



◦ CRENTE e ◦

SEXO

INDICADO PARA CASAIS

Pr. Reginaldo Cresencio 2014

O sexo como tabu para a humanidade

Ao longo da história da humanidade o sexo foi sendo construído na mentalidade do ser humano como assunto controverso, proibido, pecado, um tabu.

Desde a idéia de que sexo foi o pecado original, onde Adão e Eva pecaram e lançaram a desgraça sobre toda a raça humana até o pensamento de que Deus permitiu que homem e mulher fizessem sexo apenas com o propósito de procriarem, ou mesmo chegando às raias do absurdo onde alguns acreditavam que enquanto o casal estavam fazendo sexo, Deus se retirava do quarto pois era Santo demais para presenciar um ato como esse.

Na doutrina católica Romana, a única coisa que havia salvo o sexo no casamento era a procriação de filhos.

Os puritanos discordavam, William Perkins afirmou que “alguns escolásticos erram ao sustentar que a união secreta do homem e da mulher não pode ser pecado a menos que seja feita para o procriação de filhos”

Se a principal finalidade do sexo no casamento é a expressão de amor e companheirismo mútuos, é uma perversão do sexo reduzi-lo a um ato meramente físico. Perkins escrevendo sobre este assunto e disse: "Nada é mais vergonhoso do que amar uma esposa como se ela fosse uma prostituta". E ainda sobre esse tema certo autor escreveu: "Embora a copulação seja considerada entre os fins do casamento, entretanto o ato em si numa correta avaliação não pode ser mais matrimonial do que é um efeito do amor conjugal. Quando o amor...Se desvanece,... o ato carnal de fato pode continuar, mas não santificado, não puro, não apropriado ao sagrado laço do matrimônio, sendo quando muito nada mais que uma excreção animal".

É um fato que nos chama a atenção de que o sexo fora do casamento é destruidor, tanto no contexto da fornicação como o do adultério e prostituição, nos levando a lado sujo não apenas do sexo mas sim do pecado atrelado ao sexo fora dos padrões de Deus.

O sexo e a sua banalização na sociedade moderna

Se algum tempo atrás a grande tragédia era uma jovem solteira chegar em casa e dar a notícia: Mamãe, papai: “estou grávida” do meu namorado, hoje tanto jovens, adultos e até crianças abordam questões como essa com a maior naturalidade, é como se tivessem cortado o cabelo ou comprado uma bicicleta. É normal.

Normal não é, mas infelizmente é comum, e o comum é que nossa sociedade distante de Deus, despeja toneladas de informações venenosas em nossos ouvidos, olhos e mente, então depois de algum tempo muitas pessoas afirmarem que é “normal” haver sexo antes do casamento, com muitos parceiros ou parceiras e que até mesmo dentro do casamento o sexo com terceiros é algo aceitável ou natural o discurso da massa influencia as mentes mais frágeis.

A televisão tem contribuído bastante com a banalização do sexo, mas nada se compara a força que a Internet possui no cotidiano de nossa sociedade, fornecendo o pior em relação a esse assunto, mas talvez o maior prejuízo é culpa de desestruturação da família que não sabe como cuidar da próxima geração adulta ou simplesmente não se importa.



O que a Bíblia diz sobre Sexo

Uma busca pelas variantes da palavra sexo num Bíblia em português mostra que ela quase sempre ocorre dentro de um contexto de imoralidade sexual (grego, porneia - a partir do qual derivamos a palavra pornografia).

Assim você poderia concluir que a Bíblia não tem muito para nos ensinar sobre sexo, e que quando ela trata de sexualidade, ela o faz somente numa forma negativa, proibitiva e pudica.

Mas seria uma conclusão superficial. As Escrituras tem muito a dizer sobre sexo, pois Ela tem muito a dizer sobre muitas coisas. Assim ao invés de procurar na Bíblia pela palavra sexo, uma estratégia mais produtiva seria procurar pelo termo "todas as coisas", visto que o sexo é obviamente um sub-conjunto de todas as coisas. Aqui esta uma amostra do que este tipo de busca revelaria:

* O sexo foi criado por Deus (por Ele todas as coisas foram criadas) Colossences 1:16

* O sexo é bom (tudo que Deus criou é bom) 1 Timóteo 4:4

* O sexo é lícito dentro do contexto do casamento (todas as coisas me são lícitas) - 1 Coríntios 10:23

