

DAVID HOUSTIN

CHRÉTIEN *et*
LIBRE
de
la PORN
GRAPHIE

**CHRÉTIEN ET LIBRE
DE LA PORNOGRAPHIE**
**Vaincre l'impudicité,
chasser les pensées impures**

2020, David Houstin
<https://heritier.xyz>

ISBN édition imprimée : 978-2-9565218-0-8
ISBN format ePub : 978-2-9565218-1-5
ISBN format Mobi : 978-2-9565218-2-2

Couverture : Nicolas Ciarapica
Relecture : Marie-Christine Bach, Christian Pelletier

Sauf mention contraire, les passages bibliques cités dans cet ouvrage sont tirés de la version Louis Segond 1910. La version Segond 21 est indiquée par la mention « (S21) », la Bible du Semeur par « (BDS) », et la version Ostervald par « (OST) ».

Cet ouvrage est libre de droits. S'il vous a parlé, vous êtes encouragé à le reproduire et à le distribuer par tous moyens et sous tous les formats, sans pour autant le modifier ni vous en attribuer le crédit.

Table des matières

PRÉFACE.....	9
DÉDICACE.....	15
INTRODUCTION.....	17
La Bonne Nouvelle.....	18
Le Royaume de Dieu.....	20
Mon combat.....	23
EN MARCHÉ VERS LA VICTOIRE.....	27
Désirer s'en sortir.....	28
L'amour <i>agapé</i>	29
La motivation.....	32
LES ARMES DU MONDE.....	35
Les filtres parentaux.....	37
La redevabilité.....	39
Les occupations.....	41
Les 21 jours de cure.....	43
Conclusion sur ces méthodes.....	45
LES ARMES DE DIEU.....	47
La repentance.....	50
Le pardon.....	61
Nourrir l'Homme spirituel.....	67

Le bon combat de la foi.....	70
L'épée de la Parole	76
CONCLUSION	89
ANNEXES	93
Le porno déforme la vision que les gens ont sur eux-mêmes.....	94
Pornographie : 12 raisons de ne pas regarder	96
Une seule chair	100
Mon témoignage (audio).....	102
À PROPOS DE L'AUTEUR	103

« Je viens bientôt. Retiens ce que tu as, afin que personne ne prenne ta couronne. Celui qui vaincra, je ferai de lui une colonne dans le temple de mon Dieu, et il n'en sortira plus ; j'écrirai sur lui le nom de mon Dieu, et le nom de la ville de mon Dieu, de la nouvelle Jérusalem qui descend du Ciel d'auprès de mon Dieu, et mon nom nouveau. Que celui qui a des oreilles entende ce que l'Esprit dit aux Églises ! »

APOCALYPSE 3.11-13

PRÉFACE

C'est avec joie que j'aimerais vous inviter à lire cet ouvrage béni écrit par le frère David Houstin. Si vous luttez contre un péché secret, si vous souhaitez découvrir le chemin de la véritable pureté sexuelle, ce livre a été conçu pour vous !

Le frère David a longtemps et beaucoup souffert, dominé par la puissance dévastatrice du péché. Heureusement, il a reçu LA révélation de toutes les révélations, celle de l'œuvre de la croix tout accomplie. Au-delà d'une théologie intellectuelle, il a compris que la victoire quotidienne sur le péché était non seulement possible mais aussi une réalité à savourer !

Tant de croyants vivent dans la honte et dans une lutte perpétuelle contre le péché, ne sachant pas comment expérimenter leur victoire tant désirée. Si vous avez vous-même prié, jeûné et supplié Dieu, lui demandant de vous libérer des griffes de satan, vous découvrirez que vous n'avez pas à attendre une seconde de plus avant de recevoir votre délivrance ! Non, en lisant ce texte inspirant, vous verrez que la victoire est accessible pour vous, et ce, depuis 2000 ans !

Que le Saint-Esprit vous éclaire tout au long de votre lecture. Qu'Il illumine les yeux de votre cœur afin que vous puissiez vivre dans la sainteté et

expérimenter la vie chrétienne épanouie en Jésus Christ.

Soyez richement béni !

Rév. Joël SPINKS

Fondateur de l'Église de la Victoire (Canada)

Auteur du livre « Le disciple victorieux »

Beaucoup d'hommes, de femmes, des ados et de plus en plus jeunes sont enfermés dans des prisons. L'une d'entre elles porte le nom de « PORNOGRAPHIE ». La pornographie, un mot qui même prononcé provoque la honte voire le dégoût... Véritable poison qui annihile ses consommateurs et qui a vu depuis l'arrivée d'internet au début des années 2000, ses prisons se remplir de plus en plus d'esclaves. Il est temps d'agir pour délivrer les prisonniers ! Cependant se libérer de la pornographie n'est pas chose facile car les rechutes sont fréquentes. Oser en parler est déjà une grande victoire.

*« Ils leur parlent de liberté alors qu'ils sont esclaves
d'habitudes qui les entraînent à la destruction — car on est
esclave de ce qui nous tient enchaîné. »*

2 PIERRE 2.19 (BFC)

Le mot traduit ici par le verbe « enchaîner » peut aussi vouloir dire : « être rabaissé, être rendu inférieur, être vaincu par, être conquis par un plus fort que soi. » Telle est la condition de ceux qui sont enchaînés par cette servitude.

