

SEXO *una*

relación

diseñada por

Dios

TONY
EVANS



EDITORIAL
PORTAVOZ

La misión de *Editorial Portavoz* consiste en proporcionar productos de calidad —con integridad y excelencia—, desde una perspectiva bíblica y confiable, que animen a las personas a conocer y servir a Jesucristo.

Título del original: *Sacred Sex* © 2012 por Anthony T. Evans y publicado por Moody Publishers, 820 N. LaSalle Boulevard, Chicago, IL 60610. Traducido con permiso.

Edición en castellano: *Sexo... una relación diseñada por Dios* © 2014 por Editorial Portavoz, filial de Kregel Publications, Grand Rapids, Michigan 49501. Todos los derechos reservados.

Traducción: Rosa Pugliese

Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación de datos, o transmitida en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación o cualquier otro, sin el permiso escrito previo de los editores, con la excepción de citas breves o reseñas.

A menos que se indique lo contrario, todas las citas bíblicas han sido tomadas de la versión Reina-Valera © 1960 Sociedades Bíblicas en América Latina; © renovado 1988 Sociedades Bíblicas Unidas. Utilizado con permiso. Reina-Valera 1960™ es una marca registrada de la American Bible Society, y puede ser usada solamente bajo licencia.

Las cursivas añadidas en las citas bíblicas son énfasis del autor.

Todos los sitios de Internet que se mencionan en este libro son precisos al momento de su publicación, pero podrían cambiar en el futuro o dejar de existir. La sola mención de fuentes y referencias a los sitios de Internet no implica la aprobación del contenido total del sitio por parte de la editorial. Se mencionan grupos, corporaciones y organizaciones solo con propósitos informativos, y su mención no implica la aprobación de sus actividades por parte de la editorial.

EDITORIAL PORTAVOZ
2450 Oak Industrial Drive NE
Grand Rapids, Michigan 49505 USA
Visítenos en: www.portavoz.com

ISBN 978-0-8254-1947-8 (rústica)
ISBN 978-0-8254-0572-3 (Kindle)
ISBN 978-0-8254-8528-3 (epub)

1 2 3 4 5 / 18 17 16 15 14

*Impreso en los Estados Unidos de América
Printed in the United States of America*

CONTENIDO

1. El sexo, según el diseño de Dios	5
2. El valor de la pureza sexual	29
3. El carácter sagrado del sexo	55
Notas	75

EL SEXO, SEGÚN EL DISEÑO DE DIOS

El aire de diciembre nos recibió con un frío abrazo al salir de la casa y cruzar la parte de atrás de la propiedad hasta descender la colina. Puesto que me había criado en una urbe como Baltimore, donde prevalecía más el cemento que los árboles, sin duda alguna, me encontraba en un medio ambiente desconocido.

Lois y yo habíamos ido a celebrar la Navidad con unos amigos cercanos, que vivían en una zona rural. Pero aquella Navidad, tuvimos mucho más que la comida típica y las conversaciones tradicionales de las fiestas. En ese viaje, recibí una lección de tiro al plato.

Ahora bien, todo aquel que me conoce sabe que el tiro al plato y Tony Evans no son exactamente mejores amigos. De hecho, antes de aquella ocasión, no puedo recordar ni siquiera haber tenido un arma de fuego en mis manos. Me gustan los deportes. Como capellán de los Mavericks de la NBA y de los Cowboys de la NFL, veo regularmente deportes competitivos que implican un contacto directo

o, como mínimo, contacto cuerpo a cuerpo. Como ex jugador de fútbol americano, me gustan las actividades recreativas que conlleven sudor, agallas y fuerza bruta.

La idea de sostener una escopeta, apretar el gatillo, y ver cómo un plato de arcilla, posiblemente, se rompía en pedazos no me divertía mucho. Pero como un invitado bien educado y agradecido que soy, acepté participar de la supuesta aventura. En todo caso, ¿a quién no le gustan los retos? Seguramente, iba a poder derribar a esos "pájaros" de arcilla como el mejor de ellos.

Estaba equivocado.

El primer plato salió volando. Apunté. Disparé. Y nada.

Después salió volando el segundo. Apunté otra vez. Y todavía nada.

Otra vez. Y nada.

Una vez más. Y nada.

