



## 8va. CONFERENCIA DE *Hombres Vencedores*



### TALLERES

#### Corriendo tras el sueño de mi integridad sexual

Ps. Antonio Rojas

Ps. Titular de la IACyM  
Cono Norte Callao



#### INTRODUCCIÓN

Una de las grandes batallas que vivimos los hombres en el mundo entero, es precisamente como mantenernos sexualmente puros, siendo que carecemos en nuestras ciudades de un sistema de valores y principios fundamentados en LA VERDAD. Vivimos tiempos en donde la sexualidad a perdido su verdadero concepto y propósito, además de ser bombardeados permanentemente por un sistema de comercio donde la publicidad sensual y la producción de programas y películas no apta para menores se han convertido en nuestros maestros de hoy. Por hacer más dinero han considerado meterse en nuestras casas, a través de la pantalla chica, y pretenden enseñarnos como debemos desarrollar nuestra vida sexual. Indirectamente nos están diciendo, isi tu consumes esto, tu vida sexual será mejor, serás más efectivo, serás más hombre, más MACHO!, perdiendo así nuestra Integridad Sexual.

El sexo no es sucio, tampoco es malo, menos hablar sobre el tema. Dios diseñó el sexo, y todo lo que Dios hace, es bueno en gran manera. Necesitamos integridad en la intimidad sexual. LA INTIMIDAD SEXUAL ES UN TEMA TABU, nos damos cuenta de ello:

- Cuando se nos pide una opinión personal en el círculo de amigos.
- Cuando los hijos nos preguntan.
- Cuando se expone pública y abiertamente sobre el tema.

#### 1. QUE ES LA INTIMIDAD CON INTEGRIDAD SEXUAL?

- Es el regalo que Dios le obsequia a la pareja, el día de su boda. Dios diseñó el sexo para disfrutarlo dentro del marco del matrimonio. Gn. 1:28
- Está diseñado para satisfacernos mutuamente a plenitud. No hay placer total en la autosatisfacción, Dios lo diseñó para disfrutarlo en pareja. Pr. 5:15-19
- Es un símbolo externo de la unidad que debe existir en la pareja. 1Co. 6:16

#### 2. AMENAZAS DE LA INTEGRIDAD SEXUAL

- Heridas del corazón. Experiencias del pasado que han marcado tu vida y no te permiten disfrutar completamente en tu vida sexual.
- Cambiar su concepto. Convertirlo en forma de pago o castigo. No debemos negarnos a la intimidad, a no ser por mutuo acuerdo. 1Co. 7:3-5
- La infidelidad. En muchas ocasiones el adulterio es la consumación de coqueteos que nos permitimos en algún momento de nuestras vidas. Pr. 6:32-33.
- Consumo de pornografía. Hemos dejado que "Hollywood", con todas sus películas cargadas de inmoralidad sexual, nos instruya como desarrollar una relación sexual. He. 13:4



8va.  
CONFERENCIA DE  
*Hombres Vencedores*



### 3. LA PORNOGRAFÍA DISTORSIONA LA INTEGRIDAD SEXUAL

¿Cuáles son los efectos neurológicos de la pornografía? Forma peligrosamente una fijación **mental** por la acción de la **Epinefrina**. El Dr. James Mc Gaugh, psicólogo de la Universidad de California, ha probado que cuando alguien observa algo chocante, estimulante, excitante, como lo podría ser un accidente o la exposición accidental a representaciones pornográficas, una hormona llamada epinefrina es liberada a la corriente sanguínea y va inmediatamente al cerebro, fijando esa imagen a su mente, como resultado será muy difícil olvidar ese recuerdo.

#### a. ¿Por qué los hombres somos tan vulnerables a la pornografía?

Aunque su atractivo lujurioso es una de las primeras causas hay otros factores involucrados que explican porque luchan tanto los hombres en esta área específica. Veamos:

- Los hombres se **estimulan** visualmente.
- **Exposición** temprana a la pornografía.
- Abuso **sexual** infantil.
- La búsqueda de la "excitación" **plena**.
- Afirmación **masculina**.
- **Alivio** fácil.

