FAÇA SEU CÔNJUGE GOSTAR DE SEXO NOVAMENTE EM TRÊS SEMANAS

FAÇA SEU CÔNJUGE GOSTAR DE SEXO NOVAMENTE EM TRÊS SEMANAS

EVANDRO L. DA CUNHA

OPÇÃO editora

Coordenação editorial:
Wilbett Oliveira

Projeto editorial
Lygia Caselato

Diagramação eletrônica
Semadar edições

1ª edição
Março de 2021

Revisão:
Do autor

Capa:
Brunella Pífano

Contato com o autor:
dr.evandrocunha7phd@hotmail.com

Copyright by © 2021
Evandro Luiz da Cunha
Todos os direitos reservados.
Opção editora
Estrada da Aldeia, 668 Bl. 67c
Granja Viana - 06709-300 - Cotia, SP
Telefones: (11) 4777-0123 - 97360-1609
Site: www.opcaoeditora.com.br
E-mail: contato@editoracajuina.com.br

[CIP]
Dados Internacionais da Catalogação na Publicação

C972f
Cunha, Evandro Luiz da.

Faça seu cônjuge gostar de sexo novamente em três semanas. Evandro Luiz da Cunha. 1ª edição - Cotia, SP, Opção editora, 2021. 150 p.

ISBN: 978-65-991863-2-5

1. Comportamento (Psicologia) 2. Erotismo 3. Fantasias sexuais 4. Sexo — Aspectos sociais 6. Sexualidade

I. Título.

CDD-306.7

Índice para catálogo sistemático:

1. Erotismo : Comportamento sexual : Sociologia 306.7

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Dr. Rivelino Montenegro, palestrante, escritor, cientista e conferencista que vive na Alemanha, bem como ao prof. Ricardo Marques, escritor e palestrante – ambos meus *coaches full time* – pela leitura do manuscrito e por seus pareceres técnicos. Ao Dr. Júlio Leal por ter prefaciado este livro e por suas sábias orientações. Ao amigo Ronald Amaral, teólogo e conferencista, pelo incentivo à publicação desta obra.

À minha família, em especial meus pais Antônio Diniz da Cunha e Amarina Maria Barbosa da Cunha (ambos de saudosa memória). À minha esposa Diliã Cunha, "coautora" deste livro, pelas correções, observações e incentivos. Aos meus filhos Stephanie e Steven Cunha pela leitura atentiva. Aos meus irmãos pela motivação.

Por fim, ao mais importante de tudo e de todos, Deus [HaShém], cujo toque pode transformar vidas.

Dedico este livro a todos os homens e mulheres que estão sofrendo por não amar mais ou por não serem mais amados(as) por seus cônjuges e/ou por terem perdido o interesse, ou não serem mais desejados(as) sexualmente por eles, mas que estão em busca de um "milagre" que reacenda o fogo do amor e da paixão.

Cada um de nós é um anjo com apenas uma asa
e só podemos voar quando nos abraçamos

[*Luciano de Crescenzo*]

SUMÁRIO

PREFÁCIO **11**

APRESENTAÇÃO.....**13**

INTRODUÇÃO.....**15**
SOCORRO! JÁ NÃO SINTO MAIS NADA 16
CASAMENTO SEM SEXO 17
AS CONSEQUÊNCIAS DA ABSTINÊNCIA SEXUAL..... 19
OS BENEFÍCIOS DE PRATICAR O SEXO..... 20
O TEMPO E O AMOR 22
CASAMENTO E AMOR..... 24
SINTOMAS DE UM AMOR ENFERMO..... 24
QUANDO O AMOR ADOECE,
O TESÃO MORRE NO DIA SEGUINTE.....26
POR QUE O AMOR MORRE OU SE ESFRIA?..... 26
CADA CORPO, UMA SEXUALIDADE 29
ETIOLOGIA DA MORTE DO DESEJO SEXUAL..... 29
NÃO É FÁCIL RECONQUISTAR O QUE PERDEMOS..... 30
O TOQUE PODE RESSUSCITAR O AMOR ERÓTICO 31
MUDANÇA DE HÁBITO..... 33
O PODER DA ESPERANÇA..... 39
O PODER DO TOQUE ERÓTICO-AFETIVO: 40