Ahora bien, a pesar de los años, mi visión sigue siendo perfecta y mis manos todavía están firmes. Vi el objeto en el aire, apunté y apreté el gatillo; sin embargo, los "pájaros" de arcilla seguían volando.

Después de errar varios tiros más, al ver seguramente la perplejidad de mi rostro, mi amigo se acercó a mí y me dijo: "Tony". Con su mano sobre mi hombro, procedió a explicarme el arte y la ciencia del tiro al plato. "Tony", volvió a decir mi nombre. Creo que quería asegurarse de que lo escuchara atentamente. "El plato de arcilla es como un pájaro. Al lanzarse, vuela por el cielo como un pájaro. Se

mueve. De modo que si quieres pegarle un tiro en el aire, no puedes apuntar a él. Si apuntas a él, cuando los perdigones lleguen al blanco, el pájaro ya se habrá ido. Para poder acertarle al plato, tu punto de mira debe estar más allá del plato. Tienes que ir delante de él. Siempre debes apuntar por delante de él”.

Escuché el consejo de mi amigo y decidí ponerlo en práctica. Era lógico. Así que me volví a colocar en posición y pedí el plato: “Ya”. Y el pájaro de arcilla voló por el aire.

Esta vez apreté el gatillo mientras apuntaba por delante de él.

¡PUM!

¡Le di al plato! ¡Lo destruí! ¡Lo hice trizas! Y cayó al suelo hecho añicos.

**LO QUE VEMOS AFECTA LO QUE
HACEMOS. CUIDE USTED SUS OJOS Y
CUIDARÁ SUS ACCIONES.**

Puede que en este momento se esté preguntando si este es un libro sobre tiro al plato o sobre el sexo que Dios diseñó. O bien qué tiene que ver el tiro al plato con el sexo. Pero si usted adquirió este libro en busca de una perspectiva clara de Dios sobre la pureza sexual, hizo lo correcto. Porque exactamente de eso trata este libro.

Pero antes de empezar a ver el carácter sagrado del sexo, quiero que comprenda el poder y la fuerza

que, de por sí, tiene el sexo. Ninguna otra actividad nos consume más como seres humanos que la sexualidad, para bien o para mal. Y, lamentablemente, casi siempre es para mal. El sexo es una fuerza poderosa; una fuerza que, como veremos, a menudo es impulsada por reacciones químicas y psicológicas, que tienen el potencial de colocar el sexo en una posición de dictarnos qué hacer, en vez de que nosotros mismos le dictemos lo que vamos a hacer.

El dominio sexual de usted, o su falta de este, tiene que ver totalmente con qué tiene en el punto de mira. Usted debe ir por delante. Si cree que es algo que puede decidir en el calor del momento, ese pájaro volará. Si usted piensa que puede decidir cuál es la supuesta "línea invisible" para no cruzarla cuando llegue a ella, ese pájaro volará. Si usted decide mirar de vez en cuando algún programa de televisión o película, incluso escuchar música de contenido explícitamente sexual, o incluso pornográfico, ese pájaro volará. Un estudio reciente mostró que las adolescentes que miraban un alto nivel de programas con contenido sexual eran dos veces más propensas a quedar embarazadas en los tres años siguientes, que aquellas que no lo hacían.¹ Lo que vemos afecta lo que hacemos. Cuide usted sus ojos y cuidará sus acciones.

La única manera de dominar exitosamente el poder y la fuerza de este dinamismo llamado sexo, es ir por delante de él. Debemos establecer nuestros límites antes de tener que usarlos. Debemos decidir ganarle en astucia y puntería. Debemos saber cómo

funciona, tomar las riendas de él. Y, mucho más importante, siempre tomar la delantera.

LA PALABRA YADÁ Y USTED

Hace algunos años descubrí uno de los principios más reveladores de la Biblia sobre la sexualidad cuando me estaba preparando para predicar sobre un tema totalmente diferente. Mientras estudiaba y me disponía a meterme de lleno en una serie de doce sermones sobre el tema de conocer a Dios, comprendí una poderosa realidad sobre el sexo.

