

SEXUALIDADE  
HUMANA



1987

“ Não se nasce MULHER  
TORNA-SE MULHER ”

Simone de Beauvoir

# SEXUALIDADE

## ÍNDICE

01. INTRODUÇÃO
02. O QUE PODEMOS OBSERVAR
03. PARA QUE ?
04. CONTANDO UM POUCO SOBRE A HISTÓRIA DA MULHER
05. PROPOSTA
06. NOSSO GRANDE DESAFIO
07. CONHECER O PRÓPRIO CORPO E DOMINÁ-LO
08. BIBLIOGRAFIA

-----&&&&&&-----

## INTRODUÇÃO

As mulheres tem pouco conhecimento sobre si, devido o ocultamento do próprio corpo, tendo a cabeça povoada de muitos "mitos" e "tabus."

Assim sendo, cabe a nós realizarmos uma reflexão a partir das seguintes perguntas:

- PORQUE ESTE FATO ACONTECE?
- A FAVOR DE QUEM?
- CONTRA QUEM?

Este questionamento permitirá rever a história, onde iremos descobrir o quanto o corpo é importante na formação da nossa IDENTIDADE.

Não devemos consentir que este "saber" fi que apenas na reflexão, mas estimule a cada uma de nós a querer conhecer mais e mais, para ajudar as companheiras dos Clubes de Mães.

Esta luta que estamos iniciando aqui deverá ser tão importante, quanto as demais lutas que nós desenvolvemos nos bairros por creche, luz, água, etc.

" Saber é ser, compreender é viver."

( Gandhi )

## O QUE PODEMOS OBSERVAR

1. Os meios de comunicação fazem do sexo um tema de especulação e de exploração.
2. O despreparo a nível de conhecimento psicológico e social dos pais e educadores frente à problemática sexual da criança e do jovem.
3. O desconhecimento em que é mantida a criança, a nível biológico, onde possui informações sobre todas as partes do seu corpo, menos sobre as genitais.
4. O desconhecimento existente quanto à sexualidade: o sexo é visto pela maioria dos adultos, como algo: feio, sujo, vergonhoso e clandestino, sendo consequentemente, motivo de conflito, ansiedade e angústia.
5. A falta de responsabilidade quanto à conduta sexual, por parte dos jovens e adultos, não respeitando a si mesmo, e aos outros nos seus limites físicos e emocionais.

6. Que estamos vivendo em um momento de transição, saindo de uma fase repressiva em busca da vivência livre da sexualidade. Esta fase traz como consequência a vulgarização do sexo, através de experiências superficiais e distantes, sem comprometimento AFETIVO, MORAL e SOCIAL.

### PARA QUE ?

01. Refletir como a MULHER é explicada a partir da HISTÓRIA.
02. Conhecer e respeitar o seu próprio CORPO.

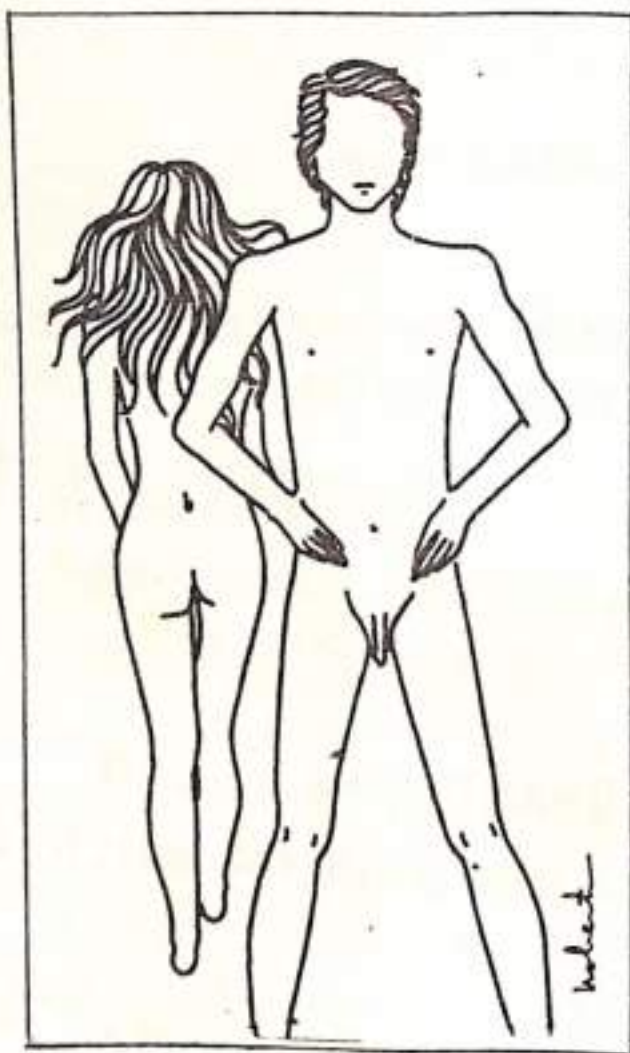
### CONTANDO UM POUCO SOBRE A HISTÓRIA DA MULHER.

