

# Adicción Sexual

## Cómo salir de sus redes

“El leopardo no puede cambiar sus manchas” dice la Biblia. ¿Se puede aplicar este dicho a los seres humanos? ¿En especial a los que tienen manchas causadas por el libertinaje sexual? A muchas personas les dicen: “Nunca cambiarás” o “traes mala semilla”. ¿Cree usted que es imposible que la gente cambie... o, que usted pueda cambiar? La Biblia dice: “Para Dios todo es posible” (Mateo 19:26). Aunque sienta que su mente y corazón están sucios, recuerde que Dios es su Redentor —¡Él es su libertador!

*“Pues tú has librado mi alma de la muerte, mis ojos de lágrimas, y mis pies de resbalar. Andaré delante de Jehová en la tierra de los vivientes”.  
(Salmos 116:8-9)*

## I. DEFINICIONES

### A. ¿Qué es la adicción a sexual?

- La adicción sexual es una dependencia compulsiva y esclavizante que promueve la excitación erótica y provoca conductas y pensamientos pecaminosos.
- La adicción sexual equivale a inmoralidad. El sustantivo griego porneia, que se traduce en varios pasajes de la Biblia como “fornicación” o “inmoralidad”, es un término que abarca toda forma de exceso sexual.

*“Haced morir, pues, lo terrenal en vosotros: fornicación, impureza, pasiones desordenadas, malos deseos y avaricia, que es idolatría”.  
(Colosenses 3:5)*

- La adicción sexual esclaviza. El verbo griego doulóo significa “tener cautivo o esclavizar”.

*“Porque el que es vencido por alguno es hecho esclavo del que lo venció”.*  
(2 Pedro 2:19)

**Pregunta: “¿Pueden librarse de la adicción sexual las personas que están presas en ella?”**

**Respuesta:** ¡Sí! La palabra de Dios nos asegura que cualquiera puede quedar libre de ella.

*“Mis ojos están siempre hacia Jehová, Porque él sacará mis pies de la red”.*  
(Salmos 25:15)

**Pregunta: “La pornografía es inofensiva. ¿Por qué está prohibida?”**

**Respuesta:**

- La pornografía crea adicción y con frecuencia lleva al adicto a abusar sexualmente de otros.
- El Centro Nacional de Niños Extraviados y Víctimas de Abuso (National Center for missing and exploited children) investigó 1400 casos de niños que habían sido víctimas de abuso sexual. Todos los culpables poseían toda clase de material pornográfico, en su mayoría, era pornografía infantil.

*“No pondré delante de mis ojos cosa injusta”.* (Salmos 101:3).

## **B. ¿Por qué medios se promueve la adicción sexual?**

- Anuncios: de ropa íntima, perfumes, catálogos
- Computadoras: sitios de Internet, juegos, comunicación cibernética
- Librerías para adultos, bares, cantinas y centros nocturnos
- Literatura pornográfica: libros, revistas, caricaturas, cuentos
- Teatros privados de espectáculos pornográficos, centros de masaje
- Música con letra explícitamente sexual
- Playas y campamentos nudistas
- Tarjetas: postales, naipes, fotografías
- Teléfono: empresas que ofrecen satisfacer sus fantasías eróticas por teléfono
- Televisión: vídeos musicales, televisión por cable, telenovelas
- Vídeos: con clasificación XXX, películas sadomasoquistas

*“Sobre toda cosa guardada, guarda tu corazón; porque de él mana la vida.  
Aparta de ti la perversidad de la boca, y aleja de ti la iniquidad de los labios.  
Tus ojos miren lo recto, y diríjense tus párpados hacia lo que tienes delante.  
Examina la senda de tus pies, y todos tus caminos sean rectos.  
No te desvíes a la derecha ni a la izquierda; aparta tu pie del mal”.*  
(Proverbios 4:23-27)

### **C. ¿Cuál es el trampolín que conduce a las arenas movedizas de la adicción sexual?**

La mayoría de los que están hundidos en las arenas movedizas de la adicción sexual, en la infancia tuvieron su primer contacto con la pornografía. La hermosa escena de niños inocentes construyendo castillos de arena, con frecuencia se ensucia por el peligroso abuso sexual.

#### **Pornografía**

- La pornografía es exhibir una conducta sexual con el fin de provocar lujuria y placer sexual.
- La palabra pornografía tiene sus raíces en el sustantivo griego *pornè* que significa “ramera”.
- La pornografía envilece la sexualidad humana y trata de ridiculizar los valores cristianos promoviendo la lujuria y la inmoralidad.

