

SÉRIE CARNE: O que há de errado com a masturbação?

por Cru Staff



Bem, vamos direto ao assunto, certo? O que Deus tem a dizer sobre o tema da masturbação? Abram comigo no Evangelho de... Eu sei que vi isso aqui em algum lugar... Pensando bem, não há nada nas Escrituras sobre masturbação, há? (Na verdade, há uma ocorrência de um homem derramando seu sêmen, mas seu contexto tem pouca relevância, relacionando-se à herança, não à imoralidade sexual, e não deve ser aplicado a esta questão.)

Muitos se perguntam por que algo tão pesado em nossa consciência nunca é abordado na Bíblia. Alguns diriam que isso está simplesmente subsumido nas

A Estrada para Kaeluma

Explore este drama/devocional em áudio criado em parceria entre FamilyLife e JesusFilm.

discussões bíblicas sobre imoralidade sexual ou implícito no que significa ser sexualmente puro. Outros interpretariam o silêncio das Escrituras como um sinal de que a masturbação nem sempre é pecado se praticada dentro de certos parâmetros.

[SABER MAIS](#)

Continue este capítulo com material de discussão em grupo no aplicativo MyCru →

INICIE O APlicativo MYCRU

Analisaremos ambas as perspectivas em breve. Mas, primeiro, não deixemos de mencionar uma aplicação tão flagrantemente óbvia quanto reconfortante: o peso bíblicamente atribuído a esse pecado é drasticamente desproporcional ao aumento da vergonha e da autoaversão que experimentamos quando nos masturbamos. Sinceramente, gostaria de me sentir tão mal em relação a, digamos, mentir, invejar ou assassinar. Busquemos conforto e encorajamento onde pudermos encontrá-los, e há boa parte disso no silêncio das Escrituras sobre o assunto. Não estamos dizendo que a questão não seja importante para nós, ou para Deus, mas que nossas consciências estão desalinhadas com a verdade das Escrituras sobre a magnitude desse pecado.

Um homem piedoso que me ensinou quando eu era jovem cristão costumava dizer no nosso pequeno grupo de estudo bíblico masculino que, embora a Bíblia não mencione masturbação, ela afirma claramente que a luxúria é pecado. Ele nos desafiava a tentar nos masturbar sem luxúria. Bem, talvez eu simplesmente não tenha talento para isso, mas achei completamente impossível. Mas acho que não estou sozinho, especialmente se você teve um passado sexualmente ativo. Chega de respostas fáceis.

Há outras brechas também. Tive um professor de seminário que mencionou que, quando viajava muito,

não achava pecado se masturbar pensando na esposa. Ele certamente levanta uma nuance interessante, sobre a qual eu provavelmente refletiria se não me trouxesse à mente imagens do meu professor que, francamente, me fazem nunca mais querer fazer sexo.

Por mais que consideremos essas exceções bastante racionais, até mesmo atraentes, ainda diríamos que a masturbação fica aquém do desígnio de Deus para nós sexualmente e, portanto, é algo que devemos evitar. Talvez a apologética mais concisa para o "porquê" esteja no livro "Breaking Free", de Russell Willingham. Aqui estão algumas de suas razões:

Willingham afirma que a masturbação viola a sexualidade bíblica porque, quando a Bíblia fala de sexo, fala de uma união entre um homem e uma mulher. É uma experiência compartilhada que, idealmente, nos leva para fora de nós mesmos e para a mente/alma do outro. A masturbação parece não atingir esse propósito e, no ato e na culpa residual, faz o oposto. Nos torna egocêntricos.

A masturbação distorce nossa visão do sexo, fazendo com que ele se volte para o nosso prazer e uma solução rápida, em vez de focar na doação e na intimidade em um relacionamento conjugal comprometido. Alguns podem se preocupar com o que poderia acontecer se não nos masturbássemos, dada a produção de esperma no corpo masculino, mas Deus criou as poluções noturnas como uma liberação natural quando somos incapazes de nos envolver em atividade sexual. A masturbação também tem um jeito de abrir a porta para mais imoralidade sexual. Nossos motivos podem começar inocentemente, talvez tentando não desejar ou imaginar uma pessoa ou cena, mas a estimulação sexual pode nublar nossas mentes e tornar muito fácil reviver um velho vídeo mental ou fantasia que está longe de ser pura. Em "A

Batalha de Todo Jovem", Stephen Arterburn cita David, um jovem de 17 anos, que disse:

Deixe-me dizer uma coisa: é possível se masturbar com a mente e os olhos limpos, porque eu já fiz isso. Devo dizer, no entanto, que realmente leva muito tempo sem estímulos visuais ou fantasias – mesmo que eu esteja tentando acabar logo com isso. Às vezes é tão desmoralizante que eu paro. Isso não é bom, porque aí meu motor fica no limite, a mente fica difícil de controlar e eu volto a pecar.

Mais fortemente, Willingham afirma que a masturbação cultiva uma má gestão emocional. Quando estamos entediados, ansiosos ou solitários, não é aconselhável reforçar o hábito de gratificação sexual como mecanismo de enfrentamento. É uma forma de tomar a vida em nossas próprias mãos,

literalmente, e confiar em nós mesmos para satisfazer nossas necessidades e desejos percebidos, em vez de em Deus. Aqui estão algumas outras razões pelas quais, no geral, a masturbação é uma atividade que você deseja manter fora de sua vida. A masturbação afeta nosso senso de sermos homens piedosos, tornando-nos mais passivos. Ela traz culpa e vergonha e nos faz sentir distantes de Deus. Tende a ser viciante e progressiva. É mais provável que você se masturbe um ou dois dias depois de ter feito isso. Pode ser uma coisa pequena, mas quando a pureza sexual é seu objetivo, pequenas coisas podem fazer toda a diferença.