" NÃO SE NASCE MULHER. TORNA-SE MULHER "

Simone de Beauvoir

Se pesquisarmos desde o início da história da humanidade vamos descobrir que a mulher não tem a sua própria história.

"A mulher é aquilo que o homem não é .... "



ELA É

O OPOSTO DO  
HOMEM

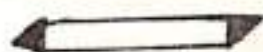
( O OUTRO  
DA HUMANIDADE )

De onde vem a submissão da mulher ?

Por mais que se volte ao passado, vamos perceber que no início da história da humanidade, a mulher sempre esteve subordinada ao homem.

A mulher é " O OUTRO " da HUMANIDADE, ou seja, seu nascimento é explicado a partir do homem, através dos atributos que ele não possui:

HOMEM



MULHER

inteligente  
tem espírito (alma)  
forte  
valente  
ativo  
responsável  
tem um pênis  
cria seres perenes

incapaz de pensar  
não tem  
frágil  
covarde  
passiva  
irresponsável  
não tem  
cria seres frágeis

Dizer que a mulher é o outro da humanidade é afirmar que sua existência depende do homem.

Mas, o que sabemos realmente é que o poder na sociedade, sempre esteve nas mãos dos homens.

Essa posição de poder deu ao homem muitos privilégios, e consequentemente, justificou o processo educativo das meninas para a submissão.

No decorrer da história poucas mulheres lutaram, exigindo serem reconhecidas como sujeito e não como objeto. As mulheres deveriam questionar o que os homens escreveram e ainda escrevem sobre elas, porque como podemos constatar, eles sempre foram donos e juizes do mundo.

Durante muitos anos a mulher foi ignorada, havendo até uma certa cumplicidade por parte de algumas, que por medo de enfrentar os sofrimentos e as consequências, aceitaram como sendo "normal" sua submissão ao homem.

A mulher não tem passado, história, até mesmo dentro da religião.

Sobre a mulher pesa um destino biológico, psicológico, econômico que contribuíram para justificar a dominação masculina.

Do ponto de vista:

a) biológico - a mulher é uma matriz, ou seja, um útero que só serve para gerar filhos e garantir a reprodução humana.

b) psicológico - a mulher é a fêmea que imita o macho. (Freud)

c) econômico - a mulher é propriedade do homem.

A mulher vive e aceita seu "destino" como algo "normal" próprio da sua natureza. Ela é mulher, mãe, esposa e tudo aquilo que a sociedade machista, em que vivemos, sempre determinou.



Por outro lado, a fim de reafirmar a inferioridade da mulher e garantir a dominação masculina, muitos sacerdotes, filósofos, escritores e legisladores empenharam-se em demonstrar, que a condição subordinada da mulher era desejada no céu e proveitosa na terra.