**Pregunta:** “Si Dios creó la sexualidad del cuerpo humano, entonces: ¿Por qué son malas la desnudez y la pornografía?”

**Respuesta:** Dios diseñó la sexualidad humana para expresarse exclusivamente dentro del matrimonio y para la procreación. Por el contrario, la pornografía está diseñada para despertar la codicia sexual indiscriminada.

*“Oísteis que fue dicho: No cometerás adulterio. Pero yo os digo que cualquiera que mira a una mujer para codiciarla, ya adulteró con ella en su corazón”.*  
(Mateo 5:27-28)

**Pregunta:** “Puesto que la pornografía estimula el deseo y el placer sexual, ¿puede mejorar mi vida sexual?”

**Respuesta:** La pornografía es enemiga de la vida matrimonial y familiar porque provoca:

- Subestimación del cónyuge. El amor genuino se convierte en deseos impuros que se encienden al ver a la persona “ideal” que aparece en la pornografía.

- Tratar de que el cónyuge cometa actos perversos. Los hombres quieren que sus esposas actúen igual que las mujeres que aparecen en escenas pervertidas.
- Adulterio. La pornografía promueve el desenfreno sexual sin distinción de personas.
- Que los niños se vuelvan adictos sexuales. A los niños se les usa y abusa con mucha frecuencia.

*“Sufre tú el castigo de tu lujuria y de tus abominaciones, dice Jehová”.*  
*(Ezequiel 16:58)*

### **Pornografía No Explícita (Soft Core)**

- La pornografía “soft-core” es la exhibición de la desnudez corporal y de actividades sexuales no explícitas entre adultos.
- En general, este tipo de pornografía no es ilegal.
- Ejemplos: Playboy, Hustler, Penthouse, Playgirl.

**Pregunta:** “**Si las librerías privadas y películas pornográficas están legalmente permitidas, ¿por qué hay tantas objeciones en su contra?**”

**Respuesta:** El hecho de que algo se permita legalmente no significa que moralmente es correcto. Los legisladores norteamericanos reciben presión de los activistas políticos y se dejan convencer por los grupos de cabildeo. Al satisfacer sus exigencias, aprueban leyes contrarias a la ley moral de Dios.

*“No seguirás a los muchos para hacer mal, ni responderás en litigio inclinándote a los más para hacer agravios”.*  
*(Éxodo 23:2)*

**Pregunta:** “**¿Se consideran pornográficos todos los materiales con contenido sexual?**”

**Respuesta:** No. Por ejemplo, no se considera pornográfica una presentación científica para enseñar o dar información médica. No siempre se considera pornográfica la representación del cuerpo humano desde el punto de vista de un pintor.

*“En el rostro del entendido aparece la sabiduría;  
Mas los ojos del necio vagan hasta el extremo de la tierra”.*  
*(Proverbios 17:24)*

## Pornografía Explícita (Hard Core)

- La pornografía explícita o hard-core presenta en forma evidente y pervertida las actividades sexuales que ofenden abiertamente a la moral y degradan con descaro la dignidad humana.
- Para definir esta clase de pornografía se usa el término vulgar *hard-core* que significa “obsceno” y está prohibida por la ley.
- Este tipo de pornografía puede incluir actividades como orinar, defecar o vomitar sobre otra persona.

### Material Pornográfico

La **pornografía heterosexual** es la exhibición de actos sexuales explícitos entre hombres y mujeres, incluyendo sexo oral y de grupo.

La **pornografía homosexual** exhibe actos explícitos entre miembros del mismo sexo.

La **pornografía infantil** presenta niños en actos sexuales con otros niños y/o con adultos. Producir o poseer esta pornografía es ilegal. Comúnmente la usan los pedófilos (la pedofilia es atracción sexual del adulto por los niños).

El **bestialismo** presenta actos sexuales de personas con animales. Éstos pueden ser perros, caballos, cerdos o asnos.

La **pornografía con aparatos sexuales** es el uso de “juguetes” como ratoneras, anzuelos y anillos colocados en los órganos sexuales. En la pornografía de esclavitud, se utilizan otros aparatos como esposas policíacas, grilletes para los brazos y tobillos, lazos para los postes de la cama, varas de pasión y cadenas que simbolizan control y sumisión.

