

## Ako sa zbaviť myšlienok sexuálneho charakteru?



Otázka: „Prosím, pomôžte mi porozumieť tomu. Napadajú ma myšlienky sexuálneho charakteru a neviem sa ich zbaviť. Niekedy vidím v predstavách známych ľudí, niekedy vymyslených. Nevie, ako to kontrolovať. Samozrejme, že sa zato modlím. No mám otázku: je už myšlienka hriechom? Žiadnymi skutkami sa tieto myšlienky nekončia t.j. fyzicky nehreším, ale v myšlienkach ... teda znamená to, že sa po celý čas nachádzam v hriechu? Ja sa z toho kajám, no aký má zmysel

*pokánie, keď sa znovu a znovu vraciate k tomu istému?*

(Pýta sa: Darja, dňa 4.2.2010)

Odpovedá: Alexandra Lanc

Dobrý deň Darja,

Máte úplnú pravdu, že pokánie nemá žiadny zmysel, keď potom opäť robíte to isté. Avšak, v tomto prípade môžeme presne povedať, že sa žiadne pokánie neudialo, len nastala bežná, svetská lútosť nad hriechom a strach pred trestom.

Sú vaše myšlienky naozaj hriechom? Všetko závisí od toho, ako odpoviete na nasledujúce otázky:

### **1. Odkiaľ tie myšlienky prichádzajú? Z vášho srdca (rozumu) alebo zvonku?**

Ak zo srdca, tak je to hriech, vyvierajúci z hlbiny vášho vedomia, vaša vlastná žiadostivosť (List Jakuba 1,14) a vám sa treba začať modliť sa o stvorenie nového, čistého srdca, ako to robil Dávid (Žalm 51,12) a o to, aby ste sa naučili u Krista so všemožnou bdelosťou chrániť si svoje srdce (Príslovia 4,23). Ak myšlienky prichádzajú zvonku a vaše srdce je čisté a posvätené, tak sa jednoducho nachádzate v pokušení, ktorému treba povedať „nie“.

### **2. Čo robíte s tými myšlienkami? Hneď ich odmietate alebo sa nimi zaoberáte, rozvíjate ich, dávate im priestor na rozvoj vo vašej hlave?**

Ak ich hneď odmietate, tak odmietate hriech a preto nehrešíte, no keď si dovoľujete hoci len na jednu sekundu zdržiavať sa v špíne, tak sa sama stávate špinavou.

Keďže píšete, že nemôžete kontrolovať tieto myšlienky, odvážim sa predpokladať, že tieto myšlienky pochádzajú z vášho tela, a nie zvonku, a preto budem pokračovať v odpovedaní na vašu otázku ...

Nato, aby ste sa popasovali s vaším problémom, je potrebné, aby ste pochopili to, že náš mozog je stvorený tak, že je schopný vypracovávať si ustálené vzorce správania. Aby som nezaťažovala svoju odpoveď náučnou terminológiou, dovoľte mi použiť bežne používané slová a všetkým pochopiteľné obrazy.

Napríklad, keď fajčím, tak sa v mojom mozgu vytvára určitá reťaz správania: hlad v žalúdku (alebo plný žalúdok alebo stresová situácia atď.) – ruka siaha do vrečka a nahmatá cigarety a zápalky – ruka dvíha cigaretu k ústam a zapaluje ju – ústa a dýchacie cesty začínajú vykonávať určité postupy. Človeku sa môže zdať, že toto všetko prebieha úplne vedome, no v skutočnosti je to sebaklam: nie človek ovláda svoj mozog, ale mozog, ktorý má určitý vzorec správania, ovláda človeka. Aby človek prestal fajčiť, bude sa potrebovať, okrem iných problémov, tiež zbaviť aj tohto „automatického“ správania.

