



Sexualidad Para Cristianos

LOS TABÚS DEL CRISTIANISMO QUE DESTRUYEN A LOS CRISTIANOS

www.encuentrocristiano.net
cemmaranatha@gmail.com

Miguel Montoro

SI NO TE GUSTA LO QUE HABLAREMOS AQUÍ, SIGUE DE LARGO

Mi amado metió su mano por la ventanilla, y mi corazón se conmovió dentro de mí
Cantar de los Cantares 5.3⁽¹⁾

Vaya manera de hablar de una relación entre dos personas que se aman. Para quién no lo sepa, el Cantar de los Cantares es un libro de la Biblia que, es en realidad, una colección de canciones de amor que, Salomón le escribió a una mujer, a una sulamita y en ella habla de una intensa relación íntima donde ambos vivían una sexualidad plena que reforzaba su unión emocional. El lenguaje de Salomón es tremendamente erótico y, antes de recibir una condenación por usar la palabra “erótico”, suplicaría que se buscara en un diccionario para entender lo que realmente significa y aquí es precisamente donde tenemos un gran problema en el mundo cristiano.

El mundo, amante de lo impuro está abierto a la sexualidad, la habla, la experimenta, la enseña y la mayoría de las veces lo hace sin principios morales mientras los cristianos guardamos silencio en las iglesias mientras los jóvenes y los matrimonios están bajo la presión de la pornografía, la masturbación, el sexo oral, las fantasías sexuales el movimiento swinger y mucho, pero muchísimo más. Esto, debe hablarse sin tabús y eso es precisamente lo que haremos en este curso.

¿Te sentirás ofendido por eso? ¿Sigues creyendo que las cosas sexuales solo se deben hablar en la intimidad con tu pareja? ¿Con la misma mujer que muchas veces ni siquiera sabe lo que es un orgasmo? Ahí, donde se vive una rutina sexual donde ir a la relación sexual parece más una tortura que un momento de íntimo placer. A esto agreguemos el **machismo**. ¿Dios es machista?

Si algo hemos hechos los hombres a través de la historia ha sido tomar el control del sexo y lo hemos usado para nuestra satisfacción en donde las mujeres no pueden pedir por su propio placer porque ya las calificamos de “locas” que “quién sabe qué has estado pensando”. De inmediato alguien con una santidad maravillosa que no deja de mirar las formas del cuerpo de la hermana que toca un instrumento en la iglesia dirá que, la Biblia es clara diciendo que, “el deseo de la mujer es para su marido” y que la mujer “debe estar sujeta a su esposo”. A ver, frustrados intentos de hombres machos, **Génesis 3.16** no habla de deseo sexual habla de voluntad. La frase debe entenderse: “tu voluntad estará sujeta a tu marido” y, Pablo invita a la mujer a estar sujeta a la mujer después de que ambos estén **sometidos el uno al otro (Efesios 5.21-22)**.

¿Por qué entonces Pablo enseñó que, en Cristo Jesús ya no hay hombre o mujer (**Gálatas 3.28**)? **Porque todos somos uno en Cristo**. En la cruz del Calvario el pecado original fue juzgado. Mujer y hombre tiene completa igualdad en el plano social, espiritual y sexual, aunque claramente la Biblia enseña que sus roles en el hogar y en la iglesia son diferentes. La mujer, voluntariamente se somete al hombre (es una de las formas en que ella sirve a Dios) para que, dentro del hogar, él conduzca a todos al Cristo al que está sujeto porque, dan risa los hombres cristianos que quieren obediencia de la mujer, pero ellos no obedecen a Cristo. Patéticos. Esto, nunca será sinónimo de privilegio hombres, entiéndalo, es sinónimo de una mayor responsabilidad que algún día Dios te demandará.

Urge consejería sexual en las iglesias, urgen terapeutas sexuales cristianos que, usando bien la Palabra de Verdad, se traduzcan en matrimonios felices y plenos sexualmente que honren a Dios incluso en su intimidad.

Con aprecio en Cristo

(1) Todas las citas bíblicas en este estudio son tomadas de la Biblia Reina-Valera revisión de 1960 a menos que se indique lo contrario.

Índice

Tema 1. Conceptos Sobre la Sexualidad

Tema 2. Sexualidad Antes y Después de Edén

Tema 3. Formación de la Sexualidad

- Identificación del género
- Experimentación de placer
- Formación de la Identidad Sexual
- Lo que puede causar una mala formación sexual

Tema 4. Sexualidad y Pornografía

- Significado de la palabra “Pornografía”
- Porque es tan popular la pornografía
- Mentiras de la pornografía

Tema 5. Diferencias Sexuales del Hombre y la Mujer

- Órganos Genitales y Órganos Sexuales
- Zonas Erógenas
- Curvas de Respuesta Sexual

Tema 6. Como Perciben el Placer Hombres y Mujeres

- Condiciones Para Sentir Placer Sexual
- La Importancia de la Estimulación Previa

Tema 7. La Relación Sexual Satisfactoria

Tema 8. Prácticas sexuales 1

Tema 9. Prácticas sexuales 2

Tema 10. Cómo mantener la pureza

TEMA 1. SEXUALIDAD PARA CRISTIANOS

En este primer tema de nuestro curso vamos a establecer algunas ideas **generales** que serán usadas a lo largo de los siguientes temas. Esperamos sean analizadas con cuidado ya que, de no hacerlo, sin lugar a dudas se va a entender mal todo lo que se estará presentando y, además, estas ideas pondrán al tanto a muchos creyentes que andan perdidos en el tema de la sexualidad.

Idea 1. Respaldo Bíblico. En la Biblia no existen citas bíblicas específicas que permitan tratar situaciones como el sexo oral, las fantasías sexuales, el uso de juguetes sexuales y muchas cosas más, pero, nos da suficiente información sobre matrimonio, honra, pureza, santidad y muchas otras cosas que nos permiten analizar lo primero. Por ello, en muchos comentarios no habrá una cita bíblica respaldándolos, pero, una búsqueda global en la Biblia demostrará que estos, no irán para nada en contra de los valores que la Palabra de Dios enseña.

Idea 2. Generalizaciones Sexuales. En todos los tópicos sexuales que trataremos, nos referiremos al promedio de las cosas, no a situaciones específicas así que, si alguien piensa que, lo que compartimos no aplica en su caso valdría la pena que estudiara un poco sobre lo que pasa con *la mayoría de las personas*.