De hecho, fue una verdad tan poderosa que se convirtió en la perspectiva de la serie para ilustrar la profundidad de la relación que Dios desea tener con cada uno de nosotros. Porque como todos sabemos, la intimidad sexual implica mucho más que el simple hecho de que dos cuerpos experimenten contacto físico e intercambio de fluidos. Si eso fuera lo único necesario para la intimidad, entonces las prostitutas serían las personas más íntimas del mundo.

Pero en el idioma hebreo, encontramos algo increíblemente poderoso sobre la sexualidad. Cuando descubrimos la intención del idioma original, aprendemos que el sexo ha sido diseñado para llegar hasta lo más profundo de otro ser humano, de tal manera que ambos *se conozcan y se den a conocer*; es mucho más que simple contacto físico, y solo es factible en una atmósfera de total y merecida confianza.

Cada vez que estudiamos las Escrituras y queremos averiguar el significado de un término, de una frase o de una doctrina, o bien la interpretación

de un principio, siempre es mejor hacerlo según *la ley de la primera mención* que se usa en la hermenéutica. Esto es importante por varias razones, pero principalmente por la importancia que tiene el concepto del origen en las Escrituras.

Por ejemplo, la Biblia misma comienza con la frase del origen: "En el principio". Luego, en el libro de Génesis sigue presentando y abordando los orígenes no solo de la creación de los cielos y la tierra, sino de cada uno de los temas fundacionales de la toda la Biblia: el pecado, la adoración, los pactos, la redención e incluso el tipo, o predicción, del Salvador que vendría.

La ley de la primera mención establece que el significado o la definición original de lo que se está estudiando sea constante a lo largo de todo el estudio, a menos que el texto en sí requiera que se cambie más adelante.

Insisto, ¿qué tiene que ver la hermenéutica, el tiro al plato y Génesis con el sexo? Todo. Porque a fin de ir por delante de nuestra propia sexualidad, donde le podemos dictar qué hacer en vez de que ella nos dicte a nosotros qué hacer, necesitamos entender la perspectiva y el propósito de Dios al crearla.

De modo que de acuerdo con *la ley de la primera mención*, vemos que la primera vez que las Escrituras mencionan la intimidad sexual se encuentra en Génesis 4:1 (NTV), donde leemos: "Ahora bien, Adán tuvo relaciones sexuales con su esposa, Eva, y ella quedó embarazada".

El término hebreo usado en el primer relato de la intimidad sexual para decir "tuvieron relaciones

sexuales" es la palabra *yadá*.² Es la misma palabra que se usa algunos versículos antes cuando se describe el momento en que a Adán y Eva se le abrieron los ojos y "tomaron conciencia" de su desnudez. Es la misma palabra usada cuando leemos: "Y dijo Jehová Dios: He aquí el hombre es como uno de nosotros, sabiendo el bien y el mal" (Gn. 3:22).

La palabra *yadá* no es una palabra que hace referencia a las partes del cuerpo o a la actividad física. Cada definición de la palabra *yadá*, que aparece más de mil veces en el Antiguo Testamento, significa:

- conocer, tomar conciencia
- mostrarse, revelarse
- darse a conocer
- provocar el conocimiento
- descubrirse
- conocer por experiencia

Cada vez que se usa la palabra *yadá* para referirse a la interacción relacional, indica llegar hasta lo más profundo de la realidad de otra persona; o incluso llegar hasta lo más profundo de la realidad del mismo Dios. De hecho, tiene la capacidad de ser un término tan íntimo en lo que respecta a la interacción relacional, que Dios lo usa para referirse a su propia relación con nosotros en referencia a la más íntima de las relaciones:

Los secretos del Señor son para los que le temen, y Él les *dará a conocer* [*yadá*] su pacto (Sal. 25:14 LBLA).

“Ustedes son mis testigos —afirma el Señor—, son mis siervos escogidos, para que me *conozcan* [*yadá*] y crean en mí” (Is. 43:10 NVI).

Te daré los tesoros de las tinieblas, y las riquezas guardadas en lugares secretos, para que *sepas* [*yadá*] que yo soy el Señor, el Dios de Israel, que te llama por tu nombre (Is. 45:3 NVI).

En cada una de estas descripciones, Dios habla de su relación de una manera íntima y cercana. Lee-mos sobre los “tesoros de las tinieblas”, que somos “escogidos” y la relación auto-obligatoria de Dios que Él establece como “su pacto”. Además de todo esto, vemos dos veces la palabra específica “secreto”; una vez en referencia a los secretos de Dios, “los secretos del Señor”, y también en referencia a lo que Dios dará, “las riquezas guardadas en lugares secretos”.

