

## **Cómo Vencer la Tentación Sexual**

### **Samuel Clark**

Hay tres fuentes de cualquier tentación y cada una necesita y tiene provista en Cristo una salida apropiada ("Dará también juntamente con la tentación la salida para que podáis soportar" - I Cor. 10:13).

Nos tienta el tentador por medio de la carne (o sea, la naturaleza humana que heredamos de nuestros padres), del mundo (la cultura que nos rodea y moldea con experiencias negativas) y directamente del diablo y sus demonios (el mundo invisible, espiritual que tiene acceso a nuestros pensamientos). Como somos seres complejos de cuerpo, alma y espíritu, estas fuentes de tentación se dirigen a los tres aspectos de nuestro ser, muchas veces simultáneamente. Pero el ataque satánico/demoniaco casi siempre se agudiza contra nuestro espíritu como resultado de un estímulo de la carne o del alma por algo que hemos visto, oído, sentido, olido o gustado con la boca personalmente o por un video o radio, T.V., etc. Así es que todo nuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, necesitan ser "santificados" (apartados del pecado deseado para estar bajo el control del Espíritu Santo) si hemos de ser guardados irreprochables para la venida de nuestro Señor Jesucristo (I Tes. 5:23).

¿Cómo sabemos si hay un problema fuerte sexual en la vida? Hay muchos que afirman que no tienen tal problema que se han engañado con pensamientos como:

"Pues, así soy yo."

"Me abusaron en mi niñez, así que no puedo ser diferente."

"Todos lo hacen. Es normal."

"Dios es misericordioso y no me culpa de mis problemas."

"Es sólo una fase. Algún día pasará."

"Nadie puede entenderme ni quiere ayudarme."

Todas estas excusas son mentiras que se creen porque el hombre quiere pensar que es así para no enfrentar su culpabilidad y la necesidad de un cambio radical.

Algunas señales de problemas sexuales han sido identificadas por terapeutas sexuales:

1. Fuertes deseos sexuales cuando se observan personas atractivas del sexo opuesto.
2. Pensamientos acerca de acciones o iniciativas para atraer a tal persona - palabras, ojitos, miradas que "hablan", gestos, comunicaciones no verbales, etc.
3. Fantasías mentales sobre una persona específica que dominan los pensamientos.
4. Deseos de masturbarse o excitarse físicamente.
5. Obsesión con todo lo referente a lo sexual.
6. Adicción a la pornografía o programas con mucho estímulo sexual, sensual, sugestivo.
7. Mucho deseo de "amar" y "ser amado", no importa con quién.
8. Necesidad de estar en una relación íntima para no sentir horrible soledad.
9. Depresiones y crisis de culpabilidad por las constantes derrotas y caídas.

Si alguien está experimentando una o más de estos síntomas puede sospechar que ha dejado "lugar al diablo" en su vida (como Efesios 4:26,27 muestran que pueden hacer la ira y el rencor). Cuando estaba cerca de la hora de Su muerte Jesús dijo: "El príncipe de este

mundo viene pero él no tiene nada en mí," es a saber, ningún lugar o entrada (Juan 14:30). Debemos aprender de Su ejemplo que si dejamos alguna puerta abierta, el ladrón que sólo viene para hurtar, matar y destruir entrará (Juan 10:10).

El área sexual es una de las puertas más abiertas hoy en día. Esto es cierto en jovencitos, adultos y ancianos, de ambos sexos y de cualquier país, raza o cultura. El diablo ha entrado por esta puerta para derribar a cristianos jóvenes, a los de mucha experiencia y hasta a líderes muy fuertes. Sólo hace falta que esté la puerta dejada sin llave o entreabierta. No tiene que estar totalmente abierta al principio. Solamente la falta de dominio propio o de la disciplina personal en lo que vemos o pensamos será suficiente. Proverbios 25:28 dice que el que no tiene dominio de su propio espíritu es como una ciudad sin muralla, expuesta al ataque enemigo. Es interesante que Salomón escribió tanto sobre este problema para ayudar a sus hijos a no caer en las tentaciones sexuales y él mismo fue uno de los más derrotados en su vejez por este ataque satánico. El saber estas cosas no garantiza la victoria. Sólo practicar la lucha apropiada en la fuerza del Espíritu de Dios gana las batallas feroces en el área sexual.

