm ensinamentos sobre o sexo no casamento. Algumas culturas podem pensar que estes livros são liberais demais. Pais, antes que seus filhos se casem, vocês devem ensiná-los a respeito dos assuntos sexuais. De outra forma, eles vão aprender fora de casa. O pai deve ensinar o filho, e a mãe deve ensinar sua filha. Também, um conselheiro idôneo na igreja pode discutir estas questões com quem está planejando se casar. Qualquer que seja a fonte da educação sexual que uma pessoa esteja buscando para o casamento, ela deve aprender sobre os corpos masculino e feminino. O quadro a seguir compara homens e mulheres em vários tópicos de assuntos relacionado ao sexo.

Diferenças Sexuais Básicas entre Homens e Mulheres

A maioria dos homens

Deseja ter sexo com frequência, tal como uma ou mais vezes na semana;
Deseja ter sexo só de ver um corpo feminino;
Pode desfrutar do sexo praticamente em qualquer tempo;
O desejo sexual surge rapidamente, como no acender de um fósforo;
Pode alcançar o clímax rapidamente;
Pode focar-se no sexo facilmente, não importa o que esteja acontecendo;
Precisa atingir o clímax para desfrutar o sexo;
Pode muitas vezes encontrar energia extra para o sexo.

A maioria das mulheres

Pode se contentar com menos sexo;
Não deseja ter sexo durante o período menstrual;
Deseja ter sexo por causa do relacionamento: tocar, falar e do romantismo;
Precisa da aproximação para desfrutar o sexo;
O desejo sexual surge lentamente, como a água aquecendo-se;
Precisa de mais tempo para alcançar o clímax;
É facilmente distraída pelo em torno, cheiro, sujeira, barulho ou falta de privacidade;
Pode achar o sexo agradável sem o clímax;
Tem menos desejo sexual quando se sente cansada.



5. Qual é a melhor maneira de aprender sobre sexo em sua cultura?

6. Quais são algumas diferenças sexuais entre marido e mulher?



Marido, se você quer ter sexo com sua esposa à noite, planeje com antecedência. Comece a plantar sementes de benignidade pela manhã. Mostre seu amor por ela ao longo do dia. Pense no sexo não somente como um evento, mas como o fruto de sua amizade e relacionamento com sua esposa. Reserve um tempo para conversar com ela. Faça perguntas sobre o seu dia, sorria para ela, e ouça cuidadosamente quando ela fala. Ajude-a em seu trabalho. Faça as refeições juntos e vá para a cama cedo antes que ela esteja cansada demais. No quarto, não aja como um touro bravio no campo! Ao invés disso, seja gentil. Mantenha-a perto de você. Fale suavemente, toque nos lugares que lhe dão prazer. Massageie seu pescoço, costas e pés. Pergunte o que a faz sentir-se bem. Beije-a devagar em lugares e de maneiras que ela gosta. Agradeça-lhe por ser uma boa esposa para você. Faça-lhe um elogio sincero pela sua beleza de caráter, espírito e corpo. Diga-lhe o quanto você a ama. Qual de nós jamais se cansa de ser elogiado? Sua esposa nunca se cansará de ouvir as coisas boas que você pode dizer a ela. Devagar, seus desejos sexuais surgirão, como um fogo no carvão vem de fumaça para brasas ardentes. Sua esposa pode voar, mas ela precisa de uma longa pista de decolagem! Faça do sexo algo que sua esposa desfrute – uma expressão de seu relacionamento amoroso. Ame-a como você ama a si mesmo. Um conselheiro sábio disse que é bom que um marido e mulher gastem uma hora na sua relação sexual. É um tempo especial e santo para desfrutar juntos.

7. Se o deseja ter sexo com sua esposa à noite, como planejá-lo com antecedência?



Comecem a vida sexual juntos com expectativas realistas e sensíveis

As expectativas sexuais são esperanças e ideias que as pessoas têm sobre o sexo. Elas são criadas de muitas maneiras – quer boas ou más. As expectativas de uma pessoa podem ser formadas através de histórias de uma cultura, pornografia, filmes, sonhos, conversas, imaginação ou experiências passadas. As primeiras experiências sexuais no casamento podem não ser o que as pessoas esperavam ou imaginavam, o que pode causar decepções. É melhor abordar o casamento de forma transparente. Segue quatro verdades sobre a experiência sexual no casamento.

OBJETIVO 3
Comentar sobre expectativas, aceitação e passado em relação ao sexo no casamento.



8. Quais são algumas fontes de expectativas sexuais?



9. A primeira relação sexual no casamento é a melhor? Explique.

1. **Leva tempo para um casal desenvolver relações sexuais que agradem a ambos.** O plano bíblico é que o prazer sexual seja para o marido e para a mulher. Cada pessoa é única e cada casal é único. Diferenças básicas entre homens e mulheres não descrevem tudo. Por exemplo, uma esposa pode desejar ter sexo mais do que seu marido deseja. Isto não é verdade a maior parte do tempo, mas é possível. Ou um certo marido pode ter pouco prazer no sexo se sua esposa não encontra prazer nele sexualmente. Há uma ampla gama de comportamentos sexuais saudáveis em homens e mulheres. Cada casal será único em sua experiência.

Marido e mulher precisam de tempo para aprender o que agrada um ao outro. As coisas que trazem prazer podem diferir de pessoa para pessoa. Coisas que trazem prazer podem mudar numa pessoa de tempos em tempos. Isto significa que uma primeira noite apaixonada e perfeita entre dois virgens é coisa rara. O casal não deve ficar desanimado ou embaraçado nas primeiras experiências. O sexo no casamento fica mais rico à medida que os anos passam. Marido e mulher aprendem a agradar um ao outro conversando durante o sexo e descobrindo formas novas de carinho. Deuteronômio 24.5 diz, *“Homem recém-casado não sairá à guerra, nem se lhe imporá qualquer encargo; por um ano ficará livre em casa e promoverá felicidade à mulher que tomou.”*



10. Como você pode aplicar o princípio de Dt 24.5 na sua cultura?

2. **Há ainda necessidade de controle sexual no casamento.** O casamento não significa que o sexo esteja disponível todas as vezes. Casais amorosos algumas vezes esperam para satisfazer suas necessidades sexuais. Doença, tristeza, gravidez, falta de privacidade, cansaço, viagem, ou tempos para jejum e oração podem limitar o sexo. Durante tais tempos, o marido ou a mulher precisa praticar o controle sexual. Lembre-se, Jesus nos ensinou a amarmos uns aos outros, não apenas a nós mesmos (Jo 15.12)!