Idea 3. Exageraciones Sexuales. Desde hace siglos, el sexo es usado en muchas sociedades como una representación del valor que se tiene como hombre o mujer, o sea, está ligado al ego por lo que es muy común que se mienta al respecto. Los hombres suelen exagerar sobre el tamaño de sus penes y las mujeres sobre el número y la intensidad de sus orgasmos. Muchos hablan de sí mismos como personas “activas y pasionales” cuando en la realidad están en el promedio. Si hay algo común en el mundo de la sexualidad humana **es la mentira**.

Idea 4. La Influencia de la Pornografía. Se estima que, alrededor del 65% de los hombres y el 56% de las mujeres consumen o han consumido pornografía (esto incluye a cristianos) por lo que, la influencia de esta en la sexualidad contemporánea es muy grande y, casi siempre aportando información falsa sobre la sexualidad del hombre. Hablaremos de las mentiras de la pornografía en cada uno de los temas siguientes.

Idea 5. El Desprecio del Ser Sexual. Somos seres sexuales, fuimos creados para deleitarnos en la intimidad con la persona amada, la sexualidad fue creada por Dios. NO ES MALA. Debe ejercerse con responsabilidad y se debe disfrutar de ella. Se debe gozar. Negar esto, es solo un reflejo de personas dañadas que, miran el sexo con juicio porque simplemente no son felices. Groucho Marx dijo que: “La pornografía solo está en los ojos de quién la ve”. O sea, el morboso, todo lo verá morboso. El cristiano impío verá algo hermoso como lo es la sexualidad como algo perverso porque en su interior, él o ella son perversos. La Biblia lo mira de esta manera: “... para los corrompidos nada les es puro... pues hasta su mente y su conciencia están corrompidas” **Tito 1.15**.

Idea 6. El Sexo como Sustituto. La práctica sexual apega como ya lo mencionamos al ego y, al disfrute de las sensaciones físicas que produce eso hace que, sea un recurso para poder evadir aquello que no es agradable para nosotros es por ello que, muchos cristianos no pueden romper sus hábitos sexuales pecaminosos o no puede encauzar su sexualidad correctamente, porque la usan para sentir algo que no tienen. **Ejemplo:** es muy común encontrar mujeres que, ante una infancia sin amor, vayan fácilmente a la cama con personas que apenas conocen porque, como es la única manera de sentirlas más cerca (lo que interpretan como el cariño que no han tenido) y lo necesitan, lo toleran o para no perder a la que parece la pareja perfecta la quieren asegurar comprándola con placer.

Idea 7. El Sexo no es Amor. El verdadero amor está basado en el conocimiento. Dios nos conoció, por eso nos amó (**Romanos 8.29**). Existe la atracción a primera vista, no el amor a primera vista. Una persona me resulta grata a mis ojos porque cumple mis patrones estéticos, pero, solo al conocer como es la persona por dentro, sabre si la totalidad de ella es para mí. Cuando solo me dejo guiar porque la persona me agrada sin conocerla, tengo sexo con esa persona porque me agrada, no porque la amo o me ame y, al pensar así, estoy ignorando la parte sobre la cual descansa una relación que es la empatía total. Ese es el riesgo de unir cuerpos sin unir almas. Es solo placer sexual, no hay identidad como pareja, no hay concepto de una unidad íntima. Una relación sexual entre dos personas que están unidas en cuerpo y alma no tiene *siquiera comparación con la pura relación sexual*. Esta última no te llena, por eso buscas más sexo, la anterior, te hace sentir plenitud, no tienes ya que ir a buscar nada.

Idea 8. Sexo es Control. Al ser generador de placer, como hemos visto, el sexo genera necesidad en el cuerpo y eso hace que lo busquemos *porque lo necesitamos*. Esto hace que, muchas personas aprendan a controlar a otras negándoles o dándoles sexo para poder lograr ciertos propósitos. Esta práctica de castigar con la intimidad es más común en el mundo del matrimonio cristiano de lo que imaginamos.

Idea 9. La Sexualización de la Sociedad. Sí, el sexo controla y, Satanás quiere ganar ventaja alguna sobre nosotros, así que, utiliza el sexo para ejercer dominio. Para lograrlo una de sus principales estrategias es disminuir el nivel de inocencia de las generaciones más jóvenes tratando de despertar en ellos el deseo sexual y, muchos padres cristianos no ayudan mucho haciendo que, niños pequeños vistan como adultos con ropa ajustada simplemente porque mamá quiere ver a su niña “moderna”. Esto es muy riesgoso.

Idea 10. La Desinformación en las Iglesias. Pocas iglesias hablan abiertamente de la sexualidad ¿Por qué? Porque sus líderes son ignorantes, no están informados correctamente sobre el sexo y muchos no están dispuestos a hacerlo. También hay desinformación porque los líderes son mojigatos, defienden la santidad pero porque no tienen la capacidad de enfrentar ciertas problemáticas así que, para cumplir la regla de que cuando algo te atemoriza, debes criticarlo aunque no lo conozcas y, finalmente, no se habla en la iglesia por inmoralidad porque los líderes saben que están tan cargados de sus propias depravaciones que en lugar de derrotarlas y ayudar a otros a hacer lo mismo, mejor consienten las propias y las de los demás al no hacer nada, prefieren seguir viviendo a solas sus fantasías sexuales que nadie en el mundo sabe, ni siquiera su esposa.

Listo, Ya tenemos una idea de como está la sexualidad alrededor de nosotros, estamos listos para empezar a estudiarla bajo el marco de estas diez ideas para ir sacando información que se pueda convertir en una base de convicciones espirituales que nos permitan lograr que nuestra sexualidad sea otra de las maneras con las cuales honremos a Dios ya que finalmente, para eso fuimos creados. **Isaías 43.7**.

TEMA 2. SEXUALIDAD ANTES Y DESPUÉS DE EDÉN

Estamos en el huerto del Edén, Dios ha creado a Adán y a Eva con su imagen moral (**Génesis 1.27**). Solo *saben hacer el bien*, pero, tienen la posibilidad de hacer el mal porque fueron dotados de libre albedrío, a ellos, se les ordena que se multipliquen (**Génesis 1.28**) así que, para lograrlo Dios los dotó de género, de órganos reproductivos (hay cierta diferencia con órganos sexuales que veremos después) por lo que, la relación sexual **era necesaria** para lograr el propósito de Dios.

La Biblia no nos dice si, antes de caer en pecado Adán y Eva tuvieron relaciones sexuales, pero, si así fue, **fueron las mejores de la historia** ya que fueron hechas por dos personas que solo buscaban agradarse el uno al otro y, agradar a Dios en todo incluida su sexualidad. Es muy interesante notar que, cuando Adán recibe a Eva, reconoce con ella una unidad íntima (**Génesis 2.23**) que no podía tener con ningún otro ser creado.

