

**Día de Énfasis enditnow®
Paquete de Recursos**

**PAZ EN EL HOGAR:
Combatiendo la violencia juvenil
desde su raíz**

28 de agosto de 2021

**Sermón escrito por Sarah McDugal, MSA-ID
Autora | Instructora | Instructora de
Recuperación de Abuso
Wilderness to WILD, LLC**

Incluye el seminario
PORNOGRAFÍA: Adicción, Abuso y Aflicción

Escrito por Erica Jones

Directora asistente | Ministerio de la Mujer
División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día

Incluye una libreta electrónica sobre violencia
doméstica

**DEFENSA EN CONTRA DEL ABUSO: UNA RÁPIDA
GUÍA VISUAL**

Escrito por Sarah McDugal, MSA-ID

enditnow®

Adventistas Dicen No a la Violencia

**Ministerio del Niño y el Adolescente, Educación,
Ministerio de la Familia, Ministerio de Salud,
Asociación Ministerial. Ministerio de la Mujer,
Ministerio de Jóvenes**

Preparado por:

Departamento de Ministerio de la Mujer

Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día
En nombre del equipo enditnow® de departamentos de
la Asociación General

12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD, 20904-6600 USA

Seventh-day Adventist® Church

ASOCIACIÓN GENERAL
OFICINAS MUNDIALES



MINISTERIO DE LA MUJER

30 de marzo de 2021

Estimadas directoras:

Saludos gozosos a cada una de ustedes. Para el Día de Énfasis de **enditnow**® de este año, hemos elegido enfocar la atención en los temas de violencia juvenil y pornografía. Estos temas normalmente no se discuten y sabemos que algunas personas se sentirán tal vez incómodas con el tema. Sin embargo, es de vital importancia que reconozcamos el problema. Leemos cada vez más y más en los periódicos acerca de actos de violencia perpetrados por y en contra de los jóvenes. No podemos pretender ya más que este problema existe solamente fuera de las puertas de nuestra iglesia. ¡Nuestros jóvenes no están seguros! Tenemos que encontrar formas de ayudarlos a enfrentar los destructivos y perjudiciales efectos resultantes de estos tipos de abuso. Con la ayuda de Dios podemos hacer una diferencia en su vida y ayudar a que comience el proceso de sanidad

Este año, el sermón que lleva por título “Paz en el Hogar” fue escrito por Sarah McDugal, MSA-ID, autora, instructora e instructora de Recuperación de Abuso, Wilderness to WILD, LLC. Le agradecemos a Sarah por la información que ha compartido en el sermón y por el ánimo y orientación que nos trae de la Biblia.

Encontrarán además un seminario en el paquete de recursos, titulado “El problema con la pornografía: Adicción, abuso y aflicción”, escrito por Erica Jones, directora asociada de Ministerio de la Mujer de la División Norteamérica de los Adventistas del Séptimo Día. Erica trabaja en favor de mujeres jóvenes en la División Norteamericana, en lo que tiene que ver con abuso, adicciones pornografía. Muchas mujeres jóvenes han sido ayudadas a través del compromiso y dedicación de Erica al traer a la luz esos temas.

Les agradecemos a los departamentos de la Asociación General que continúan apoyando **enditnow**®. Su asistencia y aliento a través de los años ha permitido que el asunto de la violencia en nuestros hogares y comunidades haya salido a la luz y pueda ser discutido abiertamente entre nuestros miembros.

Que Dios las bendiga y guíe al distribuir este importante paquete para el Día de Énfasis **enditnow**®.

Con amor y gozo,


Heather-Dawn Small

Directora de Ministerio de la Mujer

“Doy gracias a mi Dios cada vez que me acuerdo de ustedes”. Filipenses 1:3

Tabla de Contenido

<i>Acerca de las autoras</i>	5
<i>¿Qué hay en este paquete?</i>	6
<i>Notas del programa</i>	7
<i>Orden del servicio</i>	8
Sermón	18
<i>Declaración sobre pornografía</i>	19
Seminario	41
<i>Seminario</i>	

Acerca de las autoras

Sarah McDugal es autora, oradora, instructora e instructora de recuperación de abuso, que trabaja exclusivamente con mujeres lastimadas por causa de relaciones tóxicas dentro de la comunidad religiosa. Ex alumna de Southern Adventist University, hizo su maestría en la Universidad Andrews. Desde el 2018, ha prestado sus servicios como miembro de la Junta de la División Norteamericana, en asuntos de abuso.

Sarah es la fundadora de WildernesstoWILD.com, que provee entrenamiento, cursos y recursos para guiar a defensores, pastores y sobrevivientes de abuso hacia el bienestar integral, la sanidad y el desarrollo de iglesias más seguras.

Sarah ha publicado siete libros, incluyendo: *Myths We Believe, Predators We Trust* (Mitos que creemos; predadores en los que confiamos); *Safe Churches: Responding to Abuse in the Faith Community* (Iglesias seguras: Respondiendo al abuso en la comunidad religiosa); *Abuse Advocacy: A Quick Visual Guide*; (Defensa en contra del abuso: Una rápida guía visual) y *Understanding and Implementing Sexual Misconduct Policy* (Para comprender e implementar reglamentos sobre mala conducta sexual).

Entérate más acerca de Sarah McDugal en [Facebook](#), [YouTube](#) e [Instagram](#).

Abuse Advocacy: A Quick Visual Guide (Defensa en contra del abuso: Una rápida guía visual), un eBooklet (pdf) fue escrito por Sarah McDugal y usado con permiso de *Wilderness to WILD, LLC*.

Excepto cuando así se especifique en su traducción al español, todos los textos bíblicos en el sermón por Sarah McDugal se han tomado de la Biblia, en su Nueva Versión Internacional. Santa Biblia, NUEVA VERSIÓN INTERNACIONAL® NVI® © 1999, 2015 por [Bíblica](#), Inc.®, Inc.® Usado con permiso de Bíblica, Inc.® Reservados todos los derechos en todo el mundo.

Erica Jones es directora asistente de Ministerio de la Mujer de la División Norteamericana.

Los Dres. Claudio y Pamela Consuegra son directores de Ministerio de la Familia de la División Norteamericana.

¿Qué hay en este paquete?

Sermón: “Paz en el Hogar”, por Sarah McDugal, con PPT

Declaración: “Pornografía”, 1990 -declaración pública por Neal C. Wilson, con PPT

Seminario “Pornografía: Adicción, Abuso y Aflicción”, por Erica Jones, con PPT

Seminario: “Peligrosos Males Relacionados entre Sí”, por Claudio y Pamela Consuegra, con PPT

eBooklet: *Abuse Advocacy: A Quick Visual Guide* (Defensa en contra del abuso: Una rápida guía visual), por Sarah McDugal, MSA-ID, PDF

Folleto: Folleto sobre abuso de adolescentes, por Ministerio de la Mujer de la División Norteamericana, PDF

Material para distribuir: Instrumento de evaluación propia, de la iglesia, Gráfica C, por **enditnow**® de la División Norteamericana

Diapositivas: Para usar en el sermón, PPT

Notas del Programa

Lee por favor todos los componentes del paquete de materiales de **enditnow**. Puedes considerar formas de hacer ajustes a los materiales de acuerdo a las necesidades particulares de tu división y campos. Siéntete libre de traducir, rehacer y editar el paquete de materiales *de acuerdo a las necesidades de tu división y campos*, incluyendo la mejor versión bíblica. Nosotros compartimos los paquetes traducidos al francés, portugués y español con las directoras de ministerio de la mujer de las divisiones, cuando las divisiones designadas nos han enviado un archivo digital con su traducción.

El orden del servicio sugiere himnos y lecturas tomadas del *Himnario Adventista del Séptimo Día*, que se relacionan con el tema del sermón, según podemos ver. Por favor elige los elementos del bosquejo que sean apropiados o crea tu propio orden del servicio de adoración.

Nuestra más profunda gratitud para ti al enviar el paquete de materiales y recursos para el Día de Énfasis **enditnow**® a quienes corresponde en tu división, a fin de agilizar el proceso a través del cual lleguen a las iglesias locales. El paquete está disponible también en nuestro sitio electrónico: women.adventist.org, bajo Special Days (Días especiales), 2019.

Recuerda que nuestro logo **enditnow**® **Adventists Say No to Violence** (**enditnow**® Adventistas dicen No a la Violencia) es una marca registrada. Siempre imprime **enditnow**® en letra minúscula de color negro y en negrita, con la palabra **it** en color rojo oscuro, sin espacios y con el símbolo de registrado.

Siete departamentos de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día se han unido como equipo para atender el problema de la violencia interpersonal. Ministerio del Niño y del Adolescente, Educación, Ministerio de la Familia, Ministerio de Salud, Asociación Ministerial y Ministerio de Jóvenes, se han unido a Ministerio de la Mujer para patrocinar la iniciativa **enditnow**® Adventistas Dicen No a la Violencia. La violencia interpersonal ejerce su impacto sobre cada uno y nos agrada mucho que estos ministerios en favor de jóvenes y adultos, hombres y mujeres, niños y adultos, miembros de iglesia y pastores de iglesia, sean parte de la coalición para despertar conciencia respecto a este abuso social y espiritual, el cual representa una tragedia en todas sus formas.

Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día
Departamento de Ministerio de la Mujer

Orden del servicio

Llamado a la adoración

Himno de alabanza

Lectura alternada

Oración pastoral

Llamado para la ofrenda

Música especial

Lectura bíblica

Gálatas 5:22, NLT

“...El fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad”.

Sermón Paz en el Hogar: Combatiendo la Violencia Juvenil desde su Raíz

Himno de respuesta

Oración final

Bendición

Isaías 58: 6,8

“El ayuno que he escogido, ¿no es más bien romper las cadenas de injusticia y desatar las correas del yugo, poner en libertad a los oprimidos y romper toda atadura? Si así procedes, tu luz despuntará como la aurora, y al instante llegará tu sanidad; tu justicia te abrirá el camino, y la gloria del SEÑOR te seguirá”.

Sermón

PAZ EN EL HOGAR:

Combatiendo la Violencia Juvenil desde su Raíz

Escrito por Sarah McDugal, instructora de recuperación de abuso
Fundadora de WildernesstoWILD.com

Texto bíblico: Gálatas 5:22

INTRODUCCIÓN

La Pequeña Persona –Una alegoría

Había una vez, una Pequeña Persona que se sentía especial. Esta Pequeña Persona quería todo a “su” propia manera. No le importaba lo que otras personas quisieran o necesitaran y esta Pequeña Persona se volvió muy egoísta.

Mientras que otras personas Pequeñas Personas aprendían a poner en primer lugar las necesidades de los demás, esta Pequeña Persona no lo hacía. Y la Pequeña Persona comenzó a esperar y a demandar que las cosas fueran siempre “a su manera”.

La Pequeña Persona creció y llegó a ser una Pequeña Persona Grande. Cuando la Pequeña Persona Grande trató de imponer sus demandas egoístas de querer todo “a su manera”, con otros adultos, ya no le funcionó tan bien como antes.

En vez de enfocar su atención en ser amable y solícita hacia los demás, la Pequeña Persona Grande inició el hábito de hacer cosas deshonestas y lastimar a otros para poder hacer las cosas “a su manera”, aun cuando fuera incorrecto ser deshonesto y lastimar a las demás personas.

