
Η ΑΡΕΤΗ ΝΑ
ΣΤΟΛΙΖΕΙ ΤΙΣ
ΣΚΕΨΕΙΣ ΣΟΥ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή.	1
Γεμίζοντας τη ζωή σας με φως.	2
Αποφεύγοντας και αντιστεκόμενοι στο σκότος	3
Βρίσκοντας τη δύναμη να εγκαταλείψουμε την αμαρτία	5
Βοηθώντας τους άλλους.	10
Με τη δύναμη του Κυρίου	12
Επιπρόσθετες πηγές	13

Έκδοση:

Η Εκκλησία του Ιησού Χριστού των

Αγίων των Τελευταίων Ημερών

© 2006 υπό Intellectual Reserve, Inc.

Διατηρούνται όλα τα δικαιώματα

Printed in Germany

English approval: 1/06

Translation approval: 1/06

Μετάφραση του *Let Virtue Garnish Thy Thoughts*

Greek



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο γάμος μεταξύ του άνδρα και της γυναίκας αποτελεί στοιχείο υψίστης σπουδαιότητας στο σχέδιο ευτυχίας του Επουράνιου Πατέρα μας. Η σωματική οικειότητα αποτελεί ιερό μέρος της σχέσης του γάμου. Επιτρέπει στα παιδιά να γεννιούνται σε οικογένειες και φέρνει τα ζευγάρια πιο κοντά σε όλη τη ζωή τους.

Ο ενάντιος προσπαθεί να εμποδίσει το σχέδιο ευτυχίας του Κυρίου, προτείνοντας πως η σωματική οικειότητα είναι μόνο για την προσωπική ευχαρίστηση. Η πορνογραφία ενθαρρύνει αυτή την καταστροφική και εγωιστική ενασχόληση. Η πορνογραφία απεικονίζει ή περιγράφει το ανθρώπινο σώμα ή τη σεξουαλική συμπεριφορά με τρόπο ο οποίος ζυπνά σεξουαλικά συναισθήματα. Μπορεί να βρεθεί σε γραπτό υλικό (συμπεριλαμβανομένων αισθηματικών μυθιστορημάτων), σε φωτογραφίες, ταινίες, ηλεκτρονικές εικόνες, παιχνίδια σε βίντεο, σε χώρους συνομιλιών στο Διαδίκτυο, σε ερωτικές τηλεφωνικές συζητήσεις, στη μουσική ή σε όποιο άλλο μέσο ενημέρωσης. Είναι ένα εργαλείο του ενάντιου.

Καθώς μαθαίνετε και εφαρμόζετε το ευαγγέλιο του Ιησού Χριστού στη ζωή σας, μπορείτε να αντισταθείτε στον ενάντιο. Εάν φροντίζετε ώστε «η αρετή να στολίζει τις σκέψεις σου ακατάπαυστα» (Δ&Δ 121:45), θα αυξηθείτε σε γνώση, δύναμη και ισχύ. Μπορείτε να λάβετε την εικόνα Του στη μορφή σας και να γεννηθείτε πνευματικά από Εκείνον (βλέπε Άλμα 5:14).

ΓΕΜΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΖΩΗ ΣΑΣ ΜΕ ΦΩΣ

Ο Σωτήρας Ιησούς Χριστός υπόσχεται σε εκείνους που Τον ακολουθούν: «Το σώμα σας ολόκληρο θα γεμίσει με φως, και δε θα υπάρξει σκοτάδι μέσα σας» (Δ&Δ 88:67. Βλέπε, επίσης, Νεφί Γ' 13:22-23). Γεμίστε τη ζωή σας με αλήθεια, χρησιμότητα, ειρήνη και πίστη. Καθώς γεμίζετε τη ζωή σας με καλοσύνη, δε θα υπάρξει χώρος για την πορνογραφία και άλλες πηγές πνευματικού σκότους.

Ο Πρεσβύτερος Ρόμπερτ Χέιλς της Απαρτίας των Δώδεκα, παρατήρησε: «Το φως και το σκοτάδι δεν μπορούν να καταλαμβάνουν τον ίδιο χώρο συγχρόνως. Το φως διαλύει το σκοτάδι. Όταν το φως είναι παρόν, το σκοτάδι κατατροπώνεται και πρέπει να αποχωρήσει. Περισσότερο σημαντικό, το σκοτάδι δεν μπορεί να νικήσει το φως, εκτός και αν το φως περιοριστεί ή αποχωρήσει» (στο Conference Report, Απρ. 2002, 38-39 ή *Ensign*, Μάιος 2002, 70).

