
NAJ VAM VRLINA
KRASI MISLI



VSEBINA

Uvod	1
Vaše življenje naj navda luč	2
Izogibajte se in upirajte	3
Poiščite pomoč, da boste opustili greh.	5
Pomagajte drugim	10
V Gospodovi moči	12
Dodatni viri	13

Izdala

Cerkev Jezusa Kristusa svetih iz poslednjih dni

© 2006 Intellectual Reserve, Inc.

Vse pravice pridržane.

Natisnjeno v Nemčiji.

V angleščini odobreno: 1/06

Prevod odobren: 07/07

Prevod *Let Virtue Garnish Thy Thoughts*

Slovenian



UVOD

Zakon med možem in ženo je osrednjega pomena v načrtu sreče nebeškega Očeta. Telesna intimnost je sveti del zakonskega odnosa. Omogoča, da se v družini rodijo otroci in zakonca zbližuje vse življenje.

Nasprotnik poskuša onemogočiti Gospodov načrt sreče, ko namiguje, da je telesna intimnost zgolj osebna zadovoljitev. Takšno pogubno in sebično razmišljanje spodbuja pornografija. Pornografija človeško telo oziroma spolno vedenje prikazuje oziroma opisuje tako, da prebudi močne spolne občutke. Najdete jo lahko v knjigah (tudi v ljubezenskih romanih), fotografijah, filmih, elektronskih slikah, video igrah, spletnih klepetalnicah, erotičnih telefonskih pogovorih, glasbi oziroma v katerih koli drugih medijih. To je nasprotnikovo orodje, vendar se mu boste lahko uprli, če boste v življenju spoznavali evangelij Jezusa Kristusa in ga udejanjali. Če boste dopustili, da vam vrlina nenehno krasi misli (gl. NaZ 121:45), boste razvili znanje in moč. Vaš obraz bo odražal njegovo obličje in duhovno se boste rodili v Bogu (gl. Al 5:14).

VAŠE ŽIVLJENJE NAJ NAVDA LUČ

Odrešenik Jezus Kristus tistim, ki mu sledijo, obljublja, da bodo v celoti navdani z lučjo in da v njih ne bo temè (gl. NaZ 88:67; gl. tudi 3 Ne 13:22–23). Vaše življenje naj navdajo resnica, pravičnost, mir in vera. Če bo vaše življenje navdajala dobrotà, v njem ne bo mesta za pornografijo in druge oblike duhovne temè.

Starešina Robert D. Hales iz zbora dvanajstih apostolov je dejal: »Luč in temà ne moreta biti na istem kraju istočasno. Luč prežene temò. Kjer je prisotna luč, je temà premagana in mora stran. Pomembneje je, da temà ne more premagati luči, razen če ta oslabi oziroma izgine.« (v Conference Report, apr. 2002, str. 80–81 ali *Ensign*, maj 2002, str. 70)

Vaše življenje bo navdala luč, če boste molili in preučevali svete spise z resničnim namenom, v želji da bi Gospoda razumeli in mu sledili. Spoznali boste, da ima Božja beseda na vas »močnejši učinek«, »kakor [...] kar koli drugega« (Al 31:5). Razumevanje pravega nauka vam bo pomagalo spremeniti vaš odnos in obnašanje.

Udeleževanje cerkvenih sestankov in zakramenta, posvečevanje sobotnega dne, post in plačevanje desetine vam bodo pomagali, da boste ostali neomažeževani od sveta (gl. NaZ 59:9). Primerna glasba in povzdigujoče podobe bodo v vaše življenje privabile Duha.

Redno čaščenje in služenje v templju vas bo prav tako okrepilo. Predsednik Gordon B. Hinckley je govoril o krepilnih vplivih templja: »Odhod v Gospodovo hišo naj postane vaša



navada. Ni boljšega zagotovila za dobro življenje, kot je tempelj, ki bo izrinil zlo pornografije.« (v Conference Report, apr. 2005, str. 109 ali *Ensign*, maj 2005, str. 102)

Če se boste približali Gospodu, boste zaradi svojega obnašanja in svoje narave postopoma postajali bolj podobni Kristusu. Zaradi osebne spreobrnitve v evangelij Jezusa Kristusa boste spoznali, da niste »več nagnjeni k temu, da bi delali zlo, pač pa da bi nenehno delali dobro« (Moz 5:2).

