

# Porno ja armo

*Puhe Vantaan Minttukirkossa 6.5.2011 kirjallisessa muodossa. Mitä haittaa pornosta on? Mitä järkevää sanottavaa kristinuskolla on pornosta? Voiko pornosta päästä eroon?*

Ville Mäkipelto, teol. yo., 2011, [www.koukussapornoon.com](http://www.koukussapornoon.com)

”Miksi puhut aina pornosta?” On yleinen kysymys, joka on esitetty minulle kymmeniä kertoja. Kaikessa yksinkertaisuudessaan voisin vastata: ”Minä en valinnut puhua pornosta. Asiat vain järjestyivät niin, että minut on kutsuttu puhumaan pornosta.” Uskon, että nämä ovat ovia, joita Jumala on minulle aukaissut. Tahdon aluksi kertoa hieman tästä matkasta.

Kuuluin tuolloin eräässä seurakunnassa sellaiseen nuorten porukkaan, joka oli äärimmäisen turhautunut seurakuntamme nuorteniltoihin. Niistä oli muodostunut lähinnä meidän omia klubi-iltoja, joissa puhuttiin etäisistä asioista tavalla, joka ei varmastikaan kiinnostanut ulkopuolisia. Kristinuskon ytimessä on sanoma evankeliumin julistamisesta kaikille kansoille, ja toden totta, tuo sanoma ei toteutunut tällaisella nuortenilta formaatilla. Tästä turhautumisesta käsin aloimme järjestää Vedä Henkeä -iltoja: nuorekkaita talk-show iltoja, joissa puhuttiin ajankohtaisista asioista kielellä, jonka myös ei-kristityt ymmärtävät. Ilta eteni muun muassa laadukkaan musiikin, haastattelujen ja vauhdikkaan juontajan varassa. Koimme työn tärkeäksi ja saimme nähdä hienoja hedelmiä.

Eräässä suunnittelupalaverissa sitten pohdimme aiheita, joita tulemme jatkossa nostamaan esille. Minä ehdotin puolileikillä pornoriippuvuutta. Olin tutkinut aihetta jonkin verran ja ihastunut erityisesti amerikkalaiseen xxxchurch.com -sivustoon, joka tarjosi omalla humoristisella tyyllillään apua pornosta eroon haluaville kristityille. Ehdotukseni sai ensin aikaan naurunremakan. Hetken vitsailun jälkeen tajusimme kuitenkin, että tästä aiheesta on puhuttava. Emme vielä oikein tieneet, miten suureen vyyhtiin sotkeudumme.

Ensimmäinen pornoa käsittelevä Vedä henkeä -ilta onnistui loistavasti. Erityisesti mieleen jäi se hetki, kun eräs vanha kaverini tuli kertomaan omasta kamppailustaan seksuaalisuuden alueella. Olin jo aikaisemmin tutkinut asiaa paljon ja lukenut aiheeseen liittyvää kirjallisuutta, mutta nyt, kun ensimmäistä kertaa juttelin asiasta luottamuksellisesti kahden kesken, minut täytti mahtava tunne. Ilta oli saanut aikaan toivonpilkahduksen tämän ihmisen elämässä. Iltamme ei ollut turha. Kun sitten järjestimme samasta aiheesta Vedä henkeä -illan juhannuksena Keuruulla helluntaiseurakuntien suurtahtumassa, padot murtuivat. Valehtelematta parisataa ihmistä tuli keskustelemaan minun ja illan puhujan Rami Lehtolan kanssa siitä, miten hienoa oli, että juuri heidän kamppailustaan puhuttiin rennosti ja avoimesti julkisesti hengellisessä tilaisuudessa.

Toistuva pyyntö oli, että aiheesta on saatava suomenkielistä materiaalia. Tuohon tarpeeseen syntyi koukussapornoon.com -verkkosivusto.

Sivustomme yksi toimintamuoto on ihmisten elämäntarinoiden julkaiseminen. Nämä ovat autenttisia tarinoita, joita rohkeimmat ihmiset lähettävät meille nimettömänä, jotta niistä olisi vertaistukea muille samojen asioiden kanssa kamppaileville. Yksi mieleenpainuva tarina on Jukan kertomus.<sup>1</sup>

Jukka oli 14, kun hän ensimmäisen kerran törmäsi pornolehtiin. Aluksi viaton omaan seksuaalisuuteen tutustuminen alkoi pikkuhiljaa koukuttamaan. Jukan pornon käytöstä ja itsetyydyttämisestä tuli säännöllistä. Ongelmaksi tämä muodostui, kun hän alkoi olla aktiivisesti mukana seurakuntansa nuorisotyössä. Tuntui ristiriitaiselta ensin itsetyydyttää ja katsella pornoa ja sitten mennä puhumaan hengellisistä asioista seurakuntaan. Jukka sai kuitenkin ristiriidan hillittyä ja, silloin tällöin koetun syyllisyyden tunteen lisäksi, hän ei kohdannut suurempia ongelmia.

