Adiccion Pornografía

Hola. Leo su página y me surgen muchas preguntas. Le comento mi historia para que me comprenda.
 Yo cuando nací tuve 2 infartos cerebrales y un paro cardiorrespiratorio. Estuve al borde de la muerte. Si bien tuve una vida normal (la única secuela que me quedó es ser zurdo para la mayoría de mis actividades), tuve un rápido crecimiento.
 Nadie entendía cómo me enamoraba y sufría cuando tenía 7 u 8 años de edad, escribía muy bien desde corta edad, era más maduro que los niños de mi edad. Soy bautizado, y tomé la comunión y confirmación. Pero yo iba a misa porque "debía" ir, no entendía nada de religión y me aburría mucho. A los 11 años de edad, tuve la desgracia de ir con amigos a ver una revista porno, que literalmente "me quemó" la cabeza.
 A los 12 años me masturbé por primera vez y en el 2003, a mis 19, gracias a empezar a usar Internet, me convrtí en adicto a la pornografía.
 Yo era ateo desde el comienzo de mi adolescencia, y fui cayendo cada vez más. Quiero aclarar que no tengo otros vicios; no fumé ni probé droga nunca, no me gustan las bebidas alcohólicas y, lo más increíble, tengo 28 años y nunca tuve novia, ni sexo, ni siquiera un beso en la boca.
 Luego de sufrir bullying en la secundaria, en 1999, a mis 15 años de edad, tuve un intento de suicidio. No soportaba los golpes y las burlas a las que era sometido. Finalmente no lo hice pero ese año pasé por el infierno en vida. Después de ese episodio quedé sin amigos, encerrado en mi casa, con fobia social que he ido perdiendo poco a poco, aunque me cuesta mucho, y encontré en el porno a la novia que no tuve.
 Desgraciadamente fue todo gracias a la soledad y el estar mucho tiempo sin hacer nada que esto se extendió. Caí muy bajo en mi adicción, pero en septiembre de 2009, cuando llegué a pesar 118,400 kg (mido 1,60 m), escuché una fuerte voz en mi interior que me preguntó cómo me sentía, y me invitó a cambiar, a luchar.
 Yo ya escuchaba frecuentemente voces en mi cabeza que me "dictaba" el porno que tenía que buscar. Eran siempre palabras en inglés que a veces yo no conocía, pero esas palabras siempre tenían que ver con la pornografía.
 Me dí cuenta de que el bien y el mal eran reales, y desde septiembre de 2009 luché contra mi obesidad, solo, y bajé 40 kilos en 1 año y medio. Sentía que una voz dentro mío me alentaba aún cuando no tenía ganas de seguir, y en octubre de 2010 busqué un foro y comencé mi lucha contra mi adicción a la pornografía.
 Desde esa primera vez que escuché la voz dejé que me guíe y dejé mi ateísmo de lado. A mediados de 2010 leí la Biblia de punta a punta, con mente adulta, y me di cuenta de que todo era verdad y que me había equivocado y mucho... Lloré mucho, y durante esos años miraba el cielo y pedía perdón, exponía mis sueños, mis metas, y empecé a "tener fe". Increíblemente, esa voz en mayo de 2011 me dijo "es hora de volver", y me confesé luego de 15 años y medio.
 Sigo luchando contra mi adicción, ya convencido de que es el mal el que nos llama continuamente a caer, sabiendo que ésta es nuestra debilidad. Pero, como precisamente es ua adicción, se me está haciendo imposible mantenerme mucho tiempo "en gracia".
 Entonces me surgieron muchas preguntas y trato de obtener una respuesta contundente, de "por qué" y "cómo" vivir según "la voluntad de Dios".
 Primero, porque he intentado todo para dejar mi adicción. Desde que luché, llevo casi 540 días sin mirar porno, con 107 recaídas. Es decir, una caída cada 6 días. Sin embargo, antes de empezar a luchar contra mi adicción, miraba (sobre todo en 2008 y 2009), 12 horas diarias de pornografía.
 He tenido períodos de "limpieza", sin consumir, máximo de 3 meses y medio, y otro de casi 2.
 Me confieso aproximadamente cada 3 o 4 meses, dándome tiempo a luchar contra mi adicción y dándome tiempo a madurar el arrepentimiento, porque a veces recaigo por el peso de la adicción, no lo puedo controlar, mientras que algunas veces caigo preso de la lujuria y me dejo llevar.
 Por ejemplo, como estoy absolutamente solo y soy un ser humano y tengo continuas erecciones, a veces al practicar la continencia me agarra Síndrome de Abstinencia, como cualquier adicto, y me vuelvo malhumorado, nervioso, ansioso, y todo termina en una recaída en mi adicción.
 He leído un reciente artículo que dice que la gente que no tiene relaciones sexuales tiende a estar de peor humor y más irritable. Y eso es lo que me pasa a mí.
 Entonces, como he leído la página de ustedes y siempre rezo e indago mucho para saber qué es lo correcto, les expongo mi situación para que me aconsejen y les planteo una duda que tengo:
 No tengo medios económicos ni pareja para casarme. No soy una persona sociable. Tengo una adicción a la pornografía (no a la masturbación, porque sin porno he aguantado hasta 27 días sin masturbarme y generalmente me masturbo 2 veces por semana), y no tener sexo ha afectado mi autoestima porque me siento feo, siento que nadie me quiere, y la continencia no me trae más que angustia y nerviosismo. Además, cuando practiqué la continencia me dolían los testículos por la acumulación de esperma, y los riñones porque al no eyacular me costaba orinar, me generaba retención de líquidos. A tal punto llegó mi dolor, que el último día quedé tirado en el piso con una fenomenal erección.
Cuando me masturbé, no sólo eyaculé una cantidad increíble, sino que se me fueron los dolores de testículos inmediatamente y pude orinar con normalidad, lo cual quitó en dolor en la vejiga y los riñones. O sea, que para sentirme bien tuve que hacer todo lo contrario a lo que se supone es lo correcto.
 Ahora, yo creo que lo que dice la iglesia es demasiado exagerado. Mi pregunta es ésta: si dicen que la masturbación es pecado mortal, basta una sola masturbación sin confesar al momento de morir para condenarse eternamente. Al mismo tiempo, para salvarnos, todos deberíamos practicar la continencia absoluta, como los religiosos. A mí ni la soledad, ni la abstinencia sexual, ni la continencia, me han hecho sentir bien. ¡Soy un ser humano, tengo sentimientos y necesidades afectivas y sexuales!
 ¿Dios es blanco o negro, como dice la religión, o hay grises? ¿No se tendrá en cuenta que ya es de por sí bastante tortuoso (al menos en mi caso), soportar la soledad como para encima tener que anular mis sexualidad por completo para ser salvo? ¡¡¡Me parece una locura!!!
 Además: ¿cómo alguien que sufre una adicción va a ser salvo? Yo estoy luchando como nunca contra mi adicción, sin embargo tengo recaídas, como todo adicto. Yo me confesé hace exactamente 15 días, sin embargo recaí un par de veces. Mi pregunta es: ¿tengo que vivir en el confesionario e ir cada vez que recaigo para salvarme?
 No me queda claro nada y todas estas preguntas me quitaron la paz interior. Mientras ignoraba ésto, de que un sólo pecado puede ser condena eterna, yo luchaba duramente contra mi adicción pero no me culpaba tanto si recaía, pues soy humano y todos tenemos errores y debilidades. Pero ésta afirmación me obliga a ser PERFECTO para ser salvo, si no lo interpreté mal. ¿No es demasiado?
 Imagínense: llevo una lucha durísima contra mi adicción y me alegro hacer estado limpio 540 días contra apenas 107 caídas. Es decir, 1 año y medio fuera de mi adicción, con 3 meses y medio de recaídas. ¿Basta un sólo día de debilidad para que todo lo otro no sirva para nada? ¿Qué clase de ánimo para seguir luchando pueden darme a mí, que sé que es muy difícil para mí mantenerme "en gracia"?
 Simplemente pónganse en mis zapatos para darme una respuesta, que ruego con humildad aclarar mis conceptos. Jesucristo dijo "La verdad los hará libres". No siento paz desde la afirmación de que una recaída puede condenarme eternamente. ¿Es esa la verdad? ¿Cómo puedo usar bien mi libertad cuando estoy literalmente "atado" a una adicción?
 Además, desde que me confesé por primera vez luego de 15 años y medio he mejorado mucho en mi relación con los que me rodean, habitualmente me nace dar limosnas y cocino en un comedor comunitario ad-honorem, he pedido perdón no sólo a Dios sino a una persona con la que estuve muy enemistado y furioso por años, y ahora nos llevamos bien y todo quedó atrás. En fin, he cambiado mucho para mejor como persona. Me cuesta creer que, luchando como estoy contra mi adicción, y soportando la soledad y el "celibato involuntario" porque no tengo mujer, basta una simple masturbación para la condenación eterna. ¿No será mucho? ¿O yo estoy muy equivocado y casi no hay chances de salvación?
 Porque si fuera así, habría muchísima gente confesándose habitualmente, o casi no habría personas salvas debido a que, porque somos humanos, muchos de nosotros nos masturbamos no compulsivamente, sino como un método natural que se supone ha practicado casi todo ser humano en la Tierra.
 Disculpen por la extensión de mi mensaje y por mi incomprensión. Yo sólo quiero llegar a la verdad para intentar ponerla en práctica. No saben lo que sufro en cada día de lucha y, peor aún, la desilusión de cada recaída en mi adicción, pues estoy luchando más allá de mis fuerzas para vencer ésto.

