

## **La Masturbación** -por Jorge Trujillo

### **Propósito**

Este artículo está escrito desde una perspectiva Cristiana. Tiene el fin de ser ofrecido en forma de estudio o conferencia a grupos de jóvenes y adolescentes Cristianos. Se espera que ellos hayan profesado a Cristo como Salvador y Señor. Tiene como meta final el ayudarles a mantener una vida pura en espíritu, alma y cuerpo para agradar a Dios y para el beneficio de ellos.

### **I. ¿Qué es?**

El diccionario lo define como:

Excitación de los órganos genitales propios (o de otro), usualmente hasta llegar al orgasmo por medio del contacto manual, u otros medios que no incluyen penetración sexual.

Este acto es practicado tanto por personas del sexo masculino como femenino y se considera que todo ser humano lo ha practicado, aunque según los estudios parece ser de mayor frecuencia en las personas del sexo masculino.

Los que mayormente lo practican son los jóvenes y adolescentes. James Dobson del Ministerio 'Enfoque en la Familia' nos dice que *"entre 95 y 98 por ciento de los muchachos lo practican -- y al resto se les conoce por ser mentirosos"*. Pero no son solo los muchachos quienes lo hacen sino que también lo practican personas adultas y aun ancianas.

### **II. Desarrollo del cuerpo humano**

Los adolescentes y jóvenes deben de entender su cuerpo se está desarrollando y por naturaleza ha de sentir impulsos sexuales. Eso es normal y de esperarse. Los jóvenes saludables sentirán estos impulsos y deseos sexuales. No hay nada malo en eso, es parte de la creación de Dios. Dios ha diseñado al ser humano para que se procrea y apuesto los deseos sexuales con el fin de alcanzar ese fin. Al llegar a la pubertad los adolescentes comienzan a experimentar cambios en su cuerpo. Las muchachas comienzan a menstruar y los varones comienzan a sentir impulsos sexuales más fuertes. Eso indica que sus cuerpos están alcanzando una etapa de madurez sexual.

El problema no está en lo que ocurre sino en que hacemos con lo que ocurre. La masturbación puede llegar a ser una práctica descontrolada en muchos jóvenes y esto puede llegar a afectar otras áreas de su vida. Eso es lo que se debe evitar por medio de este estudio, "el descontrol sexual". Por eso es importante que los jóvenes aprendan a controlar sus impulsos y pasiones sexuales. Una de los frutos del Espíritu en el Cristiano es el dominio propio...

## 2 Timoteo 1

<sup>7</sup> Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de **dominio propio**.

El sexo como tal no es pecado PERO si es pecado si existe fuera de una relación matrimonial entre un hombre y una mujer debidamente casados.

### III. ¿Es pecado?\*

El problema mayor para determinar si es o no pecado esta práctica es que la Biblia es silente al respecto. No se habla de nada sobre el tema de manera explícita. No dice en ninguna parte "no te masturbarás" ó "si lo harás". Pero eso no significa que no podamos llegar a conclusiones bíblicas en cuanto al tema.

Por ejemplo, la masturbación es una práctica que da satisfacción sexual a la persona. Según estudios médicos, la excitación de los órganos sexuales causa satisfacción aun a niños y niñas, pero sin llegar a un orgasmo, por supuesto. Las personas han descubierto algo que Dios ha creado. La excitación de los órganos sexuales produce placer!

Pero el problema está en que los adolescentes y las personas adultas, normalmente necesitan algún estimulante que les ayude a alcanzar un orgasmo. Y si éste estimulante proviene de una idea, pensamiento ó fantasía sexual 'ilícita' ó aberrante, entonces es pecado.

#### ***La masturbación:***

1. Es pecado si se está pensando en la mujer/hombre que no es su esposo(a).
2. Es pecado si se utiliza la pornografía de algún tipo.
3. Si se convierte en una práctica que controla la persona. (Todos los días, más de una vez al día).

Pero el problema está en que quizás muy pocas personas ó nadie pueda llegar a cumplir estos requisitos cuando se trata de la masturbación. El pecado mental es tan pecado como cualquier otro pecado. El odio, la codicia, la envidia y el deseo sexual(lascivia) hacia alguien que no es su cónyuge son pecados mentales los cuales la Biblia condena fuertemente. La masturbación por lo general incluye la lascivia y si la persona está cayendo en una atadura de ese tipo, entonces debe de huir de tal pecado pues es nocivo a su vida espiritual. Este acto entonces cae bajo el pecado clasificado como "fornicación" y es condenado por Dios.

## 1 Corintios 6

<sup>8</sup> Pero vosotros cometéis el agravio, y defraudáis, y esto a los hermanos.

