

15 dias contra a pornografia! (Associe com jejuns e oração!)

1º dia: Medite em Jó 42:10 e ore pelas vítimas da pornografia.

Você sabia que a maioria dos modelos pornôds destroem suas consciências dadas por Deus com drogas e álcool para participar dos atos que estão sendo filmados ou fotografados? Muitos modelos, ao contrário de suas aparências “puras”, estão profundamente envolvidos em uso de drogas e prostituição. Muitas pessoas foram vítimas de abuso sexual durante a infância, o que os levou a fugir de seus lares. Infelizmente, muitas dessas vítimas acabam nas ruas das cidades grandes, onde são atraídos para a prostituição e pornografia com o objetivo de sobreviver. *Ao comprar (usar) material pornográfico, você está diretamente apoiando a destruição e morte espiritual deles por esta sórdida indústria.*

2º dia: Medite em Êxodo 20:3-6 e ore para Deus lhe mostrar a verdade sobre a idolatria.

No primeiro capítulo de Romanos, a homossexualidade está ligada intimamente à idolatria, ao espírito de falsa adoração. Isto pode ser claramente visto em nosso vício à pornografia, onde estamos à procura constante do corpo perfeito.

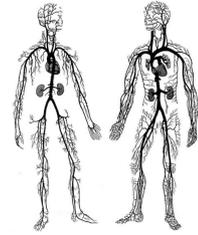
A idolatria é a adoração a alguém ou algo diferente de Deus, colocando outra pessoa no lugar de Deus. Neste caso, é olhar para outro homem (mulher ou criança) com o intuito de satisfazer as necessidades de amor, segurança e afirmação. Estas são necessidades legítimas, mas não é possível que uma “imagem” possa satisfazê-las.

Jesus disse que devemos “adorar em espírito e em verdade” (João 4:24). Mas a pornografia viola este princípio, pois ao invés de adorarmos a Deus (em espírito), adoramos a carne de outra pessoa. Podemos orar, “Senhor arrependo-me de ter olhado para outro homem – e não a Ti – para a satisfação de minhas necessidades e desejos interiores”. Além disso, ao invés de adorarmos “em verdade”, adoramos uma imagem retocada, pois a foto daquela pessoa é produzida à perfeição, eliminando todos os defeitos. Aquele corpo sem defeitos nem ao menos existe!

Você já viu uma foto genuína de um astro de cinema – uma foto na qual esteja sem maquiagem, por exemplo? Pode ser um contraste chocante em relação às fotos feitas para a publicidade. Todas as rugas e imperfeições estão expostas. Mas na pornografia, todas estas falhas são eliminadas. Os modelos são transformados na “imagem” da perfeição - que engano!

3º Dia: 1 Tess. 5:18; Mt. 22:39, Salmos 139:13-18 e Tiago 1:16-18 e ore para que Deus lhe mostre suas legítimas necessidades que você está tentando satisfazer através da pornografia.

A pornografia diz muito a nosso respeito. Alguns homens viciados em pornografia gay estão cheios de inveja. Não gostam de seus próprios corpos, e sofreram de fortes sentimentos de inferioridade física por anos a fio. Por exemplo, são baixos e invejam os altos e esbeltos corpos dos modelos pornôds. Ou sempre se sentiram magros demais ou desengonçados, e assim são atraídos pelos modelos atléticos e musculosos. Mas nosso sentimento de inferioridade não é transformado ao acessar a pornografia. Somos apenas momentaneamente distraídos de nossa dor interna de inferioridade.



4º Dia: Medite em João 16:32-33 e João 14:16-18 e 23 e ore para Deus curar sua solidão emocional.

O isolamento, a solidão, a separação. Estas são as lutas diárias de muitos viciados em pornografia. E a pornografia piora o problema, não o melhora. Quando nós, como cristãos, acessamos a pornografia, sentimos vergonha e desconforto. Lutamos para evitar pensamentos de luxúria ao olharmos para outros homens, seja na rua, escola ou na igreja. Esta fantasia ativa, cheia de luxúria, tende a nos separar ainda mais de homens que poderiam satisfazer nossas necessidades de amizade dadas por Deus. Temos menos probabilidade de nos relacionarmos com outros homens de maneira significativa quando nos deixamos levar pela pornografia.