11. Um marido deve desejar sexo sempre que necessitar? Explique.



3. O relacionamento, como um todo, de um casal afeta a sua relação sexual.

Assim como uma maçã ou batata podre afeta todo o pacote; como o fermento afeta todo o filão de pão; um problema em qualquer parte do relacionamento do casal afeta todo o relacionamento. Discussões entre marido e mulher causarão frieza em sua vida sexual. Isto é especialmente verdadeiro para a esposa, porque ela precisa se sentir emocionalmente próxima para desfrutar a relação sexual. Coisas como discussões, palavras ásperas e pressões financeiras afetarão a vida sexual de um casal. Depois de uma briga, o marido pode querer fazer as pazes e ter relação sexual – mas a esposa pode precisar de várias horas para que suas emoções sejam curadas. Marido, não brigue com sua esposa. Se você quer colher mel, não chute a colméia.

12. Por que uma esposa não gosta de ter sexo logo depois de uma discussão?



Cantares de Salomão 5.2-8 nos fala de uma situação em que uma esposa rejeitou seu marido. Naqueles dias, o rei e sua esposa muitas vezes dormiam em quartos separados. Ela estava acordada quando ele chegou tarde em casa. Ela estava incomodada porque ele a acordou no meio da noite – assim ela se recusou a lhe abrir a porta. Depois de alguns minutos, ela acordou completamente do seu sono e concordou em recebê-lo. Mas já era tarde. Ele havia ido embora. Seu orgulho masculino fora machucado pela rejeição por parte dela. Ela o procurou para fazer as pazes, mas não pôde encontrá-lo naquele momento. Assim, ambos sentiram-se mal por algum tempo, até que resolveram a sua discussão. Este exemplo nos ensina que discussões afetam o sexo dentro do casamento.

- 4. Ajuda na comunicação um com o outro durante a relação sexual.** Muitas pessoas acham que é uma coisa ruim falar com seu parceiro sobre os sentimentos sexuais. Isto pode vir de uma noção cultural de modéstia. Ou, alguns erram em pensar que uma vez que o sexo é natural, o cônjuge já deveria saber o que é agradável. Algumas vezes, não falar sobre sexo vem do medo de ser honesto. Por exemplo, um marido poderia não saber como uma esposa responderá ao que ele gosta. Talvez ela está fazendo uma coisa e ele gosta de outra, de forma que ele está com medo de magoar os sentimentos dela se ele falar. Um marido resolveu este problema ao silenciar sobre as coisas que ele não gostava, mas contar a sua esposa quando ela

fazia algo de que ele gostava. Alguma forma de comunicação ajuda. Os casais que desfrutavam mais o sexo são aqueles que encontram maneiras de comunicar o que lhes agrada. Cada parceiro deve procurar amar numa maneira que agrada mais ao outro.



13. Como você irá saber do que seu parceiro gosta mais na relação sexual?

Comecem a vida sexual juntos com aceitação

Quando Adão e Eva foram criados, eles estavam nus diante um do outro (Gn 2.25). Nenhum deles estava envergonhado da maneira como pareciam e ambos aceitavam-se um ao outro. Este nível de aceitação no casamento é bom. Deus é o criador de cada pessoa. Assim todos os maridos e mulheres deveriam se sentir bem sobre a maneira como Deus os criou.

Há poucos corpos perfeitos. A pornografia e certas revistas usam imagens de corpos que são quase perfeitos. Muitas das pessoas nas revistas e na televisão tiveram seus corpos mudados por cirurgias plásticas – mudanças que os fazem parecer mais atraentes sexualmente. Mas a aceitação significa amar a si mesmo e a seu cônjuge, sabendo que Deus é o Criador. Assim, não deseje ser mais alto ou baixo, mais magro ou gordo, mais claro ou escuro. Marido, nunca compare o corpo de sua esposa com o de outra mulher de uma forma negativa. Aceite-a da forma que ela é. Esposa, não critique o corpo de seu esposo, ou deseje que ele seja um homem diferente. Aceite-o como o dom que Deus lhe deu. A aceitação enfatiza as coisas sobre um cônjuge que são deleitosas.

No casamento não pode haver espaço para marido e esposa julgarem-se um ao outro. O ato sexual não é para avaliar ou para criticar. No sexo, um marido e esposa ficam nus diante um do outro – tanto emocionalmente como fisicamente. O sexo profundo e maravilhoso não requer experiências passadas. Requer franqueza e aceitação por parte de marido e mulher. A falta de aceitação afasta marido e mulher. Por exemplo, se um marido diz a sua mulher que ele não gosta da sua aparência, isto ferirá os sentimentos dela. Então, ela não desejará ter relações sexuais com ele. Mas se ele a aceita e elogia a sua aparência, isto permite que ela aprecie ficar nua diante dele.



14. Por que a aceitação é importante para o sexo no casamento?

O Cântico dos Cânticos mostra como o homem e a mulher aceitavam os corpos um do outro. O noivo diz à noiva sobre a beleza que vê nela (Ct 4.1-7; 7.1-9). E a noiva mostra seu prazer no corpo dele (Ct 5.10-16). Estas palavras faladas de aceitação trazem segurança para o quarto do casal. **A aceitação no casamento libera duas pessoas para compartilhar tudo deles mesmos com cada um deles.** A noiva de Cantares de Salomão sabia que sua pele era diferente. Ela havia ficado mais escura porque trabalhara fora. Ela sentia como se as moças da cidade a estavam fitando por causa de sua pele escura (Ct 1.5-6). No entanto ela e seu noivo encontravam beleza em algo que os outros rejeitavam. As palavras de elogio dele causaram nela confiança para crescer. A aceitação por seu marido desfez todo o seu medo e insegurança sobre si mesma.

15. Como Salomão aceitou sua noiva e a encorajou?

Marido, aceite sua esposa e fale palavras sinceras de elogio acerca de sua aparência. Quando uma esposa sabe que seu corpo agrada a seu marido, ela desejará compartilhá-lo com ele! Esposa, aceite seu marido como ele é e diga coisas boas para ele sobre a sua aparência. Isto o encorajará a ser um marido fiel, um bom amante, e um pai gentil.

Comecem a vida sexual juntos com honestidade sobre o seu passado

Algumas pessoas não se casarão virgens. Mas o leito conjugal é somente para duas pessoas. O tempo de falar sobre o passado ficou antes do casamento. A partir de então, as experiências e memórias passadas devem ser esquecidas. Nunca compare seu cônjuge com outro amante. Para haver um bom começo, deve haver honestidade sobre o passado.

Se você não se manteve puro, estas quatro atitudes podem ajudar:

- Arrependa-se, se ainda não fez isso. Volte-se para longe dos pecados do passado e se volte para a graça de Deus;
- Receba o perdão daquele com que está se casando;
- Libere as afeições e memórias. Este é um ato da vontade. Quando os sentimentos e pensamentos ruins vierem, rejeite-os. Substitua-os por pensamentos que envolvam seu cônjuge;
- Rejeite a culpa se ela vier. Repita a verdade do perdão para si mesmo. *“Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda injustiça”* (1Jo 1.9).



