

Sexo con amor
No hay nada mejor

FÉLIX CORTÉS A.

Sexo con amor

No hay nada mejor



1 *Todo está cambiando* 8

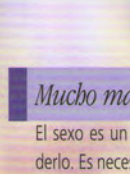
Y por eso fácilmente se puede perder el rumbo. En este libro encontrarás orientación para no perderte dentro de ti mismo ni en medio de este mundo tan complejo.

PÁGINA



8 *Estar vivo significa estar enamorado* 90

La vida es el fruto del amor, y se desarrolla por él y en él. La vida vale la pena cuando se ama. Y no se nace sabiendo amar. Hay que aprender a amar y a ser amado.

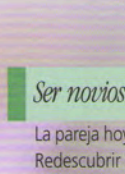


Mucho más que sexo 16

El sexo es un invento divino. Tenemos que conocerlo y entenderlo. Es necesario aprender a usarlo, para poder gozar al máximo de él sin tropiezos ni peligros.



2



Ser novios en el siglo XXI 104

La pareja hoy enfrenta problemas y desafíos antes desconocidos. Redescubrir los principios y valores eternos, nos facilita llegar al goce pleno del verdadero amor.



9



3 *El sexo masculino* 26

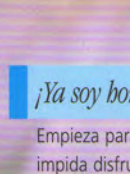
El otro sexo, y el tuyo, tienen mucho de desconocido, de misterioso. Atrévete a descubrir sus secretos y resuelve todas las dudas que te preocupan o te inquietan.



10

Distorsiones de la sexualidad 128

Lo más bueno y bello puede convertirse en inhumano y destructivo. No podemos ignorar las desviaciones y las aberraciones... si queremos evitar sus consecuencias.

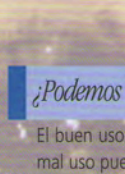


¡Ya soy hombre! 42

Empieza para ti lo mejor de la vida. Que nada ni nadie te impida disfrutarla al máximo y por muchos años. Para ser hombre de veras... ¡hay que ser muy hombre!



4



¿Podemos evitar una catástrofe mundial? 152

El buen uso del sexo proporciona los deleites más sublimes. El mal uso puede provocar la debacle personal y social. No podemos ignorar la realidad de las ETS y el sida.



11



5 *Cita con la vida* 52

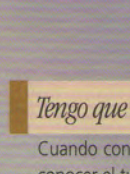
No hay nada más importante en la vida... que la vida. Tenemos pues que protegerla desde su inicio. Y hay que saber vivirla y compartirla. ¡La vida es bella!



12

Y sí, claro, se casaron... y fueron felices 164

Para aprender lo más importante de la vida, que es formar una familia, no existen escuelas; pero en estas páginas tienes las mejores enseñanzas. ¡Aprovéchalas!

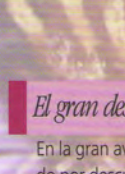


Tengo que conocer mi cuerpo... y el tuyo ... 64

Cuando conozco mi cuerpo, me conozco a mí mismo. Al conocer el tuyo, podré comprenderte mejor. La ignorancia es muy peligrosa. No corras riesgos innecesarios.



6



El gran descubrimiento de los jóvenes modernos .. 180

En la gran aventura del amor todavía nos queda un nuevo mundo por descubrir. Aquí tienes la llave con la que se te abrirán sus puertas desde ahora mismo.



13



7 *El gran salto de niña a mujer* 78

¡Qué grande es ser mujer! Aprende a serlo plenamente. Te sentirás realizada y conseguirás grandes y lindas cosas, gozarás y harás gozar, vivirás y transmitirás vida.

Sexo con amor

No hay nada mejor

Todo está cambiando



Contenido

- Una época de cambios
- Una inflación de la sexualidad
- La patología sexual del nuevo milenio
- ¿Vivir como se debe o como se quiere?
- Reflexionemos

Capítulo 1



MICHAEL DOUGLAS pertenece a la legítima realeza de Hollywood. Ha superado incluso a su padre, Kirk Douglas, el archiconocido protagonista, productor y director de al menos 86 películas.

Michael Douglas —actor brillante, productor de éxito, aclamado director, embajador de la ONU para la paz y la concordia entre los pueblos— es una rutilante estrella en el firmamento hollywoodense.

Según dicen, se halla felizmente casado con Catherine Zeta-Jones, que fue nombrada Mujer del Año 2005 por la revista *Glamour*; tan popular como él, y considerada una de las mujeres más atractivas del mundo.

Quedó prendado de ella cuando la vio por primera vez en la pantalla, personificando a Elena, en la película *La máscara del Zorro*.

La boda se realizó en el lujosísimo Hotel Plaza de Nueva York. Fue un acontecimiento rebosante de *glamour* y de ese brillo deslumbrante del mundo de ilusiones en que viven.

Una época de cambios

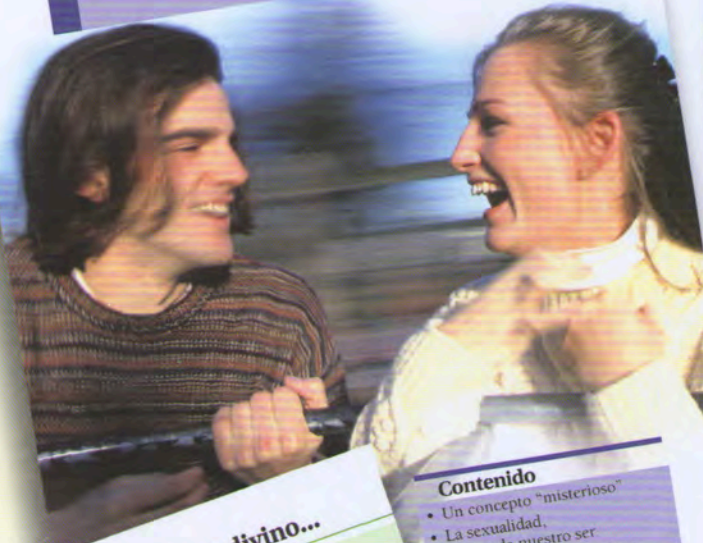
Michael Douglas y Catherine Zeta-Jones, afortunados en la vida, admirados y queridos por sus millones de fans, son un reflejo claro del espíritu de esta generación.

Nos ha tocado vivir en una época cuando la gente se muestra ávida de juventud, de placer, de emociones fuertes, de vivir rápidamente, cómodamente, aquí y ahora, como indica el Dr. Oscar Sapena, sexólogo clínico.¹

La "realización" personal y la libertad sin concesiones parecen ser las grandes metas hacia las cuales se dirige la inmensa mayoría. La perfección corporal, el éxito económico y social, se cuentan entre los principales objetivos de la vida

Capítulo 2

Mucho más que sexo



El sexo es un invento divino...

Por tanto, si la sexualidad es parte de la creación divina, debemos decir acerca de ella lo que Dios afirmó de su obra creada (incluyendo la sexualidad): que era «buena en gran manera».