Γεμίστε τη ζωή σας με φως καθώς προσεύχεστε και μελετάτε τις γραφές με πραγματική πρόθεση, επιζητώντας να γνωρίσετε, να κατανοήσετε και να ακολουθήσετε τον Κύριο. Θα δείτε πως ο λόγος του Θεού έχει «περισσότερο ισχυρή επίδραση» επάνω σας «παρά... οτιδήποτε άλλο» (Αλμα 31:5). Η κατανόηση της αληθινής διδασχίας θα σας βοηθήσει να αλλάξετε τη στάση σας και τη συμπεριφορά σας.

Η συμμετοχή στις συγκεντρώσεις της Εκκλησίας και η μετάληψη, η τήρηση της Ημέρας του Κυρίου ιερή, η νηστεία και η πληρωμή των δεκάτων, θα σας βοηθήσουν να κρατηθείτε ελεύθεροι από το σκοτάδι του κόσμου (βλέπε Δ&Δ 59:9). Η κατάλληλη μουσική και οι ανυψωτικές οπτικές εικόνες θα προσκαλέσουν το Πνεύμα στη ζωή σας.

Η τακτική λατρεία και υπηρετηση στο ναό, θα σας ενδυναμώσουν επίσης. Ο Πρόεδρος Γκόρντον Χίνκλι μίλησε για την ενισχυτική



επίδραση του να παρευρισκόμαστε στο ναό: «Κάνετε το συνήθεια να πηγαίνετε στον οίκο του Κυρίου. Δεν υπάρχει καλύτερος τρόπος να διασφαλίσετε τον αρμόζοντα τρόπο ζωής από το να παρευρίσκεστε στο ναό. Θα διώξει μακριά όλα τα κακά της πορνογραφίας» (στο Conference Report, Απρ. 2005, 38-39 ή *Ensign*, Μάιος 2005, 102).

Καθώς έρχεστε κοντότερα στον Κύριο, η συμπεριφορά σας και αυτός καθαυτός ο εαυτός σας θα γίνουν σταδιακά περισσότερο σαν του Χριστού. Μέσω της προσωπικής μεταστροφής στο ευαγγέλιο του Ιησού Χριστού, θα μάθετε να «[μην έχετε] πια τάση να κάν[ετε] τίποτα πονηρό, αλλά να κάν[ετε] το καλό συνεχώς» (Μωσία 5:2).

ΑΠΟΦΕΥΓΟΝΤΑΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΣΤΕΚΟΜΕΝΟΙ ΣΤΟ ΣΚΟΤΟΣ

Ακριβώς όπως κάποιες επιρροές θα γεμίσουν με φως την ψυχή, άλλες φέρνουν το σκοτάδι. Το σκοτάδι αυτό, έρχεται συχνά σταδιακά, σχεδόν απαρατήρητα, εάν δεν επαγρυπνείτε.

Η πορνογραφία μπορεί να είναι καταστροφική. Όταν εντρυφείτε σε αυτή, θα σας αποστερήσει τη συντροφιά του Αγίου Πνεύματος. Θα σκοτεινιάσει το νου σας. Θα αποδυναμώσει και μπορεί τελικά να καταστρέψει το γάμο και την οικογενειακή ζωή. Εκείνοι οι οποίοι εντρυφούν σε αυτήν, σύντομα θα αισθανθούν αποξενωμένοι, ανάξιοι και μη αποδεκτοί από το Θεό, από τον εαυτό τους και τους άλλους.



Γίνονται εγωκεντρικοί και λιγότερο ικανοί να απολαμβάνουν υγιή και ενάρετη επικοινωνία με τους άλλους. Σπαταλούν πολύτιμο χρόνο και χρήμα, διακινδυνεύουν την παραμονή τους στην Εκκλησία και μειώνουν την ικανότητά τους να υπηρετούν τους άλλους.

Κάποιο υλικό το οποίο δεν είναι σαφώς πορνογραφικό, μπορεί, παρ' όλα αυτά, να γεμίσει τη ζωή σας με σκοτάδι και να σας στερήσει την πνευματική δύναμη. Τα προγράμματα της τηλεόρασης, οι φωτογραφίες, οι ταινίες, τα τραγούδια και τα βιβλία, μεταχειρίζονται συχνά την ανηθικότητα και την απιστία ως κάτι το συνηθισμένο, το ελκυστικό και χιουμοριστικό. Αποφύγετε οτιδήποτε οδηγεί το Άγιο Πνεύμα μακριά από τη ζωή σας.