Siendo que la Pequeña Persona Grande era siempre muy amable con las personas de poder que estuvieran a cargo, ellas pensaban que la Pequeña Persona Grande era encantadora. Pronto las personas a cargo le permitieron a la Pequeña Persona Grande hacerse de más y más poder.

La Pequeña Persona Grande parecía vivir feliz para siempre, pero todas las personas cercanas a la Pequeña Persona Grande, sufrían. Al final, la Pequeña Persona Grande que aprendió a ser cruel, terminó sufriendo también, porque la Pequeña Persona Grande que quería las cosas “a su manera” nunca experimentó el gozo de la abnegación o falta de egoísmo, ni de la solicitud y bondad hacia los demás.

Un día, cuando las personas de poder que estaban a cargo, se dieron cuenta de que la Pequeña Persona Grande era cruel con los demás, decidieron dejar de darle poder. Ese fue el día cuando otras personas en la comunidad ya no fueron lastimadas por la Pequeña Persona Grande y fueron capaces de comenzar a sanar de sus heridas y experimentar verdadero amor y seguridad.

ESTADÍSTICAS DE VIOLENCIA JUVENIL EN TODO EL MUNDO

El mundo de hoy es un lugar peligroso en donde deben crecer nuestros niños y jóvenes. Si somos lo suficientemente valientes para observarlo, las estadísticas de violencia, acoso e intimidación (bullying) y asalto, son alarmantes en todo país. La tecnología ha expandido el potencial de crueldad juvenil, al facilitar el acoso cibernético de sus compañeros sin arriesgarse a quedar expuestos o hacerse daño a sí mismos.

Antes de que podamos explorar las formas tangibles de atender este problema, debemos tener primero una mejor comprensión de lo que están enfrentando nuestros jóvenes cada día en el mundo de hoy.

Estas estadísticas pueden ser perturbadoras y muy incómodas, pero es de vital importancia que las conozca nuestra comunidad religiosa, si queremos estar conscientes del problema y ser capaces de ejercer verdaderamente un impacto sobre este estado de cosas. Debemos recordar también que muchas de las familias en nuestra congregaciones y comunidades están viviendo el impacto de estos datos, lo cual convierte esta realidad en un importante tema de discusión en la iglesia; aun cuando no sea cómodo hacerlo.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la violencia juvenil es un problema de salud pública global. Esto incluye una serie de acciones, desde acoso y peleas físicas, pasando por más severos asaltos sexuales y físicos, hasta llegar al homicidio.¹

- Aproximadamente 200,000 casos de homicidio ocurren mundialmente cada año entre jóvenes de entre 10 a 29 años. Esto es casi la mitad (43 por ciento del total de la cifra de homicidios global cada año).
- El homicidio es la cuarta causa principal de muerte entre personas de 10 a 29 años y 83 por ciento de los mismos incluye a víctimas de género masculino.
- Por cada persona joven asesinada, muchas más reciben heridas que requieren tratamiento en un hospital.
- En un estudio, hasta un 24 por ciento de mujeres informaron que su primera experiencia sexual fue forzada.
- Aun cuando no sea fatal, la violencia juvenil tiene un impacto serio y con frecuencia por toda la vida, en el funcionamiento físico, psicológico y social.
- La violencia juvenil aumenta grandemente el costo de los servicios de salud, de beneficencia y de justicia penal; reduce la productividad y disminuye el valor de la propiedad.

De acuerdo con RAINN, los índices de violencia sexual contra niños menores de 18 años² es escalofriante:

¹ <https://www.un.org/youthenvoy/2015/12/youth-violence-is-a-global-public-health-problem-who/>
² <https://www.rainn.org/statistics/children-and-teens>

- Una de cada 9 niñas y uno de cada 53 niños de menos de 18 años, experimentan abuso o asalto sexual de manos de un adulto.³
- 82 por ciento de todas las víctimas de menos de 18 años, son mujeres.⁴
- Las niñas de entre 16 a 19 años, tienen 4 veces más probabilidades que la población general, de ser víctimas de violación, intento de violación, o de asalto sexual.⁵
- 9 de cada 10 víctimas de violación, son de género femenino.⁶

Los efectos del abuso sexual infantil pueden ser duraderos y afectar la salud mental de la víctima, aumentando su riesgo, haciéndola:⁷

- Aproximadamente 4 veces más susceptible de desarrollar síntomas de abuso de drogas.
- Aproximadamente 4 veces más susceptible de experimentar PTSD como persona adulta.
- Aproximadamente 3 veces más susceptible de experimentar un episodio mayor de depresión como persona adulta.

Por lo tanto, como amantes padres, maestros y dirigentes de iglesia y comunidad, ¿cómo podemos mantener seguros a nuestros niños? ¿Qué podemos hacer para proteger a la siguiente generación y ayudarla a desarrollarse hasta llegar a ser adultos saludables, fuertes, confiados y seguros?

EN DÓNDE COMIENZA LA VIOLENCIA JUVENIL

Las estadísticas muestran que el hogar, en donde se supone que los niños estén rodeados por adultos y adultos jóvenes a quienes ellos aman y en quienes confían, es con frecuencia el lugar más inseguro. Los datos estadísticos muestran que cuando se informan a las autoridades competentes casos de abuso sexual infantil:

- el 93 por ciento de los perpetradores son personas conocidas para el niño y que un 34 por ciento de tales perpetradores son miembros de la familia o parientes,

· David Finkelhor, Anne Shattuck, Heather A. Turner, & Sherry L. Hamby, "La Prevalencia de por Vida del Abuso Sexual Infantil y Asalto Sexual Evaluado en la Adolescencia Tardía". 55 *Journal of Adolescent Health* (Revista de Salud del Adolescente) 329, 329-333 (2014)

· Departamento de Justicia, Oficina de Programas de Justicia, Estadísticas de la Agencia de Justicia, Asalto Sexual de Niños Pequeños, según se han Reportado a los Cuerpos Policiales (2000).

· Departamento de Justicia, Oficina de Programas de Justicia, Estadísticas de la Agencia de Justicia, Ofensas y Delincuentes Sexuales (1997).

· i. Departamento de Justicia, Oficina de Programas de Justicia, Estadísticas de la Agencia de Justicia,, Víctimas Femeninas de Violencia Sexual, 1994-2010 (2013); ii. Instituto Nacional de Justicia y Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades, Encuesta sobre Control y Prevención, Prevalencia, Incidencia y Consecuencias de la Violencia contra la Mujer (1998). (Esta estadística presenta información sobre el número total de hombres y mujeres víctimas en los Estados Unidos, usando un estudio hecho en 1998. Siendo que la población en los Estados Unidos se ha incrementado sustancialmente desde entonces, es probable que el número de víctimas haya aumentado también. RAINN presenta estos datos solamente para propósitos educacionales y recomienda fuertemente usar las citas para checar cualquiera y todas las fuentes para más información y detalle).

· H.M Zinzow, H.S. Resnick, J.L. McCauley, A.B. Amstadter, K.J. Ruggiero, y D.G. Kilpatrick, Prevalencia y riesgos de trastornos siquiátricos como función de historias variantes de violación: resultados de una encuesta nacional de mujeres. *Siquiatría social y epidemiología siquiátrica* 47(6), 893-902 (2012).

- mientras que solamente un 7 por ciento de los perpetradores son de hecho personas desconocidas para el niño.⁸

La aterradora realidad es que con demasiada frecuencia, el lugar en donde nuestros niños experimentan violencia, es dentro del hogar. Aun dentro de hogares cristianos adventistas del séptimo día.

La Organización Mundial de la Salud declara también que Experiencias Adversas en la Niñez (ACEs) son algunas de las más intensas y frecuentes fuentes de estrés que los niños pueden sufrir a edad temprana.

Esas experiencias adversas incluyen abuso verbal, físico, sexual y psicológico; varias formas de negligencia, violencia entre los padres o personas que los cuidan; disfunciones serias tales como alcoholismo, abuso de sustancias nocivas o adicción a la pornografía; así como abierta violencia entre compañeros o en la comunidad.

“Se ha demostrado que un considerable y prolongado estrés en la infancia tiene consecuencias durante toda la vida en la salud y bienestar de la persona. Puede perturbar el desarrollo temprano del cerebro y comprometer el funcionamiento del sistema nervioso y el de inmunidad. Además, por causa de los comportamientos adoptados por algunas personas que enfrentan estas experiencias adversas, tal estrés puede llevar a serios problemas, tales como alcoholismo, depresión, desórdenes de la alimentación, relaciones sexuales no seguras, VIH/SIDA, enfermedades del corazón, cáncer y otras enfermedades crónicas” más tarde en la vida.⁹

Al describir la infancia de Cristo, Lucas 2: 52 dice que: Jesús siguió creciendo en sabiduría y estatura, y cada vez más gozaba del favor de Dios y de toda la gente”. Esto nos dice tres cosas acerca de su niñez:

- 1) creció en madurez psicológica y espiritual (sabiduría)
- 2) creció en salud y fortaleza física (estatura)
- 3) creció en gracia para con Dios y la gente (carácter y personalidad).

Elena G. White escribe también acerca de esos tres atributos de Jesús:

“Es admirable por su significado el breve relato de sus primeros años: ‘Y el niño crecía, y se fortalecía, y se henchía de sabiduría; y la gracia de Dios era sobre él’. En el resplandor del rostro de su Padre, Jesús “crecía en sabiduría, y en edad, y en gracia para con Dios y los hombres.” Su inteligencia era viva y aguda; tenía una reflexión y una sabiduría que superaban a sus años. Sin embargo, su carácter era de hermosa simetría. Las facultades de su intelecto y de su cuerpo se desarrollaban gradualmente, en armonía con las leyes de la niñez”.¹⁰

A fin de tener la mayor oportunidad de crecer en sabiduría, estatura y gracia, como lo hizo Jesús, nuestros niños necesitan protección, y seguridad para desarrollarse en forma

⁸ <https://www.rainn.org/statistics/children-and-teens>

⁹ https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/activities/adverse_childhood_experiences/en/

¹⁰ Elena G. White, *El Deseado de todas las gentes* (Mountain View: CA, Pacific Press, 1898), p. 49.

equilibrada e integralmente. Esto significa que no solamente necesitan seguridad física, sino también emocional, espiritual, sexual y psicológica.

Las soluciones para prevenir experiencias adversas en la niñez deben comenzar en el hogar cristiano.

Amamos a nuestros preciosos niños. Los amamos total y apasionadamente. Deseamos para ellos lo mejor. Pero con frecuencia fallamos en darnos cuenta de que los estamos preparando para una vida marcada por la violencia al someterlos a una falta de seguridad en el hogar mismo.

- Si los niños están viendo pelear a sus padres, o ven que su padre ataca a su madre —ese hogar no es seguro.
- Si son acosados o abusados sexualmente por familiares o amigos en quienes confían —ese hogar no es seguro.
- Si están viviendo con temor a tus críticas y duras palabras —ese hogar no es seguro.
- Si sus errores y fracasos son usados para avergonzarlos y controlarlos —ese hogar no es seguro.
- Si no son libres de expresar sus emociones, temores y preocupaciones —ese hogar no es seguro.
- Si se les ha dicho que Dios no los va a amar si hacen preguntas —ese hogar no es seguro.
- Si observan que padres y familiares del género masculino ejercen su poder para explotar a las mujeres, en vez de dirigir el hogar como Jesús, a través del servicio y la protección —ese hogar no es seguro.