16. Uma pessoa pode ser honesta sem compartilhar todos os detalhes do passado? Explique.



17. O que uma pessoa deve fazer se está entrando no casamento, mas não é mais virgem?

Há uma antiga história sobre uma viúva que se casou sete vezes. Ela enterrou seus seis ex-maridos, e o sétimo por fim a deixou. Quando compareceram ao tribunal, o juiz perguntou porque ele deixara a viúva. Ele disse, “Não era meu desejo ir embora. Mas não havia lugar no quarto para eu dormir. Eu era expulso para fora da cama pelos maridos antigos que ela continuava a trazer para a cena.”

OBJETIVO 4
Explicar como um marido
pode evitar o erro mais
comum em relação ao sexo
no casamento.



Comecem a vida sexual juntos evitando o erro mais comum

O erro mais comum de um novo casal é o marido ser apressado. O novo marido fica geralmente ansioso, impaciente e pronto para o sexo. Mas a maioria das novas esposas precisam de tempo, ternura e privacidade. É comum estar cansado depois da celebração do casamento. A esposa pode precisar descansar antes do ato conjugal. O novo marido deve ser paciente com sua esposa. O ato amoroso deve vir depois do prelúdio – dando tempo para falar, tocar, beijar e trocarem carícias. O marido deve falar palavras de amor para sua esposa. Assim, ela saberá que o desejo do seu esposo é para ela e não somente por sexo. Ela não é um objeto para a satisfação dele. Ele a deseja como pessoa – e a ela somente. Ele deve mostrar preocupação por qualquer dor que ela possa sentir quando ele estiver para romper o seu hímen – o selo de sua virgindade. Ainda assim, ele deverá procurar estimulá-la – para ascender seu desejo sexual acima de todo medo.

Todo começo é excitante e um pouco assustador. Todo casal recém-casado quer que sua vida sexual comece bem. Sua paixão compartilhada os unirá de uma forma poderosa e isto é emocionante. Mas eles estarão nus diante um do outro, tanto fisicamente quanto emocionalmente – e isso pode assustar ou embaraçar a um ou a ambos. Os votos de casamento criam segurança para este novo começo. Seu cônjuge já prometeu não rejeitar você. Assim, descanse e aproveite este novo começo.

18. Qual é o erro mais comum de um jovem marido?



Aquele era o primeiro dia na escola de um menino. Ele havia passado todos dias da sua vida até agora com seus pais. Ele tinha ouvido algumas coisas sobre a escola, e estava emocionado. Mas quando seu pai caminhou com ele para a escola, ele começou a ficar com medo. E se não conhecesse ninguém? E se todos os demais, menos ele, soubessem o que fazer? E se a professora achasse que ele já aprendera a ler? Seu pai tomou sua mão ao se aproximarem da escola. “Você está vendo a árvore no canto do prédio? Quando a aula terminar, estarei bem ali esperando por você.” Então o menino se sentiu melhor. Seguro pela promessa de seu pai, ele entrou na sala de aula, pronto a descobrir um novo mundo.

19. Como a segurança deste pequeno garoto pode ser relacionada a segurança no casamento?



CONTINUANDO UMA VIDA SEXUAL JUNTOS NO CASAMENTO

OBJETIVO 5
Resumir a necessidade de fidelidade e satisfação sexual no casamento.

É bom começar bem uma corrida. Mas é ainda mais importante terminá-la bem. Vamos dar uma olhada agora na maneira como continuar sua vida sexual juntos de forma a satisfazer tanto o marido como a mulher.

Permanecer fiel a seu parceiro

O maior dano que pode vir para o casamento é através da infidelidade conjugal. Este é o tal pecado, contra o ser *uma só carne*, que Jesus permitiu o divórcio por causa dele (Mt 19.9). Ao longo do Antigo Testamento, Deus dizia que Israel estava cometendo adultério espiritual ao procurar outros deuses. Os israelitas não se livraram de Jeová – eles *acrescentaram* outros deuses ao seu culto. Mas o amor decorrente do concerto requer lealdade a um e somente a um. Os israelitas não podiam amar outros deuses e também a Jeová. Assim, Deus os entregou ao cativoiro porque eles quebraram o concerto. Da mesma forma, Deus requer que as pessoas sejam fiéis sexualmente no casamento. “*Não adulterarás*” é um mandamento de Deus (Ex 20.14). “*Portanto, o que Deus ajuntou não o separe o homem*” (Mt 19.6).



20. Compare a idolatria e o adultério.



Não se recuse a dar a seu parceiro satisfação sexual

Um marido e mulher precisam escolher responder às necessidades um do outro. Paulo escreveu estas instruções à igreja de Corinto: “O marido conceda à esposa o que lhe é devido, e também, semelhantemente, a esposa, ao seu marido” (1Co 7.3-5). Os cônjuges dependem um do outro para a satisfação sexual no casamento. Nem o marido nem a esposa tem o direito de dizer “não” para as necessidades sexuais do outro. Cada um deve estar sensível à condição física do outro. O amor verdadeiro não insiste no sexo quando o cônjuge não está bem.

O sexo nunca deve se tornar um ritual ou hábito, somente porque o casal se encontra sozinho na cama. Ao invés disso, deve iniciar-se por causa de amor e desejo sexual. Quando isto acontece, um parceiro não deve se recusar por qualquer simples razão. O sexo entre marido e mulher nunca deve estar ligado a recompensas e punições. Uma esposa nunca deve recusar o sexo para punir ou corrigir seu marido.



21. Quando é permitido que um marido ou esposa se recuse a ter relações sexuais?



Anabela estava com raiva de seu marido. Ele exigia que ela trabalhasse demais. Ele a tratava como uma serva, em vez de companheira. Raramente conversava com ela. Parecia que o único momento que ele queria vê-la era na hora das refeições ou para suas necessidades sexuais. Ela sabia que se reclamasse ele ficaria bravo. Assim ela decidiu lhe falar através de uma parábola de ações. Cada vez que ele a procurava, ela dizia que sua cabeça ou costas doíam. As semanas se passaram, mas ele não entendeu a verdadeira mensagem que ela estava tentando lhe dizer. O que ela deveria fazer?



22. Que conselho você daria a Anabela?



Glória, uma esposa jovem e tola, viu um belo vestido na loja de um shopping. Então, disse ao marido que gostara muito do vestido. As semanas se passaram. O marido foi ao shopping várias vezes, mas não lhe comprou o vestido. Ainda assim, a esposa estava determinada. Uma noite, quando seu marido veio procurá-la para a relação sexual, ela lhe voltou as costas. Fazendo beijos, ela disse, “Você não me ama o suficiente para dar-me um vestido. Como posso entregar-lhe o meu corpo?” Na noite seguinte, ele a procurou novamente. Ela se rendeu, mas com pouca resposta, como se o sexo fosse apenas um dever. No dia seguinte, o jovem marido foi a loja e lhe trouxe o vestido. A mulher então, sorriu para ele, tomou-lhe a mão e o conduziu para a cama. Mas depois do prazer sexual, o marido sentiu uma raiz de amargura crescendo dentro dele. É possível ganhar uma batalha, mas perder a guerra.