Ωφέλιμες δραστηριότητες θα βοηθήσουν εσάς και την οικογένειά σας να πλησιάσετε περισσότερο ο ένας τον άλλο και τον Κύριο. Περιορίστε το χρόνο που δαπανάτε βλέποντας τηλεόραση, που παίζετε παιχνίδια βίντεο και χρησιμοποιείτε τους υπολογιστές για ψυχαγωγία. Θέστε πρότυπα για τη συμμετοχή σας στις δραστηριότητες αυτές, όπως περιορισμός χρήσης του Διαδικτύου για συγκεκριμένους σκοπούς.

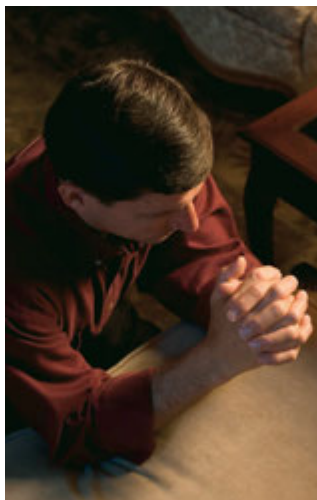
Καθώς προσδιορίζετε τι θα συμπεριλάβετε στη ζωή σας, θέστε ερωτήσεις, όπως:

- Προσκαλεί το Άγιο Πνεύμα;
- Με κάνει να αισθάνομαι ότι διαπαιδαγωγούμαι ή ανυψώνομαι;
- Συμβαδίζει με τα πρότυπα του ευαγγελίου; (Συγκρίνετέ το με το δέκατο τρίτο άρθρο της πίστης.)
- Πώς εκτιμώνται η αγνότητα, η πίστη και οι οικογένειες;

Εκείνοι οι οποίοι προωθούν την πορνογραφία χαρακτηρίζονται από μία επιθετική αναζήτηση για νέους χρήστες, ειδικά στο Διαδίκτυο. Συχνά χρησιμοποιούν απατηλές πρακτικές. Μερικές φορές μπορεί να συναντήσετε πορνογραφικό υλικό χωρίς να έχετε την πρόθεση. Εάν σας συμβεί, φύγετε από αυτό αμέσως. Αντισταθείτε σ' αυτό το σκοτάδι. Μην το αφήσετε να γίνει μέρος της ζωής σας. Μην παραμένετε σ' αυτό. Μπορείτε να επιλέξετε να ελέγχετε τις σκέψεις σας και να τις κατευθύνετε εκ νέου.

ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΣ ΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΝΑ ΕΓΚΑΤΑΛΕΙΨΟΥΜΕ ΤΗΝ ΑΜΑΡΤΙΑ

Εάν έχετε ήδη εντρυφήσει στην πορνογραφία σε οποιοδήποτε βαθμό, μπορείτε να σταματήσετε. Έχετε την ελεύθερη βούληση να επιλέγετε τις σκέψεις σας και τις πράξεις σας. Ίσως ο ενάντιος να σας έχει παραπλανήσει στο παρελθόν, όμως εσείς έχετε την τελική επιλογή. Μπορείτε να επανακτήσετε τη δύναμη του Πνεύματος στη ζωή σας. Για να το πράξετε αυτό, θα πρέπει πάνω απ' όλα να γνωρίζετε ότι ο Λυτρωτής σας, σας αγαπά. Έχει τη δύναμη να σας βοηθήσει. Πέθανε ώστε να πληρώσει για τις αμαρτίες όλων όσοι μετανοούν και Τον ακολουθούν. Μπορείτε να αντλήσετε από τη δύναμη της Εξιλέωσή Του, για να έχετε ελπίδα και δύναμη καθώς μετανοείτε. Θυμηθείτε τα λόγια του Αποστόλου Παύλου: «Όλα τα μπορώ, διαμέσου του Χριστού που με ενδυναμώνει» (Προς Φιλιππησίους 4:13).