Lutter contre la pornographie, c'est libérer les hommes d'une part et les aider ensuite à devenir maîtres d'eux-mêmes, puis les accompagner et les conseiller pour ne plus qu'ils se laissent attirer par toutes les attractions et pièges qui sont à leur portée. C'est aussi préserver l'amour et la sainteté au niveau

conjugal, et limiter les causes de divorce qui font rage.

Lutter contre la pornographie, c'est également réhabiliter l'image de la femme au niveau de ce qu'elle est véritablement dans l'ordre de la Création. Créée après Adam, elle est la fleur de la création, le couronnement de l'œuvre de Dieu ; et ça, le diable l'a bien compris. Dieu a fait une magnifique promesse à la femme, celle d'écraser la tête du serpent ! C'est pour cela qu'il s'en prend particulièrement à elle, à son image. Il veut la réduire au silence, qu'elle se taise, que sa beauté soit utilisée pour rendre esclave les hommes. La pornographie est le mépris par excellence de la femme, et l'homme en est souvent son esclave. Il croit être le chef mais il est asservi par ce péché.

À travers ces pages, David nous livre son cœur et nous partage les clés qui lui ont permis de saisir la délivrance et d'être libre, enfin libre. Ce livre n'est pas de la théorie mais c'est du vécu, celui d'un homme qui a pu passer du stade de pornodépendant à celui d'homme libre, repentant, pardonné, responsable et soucieux à présent d'aider ceux qui sont dans une situation semblable à celle dans laquelle il était.

Écrit dans un style accessible à tous, ce livre sera très certainement source d'encouragement et permettra, avec l'aide du Saint-Esprit, d'amener des

captifs à la délivrance. Puisse la lecture de cet ouvrage vous permettre de saisir la liberté qui est en Jésus-Christ.

*« Pour faire sortir de prison le captif,
et de leur cachot les habitants des ténèbres. »*

ÉSAÏE 42.7 (BFC)

Alexandre NANOT

Rédacteur web - www.bibliorama.org

DÉDICACE

Si aujourd'hui je suis un homme fort en Christ et que j'ai pu écrire ce livre, c'est particulièrement grâce à quelques merveilleuses personnes auxquelles je dédicace ce livre.

À mon épouse. Femme vertueuse qui a su rester fidèle, aimante et patiente envers moi depuis le jour de notre union et jusqu'à aujourd'hui : Je t'aime !
Merci pour ces quinze premières années de bonheur.

À Astrid. Merci de ta confiance, d'avoir été une amie et par-dessus tout, une inspiration.

Au pasteur Joël Spinks. Le Seigneur t'a utilisé via tes enseignements sur le « Disciple victorieux » afin de me relever, me fortifier au moment où j'avais vraiment touché le fond.

À mes parents, mes sœurs, mon frère. Même si je n'ai pas beaucoup l'occasion de vous le dire : je vous aime !

Enfin, et au-dessus de tout et de tous, à Dieu, mon tout, mon Roi, mon rocher, ma forteresse, mon guide, mon ami, mon confident, mon consolateur et mon enseignant.

INTRODUCTION

LA BONNE NOUVELLE

« L'Esprit du Seigneur est sur moi, parce qu'il m'a oint pour annoncer une bonne nouvelle aux pauvres ; il m'a envoyé pour guérir ceux qui ont le cœur brisé, pour PROCLAMER AUX CAPTIFS LA DÉLIVRANCE, et aux aveugles le recouvrement de la vue, pour renvoyer libres les opprimés, pour publier une année de grâce du Seigneur. »

LUC 4.18-19

Je veux commencer ce livre par une bonne nouvelle : celle que nous apporte l'Évangile. Lorsqu'on parle du ministère de Jésus, d'aucuns limitent sa venue sur Terre au Salut de l'humanité, pour l'arracher aux souffrances éternelles mais oublient qu'à la croix, Christ a accompli bien plus que cela ! En fait, il a TOUT ACCOMPLI ! (Cf. Jean 19.3). Le « tout accompli » de notre Seigneur c'est le « plein Évangile » qui implique le Salut mais également la guérison du corps et de l'âme, et surtout la délivrance. Et c'est ce qui retiendra particulièrement notre attention dans le présent ouvrage.

La Parole de Dieu est la vérité et elle nous assure que Jésus Christ, le Dieu éternel lui-même, a offert sa vie sur le bois pour nous rendre libres, et cela sans distinction de la nature de ce qui nous rendait prisonniers ou esclaves. L'Éternel est le

même hier, aujourd'hui et demain ; il n'a pas changé et son désir, sa grâce, ainsi que sa puissance sont toujours les mêmes et toujours disponibles pour chacun d'entre nous aujourd'hui.

Peut-être que cette vérité vous échappe face à la réalité de votre situation, vis-à-vis de votre dépendance à la pornographie, à la masturbation, à l'adultère, à la fornication et à tout autre genre d'impudicité, mais j'ai la conviction qu'à la lecture de ce livre, vous recevrez des révélations. Ainsi, *vous connaîtrez la vérité, et la vérité vous affranchira* (cf. Jean 8.32). Enfin, votre réalité s'alignera sur la vérité de la Parole, sur la vérité du Ciel, comme ce fut le cas pour moi et pour de nombreux autres croyants !