No podemos controlar el mundo que nos rodea; pero tenemos una innegable responsabilidad ante Dios de criar a nuestros hijos en hogares seguros y tranquilos que reflejen la ternura y el amor del carácter cristiano. “La atmósfera que rodea las almas de padres y madres llena toda la casa, y se siente en todo departamento del hogar”.¹¹

A fin de hacer frente a la epidemia de agresión entre nuestros jóvenes; a fin de reducir la violencia en las citas de las parejas, el acoso de compañeros, el asalto sexual infantil y el homicidio de adolescentes, debemos evaluar las normas que existen dentro de nuestros hogares. Tenemos primeramente que considerar nuestra función como padres, abuelos, tíos y tías, familiares y amigos. Cuando nuestros hogares están estructurados sobre la base de los conceptos de poder y control, estamos inconscientemente perpetuando ciclos de agresión, enojo y desesperanza en nuestra comunidad.

El primer paso para terminar con estos dolorosos ciclos es romper el silencio y traer a la luz este tema.

¹¹ Ellen G. White. *El hogar cristiano* (Washington, DC: Review and Herald, 1952) 12.

Señala el apóstol Juan: “Esta es la causa de la condenación: que la luz vino al mundo, pero la humanidad prefirió las tinieblas a la luz, porque sus hechos eran perversos. Pues todo el que hace lo malo aborrece la luz, y no se acerca a ella por temor a que sus obras queden al descubierto. En cambio, el que practica la verdad se acerca a la luz, para que se vea claramente que ha hecho sus obras en obediencia a Dios” (Juan 3:19-21)

Independientemente de cuán incómodo sea, debemos comenzar a discutir la realidad en forma tal que abra paso a la honestidad y lleve al cambio. Cuando nosotros, como iglesia global, evitamos tratar los asuntos incómodos, prefiriendo mantener las cosas en forma secreta y escondida, permitimos que la violencia florezca en privado. La única forma de dispersar las tinieblas es alumbrarlas con la luz de la verdad y traerlas a la luz de los esterilizadores rayos del sol de justicia del carácter de Dios. El apóstol Juan señala que si alguien mantiene el mal escondido en la oscuridad, no es verdaderamente un seguidor de Dios.

MENTALIDAD DE PODER Y CONTROL

Las comunidades religiosas pueden, sin darse cuenta de ello, promover formas de pensar que incrementan los patrones abusivos, porque podemos idolatrar a aquellos que ejercen poder.

Pero, un momento; ¿No es acaso el poder algo bueno? Sin duda puede serlo; pero el poder desenfrenado o irresponsable se corrompe rápidamente. Como seguidores de Cristo, somos llamados a tratar a cada persona de acuerdo con el fruto del Espíritu. “En cambio, el fruto del Espíritu es amor, alegría, paz, paciencia, amabilidad, bondad, fidelidad {y ‘control propio’ en otras versiones}” (Gálatas 5:22).

Cuando ponemos nuestros esfuerzos en ejercer poder sobre los demás, controlando sus decisiones y forzando nuestra voluntad sobre otro, podemos fácilmente olvidar que Lucifer procuró el poder. El deseo de Satanás es tomar, poseer y controlar.

El deseo de Cristo es dar. Jesús y el Padre son uno solo en su identidad de AMOR. Juntos, utilizan solamente instrumentos de amor y verdad y nos invitan a aceptar la salvación. Cualquier otro instrumento; ya sea la fuerza, el engaño, la manipulación, estratagemas, soborno, intimidación, evasión o bloqueo, aislamiento, seducción, son herramientas usadas por el enemigo, no por Dios. No podemos usar esos instrumentos en nuestra labor de padres, en nuestras relaciones románticas, en nuestro matrimonio o en nuestro ministerio, sin adoptar las características de Satanás.

Cuando la gente de la iglesia, sean miembros o dirigentes, enfoquen su acción en el poder, en vez de enfocarla en el servicio; ya sea que se trate de nuestro matrimonio, en nuestras clases, en nuestros grupos pequeños o en nuestras congregaciones o comunidad; seguimos perpetuando una atmósfera que permite el desarrollo del abuso. Buscamos tener el PODER de Dios, sin poseer el CARÁCTER de Dios.

Luego nos afligimos y desconsolamos cuando nuestros jóvenes, que han visto ejemplificado el abuso como norma, continúan en nuestros emocionales, verbales, físicos y espirituales violentos pasos.

Poseer poder sin poseer también el carácter de Dios es evidencia de pecado que debe ser expuesto a la luz de la verdad de Dios.

LA LUZ TRAE SANIDAD

Hasta que no rompamos el ciclo del abuso, no estamos siguiendo el mandamiento de Cristo de amarnos unos a otros y de vivir en la luz. “El que ama a su hermano permanece en la luz, y no hay nada en su vida que lo haga tropezar. Pero el que odia a su hermano está en la oscuridad y en ella vive, y no sabe a dónde va porque la oscuridad no lo deja ver” (1 Juan 2:10, 11).

Cuando manifestemos la fortaleza requerida para hablar abierta y honestamente acerca de crear hogares llenos de bondad y compasión; cuando nos negamos a proteger y habilitar los hábitos familiares que endosan un espíritu de violencia y agresión hacia la siguiente generación, la iglesia puede comenzar a experimentar reavivamiento y sanidad.

Hasta no hacer esto, estamos colectivamente robando el tesoro de seguridad y confianza del corazón de nuestros niños. Al hacerlo así, estamos representando mal el carácter de Dios y transgrediendo el tercer mandamiento, que dice: “No uses el nombre del SEÑOR tu Dios en falso. Yo, el SEÑOR, no tendré por inocente a quien se atreva a usar mi nombre en falso” (Éxodo 20:7).

Como miembros del cuerpo de Cristo, afirmamos reflejar en nuestras acciones el nombre de Dios. Pero cuando nuestro ejemplo diario no manifiesta el fruto del Espíritu, estamos tomando el nombre de Dios en vano.

En Gálatas, capítulo cinco, el apóstol Pablo nos dice que cuando seguimos los deseos de nuestra "...naturaleza pecaminosa... inmoralidad sexual, impureza y libertinaje; idolatría y brujería; odio, discordia, celos, arrebatos de ira, rivalidades, disensiones, sectarismos y envidia; borracheras, orgías, y otras cosas parecidas. Les advierto ahora, como antes lo hice, que los que practican tales cosas no heredarán el reino de Dios” (Gálatas 5:19-21).

Puede ser incómodo reconocer que demasiado frecuentemente tratamos a nuestra familia en casa con más hostilidad, peleas, celos, accesos de ira, envidia y otras formas de agresión emocional y física, que lo que manifestamos en cualquier otra parte. Nuestros cónyuges e hijos se convierten en fáciles blancos de nuestra frustración, agotamiento e irritabilidad. Entonces crecen creyendo que son normales esos patrones de conducta y tratan a sus hermanos, compañeros, pareja romántica y futura familia en el mismo patrón generacional.

Elena G. White escribió mucho sobre la vida en el hogar y la importancia de la bondad y el respeto mutuo: “El hogar”, dice ella, “debe ser... un pequeño cielo en la tierra, un lugar donde los afectos son cultivados en vez de ser estudiosamente reprimidos. Nuestra felicidad depende de que se cultive así el amor, la simpatía y la verdadera cortesía mutua. El símbolo más dulce del cielo es un hogar presidido por el espíritu del Señor. Si se cumple la voluntad de Dios, los esposos se respetarán mutuamente y cultivarán el amor y la confianza”.¹²

¹² *Ibíd*, 12.

“No olvidéis jamás que por el aprecio de los atributos del Salvador debéis hacer que el hogar sea un sitio alegre y feliz para vosotros mismos y para vuestros hijos. Si invitáis a Cristo a vuestro hogar, podréis discernir entre el bien y el mal... Podréis ayudar a vuestros hijos para que sean árboles de justicia, que lleven los frutos del Espíritu.

Podrán sobrevenir dificultades, pero éstas constituyen la suerte que le toca a toda la humanidad. Resplandezcan la paciencia, la gratitud y el amor en el corazón, por nublado que esté el día.

El hogar puede ser sencillo, pero puede ser siempre un lugar donde se pronuncien palabras alentadoras y se realicen acciones bondadosas, donde la cortesía y el amor sean huéspedes permanentes”.¹³

Esta actitud en el hogar no depende de la posición económica, del género o las normas culturales. Depende más bien de nuestra disposición a imitar a Jesucristo y ejemplificar su corazón de amor ante nuestros niños y jóvenes. Jesucristo debe ser nuestra referencia y el centro de nuestras actitudes en el hogar.

Este tampoco es un llamado solamente para las madres. Es la expectativa en relación a todos los que afirman seguir a Jesucristo y estar llenos del Espíritu —hombres y mujeres, niños y niñas.

“Ni el marido ni la mujer deben pensar en ejercer gobierno arbitrario uno sobre otro. No intentéis imponer vuestros deseos uno a otro. No podéis hacer esto y conservar el amor mutuo. Sed bondadosos, pacientes, indulgentes, considerados y corteses”.¹⁴

CONCLUSIÓN

La Biblia nos llama a manifestar amor al hablar la verdad acerca de la violencia. “¡Ay de los que llaman a lo malo bueno y a lo bueno malo, que tienen las tinieblas por luz y la luz por tinieblas, que tienen lo amargo por dulce y lo dulce por amargo!” (Isaías 5:20).

En Efesios 5:11-13, el apóstol Pablo nos instruye claramente a:

- No participar en las tinieblas y oscuridad
- Exponer las obras de las tinieblas
- Usar la luz para hacer que las cosas sean visibles
- Exponer a la luz el pecado.

Cuando minimizamos los ejemplos de violencia en el hogar ante nuestros niños, aceptando como normales los patrones culturales de agresión y hacemos que el abuso de poder aparezca como menos nocivo de lo que es a los ojos de Dios, estamos actuando en oposición al corazón de amor de Dios.

En tanto la violencia prospere en silencio en los hogares de la comunidad religiosa; en tanto nuestras iglesias lleven a cabo evangelización y obra misionera usando métodos basados en el poder o la fuerza; y en tanto aceptemos como nuestros los aspectos de

¹³ *Ibíd*, 13, 14.

¹⁴ *Ibíd*, 103.

nuestra cultura local que endosa y alienta una actitud de control sobre los demás, estamos diciendo a nuestros jóvenes que la violencia es normal, que no es seguro para ellos informar acerca de daños sufridos y que la mentalidad de dominio y de privilegio es una sustitución aceptable del amor sacrificial de Dios.

Si así lo elegimos, podemos mostrarles a nuestros jóvenes cómo poner alto a la violencia y **enditnow**[®] (terminar ahora mismo con ella). Pero esto significa que debemos vernos en el espejo y enfrentar la realidad de nuestra propia violencia y agresión, nuestro propio sentido de privilegio y de derecho de ejercer control y poder sobre otros. ¿Cómo podemos comenzar a hacer esto?

Podemos comenzar por estar dispuestos a hacer cualquier cosa que se necesite para romper el silencio . . . y **enditnow** (ponerle fin ahora mismo).

El silencio no es la forma como Dios define el amar bien a los demás.

La Biblia dice que debemos hablar y denunciar (Isaías 58:1, 2, 6, 7).