Todelliset ongelmat syntyivät, kun hän tapasi naisen, johon hän rakastui suuresti. Jukka ja Katja menivät naimisiin 25-vuotiaana. Jukka oli jo nuorempana ajatellut, että hän saa lopetettua pornon käytön silloin, kun hän menee naimisiin ja aloittaa säännöllisen seksielämän. Toisin kävi. Jukka huomasi, että ei kiihotukaan vaimostaan ja tavallisesta seksistä niin voimakkaasti, kuin pornon katselusta. Jukka oli tullut huomaamattaan riippuvaiseksi pornosta, ja tuo riippuvuus hallitsi hänen elämäänsä. Hälytyskellot soivat silloin, kun hän oli häämatkalla Katjan kanssa. Jukalla oli empaattinen, rakastava ja todella kaunis vaimo, mutta hän ei voinut olla ajattelematta pornoa rannalla makoillessaan ja naisia katsellessaan. Mielen ristiriita, syyllisyys ja häpeä olivat nyt arkipäivää.

Jukan tarina on vain yksi niistä monista elämänkertomuksista, jotka saivat minut puhumaan ihmisille pornon vaaroista. Jukalle ja Katjalle kävi hyvin: he saivat kommunikoidua aiheesta ja menivät pariterapiaan. Kaikki eivät kuitenkaan vielä tiedä, miten pornokoukusta voi päästä irti. Jos voin olla tuomassa omalta osaltani toivonpilkahdusta yhteenkin ihmiselämään, ei tämä työ ole turhaa.

## **Syyllisyyttä, häpeää ja muita pornon haittoja**

Pornoon suhtaudutaan usein kevyemmin kuin olisi syytä. Saatetaan ajatella, että pornosta ei pidemmän päälle ole haittaa, vaan että se on vain yksi tapa toteuttaa seksuaalisuuttaan. En väitäkään, että pornon käyttö muodostuu kaikille ongelmaksi mutta väitän, että riski siihen on niin suuri, että ei kannata yrittää. Nämä ovat niitä toistuvia haittavaikutuksia, joihin me olemme kohdanneet kuulemissamme elämäntarinoissa.

---

<sup>1</sup> Nimet ja iät muutettu. Jukan tarina ei ole puhtaasti yhden ihmisen kertomus, vaan olen yhdistellyt elementtejä paristakin kertomuksesta, jotta kukaan ei suoraan kokisi, että paljastan hänen kertomuksensa.

(1) Pornon käyttäjä, varsinkin kristitty, elää syyllisyydessä ja häpeän tunteessa. Kristityillä on mielessään tietynlaiset eettiset käsitykset, joita hän tietää pornon rikkovan. Silti pornokoukusta on muodostunut niin vahva, että hän ei pysty olemaan siitä erossa. Syntyy tilanne, jota psykologit kutsuvat kognitiiviseksi dissonanssiksi. Tämä mielen ristiriita, jossa kaksi vastakkaista voimaa taistelevat ihmisen päässä, saa ihmisen tuntemaan häpeää ja syyllisyyttä. Jommasta kummasta on luovuttava. Kun tällainen mielen ristiriita jatkuu kauemmin, se saa ihmisessä aikaan itsesyytöksiä. Olenko heikko ihminen, kun en pysty elämään haluamallani tavalla? Kelpaanko Jumalalle? Pahimmillaan tämä johtaa eristäytymiseen, syrjäytymiseen ja masennukseen.

(2) Erityisesti pornoriippuvuutta leimaa elämän hallinnan menettäminen. Ihminen ei enää hallitse pornon käyttöä, vaan pornon käyttö hallitsee häntä. Hän ei valitse, milloin se tunne (himo) valtaa hänet, että on katsottava pornoa. Pahimmillaan tämä sotkee ihmisen seksuaalisuutta, sosiaalisia suhteita ja esimerkiksi työelämää.