Para reforçar seus posicionamentos e visão sobre a MULHER os professores, profetas, apóstolos, filósofos diziam as seguintes frases:

"Há um princípio bom que criou a ordem, a luz e o homem, e um princípio mau que criou o caos, as trevas e a mulher."  
(Pitágoras)

"Não há no mundo nada pior que uma mulher, exceto outra mulher."  
(Aristófanes)

"Não foi Adão que se deixou seduzir, mas a mulher que, seduzida, tornou-se culpada de transgressão. Apesar disso, ela será salva, na condição de se tornar mãe e perseverar com modéstia na fé, na caridade e na santidade."  
(São Paulo)

"Esposas, sujeitai-vos a vossos maridos."

(São Pedro)

"A mulher é um homem incompleto, um ser ocasional e acidental."

(São Tomás de Aquino)

"As mulheres não são outra coisa que máquina de produzir filhos."

(Napoleão)

"A mulher é um animal de cabelos longos e idéias curtas."

(Nietzsche)

"A vontade de sucesso na mulher é uma neurose, resultado de um complexo de castração, da qual ela não se curará a não ser pela total aceitação de seu destino passivo."

(Freud)

# PROPOSTA

. Recuperarmos a nossa IDENTIDADE.



Precisamos construir a nossa verdadeira identidade:

IDENTIDADE →



EU = desejo, prazer, realização, decisão, Criatividade... SABEDORIA

SABEDORIA = experiência de VIDA.

COMO EU CONSTRUO MINHA IDENTIDADE:

- 1º - Gostando de mim ...
- 2º - Conhecendo-me profundamente...
- 3º - Expressando a minha SEXUALIDADE através do CORPO.

Nós somos frutos de uma educação castradora. Nossos pais nos ensinaram a desempenhar vários papéis, que depois foram REFORÇADOS pelos BRINQUEDOS, ESCOLA, RELIGIÃO ... etc.

COM isto criou a grande DIFERENÇA SEXUAL entre o HOMEM e a MULHER.



Portanto, o nosso EU ficou aprisionado, censurado e cupabilizado.

A mulher não existe por acaso, nem é um ovário...

Ela é um SER como o homem, que foi também chamada por Deus para assumir a VIDA.

"Gênesis 1,27... Deus criou o homem e a mulher..."

Logo a mulher é um SER cuja VOCAÇÃO fundamental é ser pessoa.



EU... sou...

VOCAÇÃO = pessoa

.única

.livre

.responsável

.com possibilidade de estar aberta para

Transcendência = EU pleno  
DEUS

EU

TU\*

PRÓ-VOCAÇÃO

- . social
- . fraterna (o)
- . apelo de Deus para o outro.

## CONVOCAÇÃO

ELAS (es)



Contexto grupal

Contexto social (mundo)\*

**para transforma-los**

▲pensando, analisando, criticando, agindo, re-criando e avaliando.

# NOSSO GRANDE DESAFIO

19



Através da construção do nosso EU, encontraremos a liberdade.

Só que existe dois tipos de liberdade:

1º) A liberdade de escolha: aquela que realizo no dia-a-dia (estar aqui e não em outro lugar, vestir esta ou aquela roupa...)

2º) A liberdade fundamental: que é o sentido que EU dou para a minha VIDA.



Apesar do seu destino histórico a mulher sempre lutou para conseguir seu verdadeiro espaço.

Cada vez mais o chamado sexo frágil demonstra sua coragem e eficiência, gritando por seus direitos.

Refletindo o texto de Viki Ferrara:

Falaram pra gente...

Falaram pra gente que a mulher chora  
E choramos.

Falaram pra gente que a mulher é abnegada  
E nos sacrificaram.

Falaram pra gente que a mulher é submissa  
E nos escravizaram.

Falaram pra gente que a mulher é pecado  
E nos castraram.

Falaram pra gente que a mulher da vida  
Por isso não temos o direito de viver.

Falaram pra gente que a mulher é lar  
Por isso quando saímos nos dobraram a carga.

Falaram pra gente que a mulher é mãe  
Por isso, no mundo, infinidade de filhos  
procuram em vão o seu pai.