El silencio no es la forma de inspirar a los abusadores a iniciar humildemente un cambio.

La Biblia dice que debemos hacer responsables de sus actos a los demás (Efesios 5:11-13).

El silencio no es parte del proceso bíblico del perdón.

La Biblia dice que debemos reprender a los que lastiman a los pequeños (Lucas 17:3).

El silencio no trae consigo transformación.

La Biblia muestra que el encubrir el pecado trae calamidad sobre la entera comunidad (Josué 7-9).

El silencio no facilita el proceso de sanidad.
El silencio no salva a los corderos.

Juntos podemos romper el silencio . . . y **enditnow** (ponerle fin ahora mismo).

La compasión divina compele al cuerpo de Cristo a responder también en forma compasiva a las necesidades creadas como consecuencia del abuso. Al hacerlo, las víctimas que han sido quebrantadas por cualquier forma de abuso, tienen oportunidad de sanar y de rehacer su vida.

Que Dios nos bendiga a ti y a mí al orar, hablar y trabajar juntos en contra de la violencia y ponerle un alto hoy.

Juntos, podemos romper el silencio.

Juntos, podemos terminar con la violencia ahora mismo.

Amén.

—fin—

Declaración sobre Pornografía

Diversos tribunales y culturas podrán debatir las definiciones y consecuencias de la pornografía (las publicaciones de desviaciones sexuales), pero sobre la base de principios eternos, los adventistas de cualquier cultura estiman que la pornografía es destructiva, degradante, insensibilizadora y explotadora.

Es **destructiva** de las relaciones maritales, al subvertir el propósito de Dios de que el esposo y la esposa se mantengan tan estrechamente unidos que lleguen a ser, simbólicamente, “una carne” (Gén. 2:24).

Es **degradante**, pues define a una mujer (y en algunos casos a un hombre) no como un todo espiritual, mental y físico, sino como un objeto sexual de una sola dimensión y descartable, privándola así de su valor y el respeto que merece y su derecho como hija de Dios.

Es **insensibilizadora** para el lector u observador, encalleciendo la conciencia y pervirtiendo su percepción, produciendo así una “mente reprobada” (Rom. 1:22, 28).

Es **explotadora**, complace la lujuria y es básicamente **abusiva**, por lo que es contraria a la Regla de Oro, que insiste en que uno trate a otros como desea ser tratado (Mat. 7:12). La pornografía infantil es particularmente detestable. Dijo Jesús: “Y cualquiera que haga tropezar a alguno de estos pequeños que creen en mí, mejor le fuera que se le colgase al cuello una piedra de molino de asno, y que se le hundiese en lo profundo del mar” (Mat. 18:6).

Aunque Norman Cousins no lo haya dicho en lenguaje bíblico, ha escrito con gran percepción: “El problema con esta pornografía tan difundida... no es que corrompe, sino que insensibiliza; no es que desata las pasiones, sino que paraliza las emociones; no es que estimula una actitud madura, sino que es una reversión a las obsesiones infantiles; no es que quita las anteojeras, sino que distorsiona la visión. Se proclama la destreza sexual, pero se niega el amor. Lo que tenemos no es liberación sino deshumanización” (*Saturday Review of Literature*, 20 de setiembre de 1975).

Una sociedad infestada con normas cada vez más bajas de decencia, con una creciente prostitución infantil, embarazos de adolescentes, ataques sexuales a mujeres y niños, mentalidades deterioradas por las drogas y crimen organizado, no puede realmente permitirse que la pornografía siga contribuyendo a esos males.

Muy sabio es el consejo del primer gran teólogo del cristianismo: “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” (Fil. 4: 8). Este es un consejo que todos los cristianos harían bien en aceptar.

Esta declaración pública fue dada a conocer por el presidente de la Asociación General, Neal C. Wilson, después de consultar con los 16 vicepresidentes mundiales de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, el 5 de julio de 1990 en ocasión del Congreso de la Asociación General celebrado en Indianápolis, Indiana, EE.UU.

<https://www.adventist.org/articles/pornography/>

—fin—

**EL PROBLEMA DE LA PORNIGRAFÍA:
Adicción, Abuso y Aflicción**

Escrito por Erica Jones

Directora asistente de Ministerio de la Mujer

División Norteamericana de los Adventistas del Séptimo Día

EL PROBLEMA DE LA PORNOGRAFÍA (1)

¿Diversión inocente? ¡Qué va! La pornografía causa daños físicos, emocionales y psicológicos. Por su naturaleza, que estimula la liberación de endorfinas, convierte al espectador en un adicto absorto en sí mismo, convirtiendo con ello en una burla el hermoso regalo del sexo creado por Dios. Es inherentemente violenta, eleva la depravación por encima de la intimidad mutua y tiene estrechos lazos de unión con el tráfico humano. Nuevas evidencias comprueban que la pornografía destruye las relaciones románticas de confianza y fidelidad y es una de las causas más comunes de matrimonios fracasados. Pero es posible liberarse de ese ciclo; y la liberación puede estar muy cerca.

NO PODEMOS IGNORARLA YA MÁS. (2)

La práctica de la pornografía se ha vuelto rampante en casi todos los sectores demográficos. Afecta a hombres y mujeres de todas las edades. No se detiene ante las puertas de la iglesia, ni se detiene ante las puertas de los hogares. El silencio y la vergüenza no hacen más que perpetuar el ciclo; pero no podemos guardar silencio ante ella.

NO ES UN PEQUEÑO PROBLEMA. (3)

- La edad promedio en que la persona se expone a ella, es a los 11 años.

- Las búsquedas diarias de pornografía, son de 60 millones.
- La pornografía es un problema mayor en el hogar, en un 47 por ciento.
- 1/3 de las mujeres la procuran regularmente.

ADICCIÓN: ALIMENTANDO A LA BESTIA (4)

La pornografía no es un entretenimiento inofensivo. Las consecuencias son nocivas.

¿CÓMO ACTÚA LA ADICCIÓN A LA PORNOGRAFÍA? (5)

- Hace que aumente la cantidad de tiempo empleado en ver pornografía.
- La persona siente que el ver pornografía la hace sentirse "drogada" o le sirve como "arreglo" para sus problemas.
- Se siente culpable por las consecuencias de ver pornografía.
- Pasa horas curioseando en los sitios de pornografía en línea, aun cuando eso signifique descuidar el cuidado propio o las responsabilidades.
- (6) Insiste en que la pareja romántica o sexual mire pornografía con él o ella.
- Se siente incapaz de gozar de la relación sexual sin antes ver primeramente pornografía.
- Se siente incapaz de resistir la urgencia de mirar pornografía.
- Vida sexual menos satisfactoria
- Problemas de relación
- Se compromete en conductas riesgosas a fin de mirar pornografía.

¿QUÉ OCURRE CUANDO TE CONECTAS AL SITIO DE PORNOGRAFÍA? (7)

- Un estudio realizado en 2016 examinó las imágenes de resonancia magnética del cerebro de observadores de pornografía que mostraban una mayor actividad en la parte del cerebro que juega un papel clave en la toma de decisiones y conductas relacionadas con recompensa o gratificación. El cerebro de estas personas estaba

liberando dopamina en respuesta a la observación de imágenes eróticas.

- El centro de gratificación o recompensa se activa cuando alcanzamos un blanco. Cuando se experimenta la recompensa, el cerebro responde liberando dopamina, la cual esencialmente refuerza la noción de que necesitas más de cualquiera que sea la recompensa.
- La liberación continua de dopamina que ocurre cuando alguien observa crónica y compulsivamente pornografía, altera de hecho el sistema de gratificación del cerebro. Estos cambios en el cerebro trazan nuevos "mapas" para la estimulación sexual y; con el tiempo, los mapas previamente establecidos ya no son capaces de compararse con aquellos de quienes han estado viendo pornografía.

El centro de recompensa o gratificación se activa cuando se alcanza un objetivo. Cuando se experimenta la recompensa, el cerebro responde liberando dopamina, lo cual refuerza la noción de que necesitas más de esa recompensa. En otras palabras, esas descargas de dopamina son lo suficientemente ponderosas como para motivar tus decisiones futuras. No olvidemos que la dopamina se libera durante una experiencia que involucra excitación y novedad sexual; del tipo que se puede observar en pornografía.

Con el tiempo, el cerebro comienza a volverse insensible a esas descargas de dopamina. En el libro sobre plasticidad neurológica, de Normal Doidge, *The Brain That Changes Itself* (El cerebro que se transforma a sí mismo), el autor explica que la continua liberación de dopamina que ocurre cuando alguien crónica y compulsivamente mira pornografía por Internet, altera de hecho el sistema de gratificación del cerebro. Para decirlo más claramente, entre más se ve pornografía, más descargas de dopamina se obtienen, lo cual, a su vez, hace que haya más probabilidades de mirarla otra vez.

No solamente eso; sino que el autor explica también que esos cambios en el cerebro trazan nuevos “mapas” de estimulación sexual y, con el tiempo, los mapas establecidos previamente ya no pueden compararse con los de aquellos que miran pornografía. Piénsalo de esta manera: Cuando te has vuelto tolerante a una medicina, necesitas aumentar la cantidad que tomas de ella a fin de poder sentir sus efectos. De la misma manera, Norman Doidge llegó a la conclusión de que una persona que ve pornografía necesitará tal vez perpetuamente progresar hacia un incremento del contenido explícito para experimentar el mismo nivel de excitación.

LA ACCIÓN LITERALMENTE CAMBIA TU CEREBRO. (8)

1. Estudios del cerebro muestran que si una persona es adicta a la pornografía, tiende a tener problemas en el trabajo y con llevar a cabo los asuntos de la vida diaria (DeSousa & Lodha, 2017).
2. Entre más horas a la semana utilice la persona en ver pornografía, será menor el volumen de materia gris que tenga en su cerebro. Además, los tejidos conectados que están asociados con el funcionamiento saludable del cerebro, comienzan a deteriorarse con el aumento de horas de uso. (DeSousa & Lodha, 2017).
3. Entre los adolescentes de 12 a 16 años, la adicción a la pornografía altera la memoria verbal reciente (Prawiroharijo et al, 2019).

EL CICLO DE ADICCIÓN (9)

Curiosidad, Absorción, Dependencia, Tolerancia, Vergüenza

La adicción puede ocurrir tan rápidamente como en ocho semanas. Puede comenzar con simple curiosidad; pero, al experimentarse los efectos de la dopamina, la persona se siente absorbida. Entre más la ves, más la deseas y muy pronto te encuentras en la situación de necesitar verla regularmente. De la misma manera que una droga, la persona llega a un punto de tolerancia y necesita más; y lo que comenzó como simple curiosidad, se convierte en adicción, generalmente acompañada de culpa y vergüenza.

LA GENTE SE CONVIERTE EN MEDIO PARA LOGRAR UN FIN (10)

Con el tiempo, la pornografía crea la obsesión de mirar a la gente en vez de interactuar con ella. La pornografía refleja imágenes irreales de las personas; las personas se convierten en meros objetos evaluados por su tamaño, forma y armonía en sus partes, no como un ser integral. Al volverse norma el mundo de fantasía, el observador de pornografía comienza a temer la verdadera intimidad.