Un detalle siempre cierto sobre los secretos es que necesitamos tener una relación muy íntima con una persona para revelarle un secreto. Desde luego que es necesario tener una relación muy íntima en el sentido de la confianza, pero en ocasiones eso también incluye la cercanía.

Cuando usted era un niño y quería contarle un secreto a alguien, por lo general, ¿qué hacía? Si era igual que yo, se acercaba cuanto más podía a la otra persona, hasta el punto de inclinarse hacia ella; luego se tapaba la boca con la mano ahuecada y le susurraba a su oído.

Esta es la manera típica de contar un secreto.

Y eso es lo que Dios dice que hará con aquellos que lo conocen (*yadá*). Él estará tan cerca que usted podrá escuchar lo que le susurra al oído, los secretos que están reservados para aquellos que tienen una relación de intimidad especial con Él.

Sin embargo, es esencial comprender que cuando Dios decidió poner en práctica la palabra *yadá* con nosotros, decidió hacerlo con aquellos que se estaban perdiendo (Lc. 19:10; Jn. 3:16) y con aquellos que estaban condenados (Jn. 3:18). Dios puso en práctica a la perfección el significado de la palabra *yadá* con aquellos que solo conocían la imperfección (Ro. 3:23). Él reveló su pureza a aquellos que eran extremadamente perversos (Jer. 17:9). Él pudo hacer todo eso y a la vez mantener su pureza, porque Jesús fue a la cruz como sacrificio por los pecados de todos nosotros. Jesús no solo murió, sino que murió a sí mismo como leemos: "se humilló a sí mismo, haciéndose obediente hasta la muerte, y muerte de cruz" (Fil. 2:8).

Del mismo modo, el propio fundamento de la verdadera práctica de la palabra *yadá* en la seguridad de la unión matrimonial, surge de morir a nosotros mismos de tal manera que entregamos nuestra voluntad, nuestro orgullo y nuestras necesidades en el altar y consideramos la necesidad del otro más importante que la de nosotros mismos. En este sacrificio, donde ambos cónyuges mueren a sí mismos, lo que es nuevo puede crecer y florecer en el terreno del amor bíblico.

Es por esto que, en el sexo que Dios diseñó, los dos cónyuges comparten mucho más que algunos momentos de pasión. Comparten sus secretos, sus temores, sus esperanzas, sus fracasos e incluso "los tesoros de las tinieblas, y las riquezas guardadas en lugares secretos". Se revelan a sí mismos de un modo que no hacen con ninguna otra persona. Y dentro de esa revelación, si se trata de la verdadera práctica de la palabra *yadá*, encontrarán la forma de amor más auténtica de la tierra.

De hecho, la naturaleza secreta de lo que los cónyuges comparten se convierte en su propio tesoro.

Porque ¿cómo hacemos para que un secreto deje de ser un secreto? Se lo contamos a otros.

Lo mismo sucede con el carácter sagrado del sexo. El sexo deja de ser una experiencia sagrada —deja de ser *yadá*— cuando ya no es exclusivo de aquellos que lo comparten. Cuando las relaciones sexuales pasan a ser algo común: algo que se extiende a otros y no solo a los que están unidos por una relación *yadá*, deja de ser lo que Dios diseñó originalmente y se corrompe al transformarse en lo que Satanás maquinó: conocido en las Escrituras como *porneúo*³ o *shakáb*⁴.

Ambos términos hacen referencia a la misma actividad física que indica la palabra *yadá*, sin embargo, ambos eliminan el carácter sagrado y lo reemplazan por algo común; de este modo, queda eliminado uno de los propósitos y designios principales de la sexualidad, la revelación exclusiva de conocerse y darse a conocer.

Y cuando esto sucede, como vemos repetidas veces en las Escrituras, provoca angustia, celos, remordimiento y graves consecuencias emocionales, físicas e incluso espirituales. Por ejemplo, no leemos la palabra *yadá* en los siguientes casos, sino *shakáb*:

- David y Betsabé
- Amnón violó a Tamar
- La actividad sexual de las hijas de Lot con él
- Siquem deshonra a Dina
- Rubén y la concubina de su padre
- Incluso Jacob y la esposa que no eligió, Lea.