* Quando fazemos sexo, fazemos para a glória de Deus (quer comais, quer bebais ou façais outra coisa qualquer, fazei tudo para a glória de Deus) 1 Coríntios 10:31

* O sexo deve santificado pela palavra de Deus e oração (tudo que ... pela palavra de Deus e pela oração é santificado) 1 Timóteo 4:4-5

* Devemos praticar e buscar relações sexuais em santidade e honra (cada um de vós saiba possuir o próprio corpo) 1 Tessalonicenses 4:4

* Cônjuges não devem privar um ao outro (sexualmente), salvo talvez por mútuo consentimento por algum tempo, para dedicarem-se á oração. - 1 Coríntios 7:5

Isso sem mencionar Cantares, onde Salomão demonstra como é belo o sexo entre ele e sua amada Sulamita.

Vergonha na Igreja

Um dos obstáculos a uma discussão franca e edificante de sexualidade é a questão da vergonha, que pode ser saudável, e pode ser pecaminosa também. Como uma reação exagerada, a igreja é frequentemente muito tímida até mesmo para levantar tal assunto, mas essa vergonha pode facilmente transformar-se num embaraço e numa reserva prejudicial em aplicar todo o conselho de Deus a um assunto de suprema significância.

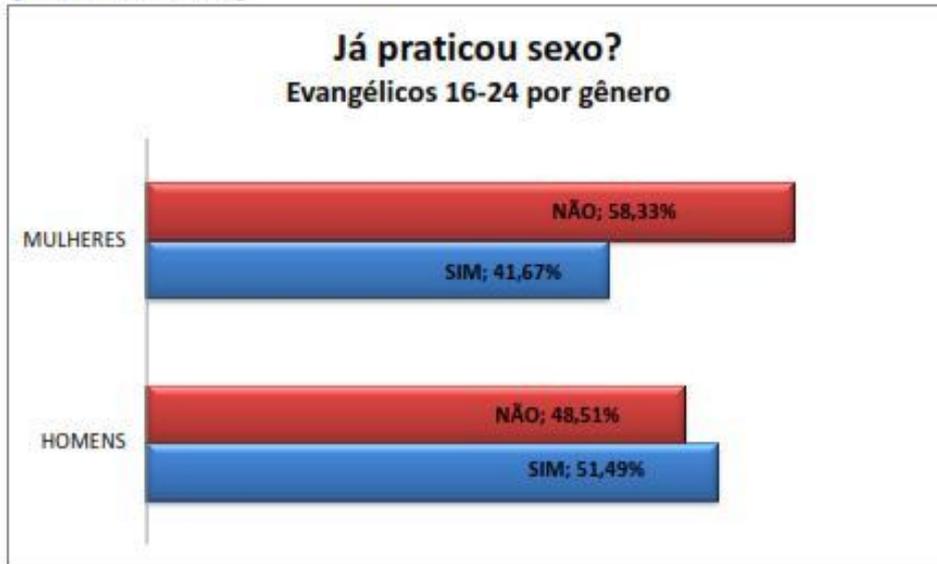
Sexo e o Homem Solteiro

Observando os desafios únicos enfrentados pelos homens solteiros, devido em parte ao fato dos jovens não mais esperam casar e a desvalorização cultural do casamento fica evidente a dificuldade que muitos tem em obedecer a palavra de Deus em relação ao sexo.

(7) JOVENS 16-24



(1c) JOVENS 16-24



Intimidade

1. Mania de Criticar

Muitos casais não apenas criticam livremente um ao outro na esperança de produzir melhorias na aparência ou comportamento do outro, como também habitam-se a criticar inconscientemente; reclamações constantes de pequena monta, despontando em meio às palavras que pronunciam diariamente. Num ambiente desses, a intimidade não pode florescer.

Portanto, preste atenção ao que se diz, evite as críticas constantes ao seu cônjuge, principalmente se o objetivo for retaliação.

A Bíblia diz em provérbios 19:13b “...e a esposa briguenta é como goteira constante.”

Como é difícil acordar todos os dias ao lado de uma pessoa que reclama constantemente e raramente elogia, é melhor substituir as críticas por palavras de ânimo, isso pode reverter o afastamento no casamento e o prazer de conversarem um com o outro em uma atmosfera em que é possível compartilhar abertamente seus pensamentos, sonhos ou medos, gerando mais intimidade entre o casal.

