Introducción _____

_____

I. Introducción a la sexualidad humana

El sexo a menudo se trata negativamente o se evita en contextos eclesiásticos _____

Enfoque social común en el sexo y la sexualidad _____

Objetivo: Comprender la enseñanza bíblica sobre el sexo y la sexualidad _____

_____

II. Mitos sobre el sexo

1. El sexo es básicamente malo _____

2. El celibato es lo ideal _____

3. Las mujeres son malas por causa de la sexualidad _____

4. El sexo es solo para la procreación _____

5. El sexo debe mantenerse en secreto y hacerse en la oscuridad _____

La culpa y la vergüenza falsas conducen a la frustración y a problemas sexuales _____

_____

III. Influencias históricas en las actitudes sexuales

La filosofía griega y la teología de la Edad Media moldearon opiniones negativas _____

El pecado original se vinculó con la sexualidad, causando vergüenza y culpa _____

Cambios del siglo XX: de la represión a la revolución sexual y al enfoque en el sexo seguro _____

_____

_____

IV. Enseñanza bíblica sobre el sexo

El sexo es hermoso y fue diseñado por Dios Cantar de los Cantares 7 _____

No hay vergüenza en el matrimonio Génesis 2:24 _____

El sexo es idea de Dios, no del hombre Proverbios 5 _____

Dios manda tener relaciones sexuales regularmente en el matrimonio 1 Corintios 7:3-5 _____

El pecado causa culpa, no el sexo Hebreos 13:4 _____

_____

V. Decisiones que corresponden a las parejas

La frecuencia, el momento y el propósito del sexo son decisiones personales _____

Dios nos dio inteligencia para tomar decisiones sabias sobre la sexualidad _____

_____

_____

VI. Comunicación y satisfacción sexual

El mayor problema sexual: la falta de comunicación _____

El cerebro es el principal órgano sexual; la comunicación estimula el deseo _____

Frases clave que las parejas necesitan decirse mutuamente _____

_____

_____

_____

VII. Consejos prácticos para las parejas

Expresen abiertamente sus deseos y necesidades _____

Sean pacientes y eviten forzar la intimidad _____

Comprendan que las necesidades emocionales preceden a las físicas _____

Equilibren la estimulación visual y emocional _____

Aprecien la intimidad voluntaria, incluso cuando sea inconveniente _____

Cuiden su cuerpo; le pertenece a su cónyuge _____

_____

_____

VIII. Resumen y ánimo

El sexo es un regalo de Dios para el gozo y la unidad en el matrimonio _____

La comunicación abierta revitaliza y fortalece la relación sexual _____

Tarea: Amen, comuníquense y cultiven su relación íntima _____