23. Qual é o perigo das ações de Glória?



Esposa, aprenda mais sobre o seu marido

OBJETIVO 6

Explicar quatro coisas que uma esposa deve saber sobre os desejos sexuais de seu marido.

1. O marido deseja ter sexo mais frequentemente do que sua esposa deseja.

O desejo sexual do homem é geralmente mais forte do que o da mulher. A mulher pode aumentar sua prontidão para o sexo ao pensar no seu marido e no prazer que ele traz. Muito do desejo feminino começa na mente. A noiva em Cantares de Salomão pensava e ansiava por se unir a seu marido. *“Beija-me com os beijos de tua boca[...] Leva-me após ti, apressemo-nos. O rei me introduziu nas suas recâmaras”* (Ct 1.2,4).

24. Como uma esposa pode se preparar para desfrutar o sexo?



2. O marido gosta de ver o corpo de sua esposa. Esta é a fonte principal de prazer para os homens. Deus criou o homem com o desejo de ver sua esposa nua. Algumas esposas ficam embaraçadas em estarem nuas. Não querem estar despidas, ou usar roupas sexualmente atraentes no quarto. Elas querem fazer amor no escuro. Isto rouba o homem do prazer que ele recebe ao ver o corpo de sua esposa. O corpo não tem de ser perfeito para ser uma fonte de prazer. Mas a esposa deve cuidar de seu corpo para mantê-lo belo. Um marido pode fazer sua esposa se sentir bem em estar nua, dizendo sempre coisas boas a respeito do corpo dela e nunca dizendo nada negativo. Palavras suaves e luz suave – tal como de uma vela – podem agradar tanto o homem como a mulher.

25. Por que um marido gosta de ver sua esposa nua?



3. O marido gosta que sua mulher se sinta livre. Reserva e modéstia têm o seu valor. Mas perdem muito de seu valor no leito conjugal. O marido gosta que sua esposa explore e ame o corpo dele. Ele se deleita quando ela se alegra nele. A noiva no Cântico dos Cânticos até mesmo toma a liderança na sedução. No capítulo 6.13-7.9, vemos quando ela dança diante do seu marido. Ele admira o corpo dela à medida que ela o seduz a amar. A esposa se sentirá mais livre se seu marido providenciar um lugar onde ela estará segura em privacidade – atrás de uma porta trancada. Nenhuma esposa

gosta de fazer sexo se as crianças ou outros puderem ouvir ou entrar no quarto. Assim um marido sábio e amoroso provê um lugar privado e seguro para o amor conjugal.



26. Quais são as duas maneiras nas quais um marido pode ajudar sua mulher a sentir mais liberdade no sexo?



27. Quais são as três diretrizes para limites sexuais no casamento?

Como casal, como vocês decidem quais os limites para a experiência sexual?

- *Primeiro*, não façam nada que envergonha ou magoa a outra pessoa;
- *Segundo*, tudo o que quebra os votos matrimoniais é errado;
- *Terceiro*, não faça nada que prejudique a consciência da outra pessoa. Dentro destas diretrizes, um casal pode experimentar muitos prazeres sexuais.

4. **O marido gosta de ser elogiado quando agrada sua esposa.** Boa parte da confiança de um homem está na sua habilidade sexual. Ele se sente mais forte e mais envolvido quando sabe que está agradando sua esposa. A esposa **nunca** deve criticar a habilidade sexual do marido. Não aumente a sua ansiedade se ele está incapaz de atuar por causa de stress físico ou emocional. Faça com que ele saiba como agradá-la. Elogie-o sempre que ele lhe proporcionar satisfação emocional e física. Ele se esforçará para fazê-lo novamente.



28. O que aumenta quando uma esposa elogia seu marido?

OBJETIVO 7

Explicar quatro coisas que um marido deve saber sobre os desejos sexuais de sua esposa.

Marido, aprenda mais sobre sua esposa

1. **A esposa gosta de ter a atenção de seu marido ao longo do dia e não somente quando ele quer sexo.** A mulher quer ser valorizada como uma pessoa singular. Para ela, o sexo faz parte do relacionamento total com seu marido. Se seu marido não mostra interesse nos pensamentos e sentimentos dela, ela se sentirá usada durante o sexo. A disposição do marido em falar, ouvir e dar-lhe atenção, traz alegria para o amor sexual da esposa. Marido,

demonstre amor físico sempre, sem procurar ter sexo. Faça coisas amáveis para sua mulher quando não está esperando levá-la para a cama. Isto a ajudará a se sentir amada e sua vida sexual será melhor.

29. Como um marido pode demonstrar a sua esposa que a valoriza mais pelo que ela é e não apenas pelo sexo?



2. **A esposa gosta de ser ajudada no trabalho da casa.** O marido odeia ouvir as palavras “Estou muito cansada”. Mas muito frequentemente, isto não é uma desculpa – é uma verdade. Ao redor do mundo, as mulheres muitas vezes trabalham mais horas do que os homens. O homem geralmente tem uma hora do dia em que seu trabalho termina. Mas a mulher muitas vezes trabalha o dia todo. Se você quer ver sua esposa com mais energia para o sexo, ajude-a nos afazeres domésticos. Então, ela não estará tão cansada. Ensine também as crianças a ajudar a fazer as tarefas domésticas.



30. Como um marido pode ajudar sua esposa ter mais energia para o sexo?



A Dra. Laura é uma importante palestrante que fala sobre família numa rádio local. Ela diz que quando seu marido a ajuda nas tarefas de casa, ela fica excitada a respeito do sexo. Para ela, o som dele usando o aspirador de pó é como se ela já estivesse sentindo estímulos sexuais preliminares!

3. **A esposa gosta de ver mais romantismo na sua vida.** O Cântico dos Cânticos descreve boas ilustrações de romantismo. Todos os sentidos surgem sob um cenário romântico. A mente é despertada. Um belo cenário para o sexo é preparado. Cheiros de corpos limpos e de perfumes estão presentes. O hálito da boca é refrescante. O toque sobre a pele é lento, terno e excitante. A mulher é levada a sentir-se bela, valiosa e amada. Seu marido pode até trazer-lhe um presente. O prazer dela é valioso para ele. Um marido que aborda o sexo como um carpinteiro trabalhando sobre um telhado quente – sujo, suado, e ansioso por fazer o trabalho – não é um marido romântico. Qualquer marido pode aprender a abordar o sexo de uma forma romântica – sendo amável, limpo, asseado, paciente, grato, animado, amigável, terno, atencioso, generoso, interessante e amoroso.