IZOGIBAJTE SE IN UPIRAJTE TEMI

Prav kakor vam bodo nekateri vplivi dušo navdali z lučjo, jo drugi navdajo s temò. Če niste pazljivi, ta temá najpogosteje pride postopoma in skoraj neopazno.

Pornografija je pogubna. Če se ji boste vdali, boste prikrajšani za to, da bi vas spremljal Sveti Duh. Zameglila vam bo misli. Oslabila bo in slednjič uničila zakonsko zvezo ter družinsko življenje. Tisti, ki se ji vdajajo, se kmalu počutijo osamljene, nevredne in nesprejemljive za Boga, sebe ter druge. Postanejo samoljubni in niso sposobni uživati v zdravih in pravičnih odnosih



z drugimi. Zapravijo dragoceni čas in denar, ogrozijo svoj položaj v Cerkvi in si zmanjšajo zmožnost služenja.

Nekatero gradivo, ki ni izrecno pornografsko, vas lahko v življenju še vedno navda s temò in oropa duhovne moči. Televizijski programi, slike, filmi, pesmi in knjige pogosto prikazujejo nečistost in nezvestobo kot nekaj vsakdanjega, privlačnega in zabavnega. Izogibajte se vsemu, kar lahko odžene Svetega Duha.

Koristne dejavnosti bodo vam in vaši družini pomagale, da se boste počutili bolj povezane med seboj in z Gospodom. Omejite čas za gledanje televizije, igranje video iger in uporabe računalnika za zabavo. Ko se za to odločate, postavite merila, kot je omejitev uporabe spleta za določene namene.

Ko se odločate, kaj bi vključili v življenje, se vprašajte naslednje:

- Ali privablja Svetega Duha?
- Ali se bom ob tem kaj naučil oziroma izboljšal?
- Ali je v skladu z evangelijskimi merili? (Primerjajte s trinajstim členom vere.)
- Kako ljudje gledajo na neomadeževanost, zvestobo in družino?

Tisti, ki spodbujajo pornografijo, vztrajno iščejo nove uporabnike, zlasti preko spleta. Pogosto zavajajo. Včasih lahko nehote naletite na gradivo s pornografsko vsebino. Če se vam to zgodi, pojdite takoj stran. Uprite se tej temi! Ne dovolite, da postane del vašega življenja. O tem ne razmišljajte. Odločite se, da boste svoje misli nadzorovali in jih preusmerili.

POIŠČITE MOČ, DA BOSTE OPUSTILI GREH

Če se kakor koli vdajate pornografiji, lahko s tem prenehate. Svobodno se lahko odločate za svoje misli in dejanja. Nasprotnik vas je morda v preteklosti zavedel, vendar imate zadnjo besedo vi. V življenju si lahko ponovno pridobite moč Duha. Da to lahko storite, morate predvsem vedeti, da vas ima Odkupitelj rad. Ima moč, da vam pomaga. Umrl je in tako plačal za grehe vseh, ki se pokesajo in mu sledijo. Ko se pokesate, lahko moč njegove odkupne daritve izkoristite za upanje in moč. Spomnite se besed apostola Pavla: »Vse zmorem v njem, ki mi daje moč.« (Flp 4:13)



Upanje

Morda ste potrti, ker ste pornografijo poskušali opustiti, a ste bili pri tem neuspešni. Satan bo poskušal izrabiti vašo potrtost tako, da vas bo poskušal prepričati, da s tem ne morete prenehati ali da odkupna daritev za vas ne velja. To so laži. Zaradi odkupne žrtve Jezusa Kristusa se lahko pokesate in spremenite. Gospod je obljubil: »Če so vaši grehi rdeči kakor škrlat, bodo beli kakor sneg.« (Iz 1:18)

Sprejemanje odgovornosti in opravičevanje dejanj

Ljudje opravičujejo greh, tako da si rečejo: »Saj nikomur ne škodi«, »To počnem le občasno« ali »Tokrat je zadnjič«.

Če ste zasvojeni s pornografijo, morate spoznati resnico o sebi in svojih dejanjih. V molitvi se obrnite na Gospoda in pomagal vam bo, da boste odkrito prepoznali svoje obnašanje in jasno videli sebe ter opravičevanje svojih dejanj. Če boste



spoznali resnico, vas bo resnica osvobodila (gl. Jn 8:32). Pomnite, da ste Božji otrok. Zaradi odkupne daritve lahko postanete kot on. Nikoli ne boste našli sreče v grešnem obnašanju. Kakršna koli vpletenost v pornografijo vas duhovno slabi. Ne tvegajte pri posledicah greha.