Los órganos genitales de Adán y Eva fueron diseñados por Dios para que los seres sin mancha que había creado los utilizaran en la vida perfecta del Edén.

Según el relato del Génesis, Dios creó al hombre y a la mujer, física, mental y emocionalmente adaptados para ejercer su sexualidad en una relación mutua, en medio de la pureza del Jardín del Edén. Los principios y valores que regían sus relaciones sexuales íntimas que regían su cuerpo físico, su actividad mental, y también la espiritual.

Dentro de los límites establecidos

Si antes de la caída de Adán y Eva el sexo debía ser practicado dentro de un orden establecido, mucho más después de la caída del Paraíso. Por eso el Señor dijo: «Que todos respeten el matrimonio y mantengan la pureza de sus relaciones matrimoniales [‘koité’ en griego]; porque Dios juzgará a los que cometen adulterio».¹⁶ De hecho, la Ley de Dios determina con toda claridad qué es la inmoralidad sexual.¹⁷

¿Qué romántica es la Biblia!

Dios es muy realista. Por eso, de los personajes bíblicos no se ocultan ni sus debilidades ni sus errores.¹⁸ Pero su realismo no le impide ser «romántico». Prueba de ello es que hay todo un libro de la Biblia, el Cantar de los Cantares de Salomón, donde el tema único es el amor entre el esposo y la esposa, expresado en versos tan hermosos como estos: (Ver también p.176)

El sexo en el Paraíso

Fue antes de la caída, cuando «tanto el hombre como su mujer estaban desnudos, pero ninguno de los dos sentía vergüenza por estar así», debido a que su conciencia era pura y sin mancha, pues Dios «les dio su bendición» y les ordenó enfáticamente: «Tengan muchos, muchos hijos; llenen el mundo y gobiérnenlo».

Contenido

- Un concepto «misterioso»
- La sexualidad, centro de nuestro ser
- Sexo, sexualidad, erotismo, pornografía...
- Es cosa de todos
- El sexo es un invento divino porque Dios es muy romántico

Hay algunos términos básicos de los cuales conviene precisar su significado y el sentido con que los empleamos en SEXO CON AMOR. NO HAY NADA MEJOR.

- **SEXO:** Diferenciación que existe entre los individuos, determinada cromosómicamente, así como en la conformación de los órganos reproductores. Así se hablará de sexo (género) masculino y sexo (género) femenino.
- El SEXO, en un sentido restringido, también se puede referir a las actividades relacionadas al acoplamiento o coito, acto en el que intervienen los órganos sexuales.
- **SEXUALIDAD:** Cualidad o características de los órganos y elementos reproductores del macho y la hembra, así como la constitución de un individuo con relación a su comportamiento y las actividades propias de los seres sexuados (que tienen sexo, es decir, que poseen diferenciación de género). Se refiere a todo lo que somos, a la suma total de nuestras actitudes y la relación que mantenemos con nuestros congéneres. Así se hablará de homosexualidad, de bisexualidad y de heterosexualidad, según se manifiesten las preferencias por los miembros del mismo sexo (género), por los de ambos sexos (géneros) o por los del sexo (género) opuesto.



La suma de todos estos elementos conformará la identidad del individuo.

• **ERÓTICO:** Relacionado con la atracción sexual. Implica, por otra parte, resaltar o utilizar temas y asuntos relacionados con el sexo o el amor sexual, con propósitos emocionales o estéticos. El tratamiento de dichos temas puede hacer énfasis en lo sensual o en la belleza del tema dentro de los límites de la normalidad.

• **PORNOGRAFÍA:** Actividad lucrativa—libros, revistas, acciones en vivo, películas y todo tipo de material audiovisual—que tiene el propósito de provocar una hiperexcitación malsana mediante la presentación directa y explícita de actividades sexuales impropias por sí mismas o por el ámbito y los actores—a menudo menores e incluso niños de muy corta edad—de su realización.

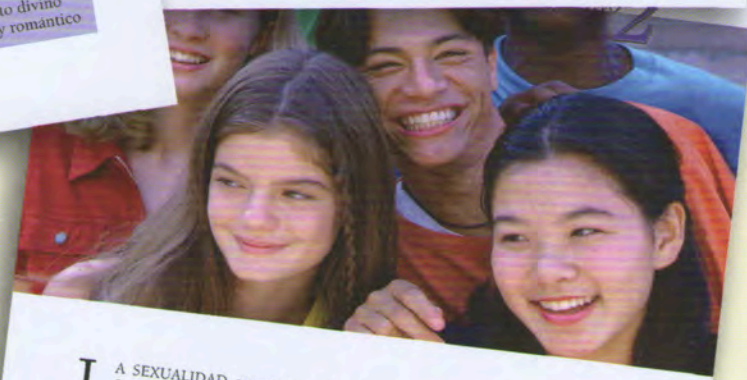
Es una exhibición morbosa de actividades sexuales anormales, exageradas o simplemente falsas, perversas, promiscuas, acompañadas en muchos casos de violencia, de forma explícita y por lo general con fines de lucro.

La PORNOGRAFÍA es la sexualidad deshumanizada y llevada a la más descarnada y grosera animalidad.

Se trata en el fondo, y casi siempre en las formas, de una variante de la prostitución, pues consiste en la venta del propio cuerpo o alguna de sus funciones. La pornografía se analiza en las páginas 143-149.



Sexo con amor. No hay nada mejor/Mucho más que sexo



LA SEXUALIDAD constituye una fuerza que a menudo nos puede parecer incontrolable. La sexualidad es algo inherente a nuestra propia naturaleza humana y nos acompaña de una forma u otra durante toda la vida.

Algunos experimentan muy temprano el despertar de su propia sexualidad, y otros más tarde. Además, la intensidad con que se experimenta ese despertar es variable, y no todo el mundo lo experimenta de la misma manera.

El privilegio de tener quince años

Jean Piaget, el famoso psicólogo suizo que estudió el desarrollo de la inteligencia infantil y juvenil, dice que la edad en la que una persona es más inteligente y más competente, es alrededor de los quince años.

Después, gracias al estudio, la reflexión y la experiencia; se puede alcanzar una mayor profundidad de

pensamiento, y a la vez una mayor madurez emocional.

Por lo tanto, tú, amiga lectora o amigo lector, si tienes alrededor de esa edad, podrás empezar a comprender en la debida perspectiva una de las fuerzas más poderosas de la vida, que es la sexualidad.

Si eres mayor de quince años, con más razón podrás entender cuán importante es este asunto de la sexualidad.

Un concepto «misterioso»

La sexualidad humana no resulta nada fácil de categorizar y, menos aún definir, porque se extiende y abarca prácticamente todos los ámbitos de nuestra vida física, mental, emocional y social.

