

# PORNOGRAFIA

## 5 PASSOS

### PARA VENCER



Nesta semana nós iremos aprender os 5 passos para vencer de uma vez por todas a pornografia, o mal do século para o crente fiel em Jesus Cristo, a menina de ouro do Diabo. Vamos juntos!

#### **Segunda-feira – RECONHEÇA O SEU PECADO**

*“Quem esconde os seus pecados não prospera, mas quem os confessa e os abandona encontra misericórdia.” (Provérbios 28:13)*

**1) ENTENDENDO:** O primeiro passo para vencer a pornografia, como também qualquer outro pecado, é reconhecer o erro. Reconhecer é o ato de admitir, aceitar, concordar, assentir algo como sendo verdadeiro. No Salmo 32 (leia) Davi nos fala que enquanto ele não reconheceu seus pecados, o seu corpo definhava e ele sofria as consequências amargas do seu erro. Quando escondemos um pecado estamos, aos poucos, enfraquecendo o nosso relacionamento com Deus e abrindo brechas maiores ao Diabo. Quando você pesquisa no dicionário o que significa a palavra “pornografia” você encontra o seguinte significado: *característica do que fere o pudor; obscenidade, indecência, licenciosidade*. A pornografia é um pecado que, assim como os outros, traz consequências. Algumas das consequências são o vício, perda da confiança das pessoas, sentimento de culpa, perda da comunicação. É um pecado que destrói rapidamente a alma da pessoa. Por isso, quanto mais rápido você reconhecer o seu pecado e pedir ajuda, é melhor.

**2) MEMORIZANDO:** Decore a Palavra em seu coração para usar sempre que o Diabo tentar pregar mentiras contra você. Não pule esse passo. Ao final, grave um vídeo e compartilhe com o seu grupo de amigos. ( ) Memorizei e gravei.

**3) TIRANDO A LICÃO:** **Você jamais poderá ser livre da pornografia se não reconhecer que ela é um mal em sua vida.** Quando escondemos nossos vícios, diversos sentimentos ruins aparecem, como a culpa, a dor e o medo, e acabamos nos tornando escravos dessas coisas. Deus não nos fez para sermos escravos (Gl. 5:1), mas para sermos livres. Portanto, o ato de reconhecer é o primeiro passo em direção à vitória. O Diabo, porém, diz que não existe mal algum nisso e racionaliza na sua mente: *“esta é a última vez”, “de vez em quando não tem problema”* ou *“não estou machucando ninguém”*. E quando sua consciência dói ele te diz: *“é melhor não contar para ninguém, pois ninguém vai te entender ou te ajudar.”* Ou pior: *“as pessoas vão julgar você e você vai ser disciplinado e expulso da igreja”*. Mas, lembre-se: Satanás é o pai da mentira! Nada do que ele diz é verdade (Jo. 8:44). Um relacionamento santificado com Deus só começa quando

reconhecemos nossos pecados e a nossa total incapacidade de sozinhos mudarmos a nós mesmos.

**Refleta:** Sabe por que a criança esconde seus erros? Porque ela tem medo da punição. Só que o que a criança não entende é que a punição que ela irá sofrer é muito menor quando comparada ao sofrimento causado pelo ato de (tentar) esconder a sua falha. A consciência pesada dói muito mais do que qualquer outra coisa. Nunca se esqueça disso: **não há nada oculto aos olhos de Deus.** Por isso, prefira ter a consciência limpa reconhecendo os seus pecados. Somente a Palavra de Deus irá nos lavar do pecado. - Leia os versículos a seguir e escreva, resumidamente, a principal lição de hoje: Sl. 19:13; 38:18; 51:1-3; 69:5; Pv. 28:13; Jr. 3:12-13; 1 Co. 11:31; 1 Jo. 1:9 .....

**4) DECIDINDO:** Escolha reconhecer os males que a pornografia tem feito em sua vida e tirá-la da sua vida. O Senhor Jesus é fiel e justo para perdoar os seus pecados.

( ) Decido ainda hoje ligar para o meu líder de GA e confessar minha dificuldade com o pecado de pornografia. ( ) Decido meditar todos os dias nesta folhinha de meditação sem falhar. ( ) Decido espalhar o versículo de hoje em locais visíveis para sempre lembrar destas verdades. ( ) Decido .....

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Não tenha medo de confessar ao Senhor suas dificuldades. Ouça a música *Me ajude a melhorar*, do cantor Eli Soares e faça dela sua oração diária (<https://www.youtube.com/watch?v=89NeyF8qTIg>).