Estimado hermano en Cristo.

La paz del Señor ilumine su vida.

Hemos elevado una oración por usted.

Agradecemos su sinceridad. Como en todas las consultas que llegan, le animamos a que visite al sacerdote de su parroquia y converse con él para que lo aconseje. El diálogo cara a cara es mucho más productivo.

Con todo, queremos ayudarle y por eso nos atrevemos a escribirle.

Si le parece comencemos con lo que nos parece un problema fundamental:

El Señor Jesucristo lo ama a usted y ha muerto cargando con sus pecados, los nuestros y los del mundo entero. Y cada día está repleto de su amor para con Usted. Y usted vive con el miedo de condenarse. Es una preocupación sana pero incompleta. Debería usted estar mucho más preocupado porque no corresponde al amor del Señor. Pero sus pensamientos giran alrededor de su propia persona. Hasta contabiliza sus fracasos. Por si acaso, si uno después de pecar se arrepiente sinceramente, no irá al infierno. Eso no significa: "Voy a pecar, porque después puedo arrepentirme". Ese arrepentimiento no es auténtico.

Ya la Antigua Alianza ofrece como camino hacia la felicidad: " Escucha, Israel: El Señor nuestro Dios es el único Señor. Amarás a Señor tu Dios con todo tu corazón, con toda tu alma y con toda tu fuerza " (Deut 6, 4-5).

Para decirle de otro modo: Ha experimentado un cambio en su vida y nos parece percibir un resentimiento para con Dios de cara a su historia. Dios he estado presente con su amor en cada momento de su vida. Entonces ¿por qué no puede liberarse de su adicción? ¿Por qué no puede dejar de masturbase?

Con el temor de equivocarnos - no somos profetas ni hijos de profetas - podemos ofrecerle la siguiente aclaración: Dios quiere curar primero su dolencia más grave. ¿Cuál fue el pecado de Lucifer? El orgullo. Por si acaso: Las personas tímidas generalmente son personas muy orgullosas. Con su sufrimiento el Señor quiere hacer de usted una persona humilde.

¿Qué hacer?

Repitiendo la sugerencia que es mejor el diálogo directo, sugerimos:

Comience cada día con dar gracias al Señor por la historia vivida hasta ese momento pidiéndole que sea Él que ocupe el centro de su día/vida.

Ayuda crecer en humildad confesarse una y otra vez (cada semana) para poder comulgar en la Misa dominical. Es Jesús que le está lavando los pies, para decirlo de algún modo. "Vivir la nueva vida...."

Intégrese en un grupo católico de su parroquia porque necesitamos también durante la semana el alimento espiritual de la Palabra de Dios.

Déjese ayudar en cuanto a su salud física por un médico profundamente creyente y en cuanto a su salud psicológica a un psicólogo católico conocido. Ayuda asegurarse que no hay problemas que no necesitan atención profesional.

Que Dios lo bendiga

Gerardo Müller msc