

جوانان مختلفی به ما ایمیل زده اند و از ما خواسته اند تا در این مورد صحبت کنیم. خانواده های زیادی در گناهان اعتیاد آور جنسی به سر می برند. اگرچه صحبت کردن درباره این موضوع در عموم سخت به نظر می رسد، اما ما در این برنامه می خواهیم در مورد آن صحبت کنیم. پرنوگرافی محدود به نژاد، وضعیت مالی و اجتماعی، ایماندار یا بی ایمان بودن شخص ندارد.

انتظار مردم از دنیای پرنوگرافی هر روز بیشتر می شود. دنیای امروز ما، با خلاقیت های خود، آماده است که ما را با راههای جدید برای دسترسی بهتر به پرنوگرافی آشنا سازد. در گذشته دیدن یک عکس سیاه و سفید تحریک آمیز، می توانست بسیار وسوسه انگیز باشد، در حالیکه امروز پرنوگرافی، به طرق مختلف و پیشرفته تری، از قبیل تصاویر و صحنه های متحرک قابل دانلود در اینترنت، قابل دسترس است تا خواهش های جسمانی اشخاص مختلف را ارضا کند. اغلب کسانی که اسیر پرنوگرافی هستند، اشخاصی هستند که هیچ وقت مشکل خود را با دوست یا شخصی دیگر مطرح نکرده اند، بلکه همیشه از این مسئله رنج برده اند. اگر شما در چنین شرایط قرار دارید، از آن چشم پوشی نکنید، زیرا با این کار مشکل خود را بزرگتر می کنید.

کسانی که اسیر پرنوگرافی هستند، در زندگی دوگانه ای به سر می برند. بخش اول، زندگی معمولی آنها، مانند رفتن به کلیسا و رابطه شان با خدا است. بخش دیگر، زندگی خصوصی در خلوت و تنهایی است که هیچ کسی از آن خبر ندارد و این زندگی همان دنیای سکس و پرنوگرافی است. آیا امیدی برای رهایی از اینگونه اسارت وجود دارد؟ اولین قدم برای رهایی از این اسارت این است که خودتان بخواهید از آن آزاد شوید. در اینجا می خواهیم به 6 قدم اصلی که به ما کمک می کند تا از این اسارت آزاد شویم، اشاره کنیم.

### 1- روبه رو شدن با وقایع:

"زیرا همه گناه کرده اند و از جلال خدا قاصر می باشند."

رومیان 3: 23

ما به طرق مختلف گناه کرده و از جلال خدا قاصر مانده ایم. دروغگویی، طمع، دزدی، زنا، به کار بردن نام درست نام خدا و هر گونه کارهای خودخواهانه، گناه هستند. همه گناهان در مقابل خدای قدوس، جدی هستند و خداوند به آنها عکس العمل نشان می دهد.

اگر در زندگی شما هر گونه گناه جنسی وجود دارد، اولین قدم برای بهتر شدن وضعیتان این است که با حقیقت رو به رو شده، اعتراف کنید که گناهکار هستید. از خود فرار نکنید و خود را گول نزنید. مسیح می گوید: "شنیده اید که به اولین گفته شده است "زنا نکن". لیکن من به شما می گویم، هر کس به، زنی نظر شهوت اندازد، همان دم در دل خود با او زنا کرده است." متی 5: 27-28

اگر گناه کرده اید بدانید که قوانین خدا را شکسته اید. اگر متاهل و اسیر پرنوگرافی هستید، پس شما به همسر خود خیانت می کنید. اگر مجرد هستید، شما در برابر شخصی که در آینده با او ازدواج خواهید کرد، گناه کرده اید. اگر گرفتار تکرار این گناه شده اید، بدانید که اسیر هستید. اگر اینچنین است، اعتراف کرده، قدم اول را بردارید.

### 2- نجات روحانی:

فاکتور مهم دیگر برای آزادی از چنین اسارتی، قرار گرفتن زیر سلطه خداوند است. شما در یک نبرد روحانی هستید. کتاب مقدس برای مردمی که توسط مسیح نجات نیافته اند، وعده آزادی از وسوسه را نمی دهد. اگر هنوز مسیحی نشده اید، به گناهان خود اعتراف کرده، زندگی خود را به خدا وقف نمایید و هدیه نجات الهی را بپذیرید. اگر زندگی خود را به خداوند عیسی سپرده اید، پس اجازه ندهید که گناهتان باعث شود که به نجات مسیح شک کنید. در عوض با گناه خود روبه رو شوید، به آن اعتراف کنید و زندگی خود را دوباره به مسیح بسپارید. هیچ بخشی از زندگی خود را از خدا مخفی نکنید، بلکه خود را به او بسپارید و از او بخواهید که به شما کمک کند. ضعف های خود را بپذیرید و اعتراف کنید که بدون تسلط عیسی، نمی توانید زندگی کنید. پولس رسول مثل اینکه احساس ما را می فهمید.