¿Por qué la Biblia no nos da más detalles sobre la sexualidad? ¿Dios esconde algo? **Por supuesto que no.** Debe quedarnos claro que, el propósito de la revelación de Dios es, dar a conocer a su hijo así que, se centra en la creación del universo para después centrarse en la creación del hombre para después centrarse en la creación de su pueblo especial para después centrarse en la creación de un único pueblo espiritual que vivirá con él por siempre (**Efesios 2.14**) así que, la ausencia de evidencia no implica evidencia de ausencia. El propósito de la Biblia no es ser un libro sobre sexualidad sino sobre el amor de Dios, pero, eso no impide señalar verdades sexuales basadas en él.

EN EDÉN

Antes del pecado, Adán y Eva tienen órganos sexuales y tienen sistema nervioso que les permite sentir sensaciones físicas placenteras, la reproducción de ellos, implicaba una relación sexual que, en el caso de ellos, era perfecta en un sentido moral. La excitación de Adán y su placer solo estaban enfocados en que Eva disfrutara mientras que, la excitación de Eva y su placer solo estaban enfocados en que Adán disfrutara. Sus caricias y cualquier estímulo sexual solo se enfocaban en reforzar la noción que ellos tenían de sí mismos de ser una **unidad perfecta**. Sus *curvas de respuesta sexual* (algo de lo que hablaremos en otro tema) estaban completamente empatadas, o sea, ninguno de ellos gozaba más que el otro. No les preocupaba la duración del coito o el número de orgasmos. **Eran sexualmente plenos** porque para ellos, la relación sexual era un medio para ser felices y hacer felices a su pareja y a Dios. Excelente.

Pero entonces, llegó el pecado.

DEPUÉS DE EDÉN

Ahora, estamos fuera de Edén, el hombre **ya solo sabe hacer el mal** y, tiene la posibilidad de luchar por hacer el bien. Tiene ahora una naturaleza carnal que produce solo malas pasiones las cuales, de no controlarlas, lo terminan controlando a él. Estas malas pasiones, solo se mueven a provocar conflicto (que fue el gran resultado de la caída en pecado) lo que implica conflicto entre el hombre y la mujer por ejercer un mutuo dominio donde los deseos de uno intenten imponerse a los deseos del otro así que, la sexualidad del hombre se volvió egoísta.

Desde entonces, la prioridad del hombre es satisfacerse él, eyacular y, en el espacio de treinta a cincuenta minutos promedio que el cuerpo del hombre necesita para tener una nueva erección mejor dormirse. Si la mujer goza o no, ese no es problema del hombre.

La mujer después de Edén quiere gozar, y, se torna exigente o dominante para satisfacer su apetito sexual. Si ella necesita administrar la relación para dar tiempo a que su esposo vaya a su par de placer no le interesa, prefiere mejor dar pie a la frustración al sentir que no disfruta lo que quiere porque, a raíz del pecado, la curva de respuesta sexual del hombre y la mujer ya no fue igual, sino que **es completamente incompatible** lo que origina frustración en las relaciones sexuales.

¿Y agradar a Dios con la sexualidad? Eso, los matrimonios cristianos ni saben cómo se hace.

Reto sexual 1.

Si son esposos cristianos con vida sexual activa, platiquen sobre cuando desean tener intimidad y acuerden un día que, sea por lo menos dos días después de la primera charla y, en los dos días antes de la relación, **oren juntos a Dios por la intimidad que viene**. El esposo deberá decirle a Dios que le permita agradecerle a través de la relación que tendrá con su esposa, deberá pedirle a Dios que no le permita ni hacer ni decir nada que pueda desagradar a su esposa y, deberá comprometerse con Dios a que su prioridad será **no gozar plenamente hasta estar seguro que su esposa ya ha gozado**. La esposa, deberá orar pidiéndole a Dios que le permita honrarlo con la intimidad que tendrá con su esposo, le pedirá a Dios que le permita asegurarse de que su esposo se está sintiendo pleno. Le pedirá a Dios que le de sabiduría para cambiar su rutina sexual para favorecer que su esposo no eyacule en cuestión de minutos y, le pedirá a Dios que no diga, ni piense nada que pueda serle desagradable a él-

¿Se atreverían a hacerlo?

Combatamos el sexo egoísta. Eso, está destruyendo a los matrimonios cristianos. Es una corrupta herencia que nos ha llegado de la expulsión de Edén.

Unas palabras a las parejas cristianas no casadas. Espero entiendan porque es muy importante que no tengan sexo antes de casarse ¿Por qué? ¿Por qué deseamos echarles a perder la fiesta? **No**. Porque solo en el entorno del matrimonio se puede disponer del entorno de tiempo *necesario* para tener sexualidad plena. No hay disfrute haciéndolo a escondidas o en el asiente trasero de un auto. Solo el matrimonio ofrece un entorno de **compromiso** donde mi pareja se ha comprometido ante las leyes humanas, pero, sobre todo ante la presencia de Dios a que, no importa como sea la sexualidad no me va a dejar porque hay algo más importante que el sexo que nos une. Cuando, una relación de noviazgo se sexualiza, los dos solo van a querer estar teniendo sexo una y otra vez y, **solo las sensaciones los mantendrán unidos**, pero, del alma, lentamente se irán separando hasta que, terminen la relación y queden con un vacío del alma sintiendo que fueron usados o que usaron a alguien, pero, una cosa es segura, felices no serán. Solo tendrán sexo sin amor y, hacerlo así, solo por placer, solo por instinto, hará que nada los diferencie del coito de cualquier animal.

Recuerden, solo cuando se unen primero los corazones en compromiso, la posterior unión de los cuerpos se traduce en **verdadera intimidad sexual en felicidad plena**. Acerca de este tópico y otros más abundaremos en los siguientes temas.

TEMA 3. FORMACIÓN DE LA SEXUALIDAD

IDENTIFICACION DEL GENERO

Para poder hacer un uso correcto de la sexualidad, debemos entender correctamente el concepto de **género sexual**. Por si han quedado dudas, **género** se refiere a lo que somos dependiendo el tipo de órganos sexuales con los que nacemos mientras que, **sexualidad** se refiere a todo lo relacionado *con la práctica sexual*.