2. Raiva e Ressentimento

A raiva e a hostilidade, não importa quão dissimuladas ou reprimidas, aniquilarão qualquer crescimento na intimidade amorosa. O tédio conjugal é quase sempre a máscara que esconde um mundo de ira e ressentimento jamais expressos abertamente. Isso acontece quando o casal deixa de resolver os problemas à medida que estes vão surgindo. Um grande problema é gerado quando os cônjuges decidem que não existem problemas a serem resolvidos e evitam a todo custo a terem uma conversa onde sairão de sua zona de conforto e conversarão sobre o que esta incomodando e atrapalhando o relacionamento. Geralmente o problema negado é guardado por muito tempo e sem aviso explode em ocasião futura.

Uma discussão, por mais desagradável que pareça na ocasião, é melhor que o silêncio glacial, porque a discussão representa o esforço de procurar alcançar a outra pessoa. As discussões resultam por vezes em uma nova compreensão entre marido e mulher.

Há duas regras básicas que devem ser observadas para que a discussão seja construtiva:

- a) um acordo de que ambos continuarão falando até resolverem o problema e compreenderem um ao outro;
- b) um acordo de limitar a discussão ao conflito atual, sem trazer à baila fracassos anteriores de qualquer um dos dois.

Também deve ser lembrado que o perdão é algo determinante para que haja restauração, e como já ouvi certa vez, “*perdão é perder grandão*”, ou seja, muitas vezes temos que assumir alguns prejuízos e perder alguns direitos em favor do amor.

3. Fracasso na comunicação

Não pode haver verdadeira intimidade sem comunicação; um compartilhar tanto a nível verbal quanto não verbal. Um dos cônjuges pode até mesmo tentar manter o relacionamento superficial, por temer a intimidade, temer o desenvolvimento da proximidade.

A maioria das pessoas, entretanto, pode aprender a comunicar-se mediante a prática, se realmente o desejar. A comunicação requer um amor que escute, bem como a disposição de ser vulnerável, de tentar colocar em palavras aquilo que se está sentindo, e confiar essas palavras à compreensão do companheiro.

4. Falta de confiança no companheiro ou em si mesmo

A confiança mútua é um dos elementos essenciais à intimidade.

Tempo e cuidado são necessários para edificar essa confiança. Mas surge um problema diferente quando um indivíduo não se sente bem acerca de si mesmo. Isso pode causar um medo da intimidade, porque a intimidade é recíproca. Ter intimidade é trocar, o que significa que a pessoa precisa ter algo para dar. Pessoas que tem uma auto-imagem deficiente podem sentir que nada tem a oferecer, e tentar esconder esse fato mantendo-se distantes daquelas que lhe são mais próximas.

As vezes as pessoas evitam um profundo envolvimento emocional por terem sido feridas por relacionamentos íntimos, geralmente quando eram crianças, jovens demais para compreender e resolver o problema. A dor que ficou dessas experiências pode ser sanada ao substituir-se o padrão de intimidade emocional. Isso também requer tempo e paciência amorosa por parte do cônjuge que precisa cortejar e ganhar a confiança do outro. Mas isso pode ser feito, para que algum dia os dois cheguem a gozar um relacionamento íntimo.

5. Insegurança quanto à aparência física

Existe uma correlação direta entre a percepção negativa do próprio corpo e a inibição da intimidade sexual. Não se pode gozar uma livre interação sexual, ou mesmo a intimidade de compartilhar um só quarto, quando se tem vergonha do próprio corpo e se tenta mantê-lo coberto o tempo todo. As respostas sexuais naturais do corpo também ficam inibidas quando a pessoa concentra nas próprias imperfeições físicas em lugar de em pensamentos eróticos agradáveis.

É incrível, mas verdadeiro, que muitas pessoas sentem-se pouco dignas de amor por causa de algum aspecto do seu corpo, e por estarem convencidas de que o outro tem os mesmos sentimentos negativos quanto à sua aparência.

O indivíduo que se sente inseguro acerca de sua aparência deve considerar isso um problema espiritual. É claro que se houver medidas práticas que podem ser tomadas para melhorar o problema, devem ser tomadas. Mas a pessoa precisa meditar sobre dois princípios bíblicos:

a) Deus me deu esses atributos: *“Graças te dou, visto que por modo assombrosamente maravilhoso me formaste; as tuas obras são admiráveis e minha alma o sabe muito bem”* (Salmo 139:14).