Aunque resulta difícil delimitar y describir la sexualidad, por lo menos podemos afirmar con certeza que se halla entrelazada en todo lo que somos como seres humanos.

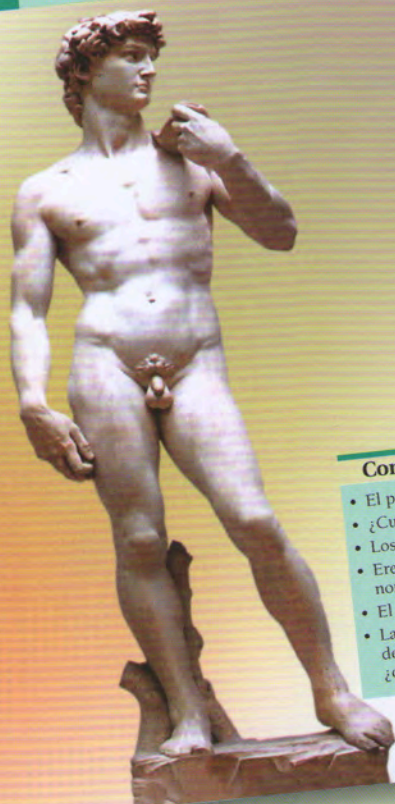
Sexo con amor

No hay nada mejor



Capítulo 3

El sexo masculino



Contenido

- El pene
- ¿Cuál es el tamaño mínimo?
- Los testículos
- Erecciones matinales. ¿Algo normal? ¿Síntoma preocupante?
- El cerebro
- Las operaciones quirúrgicas de "cambio de sexo", ¿cambian el sexo?

Es necesario que conozcamos nuestro cuerpo

Miguel Ángel, para poder esculpir el David, tuvo que estudiar **anatomía** y **fisiología** diseccionando cadáveres. Como de los difuntos, el artista entraba furtivamente a altas horas de la noche en la morgue de Florencia para hacer sus investigaciones a la luz de un candil. Nosotros también deberíamos adquirir conocimientos básicos de anatomía y fisiología para **conocer lo mejor posible** nuestro **propio cuerpo**. No diseccionando cadáveres, por supuesto, sino leyendo libros didácticos y formativos como este. Si conocemos nuestro cuerpo, podremos cuidarlo mejor, usarlo mejor y aprenderlo más.

28

Sexo con amor. No hay nada mejor/El sexo masculino



Donde más claramente se pone de manifiesto la perfecta complementariedad es en la anatomía y la fisiología de sus respectivos órganos genitales, maravillosamente creados para un perfecto y gratificante acoplamiento. Ahora bien, en lo psicoafectivo, también el hombre y la mujer se complementan, y se completan, mutuamente (ver pp. 170-171, 174-175.)

Somos complementarios

Por otra parte, tú sabes que el hombre y la mujer son **diferentes**. Diferentes y **complementarios**.

Donde se aprecian mejor y con más claridad la diferencia y la complementariedad, es en la propia configuración de nuestros **órganos genitales**, tanto internos, como externos.

La forma y funcionamiento de los órganos sexuales masculinos permite que se acoplen en forma prodigiosa a los de la mujer. Constituyen unos y otros una **unidad anatómica y funcional**.

El Dr. Isidro Aguilar, ginecólogo y sexólogo de renombre, lo constata diciendo: «Cuando se estudian detalladamente estos órganos, se hace difícil imaginar, tan significativamente estuviera mejor adaptado, y que resultara más eficiente para el logro de sus fines.»

¿Qué es? ¿Dónde está? ¿Cómo funciona?

Empezaremos presentando la **anatomía** de los órganos genitales masculinos,

Capítulo 4

¡Ya soy hombre!

Contenido

- Pubertad y adolescencia
- Llegada la hora, se pone en marcha
- Características personales y sociales del adolescente
- Barbas y bigotes: mitos y realidades
- El estirón de la pubertad
- Desarrollo masculino
- Desarrollo femenino

Desarrollo masculino

11-12 años*	Comienzo del crecimiento de los testículos y el pene.
12-13 años*	Aparición del vello púbico. Aceleración del crecimiento: el "estirón" (ver cuadro p. 47).
13-14 años*	Claro desarrollo de los testículos y del pene.
14-15 años*	Aparición del bigote y del vello axilar. Incremento máximo del crecimiento.
15-16 años*	Cambio de voz a tonalidades graves. Desarrollo completo del pene y de los testículos y maduración de los espermatozoides.
17-18 años*	Crecimiento de la barba y del vello corporal. Desaceleración del crecimiento.



* Estos años son las edades promedio, de modo que una ligera variación en más o en menos no significa que haya ninguna anomalía.

viene de p. 48

año, o dos, la voz acaba convirtiéndose en profunda y resonante definitivamente.

Resultados de la pubertad

El resultado de la pubertad es la **diferenciación psíquica y física entre los jóvenes de ambos sexos**.

En esta etapa se produce el desarrollo de la fertilidad, es decir, la capacidad del hombre de fecundar, y la de la mujer de ser fecundada.

La pubertad es el punto de partida para llegar a la madurez completa. Las hormonas han determinado los estímulos

que desencadenarán la excitación y la necesidad de satisfacción sexual. El niño se va a convertir en joven, y el joven en un hombre.

Toda esta transformación se ha producido en un tiempo relativamente corto. El dramático período de la adolescencia ha terminado.

¡Y qué lindas son las muchachas!

Durante la pubertad se despierta un gran interés por las muchachas.

50

Sexo con amor: No hay nada mejor ¡Ya soy hombre!

Desarrollo femenino

9-10 años*	Desarrollo de los huesos de la pelvis (caderas).
10-11 años*	Aparición del vello púbico. Aceleración del crecimiento: el "estirón" (ver cuadro p. 47).
12-13 años*	Primera menstruación. ** Apreciable crecimiento de los genitales.
13-14 años*	Crecimiento de los senos y pigmentación de los pezones.
15-17 años*	Aparición del vello axilar. Apreciable aumento de los senos. Aumento de la grasa corporal que determina el redondeamiento de las formas. Primera ovulación (p. 81). Desaceleración del crecimiento.



** La aparición de las primeras menstruaciones no es indicativo de que la niña sea capaz de concebir. Esto sucederá un poco más tarde cuando se produzcan las primeras ovulaciones (ver pp. 81-89).

El muchacho se da cuenta de que está convirtiéndose en hombre. Súbitamente siente la conmoción de su propia sexualidad con todo su vibrante empuje.

A esa edad el impulso sexual es muy poderoso. Todos los muchachos se sienten invadidos por una nueva fuerza que los impulsa hacia el sexo opuesto.

Si estás por iniciar la pubertad tu vida va a cambiar espectacularmente, pues tu forma de entender a ti mismo, de entender a los

demás, y de entender a las muchachas, empezará a ser a partir de ahora radicalmente diferente. Los esquemas infantiles ya no mundo y a la gente. Pero recuerda siempre que hay principios y valores básicos e inamovibles, y ellos de comportamiento, como vamos a ver más adelante, sobre todo en el último capítulo, y especialmente en las páginas 186-189.