Iniciaremos diciendo que, Dios creó únicamente dos géneros: **hombre y mujer (Génesis 1.27)**. No hay más de dos ni los habrá, la biología del cuerpo humano confirma esto. No existen las mujeres que nacieron en cuerpo de hombre o los hombres que nacieron en cuerpo de mujer, cualquier alteración en ese sentido será resultado de lo que se haga con la mente a la que se le puede obligar a “creer” cualquier cosa, pero, nada cambiará la realidad de la existencia de solo dos géneros. Aquí aparece la ideología de género que dice que, puedo nacer con el cuerpo de un género, pero, mi mente nace con una identidad diferente así que, debemos permitir a los niños *que no nacieron*, **pero se creen niñas** que sean educadas como niñas. Bíblicamente decimos un **no rotundo**, eso es falso y no tiene soporte ni psicológico ni biológico y si, es el resultado de la depravación de la sexualidad que solo busca generar sensaciones diferentes a las que se puede experimentar, en resumen, es consecuencia de la rebelión del hombre contra el diseño de Dios y es una forma de negar su existencia **(Romanos 1.24; 27)**.

Así que, nacemos con un género, con genitales, con pene o con vagina que determinan nuestro rol social. Esto, cualquier persona lo distingue entre los 3 y 4 años donde, su **identidad sexual entra en formación** y comienza a definirse. Aquí hay un gran peligro. Estamos hablando de mentes en formación y, el niño debe ser educado **como varón** y la niña como **mujer**. Se debe reforzar el género. A los niños se les debe vestir de niños y darles juguetes de niños. Se les debe hablar de su rol como varones y, lo mismo debe hacerse con las niñas. Es en este periodo donde información corrupta destruye la construcción correcta de la sexualidad y origina una depravación de ideas que puede destruir la identidad sexual de un niño y, lograrlo convencer de que es lo que nunca será.

EXPERIMENTACIÓN DE PLACER

Pasados los cuatro años, los pequeños además de identificar sus genitales, comienzan a darse cuenta que, estos les producen sensaciones agradables, es por ello que, frotan a veces de manera muy obvia su zona genital con muebles, juguetes o los manipulan con sus manos. Por favor, padres, tranquilos, esto es, **completamente normal**. Sus hijos no tienen ningún espíritu de lujuria o de lascivia (¿de dónde sale esa ansiedad por nombrar demonios?). En donde en realidad están la lujuria y la lascivia está en los padres que, al ver a sus hijos experimentar con sus genitales, creen que los niños ven la sexualidad de la misma manera enferma en que ellos la ven.

El niño no relaciona la sensación agradable que tiene con lujuria, deseo sexual o necesidad sexual, eso llegará con el tiempo así que, es el momento de explicarles que, sus genitales son una parte muy delicada que si no se cuida los puede lastimar o enfermar, se les debe explicar que, esos órganos Dios nos los ha dado para que, cuando crezcan puedan formar una familia que agrade a Dios. ¿Eso hacen los padres? La mayoría grita, pega y prohíbe y olvidan que, los prohibido suele atraer más la atención que lo que se prohíbe.

Si tu hogar no te ayudo en esto, lo más seguro es que tus ideas sexuales estén todas equivocadas y te estén provocando problemas. Abundaremos en esto más adelante.

FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD SEXUAL

Entre los cuatro y cinco años, hogares e iglesias, deben reforzar **la identidad sexual acorde con el género de los niños**. El varón debe recibir límites en su carácter para no empezar a abusar de su fuerza o sus palabras con las niñas, recordemos, algún día él será responsable de amar a una esposa y cuidarla (**Colosenses 3.19**) y, difícilmente lo hará con quién ha aprendido a que es inferior a él. A las niñas se les debe enseñar que, tienen los mismos derechos que un niño, que no son inferiores en ningún sentido. En cada una debe tener la misma carga de responsabilidades y de obligaciones, se le debe enseñar que, niñas y niños tienen cualidades diferentes que se complementan de manera perfecta para, en el futuro lograr metas más grandes de las que podrían lograr solos.

LO QUE PUEDE CAUSAR UNA MALA FORMACIÓN SEXUAL

Es responsabilidad de los padres educar correctamente, con valores bíblicos y conceptos claro de pureza como una condición de bendición y no como una carga a sus hijos. Y, esto es complicado cuando la sexualidad del padre está toda perturbada. Es en este periodo (de los 4 a los 12 años) donde se dan la mayoría de los casos de abuso sexual de infantes. Se sabe que, de cada 10 niños abusados, 8 lo son por parte del padre o de un familiar directo como tíos o primos así que padres, **no descuiden a sus hijos ni un momento. Duden hasta de las sombras**. Un enemigo puede estarse escondiendo tras la sonrisa de una persona amable.

¿Qué puede provocar un proceso de formación de identidad sexual corrupta? Por cuestiones de espacio, solo comentaremos dos consecuencias.

Homosexualismo. Cuando un niño en proceso de formación es abusado por alguien de su mismo sexo, su mente puede empezar a creer que su rol es que personas de su sexo lo toquen. Recordemos que, muchos violadores antes de llegar a la penetración, acarician a los niños que, al recibir sensaciones agradables asocian algo agradable con lo que les han hecho así que, pueden empezar a creer que, solo dejándose abusar pueden sentir “eso que me gusta tanto” y así, nace un homosexual que, años después jurará que “siempre ha sido así”. Terrible mentira.

Extremos de género. *El machismo* es la creencia de que el hombre es superior a la mujer, *el feminismo* es la idea de que la mujer es superior al hombre y *la misoginia* es el odio del hombre hacia la mujer. Padres que todo consienten a los varones y los adulan por cualquier cosa, están criando **machos**, los padres (sobre todo las madres) que, se quejan de los hombres todo el tiempo (somo si ellos las hubieran obligado a tomar sus malas decisiones) crían **feministas**, niñas que creen que los hombres no son confiables y, con el tiempo vemos aparecer una generación de mujeres que buscan hombres de carácter apacible porque les enseñaron a abusar de ellos, a odiarlos, a controlarlos, las **madres que dejan que sus hijos varones** las traten con la punta del pie, crían hombres que odian a las mujeres y llegan a golpearlas porque, en sus esposas, los hombres ven el reflejo de la madre abusiva o de la madre sin carácter que merece ser destruida.

Padres cristianos. Ya dejen de perseguir demonios con gritos y empiecen a ser buenos padres, padres que honren a Dios criando buenas personas. Es indudable que Satanás hace su trabajo, pero él solo tienta, no puede obligarnos a decidir por lo que **las conductas malas que sus hijos han aprendido** son ustedes y solo ustedes lo que se las han enseñado.

Reto sexual 2.

