

Esta es una pequeña muestra  
del libro *Por fin libre*.

Para conseguir el libro completo y conocer más  
acerca de nosotros, visita nuestra página web:

[www.poiema.co](http://www.poiema.co)

O comunícate con nosotros al correo:

[info@poiema.co](mailto:info@poiema.co)



© 2020 Poiema Publicaciones

¡El evangelio para cada rincón de la vida!

He leído casi todos los libros cristianos sobre el tema de la pornografía. *Por fin libre* se convirtió en el libro principal que recomiendo a pastores, a consejeros, a quienes luchan y a quienes los aman.

— **Bob Kellemen**, PhD, director ejecutivo de la Coalición de Consejería Bíblica

*Por fin libre* contiene discusiones bíblicas y sabias que ofrecen pasos específicos y prácticos para ser libres de las garras de la pornografía. A fin de cuentas, el evangelio de Jesucristo es lo único que nos libera en esta área, así como en todas las demás, y Heath Lambert expone el camino que nos lleva a experimentar la verdad y la libertad duradera del evangelio.

— **Bruce Ware**, profesor de Teología Cristiana, Southern Baptist Theological Seminary

Heath Lambert escribe con un corazón lleno de amor por Dios y por las personas. Nos recuerda el poder de las Escrituras. Sus aplicaciones son perspicaces y prácticas. *Por fin libre* está escrito de manera excepcional y es muy claro. Se lo recomiendo de forma especial a cualquier persona que esté luchando con la pornografía. En verdad hay esperanza, gracia y misericordia para ser libres.

— **Martha Peace**, consejera bíblica y autora de *La esposa excelente*

*Por fin libre* presenta la sabiduría del evangelio como la ola poderosa que es capaz de aplastar el pecado de la lujuria. Es fácil de leer y está escrito con un espíritu pastoral que cautiva al lector, además de equilibrar la gracia y el esfuerzo con gran precisión. El mensaje teológico presentado en estas páginas no solo vencerá incluso la adicción más fuerte a la pornografía, sino que afectará toda nuestra vida espiritual, renovándonos y fortaleciéndonos, convirtiendo a las víctimas en vencedores y a los cautivos en libertadores.

— **Owen Strachan**, director ejecutivo del Consejo de Masculinidad y Feminidad Bíblica

Hay tanta gente, incluyendo a cristianos, que ha llegado a ser presa del acceso fácil a la pornografía en línea. Heath Lambert nos presenta cómo el evangelio nos libera de esta adicción. No se me ocurre ningún otro libro que sea más oportuno o relevante. Es para cualquier persona que quiera saber cómo ser libre de este pecado dominante y mortal.

— **Denny Burk**, profesor asociado de Estudios Bíblicos en Boyce College

Heath Lambert trata de forma bíblica y práctica con dos problemas devastadores: la pornografía y la manera tan ineficaz en que lidiamos con ella dentro de la iglesia. Su consejo sabio es bíblico porque comienza y termina con la gracia de Dios, y es práctico porque proporciona una dirección clara sobre cómo recibir esa gracia y crecer en ella. *Por fin libre* no es solo para personas que luchan con la pornografía; es para todos los que buscan seguir a Jesús y llevar a otros a Él en el siglo veintiuno.

— **Noel Bouché**, presidente de Pure Hope Ministries

Más que una exposición del poder malicioso de la pornografía, *Por fin libre* es una declaración de la gracia asombrosa que nos libera de ese poder. Heath Lambert nos muestra una guía bíblica y práctica del proceso que Dios usa para traer esta libertad a nuestras vidas, y al mismo tiempo nos recuerda que la gracia está en el centro de cada estrategia en el proceso.

— **Daniel Montgomery**, fundador y pastor principal de Sojourn Community Church, en Louisville, Kentucky

*Por fin libre* no es el típico libro de autoayuda centrado en el hombre que ofrece enseñanzas superficiales y un futuro sin esperanza. Heath Lambert argumenta sistemáticamente que la libertad se encuentra en las soluciones comprobadas que nos da la Palabra de Dios. Desde las primeras páginas hasta el último capítulo, Heath lleva al lector de forma persistente a Jesucristo, presentándolo como el Libertador y la Solución. Recomiendo ampliamente este recurso.

— **Steve Gallagher**, fundador de Pure Life Ministries y autor de *En el altar de la idolatría sexual*

# ¿Por qué deberías leer este libro?

POR JUAN FERNANDO MONCAYO

---

**E**n los años que he trabajado como pastor y consejero he conocido tanto a nuevos creyentes como a líderes experimentados que quieren servir a Dios, pero se sienten atrapados y desanimados en su lucha con la pornografía. Es un cáncer letal que silenciosamente está despedazando y destruyendo sus propias vidas y las de sus familias. Frecuentemente la iglesia no sabe cómo responder, qué herramientas usar y, en muchos casos, ha perdido credibilidad para responder con autoridad.

Amigo o amiga, no sé dónde estés en tu batalla en contra de la pornografía y de la lujuria. Quizá te sientas cansado, desanimado o abrumado, pero quiero que sepas que la libertad es posible debido a la cruz de Cristo, y este libro puede ser una gran herramienta para avanzar en esta libertad. Me encanta este libro porque no se enfoca solamente en mostrar lo horrible, pecaminoso y oscuro de la pornografía, sino que va más allá. *Por fin libre* te ayudará a levantar tus ojos y contemplar a Cristo como infinitamente más hermoso; te animará a eclipsar los placeres temporales y engañosos de la lujuria; y te dará consejos prácticos y claros en la batalla.