Sexo con amor: No hay nada mejor ¡Ya soy hombre!

51

Capítulo 5

Cita con la vida

Contenido

- ¿La vida...?
¡Algo realmente sorprendente!
- Los sueños eróticos
- La carrera por la fecundación
- Una cita con la vida
- El buen olfato de los espermatozoides y cómo determinan el sexo del feto
- Piénsalo bien... ¡Esto es muy serio!

Piénsalo bien... ¡Esto es muy serio!

Algunas tiendas exhiben letreros donde dice algo así: "Si lo rompe, lo compra". Y esta norma en algunos lugares se aplica no solo en el ámbito comercial. Si una muchacha queda embarazada, el joven no tendrá otra alternativa que casarse con ella aunque ninguno de los dos esté preparado para asumir tal responsabilidad.

En algunos países a eso lo llamaban "matrimonios con escopeta", porque se suponía que el padre de la joven iba a buscar al chico escopeta en mano con el fin de obligarlo a casarse... Aunque, claro, a menudo ese "remedio", resultaba peor que la "enfermedad", ya que quizás se unía por la fuerza a dos personas divergentes y prácticamente incompatibles.

Una vez que entra en la pubertad, el varón tiene la **capacidad de procrear**. Ahora bien, eso no significa que ya está **preparado para asumir** con un mínimo de garantías las responsabilidades que el matrimonio y la paternidad conllevan. Así que pregúntate: ¿Vale la pena, por unos **breves instantes de placer**, correr el riesgo de dañar emocionalmente en forma muy grave a otra persona? ¿Podemos traer un nuevo ser al mundo sin estar preparados para ello? ¿Hemos reflexionado sobre lo que significaría arrostrar los dos,

o los tres, **toda la vida las consecuencias de un momento de arrebatado?**

Un reciente estudio realizado entre jóvenes y adolescentes indica que al menos el setenta por ciento de ellos reconoce que evitar un embarazo es responsabilidad de los dos miembros de la pareja.

Las relaciones sexuales dentro del **matrimonio**, que es el lugar y ambiente **más adecuado y más seguro** para ellas, son uno de los actos más felices y placenteros de la vida. Fuera del ámbito previsto por el Creador son fuente de daños emocionales, frustraciones personales e infelicidad.

Casi todo joven y señorita ha pensado en algún momento acerca de los hijos que le gustaría tener... o no tener.

La **paternidad responsable**, es decir, **planificada**, es una señal de madurez y, más que nada, de sentido común, y la mejor garantía de felicidad para los hijos... y por ende para los padres.

¿Puedes imaginar lo que significará para dos jóvenes que no han terminado sus estudios o sin una mínima estabilidad económica, tener que asumir las **responsabilidades de padre y madre?**

Recuerda, las relaciones sexuales prematrimoniales y sus posibles consecuencias son un asunto delicado que supone riesgos. Algo que requiere **decisiones que se hayan tomado de antemano**, no en el momento en que la pasión suele ahogar a la razón.

Capítulo 6

Tengo que conocer mi cuerpo... y el tuyo



Contenido

- Con solo la práctica no basta
- El aparato genital femenino
- Los órganos sexuales femeninos externos
- Un órgano para la frigidez... ¡o el placer!
- El himen: mitos y realidades. Virginidad, matrimonio, continencia
- El gran valor de los senos
- Una breve reflexión
- La virginidad está de moda y tiene grandes ventajas



Un órgano para... la frigidez... o ¡el placer!

Tú sabes que todos los **órganos genitales masculinos** tienen una **función utilitaria** esencial, y además, sirven para el **placer sexual** (ver pp. 29-37). Es decir, son lo que se llama **zonas erógenas primarias**.

El pene, por ejemplo, sirve para orinar y al mismo tiempo es el órgano de la copulación (ver p. 30).

Lo mismo ocurre con los **órganos genitales** de la mujer. Todos tienen una función importante en la reproducción, pero además conducen al goce sexual.

Un órgano especial y específico

En cambio, el **clitoris** es un **órgano sumamente especial y específico**. Su **única función** es proporcionar **placer y deleite sexual** a la mujer.

En ausencia del clitoris la mujer no puede disfrutar de la relación sexual hasta el cli-

max, que es el **orgasmo**. Resulta muy difícil, si no imposible, para la mujer alcanzar el **orgasmo** sin la intervención del **clitoris**, que **existe únicamente para hacerlo posible** (ver p. 70).

De ahí que con toda lógica podamos hacer algunas deducciones...

Una reflexión lógica

A pesar de que todas las mujeres están dotadas de una composición anatómica igual, quiero que tú, joven lector, sepas que algunas pasan por la vida matrimonial sin darse cuenta realmente de que el clitoris existe.

Muchas veces se oyen quejas o se lamentan algunas mujeres después de años de casadas de que son **frías**, es decir, que carecen de deseos y respuestas sexuales.

La actividad sexual, para ellas, es una molestia, incluso dolorosa.

Sin embargo, los especialistas opinan que **fisiológicamente la frigidez no existe**.

La frigidez, cosa del cerebro

Lo que ocurre es que la mujer y su marido quizás ignoran la existencia del clitoris, y que fue colocado por el Creador en el cuer-



Sexo con amor

No hay nada mejor

El gran salto de niña a mujer



Contenido

- Los órganos reproductivos internos
- La ovulación
- La generosidad de la naturaleza
- Misterios del eterno femenino
- Las reglas de la regla para un ciclo feliz

Capítulo 7



QUIZÁS YA NO te acuerdas... Lo cierto es que un día, te sentiste cambiada sin saber muy bien qué te estaba ocurriendo. Eran cambios emocionales, de tu forma de entender las cosas y de comportamiento; sutiles avisos que indicaban que los cambios físicos que te iban a hacer pasar de niña a mujer, estaban a punto de comenzar.

Esos avisos eran una señal de que las glándulas endocrinas habían abierto las compuertas para que las hormonas comenzaran a recorrer el torrente sanguíneo de la niña que se estaba haciendo mujer, y su cuerpo empezaba a sufrir profundos e evidentes cambios.

tá en la **pubertad**, la primera etapa de la **adolescencia** (ver p. 51).

Los órganos reproductivos internos

Los órganos internos de la reproducción femenina, de afuera hacia adentro, son la vagina, el útero o matriz, las trompas de Falopio y los ovarios.

La vagina

La vagina es una cavidad recubierta por una membrana mucosa resistente con unas paredes muy elásticas.

Las reglas de la regla para un ciclo feliz



aunque puede fluctuar desde los 21 hasta los 35 días.

La descarga de mucosidad y sangre, que dura **unos cinco días**, sirve para eliminar, en la mujer, los restos de lo que fue la membrana mucosa que revistió al útero o matriz, y que lo preparaba para una posible concepción o fertilización, como parte del ciclo reproductivo.