Una persona puede tener relaciones sexuales con otra persona y no experimentar el sentido de la palabra *yadá*; no comparten la realidad íntima y sagrada de lo más profundo de quienes son. Tan solo se trata de sexo, que nada tiene que ver con el carácter sagrado del sexo. Sin embargo, eso no es lo que Dios diseñó originalmente cuando creó el acto sagrado de la relación sexual. Dios no nos presentó de esa manera el concepto de la sexualidad desde su origen en el huerto.

**EL SEXO, EN SU CARÁCTER
SAGRADO, INCLUYE MÁS QUE SOLO
EL CUERPO; INCLUYE TAMBIÉN LAS
PARTES MÁS PROFUNDAS DEL
ALMA Y DEL ESPÍRITU.**

El principio más importante que debemos recordar y sostener para guardarnos en pureza sexual y conservar el carácter sagrado del sexo es el designio original de Dios para el sexo; una revelación compartida, al descubierto, que implique conocerse y darse a conocer.

Tengamos presente que la propia naturaleza de un velo se basa en mantener algo oculto o en secreto. Si no fuera así, sería un pañuelo o un chal para la cabeza, no un velo. De igual modo, la práctica del *yadá* puede corromperse rápidamente y transformarse en *shakáb* o *porneúo*, con el resultado inevitable de sexo en ausencia de una confianza recíproca sagrada.

LA UNIÓN DE PACTO

El sexo, en su carácter sagrado, incluye más que solo el cuerpo; incluye también las partes más profundas del alma y del espíritu. Incluye un pacto. Esto se debe a que el propósito más profundo del sexo es establecer o dar inicio a un pacto. Para comprender totalmente el carácter sagrado del sexo, necesitamos verlo con la perspectiva de nuestro Creador y no con la perspectiva de nuestra cultura. Sería fácil pensar con el énfasis sexual de nuestra música, películas y revistas de hoy, que el sexo se originó en Hollywood y no en el cielo.

Pero Dios no diseñó el sexo para que sea tan solo un mecanismo de gratificación biológica. Tampoco lo diseñó para abordar el problema del exceso de testosterona o los niveles elevados de hormonas.

Dios diseñó el sexo tanto para establecer un pacto como para renovarlo.

Lo más cercano al sexo en la Biblia, como corolario del pacto, es el bautismo y la santa cena. El bautismo es el acto público inicial, que tenemos frente a testigos, para confirmar nuestro deseo de estar unidos a Jesucristo en un pacto. Y la santa cena es el acto continuo con el que renovamos el compromiso de ese pacto cada vez que lo realizamos.

La consumación del matrimonio en la noche de bodas está destinado a inaugurar el pacto. Y, básicamente, desde ese momento, cada vez que los cónyuges lo hagan, estarán renovando el pacto y el compromiso que establecieron la noche de bodas.

En las Escrituras, a menudo los pactos se establecían con sangre. Por ejemplo, Dios hizo un pacto con Abraham, cuya señal era la circuncisión (Gn. 17:10-12). A todos los varones que nacían en Israel se les debía circuncidar la piel del prepucio de su órgano sexual para mostrar que eran parte del pueblo del pacto de Dios. De esta manera, serían diferentes a todo el resto.

¿Por qué se eligió la circuncisión como la señal del pacto abrahámico, que establecería a Israel como el pueblo especial de Dios y por medio del cual Abraham se convertiría en padre de muchas naciones? Porque ese pacto se cumplió y se fue extendiendo a medida que Abraham y sus descendientes varones producían hijos.

Por lo tanto, sus órganos sexuales llevarían la marca del pacto como una señal especial de que

ellos y los hijos que tuvieran estaban apartados para el Señor. El rito de la circuncisión requería sangre, que era parte del pacto. Lo mismo sucede en el matrimonio. Fíjese en Deuteronomio 22:13-15:

Cuando alguno tomare mujer, y después de haberse llegado a ella la aborreciere, y le atribuyere faltas que den que hablar, y dijere: A esta mujer tomé, y me llegué a ella, y no la hallé virgen; entonces el padre de la joven y su madre tomarán y sacarán las señales de la virginidad de la doncella a los ancianos de la ciudad, en la puerta.