31. Descreva um marido romântico.

4. **A esposa gosta de ser livre para responder como deseja.** A esposa muitas vezes deseja experimentar o clímax sexual com seu marido. Alguns maridos despertam o desejo da esposa, através do toque, beijando-a, e depois vão dormir, deixando-as frustradas. Se a esposa deseja o clímax, o marido precisa não se contentar com a sua própria satisfação. Há momentos, que a mulher pode desejar unir a seu marido sem atingir o clímax. O marido deve seguir a direção de sua esposa nisto. Algumas vezes o marido pressiona sua esposa a experimentar o clímax. Ele pode sentir-se frustrado caso isso não ocorra. Mas há muitas maneiras de desfrutar o amor sexual. Algumas vezes a esposa pode não sentir que o clímax é necessário para estar satisfeita. Algumas mulheres nunca experimentam o clímax, no entanto têm relações sexuais que a satisfazem. Deixe a mulher determinar a importância disso na vida dela.



32. Como o homem pode saber a maneira como a mulher gosta de ser tratada durante o ato sexual?

OBJETIVO 8
Descrever o resguardo do
tempo juntos e o ajuste as
mudanças no casamento.

Planejem e protejam os momentos juntos

Guarde sua relação sexual – ela é valiosa. Não permita que o sexo se torne somente parte de uma rotina. Ao invés disso, mantenha-o como algo especial. O casal deve planejar um momento a sós a cada semana. Muitos casais escolhem uma noite por semana quando programam juntos algo especial. Talvez comam num restaurante, ou vão à cidade juntos. Isto fortalece sua amizade e proximidade, e melhora sua experiência sexual. Surpresas também mantêm o romantismo vivo no casamento. O marido pode chegar em casa e descobrir que as crianças estão fora. A esposa se preparou para uma noite a sós com ele. O marido pode surpreendê-la com um presente, ou com um dia para ela descansar de seu trabalho – um dia em que ela será servida e tratada como uma rainha. Viajem juntos, longe do trabalho diário, acrescentará vida a um casamento e aumentará seu prazer sexual juntos.



33. Mencione duas maneiras em que um casal pode ter tempo sozinhos fora da rotina.

Esperem mudanças ao longo de seu casamento

Há estágios na vida que mudarão sua experiência sexual. O começo da vida de casado tem menos responsabilidades. O casal tem mais tempo um para o outro. Tem mais tempo e oportunidades de fazer amor. Há frequentemente uma grande paixão na descoberta, juntos, da vida sexual.

Quando os filhos e as outras responsabilidades vierem, poderá haver menos tempo para o sexo. Com filhos no lar, marido e mulher precisam planejar um tempo a sós para o sexo. O casal precisa tomar um grande cuidado para proteger a sua vida sexual à medida que a família cresce. Há três coisas boas que você pode fazer:

- *Primeira*, administre o stress e os níveis de energia. Isto pode significar que você tenha de desistir de algumas atividades, e não se sentir cansado demais;
- *Segunda*, planeje tempos regulares para estarem sozinhos como casal;
- *Terceira*, cuide de sua aparência. Higiene, vestimentas e tenha sabedoria quanto ao que come. Como o casal se conhecem bem, é mais fácil agradar um ao outro. Ainda assim, cuidem para permanecerem sempre próximos.

Quando o casal envelhecer, poderá ainda desfrutar juntos do sexo. Alguns homens continuam a desfrutar o sexo até os 80 anos de idade! Abraão e Sara chegaram a desfrutar mais de sua relação sexual quando ele tinha 100 anos de idade (Gn 17.17)! Lembre-se que a mente é a chave para as relações sexuais. O desejo sexual pode continuar com a idade, se o casal concorda mentalmente. Boa saúde faz parte do bom sexo. E o amor físico pode continuar, mesmo que o sexo não seja mais possível. “*Seja bendito o teu manancial, e alegre-te com a mulher da tua mocidade, corça de amores e gazela graciosa. Saciem-te os seus seios em todo o tempo; e embriaga-te sempre com as suas carícias.*” (Pv 5.18-19). A vida tem diferentes estágios, mas há alegria para cada época. Aprecie boas lembranças, mas nunca deixe que a mudança o impeça de encontrar alegria no presente.

34. Quais são os três estágios que afetam o sexo? Mencione os desafios de cada estágio.



LIDANDO COM PROBLEMAS SEXUAIS DIFÍCEIS NO CASAMENTO

Problemas sexuais difíceis podem trazer dor e confusão. Pode ser um desafio conhecer as causas de um problema. A pessoa pode pensar muitas coisas até descobrir a raiz e a solução do problema.

Problemas sexuais podem fazer com que uma pessoa tenha dúvidas tais como:

- “Será que realmente sou homem se não posso ter uma boa experiência sexual com minha esposa?”
- “Que tipo de pessoa eu sou se não posso satisfazer meu cônjuge?”

OBJETIVO 9

Identificar três razões para problemas sexuais complexos no casamento.

- “O que há de errado comigo como homem/mulher se não gosto de sexo, ou se nunca posso ter sexo o suficiente?”

São perguntas difíceis de se fazer a nós mesmos. É mais fácil culpar nosso cônjuge. Mas um problema sexual complexo pertence a ambos. Marido e mulher são agora *uma só carne*. Precisam trabalhar juntos para resolver quaisquer problemas sexuais que façam parte de seu casamento. Assim, vamos dar uma olhada em algumas razões para problemas sexuais difíceis e maneiras possíveis de resolvê-los.



35. Por que às vezes é difícil identificar os problemas e suas soluções?

Razões para problemas sexuais complexos



Há três razões gerais para problemas sexuais difíceis:

- 1) Pode haver problemas de relacionamento entre marido e mulher;
- 2) Pode haver falta de informação relacionado à função fisiológica do corpo;
- 3) Pode haver problemas com ambos os cônjuges. Analisemos cada um deles:

1. Problemas de relacionamento entre marido e mulher com frequência causarão problemas sexuais. Já estudamos sobre a ligação entre o sexo e a vida diária de um marido e mulher.



36. Identifique três razões para problemas sexuais.

Por exemplo, Nina muitas vezes criticava seu marido por causa do pouco dinheiro que ele ganhava. Ela o comparava a outros homens que estavam se dando melhor. Então, um dia, ele não foi capaz de concluir o ato sexual. Ela o ridicularizou e riu dele por causa disso também. Não demorou muito para que o marido ficasse impotente – incapaz de ter sexo com sua esposa. Quando ela estava próxima, ele não conseguia fazer funcionar seu motor sexual. Ele podia somente encontrar alívio sexual sozinho ou com outras mulheres. (Há muitos fatores que podem levar um homem à impotência. Talvez ele trabalhe demais ou não faça exercício o suficiente.)



