

El Primer Mandamiento

Lectura 1

Adora a Dios

Lo más importante que los misioneros pueden hacer para mantener la pureza sexual es adorar a Dios con todo su ser, con el corazón, con el alma, con la fuerza, y con la mente (Lucas 10, Deuteronomio 6). Tu relación con Dios debe tener la máxima **prioridad**.

- Ten un tiempo devocional, coherente y diario para mantener tu relación con Dios. Incluye leer por lo menos la Escritura, meditar, y orar. ¡El estudio de Biblia para la preparación de sermones, escribir o para la preparación de una enseñanza, etc. no cuenta como parte del tiempo devocional!
- Estudia, medita, memoriza y aplica la Escritura en este tema. Nota que en la mayoría de los pasajes donde la Biblia habla de ser santos están en el contexto del pecado sexual (Levítico 18-20, 1 Corintios caps. 5-7). Revisa estos pasajes periódicamente y con regularidad.

Ama a Otros

La segunda cosa más importante que la mayoría de los misioneros pueden hacer para mantener la pureza sexual es amar a otros (Lucas 10, Levítico 19). Tus relaciones de amor con otros deben tener una prioridad alta también. Con respecto a la pureza sexual esto incluiría lo siguiente:

- Aprende las indicaciones en tu país anfitrión sobre cómo se demuestran la pureza sexual y la disponibilidad sexual. Estas incluyen cosas tales como: la forma de vestir, el contacto visual, la postura, los gestos, etc.
- Entérate cómo es dentro de la cultura que te recibe, para las personas varía extensamente el significado del toque físico. Algo que consideras apropiado sólo para mostrar amistad puede ser interpretado como sexual por la otra persona. El toque no es impropio, pero necesitas saber cómo es que para ti es un "toque bueno" puede ser interpretado por otro como "toque malo" o toque erótico.
- Debes estar especialmente alerta cuando te encuentres en situaciones de "alto riesgo", como puede ser estar solo con alguien del sexo opuesto, pasando un tiempo prolongado porque trabajas con esa persona, etc.
- Encuéntrate semanalmente con un amigo para rendir cuentas (o un grupo) para contestar preguntas específicas acerca de tu pureza sexual.
- Si estás casado, dale a la relación con tu cónyuge la más alta prioridad (de entre todas las personas). Separen tiempos regulares para estar juntos, así como separas un tiempo para Dios. Los cónyuges que no se comunican con regularidad acerca de cómo se sienten realmente crecen más y más separados, a pesar de cuán cercanos piensen que están.
- Si estás casado, haz el mismo compromiso con tu cónyuge (con respeto a la pureza sexual) que le hiciste a Dios.
- Si eres casado, sé intencional acerca de encontrar y satisfacer las necesidades emocionales, físicas y espirituales de tu cónyuge.

Ámate a ti mismo

La tercera cosa más importante que los misioneros pueden hacer para mantener la pureza sexual es amarse a sí mismos, para cuidar de sí mismo como cuidan de otros.

- Acepta tu propia vulnerabilidad. 1 Corintios 10:12 nos recuerda que si pensamos queremos mantenernos firmes, debemos tener cuidado o nosotros caeremos.
- Concéntrate en la "renovación de tu mente" como se describe Colosenses 3 y en Efesios 4. Toma cautivo cada pensamiento para hacerlo obediente a Dios como lo dice 2 Corintios 10. Piensa en la clase de cosas mencionadas en Filipenses 4.
- Evita zonas de peligro para ti. Si sabes que eres tentado visualmente, no mires videos ni programas de televisión donde sabes que habrán imágenes sexuales explícitas. Si sabes que eres tentado verbalmente, no vayas a salas de chat de Internet ni veas novelas explícitas de romance.
- Desarrolla un sistema de alerta precoz para aumentar tu conocimiento de los problemas que se vienen. Saber que hablarás con un alguien de tu confianza para rendir cuentas, es probable que te haga estar más alerta de las zonas o situaciones de peligro. Si estás casado y sientes la menor atracción por alguien de otra manera aparte de tu cónyuge, toma medidas inmediatamente.
- Desarrolla un plan para combatir tentaciones que ocurrirán a pesar de tus esfuerzos por evitarlas. Si tu tentación más grande es con imágenes visuales, entrena tus ojos para "echar" bien lejos tales imágenes tan pronto como ellas aparezcan. Si tu tentación es por el toque, entrénate para retirarte tan pronto como cualquier toque llegue a ser erótico para ti. Si eres susceptible por el oído, ten cuidado con la música romántica que escuchas, etc.

Fuente: Ken Willians