Tanto el Antiguo como el Nuevo Testamento testifican claramente que la caída en pecados sexuales trae nefastas consecuencias físicas, emocionales, morales y espirituales a la vida de los que se dejaron atrapar. El primer paso a la victoria siempre es el arrepentimiento. Este acto de contrición tiene que ser sincero; tiene que llevar los frutos del arrepentimiento: tristeza profunda y un cambio radical de vida. Reconocer o confesar el pecado es incompleto si no va acompañado de acciones (Prov. 28:13; Stgo. 1:22-25; 4:8-10). Si no hay quebrantamiento del corazón que se había endurecido y la consciencia cauterizada, no es el arrepentimiento. Dudo que cualquier que admita su pecado sin lágrimas haya entendido que el pecado es una terrible ofensa, primeramente a Dios y Jesucristo y en segundo lugar a otros. El pecado sexual suele dañar al cónyuge, a la otra persona involucrada y a las familias (tanto las carnales como las relaciones espirituales). Este pecado es aún contra el propio cuerpo de uno. Cómo el diablo goza de la caída sexual que hace tanto daño humano y al Nombre y la honra del Señor que son arrastrados por el lodo del escándalo. Lo que parece ser un pequeño desliz placentero llega a ser una caída estrepitosa de terribles alcances consecuenciales. Con razón, el arrepentimiento verdadero tiene que ser el primer paso.

El segundo paso es esencial también. La puerta tiene que cerrarse definitivamente. Esto implica un rechazo a Satanás y sus mentiras que se creyeron (como en el huerto de Edén). Por la fe en la sangre preciosa de Cristo Jesús podemos declarar nuestro perdón y limpieza de toda maldad (I Juan 1:7-10). Contra las acusaciones del diablo tenemos el testimonio de la sangre del Cordero (Apoc. 12:11) y la defensa de nuestro Gran Abogado, Jesús mismo (I Juan 2:1,2). Ahora, en base de Su perdón el diablo y sus demonios pueden ser rechazados y resistidos para que tengan que huir de la casa donde han logrado una entrada. Esta declaración de victoria debería ser en voz alta y basada en las promesas de Cristo y nada más (Stgo. 4:7; I Pedro 5:8,9). Si alguien encuentra dificultad en decir estas palabras en voz alta, debería buscar la ayuda y el apoyo de un cristiano fuerte para hacerlo. Es esencial sacar al enemigo a patadas con la Palabra de Dios y cerrar esa puerta con una identificación plena con la cruz de Cristo. "Con Cristo estoy juntamente crucificado, y ya no vivo yo mas Cristo vive en mí; y lo que ahora vivo en la carne lo vivo en la fe del Hijo de Dios, el cual me amó y se entregó a sí mismo por mí" (Gál. 2:20). La lectura de pasajes como Romanos 6:1-13, Efesios 4:20-24 y Colosenses 3:1-10 ayudarán mucho en este segundo paso de cerrar la

puerta contra Satanás.

El tercer paso es vital: mantener la puerta cerrada. Aquí es donde muchos fallan después de un verdadero arrepentimiento, confesión y tristeza, después de declararse perdonados y de demandar que Satanás se retire. ¿Por qué? Porque piensan que "ya estuvo", que ya no van a tener más problemas... y vuelven a abrir la puerta. Mientras vivimos en "este cuerpo de pecado" vamos a tener tentaciones. El tentador llega y entrará otra vez donde se deje la puerta sin llave o entreabierta.

¿Cómo se mantiene cerrada esa puerta de la sexualidad? Lo que voy a mencionar puede sonar muy "legalista" o "demasiado pesado" si no hay un profundo deseo de ser santo (apartado del pecado) y victorioso para agradar y glorificar a Dios. Estos son los únicos motivos suficientemente fuertes y puros para lograr la victoria total y continua que es un gozo experimentar y un descanso completo en Dios. Esta es la herencia de cada hijo de Dios si está dispuesto a vivir así en el poder del Espíritu Santo,. He aquí lo que implica "andar en el Espíritu y no satisfacer los deseos de la carne" en la práctica.

