

UPUSTVO ZA ODVIKAVANJE OD MASTURBACIJE

Bitno je da vam ovo uputstvo stalno bude na vidiku (na nekom mestu gde stalno providite vreme), jer pamtimo samo ono sto nam je stalno u mislima, ovako cemo brzo zaboraviti I opet cemo gresiti, kao sto Bog kaze " I neka ove reci koje ti danas zapovedam budu u tvom srcu. Usadjuj ih sinovima svojim I govori o njima kad sedis u svojoj kuci I kad ides putem, kad lezes I kad ustajes. Privezi ih kao znak na svoju ruku I neka ti budu kao povez medju ocima, napisi ih na dovracima svoje kuce I na svojim vratima.

I ono najvaznije stalna i uporna molitva puna vere Isusu Hristu jer bez njega ne mozemo ciniti nista.

Jednom kada razumete razlog zašto to radite, neće vam biti teško da se borite protiv toga, jer to više nije borba, nego besmislena radnja.

"Motiv" koji podstice masturbaciju – lažna nagrada (jer je delić prave nagrade – ispravne nagrade) koja nas tera da uradimo to:

Svaki normalan čovek ima potrebu da ima polni odnos sa svojom ženom jer je to jedan od načina kojom se ostvaruje i podupire bliskost I potreba da se čini dobro osobi sa kojom ste u braku, nedostatak odnosa može podstaći želju za masturbacijom ("alternativa") ali tu je prevara i besmislenost, odnosno lažno uverenje da će nam biti lepo i da ćemo biti srećni, u nastavku objašnjenje.

Zašto masturbacija nije nagrada i zašto je besmisleno i pogrešno to raditi, odnosno motiv koji neće podstaći masturbaciju:

Osećaj koji masturbacija daje je samo delić prave nagrade (delimična vrednost) odnosno osećaj koji može samo da usreći ako se dešava između dve osobe u braku koje se vole, jer na taj način se može ispuniti smisao i onda je osećaj opravdan. Kod masturbacije taj osećaj je besmislen zbog čega

ćete se osećati prazno i besmisleno. Masturbacija ne može da nadoknadi tu potrebu, da li bio muškarac u braku ili ne, kao što ni kap vode ne može da ugasi žedj. Delići ne mogu da usreće jer ne mogu da ispune smisao. Zato je masturbacija besmislena koliko god ona fizički "prijala". Vaša ruka ne može da ostvari "Zato će čovek ostaviti svog oca i svoju majku i prionuće uz svoju ženu i oni će postati jedno telo".

Sve što je izvan toga je pogrešno i krši Božji Zakon, unesrećuje i nema smisla, jednostavno ne može ta radnja da vas usreći. Ovo vam treba biti glavni motiv da to više nikada ne radite.

Negativne posledice:

Pre svega kvarenje dobrog odnosa sa Bogom koji je naš najveći dobrotvor, a nemamo potrebe protiv dobrotvora da idemo, kidače nas savest i to žestoko, osećaćemo se duhovno i fizički prljavo, bićemo slabog duha i depresivni, nemotivisani za bilo šta pametno, navućiće na sebe zla iz 5-te Mojsijeve poglavlje 28: 15-68 i izgubićemo dobra koja Bog nudi 5-ta Mojsijeva poglavlje 28:1-14. Takođe tu su i zdravstveni problemi od steriliteta, erektilne disfunkcije, raka prostate itd.

Dodatni motiv protiv masturbacije:

Zar da jedan deo tela bude jači od vas?

Situacije u kojima se motiv za masturbacijom javlja i rešenje za svaku situaciju, na ovo posebno obratite pažnju, obavezno ukloniti sve što podstiče takvo ponašanje, a stvari koje ne mogu da se uklone trebaju da se izbegavaju i limitiraju dok duhovno ne ojačamo skroz gde se taj motiv više nećejavljati:

1) Sami ste kod kuće, kada znate da vas niko neće videti, pogotovo kada ne radite ništa pametno, naiđu vam te misli, rešenje je da izadete napolje bez razmišljanja, poželjno u dvorište jer nećete tamo sigurno to uraditi jer

rizikujete da vas neko vidi i da se osramotite, tako stvarate odbijajući faktor za takvu situaciju, takođe otvorite prozor da budete vidljivi. Ostanite na tom mestu dok vas ne prođe nagon, a vremenom će nagoni skroz nestati jer ste stvorili lošu naviku i biće sve slabiji i slabiji gde ćete više samovoljno moći da se kontrolišete.

2) Ne radite ništa zanimljivo i korisno odnosno dosadno vam je kod kuće što podstiče nagon kod vas da "uklonite" dosadu odnosno da vam bude lepo, zato rešenje je da zaposlite um time što ćete većim delom dana raditi nešto korisno i pametno, nećete imati vremena da razmišljate o masturbaciji.

3) Misli: U toku dana vam mogu naići takve misli, krenite da razmišljate o nečem drugom da ne biste podstakli polni nagon i to brzo, ali kombinujte rad i ostale situacije u kojima se izbegava želja za masturbacijom.

4) Negativne emocije, izbegavajte ih kako god znate i umete, jedna od njih je i dosada koju sam spomenuo.

5) Erekcije i nagon koji prati erekciju, usled stalnog ponavljanja te radnje, nagoni su jaki, pa suzdržavanje može biti bolno, da biste to izbegli potrebno je da se u tim situacijama molite Isusu Hristu za pomoć, da ne budete fizički sami, ako ste sami obavezno izađite napolje, jer će nagon brzo nestati, jer naravno brinućete se o tome da se ne osramotite. Dobra vest je da što duže vremena bude prolazilo od prestanka masturbacije, nagoni će biti sve slabije gde će na kraju nestati.

Ako neko zna još šta ga podstiče, obavezno neka doda na listu i zapiše rešenje, ja sam zapisao šta je mene mučilo i izazivalo, ali uglavnom ovo su za većinu muškaraca izazivači motiva.

Obavezno kombinujte sva rešenja za svaku situaciju jer su tada najveće šanse da to ne uradite, ako ovo ispoštujete i stalno podsećate sebe zašto je besmisleno i pogrešno raditi ovo, kao i podsećanje na negativne posledice,

**izaćiće iz ove “borbe” kao pobednik, ništa nije nemoguće kad je Gospod
sa vama, Amin.**