La evidencia era la mancha de sangre en las sábanas o cualquier lienzo que estuviera en la cama sobre la cual la pareja había consumado su matrimonio la noche de bodas. Lea los siguientes versículos y verá que si los padres podían demostrar la virginidad de su hija, ella quedaba absuelta y el esposo era multado.

Pero si no había sangre, significaba que la mujer no era virgen antes del matrimonio, y podían apedrearla hasta la muerte (Dt. 22:21), porque el pacto del matrimonio se establecía por medio de la sangre. Dios creó un escudo alrededor del órgano sexual de la mujer, llamado himen, que servía para protegerla hasta la noche de bodas cuando se rompía y permitía derramarse la sangre sobre el órgano sexual del hombre. Esto estaba destinado a consumir el pacto como una unión inquebrantable entre dos personas y Dios.

LA UNIÓN QUÍMICA

Mientras que el pacto es la unión espiritual entre las dos personas y Dios, el acto de la intimidad sexual también produce una unión fisiológica entre dichas personas. El sexo no necesariamente tiene lugar en el dormitorio. Antes bien, avances en investigaciones científicas han revelado que el sexo tiene lugar entre los oídos: en las uniones químicas que ocurren en el sistema límbico del cerebro.

Prácticamente, esto comprende el diencéfalo (que abarca tanto las partes del cerebro del tálamo como del hipotálamo). Los actos de ver, escuchar, oler, mirar, abrazar, excitarse y alcanzar el orgasmo conllevan una mezcla sumamente compleja de sustancias químicas, cada una diseñada por nuestro Creador para regular una respuesta deseada.

Dentro de los límites de la relación matrimonial, estas sustancias químicas cumplen la función principal de mantener el compromiso, ya sea al intensificar o atenuar la respuesta territorial del hombre, al fomentar un ambiente para la procreación y la protección, y al alentar la transición de amantes a padres y luego nuevamente a amantes, cada vez que sea necesario.

Sin embargo, fuera de los límites de la relación matrimonial, las uniones químicas que se producen y luego se rompen al cambiar de pareja, dejan cicatrices, ansias, vacío e incluso síntomas de abstinencia que persisten. Aunque puede que recientemente la ciencia haya dado una explicación de por qué y cómo las relaciones sexuales crean una unión fisiológica

tan fuerte —y en consecuencia dejan un dolor tan agudo cuando no se consolida en el contexto de un matrimonio seguro— la Palabra de Dios nos ha dicho la misma verdad desde el principio.

Cuando Pablo les escribió a los ciudadanos de Corinto sobre la decadencia moral y espiritual de aquella sociedad, sus palabras reflejaban acertadamente lo que sucede en la relación sexual. Pablo dijo:

¿O no sabéis que el que se *une* con una ramera, es un cuerpo con ella? (1 Co. 6:16).

Lo más interesante es que Pablo usa la palabra "une". El idioma original griego usa la palabra *koláo*.⁵ *Koláo* significa literalmente "adherirse, cementarse". Bajo la inspiración del Espíritu Santo, la carta de Pablo a los Corintios era tan sólida científicamente como cualquiera de los artículos o estudios de las recientes publicaciones médicas y psicológicas de nuestros días.

La actividad sexual y su posterior liberación de sustancias químicas que producen alteraciones cerebrales, literalmente, *adhieren* o *cementan* a dos personas. Cuando esas dos personas se separan, sucede una realidad dolorosamente fisiológica; principalmente entre las mujeres, cuyo sistema límbico, que almacena estas cisternas y surcos químicos, es generalmente más grande que en los hombres.

Lo que muchas veces es peor, a diferencia de los casos de drogadicción, fumar cigarrillos, pornografía o incluso el alcohol, es que raras veces se valida

el extremo sufrimiento fisiológico que la mujer, e incluso el hombre, experimentan como resultado de una relación sexual ilícita que fracasa. Y puesto que no se suele tratar ese dolor, tampoco se apela a un arrepentimiento ni a buscar la sanidad. Estas mismas mujeres, y hombres, terminan a menudo por regresar al mismo lugar en el que una vez estaban, para tratar de volver a llenar el vacío o suplir las ansias con otra persona.