*Por fin libre* es claro al hablar del pecado sexual con precisión y con franqueza, pero aprecio mucho que su discurso lo presenta de manera cuidadosa, santa y sabia. Por eso me parece ideal para grupos pequeños, e inclusive para algunos que sienten que han ganado la batalla sobre este pecado a nivel de comportamiento, pero que siguen luchando con sus deseos y motivaciones.

Creo que la mejor defensa contra la pornografía es tener una buena ofensiva, por la cual crecemos en gracia. Ya sea que luches con la pornografía diariamente o solo de vez en cuando, este libro es vital para que aprendas a confiar y a gozarte en Cristo en medio de los ataques del enemigo. ¡Hay esperanza en Cristo! El mismo que ha vencido al mundo te ayudará en esta batalla.

**Juan Fernando Moncayo**  
Consejero bíblico certificado, ACBC  
Pastor principal, iglesia La Fuente,  
Quito, Ecuador

**POR FIN**  
**LIGRE**

**LUCHANDO POR PUREZA  
CON EL PODER DE LA GRACIA**

**HEATH LAMBERT**



Mientras lees, comparte con otros en redes usando

# #PorFinLibre

## Por fin libre

*Luchando por pureza con el poder de la gracia*

Heath Lambert

© 2020 por Poiema Publicaciones

Traducido del libro *Finally Free: Fighting for purity with the power of grace* © 2013 por Heath Lambert. Publicado por Zondervan, 3900 Sparks Dr. SE, Grand Rapids, Michigan.

A menos que se indique lo contrario, las citas bíblicas han sido tomadas de *La Santa Biblia, Nueva Versión Internacional* © 1986, 1999, 2015, por Biblica, Inc. Usada con permiso. Las citas bíblicas marcadas con la sigla NBLA han sido tomadas de *La Nueva Biblia de Las Américas* © 2005, por The Lockman Foundation; las citas marcadas con la sigla RVA, de *La Santa Biblia, Versión Reina Valera Actualizada* © 2015, por Editorial Mundo Hispano; la citas marcadas con la sigla NTV, de *La Santa Biblia: Nueva Traducción Viviente* © 2010, por Tyndale House Foundation.

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación, o transmitida de ninguna forma ni por ningún medio, ya sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, u otros, sin el previo permiso por escrito de la casa editorial.

Poiema Publicaciones

info@poiema.co

www.poiema.co

Impreso en Colombia

ISBN: 978-1-950417-18-6

SDG

201



Buscando ser buenos mayordomos de la creación, Poiema se compromete a un uso responsable de los recursos naturales. Por tal razón, hemos preparado este libro con papel ecológico para cuidar el medio ambiente.

*Para mis amados y preciosos hijos,  
Carson y Connor.*

*Un mundo malvado quiere esclavizar  
sus almas a la pornografía;  
la gracia de Jesucristo es lo único  
que les dará libertad.*

*¡Mírenlo a Él!*



# Contenido

<b>Introducción:</b> <i>El propósito de este libro</i> . . . . .	.11
1. <b>La gracia como el fundamento</b> <i>de la lucha contra la pornografía</i> . . . . .	.19
2. <b>Usando el dolor</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.35
3. <b>Usando la rendición de cuentas</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.51
4. <b>Usando medidas radicales</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.65
5. <b>Usando la confesión</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.83
6. <b>Tu cónyuge (o tu soltería) como una ayuda</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.99
7. <b>Usando la humildad</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.117
8. <b>Usando la gratitud</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.133
9. <b>Usando la relación dinámica con Jesús</b> <i>para luchar contra la pornografía</i> . . . . .	.147
<b>Conclusión:</b> <i>Un llamado a la santidad</i> . . . . .	.163
<b>Apéndice:</b> <i>Ayuda para los familiares y amigos</i> . . . . .	.173
<b>Agradecimientos</b> . . . . .	.189



## INTRODUCCIÓN

---

# El propósito de este libro

**E**l tema de este libro no es la pornografía. Hay innumerables libros sobre la pornografía que incluyen información detallada sobre la industria pornográfica: cuántas películas se hacen, qué tipo de películas son, cuántas personas están involucradas, cuánto dinero se gasta y cuántos sitios web se dedican a su distribución. En este libro no vas a encontrar ningún tipo de información sobre la industria de la pornografía.

Otros libros *sobre* la pornografía incluyen largas discusiones sobre el daño que produce: los niveles de daño que causa a los actores, la erosión moral dentro de la sociedad que la acepta, el daño físico y espiritual que sufren los que la ven, la destrucción que trae a los matrimonios, el dolor que padecen los hijos y los padres de los consumidores, y lo increíblemente difícil que es vencer sus tentaciones. Este libro no es acerca de las consecuencias catastróficas de la pornografía.

Otros libros *sobre* la pornografía se dedican en gran parte a decir a las personas lo que deben pensar acerca de la misma: que es mala, que se opone al Reino de Jesús, que está en contra del amor y la entrega matrimonial, que

impide la productividad ministerial y perjudica el testimonio del cristiano. El propósito de este libro no es reconfigurar tu cerebro en lo que respecta a la pornografía.

Las metas de estos libros son honorables; hay momentos y lugares para hablar de todos esos temas. Sin embargo, este libro tiene un propósito diferente. En la década pasada, pasé miles de horas hablando con cientos de personas que luchan con la pornografía. Nunca conocí a alguien que experimentara un cambio profundo luego de escuchar cuántos millones de dólares se le dedica a la pornografía cada año. Nunca conocí a alguien que experimentara un cambio radical en su vida por haber escuchado (de nuevo) lo dañina que es esa industria y lo necesario que es que cambie su perspectiva sobre ella. De hecho, todas las personas que sinceramente querían ayuda sabían casi toda esta información. Los que están atrapados en la red engañosa de la pornografía no necesitan más información *sobre* la pornografía.