" زیرا می‌دانیم که شریعت روحانی است، لکن من جسمانی و زیر گناه فروخته شده هستم، که آنچه می‌کنم نمی‌دانم زیرا آنچه می‌خواهم نمی‌کنم بلکه کاری را که از آن نفرت دارم به جامی آورم. پس هرگاه کاری را که نمی‌خواهم بهجا می‌آورم، شریعت را تصدیق می‌کنم که نیکوست. <sup>3</sup> الحال من دیگر فاعل آن نیستم بلکه آن گناهی که در من ساکن است. زیرای دانم که در من یعنی در جسمم هیچ نیکویی ساکن نیست، زیرا که اراده در من حاضر است اما صورت نیکو کردن نی. زیرا آن نیکویی را که می‌خواهم نمی‌کنم، بلکه بدی را که نمی‌خواهم می‌کنم. پس چون آنچه را نمی‌خواهم می‌کنم، من دیگر فاعل آن نیستم بلکه گناه که در من ساکن است.

لهذا این شریعت را می‌یابم که وقتی که می‌خواهم نیکویی کنم بدی نزد من حاضر است. زیرا برحسب انسانیت باطنی به شریعت خداخشنودم. لکن شریعتی دیگر در اعضای خودمی بینم که با شریعت ذهن من منازعه می‌کند و مرا اسیر می‌سازد به آن شریعت گناه که در اعضای من است. وای بر من که مرد شقی‌ای هستم! کیست که مرا از جسم این موت‌رهایی بخشد؟ "

رومیان 7: 15-24

### 3- ناتوانی های خود را قبول کرده از خداوند کمک بخواهید:

همه انسان ها طبیعتا گناهکار خلق شده اند. اسارت به پرنوگرافی و یا گناهان جنسی مانند استفاده از داروی فریب انگیز می باشد که آثار قوی و نیرومندی برجای گذاشته و مقاومت در برابر آنها برایتان سخت می شود. تحقیقات پزشکی نشان داده است که در قسمت پشتی مغز انسان جایی به نام نقطه لذت وجود دارد که وقتی شخصی به پرنوگرافی یا هرچیز وسوسه انگیز دیگر فکر می کند، ماده شیمیایی در آن نقطه ترشح می شود و آن ماده باعث تجربه « احساس لذت » در شخص می گردد. شخصی که آن ماده در بدنش ترشح شده و آن لذت را تجربه کرده، تمام بدنش به آن تجربه عادت می کند.

دیدن عکس های پرنوگرافی در ذهن شخص به مدت سال ها بایگانی می شود. نباید گناه پرنوگرافی را پشت خدمت کلیسایی، مقام خود در کلیسا و پرستش مخفی کرد. تا وقتی که به خداوند اجازه ندهید، او نمی تواند کار خود را در شما شروع کند. به این آیات توجه کنید:

" دلی که تدابیر فاسد را اختراع می‌کند. پایهایی که درزبان کاری تیزرو می‌باشند. "

امثال 6: 18

" چون تکبر می‌آید خجالت می‌آید، اما حکمت با متواضعان است. "

امثال 11: 2

" پس زبردست زور آور خدا فروتنی نمایید تا شما را در وقت معین سرافراز نماید. و تمام اندیشه خود را به وی واگذارید زیرا که او برای شما فکر می‌کند. " اول پطرس 5: 6-7

میل خدا برای برافراشتن شما از نظر روحی، بستگی به میل شما برای فروتن شدن در برابر او دارد. اما قسمت دوم هم بسیار مهم است. خدا برای شما آنقدر فکر می کند که حاضر است تمام گناهان، نگرانی ها، ترس ها و نیازهای شما را بر دوش خود بردارد. اگر فروتن باشید، روح القدس در زندگی شما قدرت پیدا می کند، در نتیجه ثمرات روح مانند محبت، خوشی، سلامتی و ... در شما دیده می شود.

" لیکن ثمره روح، محبت و خوشی و سلامتی و حلم و مهربانی و نیکویی و ایمان و تواضع و پرهیزکاری است، که هیچ شریعت مانع چنین کارها نیست. "

غلاطیان 5: 22-23

آخرین ثمره یعنی خویشتن داری کار روح القدس است. وقتی یاد بگیری که هر روز به حضور خداوند بروید، کم کم خواهید توانست گناهان جنسی خود را اداره کنید، چون می دانیم که ایمان آوردن به مسیح یعنی مردن در برابر گناه و زنده بودن در خداوند.

