

Puedes Detener La **Masturbación**

Con Simples Lecturas De Historias Y Gráficos



Sesan Oguntade

Sesan Oguntade

**Puedes detener la masturbación con simples lecturas de
historias y gráficos**

© 2023 - Sesan Oguntade

Traducido al español por María Laura Curzi

Derechos de autor Sesan Oguntade

Descubre otros títulos de Sesan Oguntade

10 secretos del desarrollo personal cristiano

52 secretos de la Biblia para tu éxito comercial

Secretos de la Biblia para la enseñanza escolar eficaz

Cómo volar con tu fe

Cómo salir de la jaula del miedo

Libros de desarrollo personal cristiano

Todas las citas bíblicas en español son extraídas de la Nueva Versión Internacional (NVI o NKJV en inglés), salvo que se indique lo contrario.

Las citas bíblicas marcadas (TLB), (NIV), (MSG), son extraídas de La Biblia Viviente, La Nueva Versión Internacional de la Biblia y La Biblia La Palabra Hispanoamérica respectivamente.

Índice

Capítulo 1: Introducción
Parte 1: Notas informativas del problema de la adicción
Capítulo 2: Ten un plan antes de avanzar
Capítulo 3: Por favor lee esta historia
Capítulo 4: La ira es un hábito adictivo: mi historia
Capítulo 5: ¡No mires hacia otro lado!
Capítulo 6: Vamos a verificar la mente de los expertos
Capítulo 7: Tienes que hacerlo... Atrapa aquí el Poder de hacerlo
Parte 2: Notas sobre problemas de adicción comunes
Capítulo 8: Notas sobre los pecados sexuales
Capítulo 9: Notas sobre la Adicción Adolescente
Capítulo 10: Detener los Problemas de Adicción Adolescente.
Una Guía para Padres (1)
Capítulo 11: Detener los Problemas de Adicción Adolescente.
Una Guía para Padres (2)
Capítulo 12: Detener los Problemas de Adicción Adolescente.
Una Guía para Padres (3)
Capítulo 13: Notas sobre la Masturbación
Parte 3: Las raíces causantes Las conexiones de la mente, el corazón y la carne.
Capítulo 14: ¡Lee esta historia con todo tu corazón!
Capítulo 15: Gráficos de solución
Capítulo 16: Tu mente es un taller de trabajo
Capítulo 17: La Base del Corazón Defectuoso
Capítulo 18: La conexión de la carne
Capítulo 19: Esto también es importante
Parte 4: Terapias para romper la adicción
Capítulo 20: Pregúntate con sinceridad
Capítulo 21: Aceptar el hecho de que no es para ti
Capítulo 22: Aceptar el hecho de que tiene que ser destruido
Capítulo 23: Necesitas ayuda; respaldo espiritual
Capítulo 24: Encuentra las razones de por qué lo haces
Capítulo 25: Encuentra tu propósito
Capítulo 26: ¡Arrodíllate y reza!

Capítulo 27: Quitar a los «simpatizantes»
Capítulo 28: Trae los «opositos»
Capítulo 29: Forma un tablero de imágenes
Capítulo 30: Entender la superioridad de tu hombre espiritual
Capítulo 31: La terapia de la Palabra
Capítulo 32: Crear plataformas para enseñar tu experiencia
Capítulo 33: Dedicar una décima parte de tu día a Dios
Capítulo 34: Terapia de formación de hábito en 21 días
Capítulo 35: No te llenes de vino
Capítulo 36: Trabaja en tus pensamientos
Capítulo 37: Sé consciente de la Eternidad
Capítulo 38: La estrategia de renuncia instantánea
Capítulo 39: Verificar problemas no relacionados
Capítulo 40: Puedes buscar atención médica
Capítulo 41: La única adicción positiva
Sobre el autor
Sección de recursos
El mensaje de mi ministerio

Capítulo 1: Introducción

Estoy muy feliz de escribir otro libro en esta serie de libros interesantes, la serie TÚ PUEDES. Me emociono cuando es momento de escribir una de estas series. Creo que la sencilla razón de mi emoción es por lo que la serie debe hacer: solucionar problemas prácticos. Me encanta solucionar problemas, sí, me encanta solucionar problemas usando la verdad de la Palabra de Dios. Estoy convencido que hay una solución para cada problema en la Palabra de Dios como la tenemos en la Biblia.