Este libro es sobre algo mucho mejor que la pornografía. Este libro es acerca del poder asombroso de Jesucristo para liberarte de la pornografía.

En este libro, quiero compartir contigo la profundidad y efecto del maravilloso poder de Cristo para erradicar la pornografía de tu vida. Ya sea que tú mismo luches con la pornografía o que estés tratando de ayudar a alguien que lucha, tengo buenas noticias: sin importar lo intensa o extensa que sea la lucha, Jesucristo es quien libera a las personas de ese pecado. Escucha las palabras del apóstol Pablo:

¿No saben que los injustos no heredarán el Reino de Dios? No se engañen: que *ni los inmorales sexuales ni*

los idólatras ni los adúlteros ni los afeminados ni los homosexuales ni los ladrones ni los avaros ni los borrachos ni los calumniadores ni los estafadores, heredarán el Reino de Dios. Y esto eran algunos de ustedes, pero ya han sido lavados, pero ya son santificados, pero ya han sido justificados en el nombre del Señor Jesucristo y en el Espíritu de nuestro Dios.

1 Corintios 6:9-11 (RVA)

¿Puedes ver el poder que hay disponible para aquellos que confían en Cristo? Pablo pasa de la condenación a la confianza. Primero, condena el pecado enérgicamente. Las palabras son claras: si eres inmoral sexualmente, no heredarás el Reino de Dios. A todo el que ve pornografía le espera la condenación. Afortunadamente, Pablo no termina allí, sino que pasa a la confianza en nuestro Redentor, Jesús. Jesús limpia a los pecadores. A Jesús le encanta limpiar a los que les encanta ver pornografía, y le encanta darles el poder para cambiar. Nuestra pecaminosidad no tiene la última palabra. En cambio, Jesús nos justifica, nos lava y nos santifica. Nuestra única esperanza está en un Salvador resucitado que tiene el poder de sacarnos del hoyo de la pornografía. Este libro explica el fascinante proceso que Jesús lleva a cabo para lograr esta obra.

El poder de Jesús es extremadamente práctico, así que este libro también es práctico. Jesús te liberará de tu lucha, pero también te llama a colaborar con Su obra. De nuevo, Pablo escribe: “Queridos amigos, siempre siguieron mis instrucciones cuando estaba con ustedes; y ahora que estoy lejos, es aún más importante que lo hagan. Esfuércense por demostrar los resultados de su salvación

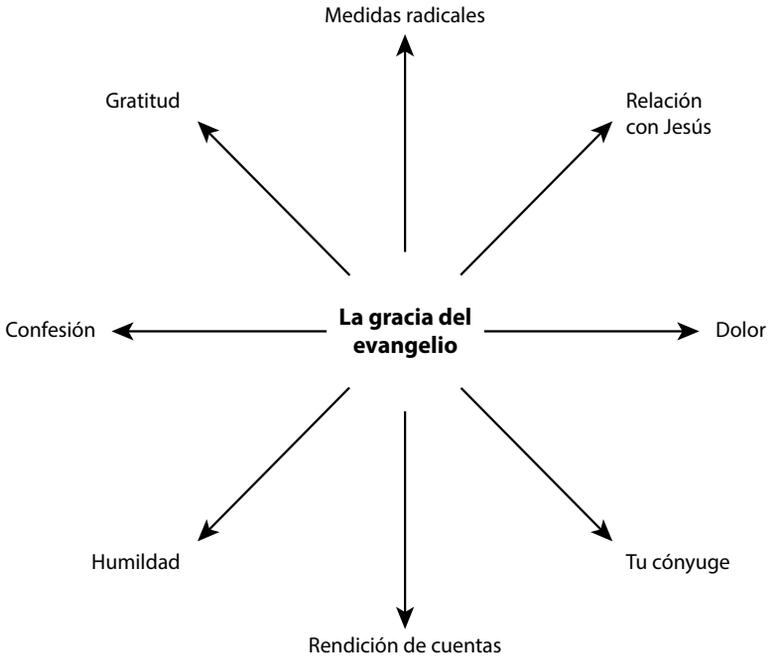
obedeciendo a Dios con profunda reverencia y temor. Pues Dios trabaja en ustedes y les da el deseo y el poder para que hagan lo que a Él le agrada” (Fil 2:12-13, NTV).

Dios obra en nosotros para que lo deseemos y nos esforcemos por hacer Su buena voluntad. Como cristianos, somos capaces de hacer el trabajo de la obediencia, pero es la gracia de Dios la que empodera todo nuestro crecimiento. Jesús nos da el poder para obedecer, de tal forma que podamos obedecer para la gloria de Dios. Los creyentes somos llamados a depender de Su fortaleza, a tomar medidas prácticas de gracia y a dar pasos prácticos hacia el cambio.

Por muchos años he aconsejado a personas que se sienten atrapadas en una lucha perdida contra la pornografía. Necesitan estrategias prácticas, relevantes y llenas de gracia para huir de la inmoralidad sexual. Este libro proporciona ocho estrategias claras para ayudarte a que te esfuerces por demostrar los resultados de tu salvación y a experimentar libertad de tu deseo de ver pornografía (ver el diagrama de la siguiente página). Estas estrategias son herramientas diseñadas para ayudarte a pasar del pecado a la justicia, sobre la base de la obra de Cristo, y he visto que funcionan una y otra vez. Oro que puedas ver cómo funcionan en tu vida y en las vidas de aquellos que Dios te ha encomendado.