### **Terça-feira – PEÇA PERDÃO DO SEU PECADO**

*“Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para perdoar os nossos pecados e nos purificar de toda injustiça.” (1 João 1:9)*

**1) ENTENDENDO:** Vimos ontem que o primeiro passo para vencer a pornografia é reconhecer o seu pecado. O próximo passo é pedir perdão. Pedir perdão significa mostrar arrependimento, é um ato de humildade em que se admite que não se procedeu da melhor forma, procurando mudar a forma de agir para não repetir aquele determinado comportamento. Muitas pessoas têm dificuldade em pedir perdão e esse acaba sendo o “calo no pé”, a “pedra no sapato” que as impede de caminhar bem com Jesus. No entanto, se quisermos andar com Jesus precisamos aprender a pedir perdão das nossas falhas e, ainda mais importante, dar meia volta e caminhar da forma correta entendendo que o Reino de Deus está perto (Mateus 3:2).

**2) MEMORIZANDO:** O versículo de hoje é um dos mais conhecidos no meio cristão, não é verdade? Se você já o conhece de cor, recomendo que memorize em outra versão. Não deixe para depois.

**3) TIRANDO A LICÃO:** Davi foi chamado de “o homem segundo o coração de Deus” não porque ele era perfeito, mas por sua humildade e dependência completa

do Senhor. Davi pecou com seus olhos e, ao ver uma mulher tomando banho, não resistiu e cedeu aos seus maus desejos (2 Sm. 11). Sim, ele errou ao esconder o seu pecado, mas quando confrontado, reconheceu o erro, mudou de atitude e Deus o perdoou. No entanto, teve de arcar com as consequências de seu pecado (2 Sm. 12). Deus vê todas as coisas e Ele sabe cada atitude que cada um de nós cometemos (Lc. 8:17). ➔ Quando Deus te confrontar **ARREPENDA-SE!** Ele quer te perdoar e purificar. (Is. 1:18; Sl. 103:12; 1 Jo. 2:1-2; At. 3:19) **CONFESSE SEUS PECADOS** (Pv. 28:13) e **BUSQUE AJUDA!** (Tg. 5:16) *Esconder seus pecados só irá trazer destruição para a sua vida!!!* Quem confessa seus pecados obtém o perdão e, assim, poderá viver em paz e com a consciência limpa diante de Deus. (Mq. 7:18-19; Sl. 32:3-5). Agora escolha o texto bíblico que mais chamou sua atenção e tire uma lição para sua vida.

**4) DECIDINDO:** ( ) Decido escrever minha confissão a Deus e pedir que Ele me liberte desse mal, que é a pornografia. ( ) Decido que vou colocar em prática os passos aprendidos hoje: arrepender-se, confessar e buscar ajuda. ( ) Outra decisão:

.....  
.....

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Separe esse momento para falar com Deus e compartilhar as decisões tomadas hoje. Comprometa-se a fazer à vontade d'Ele custe o que custar. Veja em qual momento do dia você terá mais tranquilidade para se ajoelhar e se derramar na presença do Senhor. Tenha um momento de qualidade com Deus.

**Quarta-feira – CONFESSE PARA ALGUÉM DE CONFIANÇA**

*“Portanto, confessem os seus pecados uns aos outros e orem uns pelos outros para serem curados. A oração de um justo é poderosa e eficaz.” (Tiago 5:16)*

**1) ENTENDENDO:** Confessar é um ato de revelar, tornar público, reconhecer, admitir. Na Igreja Católica, os fiéis são instruídos a confessar suas falhas a um padre. Mas, a Bíblia nos ensina que podemos, sim, confessar nossas falhas a outras pessoas da fé. Porém, precisamos escolher bem para quem iremos confessar. Confesse para alguém mais velho na fé do que você e mais espiritual, pois por meio da Palavra de Deus ele irá lhe ajudar a caminhar com Cristo. Responda:

a) O que devemos confessar e para quem? .....

b) Qual deve ser sua atitude se alguém confessar uma falha a você? ( ) Exortar em amor. ( ) Recriminar e tratar com desprezo/desdém. ( ) Orar.

c) O que você entende por “para serem curados”? .....

d) Explique: “A oração de um justo é poderosa e eficaz.” .....

.....

**2) MEMORIZANDO:** Guardar a Palavra em nosso coração é uma das formas mais

eficazes para tomarmos a decisão certas quando erramos. Por isso, decore da forma que for mais fácil e eficaz para você (repetindo, cantando, desenhando, etc).