LE ROYAUME DE DIEU

« Ne savez-vous pas que les injustes n’hériteront pas du royaume de Dieu ? Ne vous y trompez pas : ni ceux qui vivent dans l’immoralité sexuelle, ni les idolâtres, ni les adultères, ni les travestis, ni les homosexuels, ni les voleurs, ni les hommes toujours désireux de posséder plus, ni les ivrognes, ni les calomniateurs, ni les exploitateurs n’hériteront du royaume de Dieu. »

1 CORINTHIENS 6.9-10 (S21)

Si nous avons vu plus tôt qu’il existe une bonne nouvelle, il y a cependant dans ce verset de la première épître aux Corinthiens un avertissement sérieux que nous pouvons mettre en parallèle avec d’autres passages bibliques comme le suivant :

« Adultères que vous êtes ! Ne savez-vous pas que l’amour du monde est inimitié contre Dieu ? Celui donc qui veut être ami du monde se rend ennemi de Dieu. »

JACQUES 4.4

Ce que nous disent ces versets est limpide : quiconque aime et pratique le mal n’est pas de Dieu ni de son Royaume. Celui qui se vautre volontairement dans les plaisirs charnels n’hériterait donc pas du Royaume de Dieu dans l’éternité. Il est au contraire condamné à vivre à perpétuité loin du Père, là où *il y*

aura des pleurs et des grincements de dents (cf. Luc 13.23-28).

Cependant, j'ai une autre bonne nouvelle à vous annoncer. Cette condamnation éternelle n'est pas pour tous les pornodépendants, elle n'est pas pour tous ceux qui sont encore physiquement et mentalement esclaves du péché. Non ! Elle concerne ceux qui AIMENT leur péché, ceux qui ont abandonné le combat par compromis, par dépit, par facilité ou pour toute autre raison. *A contrario*, cette malédiction ne concerne nullement ceux qui pêchent encore mais qui ont en horreur leur péché et qui sont en lutte pour enfin remporter la victoire, en marche sur le chemin de la sanctification.

« Ne savez-vous pas que les injustes n'hériteront pas du Royaume de Dieu ? [...] Et c'est là ce que vous étiez, certains d'entre vous. Mais vous avez été lavés, mais vous avez été déclarés saints, mais vous avez été déclarés justes au nom du Seigneur Jésus-Christ et par l'Esprit de notre Dieu. »

1 CORINTHIENS 6.9-11 (S21)

Il est vrai que Christ a déjà vaincu la mort et le péché, et il a entamé une transformation de notre nature lorsque nous l'avons reconnu comme Seigneur et Sauveur de notre vie. Depuis lors, nous sommes rendus justes, purifiés et déclarés saints par le sacrifice de Jésus. Mais il ne faut pas que cela soit

pour nous l'occasion de nous laisser aller, de nous abandonner au péché. Non, car il n'existe pas d'hypergrâce qui ferait que nous resterions héritiers du Royaume des Cieux tout en pratiquant volontairement des œuvres appartenant au Royaume des ténèbres. Si nous avons reçu des armes spirituelles, c'est pour lutter. À quoi bon avoir accès au bouclier de la foi ou à l'épée de l'Esprit s'il n'y a pas de combat à mener ? Le Seigneur nous aurait-il fourni ces armes vainement ? Croyez-le bien : ce n'est évidemment pas le cas. Les armes spirituelles sont nécessaires pour combattre puis vaincre. Christ a remporté la victoire, c'est la vérité, mais ce postulat a besoin d'être transposé dans notre réalité. Et pour cela, nous ne pouvons rester inactifs et complaisants face à tout ce qui s'oppose à ce que Dieu soit glorifié dans notre vie ! Nous verrons donc tout au long de cet ouvrage comment utiliser ces armes à la fois puissantes et suffisantes.

MON COMBAT

Nous avons tous une histoire différente face à la pornodépendance. La mienne remonte à ma plus tendre enfance, à l'école élémentaire plus exactement, alors que je me faisais régulièrement abuser sexuellement par un instituteur. Je me suis très vite fait séduire par la masturbation à laquelle je suis devenu accro, pour ensuite me tourner vers la pornographie mais aussi me noyer dans toutes sortes de dérives sexuelles. Aujourd'hui, trente ans après le début de ces dépendances, je suis libre. J'ai eu quelques hauts mais surtout de nombreux bas. Longtemps j'ai abandonné le combat, me laissant séduire et m'abandonnant dans la boue du péché. Les fois où j'essayais de lutter, que ce soit par la foi ou la prière, je retombais inexorablement dans les mêmes tentations et les mêmes travers. Pour m'en sortir j'en ai parlé à des « Hommes de Dieu » qui ont prié pour une délivrance, pris autorité contre d'éventuels démons, mais ce fut toujours la déconfiture. J'ai également partagé mes luttes avec plusieurs amis pour finalement découvrir qu'ils ne me seraient d'aucune aide puisqu'ils luttaienent eux-mêmes avec l'impudicité. La triste réalité c'est qu'ils sont nombreux les chrétiens et chrétiennes à essayer de trouver une solution pour s'en sortir, mais souvent en vain ; nous verrons pourquoi dans la suite de ce livre inspiré du Saint-Esprit. Par ailleurs, je ne développerai pas précisément le sujet de mes

luttés afin de ne pas être une pierre d'achoppement, une occasion de chute pour quelqu'un. Cependant, je vous partagerai les clés qui ont été déterminantes dans ce combat qui fut le mien durant trois décennies. Votre victoire, votre percée dans ce combat est imminente ! Je suis convaincu que les jours et les mois après avoir assimilé les vérités livrées dans cet ouvrage pratique, vous constaterez enfin la puissance de la croix agir avec une grande efficacité dans votre vie !