<sup>9</sup> ¿No sabéis que los injustos no heredarán el reino de Dios? No erréis; ni

los fornicarios, ni los idólatras, ni los adúlteros, ni los afeminados, ni los que se echan con varones,<sup>10</sup> ni los ladrones, ni los avaros, ni los borrachos, ni los maldicientes, ni los estafadores, heredarán el reino de Dios.

#### **IV. Como vencer el pecado de masturbación**

Este pecado es uno de los más difíciles de vencer, primero porque está en nuestro cuerpo el deseo de satisfacción sexual y segundo porque es un pecado secreto que solo usted lo sabe y nadie más. Pero el pecado no es secreto a Dios quien ve todas las cosas y nadie puede esconderse de Él.

El cristiano (joven, adulto y anciano) debe de huir de todo pecado. Ese es el mandamiento bíblico. Buscad "la santidad sin la cual nadie verá al Señor" (Hebreos 12).

##### ***1. Reconozca que tal práctica es pecado ante Dios.***

No piense que es una simple debilidad ó falta sin importancia. No piense que es un pecado el cual no puede superar. Todo pecado se puede superar y este no es la excepción. A veces tratamos de pensar que algunas cosas no son tan malas como forma de aliviarnos a nosotros mismos en nuestras conciencias pero eso no significa que no sea pecado, lo sigue siendo y aún más cuando sabemos lo que es lo bueno y no lo hacemos. Nuestra lucha es contra la carne y a eso dice la Biblia lo siguiente...

#### **Gálatas 5**

<sup>24</sup> Pero los que son de Cristo han crucificado la carne con sus pasiones y deseos.

#### **Colosenses 3**

<sup>5</sup> Haced morir, pues, lo terrenal en vosotros: fornicación, impureza, pasiones desordenadas, malos deseos y avaricia, que es idolatría;

#### **2 Timoteo 2**

<sup>22</sup> Huye también de las pasiones juveniles, y sigue la justicia, la fe, el amor y la paz, con los que de corazón limpio invocan al Señor.

##### ***2. Propóngase ser puro para Dios***

Una de las maneras más eficaces para vencer el pecado es la de "querer" agradar a Dios con nuestra vida. Cuando estamos dispuestos en nuestro espíritu a ser guiados por Dios, entonces veremos que lo podemos hacer. Hemos sido salvados para la pureza y la santificación..

## **Romanos 7**

<sup>4</sup> Así también vosotros, hermanos míos, habéis muerto a la ley mediante el cuerpo de Cristo, para que seáis de otro, del que resucitó de los muertos, a fin de que llevemos fruto para Dios.

<sup>5</sup> Porque mientras estábamos en la carne, las pasiones pecaminosas que eran por la ley obraban en nuestros miembros llevando fruto para muerte

Toda área de nuestra vida debe ser limpiada de pecado, y Dios nos ha dado su espíritu Santo quien nos ayuda en esta tarea. Esto significa que sí se puede...

## **2 Corintios 7**

<sup>1</sup> Así que, amados, puesto que tenemos tales promesas, limpiémonos de toda contaminación de carne y de espíritu, perfeccionando la santidad en el temor de Dios.

Dios nos manda que nos limpiemos de "TODA" contaminación:

- a. de carne - lo relacionado a las relaciones externas física
- b. de espíritu - lo relacionado a la mente y los pensamientos

## ***3. Someta su mente***

Como el pecado de la masturbación (como todo otro pecado) tiene que ver con la mente y los pensamientos, entonces es allí donde debemos de ir a solucionarlo. Dios nos da mandamiento de que quitemos de nosotros las maneras de pensar que tienen que ver con la naturaleza pecaminosa y que nos movamos a la manera de pensar que agrada a Dios...

## **Efesios 4**

<sup>22</sup> En cuanto a la pasada manera de vivir, despojaos del viejo hombre,<sup>(4)</sup> que está viciado conforme a los deseos engañosos,<sup>23</sup> y renovaos en el espíritu de vuestra mente,<sup>24</sup> y vestíos del nuevo hombre,<sup>(5)</sup> creado según Dios<sup>(6)</sup> en la justicia y santidad de la verdad.

Para sanar nuestra mente debemos tomar medidas que nos ayuden en el proceso. La vida de santidad nunca ha sido instantánea en ninguna persona. Los Cristianos debemos de educarnos en las cosas y comportamientos que son agradables a Dios. Si tomamos las medidas necesarias y nos dejamos guiar por Dios quien habla a nuestro corazón entonces obtendremos la victoria. Algunos pasos a seguir:

### **Primero, quite lo que no sirve:**

- **Cuide sus oídos - Evite ser expuesto a conversaciones que le provoquen deseos sexuales indebidos. Esto incluye la lectura de material de índole sexual.**
- **Eduque sus ojos - Evite ser expuesto a material pornográfico que le excite sexualmente. Evite mirar las personas del sexo opuesto que le atraigan más de lo necesario.**
- **Limite sus manos -** No toque lo que no debe tocar. No toque a personas del sexo opuesto sin necesidad.