Pornoriippuvuus on nimenomaan pakonomaista ja hallitsematonta pornon käyttöä, jossa ihminen menettää elämän hallintansa. Riippuvuus pornoon itsessään luokitellaan toiminnallisten riippuvuuksien kategoriaan ja vielä tarkemmin seksiriippuvuudeksi. On tärkeää huomata, että riippuvuudessa ei ole kyse ainoastaan pornon käytössä, vaan taustalla on suurempia ongelmia. Ihminen saattaa esimerkiksi paeta pornon käyttöön masennustaan, huonoa oloaan tai perheongelmiaan. Ihmisellä on tunteita, joita hän ei osaa käsitellä ja pakenee näitä vahingolliseen toimintaan. Siksi pornoriippuvuutta ei voi hoitaa yksin, vaan siihen tarvitaan lähes aina terapia-apua. Tätä käsitellen lisää puheen loppupuolella.

(3) Pornon käyttö voi saada aikaan säröjä sosiaalisissa suhteissa. Olen törmännyt ihmisiin, jotka kertovat, että on vaikea olla ylistystilanteessa. Tämä johtuu siitä, että mieli ajautuu ajattelemaan ylistystä johtavia tyttöjä erilaisissa pornoelokuvien kohtauksissa. Se ei ole tietoinen päätös, vaan yksityiseen hetkeen jääväksi tarkoitetut asiat tunkeutuvat väkisinkin mieleen. Toinen vastaava esimerkki on Friends -sarjassa, jossa kaverukset Joey ja Chandler saavat televisioonsa ilmaisen pornokanavan. Peläten, että porno katoaa, he päättävät pitää kanavaa auki jatkuvasti. Myöhemmin he sitten ihmettelevät, miksi kaunis pankkivirkailija ei ehdotellut heille seksiä kassaholvissa. Huumorin välityksellä tehtiin selväksi, että pornon mielikuvat tunkeutuvat haluamatta tavallisiin arkielämän tilanteisiin.

(4) Jukan tarina oli jo osoitus siitä, että porno aiheuttaa parisuhdeongelmia. Pohjalla on kyvyttömyys kommunikoida asiasta. Jos pornon käyttö on alkanut nuoruudessa ja sen on ajateltu loppuvan avioliitossa eikä näin olekaan käynyt, on vaikea puhua asiasta ensimmäistä kertaa avioliitossa. Häpeän ja syyllisyyden tunne korostuu. Näin syntyy yleensä niin suuria solmuja, että niiden aukaiseminen kahdestaan ei ole mahdollista. Tarvitaan ulkopuolista apua.

(5) Porno saattaa aiheuttaa myös työ- ja harrastusongelmia. On selvää, että tuntikausien

nettisurfailu keskellä yötä, vaikuttaa seuraavana päivänä jaksamiseen töissä. Entäpä mitä tehdä, kun kiusaukset iskevät työpaikan toimistossa yksin pitkää päivää tehdessä?

(6) Lopuksi on syytä tiedostaa, että pornon tuottamiseen liittyy paljon eettisiä ongelmia. Vaikka onkin mahdollista, että pornoa tuotetaan myös ”eettisesti”, ei pornoteollisuutta ole sen laajuudessa mitenkään mahdollista kontrolloida. Entiset pornotähdet ovat kertoneet, miten elokuvan tekemisen aiheuttamasta henkisestä ja fyysisestä kivusta selviää vain huumeiden avulla. He ovatkin todenneet, että jos pornon katselijat tietäisivät, mitä tapahtuu kuvausten välillä, he eivät katselisi näitä elokuvia. Naiset saattavat oksennella tehtyään asioita, joita he eivät ikinä tekisi. Toiset naiset kääriytyvät sikiöasentoon ja imevät omaa peukaloaan, jotta kipu häviäisi. Korostan vielä, että en halua tällä leimata koko pornoteollisuutta, vaan puhun ainoastaan muutaman näkemäni haastattelun pohjalta.

Sen lisäksi pornon taustalla saattaa olla ihmiskauppaa, alaikäisten hyväksikäyttöä ja muita suuria globaaleja ongelmia. Näistä voisi pitää oman puheensa, joten jätän tämän tällä kertaa vain maininnan varaan.

## **Porno ja seksuaalisuus kristinuskon valossa**

Mitä sanottavaa kristinuskolla sitten on pornosta? Tarjoaako se pornon käyttäjälle lähinnä syyllisyyttä vai voiko kristinuskko tarjota toivonpilkahduksen toivottomaan tilanteeseen? Aluksi on syytä tarkastella lähemmin kristillistä ihmiskuvaa ja seksuaalietiikkaa.