Esto se debe a una fuerte reacción fisiológica que ocurre en el cerebro, y que es muy similar a las reacciones que provocan las drogas, el alcohol y otras conductas adictivas. Y detener la conducta sin atravesar el proceso del perdón, la sanidad, el fortalecimiento y la libertad de esa adicción, a menudo solo conduce a la persona a regresar a aquello que justamente quería detener. Sería similar a quitarle la marca de cerveza favorita a un alcohólico y luego enviarlo nuevamente a un bar con infinidad de otras marcas para elegir. ¿Sería capaz de dejar de beber su marca de cerveza favorita? Sí. Pero ¿tendría las herramientas emocionales, físicas y espirituales necesarias para rechazar la oportunidad de volver a probar otra marca otro día? Probablemente no.

Por este motivo, es importante que usted como cristiano no solo comprenda las razones *espirituales* de mantener un estilo de vida que preserve el carácter sagrado del sexo, sino que también comprenda las interacciones y reacciones *fisiológicas* que está experimentando al participar de cualquier tipo de relación sexual ilícita, aunque no llegue a tener coito.

**LOS PROBLEMAS SURGEN CUANDO
LA UNIÓN QUÍMICA SE PRODUCE
FUERA DEL COMPROMISO
ESPIRITUAL.**

Porque a menos que usted comprenda lo que debe tratar fisiológicamente para superar las fortalezas o tentaciones sexuales de su vida, estará apuntando al plato de arcilla en vez de apuntar por delante de él. Y, como consecuencia, siempre errará el blanco.

Antes de avanzar, quiero que conozca algunas sustancias químicas poderosas, que forman parte de la actividad sexual, y sus efectos:

Oxitocina. La oxitocina se ha ganado la reputación de ser la "hormona de los mimosos", porque consolida la unión entre las dos personas que componen la relación. Los estudios han demostrado que la oxitocina contribuye al vínculo y al aumento de la confianza, y puede incluso liberarse una vez que se ha desarrollado el vínculo, mediante algo tan simple como mirar una foto de la otra persona, escuchar su voz o pensar intencionalmente en ella.⁶ Aunque la consolidación de esta unión promueve un matrimonio fuerte y saludable, también crea un elemento unitivo —o lazo— entre dos personas que no están casadas si incurren en actividad sexual, aunque

dicha actividad sexual no derive en orgasmo. Esto produce lágrimas emocionales y psicológicas cuando la fuente de la oxitocina ya no está presente o se ha recurrido a otra fuente de reemplazo. Esto muchas veces puede contribuir a la depresión, la incapacidad de funcionar sexualmente y la ansiedad.

Dopamina. La dopamina suele definirse como el "neurotransmisor de la recompensa". A menudo se la asocia con las conductas adictivas como fumar, con todas las adicciones químicas o incluso con las actividades recreativas de riesgo tales como los deportes de alto impacto o el paracaidismo. Tiene una estructura química similar a la morfina. Dentro del proceso de la actividad sexual, la dopamina proporciona sentimientos de placer, unión, euforia y calma, que producen actividad en el "sistema de recompensa" de nuestro cerebro. Puesto que todas las formas de actividad sexual tienen el potencial de incrementar los niveles de dopamina, estas pueden volverse adictivas, ya sea por medio del acto sexual físico, la pornografía, las caricias o la masturbación. Cada una de estas actividades sirve para asociar el sistema de recompensa del cerebro con la actividad o persona que produjo la recompensa.

Adrenalina. La adrenalina incrementa el sistema circulatorio mientras dilata las arterias para aumentar el flujo de sangre. El incremento de la

adrenalina puede producirse a través de la actividad sexual o incluso por medio de actividades recreativas como el salto de gran altura con cuerdas elásticas. Las personas que buscan una "descarga de adrenalina", a menudo, necesitan cada vez más de esa actividad para generar la misma descarga de adrenalina la próxima vez. En combinación con la satisfacción de una relación matrimonial monógama, la adrenalina es un beneficio constante para una experiencia ya placentera, que mantiene la intimidad viva durante toda la vida. Sin embargo, cuando el deseo de adrenalina no se mantiene en un entorno estable, puede producir una falta de satisfacción en la relación existente, resentimiento por dicha insatisfacción y una adicción a buscar más adrenalina a través de otros medios, posiblemente, ilegítimos.