Portanto, preciso cuidar da melhor maneira possível de meu corpo; a seguir, desenvolver um sentimento positivo acerca daquilo que Deus me deu e da maneira pela qual Ele me fez.

b) O Senhor planejou para que o marido e a esposa fiquem nus e não se envergonhem diante um do outro como parte do relacionamento de uma só carne. (Gênesis 2:24-25). Portanto esconder o corpo do meu cônjuge não é bíblico.

6. Fazer o papel de espectador durante o ato sexual.

Por ser a intimidade uma experiência mútua de compartilhar, torna-se difícil goza-la quando se está preocupado consigo mesmo ou com coisas alheias ao ato.

Transferir a atenção para o que fazer para agradar ao outro e gozar a maneira como seu cônjuge lhe proporciona prazer edificará a intimidade e eliminará a apreensiva consciência de si mesmo.

Uma intimidade emocionalmente enriquecedora é sempre sinal de vida. Sexo tão rotineiro quanto escovar os dentes e tão mecânico quanto colocar uma carta no correio, é sinal de um relacionamento moribundo.

A intimidade cresce à medida que demonstramos sensibilidade pelas necessidades de nosso cônjuge. Insensibilidade às necessidades e aos desejos, particularmente na área sexual, pode prejudicar muito o desenvolvimento da intimidade. Um exemplo tradicional sempre citado é o marido que exige sexo logo após uma discussão que ficou sem solução, com as crianças brincando no quarto ao lado, o vizinho batendo à porta da frente, ou então, a esposa que interrompe as carícias apaixonadas do marido para ir tirar a carne do congelador ou ver se está tudo bem com o filho que está dormindo. Os terapeutas chamam isso de “sabotagem sexual”.

Se você deseja desenvolver a intimidade, terá que se dedicar totalmente a compreender as necessidades de seu cônjuge e a satisfazê-las de maneira que reflitam sensibilidade e amor.

7. Ausência de Contato Físico não Sexual

Ter intimidade com seu cônjuge é manter-se em contato emocional, intelectual e espiritual.

As pessoas casadas necessitam de contato afetivo não necessariamente físico para poderem reter a sensação de estarem amando. A intimidade requer aconchegar-se um ao outro, estar bem juntinhos, ficar de mãos dadas, beijar e fazer tudo isso como rotina.

Partindo do pressuposto cristão de que as relações sexuais devem se dar no contexto do casamento (Hb 13.4) quero fazer algumas reflexões sobre o tema.

Em primeiro lugar, como cristãos devemos deixar de lado a idéia de que não temos direito a essa bênção. O cristianismo foi influenciado negativamente pela teologia agostiniana que afirmava ser o sexo um mal necessário.

Precisamos cultivar a idéia de que Deus criou o sexo para a procriação, é verdade, mas também o criou para que homem e mulher sentissem prazer no corpo um do outro. Para fortalecer essa idéia, Deus fez com que o livro de Cantares de Salomão fosse incluído na lista dos livros inspirados.

Em segundo lugar, a construção da satisfação sexual deve passar por nós mesmos. Refiro-me à importância de cada um conhecer seu próprio corpo. Conhecer, por exemplo, os seus órgãos sexuais, suas áreas erógenas mais sensíveis. Não estou me referindo à masturbação. Conhecer seu próprio corpo se dá quando nos tocamos, quando lemos a respeito da sexualidade humana.

Em terceiro lugar, o casal que deseja experimentar o prazer sexual deve praticar a comunicação franca sobre o que lhe causa prazer e o que lhe desagrada. Quando um casal mantém um diálogo aberto sobre sua vida sexual, com certeza terão muito prazer.

Outro fator importante é saber que ambos, marido e esposa, têm direito a esse prazer sexual. Paulo, o apóstolo, deixou esse ensinamento quando escreveu que o marido deve proporcionar prazer sexual à sua esposa e essa ao marido (1Co 7.3).

Como afirmamos anteriormente, parece-nos que esse privilégio tem sido, na sua maioria, só dos homens.

Por último, não devemos associar o prazer sexual somente ao orgasmo. Sem dúvida, o orgasmo é o topo do prazer, mas para chegar a esse topo o caminho também é muito prazeroso e deve ser vivenciado intensamente pelos casais.

À luz dessas reflexões, termino lembrando o texto de Eclesiastes 9.7: “Goza a vida com a mulher que amas, todos os dias da sua vida...”

O que os maridos desejam

O que você gostaria que sua ESPOSA fizesse (ou deixasse de fazer) para tornar o relacionamento sexual ainda melhor para você?