Kristillinen seksuaalietiikka lähtee liikkeelle positiivisest ihmiskuvasta. Jason Lepojärvi tiivistää Ruumiin teologiaa esittelevässä kirjassaan ihmiskuvan ja seksuaalisuuden yhteyden Paavi Johannes Paavali II:sen ajatukseen. ”*Pornografian ongelma ei ole se, että se paljastaa liikaa, vaan se, ettei se paljasta tarpeeksi. Pornografia ei näytä ihmispersoonaa.*”<sup>2</sup> Seksuaalisuus ei siis ole pelkästään visuaalista, vaan se on vuorovaikutusta, jonka pohjalla on toisen persoonan syvä kunnioitus ja toiselle täysin antautunut rakkaus.

Juutalaiskristillisessä ajattelussa ihminen on Jumalan kuva. Tämä tarkoittaa (monimutkaista teologista kysymystä yksinkertaistaen) sitä, että ihmisessä ruumiin ja hengen kokonaisuutena on jotain jumalallista. Ihmisen ruumiis ei platonistis-kreikkalaisen ajattelun tavoin ole vain kuori, joka sisältää iankaikkisen sielun. Ihminen ruumiineen on Jumalan kuva. Vanhan testamentin hepreassa ihmisen olemuksesta ja elämästä käytetään sanaa *nefesh*, joka viittaa juutalaiseen holistiseen ajatteluun, jossa ruumiis ei ole yhdentekevä, vaan se on osa Jumalan luomaa ihmiskokonaisuutta. Termi käännetään usein virheellisesti sieluksi, kun se todellisuudessa viittaa ihmiseen itseensä elävänä olentona ja persoonana. Uudessa testamentissa ruumiin kunnioitus näkyy esimerkiksi 1. Korinttilaiskirjeessä, kun ruumista kuvaillaan Pyhän hengen temppeliksi. Paavalin tekstistä käy

---

<sup>2</sup> Lepojärvi 2011, 72.

myös ilmi, että ihmisen ruumis ei ole hänen omassa vallassa (1. Kor. 6:16-20). Ihmisen ruumis kirkastaa Jumalaa.

Ihmisen jumalankuvallisuuden seuraus kristilliseen etiikkaan on se, että jokaisella ihmisellä on yhtäläinen ihmisarvo. Huolimatta yhteiskunnallisesta asemasta, iästä, sukupuolesta, rodusta tai seksuaalisesta suuntauksesta jokainen ihminen on äärettömän arvokas. Kristityn tulee kunnioittaa toista ihmistä samalla tavalla, kuin hän kunnioittaa itse Jumalaa. Sama ajatus tiivistyy viimeistä tuomiota kuvailevasta Matteuksen evankeliumin kohdasta, jossa vähimpien veljien kohtelu rinnastetaan Jeesuksen kohteluun (Matt. 25:40). Mitä ihminen tekee toiselle heikommalle ihmiselle, hän tekee myös Jumalalle. Tämä ihmisarvon kunnioitus on seksuaalietiikan pohjalla.

Pornon kohdalla tämä tarkoittaa myös sitä, että kenellekään ei ole auktoriteettia paheksua pornoteollisuudessa vaikuttavia ihmisiä. Pornon tuottajat, ohjaajat ja katsojat ovat myös Jumalan kuvia. Siksi kristityn on terveellistä asettaa porno suurempaan kokonaisuuteen. Tietokoneen ruudulla vääntelehtivä College -rahojaan pornolla ansaitseva tyttö ei ole vain seksiobjekti, vaan äärettömän arvokas Jumalan kuva. Miten rakentavaa pornon käyttäjän on yrittää pelkistää tuon ihmisen ihmisarvo oman tarpeensa tyydyttämisen välineeksi? Onko se kristillisen seksuaalietiikan mukaista?

Seksi on siis enemmän kuin oman tarpeen tyydyttämistä. Se on rakkauteen ja empatiaan perustuva tapahtuma, jossa kaksi jumalankuvaa kohtaavat. Jotta seksi olisi turvallista ja rakentavaa, se vaatii pohjalle parisuhteen, jossa on antauduttu ja sitouduttu toiseen täysiin. Käytännössä tämä tarkoittaa hyvää avioliittoa. Avioliittoa, jossa toteutuu ne asiat, joita Paavali liittää rakkauteen 1. Korinttilaiskirjeen 13 luvussa. Kun kaksi ihmistä lupaavat pitää huolta toisistaan, se luo turvalliset puitteet seksuaalisuuden toteutumiselle.