Ελπίδα

Εάν έχετε προσπαθήσει να εγκαταλείψετε την πορνογραφία, ωστόσο δεν τα καταφέρατε, πιθανόν να αισθανθείτε αποκαρδιωμένοι. Ο Σατανάς θα προσπαθήσει να εκμεταλλευθεί την αποθάρρυνσή σας, αποπειρώμενος να σας πείσει ότι δεν μπορείτε να σταματήσετε ή ότι η Εξιλέωση δεν αφορά σε εσάς. Αυτά είναι ψεύδη. Χάρη στην εξιλεωτική θυσία του Ιησού Χριστού, μπορείτε να μετανοήσετε και να αλλάξετε. Ο Κύριος υποσχέθηκε πως «αν οι αμαρτίες σας είναι σαν το πορφυρούν, θα γίνουν άσπρες σαν χιόνι· αν είναι ερυθρές σαν κόκκινο, θα γίνουν σαν άσπρο μαλλί» (Ησαΐας 1:18).

Αποδεχόμενοι την ευθύνη και αναγνωρίζοντας την εκλογίκευση

Τα άτομα εκλογικεύουν την αμαρτία λέγοντας στον εαυτό τους: «Δεν κάνει κακό σε κανέναν», «Το κάνω μόνο περιστασιακά» ή «Αυτή είναι η τελευταία φορά».



Εάν εντρυφείτε στην πορνογραφία, θα πρέπει να αναγνωρίσετε την αλήθεια για εσάς και τις πράξεις σας. Επιζητήστε τον Κύριο μέσω προσευχής και Εκείνος θα σας βοηθήσει να εξετάσετε έντιμα τη συμπεριφορά σας και να δείτε καθαρά τον εαυτό σας και τις εκλογικεύσεις σας. Όταν γνωρίζετε την αλήθεια, «η αλήθεια θα σας ελευθερώσει» (Κατά Ιωάννην 8:32). Να θυμάστε ότι είστε ένα παιδί του Θεού. Μέσω της Εξιλέωσης, έχετε τη δύναμη να γίνετε όπως Εκείνος. Δε θα βρείτε ποτέ ευτυχία στην αμαρτωλή συμπεριφορά. Οποιαδήποτε ενασχόληση με την πορνογραφία, καταστρέφει την πνευματικότητά σας. Μη διακινδυνεύετε τις συνέπειες της αμαρτίας.

Μετάνοια και εξιλέωση

Το κλειδί για την εγκατάλειψη της πορνογραφίας βρίσκεται στη μετάνοια και στην Εξιλέωση του Ιησού Χριστού. Η μετάνοια φέρνει δύναμη και μια νέα συμπεριφορά απέναντι στο Θεό, στον εαυτό μας και στη ζωή γενικά. Μέσω αυτής της δύναμης μπορείτε να στραφείτε μακριά από το κακό. Μπορείτε να εναρμονίσετε την καρδιά και τη θέλησή σας με το σχέδιο του Θεού για εσάς.

Ξεκινήστε με ειλικρινή προσευχή και ζητήστε ταπεινά βοήθεια. Ο Επουράνιος Πατέρας σας μπορεί να αυξήσει την επιθυμία και τη δύναμή σας, όταν ζητάτε με πραγματική πρόθεση, με σταθερή δέσμευση να αλλάξετε. Οι γραφές θα σας βοηθήσουν να κατανοήσετε τη δύναμη και την αγάπη του Θεού. Η πίστη σας θα αυξηθεί μέσα από την ικανότητά Του να σας ενδυναμώσει και να σας ελευθερώσει από αυτά τα δεσμά. Καθώς θα εγκαταλείπετε τις αμαρτίες σας και θα υπακούτε τις εντολές του Θεού, η επίδραση του Πνεύματος θα επιστρέψει στη ζωή σας.

Η Εξιλέωση του Ιησού Χριστού έχει δύο ισχυρά αποτελέσματα: σας καθαρίζει από την αμαρτία και σας ενδυναμώνει. Ο Πρεσβύτερος Ντάλιν Όουκς της Απαρτίας των Δώδεκα, εξήγησε:

«Όταν ένα άτομο έχει περάσει από τη διαδικασία η οποία καταλήγει σε αυτό που οι γραφές αποκαλούν καρδιά συντετριμμένη καρδιά και ένα πνεύμα μετανοημένο, ο Σωτήρας κάνει περισσότερα από το να καθαρίσει αυτό το άτομο από την αμαρτία. Του δίνει, επίσης, νέα δύναμη. Η νέα δύναμη που λαμβάνουμε από το Σωτήρα είναι απαραίτητη