#### 4- قدرت دعا:

دعا یعنی گفتگو با خدا و خالق خود و رابطه فرزند با پدر. خداوند به ما به عنوان فرزندان خود نگاه می کند. محبت خدا بی قید و شرط است و هرگز به خاطر ضعف ایمان کم نمی شود. زمانی که در گناه بودیم، مسیح برای ما مرد. پس مهم نیست که چقدر گناهکار هستی، چون خدا می تواند گناهان تو را ببخشد و به تو کمک کند تا از گناهانت آزاد شوی. فراموش نکنیم که دعای هر روزه نقش بسیار مهمی دارد و اسلحه ایمانداران برای مقابله با گناه و وسوسه های این دنیا است.

چگونه باید دعا کرد؟

- 1- اعتراف به گناهان خود: مزمو 51، مرقس 5: 20-23، اول یوحنا 1: 7-10
- 2- اعلان به دنیا: رومیان 12: 2، رومیان 6: 13-14
- 3- صورت خداوند را بطلبید تا به شما زندگی با معنی بدهد.
- 4- بدن خود را به عنوان قربانی زنده به خداوند بدهید.
- 5- پرستش خدا.
- 6- شکرگذاری خداوند به خاطر فیض، بخشش مجانی و جواب دادن به دعاها.
- 7- از خداوند کمک بخواهید تا شما را برای زندگی پاک کمک کند.

#### 5- خواندن کلام خدا و حفظ آیات:

حفظ کردن آیات کتاب مقدس به ما کمک می کند تا بتوانیم در مقابل وسوسه های دنیای پرنوگرافی بایستیم. خواندن هر روزه کلام خدا باعث می شود ستون های زندگی ما استوارتر شود. و این کار باید به بخشی از زندگی ما تبدیل شود.

#### 6- نسبت به کسی جوابگو باشیم:

اگرچه خجل بودن از گناهان خود درست است، اما اجازه ندهید که آن روح شرم وسیله ای در دست شیطان باشد تا شما را به دام بیاندازد. نهان کاری اغلب بزرگترین دشمن مسیحیان است، درحالی که اقرار کردن می تواند با خود آزادی به ارمغان آورد. اگر کسی از شکست اخلاقی شما خبر ندارد، پس هیچ کسی وجود ندارد که بتوانید بر او حساب کنید و ضعف های خود را با او درمیان گذارید. اجازه ندهید که غرورتان شما را نابود سازد.

(امثال 29: 23، مرقس 7: 21)

در این رابطه، شما برای خود یک همدم انتخاب می کنید که بتوانید با او صادق باشید و درباره اسارت خود با او صحبت کنید.

به گناهان خود اعتراف کنید. (یعقوب 5: 16) حتما شخصی هم جنس خود و یا همسر خود را به عنوان همدم انتخاب کنید. کسی را انتخاب کنید که از نظر روحانی در مسیح بالغ است و روح کمک کردن دارد. به خداوند اعتماد کنید و برای شخصی که می خواهد به شما کمک کند دعا کنید.

اگر شما در قسمت اینترنت پرنوگرافی ضعیف هستید، می توانید اینترنت خود را درمقابل این سایت ها قفل کنید. اگر امروز پرنوگرافی از طریق تلویزیون و یا ماهواره وارد منازل شما می شود، احتیاج است که این کانال ها را ببندید و از یک عضو خانواده بخواهید در این رابطه مسئول شما باشد. خجالت نکشید زیرا هشیار بودن در برابر پرنوگرافی نشانه ضعیف بودن نیست بلکه بیانگر این است که شما می خواهید آزاد شوید.

" دل خود را به حفظ تمام نگاه دار، زیرا که مخرج های حیات از آن است." امثال 4 : 23

تغییر در عادات روزانه می تواند شما را از وسوسه دور نگاه دارد. بعضی اشخاص وقتی همه اعضای خانواده خواب هستند، به سراغ کامپیوتر رفته با تصاویر پرنوگرافی مواجه می شوند. این گونه افراد باید تصمیم بگیرند که آن عادت را ترک کنند.  
"چشمانم را از دیدن بطالت برگردان و در طریق خود مرا زنده ساز."  
مزمور 119 : 37

شما احتیاج دارید که چشمانتان را از دیدن بطالت برگردانید. از دیدن مجلات وسوسه انگیز و تبلیغات تلویزیونی مبتذل دوری کنید. اگر در کامپیوتر خود عکس ها و کلیپ های پرنوگرافی دارید، آنها را از بین ببرید. این گونه می توانید از این عادت ها آزاد شده، قدم اول را بردارید.  
( رومیان 13 : 14 )