- Los demás se convierten en objetos para ser juzgados, sexualizados, perseguidos y procurados y cazados.
- Voyerismo
- Insensibilización
- Objetivación

HISTORIA DE NATE (11)

Presenta el video y dirige algunas preguntas de seguimiento.

<https://www.youtube.com/watch?v=2U93S7Clj-Q&t=49s>

ABUSO: LA INHERENTE VIOLENCIA DE LA PORNOGRAFÍA (12)

Tal vez pienses que la pornografía no está dañando a nadie. Vamos a mirarla más de cerca.

SEGÚN LAS ESTADÍSTICAS (13)

(Leer las diapositivas #1-4)

1. Tanto la pornografía como el consumo de bebidas alcohólicas son singulares predictores de actos sexuales que victimizan a mujeres universitarias. Los efectos combinados de pornografía y alcohol, aumentan dramáticamente las probabilidades de victimización. Una razón para ello es que la pornografía minimiza la percepción de los actos sexualmente agresivos (De Heer, et al., 2020).

2. Es más probable que los hombres se sientan más sexualmente excitados que las mujeres ante imágenes que presentan violaciones. Los hombres que equiparan la sexualidad con expresiones de agresión y poder, fueron más propensos a preferir pornografía de violación que otros hombres (Carvalho & Rosa, 2020).
3. Con el uso cada vez más alto de pornografía, se hace más probable que los hombres cometan violaciones, más probable que cometan asalto sexual, se sientan sexualmente habilitados o empoderados y sientan hostilidad hacia las mujeres (Goodson, et al., 2020).
4. Los hombres que consumen más pornografía, particularmente pornografía de hombres dominantes, tienen más probabilidades de usar fuerza sexual en sus propias relaciones (De Heer et al., 2020).
5. Es algo muy común ver violencia contra la mujer en pornografía. Por ejemplo, el 72 por ciento de los hombres y el 46 por ciento de las mujeres han visto pornografía en donde un hombre eyacula en la cara de una mujer. (Herbenick et al., 2020).
6. La pornografía de violación ha sido vista por un 21 por ciento de hombres y un 11 por ciento de mujeres (Herbenick et al., 2020).
7. La pornografía BDSM ha sido vista por el 45 por ciento de hombres y 33 por ciento de mujeres (Herbenick et al., 2020).
8. La gente con frecuencia imita lo que ha visto de pornografía. Por ejemplo, el 20 por ciento de los hombres y el 12 por ciento de las mujeres han asfixiado a alguien durante la relación sexual, 11 por ciento de los hombres y 21 por ciento de las mujeres han sido asfixiados durante el acto sexual y 48 por ciento de los hombres han eyaculado en el rostro de una mujer (Herbenick et al., 2020).
9. El consumo de pornografía por parte de los hombres, particularmente pornografía de violencia, se asocia con una conducta más agresiva hacia su pareja de género femenino. Esta relación es todavía más fuerte cuando el hombre es sexista, se siente justificado al cometer violencia y ve a las mujeres como objetos sexuales (Rodríguez & Fernández-González, 2019).

10. Las mujeres que ven pornografía están más propensas a cometer actos sexuales no consensuales, particularmente usando manipulación emocional y engaño con su pareja de sexo masculino. (Hughes et al., 2020).
11. La pornografía, especialmente la violenta, muestra una relación con el aumento de actitudes relacionadas con asalto sexual e historia pasada de conducta agresiva (Bridges, 2019).
12. Entre más pornografía usan los hombres, más perciben a las mujeres como objetos, no como personas (Seabrook et al., 2019).
13. El 45 por ciento de las escenas pornográficas en línea, incluyen por lo menos un acto de agresión física. Las cinco más comunes formas de agresión física son golpear o dar nalgadas, amordazar, abofetear, halar el cabello y estrangular (Fritz et al, 2020).
14. En la pornografía con agresión, las mujeres son el blanco en un 97 por ciento de las escenas y su respuesta a la agresión es, ya sea neutral o positiva y muy raramente negativa. Los hombres son los perpetradores de agresión en contra de mujeres en un 76 por ciento de las escenas (Fritz et al., 2020).
15. El 29 por ciento de los estudiantes varones de décimo grado han visto pornografía violenta (Rostad et al., 2019).
16. El 16 por ciento de las estudiantes de décimo grado han visto pornografía de violencia (Rostad et al., 2019).
17. Los muchachos que han visto violencia pornográfica, tienen el doble de probabilidades de cometer violencia sexual y física en contra de una pareja en una cita (Rostad et al., 2019).
18. Las jóvenes que han visto violencia pornográfica, tienen más probabilidades de experimentar violencia sexual por parte de su pareja en una cita (Rostad et al., 2019).
19. Entre aquellos que han visto sexo violento pornográfico (cuyo comportamiento incluye halar el cabello, nalguear, rasguñar, morder, "bondage" (práctica sadomasoquista en que un participante permanece atado), puñetazos y penetración doble), el 91 por ciento desea tomar parte en esos comportamientos y el 82 por ciento ha

tomado parte en por lo menos uno de ellos. Esto le da crédito a la aseveración de que el mirar pornografía puede conducir a practicarla, incluyendo comportamiento violento (Vogels & O'Sullivan, 2019).

20. Rigurosos estudios de laboratorio indican que existen asociaciones significativas entre ver pornografía y la inducción de actitudes y comportamientos que apoyan la agresión (Bridges, 2019).
21. Entre las mujeres encarceladas por producir pornografía infantil, el 60 por ciento ha tenido una historia de abuso sexual, mientras que el 46 por ciento informó haber sufrido abuso físico (Bickart et al., 2019).

¿NO LASTIMA A NADIE? (14)

- Una respuesta positiva a la violencia pornográfica en grabaciones pornográficas promueve una idea deshumanizadora y agresiva respecto a la conducta sexual. Cuando las emociones de la excitación están conectadas a la violencia y la agresión, el cerebro aprende a asociar el comportamiento sexual con esos elementos; lo que hace a los espectadores menos compasivos hacia las víctimas de la violencia social y la explotación. Para hacer peor las cosas, cuando las filmaciones pornográficas muestran a las personas gozando de la violencia y la agresión, el que observa llega a pensar que a la gente le gusta ser tratada de esta manera.
- Las víctimas de tráfico sexual informan que se les obliga a ver pornografía a fin de aprender lo que se esperan que hagan. Además de ser utilizada como manual de entrenamiento de las víctimas, la pornografía es también con frecuencia totalmente indistinguible del tráfico sexual. Casi la mitad de las víctimas de tráfico sexual informan que hicieron con ellas pornografía mientras estaban esclavizadas. Este contenido puede ser usado para obtener ganancias financieras como un producto en línea o como instrumento de propaganda, sin que el que lo ve sea lo suficiente sabio para conocer la verdadera historia detrás de las cámaras.

NO SE TRATA SOLAMENTE DE TI (15)

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=K7OllwEdOHY>

#THATSNOTLOVE (ESE NO ES AMOR) (16)

Hollywood enseña que esa clase de conducta es normal y atractiva.

Cinco cosas que la película Cincuenta Sombras (Fifty Shades) enseña

1. Se pueden comprar los afectos; y entre más dinero se invierte, más control se puede tener en una relación.
2. Acecho, acoso y conductas controladoras son manifestaciones de afecto, en vez de banderas rojas de alerta. Ser posesivos es también ser "amantes", especialmente cuando está involucrada la manipulación.
3. Es romántico ignorar o gozar del dolor de otros para deleite personal.
4. Es aceptable usar el sexo como un arma y la coerción y la fuerza no son abusivas mientras sean expresiones de deseo.
5. Riqueza y éxito, juntamente con un pasado tortuoso, significan que es aceptable una relación y hasta puede llamársele la "historia de amor" de la década.

AFFLICCIÓN: DEPRESIÓN, VERGÜENZA Y DESTRUCCIÓN (17)

La pornografía lleva a la destrucción personal.

LAS CONSECUENCIAS EMOCIONALES (18)

Aislamiento y vergüenza

Además de la disfunción sexual que la pornografía trae a la vida del adolescente, es también una fuerza que aísla. Los sentimientos de soledad algunas veces motivan a la persona a medicarse con pornografía. Luego, después de haber usado la pornografía, la soledad regresa ahora todavía más fuerte. Un estudio reciente en la Journal of Sex and Marital Therapy (Revista de terapia sexual y marital) informó acerca de una sólida relación entre la soledad y el consumo de pornografía. Dicho en forma sencilla, si

una persona sufre de soledad crónica, está más propensa a usar pornografía en forma regular.

Es difícil saber lo que viene primero, porque la pornografía y el aislamiento se nutren una del otro. La pornografía lleva al aislamiento y el aislamiento lleva a la pornografía. Con razón aquellos que utilizan la pornografía informan sufrir más de aislamiento. La adicción al sexo es un trastorno íntimo. Cuando una persona tiene menos vínculos afectivos o emocionales e intimidad en su vida, aquella intimidad falsa de la pornografía le es más atractiva.

Falsa intimidad y soledad

Si alguien se siente aislado de personas reales, la pornografía le permite sentirse cerca de las personas a través de la fantasía sexual. La pornografía provee un lugar de fantasía a donde la persona puede ir para sentirse aceptada y deseada por los demás. La pornografía proporciona una falsa intimidad que la hace tentadora más allá de simplemente el placer sexual. Si al crecer se experimenta una falta de intimidad en la familia de alguien, eso lo puede hacer más susceptible a la atracción de la intimidad artificial. El aislamiento hace a la persona más hambrienta de intimidad. Tristemente, las generaciones jóvenes de hoy son las más aisladas y solitarias en la historia de los Estados Unidos. 5 Una encuesta reciente mostró que el 30 por ciento de los "*millennials*" (generación nacida entre 1977 y 94), dicen que se sienten solos; y el 22 por ciento dice que no tiene amigos. La Gen Z (generación nacida entre 1995 y 2015) se siente todavía más sola.

Letargo y depresión

La pornografía hace que se eleve el nivel estándar de dopamina. Como resultado, los que se alimentan de la pornografía necesitan más dopamina para sentirse normales. Y sin ese estímulo, se pueden sentir deprimidos, no motivados y antisociales. De hecho, esos sentimientos afectan a los usuarios de pornografía más frecuentemente que a los que no la

observan. Una vez que el cerebro de un adicto se ha adaptado a la necesitada estimulación antinatural, no puede gozar de los sencillos placeres de la vida como antes lo hacía. Se siente aburrido y desconectado de las cosas de las que antes gozaba.

La pornografía crea una dependencia química en el cerebro. Para algunos, este hecho produce efectos no muy severos; pero para otros, los efectos son más significativos, particularmente en los adolescentes.

LAS CONSECUENCIAS RELACIONALES (19)

La pornografía es gráfica y explícita y muestra el cuerpo humano como un objeto sexual para ser usado, explotado y desechado. Es una representación distorsionada de las conexiones reales, una falsificación, una mentira para los consumidores. Muestra una clase de sexo transaccional desprovisto de una verdadera pasión, amor o intimidad, lleno de agresión y exageración del desempeño. Al final, el consumidor es dejado como un ofensivo espectador de deporte del sexo.