37. O que causou a impotência do marido de Nina?

Outro marido, Aldo, gostava de pornografia. Ele ficava sexualmente excitado e então vinha até sua esposa e lhe pedia que fizesse as coisas que ele tinha visto na pornografia. Sua esposa começou a se sentir como um objeto sexual. Ela não pensava que o desejo de seu marido era para ela. Ele estava sendo infiel em seus pensamentos, e então a usava quando pensava nas outras mulheres que ele cobiçava. Ela começou a resistir a suas ideias e dar desculpas para não ter relações sexuais com ele. Suas costas doíam, ela não estava se sentindo bem, as crianças poderiam ouvir. Com o tempo ele começou a acusá-la de ser chata e fria.

38. Por que a pornografia destrói um casamento?

2. **A falta de entendimento pode levar a problemas sexuais no casamento.** Já olhamos para a necessidade de entender a relação sexual. A ignorância dá frutos ruins. Um casal pode aprender um bom método para o sexo através de uma prática amorosa e de uma boa comunicação. Eles podem aprender através de sábios conselhos ou de bons livros. Mas se não aprendem sobre as necessidades de cada um, ou ambos, acharão que o ato sexual é doloroso ou triste. Muitas esposas evitam o sexo quando podem porque o casal não aprendeu a tornar o sexo agradável para a esposa. Muitos maridos são tentados a procurar outras maneiras de alívio sexual, porque suas esposas não sabem como os agradar. Há conhecimento sexual que é natural. Mas deve-se buscar mais informações. Feliz é o marido que aprende a satisfazer sua esposa na cama. Marido e mulher devem perguntar um ao outro o que cada um gosta.
3. **Um problema íntimo de um ou de ambos cônjuges pode causar problemas sexuais no casamento.** Alguns problemas sexuais têm raízes físicas. Algumas doenças e remédios podem causar impotência ou diminuir o libido. A dor ou o desconforto durante o sexo pode significar que há problemas físicos. Procure a ajuda de um médico se há problemas deste tipo. Quando há problema sexual, comece verificando se a causa não é uma doença ou alguma medicação.

A circuncisão feminina é outra causa de frigidez sexual. Esta terrível prática antibíblica de circuncisão feminina varia. As pessoas que não tem conhecimento de como Deus criou a mulher, mutilam parte ou todos os órgãos sexuais da mulher. Quanto mais tecido cicatrizado, menos prazer a mulher experimentará nessa parte de seu corpo. Uma mulher nunca poderá experimentar o clímax se o clitóris (importante órgão do prazer feminino) foi completamente removido. Ela pode aprender a desfrutar das relações com seu marido, mas muitas mulheres circuncidadas nunca experimentarão todo o prazer que Deus planejou para elas. Circuncidar uma mulher é como cortar parte ou toda a cabeça do órgão sexual masculino!



39. Por que é errado circuncidar uma mulher?

A dor emocional é outra causa de problemas sexuais. Esta dor pode ser proveniente de duas raízes:

Primeiro, se os pais não demonstram amor e carinho, a criança pode ficar emocionalmente prejudicada. A criança pode crescer sem saber receber amor. Exemplo: se um pai não demonstra afeição por sua filha, ela poderá achar difícil aceitar o amor de seu marido. Alguns distorcem esta verdade com o ensino pecaminoso de que um pai deve demonstrar amor sexual para com sua filha. Isto é errado e pecado! Mas é certo um pai ser carinhoso com seus filhos. Da mesma forma, brigas entre pai e mãe podem prejudicar as emoções das crianças no lar. Uma criança pequena pode decidir que o sexo é algo mau, depois de ouvir ou presenciar a respeito do sexo no casamento. Crianças que têm maus exemplos e experiências ruins, mais tarde vão levar esta *bagagem* para o casamento.

Segundo, as pessoas podem ter problemas sexuais por causa de experiências sexuais ou de abuso sexual. Esta é outra forma de *bagagem* que alguns trazem para o casamento. As feridas sexuais de uma criança ou jovem são muito profundas. Pessoas que foram abusadas podem tentar evitar o sexo. Elas podem experimentar dor física durante o ato sexual no casamento. Ou podem pensar que seu valor é o de um objeto sexual. Isto as pode levar a buscar muitos parceiros sexuais. Elas podem se deixar ser usadas sexualmente e se sentir sem forças para dizer “não”. Elas se tornam como uma casa sem portas que nunca se fecha. Milhões de pessoas possuem feridas físicas e emocionais que afetam suas vidas. A maioria destas pessoas se casará. Muitas vezes, pessoas feridas se casarão com outras pessoas feridas. Portanto, o que os casais podem fazer quando descobrem que seu próprio casamento contém feridas e problemas sexuais?



40. Quais são as duas coisas que podem prejudicar as emoções e causar dor emocional duradoura?



41. Descreva a *bagagem* que um adulto, abusado quando criança, trará para o casamento.

42. O abuso sexual é um problema comum na sua comunidade?



Soluções para problemas sexuais complexos

OBJETIVO 10
Examinar três soluções para
problemas sexuais no casamento.

Vimos várias causas de problemas sexuais. Ao longo deste curso, examinamos como ter um bom relacionamento entre marido e mulher. Isto pode trazer cura para muitas feridas. Além disso, vamos verificar algumas outras maneiras de trazer cura sexual para dentro do casamento.

43. Como ter a atitude de Cristo pode ajudar marido e mulher nos problemas sexuais?



1. **Marido e mulher precisam buscar ter a atitude de Cristo.** É comum querer uma solução rápida para os problemas. Mas pode levar tempo e precisar de muitos cuidados para resolver problemas sexuais. Pode haver tempos de tristeza, desânimo e raiva. Estes problemas podem provar o casamento. Mas Deus chama os casais para amar e servir um ao outro.

Se há, pois, alguma **exortação** em Cristo, alguma **consolação** de amor, alguma **comunhão** do Espírito, se há entranhados **afetos** e **misericórdias**, completai a minha alegria, de modo que **penseis a mesma coisa, tenhais o mesmo amor, sejais unidos de alma**, tendo o mesmo sentimento. Nada façais por partidarismo ou vanglória, mas por humildade, **considerando cada um os outros superiores a si mesmo. Não tenha cada um em vista o que é propriamente seu, senão também cada qual o que é dos outros. Tende em vós o mesmo sentimento que houve também em Cristo Jesus** (Fp 2.1-5).

Filipenses 2.1-5 nos traz orientação para problemas sexuais no casamento:

Primeiro: essa passagem nos lembra de que Deus é nossa fonte de ajuda. Seu amor nos dá encorajamento, conforto, comunhão, ternura e compaixão. Não somos a fonte destas coisas no casamento. Todas as coisas boas provêm de Deus. Em dias de desânimo, tristeza, mágoa e necessidade, nós podemos nos voltar para Deus para que Ele nos ajude.