1. Controlar y llevar cada pensamiento cautivo a Cristo (II Cor. 10:5; Rom. 8:5-13). El mismo momento que encontramos un pensamiento ajeno en la mente, se tiene que entregar a Cristo ese pensamiento y cambiar la mente como si fuera un radio o T.V. al canal de Dios, pensando en Dios, en Sus Escrituras, en cosas buenas que hemos aprendido de El (Fil. 4:8). La mente es el campo de batalla y hay lucha continua (Prov. 4:23). No dejar ni un pensamiento ni una fantasía rebelde en la mente mantiene cerrada la puerta.

2. Controlar y entregar los ojos y cada miembro del cuerpo a Dios (Rom. 6:12,13; 12:1,2). No volver a ver algo que atrae es una victoria que mantiene cerrada la puerta también. Una pequeña victoria en un momento, otra en otro momento, y así por todo el día uno puede experimentar victoria total. "No podemos evitar que los pájaros vuelan sobre la cabeza, pero sí podemos evitar que construyan nidos en el cabello." Los pensamientos y las miradas codiciosas son pequeñas pero constantes tentaciones que resultan o en desastre o en santidad. Es nuestra la decisión (Rom. 6:14-23).

3. Controlar lo que entra en la mente por los medios de comunicación, o sea, cambiar de emisora o canal inmediatamente cuando hay un mensaje que nos tienta a pensar en una forma carnal. No ver las revistas en el estante de prensa, no entrar en una tienda pornográfica, no ver un sitio pornográfico en el Internet, no entrar en conversaciones sobre el sexo que nos dañan, son medidas que resultan en pequeñas victorias y se acumulan en victoria total sobre el enemigo porque no encuentra por dónde entrar. Estas medidas son drásticas, pero así tienen que ser las que traen victoria. Mateo 5:27-30 no nos deja otra opción que sacar el ojo que ofende o cortar la mano que ofende para ser victoriosos. Medias verdades, medidas débiles, obediencia parcial nunca lograrán la victoria total - y ninguna otra "victoria" es victoria verdadera.

4. Comer bien, hacer ejercicio y descansar bien ayudan a mantener cerrada la puerta de la vida. En el ocio, el aburrimiento, el cansancio, el hambre, etc., el enemigo encuentra lugar fértil para sus tentaciones (David en II Samuel 11).

5. Hacer resistencia cada vez que se siente tentado y luego comenzar a orar y recordar

promesas del Señor (Cristo en Mateo 4:1-11). Todo el tiempo que podemos pasar en oración y meditación es victoria sobre el enemigo (Salmo 1:1-3; I Tes. 5:17).

6. Abrir la comunicación transparente con otra persona o personas para recibir su apoyo y compañerismo en la lucha es importante para mantener la puerta cerrada (Ecl. 4:9-12). El amigo es para estos tiempos un fuerte aliado en la lucha — pero solamente si está enterado de la necesidad y si hay una iniciativa para buscar su apoyo. La vergüenza debe derrotada para abrirse con confianza con alguien que puede ayudar.

7. Por último, ayunar y orar es otra de las armas espirituales (II Cor. 10:3,4) que debemos emplear para no sólo echar fuera sino mantener fuera al enemigo de nuestra vida (Mateo 17:21). Largos tiempos de oración con ayuno fortalecen la fe (Judas 20) y llenan la vida del Espíritu Santo (Mateo 7:7-13; Juan 7:37-39; Ef. 3:15-20; 5:18) y El habita en el corazón lleno de Sus alabanzas (Salmo 22:3). Los tiempos extendidos de oración y meditación nos ayudan a practicar la presencia de Dios en la vida diaria. El resultado es una vida espiritual vigorosa y fuerte para poder resistir y soportar la tentación mejor.

"Por lo demás, fortaleceos en el Señor y en el poder de su fuerza. revestíos con toda la armadura de Dios para que podáis estar firmes contra las insidias del diablo" (Ef. 6:10,11).

Esa victoria será nuestra por el poder del Espíritu que mora en nosotros si confiamos en El y practicamos la verdad que El nos enseña. Que Dios nos ayude a vencer en El.

PLSAL.ORG