Aunque se habla del **primer día de la regla** como el inicio del ciclo, lo **correcto** es reconocer que la menstruación representa el final de dicho período.

El ciclo se repetirá cada mes, con la liberación de un óvulo a mediados del mismo (alrededor del **14.º día**), algo que se repetirá hasta la etapa llamada **menopausia**, cuando cesa la producción de las diferentes hormonas que desencadenan el proceso.

La **causa más común** para la **interrupción** de la menstruación es el **embarazo**, aunque otros factores como el **estrés**, **enfermedades**, **trastornos hormonales** o una **gran pérdida de peso** pueden también hacer que cese.

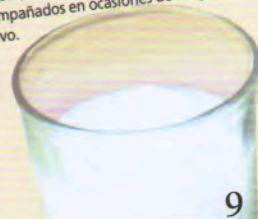
En caso de que la aparición de la regla exceda los **35 días**, se recomienda consultar a un médico.

Algunas mujeres experimentan intensas **molestias** antes o durante la menstruación, un conjunto de síntomas a los que se les llama **dismenorrea**: dolores de cabeza, espasmos, mareos, fatigas y otros, que se presentan acompañados en ocasiones de sangrado excesivo.

Entre los **11 y los 14 años** comienzan por lo general las muchachas a menstruar, algo que continuará hasta el momento en que habrá de cesar alrededor de los **45 años**. Esa **primera regla** se denomina **menarquia**, y en caso de que no aparezca al haber cumplido la joven **16 años** deberá consultarse al médico.

Este proceso biológico indica la posibilidad reproductiva y se repite cada mes. De ahí la palabra "**menstruación**" que hace referencia a una repetición mensual.

En lenguaje coloquial se hace referencia a "**la regla**" por ser un proceso que se repite a intervalos regulares, muchas veces vinculado al calendario lunar; o sea, **cada 28 días**,



Capítulo 8

Estar vivo significa estar enamorado

Contenido

- Es lo natural... y necesario
- Enamorarse, una necesidad humana
- Estar enamorado es...
- El amor verdadero
- La mejor definición del amor
- Las razones del corazón... y las de la razón
- Estar enamorado...
- ¿Amor o infatuación?
- Catorce claves para poder distinguir la infatuación del amor verdadero

Catorce claves para poder distinguir

CLAVES	CARACTERÍSTICAS
Preguntas	Si es infatuación romántica... Si es amor verdadero...

LA NATURALEZA DE LA ATRACCIÓN

1. ¿Cuál es tu principal interés? ¿Qué te atrae más?
Su físico, su cuerpo... lo que atrae a los cinco sentidos.
«Pocas cosas; pero algunas me atraen de modo irresistible».
2. ¿Qué es lo que te atrae de ella/él?
Su personalidad, su manera de ser y de actuar.
«Muchas o la mayoría».

EL ENAMORAMIENTO

3. ¿Cómo te enamoraste?
Enseguida (horas o días).
Con el paso del tiempo (meses o años).
El interés es confiable, consistente, predecible.
4. ¿Cuán consistente es tu nivel de interés?
El interés varía, viene y va, tiene bastantes altibajos; no es consistente o predecible.
«Me proporciona paz y sosiego. Con ella/él me siento mejor persona».
5. ¿Qué efecto tiene el romance en tu personalidad?
«Ha roto todos mis esquemas y me hace actuar de forma extraña...» «Cuando estoy con él/ella, siento que no soy yo misma/a».
6. Cada vez que se ven, ¿cómo acaba todo?
Rápido, a menos que incluya algún tipo de actividad erótica mutuamente satisfactoria.
Lentamente. «Nos cuesta separarnos porque nos sentimos muy bien juntos».

LOS PUNTOS DE VISTA DE CADA CUAL

7. ¿Cómo se ven el uno al otro?
Viven en un mundo de una sola persona. Se ven como si fueran intachables, idealizándose mutuamente.
Ahades la nueva relación a las que ya tienes. Eres más realista, admitiendo las faltas del otro, pero amándola/lo de todas maneras.
8. ¿Cómo los ven los demás? ¿Cuál es la actitud de padres y amigos?
Nadie o pocos aprueban la relación.
La mayoría o todos la aprueban. Los padres y los amigos están de acuerdo.

la infatuación del amor verdadero*

DOS PROBLEMAS

9. ¿Cómo afecta la distancia (separación prolongada) a la relación?
Se desvanece y se rompe, porque no pueden soportar la situación.
Se mantiene, e incluso puede fortalecer los vínculos.
10. ¿Cómo afectan las peleas a la relación?
Son cada vez más frecuentes, más duras... y acabarán destruyendo la relación.
Ocurren cada vez con menos frecuencia y son cada vez menos duras.

LA INTERIORIZACIÓN DEL AMOR

11. ¿Cómo te sientes con tu relación y cómo te refieres a ella?
Lo que domina es: "yo", "mi", "mío", "él", "de él", "ella", "de ella". No predomina el sentimiento de unidad.
Se habla de "nosotros", de "nuestro/a". Se siente y se piensa como una unidad, una pareja solidaria.
12. ¿Cuál es la reacción de tu ego en relación con ella/él?
Sobre todo egoísta; restrictivo: «¿Qué hace por mí?»
Por lo general altruista: desprendido y preocupado por el bien del otro.
13. ¿Cuál es tu actitud global hacia ella/él?
«Conseguir lo máximo que pueda de ella/él».
«Darle, compartir todo lo que pueda y prestarle toda la ayuda de que sea capaz».
14. ¿Sientes celos?
A menudo, y cada vez más.
Cada vez menos y con menos frecuencia.

EN CONCLUSIÓN

En el amor verdadero amas tanto a la otra persona que quieres que sea feliz, aunque tú mismo no puedas compartir su felicidad.

Sexo con amor. No hay nada mejor. Estar vivo significa...

Sexo con amor

No hay nada mejor

Capítulo 9

Ser novios en el siglo XXI



Contenido

- Nuestros bisabuelos fueron quienes empezaron a escoger pareja
- Propósito del noviazgo
- Amigos, novios y "amigovios"
- Las intimidades físicas
- ¿Casarse...? ¿Para tener relaciones sexuales?
- La virginidad a la baja
- Una generación que ve las cosas de otra manera
- Pues claro que vale la pena esperar



HOY LOS JÓVENES tienen el privilegio de elegir a la persona con quien se van a casar. No cabe la menor duda de que es mejor el sistema actual que los matrimonios arreglados por los padres (ver cuadro pp. 106-107).

La libertad es un derecho que nadie quiere perder. Pero todo derecho conlleva deberes y responsabilidades.