Segundo: estes versículos nos ensinam que nossa comunhão com Deus afeta nosso relacionamento com os outros. Por exemplo, no casamento, marido e mulher são um em espírito e propósito. Um problema sexual no casamento não mais pertence a somente um dos cônjuges – eles compartilham de tudo. Um deles não deve buscar uma solução enquanto o outro aponta um dedo de culpa. Eles precisam se unir para resolver o problema que agora pertence a ambos.

Terceiro: nenhum dos cônjuges deve estar preocupado somente consigo mesmo. Cada um deve considerar o que é melhor para o outro. É aceitável considerar seus próprios interesses. Mas você precisa *também* considerar os interesses de seu cônjuge. Por exemplo, se um dos cônjuges está ferido, marido e mulher precisam buscar curar esta ferida. Mas aquele que está ferido precisa não ignorar as necessidades do outro cônjuge. E aquele que está bem precisa ser paciente com o cônjuge ferido. Ambos precisam pensar nas necessidades um do outro. Esta era a atitude de Jesus. Ele deixou o céu para trazer vida espiritual e cura para nós. Ter a atitude de Cristo ajudará marido e mulher a resolver seus problemas com unidade e amor. Eles precisam buscar, diariamente, ter esta atitude.

2. Problemas físicos não significam o fim da afeição física. Problemas físicos que causam dificuldades sexuais podem durar um breve espaço de tempo ou uma vida toda. Mas, algum amor é melhor que nenhum amor. O romantismo – ser terno e amoroso – e o jogo amoroso podem ajudar a suprir as necessidades emocionais mesmo sem o clímax. Beijar e abraçar um ao outro dá a certeza de atração e amor. O marido ou a esposa pode ainda ser capaz de atingir o clímax. Cada cônjuge deve encontrar maneiras de suprir as necessidades sexuais do outro. A unidade precisa ser desfrutada de maneira física. Um casal que não pode escalar a montanha mais alta do prazer sexual, deve ainda subir os morros que levam até ela. Um dia, eles poderão chegar ao topo.



44. Como uma pessoa com problemas físicos pode ajudar a satisfazer as necessidades do cônjuge?

3. As feridas emocionais podem ser curadas. Muitas pessoas tentam ignorar suas feridas emocionais. Crianças que foram abusadas sexualmente podem tentar reprimir (ignorar, esconder e encobrir) suas memórias. Mas nossas emoções afetam nossos corpos – até mesmo se as emoções ou memórias estão ocultas. A única maneira de resolver problemas sexuais causados por feridas emocionais é através da cura interior. Consideremos alguns passos para curar lembranças dolorosas:

- Convide Jesus e um amigo ou conselheiro de confiança para caminhar com você ao longo de suas memórias;
- Visite as antigas memórias dolorosas. Você precisa ter a coragem de lembrar o que aconteceu e como você reagiu. Peça a Jesus para ajudá-lo a ver as coisas da forma correta. Sentimentos fortes provavelmente virão as suas lembranças. Conte a Jesus exatamente o que você sente;
- Identifique a pessoa que cometeu o dano. Muitas pessoas com lembranças dolorosas sentem-se envergonhadas. Por exemplo, uma jovem sentia vergonha porque seu tio tinha abusado dela sexualmente quando criança. Ela se recordava que seu tio lhe dera presentes para que

permanecesse quieta. Ela se sentia culpada porque aceitara os presentes e não contou para ninguém. Mas quando ela, já adulta, trouxe de volta aquelas lembranças, compreendeu que uma menina aos três anos é pequena demais e inocente. Ela pôde compreender que fora seu tio que cometera o dano – e seus pais por não protegê-la.

45. Por que não é sábio ignorar as feridas emocionais?

Às vezes, uma pessoa partilhou de pecado e de culpa numa experiência dolorosa. Se isto aconteceu, enfrente a verdade. Peça perdão e receba-o (1Jo 1.9).

- Examine o que você disse a si mesmo sobre a experiência. A experiência tem poder. Mas o que a pessoa diz a si mesma sobre a experiência tem poder igual. Por exemplo, um rapaz estava profundamente apaixonado pela primeira vez. Ele respeitou a moça. Embora seu desejo fosse forte, ele esperou pelo casamento para ter relações sexuais com ela. Porém, enquanto ele esteve fora na férias, a moça ficou grávida de outro homem. A infidelidade dela o magoou profundamente. Ele disse a si mesmo, “Não posso confiar em mulher *nenhuma*. Elas se entregariam a outros. Poderia ser até para mim.” Então, por muitos anos, este rapaz usou as mulheres para o sexo. Ele lhes dizia qualquer coisa que elas queriam ouvir apenas para convencê-las a se entregarem a ele. O que ele disse a si mesmo sobre a sua primeira e sofrida experiência amorosa atrapalhou a sua vida.

Uma mulher que sofreu estupro precisa rejeitar seus pensamentos de que o sexo é uma coisa feia. Ao mesmo tempo, ela precisa abraçar a verdade de que o sexo é um dom de Deus. O dinheiro não é mau porque os ladrões o roubam. Da mesma forma, o sexo não é mau porque as pessoas o deturpam. Deus criou o homem e a mulher um para o outro no jardim do Éden. O sexo faz parte do bom plano de Deus.

A mulher que pensa que seu valor está somente em oferecer sexo precisa rejeitar esse pensamento. Ela precisa confessar a verdade a si mesma – ela é tão valiosa, a ponto de Jesus ter morrido por ela. O valor de algo é sempre visto de acordo com o preço a ser pago. O preço que Jesus pagou por nós mostra a cada um de nós que temos um grande valor!

- Trate com a pessoa que te magoou. Você precisa procurar bom conselho e sabedoria de Deus para conhecer a melhor maneira de lidar com esta pessoa. Em algumas situações você e seu marido precisarão enfrentar a pessoa que te feriu. Isto é absolutamente verdadeiro, uma vez que esta pessoa pode estar abusando de outras crianças. Outras vezes, você pode precisar se distanciar dessa pessoa. Mas sempre deve haver lugar para o perdão. Jesus e Estevão são exemplos daqueles que perdoaram, embora ninguém estivesse pedindo perdão. E lembre-se, Deus vai julgar ainda aqueles que não se arrependem, mesmo se nós o perdoarmos;

- Procure prazer sexual e satisfação com seu cônjuge. Não puna seu cônjuge pelo que alguém tenha feito a você. Ame o seu cônjuge com o amor que Deus lhe dá.



46. Explique a falsa culpa que uma pessoa abusada pode ter.



47. Explique “O que alguém diz a si mesmo é tão poderoso como a experiência dolorosa.”



48. Devemos perdoar se uma pessoa não pediu perdão? Explique.

Estes passos podem levar algum tempo. A profundidade e a quantidade de feridas determinarão quão longa será esta jornada. Um casal com a atitude de Cristo farão esta jornada juntos. Mas como o cônjuge pode melhor ajudar durante este processo?