Espero que veas este libro como un material práctico y saturado de gracia, pero también como un recurso puro. He hablado con un sinnúmero de pastores, padres y miembros de iglesias a quienes les decepcionan los libros que hay disponibles sobre la pornografía. Están decepcionados porque muchos de los recursos a los que acuden

para encontrar ayuda están llenos de un lenguaje escandaloso —y a veces hasta vulgar. Con frecuencia, el recurso al que acuden para recibir ayuda les trae más tentaciones de las que ya tenían. Puedo entenderlo. Y Pablo también: “Entre ustedes ni siquiera debe mencionarse la inmoralidad sexual, ni ninguna clase de impureza o de avaricia, porque eso no es propio del pueblo santo de Dios. Tampoco debe haber palabras indecentes, conversaciones necias ni chistes groseros, todo lo cual está fuera de lugar; haya más bien acción de gracias” (Ef 5:3-4).



Es triste que se use un lenguaje impuro, sucio y crudo en recursos diseñados para ayudar a las personas a luchar contra la inmoralidad sexual. No podemos alcanzar la

pureza y la moralidad usando un lenguaje que sea impuro e inmoral. Sí, es importante hablar francamente sobre el pecado, siendo honestos en cuanto a los pecados que cometemos y las tentaciones que enfrentamos. Sin embargo, podemos ser francos sin ser sucios. Con esto en mente, quiero prometerte que en este libro no usaré un lenguaje vulgar, crudo, impuro ni sucio. Como padre de tres niños pequeños, quiero escribir un libro que ellos puedan leer algún día sin que yo me sienta avergonzado y sin que ellos sean tentados a ser impuros. Quiero que tú también tengas esa confianza al leer este libro y al recomendarlo a otros.

Este libro comienza con el fundamento de la gracia. Cada capítulo después del primero explica un paso esencial para ser libre de la pornografía. Por favor, no creas que el libro comienza con la gracia en el capítulo 1 y luego pasa a otros temas en los siguientes capítulos. La gracia es la fuerza que motiva y le da poder a todas las estrategias del libro. El diagrama anterior ilustra que cada estrategia está basada en la gracia y depende de ella.

Si quieres alcanzar una libertad duradera, todas las estrategias que uses en tu lucha por la pureza deben estar arraigadas en la gracia de Dios en Cristo. En este sentido, tengo una recomendación en cuanto a la forma de leer este libro.

El capítulo 1 habla sobre el evangelio como fundamento, ya que ninguna estrategia para combatir el pecado puede traer un cambio profundo y duradero si está desconectada del poder de Jesús. Las estrategias son importantes, pero deben estar basadas en el evangelio. Si estás tratando de ayudar a una persona que está luchando con

la pornografía, será sabio que leas este libro completo antes de comenzar a ayudarlo. Al hacerlo, entenderás mejor por qué las estrategias deben surgir de un compromiso real con el evangelio.

Si tú mismo estás luchando con la pornografía, está bien que leas este libro de principio a fin. Sin embargo, puede ser una buena idea que comiences con la enseñanza del capítulo 4 sobre las medidas radicales, y que luego regreses al comienzo para leer desde ahí. Algunos de ustedes pueden estar tan sumergidos en un estilo de vida lleno de pornografía, que la enseñanza inicial del evangelio se arraigará mejor *después* de que hayan dado algunos pasos para eliminar la pornografía de sus vidas. Dar pasos como los sugeridos en el capítulo 4 nunca será la solución a largo plazo para tu lucha, pero al darlos se puede crear cierto espacio para que seas capaz de considerar el evangelio.

Este libro es para todos los que necesitan ayuda en la lucha contra la pornografía. Aunque nunca haya visto a la mayoría de ustedes, los conozco. Me he sentado con ustedes en su sala de estar, les he advertido sobre los peligros del pecado que están cometiendo, he llorado con ustedes en su quebrantamiento por ese pecado y he caminado con ustedes en su viaje hacia el cambio. Conozco su deseo de ser completamente libres de la esclavitud a la pornografía. Mi oración es que este libro les ayude a luchar por la pureza con el poder de la gracia.



# La gracia como el fundamento de la lucha contra la pornografía



**M**ario es un estudiante universitario de diecinueve años que descubrió la pornografía a los ocho años, cuando su tío le mostró un video y le advirtió que no se lo dijera a nadie. Fernando tiene treinta años y nunca había pensado en la pornografía hasta que sucumbió a la tentación de un anuncio publicitario en una habitación de hotel durante un viaje. Iván ha estado casado por diez años y una noche vio un reportaje en las noticias sobre la industria de la pornografía que despertó su curiosidad y lo llevó a buscar en Internet “solo para ver por qué tanto alboroto”. Sara es una mujer soltera de treinta y cinco años que comenzó a ver pornografía para fantasear y olvidarse de su soledad.

Conozco a decenas de personas (hombres y mujeres) que luchan con la pornografía. Cada uno llegó a la pornografía de una forma diferente. Algunos la buscaron y otros la conocieron a través de personas pecaminosas. Sea como

sea, ahora la pornografía los ha masticado y escupido. Al comienzo, ver a las personas cometiendo actos de inmoralidad sexual les parecía divertido, intrigante, confortante y estimulante. Ahora, el pecado les ha pasado factura. Sus corazones viven aplastados por la culpa, sus relaciones están llenas de tensión, su perspectiva del sexo se ha corrompido y su testimonio cristiano se ha estropeado.