PASSOS PARA REACENDER O DESEJO E A PRÁTICA SEXUAL.....40
Passo 1 COMECE COM PEQUENOS TOQUES..... 43
Passo 2 FIQUE POR PERTO, MAS NÃO COLE..... 46
Passo 3 ATRIBUA SIGNIFICADO À LITURGIA DO COTIDIANO..... 49
Passo 4 INTERESSE-SE PELA ROTINA DO SEU CÔNJUGE..... 52
Passo 5 TOQUE COM ELOGIOS..... 58
Passo 6 OFEREÇA-SE PARA FAZER MASSAGEM 62

Passo 7 INVENTE PRETEXTOS PARA TOCAR O SEU CÔNJUGE 65
Passo 8 DECIDA AMAR..... 67
Passo 9 FAÇA RIR 82
Passo 10 INTENSIFIQUE OS TOQUES 85
Passo 11 DESPERTE A MEMÓRIA POSITIVA..... 87
Passo 12 ABRACE MAIS 90
Passo 13 DURMA COLADO..... 92
Passo 14 TOQUE COM AS PALAVRAS..... 94
Passo 15 DIGA "EU TE AMO" E "ME PERDOE" EM ATOS
E ATITUDES.....100
Passo 16 DANCE COM SEU CÔNJUGE.....103
Passo 17 SURPREENDA SEU CÔNJUGE 105
Passo 18 EVITE O "SEMPRE" E O "NUNCA" 111
Passo 19 BEIJE MAIS.....113
Passo 20 PENSE EM COMO SATISFAZER SEXUALMENTE
SEU CÔNJUGE 115
Passo 21 TORNE-SE UM(A) ESPECIALISTA
EM SEXO, AMOR E EROTISMO 119

CONCLUSÃO.....121

NOTAS..... 130

PREFÁCIO

Há coisas importantíssimas que, mais cedo ou mais tarde, a vida cobrará de nós, mesmo que não tenhamos tido chance alguma de aprendê-las. A arte de bem se relacionar é uma delas. Olhe em volta e verá que, nessa área, faltam bons cursos, materiais adequados, exemplos dignos de imitação e estímulos positivos. Às vezes, falta também curiosidade, perseverança e motivação. Até parece que se trata de algo banal, mas não é.

Quando o assunto é sexo, então, a complexidade fica ainda maior. Todo mundo tem algo a dizer, alguma história a contar, coisas a ensinar. São tantas as vozes, tantas as experiências, tantas abordagens! O cardápio (às vezes) é tão variado quanto indigesto. Por isso, muito do que se ouve e se diz a respeito precisa passar por um filtro, por uma leitura crítica e apropriada. É exatamente isso que o autor deste livro faz nas páginas a seguir. O resultado fala por si só. Trata-se de um texto inteligente que combina erudição, experiência de vida, informação científica e um diálogo franco e maduro sobre um tema que, para alguns, é bastante delicado e melindroso.

Uma vida a dois é comunhão de corpo e alma, de mente e coração. Do contrário, fica insossa, não satisfaz, deixa a desejar, gera um vazio existencial. O Dr. Evandro Cunha captou bem essa ideia em seu livro. Ele mostra como, mesmo numa sociedade hiper-sexualizada, curiosamente falta a muitos casais o cultivo de uma vida sexual capaz de unir, aproximar, reforçar e construir em vez de separar, distanciar, enfraquecer seus relacionamentos e, por fim, destruí-los. Explica como é

possível, passo a passo, recuperar a afeição perdida, desenvolver a habilidade para amar, cultivar o carinho e a cumplicidade na vida e na cama, sem os muros artificiais criados pela rotina, pelo desgaste do tempo, pela indiferença, por ideias equivocadas.

Se é verdade que conhecimento não ocupa espaço e que ser educado nunca é demérito, por que não (re)aprender a cultivar uma sexualidade saudável para ser e fazer alguém feliz? Vá em frente. Tanto a família quanto a sociedade agradecem!

Júlio Leal
Doutor em Educação

APRESENTAÇÃO

Se você comprou este livro é porque provavelmente está enfrentando o problema ou quer prevenir que aconteça no seu casamento ou, ainda, adquiriu para obter conhecimento para ajudar outros. Seja qual for o motivo, não quero que perca tempo. Serei objetivo e te conduzirei passo a passo no caminho de volta ao prazer e alegria da vida sexual plena. Só peço que siga os passos meticulosamente, para obter os resultados desejados. Não queime nenhuma etapa.

As informações apresentadas são o resultado de anos de aconselhamento matrimonial como analista comportamental, principalmente no campo da sexualidade, de pesquisa científica sobre o tema e da minha própria experiência pessoal ao lidar com a abstinência sexual.

São apenas 21 passos que irão mudar sua vida em três semanas.

Boa caminhada!