Não, masturbar-se não é o fim do mundo. No entanto, é tão fácil nos contentarmos com a mediocridade em nossa caminhada com Deus – para sobreviver com um nível aceitável de pureza. A maior intimidade que poderíamos conhecer está em nosso relacionamento com Deus. São pequenas coisas como essa que embotam nossa capacidade de nos encontrar com Ele ou ouvir Sua voz. Roubam nossa paixão e alegria. Colocam um véu entre Deus e nós, e é por isso que vale a pena removê-lo de nossas vidas.

Como diz John Piper em seu livro "Desiring God" (Desejando Deus): "Não é que pecamos porque desejamos demais a nossa felicidade, é que não a desejamos o suficiente". Quando como uma barra de chocolate em vez de uma salada, não é porque me importei demais com o que meu corpo queria. É que me importei de menos. Temos necessidades momentâneas de intimidade que são satisfeitas pela masturbação, mas o que trocamos é uma intimidade muito maior com Deus. Oh, quanta paixão e zelo poderíamos ter em nossas vidas se não fizéssemos essas trocas!

Questões práticas de prevenção

Em lições posteriores, veremos mais etapas para combater a tentação, mas, por enquanto, darei algumas táticas úteis que você pode empregar em sua batalha para eliminar a masturbação da sua vida.

Devassidão. É uma palavra feia. Tão feia, na verdade, que quando a Bíblia a proíbe, imediatamente juramos parar, mesmo sem ter a mínima ideia do que seja. Significa viver em excesso: comer demais, beber demais, se exercitar demais, dormir demais, "exagerar na TV" (palavra nova), etc. É um princípio que diz que o excesso, ou carnalidade, em uma área da sua vida transbordará para outras. Portanto, nos ajudando em nossa batalha contra a masturbação está um estilo de vida que evita o excesso ou a carnalidade em todas as frentes. Não conheço muitas pessoas que dormem 12 horas e não se masturbam. Na verdade, não conheço muitas pessoas que conseguem dormir 12 horas por dia, mas você entendeu.

Identifique e confesse os gatilhos específicos envolvidos nos seus padrões de hábito. Isso inclui o horário do dia em que você se sente mais tentado, o momento em que normalmente "atua" e a condição emocional e física em que você tem mais dificuldades. Converse sobre isso com alguns irmãos de confiança que o ajudarão a elaborar uma estratégia para progredir.

Durma com a porta do seu quarto aberta. Essa era a regra em uma casa cheia de cristãos em um campus que visitei. Além disso, levante-se imediatamente da cama pela manhã.

Fique longe da Internet tarde da noite.

Você precisa de amigos em sua vida com quem seja aberto e honesto. Se você cair, precisa de alguém para contar. Por fim, comemore as pequenas vitórias. Esta batalha é vencida por uma série de vitórias parciais que se transformam em uma vitória final. Nunca diga: "Bem, já cheguei até aqui; é melhor terminar e

começar do zero amanhã". O caminho para a pureza é pavimentado por decisões de parar no caminho, buscar ajuda e se render ao poder do Espírito em sua vida.

Sobre desistir

Não seja o "rei" das resoluções e promessas, mas simplesmente lute um dia de cada vez. Pense nisso: você consegue se unir ao Senhor para não se masturbar só hoje? Na próxima semana? Estabeleça pequenas metas mensuráveis de pureza e comprometa-se novamente quando alcançá-las.

Aceite o fato de que você é incapaz de parar e entregue-se a cada tentação específica hoje (João 15:5). Use as tentações como um lembrete para se render a Deus e caminhar em direção a um relacionamento com Ele e com os outros.

Renda-se, estando disposto a fazer escolhas radicais. Era isso que Jesus tinha em mente quando, falando hiperbolicamente sobre a luxúria (a verdadeira questão aqui, porque tem a ver com o coração), Ele nos exorta a arrancar o olho ou cortar a mão se isso nos levar ao pecado. Tive amigos que dormiram com suas roupas, pararam de comer em certos restaurantes e tomaram banhos de esponja em vez de chuveiros por um tempo para ajudar a prevenir a excitação. Observe que não estou falando de mais esforço próprio, mas sim de uma demonstração prática de rendição nascida da disposição de mudar.

Por fim, a abstinência em relação à masturbação permitirá que você chegue às questões mais profundas do coração. Quando deixamos de lado tais ídolos, somos capazes de "sentir" a vida de uma maneira nova – tanto o bom quanto o ruim – e começamos a nos relacionar com Jesus de uma maneira nova e mais íntima. Quando renunciamos à medicação da nossa dor subconsciente na vida, ela

vem à tona e nos permite lidar com ela de frente com Jesus e a comunidade.

Próximos passos

1. Identifique e compartilhe os momentos e locais específicos em que você é mais tentado a ceder ao pecado sexual.
2. Comece a implementar as etapas práticas de prevenção mencionadas nesta lição quando se trata de pecado sexual.

CONTINUE ESTE CAPÍTULO COM MATERIAL DE DISCUSSÃO EM GRUPO NO APLICATIVO MYCRU

← ANTERIOR: O PROJETO DE DEUS PARA O SEXO

PRÓXIMO: TENTAÇÃO →



Desde 1951, a Cru auxilia pessoas que lutam para integrar a fé à vida cotidiana, oferecendo medidas práticas e apoio comunitário. Como resultado, inúmeras pessoas em mais de 190 países foram capacitadas a passar da crença passiva para a fé ativa.

SOBRE NÓS