Falaram pra gente que a mulher é útero  
Por isso, no mundo, milhares de irmãs  
morrem anualmente de aborto.

Falaram pra gente que a mulher é débil

Falaram pra gente que a mulher é superficial

Falaram pra gente que a mulher não entende

mas entendemos que

o homem é força  
e por isso as guerras

o homem é ciência  
e por isso respiramos veneno, comemos câncer

o homem é razão  
e por isso, no mundo, vinte milhões de crianças  
morreram este ano de fome.

Falaram pra gente que nos devemos calar:

GRITEMOS!

VOCÊ SE CONHECE ... ?

olhando  
no  
espelho

- . Esta estranha é você?
- . O que sabe sobre você?
- . Você tem realmente prazer em se conhecer?

\*Pense um pouco e responda:

\*O que você acha do seu corpo?

Alguns depoimentos...

\* Gosto do meu corpo por isso cuido dele. Ele é templo de Deus...

\* Acho que meu corpo é sadio, mas frio sexualmente...

\* Meu corpo é muito resistente, aguenta tudo, portanto gosto dele...

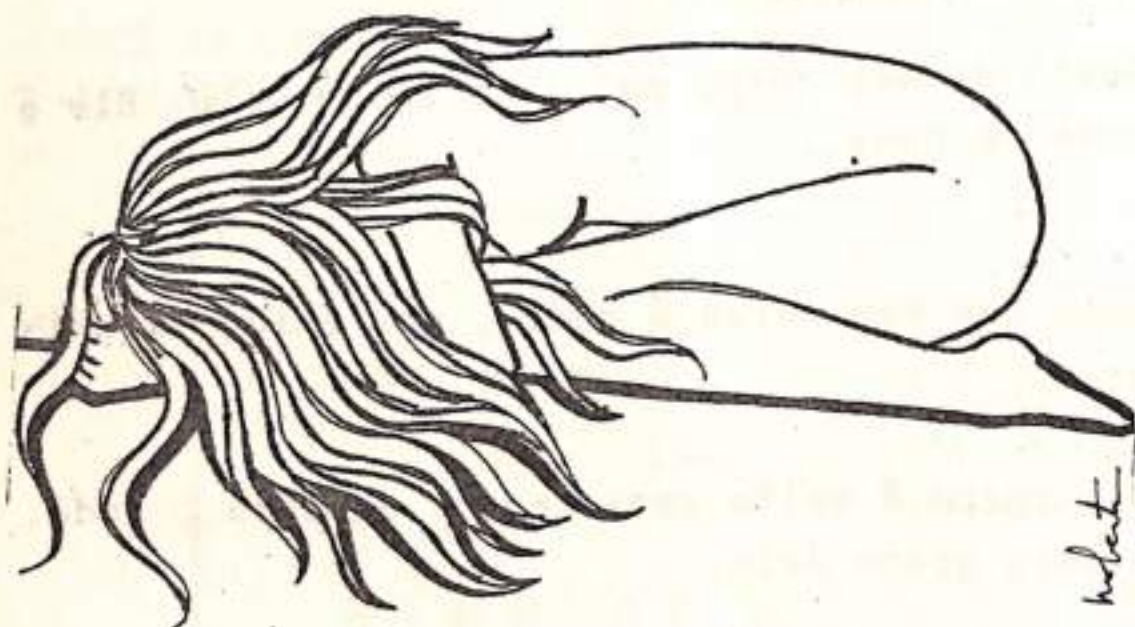
\* Meu corpo é pesado e meus seios me atrapalham. Sinto muita dificuldade para sentar...

\* O meu corpo é algo maravilhoso, porque é imagem e semelhança de Deus e templo do Espírito Santo.

\* Acho o meu corpo uma coisa extraordinária, pois foi criado por Deus...

\* Acho meu corpo bom, saudável, me sinto contente com ele...

\* No meu corpo não falta nada, só lamento não saber ler...



A partir destes depoimentos foram realizadas várias técnicas de desinibição corporal.