για εμάς, ώστε να συνειδητοποιήσουμε το σκοπό του καθαρισμού μας από την αμαρτία, ο οποίος είναι να επιστρέψουμε στον Επουράνιο Πατέρα μας. Για να εισέλθουμε στην παρουσία Του, θα πρέπει να είμαστε περισσότερο από καθαροί. Θα πρέπει, επίσης, να αλλάζουμε και από ένα ηθικά αδύναμο άτομο το οποίο υπέπεσε σε παράβαση, να γίνουμε ένα δυνατό άτομο με το πνευματικό ανάστημα να κατοικήσουμε στην παρουσία του Θεού. Θα πρέπει, όπως λέει η γραφή, '[να γίνουμε] άγιος μέσω της εξιλέωσης του Χριστού του Κυρίου' (Μωσία 3:19). Αυτό είναι που εννοεί η γραφή στην εξήγησή της ότι ένα άτομο το οποίο έχει μετανοήσει για τις αμαρτίες του, θα τις εγκαταλείψει (βλέπε Δ&Δ 58:43). Το να εγκαταλείψουμε τις αμαρτίες μας είναι περισσότερο από το να αποφασίσουμε να μην τις επαναλάβουμε. Η εγκατάλειψη περιλαμβάνει μια θεμελιώδη αλλαγή» ("Sins, Crimes, and Atonement," μια ομιλία που δόθηκε στους θρησκευτικούς εκπαιδευτές του CES, 7 Φεβρ. 1992, 12).

Εξομολόγηση

Η μετάνοια περιλαμβάνει την εξομολόγηση των αμαρτιών σας στον Κύριο. Εκείνος θα είναι «πολυεύσπλαχνος για εκείνους που εξομολογούνται τις αμαρτίες τους με ταπεινή καρδιά» (Δ&Δ 61:2. Βλέπε, επίσης,



Μωσία 26:29). Οι σοβαρές παραβάσεις απαιτούν εξομολόγηση στους αντιπροσώπους του Κυρίου στην Εκκλησία (στις περισσότερες περιπτώσεις, στον επίσκοπο). Μια ακούσια ανάμιξη με την πορνογραφία ίσως να μην απαιτεί εξομολόγηση στον επίσκοπό σας. Παρ' όλα αυτά, εάν επιδιώκετε από πρόθεση την πορνογραφία ή εάν εντρυφείτε επανειλημμένα σε αυτήν ή εκλογικεύετε τη χρήση της, θα πρέπει να συζητήσετε το ζήτημα με τον επίσκοπό σας.

Βοήθεια από τον επίσκοπό σας

Ο επίσκοπός σας ενδιαφέρεται για την πνευματική ευημερία σας. Θέλει να σας βοηθήσει. Ίσως να αισθανθείτε απρόθυμοι να αποκαλύψετε το πρόβλημά σας σε αυτόν. Ίσως να αισθανθείτε άβολα ή αβέβαιοι για το τι να

περιμένετε. Μην αφήσετε τους φόβους σας να σας στερήσουν τις ευλογίες της μετάνοιας. Μέσω του Πνεύματος, ο επίσκοπός σας μπορεί να καταλάβει τις ανησυχίες σας και θα σας βοηθήσει να μετανοήσετε. Μπορεί να γίνει ένας σπουδαίος σύμμαχος.

Να είστε ειλικρινείς με τον επίσκοπό σας. Μην αποκρύπτετε ούτε να ελαχιστοποιείτε την αμαρτία σας. Η ειλικρίνειά σας θα τον βοηθήσει να καταλάβει την έκταση και τη σοβαρότητα του προβλήματός σας. Θα κρατήσει εμπιστευτικές τις συζητήσεις σας.

Σπάζοντας τον κύκλο της αδυναμίας

Η εντρύφηση στην πορνογραφία, συχνά γίνεται ένας φαύλος κύκλος. Εάν εμπλακείτε σ' αυτόν το φαύλο κύκλο, πιθανόν να παραμείνετε σε ανάρμοστες σκέψεις, σκηνές και εικόνες, σαν μια αντίδραση στην ανία, τη μοναξιά, την περιέργεια, το άγχος, την αποθάρρυνση ή τη διαμάχη. Τότε θέτετε τον εαυτό σας σε καταστάσεις οι οποίες σας οδηγούν στην πορνογραφία. Στη συνέχεια, ίσως αισθανθείτε αποθαρρυσμένοι και επαναλάβετε τον κύκλο.