Conozco a estas personas. Son mis hermanos en Cristo. Me he sentado con ellos, hemos llorado juntos y hemos hablado durante horas. He visto de primera mano la destrucción que la pornografía ha traído a sus vidas. Tal vez esta sea la realidad de alguien a quien Dios te ha encomendado, o puede que sea tu propia realidad.

Tal vez, al igual que ellos, comenzaste a ver pornografía porque lo justificaste de alguna manera. *¿Qué tan malo puede ser? Es solo esta vez, nunca lo volveré a hacer. Mi cónyuge no se ve muy interesado en mí. Puede que el hecho de que yo tenga otro escape sexual sea bueno para nuestro matrimonio. Estoy cansado de sentirme solo. Me lo merezco.* Ahora, el fundamento arenoso que sostenía esas mentiras se ha deteriorado, y estás confundido. Estás desesperado por recibir ayuda para salir del desastre, pero no sabes cómo... ni siquiera por dónde empezar. De hecho, temes profundamente que estés tan atrapado que tal vez ya no haya forma de escapar.

Si esto te describe, tengo noticias impresionantemente buenas para ti: Jesucristo murió para liberarte de todo pecado que puedas cometer. Y eso incluye la pornografía.

Pero ahora, sin la mediación de la ley, se ha manifestado la justicia de Dios, de la que dan testimonio

la ley y los profetas. Esta justicia de Dios llega, mediante la fe en Jesucristo, a todos los que creen. De hecho, no hay distinción, pues todos han pecado y están privados de la gloria de Dios, pero por Su gracia son justificados gratuitamente mediante la redención que Cristo Jesús efectuó. Dios lo ofreció como un sacrificio de expiación que se recibe por la fe en Su sangre, para así demostrar Su justicia. Anteriormente, en Su paciencia, Dios había pasado por alto los pecados.

Romanos 3:21-25

Es posible ser libre de la pornografía. Por Su gracia, Dios envió a Su Hijo a recibir el castigo justo por los pecados que todos cometemos. Cuando crees en la gracia de Dios para ti, obtienes la justicia de Dios. Puedes ser perdonado y libre cuando confías en Cristo y en lo que hizo por ti, sin importar cuántas veces hayas visto pornografía y qué tan imposible parezca la lucha. Cuando te parezca que esto no es verdad, es que estás pensando más en ti mismo y en tu pornografía que en Jesús y en Su gracia. Puedes ser libre, pero la libertad requiere gracia.

Es una bendición maravillosa poder vivir en tiempos y en lugares donde muchos líderes cristianos y laicos se están enfocando en el evangelio de Jesús de formas nuevas, frescas y poderosas. Varios libros, sermones y blogs describen los recursos abundantes de la gracia que se nos ofrecen a través de las buenas noticias sobre Jesús. Aunque este énfasis actual es admirable, existe el peligro de que la gracia se convierta en un tema que discutimos en vez de ser un poder que experimentamos. Nunca podremos

saturarnos de la gracia. El peligro en nuestra época es darla por sentada y no considerar la forma de hacerla práctica.

Quiero acatar mi propia advertencia. Mi intención en este libro no es solo hablar de la gracia, sino mostrarte cómo puedes usar la gracia de Jesús en tu lucha contra la pornografía. En Romanos 1:5, Pablo escribe: “Es por medio de Él [Jesucristo] que hemos recibido la gracia y el apostolado para promover la obediencia a la fe entre todos los gentiles, por amor a Su nombre” (NBLA). Aquí, Pablo está enseñando que Dios le ha dado gracia a Su pueblo para que puedan obedecer y honrar el nombre de Cristo entre las naciones. La gracia no es simplemente un “favor inmerecido” —que Dios nos mire con agrado—; la gracia también es *poder*. La gracia es la fuerza divina que nos es dada para que podamos vivir agradando a Dios. En Romanos 1:5, Dios está llamando a los cristianos a la obediencia y también está prometiendo que tendremos el poder para alcanzar esta obediencia. La gracia de Dios es el poder que Él nos da para obedecer.

Quiero que entiendas dos aspectos importantes de la gracia de Dios en tu lucha contra la pornografía.

## La gracia perdonadora

Lo primero que debes saber sobre la gracia poderosa de Dios es que, por medio de ella, Dios *perdona* nuestros *pecados*. Escucha lo que dice la Biblia sobre esta gracia perdonadora en Colosenses 2:13-14: “Y cuando ustedes estaban muertos en sus delitos y en la incircuncisión de su carne, Dios les dio vida juntamente con Cristo, habiéndonos perdonado todos los delitos, habiendo cancelado el documento de deuda que consistía en decretos contra

nosotros y que nos era adverso, y lo ha quitado de en medio, clavándolo en la cruz” (NBLA).

Dios usa términos impresionantes para describir cómo obtenemos estas asombrosas bendiciones. Tenemos vida y perdón —pero estos regalos no fueron baratos.

Pablo lo ilustra con seriedad cuando compara los pecados que hemos cometido con una factura de tarjeta de crédito —un “documento de deuda”. Los pecados que cometemos no se esfuman en el aire, sino que se documentan y se guardan. Así como debemos pagar nuestras facturas de tarjetas de crédito para evitar sanciones legales, así nuestro historial de deuda de pecado nos hace exigencias que son legalmente vinculantes. Lo que se requiere legalmente por nuestra deuda de pecado es el castigo divino. Se debe pagar por el pecado. Pero aquí descubrimos una verdad gloriosa: aunque tú y yo seamos total y completamente responsables de nuestra deuda de pecado, Dios mismo nos provee clavándola en la cruz de Cristo y satisfaciendo sus demandas. Cuando Jesús fue crucificado en la cruz, pagó por todo nuestro pecado. Jesús pagó por cada vez que atesoramos imágenes de inmoralidad sexual en nuestros corazones, por cada vez que vimos pornografía, por todas las veces que hemos mirado a alguien con lujuria —por todo—, cuando murió por pecadores.

