



Sexualidad, un maravilloso regalo de Dios

I. Oración y bienvenida

II. Objetivo (Leer textual)

El Objetivo de esta charla es ayudarnos a entender que la sexualidad es un tema del cual tenemos la responsabilidad de conocer y compartir con nuestros seres queridos y aunque es un tema lleno de tabúes y malos entendidos el acto en si del sexo en el matrimonio llega a ser el símbolo de amor mas profundo y maravillosos que Dios nos ha regalado.

III. Leer Génesis 2,20-23

“El hombre puso nombre a todos los animales, a las aves del cielo y a las fieras salvajes. Pero no se encontró a ninguno que estuviera a su altura y lo ayudara. Entonces Yavé hizo caer en profundo sueño al hombre y éste se durmió. Le sacó una de sus costillas y relleno el hueco con carne. De la costilla que Yavé había sacado al hombre formó una mujer y la llevó ante el hombre. Entonces el hombre exclamó: Esta si es hueso de mis huesos y carne de mi carne. Esta será llamada varona porque del varón ha sido tomada.”

IV. Compartir cómo al principio de tu matrimonio disfrutabas compartir todos los momentos posibles con tu esposo(a) (El y Ella, 3 min. c/u)

Mentalidad:

Compartir como al principio de tu matrimonio disfrutabas compartir todos los momentos posibles con tu esposo(a) en el área de la sexualidad, aunque en ocasiones no estuvieras de acuerdo con la manera como pensaba o actuaba tu pareja. ¿Vivías una paz barata? ¿Te conformabas?

Describe tus sentimientos al recordar como junto a tu pareja podías tener momentos que te dejaban profundamente feliz al verte aceptado(a) a través de la sexualidad. Comparte como luchabas por dar lo mejor, aunque algunas veces no estabas totalmente de acuerdo y mantenías la armonía en su relación.

V. Comparte como antes de vivir su FDS, por falta de confianza, tabúes e inseguridades sobre el tema de la sexualidad algunas veces te sentías distanciado(a) de tu pareja (El y Ella, 3 min. c/u)

Mentalidad:

Comparte como antes de vivir su FDS, por falta de confianza, tabúes e inseguridades sobre el tema de la sexualidad algunas veces te sentías distanciado(a) de tu pareja. Tal vez tu formación o machismo te llevan a verte poca cosa, con muy poco que dar y llegas algunas ocasiones a experimentar una gran desilusión por tu poco conocimiento o valor para enfrentar el tema. Describe tus sentimientos al reflexionar sobre la importancia de educarte más sobre el tema de la sexualidad. Comparte algún momento de tu matrimonio en el que por temor a la reacción de tu pareja has tenido que acceder a un acto sexual, quizás por cansancio, desilusión con tu pareja, preocupación financiera, de salud o los hijos, falta de higiene u otras mas, llegas al acto sexual solo por mantener una paz barata y al actuar así te deja vacío y con una gran soledad.

VI. Comparte como después del FDS has logrado ir poco a poco estar mas abierto a tocar el tema de la sexualidad (El y Ella, 3 min. c/u)

Mentalidad:

Comparte como después del FDS has logrado ir poco a poco estar más abierto a tocar el tema de la sexualidad. Como al hacerlo logras ir conociendo las necesidades y limitaciones más intimas de tu pareja, lo cual te lleva a comprenderlo y ayudarlo a hacer del acto sexual una verdadera demostración de amor y además ayudar a tus hijos a transmitirles confianza para hablar sobre el tema de la sexualidad sin tabúes o temores. Describe tus sentimientos con intensidad al ver lo maravilloso de sentirte con libertad para hablar de la sexualidad especialmente cuando te ves escuchado con el corazón, cuando puedes compartir con tu pareja tus miedos y debilidades sin ser juzgado. Como esto además te ayuda también a ver la responsabilidad que tienes de enseñarles a tus hijos a respetar su cuerpo y a no tener miedo de hacer preguntas sobre el tema. Comparte los momentos de gozo que este cambio de escuchar sobre la sexualidad ha dejado en tu relación matrimonial.

VII. Pregunta para el 10/10

¿Qué me limita en este momento para dejarme conocer por ti en el área de la sexualidad? CSMSADE



VIII. Compartir Abierto

¿Qué tan dispuesto estoy a recibir más educación sobre sexualidad? CMSHDE

IX. Oración final