Μπορείτε να σπάσετε αυτόν το φαύλο κύκλο, προσδιορίζοντας και ελέγχοντας τις πρώτες σκέψεις και πράξεις οι οποίες σας οδήγησαν στην πορνογραφία. Καταλάβετε τους τρόπους συμπεριφοράς σας, τις δικαιολογίες και τις εκλογικεύσεις σας. Όσο νωρίτερα αντικαταστήσετε τις αρνητικές σκέψεις, τόσο ευκολότερα θα αποφύγετε τις πράξεις που τις ακολουθούν.

Οι καλύτερες λύσεις θα είναι εκείνες που αναπτύσσετε καθώς συμβουλευέστε τον Κύριο, ωστόσο οι παρακάτω προτάσεις ίσως σας βοηθήσουν:

- Να νηστεύετε και να προσεύχεστε για βοήθεια.
- Βρείτε θετικές δραστηριότητες οι οποίες θα καλύπτουν το χρόνο σας, όπως μελέτη των γραφών, άσκηση ή συζήτηση με ένα μέλος της οικογένειας ή ένα/μία φίλο/η.
- Αλλάξτε το περιβάλλον σας. Περιτριγυριστείτε από απεικονίσεις, μουσική και λογοτεχνία που προκαλούν καλές και ανυψωτικές σκέψεις. Αποφεύγετε μέσα ενημέρωσης, ανθρώπους ή περιβάλλοντα οποία σας έβαλαν σε πειρασμό στο παρελθόν. Σκεφθείτε να αποσυνδέσετε το καλώδιο του Διαδικτύου ή της τηλεόρασης.

- Μάθετε εποικοδομητικούς τρόπους για να ανταποκρίνεστε στη διαμάχη, την ανία ή στα αρνητικά συναισθήματα.
- Εξομολογηθείτε και ζητήστε στήριξη από ένα γονιό, σύζυγο ή κάποιο άλλο έμπιστο μέλος της οικογένειας.

Η επιθυμία σας να αλλάξετε θα πρέπει να είναι δυνατή – περισσότερο δυνατή από την επιθυμία σας για την πορνογραφία. Συλλογιστείτε τις ειλικρινέστερες επιθυμίες σας για τη ζωή σας και αυτή της οικογένειάς σας και επικεντρωθείτε στο να κάνετε το καλό, αντί να παραμένετε στις προσπάθειές σας με την πορνογραφία. Ο Ιησούς Χριστός δίδαξε στους μαθητές του: «Το λυχνάρι του σώματος είναι το μάτι· αν, λοιπόν, το μάτι σου είναι καθαρό, όλο το σώμα σου θα είναι φωτεινό» (Κατά Ματθαίον 6:22). Όσο περισσότερο γεμίζετε τη ζωή σας με καλές σκέψεις και δραστηριότητες, τόσο λιγότερη προσοχή θα δίνετε στο κακό.

Διαθεσιμότητα επαγγελματικής βοήθειας

Κάποιοι άνθρωποι ίσως χρειαστούν επιπρόσθετη βοήθεια για να εγκαταλείψουν την πορνογραφία. Οι εθισμοί είναι μερικές φορές συμπτώματα άλλων προβλημάτων. Ο επίσκοπός σας ίσως σας παραπέμψει σε κάποιον επαγγελματία σύμβουλο, ο οποίος μπορεί να σας βοηθήσει. Είναι καλύτερα να βρείτε έναν σύμβουλο ο οποίος κατανοεί καλά τις αρχές του ευαγγελίου.

ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ

Εάν μάθετε ότι ένα μέλος της οικογένειας ή ένας/μία φίλος/η είναι αναμειγμένος/η στην πορνογραφία, πιθανόν να αισθανθείτε αποθαρρυνμένοι, προδομένοι ή δυστυχημένοι. Στις δυσκολίες αυτές, μπορείτε να βρείτε δύναμη καθώς συμβουλευέστε τον επίσκοπό σας. Μπορεί, επίσης, να θελήσετε να ζητήσετε μία ευλογία ιεροσύνης από έναν άξιο φέροντα την ιεροσύνη. Δε θα πρέπει να κατηγορείτε τον εαυτό σας για τις πράξεις των άλλων. Κάθε άτομο είναι υπεύθυνο για τη συμπεριφορά του.

