

FUNDAMENTOS BÍBLICOS DO CASAMENTO

Famílias vivendo o plano de Deus



Equipando para a vida e ministério

- ENCONTRO 4 SEXUALIDADE SAUDÁVEL -

O QUE A BÍBLIA TEM A VER COM ISSO

O sexo faz parte da vida conjugal e é nesse contexto que deve ser praticado, como bem sabemos. Por muito tempo os cristãos evitavam o assunto, por considerá-lo pecaminoso. Muitos até defendiam que o sexo era exclusivamente para reprodução, não para prazer. Nada mais equivocado. Nós fomos criados por Deus com desejos sexuais e não há nada de errado com eles.

O problema está na forma perversa como o sexo é usado desde que o pecado entrou no mundo. A banalização, a vulgarização, a erotização e a depravação que as pessoas fizeram dele não são motivo para que nós nos privemos de tratar do assunto da forma correta e usufruir seus benefícios.

Infelizmente, esse desequilíbrio na abordagem atinge também os cristãos, tanto para um lado como para o outro, o que é triste e não edifica. Muitos erros podem ser cometidos aqui, mesmo quando não haja imoralidade envolvida. Casais que não são bem resolvidos com sua sexualidade são infelizes e frustrados, sendo essa, inclusive, uma das causas de conflitos e até de divórcios.

Pode ser surpreendente para alguns, mas a Bíblia fala sobre isso claramente. Há instruções objetivas para lidar com a questão, uma vez que é parte integrante e fundamental do casamento entre um homem e uma mulher. Temos, inclusive, um livro inteiro na Palavra de Deus dedicado ao amor

OLHANDO PARA A BÍBLIA

Quanto aos assuntos sobre os quais vocês escreveram, é bom que o homem não toque em mulher, mas, por causa da imoralidade, cada um deve ter sua esposa, e cada mulher o seu próprio marido.

O marido deve cumprir os seus deveres conjugais para com a sua mulher, e da mesma forma a mulher para com o seu marido.

A mulher não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas sim o marido. Da mesma forma, o marido não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas sim a mulher.

Não se recusem um ao outro, exceto por mútuo consentimento e durante certo tempo, para se dedicarem à oração. Depois, unam-se de novo, para que Satanás não os tente por não terem domínio próprio.

(1 Coríntios 7:3-5)

O casamento deve ser honrado por todos; o leito conjugal, conservado puro; pois Deus julgará os imorais.

(Hebreus 13:4)

conjugal: Cantares de Salomão. Essa obra poética foi escrita para descrever o ideal de Deus para o casamento entre um homem e sua mulher. A linguagem erótica usada ali, embora nem sempre a percebamos, indica claramente para a beleza do sexo nos limites do matrimônio.

Também encontramos referência explícita à sexualidade matrimonial em textos como Provérbios 5:15-19:

Beba das águas da sua cisterna, das águas que brotam do seu próprio poço.
Por que deixar que as suas fontes transbordem pelas ruas, e os teus ribeiros pelas praças?
Que elas sejam exclusivamente suas, nunca repartidas com estranhos.
Seja bendita a sua fonte! Alegre-se com a esposa da sua juventude.
Gazela amorosa, corça graciosa; que os seios de sua esposa sempre o fartem de prazer, e sempre o embriaguem os carinhos dela.

MUITA CONVERSA

Dentro do casamento, de acordo com a Palavra de Deus, o sexo é privilégio e direito tanto da esposa como do marido. O texto de I Coríntios 3:3-5 é muito claro ao demonstrar que o sexo é algo que deve fazer parte da vida do casal de forma consensual e prazerosa para ambos. O corpo do marido pertence à esposa e vice-versa. Portanto, privar um ao outro sem consentimento mútuo e sem um propósito comum é pecado. O sexo não pode ser usado como moeda de troca ou como uma arma para tornar o cônjuge refém.¹

O segredo é justamente a boa comunicação, a conversa franca e frequente sobre expectativas, frequência, limites, horários, posições e tudo mais que se relacione com a atividade sexual. Quando isso não acontece, a frustração pode gerar mágoas, insegurança, retaliações. E aí, o que deveria tornar o casal “uma só carne” acaba sendo um fator que afasta não apenas os corpos, mas pouco a pouco vai acabar deixando um espaço perigoso entre suas vidas.

¹ Note que o texto bíblico citado não está autorizando um ou outro a exigir a prática do sexo a qualquer tempo e hora, independentemente de contexto ou circunstância. Ele simplesmente aponta para os riscos da falta de sexo no matrimônio, sem justificativa.

Seu cônjuge é seu maior amigo(a). Ele(a) conhece sua intimidade como ninguém mais. Fale com ele(a) se alguma coisa incomoda, física ou emocionalmente. Se você está desconfortável com o desempenho do outro nessa área, é importante que fale isso abertamente (mas com respeito e compreensão) com seu cônjuge.