Lopuksi on tärkeää huomata, että kristinuskon näkökulmasta yksikään ihminen ei ole seksuaalisuudenkaan alueella täydellinen. Elämme langenneessa ja syntisessä maailmassa, jossa meillä on väistämättä inhimillisiä ongelmia ja raadollisuutta. Vaikka ihanteelliseen seksuaalisuuteen on tärkeä pyrkiä, on äärimmäisen tärkeää ulottaa armollisuus myös seksuaalisuuden alueelle. Jeesus ei hylkää seksuaalisuutensa kanssa kamppailevaa, keskeneräistä ihmistä. Tämä on hyvä lähtökohta matkalle kohti pornoriippuvuudesta toipumista.

## **Voiko sitä päästä eroon?**

Hengellinen lähtökohta riippuvuudesta toipumiseen löytyy Roomalaiskirjeestä: *”Mutta Jumala osoittaa rakkautensa meitä kohtaan siinä, että Kristus kuoli meidän puolestamme, kun vielä olimme syntisiä.”* (Room. 5:8) On tärkeää olla realistinen seksuaalisuuden ja hengellisyyden alueella. Jumala ei vaadi ihmiseltä ihmeitä omissa voimissa. Kukeen ei kulje seksuaalisesti niin alhaalla, etteikö Kristuksen sovitusyö kattaisi. Siksi vääränlaisesta syyllisyydestä kannattaa yrittää päästä

eroon. Toipuminen on askel askeleelta kulkemista Jeesuksen rinnalla. Syntinen ihminen kelpaa Jumalalle. Vaikka taistelu pornoriippuvuuden kanssa olisi elämänmittainen on tärkeää muistaa, että se ei vie pelastusta tai Jeesuksen armoa pois ihmiseltä, joka turvautuu toistuvasti heikkouksista huolimatta Häneen.

Samalla on hyvä pitää mielessä edellisessä kappaleessa esitelty kristillinen seksuaali etiikka. Uskon, että Jumala on tarkoittanut seksin hyvään ja rakastavaan avioliittoon, jossa se ei sinänsä voi satuttaa. Siksi on tarpeen matkustaa pikkuhiljaa kohti tervettä seksuaalisuutta. Porno-ongelmaan ei ole olemassa pikanuudelitratkaisua mutta esittelen seuraavassa askelia, joita noudattamalla on mahdollista suuntautua kohti vapautta.

(1) Tunnusta ja ole täysin rehellinen. Kaikesta riippuvuudesta vapautumisen edellytyksenä on täysin avuttomaksi tunnustautuminen riippuvuuden edessä. Sinulla on ongelma, jolle et itse mahda mitään. Tunnustat ja olet ensimmäistä kertaa täysin rehellinen itsellesi niistä asioista, joita olet tehnyt. Karkota mielestäsi ne valheet, joita olet sitonut riippuvuuteen: ”tämä on viimeinen kerta” ja ”ei se niin vaarallista ole” ovat väittämiä, joista et voi enää pitää kiinni.

(2) Älä jää yksin. Tämä askel liittyy tiiviisti ensimmäisen askeleeseen. Harva pääsee pornon käytöstä ja varsinkin riippuvuudesta eroon yksin. Se on aluksi äärimmäisen haastavaa, mutta on ehdottoman tärkeää tunnustaa ongelmansa myös läheiselle ystävälle. On lähes täysin varmaa, että tuolla ystävällä on ollut samanlaisia ongelmia ja hän ymmärtää, mistä puhut. Tässä kohtaa muodostuu myös ainutlaatuinen mahdollisuus muodostaa tilivelvollisuussuhde kaverin kanssa. On olemassa ohjelmistoja (paras ilmainen on x3watch), jotka valvovat internetin käyttöäsi ja raportoivat parhaalle ystävällesi aina, kun vieraillet epäilyttävillä sivuilla. Kynnys mennä pornosivulle kasvaa, kun tietää, että tilivelvollisuuskumppanisi saa siitä lähes välittömästi tiedon. Tarkoitus ei tietenkään ole valvoa toista ylhäältäpäin, vaan tukea toista kulkemalla tämän rinnalla. Molemmat saavat apua toisistaan.