Μπορείτε να βοηθήσετε το/τη φίλο/η σας ή τα μέλη της οικογένειας καθώς θα εξακολουθείτε να αυξάνετε την πνευματική δύναμή σας. Το φως του ευαγγελίου στη ζωή σας θα σας ανυψώσει και θα κάνει πολλά ώστε να διαλυθεί το σκοτάδι στη ζωή εκείνων που αγαπάτε. Καθώς

επιζητείτε τη συντροφιιά του Πνεύματος, ο Κύριος θα σας καθοδηγήσει. Επιζητήστε τη βοήθειιά Του μέσω προσευχής, μελέτης των γραφών και προσέλευσης στο ναό.

Οι παρακάτω αρχές θα βοηθήσουν, επίσης, καθώς επικοινωνείτε με το/τη φίλο/η σας ή το μέλος της οικογένειας:

- Ακούστε προσεκτικά. Μην απαντάτε συγκλονισμένοι ή θυμωμένοι. Μην βιάζεστε να δώσετε συμβουλή. Μιλήστε με το άτομο με στοργικό και εμπιστευτικό τρόπο.
- Να είστε καλοσυνάτοι και στοργικοί, όμως να μην ανέχεστε ούτε να συμμετέχετε σε ανάρμοστη συμπεριφορά.
- Αποφεύγετε να είστε επικριτικοί ή να ελέγχετε τον άλλον. Ο/Η φίλος/η σας ή το μέλος της οικογένειας θα είναι λιγότερο πρόθυμο να συζητήσει προβλήματα, εάν συμπεριφερθείτε επικριτικά ή με διάθεση τιμωρίας. Οι επικρίσεις μπορεί να οδηγήσουν τους άλλους να αποκρύψουν προβλήματα, αντί να επιζητήσουν βοήθεια.
- Στηρίζτε προσπάθειες για μετάνοια. Δείξτε εμπιστοσύνη στο/στη φίλο/η σας ή το μέλος της οικογένειας. Προσευχηθείτε για εκείνον ή εκείνη. Βοηθήστε τον/την να βρει μια λύση στο πρόβλημα, συμπεριλαμβανομένων συγκεκριμένων σχεδίων ώστε να αποφύγει την πορνογραφία και να μετανοήσει. Ενθαρρύνετε τον/την να μιλήσει στον επίσκοπο.
- Εξάρτε συγκεκριμένες δυνατότητες που έχει και τις θετικές πράξεις.
- Μιλήστε μαζί για τρόπους να απομακρυνθεί ο πειρασμός.
- Μάθετε να συγχωρείτε.





Εάν ο/η φίλος/η σας ή το μέλος της οικογένειας μιλήσει σε έναν επίσκοπο και ο επίσκοπος δεν επιβάλει κάποια ορατή ή εύλογη τιμωρία, ίσως αισθανθείτε ότι το πρόβλημα δεν έχει ληφθεί σοβαρά υπόψη. Αναγνωρίστε ότι ένας επίσκοπος θα βασιστεί στο Πνεύμα για να προσδιορίσει την καλύτερη βοήθεια για κάθε άτομο.

ΜΕ ΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΤΟΥ ΚΥΡΙΟΥ

Ο Απόστολος Παύλος δίδαξε στους Εφεσίους πώς να προστατεύονται από το κακό. «Ντυθείτε την πανοπλία του Θεού», έγραψε, «για να μπορέσετε να σταθείτε ενάντια στις μεθοδείες του διαβόλου. Επειδή, η πάλη μας δεν είναι ενάντια σε αίμα και σάρκα, αλλ' ενάντια στις αρχές, ενάντια στις εξουσίες, ενάντια στους κοσμοκράτορες του σκότους τούτου του αιώνα» (Προς Εφεσίους 6:11-12).

Καθώς ντύνετε την πανοπλία του Θεού, θα προστατεύσετε τον εαυτό σας και θα ενδυναμώσετε τα αγαπημένα σας πρόσωπα. Συλλογιστείτε το παράδειγμα των Νεφιτών, οι οποίοι δέχθηκαν συχνά επίθεση από ισχυρούς εχθρούς. Κάθε φορά που οι Νεφίτες ξεκίνησαν να πολεμήσουν «με τη δύναμη του Κυρίου», υπερίσχυσαν (βλέπε Λόγια του Μόρμον 1:14, Μωσία 9:17, 10:10). Καθώς βασιζέστε στη δύναμη του Κυρίου που απονέμεται μέσω της εξιλεωτικής θυσίας του, μπορείτε κι εσείς να βγείτε νικητές. Μπορείτε να λάβετε την ειρήνη, την ασφάλεια και την ευτυχία να είστε στέρεα βασιομένοι στο ευαγγέλιο του Ιησού Χριστού.