Muchos jóvenes a menudo se enamoran, pero no quieren tomar en cuenta la posibilidad de casarse, es decir, la de asumir las responsabilidades que el amor conlleva. Así que en realidad no eligen, sino que se dejan arrastrar por las emociones. Cuando finalmente...

desea casarse, es necesario que analice primero sus esperanzas y expectativas con respeto al matrimonio.

Qué tipo de persona quiere que sea su esposo o esposa: física, moral, espiritual y socialmente. Es natural que uno desee que sea una persona sana del cuerpo y del alma. Por supuesto que debe ser una persona de principios y valores morales elevados.

Después de haber fijado sus expectativas, ella debe buscar entre todos los muchachos, y el entre las muchachas que...

Pues claro que vale la pena esperar

Un joven se lamentaba: «Me he casado con una mujer maravillosa, y cada vez me enamoro más de ella; pero antes de conocerla yo había sido muy activo sexualmente. Haría cualquier cosa con tal de olvidar esas experiencias pasadas. Cuando estamos en la intimidad, aparecen imágenes del pasado, a tal grado que ni una sola noche he estado realmente a solas con ella. Me atormentan los recuerdos de las mujeres que han pasado por mi vida».

Una joven reconocía: «No soy virgen, y ahora que he encontrado al hombre con el cual deseo pasar el resto de mi vida, me gustaría serlo». Otra dijo con lágrimas de fuego en los ojos: «Yo lo amaba, y él decía que me amaba también; pero después que me entregué a él, me insultó con los epítetos más groseros y vulgares, y me dejó. Creo que nunca podré hacer feliz a un hombre...»

Lo mismo ocurre en la vida de millones de jóvenes adolescentes, hombres y mujeres, en todo el mundo.

El problema es mundial, no depende de razas, ni de culturas, ni de nivel social.

Si haces el esfuerzo de esperar, te librarás de estos problemas que pueden empañar tu felicidad debido a su carácter autodestructivo.



es más que pasión destructora y autodestructiva.

1. John F. Knight, *El joven moderno y el sexo* (2ª ed., Miami: APIA, 1992), p. 60.
2. Estos pasos los mencionan Jonathan y Ann Gallagher en *Young Man* (Grantham, Inglaterra: Autom House Publishing, 1997), p. 40.
3. Lewis Smedes, *Sex for Christians* (Grand Rapids, Michigan: Eerdmans, 1981), p. 109.
4. Estos siete argumentos los presenta Rusty Wright en "Sexo dinámico: Más allá de la técnica y la experiencia", www.leaderu.com/offices/rusty

5. Miguel Ángel Fuentes, "Relaciones sexuales prematrimoniales", www.iveargentina.org
6. U.S. News and World Report, edición especial, 5 de agosto de 2003, p. 16.
7. Citadas por Richard Panzer en "Después de la revolución sexual", 18 de mayo de 2003, www.agila.com
8. *Ibid.*
9. *Ibid.*, el destacado es nuestro.
10. Génesis 2: 24.
11. Proverbios 6: 32, Nueva Versión Internacional, el destacado es nuestro.

Sexo con amor

No hay nada mejor

Capítulo 10

Distorsiones de la sexualidad

Contenido

- Masturbarse, ¿es la solución?
- La homosexualidad
- De la homosexualidad a la heterosexualidad
- El gran negocio de la pornografía
- Un de los riesgos de la navegación
- Hombres visuales, mujeres auditivas
- Mi actitud ante la pornografía
- "¿Acaso tiene algo de malo la pornografía?" "A mí me divierte y no me hace ningún daño"
- La mejor manera de protegerte de los abusadores y los delincuentes sexuales

La mejor manera de protegerte de los



¿Tú eres de esas chicas o chicos que cuando sus padres o la gente mayor les dice que tomen precauciones, responden: «Por favor... ¡Yo sé demasiado bien cómo cuidarme...!»

Hay mucha gente joven, y no tan joven, que piensa eso. Sin embargo, aun así son víctimas de algún acto criminal o violento. Según la Agencia de Estadísticas Judiciales de Estados Unidos, los adolescentes, que constituyen aproximadamente el 14% de la población, son víctimas del 25% de los actos violentos cometidos en ese país. Y cabe suponer que en muchos otros, incluyendo el tuyo, la realidad no debe de ser muy distinta.

Según dicha Agencia, los adolescentes de 12 a 19 años sufrieron de 60-70 asaltos por cada 1.000 habitantes; mientras que en el caso de los adultos de 35 a 49 años, solamente se observaban alrededor de 25 casos. Y aún más, las niñas y muchachas menores de 18 años —que constituyen el 25% de la población— son víctimas del 51% de los casos de violencia sexual, incluyendo violaciones de los delincuentes sexuales.

que simplemente las habían invitado a "dar un paseo". Y que conste, ¡también los varones, son víctimas de estos actos!

De ahí que te recordemos, algunas cosas que quizás ya sabes:

- ✓ **Comunicales siempre a tus padres, o a un familiar adulto a dónde vas y cuándo piensas regresar.** Esta es una regla básica.
- ✓ **Llévate contigo tu teléfono celular y no dudes en usarlo, en caso de cualquier sospecha o temor, para informar a alguien de tu confianza, o la policía si es necesario, de qué te está ocurriendo y dónde estás exactamente en ese momento.** Si alguien te sigue, mantén la comunicación abierta y en permanente contacto con tu interlocutor, de modo que sepa y oiga lo que está ocurriendo en todo momento.
- ✓ **No frecuentes lugares solitarios.** Si es de noche, mantente en lugares bien iluminados.
- ✓ **Trata de viajar o trasladarte en grupo, junto a otros amigos o compañeros.**
- ✓ **Desconfía de toda persona extraña.** No los juzgues solamente por su apariencia o vestimenta, o porque vayan en un vehículo nuevo o costoso.
- ✓ **Nunca entres a un vehículo con un extraño.** Aun el caso de una persona conocida se cuidadoso o cuidadosa. En la actualidad, en Estados Unidos hay alrededor de 800.000 menores "desaparecidos". Muchos de ellos han sido raptados o secuestrados.
- ✓ **Desconfía de ofertas de trabajo que requieren que vayas a lugares, casas, o edificios remotos, solitarios o que estén aislados.**
- ✓ **Desconfía de ofertas para sesiones fotográficas que te ayudarán a "alcanzar la fama".** Algunas esconden negocios de índole pornográfica.

Mi actitud ante la pornografía

Internet y la pornografía han crecido al unísono. Pareciera ser que la red de redes es el medio ideal para comercializar las imágenes destinadas a excitar sexualmente a quienes van en busca de emociones fuertes que satisfagan sus perversiones.

Antiguamente, adquirir material pornográfico implicaba una visita a un comercio. Allí el cliente debía afrontar al vendedor y correr el riesgo de ser visto o identificado por vecinos, conocidos, amigos, o familiares.

Internet, sin embargo, permite que la visualización de imágenes, el acceso a páginas Web, el bajar material a la computadora personal o hacer un pedido por correo, se pueda realizar en la reserva del hogar o en el anonimato.