« *Si donc [Christ] vous libère, vous serez réellement libres.* »
JEAN 8.36

EN MARCHÉ VERS LA VICTOIRE

DÉSIRER S'EN SORTIR

« C'est l'heure de vous réveiller enfin du sommeil, car maintenant le Salut est plus près de nous que lorsque nous avons cru. La nuit est avancée, le jour approche. Dépouillons-nous donc des œuvres des ténèbres, et revêtons les armes de la lumière. Marchons honnêtement, comme en plein jour, loin des excès et de l'ivrognerie, de la luxure et de l'impudicité, des querelles et des jalousies. Mais revêtez-vous du Seigneur Jésus-Christ, et n'ayez pas soin de la chair pour en satisfaire les convoitises. »

ROMAINS 13.11-14

La première étape pour remporter la victoire contre une dépendance, c'est le désir de s'en sortir. Il est complètement inutile d'essayer d'extirper de la boue celui qui aime s'y vautrer !

Si vous êtes de ceux qui désirent véritablement abandonner leurs péchés, de ceux qui aspirent à sortir de ce trou si profond qu'il peut paraître presque impossible de s'en échapper, alors vous êtes sur la bonne voie ! C'est le premier pas vers la délivrance. Quelques personnes vous dénigreront tout de même, affirmant que si vous êtes encore dans le péché, c'est que vous n'avez pas vraiment la volonté d'abandonner cette ou ces dépendances, mais ne vous laissez pas abattre par ce genre de déclaration qui est rarement imprégné de l'amour divin...

L'AMOUR AGAPÉ

L'amour justement, c'est ce qui doit avant tout motiver votre désir d'être libre de la pornographie et de toute forme d'impudicité. Que ce soit l'amour envers Dieu, envers votre famille ou envers l'humanité en général, cet amour est une force de motivation, bien plus même, une puissance qui a la capacité de vous guider vers la pleine liberté !

« Ne devez rien à personne, si ce n'est de vous aimer les uns les autres ; car celui qui aime les autres a accompli la loi. En effet, les commandements : 'Tu ne commettras point d'adultère, tu ne tueras point, tu ne déroberas point, tu ne convoiteras point,' et ceux qu'il peut encore y avoir, se résument dans cette parole : 'Tu aimeras ton prochain comme toi-même.' L'amour ne fait point de mal au prochain : l'amour est donc l'accomplissement de la loi. »

ROMAINS 13.8-10

Ce passage des Écritures nous garantit que si nous avons l'amour de Dieu en nous, alors nous ne pécherions pas. En effet, si le véritable amour *agapé* s'exprimait au travers de notre être, comment pourrait faire du mal à notre prochain, à notre famille et même à nous-mêmes ? Si j'aimais vraiment ma compagne ou mon compagnon de l'amour de Dieu, alors comment pourrais-je la ou le tromper, ne serait-ce dans mes pensées ? Ou encore, comment pourrais-je profiter de la faiblesse d'un être humain

pour l'exploiter d'une façon ou d'une autre (sexuellement par exemple) ?

La vérité, c'est que l'amour nous fait souvent cruellement défaut. Si vous vous reconnaissez dans cette dernière déclaration, je vous invite à faire dès à présent cette prière avec moi :



« Père, je reconnais que je manque d'amour, cet amour surnaturel qui vient de toi, ce fruit manifeste de ton Esprit qui vit en moi. Change mon cœur, remplis-moi de ton amour afin que je puisse aimer chaque homme et chaque femme comme toi tu les aimes, que je puisse les voir comme toi tu les vois.

Amen ! »

Oui, je prie qu'il en soit ainsi pour vous : que vous voyiez chaque être humain comme une merveilleuse créature enfantée par Dieu. Le manque d'amour *agapé* nous empêche en effet de considérer les femmes et les hommes comme créés parfaitement à l'image de Dieu lui-même. Lorsque nous consommons de la pornographie par exemple, les personnes que nous regardons puis convoitons sont alors réduites à de simples produits de consommation, à de la « chair fraîche », pis, à de simples objets. Nous-mêmes pouvons alors nous comporter comme de vulgaires animaux lorsque

nous nous abandonnons à certaines pratiques impures ; c'est là le travail de Satan qui aime humilier l'œuvre parfaite du Créateur. Dans le cœur de Dieu, l'être humain n'est pas destiné à être un simple mammifère semblable à tous les animaux de la création ; il n'est pas appelé à se comporter à l'image du règne animal dont les principales préoccupations sont centrées sur lui-même, sur sa survie, sur la recherche de nourriture et le besoin de s'accoupler. L'Homme n'a pas été pensé et conçu pour être cantonné à la recherche de plaisir et à la satisfaction par le boire et le manger, le repos, l'accumulation de biens ou les satisfactions sexuelles. Non ! L'Homme a été créé au-dessus de ces choses, car il a également été fait semblable à Dieu, et par ce fait il est appelé à régner sur toute la création. C'est de cet héritage que Satan veut nous destituer, lui qui a essayé un jour de prendre la place du Roi et qui ne supporte pas que l'Homme puisse régner un jour sur toute la Création alors que lui est condamné pour l'éternité. Lui, le déchu, cherche à entraîner un maximum d'âmes dans sa chute, en déformant notamment notre vision sur les êtres humains.