Rovnako sa to odohráva s každým hriechom. Prečo, napríklad, mnohí nemôžu prestať klamať? Pretože „vzorec“ klamstva, ktorý bol niekedy upevnený v ich „závitoch“, im nedovoľuje vyjsť za jeho hranice, nedovoľuje im roztrhnúť tento začarovaný kruh. Človek koná automaticky. Potom oľutuje, kajú sa, zaprisaháva sa, že nabudúce to už tak nebude, no prejde nejaký čas, myseľ sklízne na vychodenú cestičku v mozgu a ďalej všetko prebieha automaticky.

To isté sa deje s vami. Kedysi ste dovolili svojmu mozgu zaoberať sa myšlienkami sexuálneho charakteru, potom ste to dovolili ešte raz, ešte raz a nakoniec ste sa dostali do takej závislosti, že už nie ste v stave samostatne odísť z vychodenej cestičky: je už príliš hlboká a vychodená. Tento stav Biblia nazýva **egyptským otroctvom hriechu**. Preto prvé a hlavné, čo musíte urobiť, je - čo najčestnejšie a najotvorenejšie si priznať, že ste otrokyňou svojho zvyku, otrokyňou toho vychodeného vzorca, ktorému ste vy **sama** dovolila rozvinúť sa vo vašej hlave. Napokon, u niektorých ľudí sa situácia môže stať ešte zložitejšia aj tým, že získali ťažké „dedičstvo“ od svojich predkov: prirodzený (dedične odovzdaný) sklon práve k tomuto hriechu. Vtedy sa podarí dokonca dvojnásobné otroctvo.

Toto je zlá správa, ktorá v Biblii znie takto:

*„Odpovedal im Ježiš: Veru, veru, hovorím vám: Každý, kto činí hriech, je otrokom hriechu.“* (Ján 8,34).

No je i **dobrá zvesť**, ktorá obsahuje nasledovné:

*„Keď vás teda Syn vyslobodí, budete skutočne slobodní.“* (Ján 8,36).

Môžete získať slobodu od toho, čo sa s vami deje! A bez ohľadu nato, aký ťažký je váš stav: nakoľko hlboké sú koľaje vo vašej hlave alebo nakoľko ťažké je „dedičstvo“ hriechu, získané od rodičov.

1. list Jána 3,8: *„Syn Boží sa zjavil na to, aby maril diablove skutky.“*

Lukáš 4,18: *„Duch Pánov je na Mne; lebo On pomazal Mňa... utláčaných prepustiť na slobodu“.*

Ježiš Kristus prišiel na túto zem, aby vás oslobodil od toho, čo vás mučí! A to, ako rýchlo vás On môže oslobodiť, závisí len od toho, ako intenzívne sa túžite zbaviť hriechu.

Ak ste pripravená vstúpiť do boja so svojim problémom, tak sa začnite spoznávať s Ježišom: so svojim Osloboditeľom, s Tým, Ktorý keď sa stane vašim Vrchným Veliteľom, vás môže priviesť k víťazstvu a k slobode.

Urobte z Biblie knihu, ktorú budete čítať každý deň, aby ste porozumeli Ježišovi, aby ste videli, ako On žil, aby ste Ho spoznali, pokiaľ možno, čo najlepšie. Proste Ježiša, aby sa vám odhalil, aby vám pomohol pochopiť, **Kým je**. Ježiš nebude meškať a odpovie na tieto prosby, pretože pred dvetisíc rokmi On umieral na kríži **kvôli vám, Darja**, kvôli tomu, aby - keď Mu uveríte a keď Ho nazvete svojim Hospodinom a Osloboditeľom, - ste Jemu dali právo konať vo vašom živote a roztrhnúť tie okovy, ktorými ste pripevnená k satanovi.

S láskou v Spasiteľovi Ježišovi Kristovi,  
Alexandra.



Zdroj: <http://www.bible.com.ua/answers>.

Preložené so súhlasom [www.bible.com.ua](http://www.bible.com.ua).