Se o desejo sexual diminuir muito, levando um dos dois a uma insatisfação muito grande e não há fatores como os citados acima, o problema eventualmente pode até ser de saúde. Nesse caso, procure ajuda médica.

Nunca se esqueça disso: uma vida sexual insatisfeita é um campo fértil para o inimigo. Nada justifica a infidelidade conjugal, mas é certo que muita coisa pode ser evitada se houver uma plena satisfação sexual. Evidentemente, a sexualidade não é um item isolado no casamento, contudo não pode nem deve ser ignorado.

DE NOVO, AS DIFERENÇAS

Na lição 4 falamos sobre as diferenças entre o homem e a mulher. Entre elas, estão as biológicas e emocionais. Homem e mulher, de forma geral, encaram o sexo de formas diferentes. Isso quer dizer que ambos reagem, se preparam e se estimulam de maneiras diferentes.

Um casal maduro aprende a oferecer ao outro o que ele precisa. Há uma ideia de troca aqui, mas nunca de negociação. A proposta não é egoísta, mas é de amor verdadeiro. Não é uma questão de cada um lutar para conseguir o que **quer**, mas de oferecer o que **o outro precisa**. Quando isso acontece, todo mundo ganha.

Veja a seguir algumas dessas diferenças.

- O homem é quase totalmente físico, enquanto a mulher tem a tendência de ser mais emotiva.
- O homem se interessa pela quantidade, a mulher pela qualidade do sexo.
- O homem foca primeiro no corpo e na alma depois; a mulher foca primeiro na alma e no corpo depois.
- O homem é estimulado pela visão; a mulher pelo que sente e ouve.
- O homem se satisfaz com o ato; a mulher precisa do contexto.

Por tudo isso, é fundamental manter sempre uma linha aberta e amorosa de

MANTER A CHAMA ACESA

Se o sexo é parte tão importante para a saúde do relacionamento conjugal, é fundamental tomarmos os devidos cuidados para que essa área esteja sempre em ordem. Eis algumas sugestões.

1. Cuidado com o corpo: higiene pessoal, saúde íntima, forma física.
2. Manter os exames médicos de rotina em dia.
3. Demonstração de carinho e afeto fora do contexto sexual.
4. Iniciar o ato antes de sentir vontade.
5. Demonstrar que o interesse é pela pessoa, não somente por seus hormônios.
6. Separar tempo regularmente para ficar a sós com seu cônjuge.
7. Não encher a mente com fantasias.

DESENVOLVA O CÍRCULO VIRTUOSO



- 1- Conversem abertamente sobre o relacionamento sexual de vocês. Falem abertamente sobre o que gostam ou não. Seja um bom ouvinte e não critique os sentimentos ou preferências do seu cônjuge. Pense no prazer do outro primeiro, antes de pensar no seu.
- 2- Orem sobre o que conversaram. Se o alvo é desenvolver intimidade, nada melhor do que pedir a Deus que os una cada vez mais, no amor que Ele mesmo derrama em nossos corações.
- 3- Preparem momentos a sós. Uma massagem relaxante é bem-vinda, uma surpresa preparada com carinho (jantar, flores, aquilo que ele (a) mais gosta, também).
- 4- PRÁTICA! O ato sexual precisa ser parte da vida do casal. Não perca mais tempo!

Tarefa (para os dois)

A PRÁTICA SEXUAL A DOIS É O REFLEXO DA NOSSA VIDA A TRÊS

Para o cristão, até mesmo sua sexualidade é espiritual. Viver em Cristo e por Cristo é obedecer a um Deus Invisível num mundo visível, sendo orientado, em todas as áreas pelo celestial e não pelo terreno. Por isso, sua vida sexual não será melhor porque você segue as últimas dicas de livros, sites, revistas ou amigos. Por incrível que possa parecer, o nosso aprimoramento nessa área vem de um relacionamento íntimo com o Criador, de forma que o nosso “eu” corrompido pelo pecado diminua e que Cristo passe a reinar em nós. Só dessa forma nosso egoísmo não será predominante. Passaremos a pensar primeiro no outro, não em nós mesmos. Como Paulo ensinou:

A mulher não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas sim o marido. Da mesma forma, o marido não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas sim a mulher. Não se recusem um ao outro, exceto por mútuo consentimento e durante certo tempo, para se dedicarem à oração. Depois, unam-se de novo, para que Satanás não os tente por não terem domínio próprio.²

Não é simplesmente por aplicar novas práticas para “apimentar a vida sexual” que vamos crescer em intimidade com o nosso cônjuge. Isso é ilusão. O fundamento é entender a relação sexual como expressão máxima de sermos uma só carne. Com a ajuda do Espírito Santo, presente no dia a dia, que nos leva a parecer mais com Cristo, a prática da vida a dois ganha um novo sentido.

Nesta semana, separe um tempo para exercitar o CÍRCULO VIRTUOSO que estudamos na lição.

² 1 Coríntios 7:4,5