Kesanje in odkupna daritev

Ključ za opustitev pornografije najdete v kesanju in odkupni daritvi Jezusa Kristusa. Kesanje prinaša moč in nov odnos do Boga, do sebe in do življenja nasploh. S to močjo se lahko odvrnete od zla. Srce in voljo lahko uskladite z Božjim načrtom za vas.

Pričnite z iskreno molitvijo in ponižno prosite za pomoč. Nebeški Oče vam lahko da večjo željo in moč, ko prosite z resničnim namenom, trdno odločeni, da se boste spremenili. Sveti spisi vam bodo v pomoč pri razumevanju Božje moči in ljubezni. Bolj boste verovali v njegovo sposobnost, da vas lahko okrepi in osvobodi te odvisnosti. Če boste opustili grehe in se pokorili Božjim zapovedim, boste v življenju ponovno čutili vpliv Duha.

Odkupna daritev Jezusa Kristusa ima dva močna učinka: očisti vas greha in vas okrepi. Starešina Dallin H. Oaks iz zbora dvanajstih apostolov je pojasnil:

»Ko gre človek skozi postopek, ki povzroči, kar sveti spisi imenujejo, strto srce in skesanega duha, Odrešenik naredi več kot to, da takega človeka očisti greha. Da mu tudi novo moč. Nova moč, ki jo prejmemo od Odrešenika, je pomembna pri spoznavanju namena našega očiščenja od greha, kar je vrnitev k nebeškemu Očetu. Da bi prišli v njegovo navzočnost, moramo biti več kot čisti. Moramo se spremeniti in iz moralno šibkega človeka, ki je grešil, postati trden človek z duhovno veličino, ki bo lahko bival v Božji navzočnosti. Sveti spisi pravijo, da moramo postati 'sveti preko odkupne daritve Gospoda Kristusa' (Moz 3:19).

Odlomek iz svetih spisov, ki pojasnjuje, da bo človek, ki se je pokesal grehov, le-te opustil, pomeni ravno to (gl. NaZ 58:43). Opustitev greha je več kot le odločitev, da ga ne bomo več ponavljali. Opustitev vključuje korenito spremembo.« (Sins, Crimes, and Atonement, nagovor verskim učiteljem cerkvenega izobraževalnega programa, 7. feb. 1992, str. 12)

Priznanje greha

Kesanje vključuje priznanje grehov Gospodu, ki bo milosten do tistih, ki s ponižnostjo v srcu priznajo grehe (NaZ 61:2; gl. tudi Moz 26:29). Resne prestopke je potrebno priznati Gospodovim predstavnikom v Cerkvi (večinoma je to škof). Če na pornografsko gradivo naletite nehote, vam tega ni potrebno povedati škofu. Toda če pornografijo iščete hoté oziroma se ji neprestano vdajate ali jo opravičujete, se o tem pogovorite s škofom.

Škofova pomoč

Škof skrbi za vaše duhovno blagostanje. Želi vam pomagati.

Morda imate pomisleke, da bi mu zaupali svoje težave, povezane s pornografijo. Morda ste v zadregi ali ne veste, kaj lahko pričakujete. Ne dovolite, da bi bili zaradi strahu prikrajšani za blagoslove kesanja. Škof bo lahko po Duhu razumel vaše skrbi in vam pomagal, da se boste pokesali. Postane lahko vaš velik zaveznik.

S škofom bodite odkriti. Ne prikrivajte oziroma ne podcenjujte resnosti greha. Z odkritostjo mu boste pomagali razumeti obsežnost in resnost vaše težave. Razgovor z vami bo ostal zaupen.



Prekinite krog vdajanja grehu

Vdajanje pornografiji se pogosto vrti v začaranem krogu. Če ste se znašli v tem krogu, se vam morda porajajo neprimerne misli, prizori in podobe, ki so posledica dolgočasje, osamljenosti, radovednosti, stresov, potrnosti ali sporov. Nato se znajdete v situaciji, ki vodi v pornografijo. Po tem postanete potrti in krog se ponovi.

Ta krog lahko prekinete tako, da prepoznate in nadzirate predhodne misli in dejanja, ki vodijo v pornografijo. Spoznajte vzorec svojega obnašanja, izgovore ter opravičevanja. Prej ko boste negativne misli pregnali, lažje se boste izognili dejanjem, ki jim sledijo.