## **La gracia transformadora**

Las noticias se ponen aún mejores. La gracia perdonadora es solo una parte del poder que ofrece Jesús. La gracia poderosa de Dios también nos da *fortaleza para vivir de formas nuevas*. La gracia perdonadora es maravillosa y fundamental, pero los pecadores necesitan más que perdón.

No es suficiente que nuestro historial de deuda se haya cancelado; también necesitamos gracia para vivir como Jesús; necesitamos una gracia que nos transforme para que podamos ser como Él en santidad y amor. En Romanos 6:4, Pablo declara: “Por tanto, mediante el bautismo fuimos sepultados con Él [Cristo] en Su muerte, a fin de que, así como Cristo resucitó por el poder del Padre, también nosotros llevemos una vida nueva”.

Pablo está hablando de la muerte y resurrección de Jesús. Para todos los que confiamos en Jesús, Su muerte y resurrección también es nuestra muerte y resurrección. La muerte y resurrección de Jesús no solo cancela nuestro historial de deuda y nos da una gracia perdonadora, sino que conduce a nuestra transformación. Por medio de la gracia transformadora de Dios, podemos vivir una vida nueva gracias a lo que Jesús ha hecho por nosotros.

Muchas personas pasan bastante tiempo buscando el perdón. Ruegan y suplican por el perdón después de entregarse a la pornografía, pero no saben qué hacer después. La Biblia enseña que, además de confesar el pecado y buscar el perdón de Dios, necesitas la poderosa gracia transformadora que reciben aquellos que creen el evangelio, para así poder caminar en fe y obediencia. Tus pecados son perdonados por la gracia de Dios, y esa misma gracia de Dios es la que te da el poder para vivir de una forma diferente y para obedecerlo a Él.

¡Oh, cuánto debes atesorar la dulzura de esta gracia! Cuando ves pornografía, necesitas clamar a Dios para que te conceda Su gracia perdonadora, ¡pero no te quedes ahí! Pídele que te dé Su gracia transformadora, Su poder para cambiarte de adentro hacia afuera. Ya que Dios es fiel a Su

Palabra y a Sus promesas, con el tiempo recibirás el poder de Dios para nunca volver a ver pornografía. La poderosa gracia transformadora de Dios *puede* darte un corazón puro y tú *puedes* dominar tus deseos de ver pornografía. *Puedes* honrar a tus hermanos y hermanas en Cristo cuando los ves. Puedes tener todo esto y más. Solo que no lo puedes conseguir por ti mismo ni en tus propias fuerzas. Necesitas la poderosa gracia transformadora de Jesús.

La poderosa gracia transformadora de Dios está disponible, pero muchas personas no saben cómo usarla. Tener el poder de Jesús para cambiar sin saber cómo usarlo es casi como no tener ese poder en absoluto. Es como estar varado en una isla donde hay un avión, con el tanque lleno de gasolina, que uno no sabe pilotear. Si te quieres beneficiar de la gracia de Dios, es crucial que descubras cómo hacer uso de esa gracia. Para tener acceso a la gracia transformadora de Jesús, debes hacer algo tan sencillo que muchas personas lo consideran imposible.

Tienes que *creer*.

La gracia transformadora obra cuando crees que Jesús te la da. En el momento en que crees que la gracia de Jesús te cambia, estás cambiando. Entre más lo sigas creyendo, más seguirás cambiando.

Pablo escribe: “De la misma manera, también ustedes considérense muertos al pecado, pero vivos para Dios en Cristo Jesús” (Ro 6:11). Pablo está diciendo que estás muerto al pecado y vivo para Dios en Cristo cuando *consideras* que esto es verdad; es decir, cuando lo crees. Si quieres cambiar y ser como Cristo —ya sea en el tema de la pornografía o en cualquier otra cosa— debes creer que, en Jesús,

tienes el poder para cambiar. Cuando crees que el poder es tuyo, es tuyo.

## **El arrepentimiento y la gracia**

Es crucial que los cristianos abracen la gracia perdonadora y la gracia transformadora. El arrepentimiento es la forma en la que comprendemos y unimos estos dos aspectos esenciales de la gracia de Dios. Después de pecar, debemos aprender a interactuar con Dios por medio del arrepentimiento. En la Biblia, el arrepentimiento describe el proceso de pasar de una forma de vida pecaminosa a una vida obediente. Cuando nos arrepentimos, siempre debemos dar al menos tres pasos claros. Puedes recordar estos tres pasos esenciales usando el acrónimo CAP.

El primer paso en el proceso de arrepentimiento es *confesar* tu pecado. El apóstol Juan escribe: “Si afirmamos que no tenemos pecado, nos engañamos a nosotros mismos y no tenemos la verdad. Si confesamos nuestros pecados, Dios, que es fiel y justo, nos los perdonará y nos limpiará de toda maldad” (1Jn 1:8-9). Los pecadores necesitamos gracia más que cualquier otra cosa, incluyendo la gracia para reconocer y admitir nuestro pecado. Según Juan, al negar nuestro pecado estamos rechazando la gracia. Cuando niegas tu pecado, te niegas a ti mismo el acceso a la gracia de Dios. Cuando admites tu pecado delante de Dios, tienes acceso a Su gracia. El primer paso del arrepentimiento es hablar con Dios y confesarle tu pecado. Él ya lo sabe, por supuesto, pero de todas formas debemos confesar a Dios el pecado que reconocemos en nuestra vida. En un matrimonio, cuando un esposo tiene un arrebato de ira y le habla de forma áspera a su esposa, debe admitir su error

y pedirle perdón —a pesar de que ella lo experimentó y sabe que ocurrió. De la misma forma, todos los cristianos que luchan con la inmoralidad sexual necesitan humillarse delante Dios y confesarle lo que Él ya sabe.

