

WAS SAGEN MEDIZIN UND WISSENSCHAFT ZU PORNOGRAPHIEKONSUM?



TEACHING:

Ohne Pornographie wird dein Leben maximal aufblühen! In dieser Abschlusspredigt wollen wir Antworten geben auf fünf kritische Kommentare bzw. Fragen, die uns während der Pornographie-Serie gestellt wurden:

1. „Regelmäßige Masturbation ist wichtig zur Vermeidung vom Prostatakrebs.“

Ist das so? In verschiedenen Magazinen wird postuliert, dass Männer, die möglichst oft onanieren, seltener Prostatakrebs bekommen. Prof. Dr. Dr. Michael Leitzmann vom National Cancer Institute (USA) kommt jedoch zu dem Schluss, dass die Ejakulationshäufigkeit nicht mit einem veränderten Risiko für Prostatakrebs verknüpft ist. Und eine Studie der Universität Cambridge findet sogar: „Häufige Masturbationsaktivitäten waren ein Indikator für ein erhöhtes Prostatakrebsrisiko von Personen in den 20er und 30er Jahren (Alter).“ Wissenschaftlich ist es also nicht erwiesen, dass überhaupt irgendeine Relation zwischen häufigem Masturbieren und dem Schutz vor Prostatakrebs existiert.

2. „Ohne Selbstbefriedigung bekommt man Schmerzen in den Hoden.“

Wirklich? Es gibt zwei Möglichkeiten, was mit „ungenutzten“ Spermien passiert:

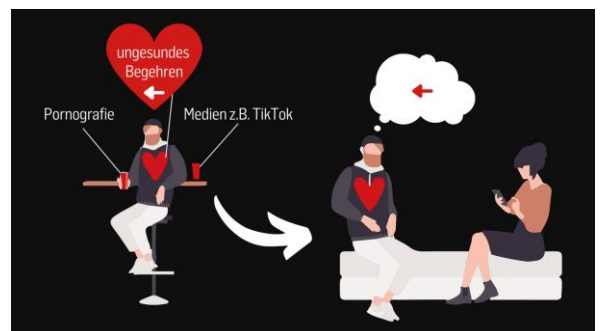
- Resorption: Die Spermien werden wieder vom Körper absorbiert.
- Pollution: Spermien werden einfach ausgeschüttet, z.B. nachts oder beim Urinieren.

Hinweis zu „Kavaliersschmerzen“: Diese werden durch Muskelverspannungen verursacht und gehen von allein wieder weg (bei anderen Schmerzen suche bitte einen Arzt auf ☺). Stand heute gibt es keine negativen Auswirkungen, wenn du aufhörst zu masturbieren.

3. „Geht es nicht nur um Verheiratete? Als Single muss ich doch Pornos schauen, um Druck abzubauen.“

Nein! Durch pornografische Bilder wird Lust erzeugt. Sexualität an sich ist etwas Wunderbares, doch mein sexuelles Begehren wird ungesund, wenn es aus einem Menschen ein Konsumgut macht (Matthäus 5,28).

Bei Pornos bin ich nicht am Menschen interessiert, sondern nur an dem Lustobjekt. Dieses „Objektdenken“ übertrage ich dann auf meine realen Mitmenschen. Eine Folge davon ist der gegenwärtige Sexismus (!)



Pornographie ist deswegen ein Problem, weil es jedes Mal dein Herz verändert.

4. „Was ist so schlimm an Selbstbefriedigung? Es ist doch ein Geschenk der Natur und unglaublich schön.“

Ein Gottesgeschenk sozusagen? 1. Korinther 7,4 sagt etwas anderes: Sexualität ist ein Geschenk von Gott, um jemand anderen zu beschenken. Das Prinzip von göttlicher Sexualität ist nicht, etwas zu bekommen, sondern etwas zu geben. Es geht eben nicht in erster Linie um mich.

5. „Ab und zu einen Porno zu schauen, ist doch harmlos und noch keine Sucht.“

Es ist aber ein Einstieg! Ist erstmal ein Verlangen nach Pornographie geweckt, wird es schwer aufzuhören. Echte Freiheit bedeutet, das nicht zu tun, was du nicht tun möchtest (2. Timotheus 2,22).

WAS SAGEN MEDIZIN UND WISSENSCHAFT ZU PORNOGRAPHIEKONSUM?



AUSTAUSCH: DAS FINALE (15-30 min)

- Welche der fünf Fragen hat dich besonders angesprochen?
- Dachtest du auch, dass Masturbieren vor Prostatakrebs schützt?
- Schau einmal auf die letzten Wochen zurück:
 - Hast du persönlich Durchbrüche im Bereich Pornographie erlebt – oder in anderen Bereichen?
 - Wo wünschst du dir noch mehr Durchbrüche?
 - Wie würdest du die Inhalte dieser Predigtserie in einem Satz zusammenfassen (zum Beispiel: „Bei göttlicher Sexualität ist Geben seliger als Nehmen“).



REFLEXION: WAS BEDEUTET DAS FÜR MICH? (15-30 min)

Wenn euch der Sohn frei macht, seid ihr wirklich frei (Johannes 8,36). Jesus möchte, dass ihr frei seid – dafür ist er ans Kreuz gegangen. Lasst uns nun gemeinsam in der Bibel schauen, was Gott uns in den folgenden Versen zeigt:

Matthäus 5,28

2. Petrus 2,14

1. Korinther 7,4

2. Timotheus 2,22

Frage dich: Was hat dies mit meinem Leben zu tun?



GET FREE: AUFBLÜHEN OHNE PORNOGRAPHIE (15-30 min)

Gibt es noch Dinge, die du zum Kreuz bringen möchtest? Damit du in die Freiheit Gottes kommen und maximal aufblühen kannst – ohne Pornographie oder andere Süchte, die dich in deinem Alltag fesseln. Gerne könnt ihr dabei das Lied **Ich weiß, wer ich bin** abspielen.



NEXT STEP: WIE GEHT ES WEITER? (15-30 min / zuhause)

Je mehr ich weiß, wer ich in Christus bin, umso mehr kann ich Pornographie oder andere Süchte hinter mir lassen.

- ➔ Hört euch gemeinsam die biblische Meditation **Meine Identität in Christus** an (12 Minuten auf YouTube). Denkt in der kommenden Woche immer wieder über einzelne Verse aus dieser Meditation nach.
- ➔ Hier einige Tipps, falls du dich noch weiter mit diesem Thema beschäftigen oder dich sogar selbst dort einbringen möchtest:
 - Hast du schon einen **Get Free** Durchgang im ICF München gemacht?
 - Falls ja, magst du dort vielleicht als **Begleiter** helfen, Menschen in die Freiheit zu führen?
 - Ideal für dieses Thema ist auch der Workshop **Menschen im Gebet begleiten**.
 - Hier noch einmal der Link auf die **FreeIndeed** Arbeit.