Najboljše rešitve bodo tiste, do katerih pridete po posvetu z Gospodom, v pomoč pa so vam lahko tudi naslednji predlogi:

- Postite se in molite za pomoč.
- Izberite pozitivne dejavnosti, ki vam bodo zapolnile čas, kot so preučevanje svetih spisov, telovadba ali pogovor z družinskim članom ali prijateljem.
- Spremenite okolje. Obdajte se s slikami, glasbo in literaturo, ki bodo navdihovale dobre in povzdigujoče misli. Izogibajte se medijem, ljudem oziroma krajem, ki so vas v preteklosti zavedli. Razmislite o tem, da bi prekinili naročnino za spletne strani ali kabelsko televizijo.
- Naučite se, kako bi se lahko pozitivno odzvali na spore, dolgčas ali druge negativne občutke.
- Zaupajte se staršem, zakoncu ali drugemu zaupanju vrednemu družinskemu članu in ga prosite za podporo.

Vaša želja po spremembi mora biti močna — močnejša od želje po pornografiji. Premišlujte o svojih najiskrenejših željah za svoje življenje in življenje vaše družine ter se osredotočite na doseganje dobrega, namesto da razmišljate o svojih težavah, povezanih s pornografijo. Jezus Kristus je učence učil:

»Svetilka telesa je oko. Če je torej tvoje oko čisto, bo svetlo vse tvoje telo.« (Mt 6:22) Bolj ko boste življenje zapolnili z dobrimi mislimi in dejavnostmi, manj pozornosti boste namenili zlu.

Zagotavljanje strokovne pomoči

Nekateri ljudje potrebujejo dodatno pomoč, da opustijo pornografijo. Zasvojenost je včasih zunanji pokazatelj drugih problemov. Škof vas bo morda napotil k strokovnemu svetovalcu, ki vam lahko pomaga. Najbolje je, da poiščete svetovalca, ki dobro razume evangelijska načela.

POMOČ DRUGIM

Če izveste, da ima družinski član ali prijatelj težave s pornografijo, se boste morda počutili potrto, izdano ali nesrečno. V teh V teh težavah boste lahko našli moč v pogovoru s škofom. Vrednega nosilca duhovništva lahko tudi prosite za duhovniški blagoslov. Ne krivite se za dejanja drugih. Za svoje obnašanje je vsak odgovoren sam.

Prijatelju ali družinskemu članu lahko pomagate, če vztrajno povečujete lastno duhovno moč. Luč evangelija vas bo v življenju povzdignila in pomagala pregnati temò v življenju tistih, ki jih imate radi. Ko si boste prizadevali za spremstvo Duha, vas bo Gospod vodil. Išcite njegovo pomoč v molitvi, s preučevanjem svetih spisov in odhodom v tempelj.

Ko se boste pogovarjali s prijateljem ali družinskim članom, vam bodo v pomoč tudi naslednja načela:

- Pozorno poslušajte. Ne bodite pretreseni ali jezni. Ne hitite z nasveti. Pogovor naj bo ljubeč in zaupen.
- Bodite prijazni in ljubeči, vendar ne dopuščajte niti ne sodelujte v neprimernem obnašanju.

- Ne kritizirajte in ne ukazujte. Zelo malo je verjetno, da se bo prijatelj ali družinski član želel pogovarjati o težavah, če boste kritični oziroma ga boste kaznovali. Kritika lahko druge pripravi do tega, da težave prikrijejo, namesto da bi poiskali pomoč.
- Podpirajte prizadevanja za kesanje. Prijatelju ali družinskemu članu povejte, da vanj zaupate. Molite zanj. Pomagajte mu, da bo našel rešitev težave in vključite določene načrte, kako naj se pornografiji izogne in se pokesa. Spodbudite ga, naj se pogovori s škofom.
- Pohvalite njegove dobre lastnosti in pozitivna dejanja.
- Skupaj se pogovorita o tem, kako snaj se skušnjavi izogne.
- Naučite se odpuščati.

Če se prijatelj ali družinski član pogovori s škofom in škof ne izreče jasne oziroma očitne kazni, boste morda mislili, da težave ni vzel resno. Zavedajte se, da se mora škof zanašati na Duha, ko se odloča, kaj bo nekomu najbolj pomagalo.