#### b. ¿Cuáles son las consecuencias de la circulación de pornografía?

- Afecta sus **conceptos** y valores sexuales.
- Genera comportamientos **antisociales**.
- Produce desórdenes psicopatológicos **sexuales**.
- **Distorsiona** sus prácticas sexuales.
- Afecta su sentido de **responsabilidad** personal.
- Afecta la moral y **espiritualidad** de los consumidores.

#### c. ¿Qué dice Dios respecto a la pornografía? Ahora veamos algunos textos que hablan acerca de esto:

- Mateo 5:28 Jesús exige una mayor **pureza** mental.
- Romanos 13:13 Que nos apartemos de inmoralidades y **vicios**.
- 1 corintios 6: 18 Que **huyamos** de la inmoralidad sexual.
- Efesios 5: 3 Que ni siquiera hablemos de **impurezas**.
- Colosenses 3:5 Que hagamos **morir** los deseos carnales.
- 1 tesalonicenses 4:3 Que **vivamos** en santidad.

### 4. REALIDADES INESPERADAS QUE PODRÍAN AFECTAR LA INTIMIDAD SEXUAL

a. Experiencias **trágicas**. Una enfermedad o un **accidente** puede dar un giro completo a este tema y a su práctica. El **dolor** por la muerte de un ser querido puede disminuir el deseo sexual.

b. Cambios **físicos** y **hormonales**. La **edad** como factor de cambios. No todos los cuerpos responden de la misma forma.

c. La presencia de los **hijos**. La atención de los hijos puede hacer que la práctica sexual sea ubicado en un rango de menor **importancia** o valor.



8va.  
CONFERENCIA DE  
*Hombres Vencedores*



- d. La falta de privacidad. Las pequeñas casas donde vivimos no contribuyen a una vida sexual saludable.
- e. El estrés y las preocupaciones. Los problemas de todo tipo produce un agotamiento mental y físico que en muchas ocasiones disminuye nuestro deseo sexual.

## 5. CONSEJOS PRÁCTICOS

- a. Ten cuidado con el egoísmo. Cuando tengas intimidad sexual, tu primer propósito sea satisfacer a tu cónyuge.
- b. Si deseas tener intimidad sexual, pídeselo a tu cónyuge con libertad. Generalmente tenemos vergüenza comunicar que deseamos intimar sexualmente, elimina la vergüenza de tus necesidades.
- c. Lean libros educativos. Libros cristianos, moderados y recomendados que les instruya en aspectos prácticos para una vida sexual saludable.
- d. Busca el momento más apropiado para que ambos puedan disfrutarlo. La comunicación es importante, se debe hablar sobre cosas básicas que harán de la experiencia sexual un tiempo especial y emocionante.
- e. Considera tres consejeros profesionales en tu vida. El pastor, el médico y el psicólogo.
- f. Cuidado con la pornografía. En menor o mayor escala siempre es dañina y mortal. ¿cómo puedo salir de la atadura de la pornografía.
- Reconoce tu problema de adicción y pecado.
  - confiesa a Dios el pecado.
  - Arrepiéntete y renuncia a esta práctica.
  - Apártate de todo material pornográfico.
  - Busca ayuda y hazte responsable ante alguien.
  - Usa tus capacidades en cosas sanas y útiles.
  - Confía en la fidelidad y ayuda de Dios.
- g. Pautas para evitar el desarrollo de adicciones sexuales en sus hijos
- Limpia tu casa.
  - Ten cuidado con el Internet.
  - Brinda una correcta educación sexual.
  - Fomenta la espiritualidad en tu hogar.

## CONCLUSIÓN

- a. **Un desafío.** Cuidemos nuestro matrimonio y guardémoslo como el mayor tesoro que Dios nos haya dado.
- b. **Una tarea.** Ponerlo en práctica llegando a casa.
- c. **Una necesidad.** El matrimonio bendecido por Dios es aquel que ha invitado a Jesús a ser el Señor de su matrimonio. Si tu aún no conoces a Jesús, necesitas urgentemente recibirlo en tu corazón.