5º Dia: Medite em Salmos 139:23-24 e ore para que Deus lhe mostre sobre o quê o seu vício revela sobre você.

Para alguns viciados em pornografia, a vida se tornou como um show que vêm passivamente à distância. Agem como um espectador, um observador. Não estão disponíveis para relacionamentos de verdade com homens de verdade. Mas nossa necessidade subjacente é ter uma conexão e não meramente uma *ilusão de conexão*. Assim a pornografia nunca irá realmente satisfazer suas necessidades mais profundas. Peça a Deus para lhe dar um verdadeiro espírito de arrependimento em relação ao seu envolvimento passado com a pornografia, e peça-Lhe para lhe encher com a segurança e afirmação que você está tentando atingir através deste hábito.

6º Dia: Medite em Romanos 5:8 e de posse da graça e do amor incondicional de Deus comece a refletir sobre você:

O que o atrai para a pornografia?

- 1) Curiosidade.
- 2) Procura por intimidade (aprovação e intimidade do mesmo gênero).
- 3) Relacionamentos fantasiosos (fantasias de intimidade. Desejo por amor e aceitação incondicionais).

7º Dia: Medite em Gálatas 6:9 e persevere na busca do conhecimento de Deus e sobre você:

Refleta sobre o ciclo de seu vício e como ele se dá em cada etapa com você:

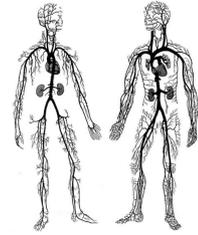
- 1) Preocupação. (Antecipação dos prazeres; fantasia das imagens que já viu ou deseja ver; Planejamento de como verá novamente).
- 2) Ritual. (Trilha de passos específicos para o acesso à pornografia).
- 3) Expressão. Entrega ao vício com ou sem masturbação.
- 4) Desesperança.

8º Dia: Medite em 1 Cor. 10:13 e reflita sobre em quais horários, dias ou épocas específicas a tentação se revela mais forte para você?

9º Dia: Medite em Fil:1-6 e confie que Deus não lhe abandonará em seu processo de restauração e reflita:

Quais são os gatilhos que geralmente disparam suas tentações:

- a) Solidão e isolamento.



- b) Válvula de escape para problemas, frustrações, tédio, tristeza, distanciamento da esposa.
- c) Baixa autoestima = alívio temporário, mundo fantasioso de aceitação e realização sexual.

10º Dia: Medite em 1 Tess. 5:22 e continue firme em seu processo, analisando:

Eu evito as situações limite?

Onde, ou em qual momento do dia, geralmente as quedas acontecem?

Minha prestação de contas se dá com objetivo de prevenção ou de reparação? O segredo, a vergonha, e a culpa atrapalham a prestação de contas?

11º Dia: Medite em Hebreus 4: 14-16 e com confiança em Jesus reflita:

O que a pornografia representa para mim?

‘Um show visto à distância’.

‘Uma distração de meus sentimentos de inveja’.

‘Uma forma de intimidade instantânea’.

12º Dia: Medite em Ef. 2:19 e 1 João 4:18 e reflita sobre a necessidade de desenvolver relacionamentos reais com homens e com mulheres.

13º Dia: Medite em Hebreus 10:35-39 e persevere em sua caminhada! Lembre-se Jesus intercede por você: Lucas 22:31-34, Judas 24, Is. 53:12, e Heb. 7:25.

14º Dia: Perdoe-se! Você não é perfeito. É humano! Seja mais paciente com você em seu processo. Você merece ser amado por você! Aceite-se! E perdoe também aqueles que te magoaram no passado por ação ou omissão! Medita em Mateus 18:21-35.

15º Dia: Se você ainda não jejuou, hoje é um excelente dia para fazer isso, afinal a nossa luta não é apenas contra carne ou sangue mas também contra principados e potestades, contra os dominadores deste mundo tenebroso, contra as forças espirituais do mal, nas regiões celestes. Medite em Efésios 6:10-20.

Fontes:

- Vencendo a Pornografia, Bob Davies, Exodus-BR e,
- Ministério Luz na Noite - www.luznanoite.com.br