**3) TIRANDO A LICÇÃO:** Confessar é um ato de coragem, humildade e força. Só quem tem força de vontade e coragem consegue confessar suas falhas e dificuldades. Confessar uma falha ou pecado já é muito difícil, quanto mais numa área tão sensível quanto a pornografia. Antes, porém, de confessar o pecado, opte por confessar a tentação. É melhor reconhecer a dificuldade do que reconhecer que caiu e pecou. O processo de cura (ou restauração) é diferente para ambos os casos. Foi feita uma pesquisa com pastores que caíram em pecados de imoralidade sexual e descobriu-se que estes pastores acabaram caindo por não terem um parceiro de confiança, aquela pessoa que cobra, apoia, ora e ajuda você nas suas dificuldades. A Bíblia nos fala que precisamos de bons amigos, pois nestes momentos eles nos ajudam (Ec. 4:9-12). Quem são os seus amigos? Eles te levam ao mal? Ou são pessoas leais e de confiança? Há muitas lições sobre confessar, mas hoje vamos fixar apenas três. Confessar nos ajuda a: 1) melhorar; 2) sermos cobrados 3) receber as bênçãos de Deus.

**4) DECIDINDO:** Uma meditação sem decisão não é uma meditação completa. Tome decisões práticas e as coloque em um lugar para poder se lembrar delas constantemente. ( ) Decido procurar alguém mais espiritual e de confiança para pedir ajuda caso precise confessar meus pecados na área sexual (ou outros). ( ) Decido me disponibilizar para ajudar alguém que esteja precisando de ajuda para confessar e precise de acompanhamento caso esteja bem na área de imoralidade sexual. ( ) Quando confessar o meu pecado, receberei de coração aberto o que a pessoa tem a me falar.

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Compartilhe suas dificuldades com Deus em oração. Tenha um coração contrito e reconheça que precisa de ajuda. Ore pedindo forças para vencer esse pecado e ter amigos que sejam sinceros com você e que lhe cobrem e auxiliem você.

### **Quinta-feira – INTIMIDADE E PRAZER DEVEM SER SACIADOS EM DEUS**

*“É grande o meu prazer no Senhor! Regozija-se a minha alma em meu Deus! Pois ele me vestiu com as vestes da salvação e sobre mim pôs o manto da justiça.”*

*(Isaías 61:10)*

**1) ENTENDENDO:** Reescreva o texto trocando as palavras destacadas por sinônimos, ou seja, palavras com sentido parecido (se precisar, peça ajuda de alguém ou pesquise em um dicionário bíblico) .....

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

➔ Eu amo milk-shake e me sinto plenamente satisfeita quando tomo um. Se eu pudesse, tomaria todos os dias! Deus nos criou para experimentarmos os prazeres da vida, inclusive os prazeres sexuais. Deus criou o sexo (homem e mulher) e disse “é muito bom” (Gênesis 1:27, 31). Entretanto, esse prazer foi planejado por Deus para um momento específico - dentro do casamento (Mateus 19:4-6; 1 Coríntios 7:9). É uma ordenança de Deus para o nosso bem. Por isso, qualquer deturpação sexual fora dos padrões de Deus é pecado (1 Coríntios 6:18-20). Nossos desejos devem ser

satisfeitos em Deus (Salmo 37:4; Isaías 61:10). Ele é o único que pode nos saciar verdadeiramente.

**2) MEMORIZANDO:** Escreva o versículo de hoje num papel e cole onde fique visível para você o restante do dia. ( ) Fiz.

**3) TIRANDO A LIÇÃO:** Você já ouviu falar sobre a dopamina? A dopamina é um dos vários hormônios do nosso corpo e uma de suas funções é provocar a sensação de prazer e o aumento da motivação. Sempre que você está diante de uma atividade que te traga grande prazer, este hormônio é liberado. O grande problema é que muita gente tem buscado prazer nos meios errados como a pornografia, e acaba se prejudicando sem perceber. O mundo oferece muitas coisas para nos enredar, nos entreter, alimentar nossos prazeres carnis e, assim, nos afastar de Deus. Como vimos, Satanás nos oferece a pornografia, pois ele sabe que o estímulo sexual libera a dopamina e nos deixa literalmente dopados, perdidos e andando sem rumo. Como filhos de Deus, porém, devemos ter prazer no Senhor e na Sua Lei. Quando aprendemos a amar a Lei de Deus, encontramos a verdadeira fonte de alegria e de prazer. A pornografia nos priva da nossa fonte primária e principal de intimidade e prazer, que é o próprio Deus e a Sua Lei. A pornografia traz consequências terríveis: afastam-nos de Deus (Is. 59:2), prejudica o relacionamento conjugal (Pv. 6:26-35), vicia e abre portas para outros pecados (Sl. 42:7a). Leia os versículos a seguir e descubra por que devemos ter prazer em Deus e na Sua Palavra. Rm. 7:22; Sl. 1:1-3; Sl. 18:21-24; Sl. 119:1,67,111,129,174.