- La pornografía incrementa el índice de infidelidad en más de un 300 por ciento
- El 40 por ciento de las personas identificadas como "adictas al sexo", pierden sus cónyuges; el 58 por ciento sufren de considerables pérdidas financieras y aproximadamente un 33 por ciento pierden su empleo.
- El 68 por ciento de los casos de divorcio involucran a una de las partes encontrando un nuevo amante en la Internet; mientras que un 56 por ciento involucra a una de las partes teniendo un "interés obsesivo" en sitios electrónicos pornográficos.
- Las personas casadas que ven pornografía tienen más probabilidades de creer que su matrimonio está en problemas, más probabilidades de discutir la terminación de su matrimonio y más probabilidades de repetidamente romper las relaciones, en comparación con aquellas que no ven pornografía (Perry, 2020).

LAS CONSECUENCIAS SEXUALES (20)

- Cuando una persona se acostumbra a masturbarse viendo pornografía, está de hecho volviéndole la espalda a la interacción íntima.
- Cuando ve pornografía, el usuario está en total control de la experiencia sexual.
- El consumidor de pornografía puede esperar que su pareja esté siempre dispuesta inmediatamente para el acto sexual.
- Algunos usuarios razonan que la pornografía está bien si no involucra actos sexuales con una pareja e implica solamente masturbación.

HISTORIA DE MATT (21)

Muestra el video y dirige algunas preguntas de seguimiento.

<https://www.youtube.com/watch?v=dbYWKVAeu6Y>

LAS CONSECUENCIAS ESPIRITUALES (21)

Por Nate Danser, director de Ministerio Misionero de Pure Life Ministries.

Una justificación comúnmente usada procura alegar inocencia por el uso de la pornografía al asegurar que solamente afecta a la persona que la usa. En algunos casos, este escenario es más plausible ahora que nunca. Actualmente, un hombre tiene acceso a toda la pornografía que desee en la privacidad de su propia recámara. No tiene que arriesgarse a exponer a su familia a la vergüenza al comprar una revista para adultos en un comercio local, o al penetrar a escondidas en una sala cinematográfica en donde alguien que conozca lo pueda ver.

Así que la pregunta: "¿Me afecta solamente a mí?", parecería razonable. Sin embargo, así como el ámbito físico tiene leyes que no pueden ser alteradas, también el reino espiritual tiene sus leyes. La verdad es que una persona que se tira a un precipicio no puede evitar que su cuerpo golpee

contra el suelo; y una persona que mira pornografía no puede evitar afectar negativamente a otras personas.

Hay dos aspectos principales en los cuales una persona que ve pornografía va a afectar a otras personas por sus acciones. El primero es directo, el segundo es indirecto.

Ellos cosechan lo que tú siembras

El apóstol Pablo les dijo a los efesios que debían abandonar su antigua forma de vida, porque estaba “corrompida por sus deseos deshonestos” (según la versión AMP de Efesios 4:18). También les dijo a los gálatas que lucharan diligentemente contra el hecho de sembrar para agrandar a su naturaleza pecaminosa, porque “...el que siembra para agrandar a su naturaleza pecaminosa [baja naturaleza, sensualidad], de esa misma naturaleza cosechará destrucción” (y ruina y corrupción). (Gálatas 6:8).

Cuando una persona siembra para su baja naturaleza al mirar pornografía, cosecha un alto grado de corrupción moral en su vida espiritual y está destinado a cosechar desagradables consecuencias espirituales. Algunos cosecharán la corrupción de un cada vez más explosivo mal genio. Otros cosecharán una apatía general hacia la vida y no mostrarán un deseo saludable de cuidar de ellos mismos o de cumplir con sus responsabilidades. Aun otros tendrán que soportar el fruto de la depresión, ansiedad, trastornos de la alimentación, etc.

No es difícil ver cómo esto afectará a otras personas. Cada vez que alguna cosa no va bien en casa, Ken arremete contra su esposa e hijos. Jeremías despilfarra el dinero que sus padres pagan por su educación, gastando cinco horas al día mirando pornografía. No asiste a las clases, apenas si pasa los exámenes y se olvida de pagar sus cuentas. Lina está atrapada en la pornografía y comienza a sentirse deprimida. Se siente gorda comparada con otras mujeres y comienza a forzarse a vomitar después de cada comida. Sus amigos se preocupan constantemente por ella y se preguntan con frecuencia cómo podrían ayudarla.

Con frecuencia, cuando las personas son adictas a la pornografía, son incapaces de percibir los cambios que están teniendo lugar en su personalidad, emociones y carácter. Sin embargo, aun cuando otras personas no pueden discernir la causa del problema, ciertamente pueden sentir el aguijón de las consecuencias.

A menos que permanezcan en la vid

Una segunda forma como la pornografía vista por una persona afecta a los demás, es más indirecta, pero igualmente nociva. De la misma manera como la pornografía introduce en la naturaleza del hombre la corrupción moral, que lo hace ser lo que no debe ser, le impide también llegar a ser lo que podría y debería ser.

La Palabra de Dios nos dice que “somos hechura de Dios, creados en Cristo Jesús para buenas obras, las cuales Dios dispuso de antemano a fin de que las pongamos en práctica” (Efesios 2:10 NIV) Sin embargo, Jesús añade a este concepto al declarar que: “Así como ninguna rama puede dar fruto por sí misma, sino que tiene que permanecer en la vid, así tampoco ustedes pueden dar fruto si no permanecen en mí” Juan 15:4).

Una persona que regularmente se entrega al placer de la pornografía, se está separando de la influencia de Jesús, la vid celestial. Si la persona no está ya completamente muerta espiritualmente, está extremadamente enferma. Esta enfermedad espiritual va siempre a dificultar y entorpecer la eficacia de esa persona en la obra que Cristo la ha llamado a hacer.

La pornografía mata nuestra pasión por Dios. Destruye nuestra habilidad de comprender las verdades espirituales. Marchita nuestro deseo de gastarnos a nosotros mismos por el reino de Dios. Distorsiona nuestras perspectivas y nos da una visión torcida de lo que es correcto e incorrecto.

“Los pecados secretos y las influencias corruptas eventualmente nos roban el poder que debería estar disponible para cada uno que hace la obra de Dios en el mundo”.

¿Quién podría decir cuántos hombres han sido llamados a servir en su iglesia local o aun en el ministerio de tiempo completo, cuyo llamado fue abortado al involucrarse en cuestiones de pornografía? Llenos de vergüenza por su vida impura, sienten y, con mucha razón, que están descalificados para el ministerio.

¿Cuántos padres son incapaces de guiar a su esposa e hijos espiritualmente, por causa de sus propios pecados secretos? Desearían poder instruir y guiar, pero la fuerza que procede de una clara conciencia queda socavada por su falta de victoria personal. La posición de autoridad espiritual queda vacante en su hogar, o llenada por su esposa. Por lo tanto el carácter espiritual y moral de sus hijos queda más bien moldeado por sus compañeros, la perversa cultura que los rodea o su propia naturaleza corrupta.

¿Cuántos jóvenes y señoritas han sido llamados a ponerse de parte de la justicia en sus escuelas o lugares de trabajo, pero su moral ha sido erosionada a tal grado que no pueden dar un testimonio real de Cristo y su verdad?

Por otra parte, hay algunos otros que se envuelven en el problema de la pornografía mientras están en pleno desempeño del ministerio y deben forzarse a sí mismos a cumplir con las demandas diarias de tal ministerio. Aunque Dios elija bendecir a otras personas a través de su ministerio, ciertamente va a llegar un día cuando van a ser expuestos, o ellos simplemente van a renunciar. Los pecados secretos y las influencias corruptas eventualmente roban el poder que podría estar disponible para cada uno que hace la obra de Dios en este mundo.

La pornografía ya de por sí afectó a alguien

Son indisputables y sencillamente incalculables los efectos negativos en las personas que rodean a aquella que hace uso de la pornografía. Pero la verdad es que, aun cuando fuera posible evitar afectar a las personas en tu esfera de influencia, hay Alguien que ya ha sido afectado por tu pecado.

“Él fue traspasado por nuestras rebeliones, y molido por nuestras iniquidades; sobre él recayó el castigo, precio de nuestra paz, y gracias a sus heridas fuimos sanados”
(Isaías 53:5)

Jesús, el inocente Cordero de Dios fue afectado por nuestro pecado. La clara enseñanza de las Escrituras es que Jesucristo fue golpeado, herido, torturado y asesinado en una cruz romana como resultado directo de los pecados de la humanidad. Nuestros pecados merecen un eterno peso de condenación; y siendo que Dios no está dispuesto a simplemente enviarnos a todos a la destrucción, permitió que su Hijo fuera tratado tan brutalmente por nosotros. Esa era la única forma como Dios podía justificar el perdón de nuestros pecados y traernos a sus caminos de paz.

Mientras estemos dispuesto a permitirnos a nosotros mismos ser engañados a pensar que solamente nos estamos afectando a nosotros mismos al mirar pornografía, muchos de nosotros nunca nos preocuparemos lo suficiente como para realmente desear cambiar. Ojalá que permitamos que nuestros ojos se abran, por dolorosa que sea esta experiencia, hacia la realidad de que la pornografía nunca es un crimen sin víctimas. Y que el Señor conceda arrepentimiento a todos los que lo necesitan, de manera que su vida afecte realmente a quienes les rodean, pero no para mal, sino para bien y para gloria de Dios.

LA PORNOGRAFÍA TRAE VERGÜENZA TÓXICA (23)

La vergüenza y la culpa son emociones comunes que experimentan la mayoría de los consumidores de pornografía. La vergüenza es la más tóxica. La vergüenza es diferente a la culpa. La culpa dice: “He hecho

mal"; pero la vergüenza dice: "Soy malo". Hay una especie de odio y desprecio hacia sí mismo y una sensación de inutilidad y falta de valor en el centro mismo de la vergüenza. La vergüenza dice a voces "Soy insuficiente"; "Algo anda mal en mí", "Soy una persona mala"; o "Yo no importo".

El investigador sobre vergüenza, Brene Brown dice: "La vergüenza es un sentimiento o experiencia intensamente doloroso de creer que estamos defectuosos y por lo tanto no merecemos la aceptación y la seguridad de pertenencia.

Cuando violas tus propias normas morales al ver pornografía, enfrentas la vergüenza. Cuando al mirar pornografía rompes promesas que le has hecho a Dios, a tu esposa y a ti mismo, la vergüenza se multiplica. Esta vergüenza toma también la forma de una autoconversación negativa que alimenta otras emociones negativas; emociones que entonces sientes la necesidad de aliviar con más pornografía, reforzando con ello el vicioso ciclo.

VERGÜENZA TÓXICA (24)

"El verdadero amor es sexi, no algunos falsos pixeles pornográficos en una pantalla.

El amor es algo que le da significado y propósito a la vida; es algo que perseguimos todos. Y si valoras el amor real y las relaciones saludables, toma en cuenta que la pornografía no ayuda en ninguna manera a que prosperen esas cosas". FTND (Fighth the New Drug)

ESPERANZA: ESPARCIENDO LUZ EN LA OSCURIDAD (25)

Pero hay esperanza; y la libertad puede estar muy cerca.

VENCIENDO LA VERGÜENZA (26)

Hay cinco caminos clave para restarle poder y vencer la vergüenza:

1. Reconoce la vergüenza de la adicción, pero no dejes que esta te defina.

Hazte responsable y reconoce como propia tu adicción, pero no dejes que la adicción te posea. Es un pecado que debes evitar, pero no te debe definir. Tú no eres la adicción. Una debilidad no debe nunca definir a la persona.