V GOSPODOVI MOČI

Apostol Pavel je Efežane učil, kako naj se zaščitijo pred zlom: »Nadenite si celotno Božjo bojno opremo, da se boste mogli upirati hudičevim zvijačam. Kajti naš boj se ne bije proti krvi in mesu, ampak proti vladarstvom, proti oblastem, proti svetovnim gospodovalcem te mračnosti.« (Ef 6:11–12)

Ko si boste naredili Božjo bojno opremo, boste zaščiteni in boste okrepili svoje ljubljene. Razmislite o zgledu Nefijcev, ki so jih pogosto napadali mogočni sovražniki. Nefijci so vsakič, ko so šli v boj »v Gospodovi moči«, zmagali (gl. MrmB 1:14; Moz 9:17; 10:10). Če se zanašate na Gospodovo moč, ki nam je bila dana z njegovo odkupno žrtvijo, ste tudi vi lahko zmagovalci. Prejmete lahko mir, varnost in srečo, ker ste trdno zasidrani v evangeliju Jezusa Kristusa.

DODATNI VIRI

Zlo pornografije

2 Tim 3; 2 Ne 26:22.

Gordon B. Hinckley, Usodno zlo, ki je med nami, Generalna konferenca, okt. 2004, str. 119–125 ali *Ensign*, nov. 2004, str. 59–62.

Thomas S. Monson, Pornography — The Deadly Carrier, v Conference Report, okt. 1979, str. 95–98 ali *Ensign*, nov. 1979, str. 66–67.

Dallin H. Oaks, Pornography, v Conference Report, apr. 2005, str. 91–95 ali *Ensign*, maj 2005, str. 87–90.

Svetost telesa in telesna intimnost

1 Mz 1:26–27; Ps 8:3–5; 1 Kor 3:16–17; Al 39:1–5; NaZ 42:22; 88:15.

Jeffrey R. Holland, Personal Purity, v Conference Report, okt. 1998, str. 98–102 ali *Ensign*, nov. 1998, str. 75–78.

Russell M. Nelson, We Are Children of God, v Conference Report, okt. 1998, str. 110–114 ali *Ensign*, nov. 1998, str. 85–87.

Družina: razglas svetu, *Ensign*, nov. 1995, str. 102.

Zvesti veri: Preučevanje evangelija (2004), Neomadeževanost, str. 76–81.

Kesanje in odkupna daritev

Mt 11:28; Lk 15:7; Jn 3:16; 2 Ne 2; 9; Al 5; 7; 22:1–27; 34:32–33; 36; 39; 3 Ne 27; NaZ 18:13; 19:16–19.

James E. Faust, The Atonement: Our Greatest Hope, v Conference Report, okt. 2001, str. 19–23 ali *Ensign*, nov. 2001, str. 18–20.

Boyd K. Packer, *The Touch of the Master's Hand*, v Conference Report, apr. 2001, str. 27–30 ali *Ensign*, maj 2001, str. 22–24.

Richard G. Scott, *The Path to Peace and Joy*, v Conference Report, okt. 2000, str. 31–34 ali *Ensign*, nov. 2000, str. 25–27.

Zvesti veri: Preučevanje evangelija (2004), Odkupna daritev Jezusa Kristusa, str. 86–92; Upanje, str. 158–159; Kesanje, str. 47–50.

Premagovanje posvetnih vplivov

Rim 13:12–14; 2 Tim 3; 2 Ne 4:31; Mor 7:12–19; NaZ 11:12; Členi vere 1:13.

M. Russell Ballard, *Let Our Voices Be Heard*, v Conference Report, okt. 2003, str. 14–18 ali *Ensign*, nov. 2003, str. 16–19.

James E. Faust, *The Power of Self-Mastery*, v Conference Report, apr. 2000, str. 54–58 ali *Ensign*, maj 2000, str. 43–45.

Gordon B. Hinckley, *Be Ye Clean*, v Conference Report, apr. 1996, str. 65–71 ali *Ensign*, maj 1996, str. 46–49.

Dallin H. Oaks, *Be Not Deceived*, v Conference Report, okt. 2004, str. 46–49 ali *Ensign*, nov. 2004, str. 43–46.

Boyd K. Packer, *Inspiring Music — Worthy Thoughts*, v Conference Report, okt. 1973, str. 24–25 ali *Ensign*, jan. 1974, str. 25–28.

Za moč mladih (2001), Razvedrilo in sredstva obveščanja, str. 17–19.

gl. tudi www.combatingpornography.lds.org

CERKEV
JEZUSA KRISTUSA
SVETIH
IZ POSLEDNJIH DNI

SLOVENIAN