**4) DECIDINDO:** ( ) Decido ter prazer na lei de Deus e meditar diariamente. ( ) Decido substituir ..... por tempo de qualidade com Deus. ( ) Decido não participar de grupos ou redes sociais que promovem a imoralidade sexual, ainda que de forma sutil. ( ) Decido decorar mais ..... versículos por semana. ( ) Decido ser radical nesta área e tomar a seguinte decisão: .....

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Faça esta oração: *“Senhor, eu quero ter prazer na Tua Lei e meditar nela diariamente como o salmista. Ensina-me a te amar cada dia mais e mais e que meu prazer seja plenamente satisfeito em Ti. Eu não quero que nada me afaste de Ti e que nada me impeça de ter um relacionamento íntimo e sincero contigo. Me dê forças para fugir do pecado, para resistir às tentações e para buscar prazer nos Teus mandamentos conforme a Tua palavra ensina. Em nome de Jesus! Amém!”*

### **Sexta-feira – TOLERÂNCIA ZERO**

***“Se o seu olho direito o fizer pecar, arranque-o e lance-o fora. É melhor perder uma parte do seu corpo do que ser todo ele lançado no inferno. E se a sua mão direita o fizer pecar, corte-a e lance-a fora. É melhor perder uma parte do seu corpo do que ir todo ele para o inferno.” (Mateus 5:29-30)***

**1) ENTENDENDO:** Leia 1 Co. 6:18 e Ef. 5:3 e responda qual a relação com o verso de hoje? .....

.....  
.....  
Não tem como brincar com fogo e não se queimar. Da mesma forma, não se pode brincar com a pornografia e não ser contaminado por ela. Por isso, devemos ser radicais e não dar brechas ao pecado e estar sempre alertas e vigilantes (Mt. 26:41). Como podemos fazer isso? Não tolerando qualquer *menção de imoralidade* (pensamentos, palavrões, flertes, piadas, mensagens no whatsapp etc), andando longe da zona de perigo, orando e jejuando, afastando-se de pessoas imorais e fazendo qualquer outra coisa para se afastar desse terrível pecado.

**2) MEMORIZANDO:** A melhor arma contra a pornografia é a Palavra memorizada. Por isso, não perca tempo e decore o versículo de hoje e aproveite para revisar os versículos da semana. ( ) Memorizei.

**3) TIRANDO A LIÇÃO:** Se você prestou atenção às meditações e aos versos anteriores deve ter percebido que o grande problema da pornografia tem a ver com aquilo que permitimos entrar através dos nossos olhos e ouvidos - as portas principais da mente. Basta uma piscadinha ou um clique inocente e curioso para contaminar a sua mente e, conseqüentemente, controlar todo o seu corpo. Por isso, com a pornografia a TOLERÂNCIA É ZERO. Não se esqueça: “um pouco de fermento fermenta toda a massa” (1 Co. 5:1-13). ➔ Tolerância zero com o pecado não é dizer: “Eu não vou mais pecar!” Precisamos ser como José que, diante do perigo, correu o mais depressa que conseguiu (Gn. 39:7-23). A atitude correta é esta: Não vou me amoldar ao padrão deste mundo (Rm. 8:8; 12:2; Lv. 11:44a). Antes pela renovação da minha mente irei viver de forma decente, como pessoas que vivem na luz do dia (Rm. 13:13-14; 1 Pe. 1:16): desviando meus olhos de coisas inúteis (Sl. 119:37; Jó 31:1), lendo e meditando na Palavra todos os dias (Sl. 119:9-11; Jo. 17:17), afastando-me das más companhias e de tudo o que me impede de me aproximar de Deus (1 Co. 15:33; Hb. 12:1-2) e sendo guiado pelo Espírito (Gl. 5:16-17; Rm. 8:13-14).

**4) DECIDINDO:** O que te leva a pecar? Qual o membro do seu corpo que você precisa “arrancar” para não pecar mais? São os seus olhos? Ou os seus ouvidos? Tome a decisão que precisar para vencer nesta área pois aquele que sabe o que deve fazer e não faz comete pecado (Tg. 4:17). ( ) Eu decido decorar 5 versículos sobre santidade na próxima semana. ( ) Decido desinstalar este aplicativo(coloque o nome) ..... que tem me afastado de Deus. ( ) Decido não acessar sites pornográficos ou que tenham conteúdos suspeitos. ( ) Decido não frequentar este ambiente que me leva a pecar:..... ( ) Outra decisão radical:

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

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Fale com o Senhor e entregue suas decisões a Ele, clame a Ele pedindo forças para cumprir com as decisões tomadas e não tolerar a imoralidade sexual.