### Mandato Divino

*“Honroso sea en todos el matrimonio, y el lecho sin mancilla; pero a los fornicarios y a los adúlteros los juzgará Dios” (Hebreos 13:4).*

*“No te echarás con varón como con mujer; es abominación” (Levítico 18:22).*

*“Cualquiera que haga tropezar a uno de estos pequeñitos que creen en mí, mejor le fuera si se le atase una piedra de molino al cuello, y se le arrojase en el mar” (Marcos 9:42).*

*“Maldito el que se ayuntare con cualquier bestia. Y dirá todo el pueblo: Amén” (Deuteronomio 27:21).*

Debemos coincidir con el rey David que dijo: *“Corazón perverso se apartará de mí; no conoceré al malvado” (Salmos 101:4)*

La **pornografía sadomasoquista** representa todo tipo de torturas incluyendo sexo esclavizado, violación, mutilación y asesinato. Las películas XXX de este tipo contienen actos sexuales perversos y violencia extrema que culminan en asesinato.

*“¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros? Si alguno destruyere el templo de Dios, Dios le destruirá a él; porque el templo de Dios, el cual sois vosotros, santo es” (1 Corintios 3:16-17).*

**Pregunta:** “¿Cómo se determina la legalidad de algunos materiales?”

**Respuesta:** El criterio entre lo legal e ilegal varía de un país a otro. Sin embargo, en la mayoría de los países, todo lo “obsceno” es ilegal. Por ejemplo, en 1973 en el caso de Miller Vs. California, la suprema corte de los Estados Unidos estableció un triple criterio para definir lo que es obsceno desde el punto de vista legal.

**Pornografía obscena:**

- La que despierta deseos lujuriosos.
- La que hace una representación clara y obvia de una conducta sexual ofensiva.
- La que carece de valor literario, real, político o científico.
- La obscenidad apela e incita a la vileza y no a la virtud.
- La obscenidad menosprecia el valor de la vida humana.

*“Pero fornicación y toda inmundicia, o avaricia, ni aun se nombre entre vosotros, como conviene a santos; ni palabras deshonestas, ni necedades, ni truhanerías, que no convienen, sino antes bien acciones de gracias” (Efesios 5:3-4).*

**Pregunta:** “Si no se puede legislar la moralidad, ¿Por qué tanta preocupación por la pornografía?”

**Respuesta:** Sí se puede legislar la moralidad y lo hacemos a diario. La mayoría de las leyes hacen referencia a la moralidad del hombre. Muchos mandatos bíblicos como “no matarás”, “no levantarás contra tu prójimo falso testimonio” y “no hurtarás” han sido incluidos en las leyes de todas las sociedades civilizadas.

**Ejemplo bíblico:** Los diez mandamientos de Éxodo 20:3-17.

## II. CARACTERÍSTICAS

### A. Síntomas de adicción sexual

Aunque una persona practique la inmoralidad sexual, no significa que sea adicta sexual. Los adúlteros y violadores se consideran infractores, pero no todos ellos son adictos sexuales (la violación es resultado de un juego de poder motivado por la ira). Entonces, ¿qué elementos hay en la adicción sexual? En el fondo de cada adicto sexual existe la vergüenza al rechazo, a ser indeseable, indigno, o de fracasar una y otra vez. Esos sentimientos provocan conductas y pensamientos previsibles.

*“Cuando viene el impío, viene también el menosprecio, y con el deshonrador la afrenta”.*

*(Proverbios 18:3)*

### ¿Cómo Se Forma Una Adicción Sexual?

Si su conducta sexual es...

- **Secreta**

— Se sale de los parámetros establecidos por la cultura (vive una vida doble).

- **Vacía**

— Prefiere relacionarse con las pasiones y no con su cónyuge. (La prioridad la tienen las pasiones y no las personas.)

- **Abusiva**

— No lo eleva ni a usted ni a las personas, sino que los degrada. (Se aprovecha de los demás y se envilece a sí mismo.)

- **Inestable**

— Rechaza las dificultades emocionales y busca una solución sentimental rápida. (Se utilizan las pasiones como consuelo o para evadir las dificultades.)

- **Imperiosa**

— No puede vivir sin ella. (Existe la convicción de que lo más importante en la vida es el placer sexual)

*“Porque el que es vencido por alguno es hecho esclavo del que lo venció”.*

*(2 Pedro 2:19)*



## La espiral descendente que lleva a la adicción sexual

La doble personalidad del Dr. Jekyll y Hyde se parece al mundo real e imaginario en que vive el adicto sexual. La curiosidad de Dr. Jekyll lo llevó a experimentar en sí mismo una droga que alteraba la personalidad. Aterrado, observó que su otro yo, el cruel Sr. Hyde, progresivamente dominaba su cuerpo. Cuando quiso terminar con esa peligrosa relación por miedo a ser descubierto, sus ideas comenzaron a desviarse hasta el extremo de perder el contacto con la realidad. Al final, por el bien de la sociedad, resultó que la única solución para el Dr. Jekyll... ¡era matar a Hyde! o sea, a sí mismo.