Marque as alternativas que você gostaria de compartilhar com ela.

- Eu gostaria que ela aprendesse a aproveitar mais o sexo, em vez de encara-lo como obrigação.
- Eu gostaria de falar sobre nossos interesses sexuais ainda pela manhã. Se ambos estivermos em harmonia na hora de irmos para a cama, isso pode evitar decepções e propiciar momentos muito felizes.
- Eu gostaria que ela parasse de falar sobre meu peso.
- Eu gostaria que ela usasse roupas mais provocantes para "acender o meu fogo"
- Eu gostaria que minha esposa quisesse fazer sexo com mais frequência. Ela esta sempre muito ocupada.
- Eu gostaria que ela me acompanhasse em um programa de exercícios físicos.
- Eu gostaria que ela assistisse a mais filmes românticos comigo.
- Eu gostaria de passar mais tempo de qualidade com ela.
- Eu gostaria que ela fosse mais aberta á idéia do sexo oral.
- Eu gostaria que minha esposa tomasse a iniciativa do ato sexual com maior frequencia. É bem mais agradável para mim quando ela se mostra ativa e se dispõe a me excitar.
- Eu gostaria que ela fosse mais aberta e conversasse sobre esse aspecto do nosso casamento
- Eu nunca me lembro de quando ocorre o ciclo menstrual de minha esposa, e geralmente não consigo descobrir isso antes de estar pronto para o ato sexual. Peço apenas que ela me lembre de maneira bem sutil.
- Eu gostaria que fizéssemos sexo com maior frequencia e que ela desejasse fazê-lo tanto quanto eu.
- Eu gostaria que ela se orgulhasse mais de sua aparência. Nada de usar roupas de ginástica na cama.
- Eu gostaria que minha esposa parasse de agir como se tivéssemos de agendar cada ato sexual, e que ela pudesse ser mais espontânea.
- Eu gostaria que considerasse mais a ideia de namorar á noite, de modo que pudéssemos apenas curtir a presença a presença um do outro.
- Eu gostaria que houvesse algum tipo de variação em nosso relacionamento sexual, e que fizéssemos sexo com maior frequencia.
- Eu gostaria que ela tivesse um semáforo sobre a cabeça que pudesse indicar quando esta pronta para o sexo. Não gosto de tomar a iniciativa e se rejeitado.
- Eu gostaria que minha esposa pudesse excitar-se sem que fosse necessário tanto romance.
- Eu gostaria que nossos horários de trabalho fossem mais sincronizados. Como trabalhamos em turnos diferentes, temos pouco tempo para ficar juntos, por isso fazemos pouco sexo.

- Eu gostaria que fizéssemos sexo mais que uma vez por ano. Gostaria que ela pensasse mais em mim do que em seus pais. Talvez, quando eles morrerem, consigamos fazer sexo.
- Eu gostaria que minha esposa visse o sexo como uma experiência mútua. Parece que ela o encara mais como uma maneira de satisfazer minhas necessidades físicas do que uma experiência excitante para ambos.
- Eu gostaria que pudéssemos fazer amor pela manhã, quando ambos estamos bem descansados.
- Eu gostaria que minha esposa consultasse um médico para sanar um problema que torna o sexo muito doloroso. Sinto-me frustrado e não sei por que ela não procura ajuda.
- Eu gostaria que ela fosse mais rígida com nossos filhos quando eles invadem nossa cama. Fico pensando se ela usa a presença deles para evitar que façamos sexo.
- Eu gostaria que a palavra não desaparecesse do vocabulário de minha esposa.
- Eu gostaria que a minha esposa não falasse sobre problemas quando estamos tentando fazer sexo. Podemos discuti-los em outra ocasião.
- Conforme os anos foram passando, a gaveta de roupas íntimas de minha esposa foi ficando cada vez mais abarrotada, mas ela a abre com frequência cada vez menor. Ela é uma bela mulher, e eu adoraria vê-la abrindo essa gaveta mais vezes.
- Eu gostaria que ela não tivesse tantos compromissos todas as noites para nos manter tão ocupados e, conseqüentemente afastados.
- Eu gostaria que minha esposa me desse sugestões sobre o que torna a experiência sexual mais prazerosa para ela.

