



CONSEJOS PARA DEJAR LA PORNOGRAFIA

Primero:

Evita todo tipo de programas de televisión, revistas, periódicos, fotos u otra clase de objeto que te pueda llevar a pensar en la pornografía. Si estás viendo un programa de televisión y ahí están saliendo imágenes que luego te provocarán el deseo de ir a ver pornografía, entonces apaga la televisión, si es una revista en la que presenta a mujeres en poses provocativas, evítalas, puesto que tienes que reconocer que eres débil ante esto y eso te provocará caer en la pornografía. Para ser libre se necesita disciplina, esa que tendrás que cumplir aunque te cueste. La idea de evitar esto es que no alimentes tu vista, para que luego tus pensamientos no den rienda suelta

Segundo:

Evita todo tipo de caricias fuera de lugar con tu novio o novia, hay muchos jóvenes que después de estar con besos acalorados con su novia o después de estar en CARICIAS fuera de lugar llegan a sus casas a ver pornografía, esto debido a que sus instintos sexuales se han alborotado y están sensibles a seguir satisfaciéndose. Si quieres vivir una vida que te haga mejor persona, evita las caricias fuera de lugar en el noviazgo. Somos de carne y hueso, y es bien fácil caer!

Por esa razón evita todo beso que te lleve a la excitación, evita caricias en partes de tu cuerpo que te pueden llevar a tener pensamientos relacionados con el sexo y luego te lleven a caer en la pornografía o la masturbación. ¿Quieres salir de esto?, Entonces sé disciplinado en seguir estos consejos

Tercero:

Coloca el televisor y tu computadora, laptop, teléfono, etc. en un lugar en donde todos en tu casa puedan ver lo que estás viendo. Aunque no te guste la idea de que los demás vean lo que estás haciendo, debes de saber que esta es una clave muy buena para dejar la pornografía, puesto que entre más en intimidad estés, más fácil será que caigas nuevamente. Si tu computadora está en tu cuarto y solo tú tienes acceso a ella y estás atado a este mal, te recomiendo que por tu bien, saques esa computadora de ahí y la pongas en la sala de tu casa o en un lugar en donde las personas podrán ver lo que tú ves en cualquier momento. Si tú no tienes nada que ocultar entonces SACLA la computadora de ese lugar

Cuarto:

Busca ayuda espiritual. Si eres católico, busca un sacerdote para platicar con él y confesarte

Quinto:

Apóyate en un buen amigo que sepa que estás pasando por este problema y que te anime a mantenerte en tu lucha

Sexto:

Si después de todo esto, sientes que no puedes salir adelante, habla con tus papás y pide ayuda. Tal vez sea bueno acudir con un experto o especialista

Recuerda...

LA FUERZA DE VOLUNTAD ES LA QUE TE AYUDA
A VENCER TODAS TUS ADICCIONES

HAZ TU COMPROMISO CON