«Puedes detener la masturbación. Y cualquier otra adicción» te abrirá los ojos a los motivos de por qué te has permitido a ti mismo apegarte innecesaria y peligrosamente a un hábito o a una sustancia peligrosa. Este libro no solo ofrece una terapia espiritual y física necesaria para detener un problema de adicción; sino que avanza para explicar los motivos de por qué la gente entra en actividades de adicción peligrosas y también explica la raíz causante de cualquier problema de adicción. Creo que el primer paso para solucionar cualquier problema es mirar la raíz causante del problema. Por lo tanto, en este libro se discute ampliamente el por qué hombres y mujeres, hechos a imagen de Dios, participan en actividades de adicción peligrosas. Esto te abrirá los ojos y la mente para ver con claridad y adoptar la otra adicción; consejos para detenerla que también he ofrecido en este libro.

Las respuestas de los lectores de varios informes cortos cristianos sobre cómo detener la masturbación y otros informes para detener adicciones a lo largo de los años me mostraron el por qué una solución cristiana de este tipo basada en la Biblia es necesaria para el problema de la adicción. También comparto algunas victorias personales que tuve sobre dos formas de problemas de adicción y algunas interacciones útiles e importantes que he tenido con otros respecto a problemas de adicción.

Puedes volverte adicto a diferentes cosas como drogas peligrosas, alcohol, comida, sitios de redes sociales y etc., pero los expertos creen que los más comunes son casos en que la gente se vuelve adicta a sustancias o actividades peligrosas. Déjame también destacar que todo a lo que te vuelves adicto es malo para ti porque te roba la alegría, la satisfacción y la relación saludable con Dios a diario. El texto de Nuestro Libro para este libro, Romanos 1:28 muestra la fuente del problema de la gente descrito en la carta a los Romanos capítulo 1: quitaron a Dios de su memoria y

automáticamente se volvieron inútiles en su pensamiento y acciones. Jesús dice en Juan 15:5 que, sin Él nadie puede tener éxito en nada así que es muy importante que adoptes el hábito de realizar una verificación en ti mismo para descubrir un hábito que inconscientemente o conscientemente adoptaste que día tras día te está alejando de Dios, tu creador. Creo que esta es una actividad sabia que cualquiera puede elegir participar con frecuencia.

¡Trabajarás!

Déjame informarte que este libro no te promete una solución sin esfuerzo ni sin trabajo de tu parte para este problema. No, no te estoy dando una garantía tan irresponsable. Pondrás mucho esfuerzo y mucho trabajo al usar los principios enseñados en este libro. Observé a lo largo de los años de la experiencia y las interacciones con la gente que tiene problemas de adicción, que una de las principales razones de por qué la gente se vuelve innecesaria y peligrosamente adicta a hábitos o sustancias es porque hay fuerzas más fuertes que ellos que trabajan mucho para verlos continuar en ese estado para que no puedan usar los dones dados por Dios para ayudarse a sí mismos, a su sociedad y también ser útiles al reino de Dios. Estas fuerzas trabajan mucho, así que tú también debes estar listo para trabajar mucho. Dominan; el diablo se mueve (trabaja mucho) para buscar a quien devorar (1 Pedro 5:8). El cristianismo es un trabajo real. Jesús no nos prometió un viaje de paseo por el parque en esta tierra. Dijo en su Palabra: "... Los envío como corderos en medio de lobos" (Lucas 10:3).

Sin embargo, tu trabajo no estará basado en tu fuerza; estará basado en la fuerza de Dios. Su gracia que es suficiente para ti y para mí. (2 Corintios 12:9). Su gracia hace la diferencia; el diablo y su séquito no pueden igualarla. Aprenderás como puedes prácticamente aprovechar Su gracia para sacarte de este problema o de cualquier otro problema.