### **Remplace todo lo que ha quitado arriba con cosas que ocupen su lugar:**

Usted no simplemente debe de quitar lo que no sirve de su vida sino que debe de poner allí lo que sirve. No es simplemente dejar de hacer algo, sino el comenzar a hacer algo que edifique en el lugar de aquello que le destruía. Este último punto es un paso muy importante en este proceso.

- **Controle sus pensamientos - Sobre todo, mantenga su mente alerta.** Este al tanto de lo que piensa. Los pensamientos son traicioneros. Es en la mente donde se peca mayormente y más fácilmente, de hecho todo pecado comienza en el pensamiento. La Biblia nos dice que la solución es "controlar nuestros pensamientos":

### **Filipenses 4**

- <sup>8</sup> Por lo demás, hermanos,
- todo lo que es verdadero,
- todo lo honesto,
- todo lo justo,
- todo lo puro,
- todo lo amable,
- todo lo que es de buen nombre;
- si hay virtud alguna,
- si algo digno de alabanza, **en esto pensad.**

Debemos de controlar los pensamientos llenando nuestra mente de cosas positivas para nuestra vida espiritual. No deje que su mente divague creando así momentos de debilidad espiritual. Por ejemplo, si entra al baño a bañarse, entre con el fin de bañarse y salir rápidamente, si va a otra necesidad, entre de la misma manera, tenga claro

cuál fue el propósito para el cual fue al baño. Puede entrar al baño pensando en las cosas de Dios, en su Palabra (La Biblia), cantando alabanza, etc. Si va a su cama, haga lo mismo. Piense en las cosas de Dios. Ponga en práctica los mandamientos de Dios...

### **Josué 1**

<sup>8</sup> Nunca se apartará de tu boca este libro de la ley, sino que de día y de noche meditarás en él, para que guardes y hagas conforme a todo lo que en él está escrito; porque entonces harás prosperar tu camino, y todo te saldrá bien.

### **Salmos 1**

<sup>1</sup> Bienaventurado el varón que no anduvo en consejo de malos, Ni estuvo en camino de pecadores, Ni en silla de escarnecedores se ha sentado; <sup>2</sup> Sino que en la ley de Jehová está su delicia, Y en su ley medita de día y de noche. <sup>3</sup> Será como árbol plantado junto a corrientes de aguas,<sup>(1)</sup> Que da su fruto en su tiempo, Y su hoja no cae; Y todo lo que hace, prosperará.

### **Salmos 119**

<sup>54</sup> Cánticos fueron para mí tus estatutos En la casa en donde fui extranjero. <sup>55</sup> Me acordé en la noche de tu nombre, oh Jehová, Y guardé tu ley. <sup>56</sup> Estas bendiciones tuve Porque guardé tus mandamientos.

- Finalmente, **practique la santidad**. Lleve su vida a algo más que un simple pensamiento y deseo, vuélvase en "practicante" de las buenas cosas. No solo conviene saberlo sino hacerlo...

### **Filipenses 4**

<sup>9</sup> Lo que aprendisteis y recibisteis y oísteis y visteis en mí, esto haced; y el Dios de paz estará con vosotros.

## **4. Oración - Pida ayuda a Dios**

Declárele a Dios en oración explícitamente el deseo de ser limpio(a) en esta área de su vida. Reconozca que usted es débil pero que "en Cristo" todo lo puede.

## **5. Consejería y responsabilidad**

Si usted encuentra que no puede superar este pecado, sería bueno consultar con su pastor o con algún consejero (de su mismo sexo) que tenga madurez espiritual y que le ayude. A veces el contar con la ayuda de otros es de bendición a aquellos que son más débiles a las pasiones de la carne. Una persona que le ayude a sobrepasar enfocarse en lo que es recto y agradable a Dios es de edificación.

## **6. Sea persistente pero no se sobre culpe**

No se desanime ni se sienta demasiado culpable si vuelve a caer o si no ve que puede sobrepasar y vencer la tentación. Algunas veces los pecados están más enraizados a nuestra vida que lo que pensamos. Sepa que Dios es quien nos ayuda en nuestras debilidades.

### **\*\*Nota:**

La idea no es que el (la) joven cree sentido de tanta culpa que destruya su fe y su disposición a buscar más de Dios por sentirse demasiado pecador. Este tema es un bastante complicado y no podemos imponer cargas a los jóvenes que finalmente terminen destruyendo su fe en vez de edificarles. Todos tenemos pecados pero solo confiando en la Gracia de Dios podemos sentir la paz y el perdón y comprensión de Dios en nuestros corazones. La masturbación es parte del desarrollo del humano y después que pasa el tiempo de la adolescencia, esta actividad disminuye.

**¡Todo lo puedo en Cristo que me fortalece!**

**Filipenses 4:13**