LA MOTIVATION

« Maintenant donc ces trois choses restent : la foi, l'espérance, l'amour ; mais la plus grande des trois, c'est l'amour. »

1 CORINTHIENS 13.13

Comme nous l'avons vu, la principale motivation pour se sortir de la pornodépendance devrait donc être l'amour. Non pas l'amour du monde ou dit autrement, l'amour du péché, qui prive l'Homme de l'héritage du Royaume de Dieu, mais l'amour pour les autres et pour le Seigneur. Cet amour s'oppose notamment à toute forme d'égoïsme qui consisterait à désirer la liberté non pas pour plaire à notre Créateur mais par crainte d'être découvert, que notre péché soit dévoilé et que notre réputation, notre famille ou notre ministère soit réduit à néant. Non, cette dernière motivation n'est pas humble, elle n'est pas digne de Dieu et de son Royaume. C'est au contraire l'humilité qui y prévaut (cf. Luc 14.11). J'invite donc celui qui se reconnaît une telle motivation, à considérer son manque d'humilité et d'amour, puis à prier une prière semblable à celle que je vous ai proposée, si ce n'est pas encore fait.

Une autre source de motivation est la suivante : notre marche dans la sanctification nous qualifie pour être utile au service du Maître dans sa moisson.

« Dans une grande maison, il n'y a pas seulement des vases d'or et d'argent, mais il y en a aussi de bois et de terre ; les uns sont des vases d'honneur, et les autres sont d'un usage vil. Si donc quelqu'un se conserve pur, en s'abstenant de ces choses, il sera un vase d'honneur, sanctifié, utile à son maître, propre à toute bonne œuvre. »

2 TIMOTHÉE 2.20-21

Si donc votre désir est de servir Dieu, d'amener des âmes à lui, de faire des disciples, d'être utilisé pour rendre plus forte l'Église universelle, vous devez devenir un « vase d'honneur » en fuyant les choses impures que ce monde offre !

Par ailleurs, même si elle ne doit pas prendre la place de l'amour *agapé*, la crainte de l'Éternel et l'appréhension d'une damnation éternelle peuvent aussi être un déclic pour certains. Ne négligeons pas en effet les nombreux avertissements de la Parole qui nous invitent à résister à l'impudicité.

« À celui qui a soif je donnerai de la source de l'eau de la vie, gratuitement. Celui qui vaincra héritera ces choses ; je serai son Dieu, et il sera mon fils. Mais pour les lâches, les incrédules, les abominables, les meurtriers, les impudiques, les enchanteurs, les idolâtres, et tous les menteurs, leur part sera dans l'étang ardent de feu et de soufre, ce qui est la seconde mort. »

APOCALYPSE 21.6-8

LES ARMES DU MONDE

Avant de vous répertorier les armes spirituelles efficaces pour combattre et vaincre la pornodépendance, je vous propose de nous intéresser à quelques méthodes utilisées par « le monde » (le milieu séculier) et qui peuvent être bénéfiques. Pas toujours imparables selon la profondeur de dépendance et le caractère des personnes, elles peuvent tout de même servir de protection, telle une barrière que l'on placerait au bord d'une falaise pour éviter la chute. Mais vous l'aurez compris, si une barrière évite les dégringolades inopinées, rien ne l'empêche d'être contournée intentionnellement, en particulier si cela a été prémédité. C'est le cas des armes utilisées par le monde : elles peuvent être efficaces mais celui qui se laisse bercer par la voie de la tentation, passera outre sans trop de difficulté.

Les outils listés par la suite auront le mérite d'aider quiconque en a besoin, non pas à résister mais plutôt à fuir l'impudicité, comme nous y invite souvent la Parole (cf. 1 Corinthiens 6.18 ; 1 Pierre 2.11).

LES FILTRES PARENTAUX

« *Fuyez l'impudicité.* »

1 CORINTHIENS 6.18

Il existe des filtres à installer sous forme d'application sur des smartphones, des tablettes ou encore des ordinateurs, qui peuvent être sacrément efficaces pour bloquer l'accès à des ressources sensibles comme les sites pornographiques. Les plus efficaces nécessitent un abonnement mensuel ou annuel payant, mais l'investissement pourra être salubre pour certains.

Pour exemple, et sans vouloir faire de publicité, je ne saurais que vous conseiller le très bon *Qustodio*¹.

Cependant, pour être véritablement efficaces, ces outils nécessitent l'intervention d'une personne tierce qui aura au minimum la charge d'entrer un mot de passe connu d'elle seule, ce qui évitera toute désinstallation intentionnelle par le pornodépendant par exemple.

Enfin, l'installation d'un filtre parental me semble indispensable sur tous les appareils d'une famille accueillant des enfants. L'exposition à la pornographie aura assurément des effets bien plus dévastateurs sur les jeunes esprits que chez des

¹ Qustodio, <https://www.qustodio.com>

personnes plus matures, capables d'analyser ce qu'elles voient. En retardant ou du moins en limitant ce contact avec la pornographie, les enfants grandissent plus sainement et ont moins de risque de devenir dépendants.