La espiral empieza así:

- **Curiosidad:** Es la tentación aparentemente inofensiva de ver materiales sexuales.

*“Sino que cada uno es tentado, cuando de su propia concupiscencia es atraído y seducido”. (Santiago 1:14)*

- **Adicción:** Un deseo mental que vuelve una y otra vez. Cuando una persona experimenta un impulso descontrolado, la glándula adrenal descarga en el torrente sanguíneo una hormona llamada epinefrina, la cual fija los recuerdos de emociones pasadas en el cerebro. Esos recuerdos siguen aflorando aunque la persona desee olvidarlos.

*“No os engañéis; Dios no puede ser burlado: pues todo lo que el hombre sembrare, eso también segará”. (Gálatas 6:7)*

- **Masturbación compulsiva:** Se practica para satisfacer un deseo sexual por medio de un desahogo auto provocado.

*“Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me son lícitas, mas yo no me dejaré dominar de ninguna”. (1 Corintios 6:12)*

- **Intensificación:** Surge el deseo descontrolado de experimentar estímulos sexuales cada vez más fuertes y explícitos.

*“Los cuales, después que perdieron toda sensibilidad, se entregaron a la lascivia para cometer con avidez toda clase de impureza”. (Efesios 4:19)*

- **Cauterización:** Lo que antes se consideraba pecaminoso llega a ser aceptable y aun estimulante.

*“¿Se han avergonzado de haber hecho abominación? Ciertamente no se han avergonzado, ni aun saben tener vergüenza; por tanto, caerán entre los que caigan; cuando los castigue caerán, dice Jehová”. (Jeremías 6:15)*



- **Imitación:** Impulso de experimentar lo que se ha visto o imaginado porque la experiencia visual ya no satisface.

*“Y manifestas son las obras de la carne, que son: adulterio, fornicación, inmundicia, lascivia”. (Gálatas 5:19)*

- **Remordimiento:** Disgusto intenso contra sí mismo por el comportamiento compulsivo. Se pierde la esperanza de cambiar algún día.

*“Porque lo que hago, no lo entiendo; pues no hago lo que quiero, sino lo que aborrezco, eso hago”. (Romanos 7:15)*

**Pregunta: ¿Existen adicciones imposibles de vencer?**

**Respuesta:** ¡No! Los adictos pueden ser rescatados de cualquier adicción.

*“Porque no hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero, eso hago.  
¡Miserable de mí! ¿quién me librará de este cuerpo de muerte?  
Gracias doy a Dios, por Jesucristo Señor nuestro.  
Así que, yo mismo con la mente sirvo a la ley de Dios,  
mas con la carne a la ley del pecado”.*  
(Romanos 7: 19, 24-25)

*“No os ha sobrevenido ninguna tentación que no sea humana; pero fiel es Dios, que no os dejará ser tentados más de lo que podéis resistir, sino que dará también juntamente con la tentación la salida, para que podáis soportar”.*

*(1 Corintios 10:13)*

## **B. Etapas de la adicción sexual**

Nació en un hogar aparentemente normal —no sufrió abuso físico o sexual, pero sus víctimas sí, e incluso fueron mutiladas. Finalmente confesó que había asesinado a 23 mujeres. ¿Cómo pudo degenerarse tanto? ¿Cómo pasó de ser un inocente niño explorador a un condenado a muerte? Un día antes de su ejecución, Ted Bundy dijo: “He conocido muchos hombres que cometieron actos violentos como yo. Sin excepción, todos eran adictos a la pornografía”. Así como la pornografía es progresiva, si no se pone un alto a la adicción sexual, evolucionará hasta provocar un comportamiento cada vez más peligroso y desenfrenado. Lo que una vez provocó estímulo sexual se hace ineficaz. Se requieren actos cada vez más violentos para crear la misma excitación sensual.

## Etapas De La Adicción Sexual

Etapa 1 Actividades	Etapa 2 Actividades	Etapa 3 Actividades
Pornografía Masturbación	Llamadas obscenas a otros	Abuso sexual de niños Pedofilia
Promiscuidad Homosexualidad	Espiar a otros sin que ellos lo sepan	Incesto
Prostitución	Exhibicionismo	Violación
Travestismo	Acoso sexual	Sexo sadomasoquista
Conversaciones sexuales por teléfono		
Consecuencias	Consecuencias	Consecuencias
Poco riesgo	Riesgo moderado	Alto riesgo
Realiza conductas ilegales	Siempre ilegal	Siempre ilegal
Amenazas ocasionales de perder el empleo	Posible pérdida del trabajo	Pérdida muy probable del trabajo
Se considera que no hay víctimas	Siempre involucra víctimas	Siempre involucra víctimas

Adaptado del material "Out of the Shadows", de Patrick Carnes, saliendo de las págs. 54-55.