Maneiras de ajudar seu cônjuge ferido:

- Ore pela cura;
- Ajude seu cônjuge, mas não tente consertá-lo. Ele precisa tomar esta responsabilidade por si mesmo;
- Ouça mais do que fale;
- Aceite seu cônjuge completamente. Os problemas sexuais e as suas soluções podem ser difíceis de identificar. Mas como parte de se tornar “*um*”, marido e mulher estarão trabalhando fielmente juntos em busca da cura;
- Sempre fale a verdade em amor;
- Ajude seu cônjuge a confrontar-se consigo mesmo e com Deus. Ele é a fonte primária de sua cura;
- Não reaja de maneira violenta quando descobrir quem feriu seu cônjuge;
- Seja paciente. Não o apresse. Você pode precisar deixar que o seu cônjuge conduza o processo em termos de direção e velocidade.



49. Quais destas maneiras você pensa que seria a mais difícil? A mais útil?

RESUMO DA LIÇÃO

Começando uma vida sexual juntos no casamento

Objetivo 1: *Resumir quatro razões para o sexo no casamento.*

O sexo no casamento cria nova vida, previne a imoralidade sexual, traz unidade e é prazeroso.

Objetivo 2: *Mencionar quatro diferenças sexuais nos desejos de homens e mulheres.*

Revise o quadro: Diferenças sexuais básicas entre homens e mulheres

Objetivo 3: *Comentar sobre expectativas, aceitação e passado em relação ao sexo no casamento.*

- Um casal deve ter quatro *expectativas*. Dar tempo para desenvolver relações sexuais que agradem a ambos. Necessidade de controle sexual no casamento. O relacionamento de um casal afeta a sua relação sexual. Ajudar na comunicação um com o outro durante a relação sexual.
- Aceitação, não julgamento, conduz a um bom relacionamento sexual entre marido e mulher. Nenhum corpo é perfeito!
- Inicie uma união com honestidade sobre o seu passado.

Objetivo 4: *Explicar como um marido pode evitar o erro sexual mais comum no casamento.*

O marido deve evitar o erro de *ser apressado*, dando tempo, ternura e privacidade para sua esposa.

Continuando uma vida sexual juntos no casamento

Objetivo 5: *Resumir a necessidade de fidelidade e satisfação sexual no casamento.*

- O maior dano que pode vir para um casamento é por meio da infidelidade. “O que Deus uniu, o homem não separe.”
- Marido e mulher precisam escolher responder às necessidades um do outro.

Objetivo 6: *Explicar quatro coisas que uma esposa deve saber sobre os desejos sexuais de seu marido.*

O marido deseja ter sexo mais frequentemente do que sua esposa. O marido gosta de ver o corpo de sua esposa. O marido gosta que sua esposa se sinta livre. O marido gosta de ser elogiado quando agrada sua esposa.

Objetivo 7: *Explicar quatro coisas que um marido deve saber sobre os desejos sexuais de sua esposa.*

A esposa aprecia a atenção do marido ao longo do dia, não somente quando ele quer sexo. A esposa gosta de receber ajuda no trabalho da casa. Ela necessita de mais romantismo na sua vida. A esposa gosta de ser livre para responder como ela deseja.

Objetivo 8: *Descrever o resguardo do tempo juntos e o ajuste a mudanças no casamento.*

- . Muitos casais reservam uma noite juntos por semana. Seja para um lanche, ou irem juntos ao shopping. Isto fortalece sua amizade e proximidade – e melhora a sua experiência sexual.
- . Um casal precisa proteger a vida sexual à medida que a família cresce. Eles precisam administrar o stress, planejar tempo juntos e cuidar da sua aparência. À medida que o casal fica mais velho, eles podem ainda desfrutar do sexo juntos.

Lidando com problemas sexuais difíceis no casamento

Objetivo 9: *Identificar três razões para problemas sexuais difíceis no casamento.*

Problemas sexuais podem resultar de problemas de relacionamento entre marido e mulher, ou de uma falta de entendimento, ou de um problema físico ou emocional em um ou ambos os cônjuges.

Objetivo 10: *Examinar três soluções para problemas sexuais no casamento.*

Marido e mulher precisam buscar ter a atitude de Cristo. Problemas físicos não significam o fim da afeição física. Feridas emocionais precisam ser curadas.

MULTIPLA ESCOLHA: Assinale somente uma alternativa por questão.

AUTOTESTE



1. Uma razão para o sexo no casamento é
 - a) a comunicação.
 - b) o prazer.
 - c) a abstinência.
 - d) a pecaminosidade.

2. No casamento, as mulheres gostam de
 - a) sexo rápido.
 - b) sexo a qualquer hora.
 - c) estar excitadas pelo que vêem.
 - d) privacidade e segurança.

3. O que afeta mais o sexo no casamento?
 - a) A limpeza.
 - b) A comunicação.
 - c) O relacionamento.
 - d) As finanças.

4. Um erro sexual comum de um marido recém-casado é
 - a) estar com pressa no quarto do casal.
 - b) pensar que seu corpo excita a sua esposa.
 - c) falar demais no quarto do casal.
 - d) criticar a aparência da sua esposa.

5. Uma razão bíblica para terminar um casamento
 - a) é o stress financeiro.
 - b) é a infidelidade conjugal.
 - c) são os parentes.
 - d) são filhos em demasia.

6. Na cama, um marido gosta que sua esposa seja
 - a) tímida como uma pomba.
 - b) livre como uma onça.
 - c) forte como um boi.
 - d) submissa como um cordeiro.

7. Um marido pode ajudar sua esposa a gozar do sexo
 - a) dançando nu para ela.
 - b) sendo como um touro no campo.
 - c) gastando tempo para falar com ela.
 - d) mostrando grande confiança.

- 8.** Qual afirmação é VERDADEIRA?
- a) Quanto mais filhos, mais tempo para o sexo.
 - b) A aparência significa menos depois do casamento.
 - c) O sexo é mais prazeroso logo cedo no casamento.
 - d) Um casal pode desfrutar mais do sexo à medida que os anos passam.
- 9.** Uma causa importante de problemas sexuais difíceis é
- a) a dor emocional proveniente da infância.
 - b) a imaturidade espiritual.
 - c) diferenças entre homens e mulheres.
 - d) a falta de interesse pelo sexo.
- 10.** A pior coisa a fazer com um problema sexual complexo é
- a) compartilhá-lo, para que outros possam ajudar você superá-lo.
 - b) discuti-lo, para buscar uma solução.
 - c) enterrá-lo, para que ninguém se lembre dele.
 - d) confrontá-lo, para trazer uma solução rápida.