Como pareja, busquen en oración a Dios y pídanle perdón por todas las ideas sobre sexualidad erróneas que han adquirido a lo largo de su vida, pidan al Espíritu Santo dirección para **santificar sus conceptos sexuales** para, poder tener entre ustedes pláticas sobre sexualidad que sean edificantes donde realmente se haga que, la intimidad funciones mejor y, para lograr educar a sus hijos o nietos con ideas sexuales correctas, basadas en el reconocimiento de la igualdad de género y en la responsabilidad del uso correcto de la sexualidad.

Jamás será tarde para vivir una sexualidad santificada.

TEMA 4. SEXUALIDAD Y PORNOGRAFÍA

Desde el siglo XX, la aparición masiva de la pornografía convirtió a esta, en un elemento de la más profunda influencia en la sexualidad humana. En este tema hablaremos sobre esta, pero para darnos cuenta de su impacto. Miremos lo que arrojan las encuestas de Pornhub que se han convertido en una referencia obligada sobre hábitos relacionados con la pornografía. Tan solo en 2018, este portal recibió 33.5 billones de visitas, eso significa 92 millones de visitas diarias. Ese mismo año a la plataforma se subieron 1 millón de horas en video obvio, con temática porno. El país que más consume pornografía son los Estados Unidos seguidos del Reino Unido e India. La etiqueta porno que más usan las mujeres en este sitio es “lesbiana” mientras que los hombres usan “japonés”. Cada minuto, en este sitio se movieron 147 Gb de datos, esto, es más que todo lo que Internet movió en el 2012. Definitivamente, la pornografía está modelando el concepto de sexualidad en la sociedad moderna y esto incluye a los cristianos ya que, se calcula que el 91% de los hombres y el 71% de las mujeres ve o ha mirado pornografía lo que incluye también a los cristianos así que, los purísimos cristianos que se indignan con el sexo, los atrapamos, al final, también han visto porno.

SIGNIFICADO DE LA PALABRA

La palabra pornografía es la unión de dos palabras que son “prostitución” y “escribir” por lo que, literalmente, significaría “tratado sobre la prostitución” aunque en la actualidad podríamos definirla a la exposición explícita de cualquier tipo de relación sexual.

PORQUE ES TAN POPULAR LA PORNOGRAFÍA

¿Qué vuelve tan popular a la pornografía? Ver una relación sexual explícita no es ver nada diferente a lo que dos personas tuvieron que hacer para que cada uno de nosotros fuera concebido, no es nada diferente a lo que implica que dos personas se unan físicamente en una muestra máxima de amor y entrega, entonces, ¿Por qué la mayoría de las personas la usan en otros sentidos? La respuesta es simple, porque los seres humanos *damos a nuestra sexualidad un sentido diferente al que Dios le da.* Aquí tenemos un primer problema con la pornografía, para los cristianos, su consumo es el resultado de la búsqueda de estímulos sexuales por el ser humano, no la búsqueda para dar el sentido correcto a la sexualidad.

Se nos abre una nueva pregunta: ¿Porqué el hombre está buscando cada vez más diversos y extraños estímulos sexuales? La respuesta también es simple, porque el hombre en su condición de rebeldía contra Dios da la espalda a su voluntad así que, si la sexualidad es para “esto” (según Dios) el hombre dice, pues a mí no me importa, yo la voy a usar para “esto otro”.

Así que, el punto importante es, el estímulo, o sea, que es lo que me lleva a consumir pornografía. Damos algunas respuestas a esto esperando que sea de ayuda para quién ve esto y pueda **reconocer correctamente que es lo que le motiva a consumir pornografía.**

Por una deficiente autoestima. Si no me considero capaz de socializar con personas del sexo opuesto, o, siento que no tengo las condiciones emocionales o físicas para poder convivir con alguien o, tener una intimidad adecuada, me sumerjo en la pornografía para ahí, poder sentirme que yo controlo mi sexualidad, que puedo hacer lo que yo quiero quiera sin tener que incluir el contacto directo. El problema es que este motivo no da plenitud porque en realidad estoy evadiendo mi inseguridad. Si ves pornografía por este motivo, lamentablemente, cada vez te sentirás más inseguro. *¿Quieres salir de aquí?* Primero fortalece tu propio concepto de que eres persona valiosa. Para Dios lo eres. **Juan 1.12.**

Por búsqueda de placer. Las imágenes sexuales simplemente me producen sensaciones desagradables y por eso no dejo de consumirlas porque no deseo dejar de sentir lo que me produce, erecciones, segregación humedad vaginal, expulsión de líquido preseminal o cualquier otra cosa. El problema es que, al consumir pornografía por este motivo solo se concentra en las sensaciones que el sexo produce y no en lo más importante que es, lo que la sexualidad representa, en otras palabras, es comer un alimento solo por su sabor y no por lo que pueda aportar a tu cuerpo. Al final, si consumes pornografía por esto, terminarás de acuerdo a nuestra analogía, engordado, o sea, adicto a querer ver cada vez más pornografía para superar la cuota anterior de sensaciones que alcanzaste. *¿Quieres salir de aquí?* Comienza a pensar en las personas como seres que merecen tu respeto, no tu abuso, eso, es lo que te pide Dios. **Filipenses 2.3.**

Por necesidad de conocer. Al no tener la confianza de buscar información equilibrada sobre la sexualidad, entonces se busca en lo secreto lo que se quiere saber. El problema es que olvidamos que, la pornografía es una **industria** que se produce para tener beneficios así que, nos ofrecen lo que queremos ver sobre la sexualidad no lo que necesitamos saber lo que al final, te **distorsiona el real concepto de la sexualidad** porque lo que es una actuación por dinero crees que es lo que debe suceder en el mundo real. *¿Quieres salir de aquí?* Comienza a aprender que, las personas se sienten mejor cuando están bien por dentro que por sentir un estímulo sexual. De hecho, así es como a Dios le interesa tratarnos. **Romanos 7.18-25.**

Estos, no son los únicos motivos y alguien puede considerar que no son los más importantes, pero, por espacio reducimos el análisis a estos. Los problemas derivados del abuso de la pornografía se verán en los temas finales. Ahora, deseamos denunciar cuales son las...

MENTIRAS DE LA PORNOGRAFÍA

En el porno todo es actuación por dinero. Al 2018, una actriz porno que solo hace escenas heterosexuales gana de 300 dólares hacia arriba dependiendo donde filma y, su fama pudiendo llegar hasta los 1200 dólares por tarde de filmación. Si sus escenas son lésbicas o de otro tipo entonces gana entre 500 a 1500 dólares por tarde. Con los hombres, los ingresos son ligeramente más altos. Un director de película porno gana de 1000 dólares hacia arriba mientras que guionistas, técnicos y maquillistas suelen ganar la mitad de lo que percibe un director así que, es negocio y, en el desarrollo del porno pasan cosas que, en realidad **son mentiras, son actuación** y si no estamos preparados, podemos creer que la sexualidad humana es una película porno cuando no es así.