2. Hazte vulnerable y dirígete a otras personas.

La vergüenza prospera en secreto; el sentido de comunidad es clave al tratar con la vergüenza. Cuando puedes dar a conocer tu historia y todavía ser aceptado, experimentas seguridad. La seguridad de un grupo se convierte con el tiempo en amor, aceptación y un fuerte sentido de pertenencia. Esto es lo opuesto a lo que nos dice a veces la vergüenza.

3. Reconoce la falsa promesa de la pornografía.

En la fantasía del mundo de la pornografía, eres siempre alguien que es amado y deseado. Por supuesto, después de entrar en el mundo de la pornografía, la culpa y la vergüenza vuelven a venir apresuradamente para continuar el ciclo. La mentira de encontrar alivio de la vergüenza a través de más pornografía, da como resultado, más vergüenza. No caigas en la trampa.

4. Cuidado con el juego de la culpa.

La vergüenza se transforma rápidamente en culpa. Te culpas por tus acciones, pero utilizas esto como excusa para continuar el hábito. Evita el evadir la responsabilidad con declaraciones tales como: "Por supuesto que hago malas cosas porque soy una persona mala, no puedo evitarlo, no es mi culpa. Soy lo que soy y no puedo cambiar".

5. Evita la conversación propia negativa.

Los monólogos negativos refuerzan los mensajes negativos que estás ya de por sí experimentando. Eso te hace creer que esas mentiras son verdad. La vergüenza alimenta las emociones negativas que con

frecuencia impulsan al consumidor de pornografía a seguir actuando. No es hasta que la vergüenza queda al descubierto y se enfrenta, que este ciclo deja de continuar. Puede ser de utilidad anotar durante una semana, los mensajes negativos que te repites a ti mismo. La gente usualmente se sorprende al darse cuenta de cuántos monólogos negativos se habla a sí misma. que refuerzan una identidad vergonzosa.

6. Reemplaza las mentiras con verdad.

Una vez que has identificado las mentiras, las puedes reemplazar con verdad. Por ejemplo, en lugar de la mentira de no tener ningún valor, recuerda que eres de hecho muy amado por Dios. (Romanos 5:8).

VUELVE A ENTRENAR TU CEREBRO (27)

Es posible volver a entrenar tu cerebro.

A+B=C (28)

Identifica patrones o temas comunes en tu pensamiento. Esos distorsionados patrones de pensamiento crean canales en el cerebro, lo cual hace posible seguir creyendo en ellos. Toma tiempo para pensar en los sentimientos que experimentas y en si estos sentimientos reflejan en forma apropiada la situación.

A = Evento activador, estresor o situación detonante

B = Creencia o pensamientos acerca del elemento estresor

C = Consecuencia o resultados causados por nuestra creencia

Por ejemplo: (29)

A — Evento activador, estresor: Tu jefe te pide que trabajes este fin de semana.

B — Tu creencia de que trabajar este fin de semana es, que es injusto que te lo pida. Tú crees que no tienes que trabajar los fines de semana.

C — La consecuencia o resultado es que decides no trabajar este fin de semana, aun cuando a todos tus compañeros de trabajo también se les ha pedido que trabajen el fin de semana. Es una creencia falsa

Es tu creencia falsa el suponer que es injusto que te pidan trabajar el fin de semana y también el que no tienes que trabajar los fines de semana.

PIENSO, POR LO TANTO, SOY (30)

Todo lo que consumes te alimenta o te hace mermar. "...Sean transformados mediante la renovación de su mente..." (Romanos 12:2).

La liberación comienza cuando prestamos atención e interrumpimos los pensamientos negativos con verdad. Toma el pensamiento, haz una diagnosis, entrégaselo a Dios y toma una decisión.

PIENSA BIEN AQUELLO QUE PIENSAS (31)

Puedes ser el controlador aéreo de tu aeropuerto mental. Estás ocupando la torre de control y puedes dirigir el tráfico mental de tu mundo.

Los pensamientos giran sobre ti; van y vienen. Si alguno de ellos aterriza, es porque le das permiso. Si se aleja, es porque tú le dijiste que lo hiciera.

Tú no elegiste tu lugar de nacimiento ni tu fecha de nacimiento; tú no elegiste a tus padres o hermanos; tú no determinas el clima; pero ¡sí PUEDES elegir lo que piensas!

El enemigo está haciendo todo lo posible para descargar su pestilente carga sobre nuestra mente. Si se lo permitimos, nos llevará a un lugar sombrío y nos dejará allí. Él es el maestro del engaño. Por ello el apóstol Pablo nos dice que "fijemos" nuestros pensamientos en lo que es verdadero. En griego, la palabra fijar viene de la raíz que significa lógico. La ansiedad puede enfrentarse mejor con mente clara y razonamiento

lógico, lo cual puede lograrse cuando dejamos fuera las tinieblas y dejamos entrar la luz.

La preocupación es un delgado hilo de temor fluyendo a través de la mente; si se alienta, llega a abrir un canal en el que desembocan otros pensamientos. ¡entrena tu mente!

DURACIÓN DE UNA EMOCIÓN: 90 SEGUNDOS (32)

Lo que mantiene la persistencia de las emociones son las historias que nos decimos a nosotros mismos acerca de ellas; generalmente, que la situación debería ser diferente a lo que es. Y es totalmente comprensible que nos digamos a nosotros mismos esas historias. Deseamos justificar de alguna manera lo que sentimos y nuestro ego desea fortalecerse a sí mismo haciendo sentir que nosotros estamos bien y que los demás, o una situación, están mal. Aun cuando sentimos vergüenza, tratamos de aparecer bien ante nosotros mismos al definirnos como una persona mala, no merecedora, etc. (El ego puede torcerse seriamente de esa manera).

Lo irónico es que esta "regla de 90 minutos", como se llama, se ha utilizado también para avergonzar a las personas que parecieran no poder sobreponerse de una emoción en ese corto lapso. La teoría afirma que si realmente lo estás practicando, entonces deberías ser capaz de dejar atrás la historia y concentrar tu atención en las sensaciones. Libérate de ellos, haz a un lado esa situación, avanza hacia la serenidad. Es superioridad moral envuelta en los pliegues del lenguaje de la Nueva Era.

El desafío es que estamos programados para crear exactamente aquellas historias que mantienen vivas las emociones. Y entre más tiempo nos estemos contando a nosotros mismos una cierta historia, más difícil será simplemente "dejarla ir".

Y encima de ello, pareciéramos estar programados para dar el sesgo negativo (como dicen algunos, nuestro cerebro está hecho de "teflón para las experiencias positivas y de velcro para las negativas"). Desde una

perspectiva evolucionaria, es una de las cosas que mantiene vivos a nuestros ancestros y nos sirve todavía para alertarnos de las amenazas. Sin embargo, en estos días, la “amenaza” es con frecuencia solamente nuestro propio ego, a nuestro sentido de separación.

Y cuando nos acostumbramos a sentirnos mal (tristes, enojados, ansiosos, avergonzados), las vías neurales que corresponden a esas emociones se fortalecen como una supercarretera y de esa manera, les es muy fácil desencadenarse a esas emociones y a las historias asociadas con ellas.

HISTORIA DE EMMA (33)

Presenta el video y dirige algunas preguntas de seguimiento.

<https://fightthenewdrug.org/media/emmas-story-overcoming-struggles-video/>

BUSCA AYUDA (34)

Reconoce, Revela, Restaura

No es vergonzoso pedir ayuda. La sanidad se encuentra al reconocer el problema, llamarlo por su nombre y encontrar restauración por medio de la gracia de Dios.

TÚ PUEDES VENCER (35)

Da a conocer los recursos de Gateway to Wholeness, en

<http://gatewaytowholeness.com/>

RECURSOS GATEWAY TO WHOLENESS (36)

Da a conocer los recursos de Gateway to Wholeness, de

<http://gatewaytowholeness.com/>

DA A CONOCER RECURSOS ADICIONALES (37)

- The Truth About Porn (La verdad acerca de la pornografía)
- Fight the New Drug (Pelea contra la nueva droga)

- Pure Life Ministries
- Join Fortify (Únete a Fortify)
- New Freedom to Love (Nueva libertad para amar)

—fin—

Seminario

PELIGROSOS MALES RELACIONADOS ENTRE SÍ:

Pornografía y violencia de pareja

Preparado por Claudio y Pamela Consuegra

Usado con permiso

Tomado de *Ministry*,[®] Revista Internacional para Pastores, noviembre de 2019

La pornografía es una industria global con un valor estimado de 97 billones de dólares, de los cuales, 12 billones provienen de los Estados Unidos.”¹ El consumo de pornografía en los Estados Unidos se ha elevado agudamente con la proliferación de la Internet y los teléfonos inteligentes. Más del 77 por ciento de los estadounidenses ven pornografía por lo menos una vez al año.² Por lo menos el 30 por ciento de todo el tráfico de la Internet es a través de los sitios web pornográficos.³ ¿Y qué acerca de la iglesia? ⁴

“Sesenta y cuatro por ciento de hombres que se consideran cristianos y 15 por ciento de mujeres que se identifican como cristianas, ven pornografía por lo menos una vez al mes (comparado con el 65 por ciento de hombres no cristianos y 30 por ciento de mujeres no cristianas).

“Treinta y tres por ciento de los ministros religiosos dicen que han visitado un sitio web sexualmente explícito. De entre aquellos que han visitado un sitio web de sexo explícito, el 53 por ciento dice que han visitado los sitios algunas veces durante el año pasado y 18 por ciento dice que han visitado

esos sitios electrónicos entre un par de veces al mes y más de una vez a la semana.

“Veintiún por ciento de pastores jóvenes y 14 por ciento de pastores admiten sostener actualmente una lucha con la pornografía.”⁵

Esta es una grave preocupación, porque la pornografía es la misma antítesis de la conducta cristiana. La pornografía promete proporcionar placer, pero disemina dolor. En la pornografía no se respeta a la mujer y se abusa de ella física y verbalmente; y esa realidad está moldeando la forma en que la sociedad piensa y actúa.

Aunque no toda la pornografía muestra violencia física o verbal, aun la pornografía no violenta ha demostrado tener sus efectos. Muchas investigaciones han confirmado que aquellos que consumen pornografía aun no violenta, están más propensos a apoyar declaraciones que están de acuerdo y hasta promueven abuso y agresión sexual hacia las mujeres y las niñas.⁶ La más probable explicación es que la mayor parte de la pornografía presenta a los hombres como poderosos y estando a cargo y a la mujer como sumisa y obediente. Esta actitud sienta la base para las dinámicas de poder desigual en las relaciones de pareja, dando como resultado una lenta pero segura aceptación de agresión verbal y física contra la mujer.