Cómo usar este libro

Hay cuatro partes en este libro. La parte 1 consiste en las notas informativas del problema de la adicción. Esto te preparará para lo que se avecina en este libro. Bajo esta parte, hay un capítulo de Planificar tu salida. Es el primer capítulo, es útil para ti. Aprenderás como armar un plan para detener la adicción que completarás a medida que avances en este libro. No quiero que leas este libro una vez y te lo olvides. No. Quiero que lo termines con un plan sólido que seguirás para detener el problema de la adicción.

De mis interacciones con quienes tienen problemas de adicción y quienes confesaron que quieren detenerlo, pero les fue difícil hacerlo, noté que no tienen un plan escrito ni sólido que puedan seguir para detenerlo.

Necesitarás prestarle mucha atención a ese 'capítulo plan' de este libro. La Palabra de Dios nos muestra que “el corazón humano genera muchos proyectos, pero al final prevalecen los designios del SEÑOR”. (Proverbios 19:21) Tu propia tarea es planificar y seguir tu plan; la tarea de Dios es ayudarte a lograr el éxito. Sin embargo, si no tienes un plan que seguir, ¿cómo puede ayudarte Dios?

La parte 2 tiene notas sobre problemas de adicción comunes. Te inspirará, alentará y fortalecerá para continuar y usar con eficacia los muchos consejos para romper la adicción que he ofrecido en la parte 4 de este libro. Provee alguna información sobre problemas de adicción comunes y establece un argumento Divino válido que es para convencerte de hacer un esfuerzo adicional para detener cualquier problema de adicción. Esta parte también incluye consejos sobre cómo pueden los padres tratar las adicciones de los adolescentes. A todos los padres les encantará.

La parte 3 comparte historias interesantes y usa muchos gráficos simples para explicar los motivos principales o las raíces causantes del problema de la adicción.

La parte 4 consiste en varias terapias para romper la adicción. La verdad es que antes de que llegues a esta parte del libro, habrás sido rigurosamente educado sobre cómo puedes detener el problema de la adicción. Este es el motivo por el cual debes dedicar mucha atención a las primeras tres partes de este libro. La cuarta parte solo es para coronar tu educación con algunas terapias cortas y simples, espirituales y físicas para detener la adicción.

Tómate tu tiempo

No tienes que apresurarte con este libro. Necesitas ayudarte a internalizar los mensajes de cada capítulo antes de pasar al capítulo siguiente. Déjame también señalar que en esta etapa necesitarás la acción de la meditación para este ejercicio. La meditación te ayuda a pulir lo que has estudiado hasta el núcleo de tu ser para que se convierta en tu reacción predeterminada del tema en el que meditas. Puedes buscar en línea “consejos útiles de meditación cristiana” para aprender más sobre esta importante actividad cristiana. Es tan importante que Dios se la recomendó a Josué cuando quiso estar en los enormes zapatos que había dejado Moisés (Josué 1:8): “Recita siempre el Libro de la Ley y medita en él de día y de noche; cumple con cuidado todo lo que en él está escrito. Así prosperarás y tendrás éxito”.

Por último, ¡este libro te dirá el único momento en que la adicción es buena! Sí, la adicción puede ser buena o mala; sin embargo, yo he descubierto el único momento en que la adicción es buena. Leerás más sobre esto en el último capítulo de este libro. En nombre de Jesús te deseo una victoria rotunda sobre cualquier problema de adicción que tengas. Quiero darle al Espíritu de Dios todo el mérito por este trabajo.

Sesan Oguntade

Parte 1: Notas informativas del problema de la adicción

Capítulo 2: Ten un plan antes de avanzar

No debes pasar al siguiente capítulo hasta que hayas realizado las instrucciones de este capítulo. Es por esta razón que este capítulo aparece primero en este libro justo después de la Introducción. Igual que los profesionales de la salud formulan planes de tratamiento de la adicción personalizados para las necesidades del individuo después de un examen exhaustivo del paciente, tú también necesitas hacer un examen de ti mismo y del problema de adicción que tienes y luego delinear un plan útil para detener la adicción. Creo que deberías ser capaz de hacerlo. Te acercaste a comprar este libro porque te diste cuenta que tienes un problema que necesita atención urgente y una solución.

