

Ho buttato via tutta la mia pornografia molto tempo fa, ma come purifico la mia mente da tutte le immagini che vi si sono impresse? Vado a confessarmi e a Messa e prego regolarmente, ma sento che sono ancora stampate nella mente.

Ecco una strategia per gestire il problema: Ogni volta che ti viene in mente una di quelle immagini impure, prendila come un'occasione per pregare per la conversione di quella donna.

Prega in modo speciale per lei, e mettila nelle mani di Gesù. Questo compensa le volte in cui l'hai desiderata carnalmente, e ciò otterrà anche di più. Se perseveri in questa preghiera, penso che i pensieri diminuiranno considerevolmente. Sii forte, perché resistere a queste tentazioni rafforzerà le virtù che costruiscono ottimi padri e mariti.

Inoltre, continua nel tuo cammino di preghiera e rimani puro nei tuoi rapporti quotidiani. E infine approfondisci la tua devozione a Maria. Abbiamo bisogno di redimere la nostra immagine delle donne, e pregare il rosario ogni giorno è un modo ideale di iniziare questa ricostruzione. Il rimedio alla pornografia è di comprendere la dignità della donna e la verità della tua chiamata ad amare. Allora, e solo allora, la pornografia sarà vista per quello che è – un inganno.

Puoi perdere il desiderio di guardare la pornografia, e lo perderai. Non perderai il desiderio sessuale, ma quando vedrai donne moralmente degradate, ti sentirai pieno di pietà per loro invece che di lussuria. Come dice C. S. Lewis: “La lussuria è debole, misera, capricciosa e maligna, paragonata alla ricchezza e all'energia di desiderio che vengono generate quando la lussuria è uccisa” (1). Solo quando svuoti te stesso per il bene della persona amata vedi che qualunque altra gioia è un'illusione.

(1) C. S. Lewis, *The Great Divorce* (New York: MacMillan Publishing Company, 1946).