LA REDEVABILITÉ

« Confessez donc vos péchés les uns aux autres, et priez les uns pour les autres, afin que vous soyez guéris. »

JACQUES 5.16

La redevabilité est un outil de lutte contre la dépendance bien connu et particulièrement utilisé non seulement dans le milieu séculier mais aussi chez certaines communautés chrétiennes qui vont jusqu'à affirmer que la pratique est biblique, s'appuyant sur le passage de Jacques 5.16. Or, telle qu'elle est enseignée, la redevabilité va bien plus loin. Il s'agit de trouver dans votre entourage une personne de confiance qui saura notamment écouter et encaisser toutes vos confessions et qui aura une certaine autorité sur vous, lui donnant la possibilité à tout moment de la journée et même de la nuit, de vous appeler voire de vous rendre visite afin de vérifier que vous ne vous abandonnez pas à un quelconque péché sexuel.

Pour ma part, si j'avais voulu expérimenter la méthode, j'aurais difficilement passé la première étape : trouver un frère en Christ en qui j'ai entièrement confiance et qui n'a surtout pas de problème avec la pornographie ou qui ne lutte pas avec au moins un péché sexuel. Très souvent, alors que je me décidais à confier mes fautes, je découvrais que mon interlocuteur chrétien, en qui je ne

soupçonnais pas le moindre problème de cet ordre, était également en lutte avec l'impudicité...

Mais au-delà de cette difficulté à trouver le confident parfait (ou la confidente parfaite pour les sœurs), je discerne dans cette forme de redevabilité au moins deux dangers. Le premier c'est que le pécheur peut devenir une occasion de chute pour l'oreille qui veut bien l'écouter. La description des nombreux déboires souvent accompagnés de détails sordides pourrait en effet exciter les sens de l'auditeur peu expérimenté. Le deuxième danger que je perçois, c'est que l'interlocuteur pourrait, à la connaissance de nombreux péchés « inavouables », tomber dans le piège de la manipulation voire du chantage. Il n'est pas bon selon moi que quelqu'un, autre que notre Seigneur, ait autant de pouvoir sur nous. Oui, s'il y a bien quelqu'un envers qui nous devons être redevables, c'est bien le Seigneur Jésus qui connaît d'ailleurs le moindre de nos actes et la moindre de nos pensées !

Malgré ma réticence concernant l'utilisation de cette arme, ma position n'est pas totalement radicale. Si le Seigneur vous parle (et uniquement si cela vient vraiment de lui), vous indique une personne auprès de laquelle vous confesser régulièrement, alors c'est dans votre intérêt de l'écouter.

LES OCCUPATIONS

« *Tout ce que ta main trouve à faire avec ta force, fais-le.* »

ECCLÉSIASTE 9.10

Il faut le reconnaître, si le pornodépendant n'avait que peu de temps à « tuer », alors sa dépendance n'aurait certainement plus autant de pouvoir sur lui. Ainsi, il est souvent recommandé à celui qui souhaite s'en sortir, de s'entourer d'un maximum de personnes tout au long de la journée, et de ne pas être isolé trop longtemps tout en ayant un accès aux écrans (ordinateurs, smartphones, etc.) qui constituent la principale source de consultation pour la pornographie.

Avoir du temps est une bénédiction et non une malédiction contrairement à ce que d'aucuns pourraient penser après avoir chuté une énième fois à cause du « trop-plein » de temps libre. Plutôt que de consacrer ce dernier au royaume des ténèbres, pourquoi ne pas l'investir dans le Royaume de Dieu et s'amasser *des trésors dans le ciel, où la teigne et la rouille ne détruisent point, et où les voleurs ne percent ni ne dérobent* (cf. Matthieu 6.20) ? On peut par exemple engager notre temps en servant bénévolement dans son église locale et toute autre association chrétienne ou caritative. On peut participer à un club de lecture de la Parole de Dieu ou même en créer un. On peut également aider un ami, visiter des malades, donner de quoi se nourrir et se vêtir aux nécessiteux...

Bref aimer son prochain et s'en faire le serviteur, à l'image de Jésus qui s'est fait lui-même le serviteur de tous (cf. 1 Corinthiens 9.19).

LES 21 JOURS DE CURE

« Ce que Dieu veut, c'est votre sanctification ; c'est que vous vous absteniez de l'impudicité ; c'est que chacun de vous sache posséder son corps dans la sainteté et l'honnêteté, sans vous livrer à une convoitise passionnée, comme font les païens qui ne connaissent pas Dieu. »

1 THESSALONICIENS 4.3-5

Selon une théorie du chirurgien américain Maxwell Maltz datant de 1960, il suffirait de 21 jours pour briser une mauvaise habitude. Dans les faits, selon des scientifiques qui se sont intéressés à la question, il faudrait plutôt deux mois en moyenne pour désapprendre des pratiques dont les plus malsaines, selon l'*Agence Science-Press*².

