

Ho guardato la pornografia su Internet per anni, e ora scopro che è praticamente impossibile lasciare l'abitudine. Come mi libero di questo una volta per tutte?

Ti assicuro che dove abbonda il peccato, sovrabbonda la grazia (Rom 5,20). Ti consiglio quattro passi da fare che ti aiuteranno a resistere alla tentazione in futuro.

Primo: devi diventare un uomo di preghiera. La preghiera è essenziale per quelli che vogliono perseverare nella purezza (questo vale anche per le donne). In particolare, vai spesso a Messa, ricevi il sacramento della riconciliazione quando cadi, e sviluppa una forte devozione al Rosario e a San Giuseppe. Questo infligge sicuramente un colpo durissimo alla tentazione di indulgere nei desideri illeciti. Inoltre, non ignorare il potere che deriva dal chiamare il tuo angelo custode perché ti dia la forza.

Secondo: fai tutto il possibile per liberarti dalle occasioni di peccato. Se hai riviste o video pornografici, buttali via tutti subito. Visto che Internet è un problema, dovresti almeno installare un software filtrante sul tuo computer. Potresti anche voler considerare se ci sia la possibilità di smettere del tutto di usare il web, o utilizzare un accesso web minimale (magari senza immagini o un browser composto solo da testi, come **Lynx**, che non utilizza immagini). Un'altra strategia utile è di mettere oggetti benedetti e immagini sante in tutti i posti in cui avevi le immagini sexy. Se sei in Internet, metti un crocifisso o una immagine della Madonna sopra il computer e metti un'immagine santa come *screensaver* o come sfondo dello schermo sul desktop.

Terzo: trova una persona con cui puoi essere onesto riguardo il tuo comportamento, e fidati di lui. Un prete, un membro della famiglia, un educatore, o un buon amico dovrebbe essere capace di aiutarti a vincere la battaglia. Come dice la Bibbia: "Meglio essere in due che uno solo... se infatti uno cade, può essere rialzato dal compagno. Guai, invece, a chi è solo: se cade, non c'è chi lo rialzi... E se uno è aggredito, in due possono resistere: non si spezza facilmente una fune a più capi" (Qo./Eccles. 4,9-12).

Quarto: analizza i motivi per cui vuoi lasciare il vizio. Stai cercando di superare la tentazione semplicemente perché l'abitudine è imbarazzante o perché hai paura di essere scoperto? Eleva la tua motivazione, così da sforzarti di risolvere il problema per amore. Fallo per amore di Dio e per essere una persona affidabile per la tua futura sposa.

Quando una persona guarda la pornografia, in un certo senso sta cercando l'amore. E' un tentativo distorto di dare te stesso a qualcuno e di accogliere l'altra. La donna che vedi nella tua fantasia può sembrarti come se fosse tua, sebbene un milione di altri uomini sentono la stessa cosa verso di lei. E' ovviamente una falsa unione e dobbiamo rifiutarla per ottenere il bene più grande che ci aspetta. Se un ragazzo desidera ardentemente l'amore, allora deve lottare per conquistare l'altruismo che lo renderà capace di amare nel modo giusto una donna. Liberarsi della pornografia non dovrebbe essere considerata una perdita, ma un'opportunità di crescere in quell'altruismo.

Immagina di aver trovato la donna dei tuoi sogni e di sposarla. Mentre la porti in braccio sulla soglia della suite della vostra luna di miele, ti mette il braccio attorno al collo, ti guarda negli occhi e ti sussurra che è molto emozionata. Ti dice che ha aspettato tutta la vita quel giorno e per renderlo particolarmente speciale, ha guardato migliaia di immagini pornografiche di uomini su Internet. Molto probabilmente la lasceresti cadere per terra! Vedi, non solo dovremmo aspettare la nostra sposa con il corpo, ma anche con la mente. Perciò, per amore, butta via le riviste, i siti web e i video pornografici. Se sei chiamato al sacramento del matrimonio, non vale forse la pena aspettare di vedere la tua sposa, invece che riempirti la testa di immagini del corpo di altre donne ?