Kannattaa myös olla mukana yhteisössä, jossa saa tukea ja apua muilta ihmisiltä. Seurakuntien pienryhmät tai tiiviit kaveriporukat ovat tällaisia. On tärkeää löytää tavallinen elämänhallinta, jonka keskeisenä osana tunnet ihmisiä, joiden seurassa saa olla vapaasti oma itsensä. Tässä porukassa voi myös luottamuksellisesti jakaa arkojakin asioita ja kasvaa yhdessä.

Joskus tämä vaihe on myös avun hakemista ammattilaiselta. Suomessa on olemassa lukuisia palveluita, joihin voit joko maksutta tai maksua vasten hakeutua terapiaan. Ilmaisista Kirkon perheneuvonta on varteenotettava vaihtoehto. Siellä voi erityisesti purkaa parisuhteessa pornon ja kommunikaatio-ongelmien aiheuttamia solmuja. Näistä paikoista löytyy tarkempi lista [koukussaporno.com](http://koukussaporno.com) -verkkosivuilta.

(3) Siivoa elämästäsi kaikki porno. Jokaisella pornon käyttäjällä on joko konkreettisesti pornoa tallella kovalevyllä ja sängyn alla tai sitten tiedossa mahdollisuuksia, joista pornoa saa

välittömästi, kun sitä tarvitsee. Tällaiset mahdollisuudet on tärkeää poistaa elämästä. Käytännössä se saattaa tarkoittaa pornolehtien polttamista, iPhoneen pornofiltterin asentamista tai tietokoneen käytön lopettamista tietyn kellonajan jälkeen. Voit myös tehdä itsellesi listan niistä tilanteista, joissa yleensä lankeat haluamattasi pornon käyttöön. Ala sitten muuttamaan rutiinejasi ja poistamaan noita tilanteita elämästäsi. Usein pornosta ja riippuvuudesta eroon pääseminen vaatii konkreettisia ja suuria elämänmuutoksia.

(4) Käsittele tunteita, joita pakenet. Aikaisemmin puhuin jo siitä, että pornoriippuvuuden taustalla on usein sellaisia tunteita, joita ihminen ei uskalla ottaa esille ja käsitellä. Kaikessa yksinkertaisuudessaan tämä vaihe saattaa tarkoittaa sitä, että otat läheisten ihmistesi kanssa puheeksi yhteiset hetkenne. Voitte käydä läpi lapsuuden hyviä ja huonoja muistoja. Tällaisissa keskusteluissa saattaa tulla esille sellaisia ikäviä asioita, joita et ole aktiivisesti tiennyt kantavasi mielessäsi. Ne saattavat olla jopa syitä pornon käyttöösi. Pahasti riippuvainen ei kykene itse tähän vaiheeseen. Siksi on tärkeää harkita vaiheessa kaksi esitettyä terapiaan ja ammattilaisauttajalle hakeutumista. Itkemättömät itkut kannattaa itkeä pois.

(5) Vietä aikaa Jumalan kanssa. Mitä jos seuraavan kerran kiusauksen tullessa kohdallesi, menisit luontoon lukemaan rukouksia Jumalan puoleen? Kristityille on annettu hienoja tapoja virkistyä Taivaan Isän seurassa. Päivittäinen rukous, säännöllinen Raamatun luku ja aktiivinen seurakuntaelämä kannattaa siinä mielessä, että se ruokkii suhdettasi Luojaan. Kun tämä suhde rakoilee, alkaa elämään yleensä tulemaan ongelmia. Kristitty voi luottaa siihen, että Pyhä Henki tekee salatulla tavalla työtä uskovassa.

Ensimmäinen askel on mahdollista ottaa välittömästi tämän puheen jälkeen. Rohkaisen siihen suuresti: parempaa päätöstä, kuin pornon käytön lopettamista, on seksuaalisuuden alueella vaikeaa tehdä.

## **Apuneuvot ja kirjallisuus**

The Brown-Driver-Briggs Hebrew and English Lexicon. Brown F., Driver S. & Briggs C. Massachusetts: Hendrickson Publishers. Twelfth Printing 2008.

Lepojärvi, Jason

2011 Ruumis Jumalan kuvana. Johdatus Paavi Johannes Paavali II:n ruumiin teologiaan. (Kirjoitushetkellä vielä julkaisematon.)

Päihdelinkki: 416 Seksiriippuvuus. <http://www.paihdelinkki.fi/tietoiskut/416-seksiriippuvuus>