Sin embargo, la idea de privacidad es algo parcialmente cierto. Las transacciones realizadas con tarjetas de crédito son rastreadas regularmente por los organismos policiales. Tiempo atrás la policía holandesa arrestó a cientos de ciudadanos de ese país que habían adquirido fotos y películas relacionadas a la pornografía infantil. Simplemente rastreó sus nombres hasta una empresa ubicada en un país de la Europa oriental, que ofrecía sus servicios para el manejo de transacciones con tarjetas de crédito a unas cincuenta compañías localizadas en diferentes partes del mundo dedicadas a la venta de material pornográfico.

Aun abrir algunas de las páginas que ofrecen muestras gratuitas de material pornográfico, puede significar que la página se "acople" en forma semipermanente a tu computadora, para continuar apareciendo y promoviendo sus servicios.

Frecuentemente vemos en los noticieros cómo líderes religiosos, educadores y personajes prominentes se ven envueltos en actos delictivos relacionados a una conducta sexual inapropiada. En muchos casos, su carrera hacia el fracaso comenzó con una paulatina adicción a la pornografía, con la visualización de fantasías; y de lo virtual pasaron a lo real, violando incluso la ley.

La pornografía puede constituirse en una trampa, pues se trata de una fruta prohibida que de momento llama la atención, pero que a la larga puede resultar en grandes inconvenientes para aquellos que la consumen.



Sexo con amor: No hay nada mejor/Distorsiones de la sexualidad

145

abusadores y delincuentes sexuales

- ✓ **No aceptes regalos o dinero en efectivo de personas que no tendrían motivos válidos para hacértelos.** Es una técnica muy utilizada por delincuentes sexuales que operan a través del Internet para ganar la confianza de los menores.
- ✓ **Ten mucho cuidado con las personas que concoces por Internet, especialmente en los chats.**
- ✓ **No acedes a reunirse en ningún lugar con individuos que has conocido por Internet.** Una regla importante de seguridad es que nunca se debe dar por ese medio el nombre tuyo o de tu familia, la dirección, o el teléfono. Son argucias de las que se valen algunos delincuentes sexuales y secuestradores.
- ✓ **No uses en Internet nombres reales, apodosos sexualmente atractivos o llamativos ("Chichas", "Papillindo" u otros aún más explícitos).** Se recomienda que no expresen ninguna de tus características o gustos y que no indiquen género.
- ✓ **No aceptes alcohol, drogas o cigarrillos.** Es decir, nada que pueda limitar tu capacidad de juicio o defensa. Hay gente inescrupulosa que colocan sedantes o sustancias en las bebidas, aun en las superfielentes, con el fin de abusar de menores.
- ✓ **Solamente accede a cuidar de alguna casa, o de los niños, de alguien que tú y tu familia conozcan bien.**
- ✓ **Aprende a decir "No".** Incluso a los adultos, especialmente si alguien trata de tocarte o proporsarse. Si es necesario grita con fuerza.
- ✓ **Abandona rápidamente cualquier lugar donde no te sientas a gusto, o donde creas que existe algún peligro.** Confía en tus instintos.
- ✓ **No permitas que te maneosen.** Tu cuerpo es algo privado y es tuyo. Si eres una chica, exige que te respeten. Una invitación

para asistir a determinado lugar no implica que nadie haya adquirido el derecho de tocarte.

No pretendemos que te conviertas en una persona paranoica, pero recuerda el viejo refrán: "El miedo guarda la vida".

Sin embargo, piensa que vivimos en un mundo donde la delincuencia aumenta cada vez más. Y donde los criminales ya no andan con un antifaz, ni desgreñados y con la barba crecida. Son personas que visten bien, hablan muy bonito, y sobre todo están a la caza de víctimas inocentes.

Hay mucha gente de malos instintos en todos los medios sociales e intelectuales, no importa el país donde vivas, que tratarán de engañarte con palabras hermosas.

Naturalmente, en la juventud hay una tendencia a confiar en los demás, sobre todo en los adultos.

¡Y los jóvenes son especialmente vulnerables cuando se sienten solos, o tienen problemas familiares!

No te vendría mal que en algún momento trates de mirar uno de esos programas televisivos que a veces se transmiten en las tardes, donde se presentan a diario innumerables casos conmovedores, especialmente de muchachas jóvenes que son engañadas y en ocasiones esclavizadas y prostituidas. Compruébalo que no exageramos.

Y si acaso llegas a tener algún problema, acude a tus padres, a algún familiar o persona de tu iglesia, a algún familiar o persona adulta en quien puedas confiar. No trates de ocultarlo por temor o vergüenza, pensando erróneamente que el tiempo se encargará de resolverlo; muchas veces con el tiempo las cosas empeoran.

¡Mantente siempre alerta!, no importa si eres varón o mujer. Y sobre todo, confía en Dios y en su dirección.



Capítulo 11

¿Podemos evitar una catástrofe mundial?



Contenido

- La plaga del siglo XXI
- Peligroso y mortífero juego
- Las ETS (enfermedades transmitidas sexualmente)
- El sida (síndrome de inmunodeficiencia adquirida)
- Los jóvenes, los más vulnerables a las ETS
- Cómo se contagia el sida... y cómo no
- Cómo protegerse contra el sida

Cómo protegerse contra el sida

A pesar de los últimos avances en la medicina, la **mejor arma** de que disponemos hoy día en la lucha contra el sida sigue siendo la **educación preventiva**.

Lo ideal, y lo **único realmente efectivo**, es un cambio de comportamiento social, aunque sea a largo plazo, ya que el problema de las ETS y el sida es un problema de comportamiento.



La humanidad debe cambiar de hábitos o de conducta sexual. Debe terminar la promiscuidad y la liviandad en la conducta sexual.

Lo correcto sería abstenerse de actividad sexual prematrimonial y extramatrimonial; pero si decides tener relaciones sexuales, debes ser consciente de los riesgos que corres.



La única forma de protegerse contra la infección del sida es evitar las relaciones sexuales con una persona infectada.

Y como no puedes decir a simple vista quién está infectado y quién no, entonces, tener relaciones sexuales con cualquiera es correr un grave riesgo.

Hay personas increíblemente egoístas que practican hábitos perniciosos y rehúsan escuchar las advertencias cuando todavía hay tiempo, propiciando de ese modo el desarrollo de esta terrible enfermedad.⁹

University, Bloomberg School of Public Health, www.jhuicp.org/mmc (el destacado es nuestro).