Dios creó una cantidad de sustancias químicas adicionales tales como la serotonina, la testosterona y los estrógenos en relación con el acto sexual, la crianza de los hijos y el mantenimiento de relaciones duraderas. Los problemas surgen cuando la unión química se produce fuera del compromiso espiritual.

Las sustancias químicas en sí no son malas; de hecho, son buenas y pueden producir gran placer dentro de la relación matrimonial en base a los principios del sexo que Dios diseñó.

Pero cuando las sustancias químicas están ligadas a los altibajos fluctuantes de las relaciones rotas, pueden producir gran dolor y profundas heridas

psicológicas. Sería similar a volverse adicto a la heroína y luego cortarla de golpe. El deseo, el vínculo y las ansias seguirán presentes debido a la impresión química producida en el cerebro. Si la decisión de dejar la heroína siguiera en pie, la persona se buscaría otro productor químico adictivo a fin de saciar las ansias y anestesiar el dolor. Y se generaría un ciclo de conductas adictivas, o síntomas relacionados con la abstinencia de tales conductas adictivas (como depresión, confusión e irritabilidad).

En esencia, la heroína habrá creado una impresión duradera, o surco, en el cerebro que no desaparecerá simplemente porque ya no haya suministro de esa sustancia.

Algo similar sucede con los procesos químicos implicados en el sexo. Cuando se acumula suficiente dolor de la unión y separación de diferentes parejas, se termina con infinidad de personas que o recurren al sexo otra vez para tratar de aliviar el dolor o llenar el vacío, o bien recurren a otros mecanismos de supervivencia tales como el consumismo, el alcohol, el trabajo excesivo, las drogas y otras conductas adictivas.

Tenga presente que la oxitocina puede producirse por medio de algo tan simple como el contacto visual, las caricias sutiles y los abrazos. Nada de esto es malo cuando se hace debidamente. La oxitocina es una sustancia química positiva que Dios nos da para traer felicidad y solidificar las uniones en nuestras vidas y relaciones. Solo cuando los altos niveles de oxitocina se crean por medio de un vínculo ilegítimo

con alguien que no ha entrado en una relación matrimonial de pacto con usted, llega a ser dañino con el paso del tiempo. Especialmente cuando la relación termina o desaparece con el tiempo.

Una vez que esta sustancia química está presente y produce su acción en el cerebro —particularmente en el cerebro de la mujer, dado que la mujer tiende a tener un sistema límbico más profundo que el hombre— es difícil olvidarlo, borrarlo o satisfacerlo legítimamente fuera del matrimonio.

La enseñanza de Dios sobre el carácter sagrado del sexo y la necesidad de mantener la pureza en la relación sexual de dos personas unidas en un pacto matrimonial no es algo para tomar a la ligera. Sabiendo cuán profundamente adictiva, vinculante y fuerte es la relación sexual, Dios nos hace una clara advertencia: "Huyan de la inmoralidad sexual. Todos los demás pecados que una persona comete quedan fuera de su cuerpo; pero el que comete inmoralidades sexuales peca contra su propio cuerpo" (1 Co. 6:18 NVI). Esa persona peca también contra su propio cerebro, como contra su cuerpo, teniendo en cuenta todo el daño potencial que puede hacerse física y espiritualmente.

Cuando una pareja mantiene el carácter sagrado del sexo —cuando es una relación *yadá* entre dos cónyuges unidos en un pacto matrimonial— se abre el camino hacia la verdadera intimidad y conocimiento.

Pero cuando se usa el sexo de manera indebida y displicente, crea un vínculo fuerte que cuando se

rompe deja síntomas persistentes de inseguridad, dolor, abandono, falta de respeto por sí mismo y por otros, y una mayor necesidad de otro vínculo. Esto provoca sufrimiento en el presente y también disminuye la capacidad de establecer límites adecuados en relaciones futuras.

La advertencia de Pablo a los corintios de no unirse (*koláo*) con otros en una relación inmoral es una advertencia para todos nosotros también hoy. A fin de proteger el acto sexual sagrado, debemos apuntar a la norma que Dios nos ha dado en su Palabra. Debemos apuntar a *yadá*.