Dans cette optique et en supposant que la pornographie soit simplement une mauvaise habitude, on pourrait tout mettre en place pour faire en sorte de n'avoir aucun contact avec la moindre image ou vidéo pendant une soixantaine de jours, afin d'en être libre. Pour avoir essayé cette méthode sur seulement trois semaines, il me semble qu'un changement s'opère effectivement dans le cerveau et qui fait que moins on consomme, moins on en a besoin. Cependant, à moins d'être dans un monastère et isolé de tout et de tous, il est presque impossible

² <https://www.sciencepresse.qc.ca/actualite/detecteur-rumeurs/2017/01/25/21-jours-pour-changer-habitude-faux>

de ne pas être exposé à un déclencheur qui engendrera une tentation et éventuellement la chute. En outre, il est tout à fait possible de pécher par la pensée, en s'abandonnant notamment à des méditations érotiques tout en pratiquant éventuellement la masturbation, ce qu'on pourrait appeler de la « pornographie cérébrale ».

Si donc je mentionne cette thèse de sevrage mental, c'est que je sais qu'il est tout de même motivant d'avoir l'occasion de se dire quelque chose comme : « J'ai tenu X jours et je peux tenir plus ! »

CONCLUSION SUR CES MÉTHODES

On peut trouver dans les pratiques du monde séculier des aides et des solutions, mais il s'avère qu'elles sont souvent difficilement applicables et ordinairement temporaires quant à leur efficacité.

Pour ma part je crois que le Seigneur nous a donné des armes bien plus efficaces au travers de son sacrifice, de sa Parole et du Saint-Esprit. Les Écritures affirment que si Jésus nous libère, alors nous serons réellement libres (cf. Jean 8.36). Cela signifie que vous pourrez être exposé à toutes sortes de tentations et avoir la force d'y résister, conformément à ce qui est écrit :

« Or Dieu est digne de confiance : il ne permettra pas que vous soyez mis à l'épreuve au-delà de vos forces ; avec l'épreuve il ménagera aussi une issue, pour que vous puissiez la supporter. »

1 CORINTHIENS 10.13

C'est ce que j'ai découvert et vécu, et c'est ce que je vous partage dans le prochain chapitre.

« [Dieu] Lui-même, d'ailleurs, vous rendra forts jusqu'à la fin, pour que vous soyez irréprochables au jour de notre Seigneur Jésus-Christ. Car Dieu, qui vous a appelés à vivre en communion avec son Fils, notre Seigneur Jésus-Christ, est fidèle. »

1 CORINTHIENS 1.8-9

LES ARMES DE DIEU

Pour introduire ce nouveau chapitre, laissez-moi le répéter si vous en aviez encore le moindre doute : les armes que Dieu nous a données sont bien plus puissantes et efficaces que celles que le monde peut nous offrir ! Avec l'aide de ce livre et surtout grâce à la révélation du Saint-Esprit, *vous connaîtrez la vérité, et la vérité vous rendra libres. Car toute personne qui commet le péché est esclave du péché*, et n'est donc pas libre (cf. Jean 8.32-34).

Et puisque *nous n'avons pas à lutter contre la chair et le sang*, ce sont bien ces armes qu'il nous faut utiliser pour *résister dans le mauvais jour, et tenir ferme après avoir tout surmonté* (cf. Éphésiens 6.11-17). Moi-même j'ai expérimenté leur efficacité pour vivre la vraie liberté dans mes pensées et dans mon âme, cette liberté que le Seigneur Jésus Christ nous a acquise à un très grand prix : celui de sa vie. Ainsi, je vous les partage afin que vous puissiez vivre une expérience semblable à la mienne !

Si donc il n'y avait qu'une partie à retenir de ce livre, ce serait bien celle-ci. Dès lors, je vous invite à être particulièrement attentif, et à laisser l'Esprit de Dieu parler à votre cœur ! Cela demande cependant que vous soyez né de nouveau ou dit autrement que vous ayez accepté Christ comme Sauveur et Seigneur de votre vie. Si ce n'est pas encore votre cas, je vous invite à le faire en suivant le parcours interactif proposé sur le site Web *ConnaitreDieu.com* ou encore

en consultant l'annexe « Qui est Jésus ? » de mon livre « 172 jours pour hériter du Royaume des Cieux ».

LA REPENTANCE

« *Repentez-vous, car le Royaume des Cieux est proche.* »

MATTHIEU 4.17

C'est en passant par la repentance qu'on accède au Royaume des Cieux. Cet acte qui concerne exclusivement notre relation avec Dieu, n'est pas un sentiment mais une DÉCISION à prendre : celle de faire demi-tour, de changer de direction. Car lorsque nous marchons sur le chemin du péché, nous ne sommes plus sur la voie qui mène à la vie. Ainsi, pour demeurer en marche vers le Royaume céleste, il nous faut parfois examiner notre condition, considérer si nous faisons fausse route, puis si besoin faire demi-tour.

« *Le Seigneur ne tarde pas dans l'accomplissement de la promesse [de sa venue], comme quelques-uns le croient ; mais il use de patience envers vous, ne voulant pas qu'aucun périsse, mais voulant que tous arrivent à la repentance.* »

2 PIERRE 3.9

DEMANDER PARDON AU PÈRE

Se repentir, c'est d'abord prendre la décision de s'humilier, de reconnaître toutes nos fautes à Dieu et lui demander pardon À CHAQUE FOIS (et non pas une fois pour toutes) qu'on se complaît dans les plaisirs du monde. Il serait d'ailleurs naïf de croire que nous pouvons cacher quoi que ce soit à celui qui

est omniscient et omnipotent, qui connaît toutes nos pensées et sait tout de nos actes !