El segundo paso en el proceso de arrepentimiento es *afirmar* que Dios perdona tu pecado. Juan nos da dos instrucciones (ver 1Jn 1:8-9). Primero, nos da un mandato para que lo obedezcamos: debemos confesar nuestros pecados. Segundo, nos da un mensaje para que lo creamos: cuando confesamos nuestros pecados, Dios es fiel para perdonarnos y limpiarnos. Es más fácil hablar con Dios acerca de tu pecado que creer que eres perdonado. Tal vez esta es tu lucha.

Puede que estés pensando en todas las imágenes pornográficas que has visto, en el corazón lujurioso que has cultivado o en el número de personas que has herido con tu inmoralidad. Este dolor es parte de las consecuencias del pecado. Sin embargo, cuando te enfocas de una forma desproporcionada en tu pecado y en sus consecuencias, estás despreciando la gracia de Dios. Es correcto que te quebrantes por tu pecado y que consideres seriamente sus consecuencias (el siguiente capítulo trata acerca de este tema). Pero, luego de haber confesado tu pecado, debes luchar por afirmar lo que Dios dice sobre ti. Dios declara “perdonado” y “limpio” a todo el que confiesa su pecado. Si Dios te declara perdonado y limpio, *eres* perdonado y limpio. Aunque cuestionar el perdón de Dios suena como algo humilde y modesto, la realidad es que negarnos a creer lo que dice Dios acerca de nosotros es una actitud de orgullo y arrogancia. Arrepentirnos significa afirmar lo que dice Dios acerca de nosotros.

El tercer paso en el proceso de arrepentimiento es pedirle a Jesús la gracia necesaria para cambiar. Ya hemos visto el asombroso poder que está disponible para los cristianos por medio de la obra de Jesús. También debemos reconocer la advertencia bíblica que muchas veces refleja nuestra realidad como seguidores de Jesús que no oran: “No tienen, porque no piden” (Stg 4:2). Luego de confesar tu pecado y confiar en el perdón de Dios, necesitas pedirle a Dios la gracia específica para ser diferente.

Es importante que hablemos sobre el tema del arrepentimiento, pues este es el medio por el cual te aferras a la gracia perdonadora y transformadora de Jesús. Es posible hablar de cómo la gracia perdona y transforma sin llegar a experimentar ninguna de estas cosas. Dios no solo quiere que conozcamos estos tipos de gracia; Su deseo es que sean evidentes en nuestras vidas. Para experimentar Su gracia, es fundamental que le pidamos perdón y creamos que Dios perdona nuestro pecado, y que clamemos a Él y creamos en Su poder para transformarnos.

Saber esto cambia la forma en la que respondemos ante el fracaso en la batalla contra la pornografía. Por lo general, respondemos a los fracasos morales con castigos mentales. Tal vez lo hayas experimentado. Pecas y ves pornografía. Luego comienzas a pensar: *Soy terrible. Soy horrible. ¿En qué estaba pensando? Si mis amigos supieran lo que estaba haciendo, no me volverían a hablar. Si no dejo de hacer esto, nunca podré estar en un ministerio. ¿Y si se entera mi cónyuge? ¿Y si se entera mi novia? ¿Y si se enteran mis padres? ¿Y si se entera mi pastor? ¿Y si se enteran las personas de la iglesia? No merezco ser cristiano. Tal vez no soy cristiano. Y*

esto no para. Entrás en un ciclo de castigos mentales que surgen de la culpa y promueven aún más culpa.

Nada de esto es provechoso, pero es lo que la mayoría de personas hacen en sus luchas con la pornografía y la lujuria. Los castigos mentales no son provechosos porque nos llevan a enfocarnos en nosotros mismos, no en Cristo. Meditar en lo miserable y patético que eres solo prolonga el egocentrismo pecaminoso que te llevó a ver pornografía en primer lugar. El enfoque del lenguaje de autocondenación sigues siendo tú: tú reflexionas en lo que tú piensas sobre lo que tú has hecho y tú describes lo que tú crees que tú mereces por lo que tú hiciste. Todo se trata de ti. El problema es que hay demasiados tú en todo esto. Tú necesitas a Cristo. Y la única forma de romper el círculo vicioso es saliendo de ti mismo y yendo a Jesús. Debes dejar de hablarte a ti mismo con palabras de condenación y comenzar a hablar con Dios con palabras de confesión.

Lo que acabo de compartirte es muy importante. Debes prestarle atención y volverlo a leer si no lo comprendiste. A medida que el Señor empieza a liberarte del pecado de la pornografía, este será uno de los cambios más grandes que hará en tu vida. Aprenderás a dejar de lidiar con la pornografía hablándote a ti mismo con palabras y pensamientos de condenación, y comenzarás a lidiar con tu pecado hablándole a Dios con oraciones de confesión. Hablarte a ti mismo y condenarte no te ayuda a aferrarte a la gracia perdonadora y transformadora de Dios. El arrepentimiento sí.