Mentira 1. Las mujeres solo existen para hacer gozar a los hombres. La industria porno está hecha para el mayor consumidor (hombres) así que, en ella, los hombres son los que primero deben disfrutar, las tomas se centran en mostrar a la mujer “gozando” con lo que el hombre le quiere hacer. **No olvides.** Para Dios la sexualidad es un espacio donde ambos deben sentir la misma satisfacción si no, no es una buena sexualidad.

Mentira 2. Las mujeres deben dejarse hacer lo que sea. En la industria porno, la mujer debe aceptar estar con uno, dos o más hombres, debe dejarse hacer lo que sea y meterse lo que sea por orificios vaginales, anales o bucales sin protestar porque ese es su papel, ser una muñeca de carne y huesos para las eyaculaciones de los hombres. **No olvides,** la mujer es símbolo de la iglesia y, el hombre debe amarla como Cristo a la iglesia y, abusar de ella o sobajarla, no cumple para nada con este principio bíblico.

Mentira 3. Las personas todo el tiempo quieren sexo. En la industria porno, después de una plática de dos minutos dos o más desconocidos comienzan a tener sexo indiscriminado. **No olvides**, la sexualidad es una parte de nuestro ser, pero **no es la parte más importante**. Según la Biblia una relación de temor para con Dios es lo que da una plenitud mayor que cualquier cantidad de sexo así que no somos instintivos, no somos animales y, si tu crees que una persona anda buscando sexo solo porque tu lo estás buscando, es denigrar a la persona e insultar su valor como criatura de Dios.

Mentira 5. Las expresiones de placer deben ir acompañadas de fuertes sonidos. Si una persona gime o grita esta disfrutando si no, no disfruta. Esto no es completamente cierto. **No olvides**. Las expresiones de placer dependen del temperamento y circunstancia emocional que cada pareja viva así que no se puede exigir ciertas manifestaciones de placer cuando la persona no se siente a gusto con ellas.

Hay muchas más mentiras y muchas cosas más relacionadas con la pornografía, así como aspectos bíblicos de lo mismo, pero, todo ello se verá en los temas titulados “prácticas sexuales” por lo que te invitamos a que los consultes.

TEMA 5. DIFERENCIAS SEXUALES ENTRE EL HOMBRE Y LA MUJER

Estamos estudiando el modelo de Dios para la sexualidad de los cristianos, para, poder vivir una sexualidad plena que redunde en la bendición de un matrimonio feliz, pero, para ello, es importante conocer lo que nos hace diferentes como seres sexuales.

ORGANOS SEXUALES VS. ORGANOS GENITALES

Cuando decimos **“órganos genitales”** en este espacio, nos referimos a los órganos que favorecen la concepción de vida y, con **“órganos sexuales”** en este espacio nos referimos a los órganos que favorecen el sentir placer. ¿Por qué es esto importante? Porque en el caso de los hombres, el pene es órgano sexual y/o genital o sea, le brinda al hombre placer y propicia la expulsión de semen para fecundar al óvulo femenino pero, en el caso de las mujeres no es así, ellas tienen toda la llamada “matriz” como órganos genital pero, toda la cavidad vaginal y sus elementos como órgano sexual, o sea, para sentir placer y, de estos elementos, sin lugar a dudas es el clítoris el elemento más importante.

El clítoris es ese pequeño bulto ubicado en la unión superior de los labios vaginales y que, se sabe, se extiende hacia el interior de la vagina por medio de miles de terminaciones nerviosas que, van a parar al llamado punto “G” que está ubicado a la misma altura del clítoris, pero, por el interior de la vagina.

¿Vamos entendiendo las diferencias? Ahora queda claro porque para el hombre el pene es el centro de su placer, complejos e incluso auto estima porque ahí concentra todo su placer, pero, la mujer no, la mujer tiene muchas más áreas para recibir placer y que, **deben ser estimuladas** ya que, de lo contrario, su percepción de placer será muy débil. **Tomen nota esposos cristianos**, Si es el hombre el responsable de que su esposa se sienta “bien” en el sentido más amplio de la palabra, entonces deben convertirse en el mejor amante de sus esposos y eso solo se lograrán si entienden que deben dedicar tiempo a la estimulación de las áreas sexuales de su esposa.

ZONAS ERÓGENAS

Además de lo anterior, el cuerpo del ser humano concentra terminales nerviosas en ciertas áreas del cuerpo lo que las vuelve más sensibles y, por ende, en fuente de placer sexual. En términos generales, las zonas erógenas de la mujer son: el cuello, la parte interior de los muslos, los senos y la parte superior de la espalda (además no olvidemos sus órganos sexuales). Por su parte, las zonas erógenas de los hombres son: la parte baja de la espalda, los costados laterales de su cuerpo bajo los brazos, la nuca y, por supuesto, como vimos en el apartado anterior, el pene.

Tomen nota matrimonios cristianos. Experimente, con el cuerpo de la persona que aman, acaricien las zonas erógenas, estimulen, produzcan el mayor placer posible ya que eso provocará orgasmos más intensos y, dará plena satisfacción y, teniendo todo lo sexual en casa, no se necesita ir a buscar nada fuera de ella.

CURVAS DE RESPUESTAS SEXUAL

Para una buena sexualidad, necesitamos conocer como se comporta el hombre y la mujer durante la intimidad sexual lo que haremos usando las llamadas curvas de respuesta sexual. Veamos las curvas de hombre y mujer para después estudiarlas.



Observemos. El hombre se excita rápido y después de un tiempo corto eyacula para después prácticamente perder ganas y fuerza sexual. La mujer, se excita mucho más lentamente y, en el punto de mayor excitación puede tener *orgasmos múltiples*. Esto no es extraño o fuera de lo normal. Solo el 7% de las mujeres experimentan orgasmos múltiples mientras que se afirma, más del 70% estarían en posibilidad de tener orgasmos múltiples. El 35% de las mujeres no pueden tener un orgasmo solo con la penetración vaginal, requieren, por tanto, de otra clase de estímulos.

¿Por qué pasa esto?

Porque el hombre eyacula y pierde interés en el sexo mientras su esposa aún está excitada y, si ya tuvo un orgasmo, fácilmente puede volver a tener otro. Pasa, porque el hombre no dedica tiempo a la estimulación de su esposa para que ambos puedan llegar al momento justo en que ambos eyaculen y así, por lo menos, ella ya haya experimentado un “clímax” en sus sensaciones.