ΕΠΙΠΡΟΣΘΕΤΕΣ ΠΗΓΕΣ

Τα κακά της πορνογραφίας

Προς Τιμόθεον Β΄ 3, Νεφί Β΄ 26:22

Γκόρντον Χίνκλι, "A Tragic Evil among Us," στο Conference Report, Οκτ. 2004, 63-67 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 2004, 63-67

Τόμας Μόνσον, "Pornography—The Deadly Carrier," στο Conference Report, Οκτ. 1979, 95-98 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 1979, 95-98

Ντάλιν Όουκς, "Pornography," στο Conference Report, Απρ. 2005, 91-95 ή *Ensign*, Μάιος 2005, 87-90

Η ιερότητα του σώματος και η σωματική οικειότητα

Γένεση 1:26-27, Ψαλμοί 8:3-5, Προς Κορινθίους Α΄ 3:16-17, Αλμα 39:1-5, Δ&Δ 42:22, 88:15

Τζέφρυ Χόλαντ, "Personal Purity," στο Conference Report, Οκτ. 1998, 98-102 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 1998, 75-78

Ράσελ Νέλσον, "We Are Children of God," στο Conference Report, Οκτ. 1998, 110-14 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 1998, 85-87

«Η οικογένεια: Μια επίσημη διακήρυξη προς όλο τον κόσμο», *Ensign*, Νοέμβρ. 1995, 102

True to the Faith: A Gospel Reference (2004), "Chastity," 29-33

Μετάνοια και εξιλέωση

Κατά Ματθαίον 11:28, Κατά Λουκάν 15:7, Κατά Ιωάννην 3:16, Νεφί Β΄ 2, 9, Αλμα 5, 7, 22:1-27, 34:32-33, 36, 39, Νεφί Γ΄ 27, Δ&Δ 18:13, 19:16-19

Τζέιμς Φάουστ, "The Atonement: Our Greatest Hope," στο Conference Report, Οκτ. 2001, 19-23 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 2001, 18-20

Μπίοντ Πάκερ, "The Touch of the Master's Hand," στο Conference Report, Απρ. 2001, 27-30 ή *Ensign*, Μάιος 2001, 22-24

Ρίτσοαρντ Σκοτ, “The Path to Peace and Joy,” στο Conference Report, Οκτ. 2000, 31-34 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 2000, 25-27

True to the Faith: A Gospel Reference (2004), “Atonement of Jesus Christ,” 14-20, “Hope,” 85-86, “Repentance,” 132-35

Υπερνικώντας τις εγκόσμιες επιρροές

Προς Ρωμαίους 13:12-14, Προς Τιμόθεον Β΄ 3, Νεφί Β΄ 4:31, Μορόνι 7:12-19, Δ&Δ 11:12, Αρθρα της Πίστεως 1:13

Ράσελ Μπάλαρντ, “Let Our Voices Be Heard,” στο Conference Report, Οκτ. 2003, 14-18 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 2003, 16-19

Τζέιμς Φάουστ, “Power of Self-Mastery,” στο Conference Report, Απρ. 2000, 54-58 ή *Ensign*, Μάιος 2000, 43-45

Γκόρντον Χίνκλι, “Be Ye Clean,” στο Conference Report, Απρ. 1996, 65-71 ή *Ensign*, Μάιος 1996, 46-49

Ντάλιν Όουκς, “Be Not Deceived,” στο Conference Report, Οκτ. 2004, 46-49 ή *Ensign*, Νοέμβρ. 2004, 43-46

Μπόιντ Πάκερ, “Inspiring Music—Worthy Thoughts,” στο Conference Report, Οκτ. 1973, 24-25 ή *Ensign*, Ιαν. 1974, 25-28

Για την ενδυνάμωση των νέων (2001), «Ψυχαγωγία και τα μέσα ενημέρωσης», 17-19

Βλέπε επίσης www.combatingpornography.lds.org

Η ΕΚΚΛΗΣΙΑ ΤΟΥ
ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ
ΤΩΝ ΑΠΩΝ ΤΩΝ
ΤΕΛΕΥΤΑΙΩΝ ΗΜΕΡΩΝ

GREEK