Es de gran preocupación que el consumo de pornografía afecta no solamente las actitudes de los hombres hacia las mujeres, sino también sus acciones. En un estudio mayor llevado a cabo en 2016, los investigadores llegaron a la conclusión de que “en promedio, las personas que consumen pornografía más frecuentemente, tienen mayores probabilidades de sostener actitudes que favorecen la agresión sexual y cometen de hecho actos de agresión sexual”.⁷ Los consumidores de pornografía tienen más probabilidades de usar presión verbal, drogas y bebidas alcohólicas para forzar a las mujeres al acto sexual y la exposición

a la pornografía hace aumentar las fantasías violentas y cometer de hecho asaltos violentos.⁸

LA PELIGROSA INTERSECCIÓN

El Centro Nacional sobre Explotación sexual subraya tres formas como la violencia doméstica hace intersección con la pornografía:⁹

1. La pornografía establece expectativas de violencia y abuso. En forma demente, la pornografía actúa como una forma de educación sexual, enseñando a los niños, jóvenes y adultos de género masculino, la lección de que la pareja sexual femenina debe disfrutar de actos físicos tales como golpear, nalguear, abofetear y actos sexuales no consensuales. Se nos han acercado mujeres que frecuentemente hacen preguntas durante retiros de parejas, acerca de ciertas formas de acto sexual a las que nos estaban acostumbradas antes y que sus esposos les están pidiendo ahora y a veces requiriéndolo. Una mujer nos dijo que su esposo demanda sexo cada día y que cuando ella rechaza sus avances, él básicamente la viola. No sorprendentemente, investigaciones llevadas a cabo en 2011 señalan claramente que aun el consumo de pornografía convencional, por frecuentes espectadores, está asociado a un intento mayor de cometer violación.¹⁰

2. Con mucha frecuencia, los violadores usan videos pornográficos o fotografías de desnudos que ellos mismos han tomado de sus víctimas, a fin de ejercer presión sobre ellas o castigarlas en relaciones abusivas, amenazándolas con darlo a conocer, o de hecho haciéndolo en línea. Mientras que la expresión "pornografía de venganza" no está en su mayor parte conectada con violencia doméstica o relaciones abusivas, este fenómeno se superpone con mucha frecuencia. Afortunadamente, por lo menos en 40 estados y el Distrito de Columbia, en los Estados Unidos, han pasado leyes en contra de dar a conocer videos o fotografías de desnudos, sin autorización.¹¹

3. El uso de pornografía por parte de abusadores domésticos puede aumentar las probabilidades de asalto sexual. Janet Hinson Shope condujo un estudio involucrando a 271 mujeres que fueron golpeadas, en el cual, un 30 por ciento de ellas declararon que sus abusadores usaron pornografía.¹² La investigadora Shope llegó a la conclusión de que “la mayoría de las mujeres (58 por ciento) cuyos abusadores usaron pornografía, reconocieron que tal pornografía había influido en su abuso”. La investigación encontró un vínculo entre el consumo de pornografía y la violencia marital, que es una forma de abuso doméstico. De acuerdo con sus hallazgos, se encontró que los hombres que usan pornografía y van a clubes estriptis, se involucran en índices más altos de abuso sexual, acoso sexual y violación marital.¹³

ES UN ASUNTO PRIVADO

La mayoría, si no todos los consumidores de pornografía, te dirán que el ver pornografía es simplemente un asunto privado y que no le hace daño a nadie. Pero las investigaciones muestran que la pornografía hace a muchos de los consumidores más propensos a apoyar la violencia contra las mujeres y a pensar que las mujeres secretamente disfrutaban de ser violadas, lo que hace que muchos sean sexualmente agresivos en la vida real.¹⁴ Un estudio encontró que “aquellos con más alta exposición a la pornografía violenta, tuvieron seis veces más probabilidades de violar a alguien que quienes tuvieron una menor exposición”.¹⁵

Mary Anne Layden, directora del Centro para el Programa de Trauma y Sicopatología Sexual, de la Universidad de Pennsylvania, declaró que el “40 por ciento de mujeres abusadas indicaron que su pareja usaba violencia pornográfica”.¹⁶ Citó también investigaciones que encontraron que los hombres que veían pornografía, tendían a ver a su pareja como menos atractiva. Esto afecta negativamente la forma en que ven a su propia esposa, porque ella nunca se va a poder comparar o competir con las innumerables y aparentemente casi perfectas mujeres que ellos ven en la pantalla.

En un mundo de Internet, nube, tabletas, computadoras y dispositivos portátiles, tal vez nunca pueda llegar a ganarse completamente la guerra contra la pornografía. Entre todas esas fuerzas, la iglesia juega un papel único en la forma como las mujeres y los débiles deben ser tratados y en el papel apropiado del sexo dentro del contexto del matrimonio. Los hombres en la iglesia pueden pensar, juntamente con los otros hombres, que el ver pornografía es un asunto privado. La realidad es que aun un uso ocasional de pornografía afecta la forma en que ven a las mujeres; pero más importante todavía, afecta su relación con Cristo.

ES DIFÍCIL LA RUPTURA

Jeremías, conocido como el profeta llorón, declaró: “Nada hay tan engañoso como el corazón. No tiene remedio. ¿Quién puede comprenderlo?” (Jeremías 17:9). Solamente el 9 por ciento de quienes asisten a la iglesia y el 7 por ciento de los pastores pueden identificar un programa en su iglesia que ayude a quienes luchan contra la pornografía.¹⁷ Así que, ¿qué vamos a hacer?

1. *Comienza inmediatamente la jornada hacia la liberación.* Rompe la adicción. Sí, la adicción a la pornografía; entre más pronto, mejor. La ruptura es difícil, pero es el único camino. Hemos creado un recurso para ayudarte a comenzar. Puedes verlo y compartirlo gratuitamente. Visita el sitio electrónico newfreedomtolove.org en donde podrás encontrar testimonios, sermones, seminarios y otros enlaces y recursos que te pueden ayudar a iniciar la jornada hacia la liberación de la adicción a la pornografía. Para obtener ayuda y recursos adicionales, puedes visitar también el sitio web gatewaytowholeness.com En algunos casos, podrías tal vez necesitar la ayuda de un consejero profesional.

2. *Guarda tu mente—es un asunto del corazón.* Jesús hizo muy claro que es un asunto del corazón, cuando dijo: “El que es bueno, de la bondad que atesora en el corazón produce el bien; pero el que es malo, de su maldad produce el mal, porque de lo que abunda en el corazón habla la boca” (Lucas 6:45). Salomón lo

sabía muy bien cuando escribió: “Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida” (Proverbios 4:23).

En vez de alimentar tu mente con imágenes que distorsionan el regalo de Dios del sexo y rebajar a sus hijas, acepta la invitación de Dios: “Dame, hijo mío, tu corazón

y no pierdas de vista mis caminos” (Proverbios 23:26). Toma en cuenta estas alentadoras palabras y hazlas tuyas: “La única defensa contra el mal consiste en que Cristo more en el corazón por la fe en su justicia. A menos que estemos vitalmente relacionados con Dios, no podremos resistir los efectos profanos del amor propio, de la complacencia propia y de la tentación a pecar. Podemos dejar muchas malas costumbres y momentáneamente separarnos de Satanás; pero sin una relación vital con Dios por nuestra entrega a él momento tras momento, seremos vencidos” ¹⁸

3. *Pide la ayuda de otros.* La batalla por la liberación de la adicción a la pornografía es una que no podemos ganar solos. Salomón lo explicó de esta manera: “Más valen dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo” (Eclesiastés 4:9). Ahora, más que nunca, necesitas la ayuda de otros. Comienza con tu cónyuge o con aquellos a quienes tienes cerca y pídeles que te ayuden como socios a quienes tienes que rendir cuentas. La soledad a veces lleva a una persona a llenar ese vacío con pornografía.

Aunque la pornografía y la violencia de pareja íntima se relacionan peligrosamente, no tienes que ser el instrumento y tu cónyuge y otros las víctimas desafortunadas. Tienes el poder de tomar la decisión y dar los pasos necesarios, comenzando hoy mismo, a fin de ponerle fin a esas tóxicas y ponzoñosas artimañas del diablo antes de que destruyan a otros y a ti.

REFERENCIAS

¹ Mike Genung, “El Camino Hacia la Gracia”, <https://www.roadtoGrace.net/current-porn-statistics/>.

² Tim Rymel, “¿Conduce la Pornografía al Asalto Sexual? *HuffPost*, August 26, 2016, https://www.huffingtonpost.com/entry/does-pornography-lead-to-sexual-assault_us_57c0876ae4b0b01630de8c93.

³ R. Douglas Fields, "La Explosiva Mezcla de Sexo y Violencia", *Psychology Today*, enero de 2016, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-new-brain/201601/the-explosive-mix-sex-and-violence>.

⁴ Una versión de este artículo se publicó primeramente en la edición de septiembre de 2019 de *Adventist Review*.

⁵ Mike Genung, "El Camino Hacia la Gracia" <https://www.roadtograce.net/current-porn-statistics/>.

⁶ "Cómo el Consumo de Pornografía Puede Conducir a la Violencia", Fight the New Drug (Lucha contra la nueva droga), 23 de agosto, 2017, <https://fightthenewdrug.org/how-consuming-porn-can-lead-to-violence/>.

⁷ Paul J. Wright, Robert Tokunaga y Ashley Kraus, "Un Meta-Análisis de Consumo de Pornografía y Estudios sobre Hechos de Agresión Sexual en la Población General" *Journal of Communication* (Revista de comunicación) 66, no. 1 (febrero de 2016): 183–205.

⁸ "La Pornografía Puede Conducir a la Violencia".

⁹ Haley Halverson con Emily Hale, "Tres Formas como la Violencia Doméstica está Conectada a la Pornografía" End Sexual Exploitation (Fin a la explotación sexual, 1 de octubre de 2018, <https://endsexualexploitation.org/articles/three-ways-domestic-violence-is-connected-to-pornography/>.

¹⁰ John D. Foubert, Matthew W. Brosi, y R. Sean Bannon, "Uso de Pornografía entre Sociedades de Hombres: Efectos sobre Intervención de Espectadores, Aceptación de Mito sobre Violencia e Intento Conductual de Cometer Asalto Sexual", *Sexual Addiction & Compulsivity* (Adicción sexual y compulsividad), 18, no. 4 (2011): 212–231.

¹¹ "46 Estados + DC+ Un Territorio tienen ahora Leyes sobre Pornografía de Venganza", Cyber Civil Rights Initiative (Iniciativa cibernética sobre derechos civiles), accesado el 10 de octubre de 2019, <https://www.cybercivilrights.org/revenge-porn-laws/>.

¹² Janet Hinson Shope, "Cuando las Palabras no son Suficientes: Búsqueda del Efecto de la Pornografía en Mujeres Abusadas" *Violence Against Women* (Violencia contra la mujer)10, no. 1 (2004): 56–72.

¹³ Catherine A. Simmons, Peter Lehmann y Shannon Collier-Tension, "Relación entre Uso de la Industria del Sexo con Conductas Controladoras en Relaciones Violentas: Un Análisis Exploratorio", *Violence Against Women* (Violencia en contra de la mujer)14, no. 4 (2008): 406–417.

¹⁴ "La Pornografía puede llevar a la Violencia".

¹⁵ "La Pornografía puede llevar a la Violencia".

¹⁶ Jay Everson, "Para Confrontar la Violencia Doméstica, Tenemos que Confrontar la Pornografía", *Washington Times*, 12 de febrero de 2015, <https://www.washingtontimes.com/news/2015/feb/12/op-ed-to-confront-domestic-violence-we-must-confro/>.

¹⁷ Mike Genung, "El Camino Hacia la Gracia".
<https://www.roadtoGrace.net/current-porn-statistics/>.

¹⁸ Elena G. White, *El Deseado de todas las gentes* (Mountain View, CA: Pacific Press Pub. Assn., 1940), 291.

—fin—