Definitivamente, nos falta aprender mucho en nuestra vida sexual. Todo lo relacionado con la estimulación y la experimentación del sexo lo aprenderemos en los temas titulados: “Prácticas sexuales”.

Reto sexual 3.

Esposos, comprométanse a no eyacular hasta que sus esposas hayan tenido por lo menos un orgasmo

Reto sexual 4.

Platiquen como esposos sin tabús, sean sinceros, platiquen lo que les gusta y lo que no les gusta que les hagan. Pidan lo que deseen sentir sin vergüenza. Esta con la persona que debe entenderles sexualmente. Si no lo hace, tal vez no te ama tanto como dice

TEMA 6. COMO PERCIBEN EL PLACER HOMBRES Y MUJERES

Para tener, como cristianos, una sexualidad plena que pueda glorificar a Dios, debes entender las diferencias sexuales entre hombres y mujeres *lo que vimos en el tema anterior*, pero, además, es necesario entender como es percibe el placer por cada uno de ellos.

Algo básico, es entender que, **el rol que dan a la sexualidad hombres y mujeres es diferente**. Para los hombres, el sexo representa principalmente **satisfacción** y nada más. El hombre va a la intimidad a *sentirse bien*. Así son los hombres y no cambiarán. A diferencia de esto, a las mujeres, el sexo les representa **amor, intimidad, cariño**. Así son las mujeres y no cambiarán. Debemos tomar esto en cuenta para saber qué es lo que debemos hacer para volvernos sexualmente necesarios para nuestro esposo o esposa.

CONDICIONES PARA SENTIR PLACER SEXUAL

Pensemos ahora en lo que **debe pasar** para que, como pareja sintamos deseo sexual.

Pensemos primero **en el hombre**, como vimos, su conducta sexual no es nada compleja. El hombre solo está pensando en sentirse bien así que, un hombre está listo para desencadenar su placer sexual cuando **se está sintiendo bien** por cualquier motivo ya sea por un ascenso en el trabajo, porque logró una meta, porque ganó en alguna competencia deportiva, etc. Son conocidos los excesos sexuales de los deportistas profesionales que, se dan por este motivo. Ahora, dependiendo el temperamento del hombre, el extremo opuesto, **el estarse sintiendo mal** activa en muchos hombres el deseo sexual. Cuando están deprimidos, cuando algún tienen algún problema laboral o cuando se acumulan muchas tareas, en algunos hombres puede ser la condición ideal para que sientan placer. No olviden esto, esposas, para favorecer el momento de que sus esposos se sientan mejor para tener intimidad con ustedes.

Pensemos ahora en **la mujer**. Sus condiciones para sentir placer, *son mucho más complejas*. Si ellas buscan **intimidad**, cualquier momento en donde se haya creado acercamiento como esposos será el propicio para que la esposa responda al estímulo del esposo (recordemos, al hombre se le manda amar, buscar, y, por ende, estimular. **Efesios 5.21-33**).

LA IMPORTANCIA DE LA ESTIMULACIÓN PREVIA

Si ambos esposos, no coinciden en un momento en que la necesidad sexual sea imperante, debe quedarnos claro, es obligatoria la estimulación y, aquí es donde debemos entender que, el hombre responde mejor **a la estimulación visual** y la mujer **a la estimulación auditiva** (que quede claro que esto solo aplica en el juego previo antes de la relación sexual).

Cualquier cosa que atraiga la atención de los ojos del hombre, será clave para que el se sienta bien. Por ejemplo, vestir alguna ropa íntima de su agrado. No se deben sentir mal las esposas por hacer esto aún cuando no sea tan importante para ellas, es una muestra de entrega para la persona con la que comparten su intimidad. Una buena comunicación sobre su sexualidad, permitirá a la esposa saber que otros estímulos pueden funcionar.

En el caso del esposo, este debe enamorar **el oído de su esposa** para que ella sienta el estímulo y el deseo de querer pertenecerle. Enamorar un oído requiere tiempo, en ocasiones de mucho tiempo.

Los esposos que son buenos amantes de sus esposas deben invertir tiempo en halagarlas, en decirles de manera sincera cosas que sientan por ellas, resaltar las circunstancias en las que ambos están conectados y evitar hablar de las cosas en las que tienen poca conexión. Sorprenderá a los esposos que se quejan de que sus esposas no desean intimidad el cambio que pueden provocar tomando en cuenta esto.

Finalmente, pensar en como ser mejores amantes de nuestros esposos (sobre todo para el hombre) muchas veces en contra de lo que culturalmente queremos creer. Es importante que, de la mano de Dios, le pidamos dirección para encontrar que paradigmas culturales nos han lastimado hasta hacernos varones dependientes de conductas equivocadas para sentir placer. Aquí recomiendo la lectura de mi libro **“Sanidad Espiritual”** disponible en Amazon. Es vital superar las ideas de dominio y control en la intimidad. Ahí es el único lugar donde nuestro compañero de vida debe sentir que quitamos cualquier barrera.

TEMA 7. LA RELACIÓN SEXUAL SATISFACTORIA

¿Cómo debe ser una relación sexual en el matrimonio cristiano? Considérese que, debe incluir los siguientes elementos.

Cantar de los Cantares 2.16. “Mi amado es mío...”. Si la unión matrimonial es para fortalecer la idea de “propiedad”, la intimidad lo hace aún más. La intimidad es para sentir que alguien es mío, que yo le pertenezco a alguien. En la sexualidad cristiana no deben existir barreras de ninguna especie. Es el espacio donde debo quitar cualquier obstáculo que pudiera tener con mi amado o amada así que, no es buena idea usar el sexo para “reconciliarse” para “que me deje de molestar con que quiere estar conmigo”. Si a la hora de estar en la intimidad, sentimos que algo nos impide entregarnos por completo o, no sentimos completamente nuestra a nuestra pareja, hay problemas.

Hebreos 13.4. “El lecho sin mancha...”. No puede existir nada que *manche* la intimidad de una pareja. Al ir a la intimidad, nada de lo que hagamos me debe hacer sentir mal. Cuando estoy con mi pareja y algo de lo que hacemos me apena, no me hace sentir a gusto, o lo hago de manera forzada, se está manchando la intimidad y más tarde o más temprano habrá conflictos.