La dirección de tu lucha contra la pornografía comenzará a cambiar cuando comiences a comprender la gracia perdonadora *junto con* la gracia transformadora, cuando

aprendes a arrepentirte. Para experimentar libertad, debes arrepentirte. Necesitas venir a Cristo en tu quebrantamiento, frustración, repulsión y vergüenza. Debes hablarle de ello. Decirle lo que hiciste. Decirle lo que estás pensando y lo que querías. Ser honesto. Llorar y pedirle que te perdone. Pedirle de Su gracia para ser diferente. Cuando lo haces, estás dejando de confiar en ti mismo y te estás acercando al trono de la gracia donde Jesús está listo para responder con misericordia y ayudarte en tu momento de necesidad (Heb 4:16).

## **Esperanza y gracia**

De la gracia de Dios nace la esperanza. Es muy probable que hayas tomado este libro en un momento de desesperación. Tal vez hace poco te entregaste a la pornografía por enésima vez y ya estás agotado. Tal vez un cónyuge, un padre, un compañero de trabajo o un oficial del orden público descubrió lo que disfrutas en secreto, y ahora estás en problemas en casa, en la iglesia, en el trabajo o con la ley. Sea cual sea tu circunstancia, estás desesperado pensando si realmente es posible que llegues a cambiar.

Esta falta de esperanza no es algo irracional. Tiene sentido perder la esperanza cuando ves un problema devastador que ha atrapado a millones de personas antes de ti y que atraparé a millones más después de ti. Tiene sentido que te desesperes cuando ves consecuencias que afectan toda tu vida —rompió tu comunión con el Señor, dañó la relación con tu cónyuge, ahora tus hijos, padres o amigos desconfían de ti, y perdiste un trabajo o una posición ministerial. Tiene sentido perder la esperanza cuando miras hacia adentro y ves una completa inhabilidad

para cambiar a través de tus propios recursos. Hay muchas razones legítimas para desesperarse cuando consideras estas realidades tan sombrías.

Sin embargo, la lógica de la desesperación es interrumpida por el milagro de la gracia. El poder de Dios echa fuera toda desesperación cuando comprendes Su gracia perdonadora y transformadora por medio del arrepentimiento. La pornografía es una plaga que ha destruido innumerables vidas y que también puede destruir la tuya. La verdad es que en ti mismo no tienes los recursos para cambiar.

*“Pero, allí donde abundó el pecado, sobreabundó la gracia”*  
(Ro 5:20).

Por más terrible que sea la pornografía, por más profundo que hayas caído, por más débiles que sean tus recursos, nunca estarás en un hoyo del cual no puedas ser rescatado por la gracia de Jesús. El gran peligro en tu lucha es que le dediques toda tu energía a pensar en cosas ciertas y terribles sobre la pornografía, y que no le dediques tiempo a reflexionar en las verdades y las maravillas de Jesús.

Ningún consumidor de pornografía está tan esclavizado que Jesús no lo pueda liberar. Ninguna lucha por la pureza es tan intensa que no pueda ser ganada por la gracia de Jesús. Ninguna consecuencia es mayor que el poder de Jesús para sostenerte en medio de ella. La gracia de Jesús para cambiarte es más fuerte que el poder de la pornografía para destruirte. La gracia de Jesús es más fuerte que tus propios deseos de ver sexo. Mientras que ver pornografía no te ofrece ninguna esperanza, Dios te ofrece toda la esperanza del universo si decides poner tus ojos en Él y en Su gracia.

La esperanza para la transformación duradera comienza cuando clamas a Dios en arrepentimiento y le suplicas por Su gracia perdonadora y transformadora. Si pides estas cosas con fe, Él *nunca te las negará*. Esta oración es el primer paso que debes dar para dejar la pornografía. La gracia de Dios está disponible para ti ahora mismo. No pases la página hasta que sientas que has recibido la gracia de Dios en tu arrepentimiento. Cuando estés listo para pasar la página, comenzaré a desarrollar ocho elementos prácticos de la gracia transformadora de Dios que Él se complace en conceder a Sus amados hijos cuando se lo piden.



## **Luchando por pureza con el poder de la gracia**

1. Ora a Dios ahora mismo y confiesa tu pecado de ver pornografía. Busca la gracia perdonadora de Dios por este pecado.
2. Mientras oras, pídele a Dios que Su poderosa gracia transformadora traiga un cambio a tu vida.
3. No dejes de orar hasta que realmente creas que estos tipos de gracia son tuyos en Cristo.



## Usando el dolor para luchar contra la pornografía



Raúl estaba sentado en mi oficina sollozando. No llorando, sino sollozando. No dejaba de secarse el mar de lágrimas en su rostro mientras gemía confesando su pecado y lamento. Su esposa estaba sentada a su lado con una expresión tan dura que parecía una estatua de granito. Raúl y Lisa tenían quince años de casados y tres hijos. Estaban reunidos conmigo porque su matrimonio de una década y media estaba lleno del amor de Raúl por la pornografía. Después de años de varios descubrimientos, el desaliento inicial de Lisa la llevó a la desesperación, y ahora ya solo sentía desprecio. Lisa estaba cansada —quería llevarse a los niños y alejarse de Raúl. El lamento y las súplicas de Raúl para que ella se quedara con él eran tan desesperados y fuertes que llamaron la atención de las personas que pasaban por el pasillo.

La historia de David es similar. Se había casado con María hace veinte años. Había visto pornografía periódicamente en revistas que compraba de vez en cuando. Pero el año pasado encontró la pornografía en Internet.

Esperamos que hayas disfrutado de esta pequeña muestra del libro *Por fin libre*.

Para conseguir el libro completo y conocer más acerca de nosotros, visita nuestra página web:

[www.poiema.co](http://www.poiema.co)

O comunícate con nosotros al correo:

[info@poiema.co](mailto:info@poiema.co)



© 2020 Poiema Publicaciones

¡El evangelio para cada rincón de la vida!