No se deje engañar. Las actividades consideradas inofensivas por la escala de valores del mundo pueden ser mortales para el cuerpo, alma y espíritu.

*"Nadie se engañe a sí mismo; si alguno entre vosotros se cree sabio en este siglo, hágase ignorante, para que llegue a ser sabio. Porque la sabiduría de este mundo es insensatez para con Dios; pues escrito está: Él prende a los sabios en la astucia de ellos".*  
(1 Corintios 3:18-19)

**Pregunta:** ¿Cuándo se convierte en codicia el deseo sexual normal?

**Respuesta:** Tenemos que evaluar lo que es y no es normal. La atracción hacia un persona es normal, pero sexualizar a esa persona no lo es. La guerra comienza en la mente, donde surgen pensamientos que fácilmente se convierten en deseos lujuriosos.

*“Pero yo os digo que cualquiera que mira a una mujer para codiciarla, ya adulteró con ella en su corazón” (Mateo 5:28).*

### **C. El ciclo que sigue la adicción sexual**

#### **El escenario**

Nadie vive con más vergüenza, aislamiento y miedo al rechazo que el adicto sexual. Se siente incapaz de controlar su inclinación. Cada vez que cae en tentación sexual, las garras del pecado atrapan su corazón con más fuerza. Él piensa que la única forma de satisfacer su necesidad de amor es a través de la estimulación sexual. Su mente y cuerpo están atados por la pasión sexual.

*“Porque no hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero, eso hago. Y si hago lo que no quiero, ya no lo hago yo, sino el pecado que mora en mí”  
(Romanos 7:19-20).*

#### **Sentimientos de inferioridad**

- “No puedo controlar mis deseos sexuales”.
- “Soy un fracasado”.
- “No soy bueno”.

#### **Aislamiento**

- “No puedo confiar en la gente”.
- “Si supieran lo que hago, les daría asco”.
- “Si supieran lo que soy, me rechazarían”.

#### **Suposiciones equivocadas**

- “El sexo es mi necesidad más perentoria”.
- “El sexo es la solución a mi necesidad de ser amado”.
- “El sexo consuela todo mi sufrimiento”.

### **La Progresión De La Adicción Sexual**

*“Entonces la concupiscencia, después que ha concebido, da a luz el pecado; y el pecado, siendo consumado, da a luz la muerte”  
(Santiago 1:15)*

### 1. Fijación sexual.

— Es un estado de trance erótico en que obsesionarse por el sexo se convierte en la cura para el tormento emocional del adicto.

### 2. Compulsión sexual.

— Práctica de rutinas compulsivas (semejantes a rituales) que elevan la emoción e intensifican la excitación sexual. (Incluye buscar prostitutas, pornografía y acoso sexual).

### 3. Gratificación sexual.

— Pérdida total de dominio propio. El adicto realiza el acto sexual.

### 4. Remordimiento.

— Inmediatamente después de haberse “intoxicado” con una experiencia sexual, el adicto siente vergüenza, culpa y desesperación. En esa condición de confusión y enojo consigo mismo, busca alivio y repite el ciclo sexual porque trata de escapar volviendo a la fijación sexual.

*“Porque el que siembra para su carne,  
de la carne segará corrupción; mas el que siembra para  
el Espíritu, del Espíritu segará vida eterna”.*  
(Gálatas 6:8)

## La Solución

Lo que más afecta a los adictos sexuales es el rechazo. Infortunadamente ésta es la primera reacción que reciben cuando son descubiertos. Los adictos que viven emocionalmente aislados por temor a ser descubiertos, necesitan relacionarse con otra persona, compartir su problema de corazón a corazón y tener un compromiso de amistad y confianza verdaderas. Puesto que los adictos sexuales están obsesionados por las pasiones eróticas, la única forma de que escapen es relacionándose con personas compasivas que quieran ayudarles. Un buen lugar para empezar a salir de sus cloacas secretas es reuniéndose con un grupo de apoyo de compañeros que sufren las mismas luchas. Debe haber alguien que los supervise y les pida cuentas. Necesitan personas que de verdad “odien el pecado pero amen al pecador”.

*“El hombre que tiene amigos ha de mostrarse amigo;  
Y amigo hay más unido que un hermano”.*  
(Proverbios 18:24)