A questão do corpo sempre foi um problema pra a humanidade, principalmente o da "mulher", que foi objeto de controle dos pais, pais e irmãos, de exploração dos médicos e propriedade do marido.

Diante desta realidade foi negado à mulher conhecer e tocar seu próprio corpo, ficando numa total "ignorância", tendo que pagar um alto preço a nível psicológico diante dos medos, pecados, vergonhas e sentimentos de culpa.

## CONHECER O PRÓPRIO CORPO PARA DOMINÁ-LO

### Algumas técnicas

#### 1. Técnica do espelho:

\* (deitada ou sentada, fechar os olhos e imaginar que está nua diante de um espelho.)  
• olhar com bastante atenção, tocando com as mãos todas as partes do seu corpo.

\* Após o relaxamento fazer um desenho do seu corpo nu.

\* Contar para o grupo como foi a experiência.

#### 2. Técnica do banho:

\* (deitada ou sentada, fechar os olhos e imaginar que está tomando um banho bem gostoso)  
• sentir a água percorrer cada parte do seu corpo  
• sentir a carícia do sabonete.

. sentir a toalha que toca em cada parte do seu corpo.

\* Após o relaxamento contar ao grupo como foi a experiência.

### 3. Técnica da viagem:

\* (deitada ou sentada, fechar os olhos e imaginar que está fazendo uma viagem no interior do seu corpo)

. procurar verificar nesta viagem como está cada órgão do seu corpo.

. sentir as batidas do seu coração e o ritmo da sua respiração.

. Sentir o sangue percorrendo todo o seu corpo.

\* Após o relaxamento contar para o grupo como foi a experiência.

### O NASCIMENTO DO AMOR

Na floresta amazônica, a primeira mulher e o primeiro homem se olharam com curiosidade. Era pouco comum o que traziam entre as pernas.

- Cortaram você ? perguntou o homem.

Não - disse ela - sempre fui assim.

Ele se aproximou e examinou. Coçou a cabeça. Alí, havia uma chaga aberta. Disse:

- Não coma mandioca, nem bananas, nem fruta alguma que rache ao amadurecer. Vou curar você. Deite-se e descance.

Ela obedeceu ao sabe-tudo. Com paciência, engoliu todos os mexidos de ervas e deixou que ele lhe aplicasse as pomadas e ungüentos. Apertava os dentes para não rir, quando ele dizia:

- Não te preocupes.

O jogo lhe agradava, ainda que começasse a ficar cansada de viver em jejum e deitada. A lembrança das frutas lhe dava água na boca.

Uma tarde, o homem chegou correndo através da floresta. Pulava, eufórico, e gritava:

- Encontrei ! Encontrei !

- O que foi que você encontrou ?

- O remédio !

Acaba de ver um macaco curado uma macaca,

à sombra de uma árvore.

- É assim - disse o homem, aproximando-se da mulher.

Quando o abraço terminou, um aroma espesso, de flores e frutas, invadiu o ar. Dos corpos, que jaziam juntos, se desprendiam vapores e fulgores jamais vistos, e era tanta a sua formosura que os sóis e deuses morriam de vergonha.

## BIBLIOGRAFIA

" O SEGUNDO SEXO - FATOS E MITOS " - Vol. I Tradução de Sergio Milliet - Ed. Nova Fronteira - R.J. 1980. Simone Beauvoir

JORNAL " MULHERIO " - Ano 2 nº 7, julho - agosto 1982.

Projeto:

"Cooperativa e Educação com mulheres de  
Clube de Mães".

Equipe de Elaboração

Texto:

- Maria Antonietta Joaquim - Pedagoga
- Maria Salete Joaquim - Sociologa
- Mildreds Ortega Mostaço - Monitora

APOIO FINANCEIRO - MISEREOR - Alemanha

## SEXUALIDADE HUMANA

"A escolha do caminho a seguir no desenvolvimento da própria sexualidade é uma opção pessoal, livre e consciente."

Promoção:

Centro de Clube de Mães

Av. Raimundo Pereira de Magalhães nº4582

Pirituba - São Paulo - S.P.