Génesis 18.12. “Tendré deleite...” Sara, miraba la intimidad como un espacio donde ella sintiera plenitud, delicia. La relación sexual es para sentir *satisfacción* para, sentir que estoy satisfecho por dentro, que no me hace falta nada. La intimidad complementa las demás áreas del matrimonio. Si no me siento completo cuando estoy con mi pareja, algo anda mal.

Con estos tres elementos podemos formarnos un cuadro aún más completo de cómo debe ser una relación sexual satisfactoria entre cristianos. Lo presentamos así:

Motivos. Debemos ir a la cama por los motivos correctos, para hacer lo adecuado. Vamos a la intimidad a no ocultar nada, a entregarnos, a no poner barreras, a no negociar nada. Voy a entregar todo y a recibir todo, a manifestar confianza, a recibir confianza. Voy a la intimidad con mi pareja **para honrar a Dios** incluso en ese acto íntimo para que Dios se regocije al ver que nos estamos amando como él ama a su iglesia. Vamos a fortalecer nuestra relación para que la fuerza de la misma nos ayude a vencer cualquier inmoralidad que la quiera atacar.

Tiempo. En una relación satisfactoria, debe estar el tiempo de su lado. Se debe dedicar tiempo a platicar, a preparar el momento en el que estarán juntos, a dejar a los niños a buen resguardo, de tal manera que nada pueda interrumpir el espacio de tiempo que se ha decidido pasar juntos. No debe haber presiones, no nos debe preocupar cuanto durará la erección de mi esposo porque como esposa, me dedicaré con tiempo a acariciarle o a platicar durante un lapso de tiempo para evitar que pronto eyacule y no pueda continuar dándome placer. Como esposo, debo tomarme tiempo para hablar con mi esposa, para excitarla, para acariciarle de la manera más paciente para que ella llegue lo suficientemente excitada para disfrutar de un orgasmo conjunto lo que hace más profunda la idea de entrega y propiedad.

Entrega. En la intimidad, debo hacer lo que haga feliz a mi pareja. Se deben practicar las posiciones que sean más placenteras, se deben dar tiempo a experimentar con caricias distintas en lugares distintos, se debe complementar esto con las palabras adecuadas, con lo que genere la estimulación suficiente.

¿Calificarías tus relaciones sexuales como satisfactorias?

TEMA 8. PRÁCTICAS SEXUALES 1

Llegamos al análisis bíblico de las diversas prácticas sexuales que suceden alrededor del matrimonio cristiano. Es la conclusión de los siete temas anteriores por lo que sugerimos que se repasen para tener clara toda la información.

CONSUMO DE PORNOGRAFÍA

La pornografía fue estudiada ampliamente en un tema anterior. Te remitimos a él. Aquí nos ocuparemos de su consumo.

Primer caso. Uno de los esposos cristianos consume pornografía. ¿Por qué lo hace? ¿Por qué lo oculta a su pareja? Si es por pura lujuria, por las ganas de sentir placer entonces hay problema porque Dios condena a los pies que se apuran a hacer el mal (**Proverbios 6.18**) además de que, si las imágenes pornográficas hacen hacer desear al actor porno que se está viendo lo que espiritualmente equivale a un adulterio (**Mateo 5.28**). Ahora, si se argumenta que no se desea a los actores, pero, los pensamientos se enfocan en otras personas que se conocen, se está deseando alguien que no está prohibido (**Deuteronomio 5.21**). Si se argumenta que, se hace solo por distracción o evasión de la realidad, esto, tampoco es una salida, es pecado de egoísmo porque no se está confiando en Dios ni dependiendo de él (**Gálatas 2.20**). No hay posibilidad de que la Biblia apruebe esta práctica.

Segundo caso. Los dos esposos consumen pornografía juntos. Pueden hacerlo porque uno de los dos, preso de este hábito pecaminoso, con mucha astucia ya logro implantarle el hábito a su cónyuge aquí hay pecado porque solo se está buscando lo propio. Eso no es verdadero amor (**1 Corintios 13.4-5**). Si el argumento es que, lo hacen para dar “variedad” a su vida sexual y, eso los estimula, entonces ahora el problema es que se están deleitando en algo que no debe darles placer (**Proverbios 5.18**) ya que, para Dios, solo el cónyuge debe ser lo suficiente para el otro. A esto, debe añadirse la observación de que, como todo pecado, esto deriva en cosas más grandes por lo que, a la pareja, le pueden dar ganas de “experimentar con lo que ven”. De esto, nos ocuparemos más adelante.

FANTASÍAS SEXUALES

Muchas parejas cristianas o no, fantasean en la intimidad. Se imaginan teniendo relaciones con otras personas y con su pareja, participar en tríos, orgías o relaciones lésbicas en el caso de las mujeres lo que suelen ser las fantasías más frecuentes.

Con las fantasías como con el porno se presenta un riesgo, ¿Qué puede evitar que se quieran llevar a la realidad? (De esto nos ocuparemos más adelante) pero, el punto más importante es que, espiritualmente las fantasías sexuales **pueden ser un gran distractor**. En lugar de estar sintiendo el amor por mi pareja, de experimentar la plenitud de pertenecer a alguien de manera total como a nadie, de saber que, mi unión física es la expresión de una unión espiritual, de querer agradar a Dios con cada caricia, con cada beso, nuestra mente está enfocada en imaginar la fantasía así que, estoy pecando porque mi estimulación no es mi pareja, es lo que *imagino que hago con mi pareja*. Otra cosa que considerar es que, siendo una sensación una consecuencia de la fantasía cada vez se buscará una mayor sensación, una mayor fantasía lo que puede derivar en pensamientos más extraños y una mayor influencia de lo malo. Si lo que desean es estimularse, porque no se imaginan **los dos y solo los dos** en distintas situaciones o distintos lugares donde disfrutan de su intimidad. Vuélvanse el uno para el otro el principal centro de su estimulación sexual.

DIFERENTES POSICIONES SEXUALES

Las distintas posiciones sexuales permiten la estimulación de los órganos sexuales de una manera más intensa así que, cada pareja de esposos puede platicar sobre lo que les gustaría hacer y experimentar para encontrar las posiciones que más le agraden y con las que se sientan más cómodos. Se debe tener cuidado con el aspecto *del dolor*. Hay posiciones que **no son placenteras** y no se deben imponer a la pareja. Muchas personas como resultado de un pasado de perversión, consiente con prácticas como *el bondage* (esclavizar a alguien para provocarle dolor y sentir placer por ello) algo que, **es pecaminoso** porque violenta la integridad de una persona ejerciendo una posición de dominio sobre alguien algo que solo le pertenece a Dios.

Más prácticas sexuales serán analizadas en el siguiente estudio.