Quiero que seas bastante sincero para realizar un examen sobre tu condición y delinear un plan de acción mientras comienzas a usar este libro estilo Hazlo Tú Mismo. Consigue un anotador nuevo, — llámalo 'Mi plan de victoria sobre la adicción' — abre una página nueva y completa las respuestas a cualquier pregunta dentro de las varias categorías en esta guía de plan. Quiero que uses esta simple guía para delinear tu plan.

1. Examen exhaustivo: (Responde algunas preguntas simples).

- ¿Qué tipo de problema de adicción tienes?
- ¿En qué etapa está la adicción?
- ¿Hay alguna condición médica que ha surgido como resultado de este problema de adicción?
- ¿Cuáles son las complicaciones que has observado cada vez que tratas de renunciar o detener el uso de la sustancia adictiva?
- ¿Has permitido que este problema te robe una relación con Dios y con otros seres humanos?
- ¿Este problema ha detenido constantemente tus diversos pasos hacia el éxito?

2. Planes preliminares: (Escríbelo en tu anotador de plan y léelo para ti mismo por separado antes de que empieces a usar otros capítulos de este libro. Necesitarás hacer esto sistemáticamente aún después de que hayas leído todo el libro).

- Prometo creer y usar cada información Divina de este libro. Prometo completar los espacios en los planes secundarios de esta guía de plan.
- Creo en que Dios puede usar su Palabra y contenido Divino en este libro para sanarme porque su Palabra me dice: “Envió su palabra para sanarlos, y así los rescató del sepulcro”. (Salmo 107:20).
- Creo que, con la ayuda de Dios y la asistencia de profesionales médicos calificados, consejeros, parientes divinos y amigos, puedo superar este problema.
- Prometo hacer un esfuerzo extra para detener este problema de adicción porque sé que el conocimiento sin acciones deliberadas y constantes de mi parte no traerá soluciones.
- Prometo decir cualquier oración sugerida en el curso de este libro. (Di la siguiente oración de inmediato: “Dios, usa tu Palabra y el contenido Divino de este libro para ayudarme. Abre mis ojos para ver información importante necesaria para mi sanación, en nombre de Jesús”).

3. Planes secundarios: (Completa los espacios con lápiz durante el uso de este libro. Puedes copiar esta parte en tu anotador de plan y completar los espacios a medida que lees este libro).

- Textos bíblicos importantes:
.....
.....
.....
.....

- Puntos de oración importantes:
.....
.....
.....
.....

- Citas importantes:
.....
.....
.....
.....

- Consejos relevantes y muy útiles: Deberías escribir el capítulo que analiza un consejo que es muy útil para ti. Luego puedes volver a este capítulo y leerlo de nuevo una y otra vez:

.....
.....
.....
.....

4. Planes terciarios: (Este es tu parámetro para detener la adicción).

- Digita e imprime todas las entradas de las categorías 1 a 3, haz copias y ponlas en lugares en donde siempre las veas y puedas leer el contenido para ti mismo.
- Ahora deberías comenzar a usar esto como tu parámetro para continuar tu tratamiento.

Jesús dice: “Supongamos que alguno de ustedes quiere construir una torre. ¿Acaso no se sienta primero a calcular el costo, para ver si tiene suficiente dinero para terminarla? Si echa los cimientos y no puede terminarla, todos los que la vean comenzarán a burlarse de él...” (Lucas 14:28-29). Siéntate y elabora tu plan. Puedes planificar tu salida del problema de adicción. Tal como lo mencioné antes, debes realizar las instrucciones de este capítulo antes de pasar al siguiente capítulo de este libro.

You've Just Finished your Free Sample

Enjoyed the preview?

Buy: <http://www.ebooks2go.com>