O que as esposas desejam

- Eu gostaria que ele me ajudasse um pouco mais a descobrir o que me agrada.
- Eu gostaria que meu marido tomasse mais cuidado com o corpo de maneira que eu pudesse sentir-me mais atraída por ele, fisicamente.
- Eu gostaria que ele parasse de tomar a iniciativa o tempo todo para que eu tivesse oportunidade de fazê-lo de vez em quando.
- Eu gostaria que ele tornasse o sexo algo mais espontâneo, em vez de pedir o tempo todo para fazer.
- Eu gostaria que meu marido parasse de esperar a minha iniciativa para fazermos sexo.
- Eu gostaria que meu marido passasse mais tempo conversando e trocando carícias, em vez de simplesmente pular em cima de mim.
- Eu gostaria que meu marido percebesse como as coisas que ele faz durante o dia afetam o sexo á noite.
- Eu gostaria de ter uma ideia um pouco mais precisa de quando a experiência sexual vai terminar, ele geralmente para muito cedo.
- Eu gostaria que ele dedicasse mais tempo para me ouvir sem que eu tenha de competir com o computador, o rádio ou a televisão.
- Eu gostaria que ele me ouvisse mais, em vez de criticar minhas ideias e meus sentimentos.
- Eu gostaria que pudéssemos ter mais tempo para nos reunirmos como família. Quando me sinto mais ligada á família, o sexo é melhor.
- Eu gostaria que ele fosse para a cama mais cedo. Gostaria que ele desligasse a TV e ficasse namorando comigo, que tornasse a intimidade uma prioridade.
- Eu gostaria que ele me tocasse de vez em quando sem interesse direto no sexo. Se nos abraçássemos e nos beijássemos um pouco mais, acho que eu me interessaria mais pelo ato sexual.
- Eu gostaria que ele me dissesse que tem orgulho de mim como sua esposa.
- Como temos um recém-nascido em casa, fico cansada a maior parte do tempo. Eu gostaria que ele não mantivesse uma expectativa tão grande em relação ao sexo nesse período.
- Eu gostaria que meu marido voltasse a me cortejar com flores, bilhetes, cartões ou pequenos presentes, coisas que demonstrassem como ele ainda me ama.
- Eu gostaria que ele sentasse no sofá ao meu lado, de mãos dadas, e me beijasse, em vez de cochilar na poltrona.
- Eu gostaria que ele demonstrasse mais o amor que sente por mim antes e depois do sexo.
- Eu gostaria que saíssemos com maior frequência á noite sem nos preocuparmos com o que vamos gastar, apenas para experimentar coisas novas juntos.
- Eu gostaria que meu marido parasse de tratar o sexo como se não significasse nada além de uma obrigação, que deixasse de exigi-lo o tempo todo e de me fazer sentir culpada quando não estou com vontade.

- () Eu gostaria que ele entendesse que a maneira como ele age quando volta para casa depois do trabalho (mal-humorado, impaciente, irritadiço) determina o clima á noite. Afinal não disponho de um botão que ele possa apertar para esquecer tudo aquilo instantaneamente e, de uma hora para outra, estar pronta para fazer sexo.
- () Eu gostaria que meu marido passasse mais tempo me elogiando e dizendo quanto sou especial para ele antes de partirmos para a intimidade sexual.
- () Eu gostaria que meu marido se lembrasse de que, por eu já ter passado da menopausa, o ato sexual pode ser doloroso para mim. Quero agrada-lo porque o amo muito, mas é difícil.
- () Eu gostaria que meu marido entendesse que minha falta de interesse em sexo não tem nada a ver com ele. Tem tudo a ver com minha falta de tempo e de energia, assim como o meu nível de estresse.
- () Eu gostaria que fizéssemos sexo com maior frequência e que ele não se sentisse tão cansado o tempo todo.
- () Eu gostaria que meu marido procurasse ajuda para resolver seu problema de impotência. É um problema que enfrentamos há anos.
- () Eu gostaria que ele parasse de jogar paciência no computador, em vez de ir para a cama comigo.
- () Eu gostaria que meu marido acreditasse em mim quando digo: Estou cansada. Isso significa que estou muito cansada mesmo.

BIBLIOGRAFIA

Autor: Pr. Reginaldo Cresencio

Wheat, Ed. Sexo & Intimidade/ Ed Wheat; / tradução: Wanda de Assumpção/ 6° ed./ São Paulo / Mundo Cristão, 1996 / 124-125 p.

Chapman, Gary / Fazer Amor: Como fazer do sexo um ato de amor / Gary Chapman; tradução: Omar de Souza - São Paulo / Mundo Cristão, 2010 / 87-90 p.