2. Geoffrey Cowey, "Hope for Africa", *Newsweek*, 14 de julio de 2003.

3. *Ibid.*

4. *Ibid.*

5. *Ibid.*

6. Francisco Soto Más, Jesús A. Lacoste Marín, Richard L. Peperius y Aida Gutiérrez León, en colaboración con el Arizona Disease Prevention Center, el Instituto para el estudio de las Adicciones de Santa Cruz de Tenerife (España) y el Programa Regional de Prevención del Sida del Gobierno de Canarias (España), "El modelo de

creencias de salud. Un enfoque teórico para la prevención del sida" (*Revista Española de Salud Pública*), www.msc.es/salud/epidemiologia/es/199704esp_sida.htm

5. C. Everett Koop, citado por Cassandra Figueroa, "Podemos resistir la tentación?", ensayo ganador del Concurso Pro Vida de 2003 de la Arquidiócesis de Miami. Cassandra Figueroa es estudiante de 8º grado en Epiphany School, South Miami.

6. Portaldehistoria.com

7. Jonathan y Ana Gallagher, *Young Man* (Grantham, Inglaterra: Autumn House), p. 148.

8. *Ibid.*

9. John Knight, *El joven moderno y el sexo* (2ª ed., Miami: APIA, 1992), p. 151.



Sexo con amor

No hay nada mejor

Diferencias entre el hombre y la mujer



- ✓ La mujer vive más tiempo que el hombre. De cada cien centenarios 75 son mujeres.
- ✓ Las mujeres soportan con más valor y entereza las dificultades más graves de la vida, y resisten mejor que el hombre las enfermedades, los choques físicos, el desastre.
- ✓ El hombre más fuerte que la mujer.
- ✓ La mujer es más intuitiva; la del hombre, más analítica, más objetiva, más lógica.
- ✓ Las diferencias de la vida sentimental entre niño y niña se notan muy pronto.
- ✓ Diferencias en el dominio de la sexualidad. El hombre experimenta de repente un impulso físico, una verdadera necesidad que quiere satisfacer y que se prolonga en sentimientos de ternura y agradecimiento. La mujer, en cambio, sigue el camino inverso: Llevada por el impulso de la ternura llega, sin darse cuenta de ello, a buscar las satisfacciones más en familia.

Y sí, claro, se casaron...
y fueron felices

Capítulo 12



Contenido

- La dificultad de permanecer casados
- El matrimonio es...
- Los grandes enemigos del matrimonio
- Diferencias entre el hombre y la mujer que es necesario tener en cuenta
- Sexo con amor. No hay nada mejor
- Hombres y mujeres cada vez más iguales
- El gran poema amoroso de la Biblia
- ¿De veras vale la pena casarse? ¿No es mejor juntarse y luego...?

¿De veras vale la pena casarse?



«¿Casarme, yo? ¿Y para qué?» Es algo que hoy muchos se preguntan. La institución matrimonial sufrió en el siglo pasado convulsiones y cambios tan profundos que han surgido dudas sobre la conveniencia de entrar en ella o incluso de mantener su vigencia.

de los 25 años, y en algunos países ronda los 30.

- La creciente tendencia de las parejas a cohabitar sin que medie en la mayor parte de los casos ninguna ceremonia o formalidad.

La cohabitación

La cohabitación empezó a cobrar auge en nuestra sociedad en la década de los sesenta del siglo pasado.

Sus proponentes argumentan que esta "es la mejor manera para conocerse", y luego decidirán si formalizan la unión; aunque rara vez se pone un límite o plazo para el período de prueba.

Así que es necesario señalar algunos aspectos que merecen ser tomados en consideración.

En un estudio llevado a cabo en Inglaterra hace algunos años se encontró que el 60% de las parejas cohabitantes acababan contrayendo matrimonio. Es decir, que no enmiso formal la respuesta a sus necesidades físicas o psicosociales.

Fíjate que hablamos del matrimonio como una "institución", porque en la cultura judeocristiana se considera que el matrimonio fue instituido por el propio Creador en el Jardín del Edén antes de la caída.

¿Miedo al compromiso?

Hay un par de observaciones que inicialmente podemos hacer respecto al matrimonio en los países occidentales, que parecen demostrar que los jóvenes manifiestan una cierta reticencia a comprometerse en el vínculo matrimonial.

- En la actualidad los contrayentes se casan a una edad más avanzada. La edad promedio de las parejas se sitúa alrededor



Capítulo 13

El gran descubrimiento de los jóvenes modernos



Contenido

- Un cambio de paradigma
- La "muerte de Dios"
- La "revancha de Dios"
- Megatendencia para el futuro
- Cuando llegue el momento
- El paradigma eterno y el sexo



Cada vez son más los jóvenes que disfrutan de la alegría de vivir que proporciona el redescubrimiento de la genuina espiritualidad cristiana, que da sentido de equilibrio a la vida en una sociedad donde predominan la confusión, el desencanto y la desesperanza.

De acuerdo con millones y millones de grandes mujeres y hombres que pusieron los fundamentos de la civilización occidental, y nos ofrecieron los principios y valores que han sustentado la libertad y el respeto por la vida, te recomiendo que leas, y sigas, las indicaciones del Hombre más grande, más recto, más noble, que ha vivido en este mundo, *Jesús de Nazaret*, tal como nos las presenta el *Evanglio de San Mateo*, en el *Sermón del Monte*, capítulos 5-7.

Lee este pasaje, es el mejor colofón a SEXO CON AMOR. NO HAY NADA MEJOR y cualquier otro libro que trate sobre la moral sexual y la moral en general. Aplícalos en tu vida, y conocerás la verdad, y la verdad te libertará!

de tus bajas pasiones, de la esclavitud de las modas y la presión social y del pecado. Así podrás ser verdaderamente feliz y tu vida tendrá sentido y proyección eterna.

El paradigma eterno y el sexo

Este libro ha sido escrito para mostrarte lo que el autor y los editores, hemos experimentado en nuestras propias vidas, y por eso podemos dar testimonio fidedigno de ello: la eficacia y el poder del amor como principio y la felicidad que proporciona.

¡Claro que existe ese amor! Y millones y millones que también procuran asumirlo en su estilo de vida: es el amor que se manifiesta en los *Diez Mandamientos* que, como todo el mundo sabe, se resumen en

Sexo con amor. No hay nada mejor/El gran descubrimiento de los jóvenes modernos

En lo verdaderamente significativo e importante de la vida —y el amor erótico no es una excepción— no podemos dejarnos llevar únicamente por “el instinto”. Necesitamos **información y orientación** apropiadas.

“Goza de la vida con la mujer amada cada día de la fugaz existencia que Dios te ha dado...”, enseña la Biblia (Eclesiastés 9:9). Por supuesto que podemos decir también: Goza siempre de la vida con el hombre amado...

Por eso, en nuestra sociedad dominada por el sexo y la sensualidad, asumir los **principios y valores** correctos es la mayor riqueza que podemos atesorar.

En SEXO CON AMOR. NO HAY NADA MEJOR, aprenderás cómo controlar, orientar y disfrutar correctamente tu sexualidad.



Agencia de Publicaciones México Central, A. C.
Uxmal 431, Col. Narvarte 03020 México, D. F.
Tel.: 5687-0941 ventas@gemaeditores.com.mx