L'exemple du fils prodigue

S'humilier, c'est ce qu'a fait le fils prodigue de la bien connue parabole (cf. Luc 15.11-32). Alors qu'il avait vécu dans la débauche, celui-ci a reconnu sa pauvreté et son déshonneur, puis a pris la décision de retourner vers son père pour lui déclarer :

« Mon père, j'ai péché contre le Ciel et contre toi, je ne suis plus digne d'être appelé ton fils. Traite-moi comme un de tes ouvriers. »

LUC 15.19

L'attitude initiale de la repentance est là : reconnaître son péché au Père. À partir du moment où le fils a fait demi-tour et est revenu vers son père, il est bon de remarquer que ce dernier n'a pas tenu compte de ses nombreuses transgressions, mais l'a au contraire accueilli à bras grands ouverts. Et plutôt que de destituer sa progéniture de ses droits, plutôt que d'en faire un serviteur, il lui a même organisé un grand banquet. De la même façon, le Père céleste accueille ses enfants rebelles qui se repentent. Ceux-ci auront d'ailleurs le privilège de prendre part à un grand festin comme il n'y en a jamais eu auparavant : celui des Noces de l'Agneau !

L'Exemple du roi David

« Tant que je taisais ma faute, je m'épuisais à gémir sans cesse, à longueur de jour. Sur moi, le jour et la nuit, ta main s'appesantissait, ma vigueur m'abandonnait comme l'herbe se dessèche lors des ardeurs de l'été. »

PSAUMES 32.3-4 (BDS)

Suite à son adultère avec Bethsabée et à la mise à mort de l'époux de celle-ci, David pleura sur son péché. Condamné par la Loi qu'il connaissait parfaitement et qui déclarait : « Tu ne tueras point. Tu ne commettras point d'adultère, » le roi fut si affligé d'avoir transgressé les ordres de Dieu, qu'il en tomba malade (cf. Exode 20.13).

Face à la gravité de ses fautes, que pouvait faire David pour ne plus être constamment repris par sa conscience et pouvoir réentendre à nouveau l'Esprit de l'Éternel qui l'avait autrefois puissamment saisi et qui, auparavant, le guidait dans chaque décision importante ? À ce moment de l'histoire, David déplorait d'avoir écouté ses désirs charnels au lieu de l'Esprit de Dieu pouvant l'avertir ainsi : « *Certainement, si tu agis bien, tu relèveras ton visage, et si tu agis mal, le péché se couche à la porte, et ses désirs se portent vers toi : mais toi, domine sur lui* » (Genèse 4.7). Mais tel qu'il est précisé au début du Psaumes 32.3, David a compris que pour se défaire de cette culpabilité, il lui fallait confesser son péché à Dieu :

*« Ô Dieu, fais-moi grâce conformément à ta bonté !
Conformément à ta grande compassion, efface mes
transgressions ! Lave-moi complètement de ma faute et purifie-
moi de mon péché, car je reconnais mes transgressions et mon
péché est constamment devant moi. J'ai péché contre toi, contre
toi seul, j'ai fait ce qui est mal à tes yeux [...] lave-moi, et je
serai plus blanc que la neige [...] Détourne ton regard de mes
péchés, efface toutes mes fautes ! Ô Dieu, crée en moi un cœur
pur, renouvelle en moi un esprit bien disposé ! Ne me rejette
pas loin de toi, ne me retire pas ton Esprit saint ! Rends-moi
la joie de ton Salut, et qu'un esprit de bonne volonté me
soutienne [...] Si tu avais voulu des sacrifices, je t'en aurais
offert, mais tu ne prends pas plaisir aux holocaustes. Les
sacrifices agréables à Dieu, c'est un esprit brisé. Ô Dieu, tu ne
dédaignes pas un cœur brisé et humilié. »*

PSAUME 51 (S21)

De la sorte, cette repentance sincère a aussitôt chassé la dépression du roi qui a à coup sûr ressenti l'approbation de Dieu envers son cœur repentant.

Prière de repentance

Si vous ne vous êtes pas repenti récemment et que vous reconnaissez vos offenses, je vous encourage à vous adresser à Dieu dans une prière semblable à celle du roi David (dans le Psaume précité) ou encore à celle-ci :



« Père, je reconnais que j'ai péché contre toi. J'ai aimé le monde et ses plaisirs. J'ai été égoïste et j'ai manqué d'amour envers toi et envers [ces femmes et ces hommes ³] à qui j'ai fait du mal. Je prends la décision aujourd'hui d'abandonner mon péché et je te demande pardon pour avoir [fait ceci et cela]. Oui, je décide d'abandonner les œuvres des ténèbres pour embrasser ta lumière. Je proclame que ma vie t'appartient complètement. Fais de moi ton serviteur pour ta seule gloire. Je t'offre chaque membre de mon corps afin de servir ton Royaume et non plus celui des ténèbres. Amen ! »

Pour accompagner cette prière, et si le Saint-Esprit vous y pousse, vous pouvez également jeûner dans ces temps de repentance. L'acte peut être en effet une démonstration physique de soumission.

« Maintenant encore, dit l'Éternel, Revenez à moi de tout votre cœur, AVEC DES JEÛNES, avec des pleurs et des lamentations ! Déchirez vos cœurs et non vos vêtements, et revenez à l'Éternel, votre Dieu ; car il est compatissant et miséricordieux, lent à la colère et riche en bonté. »

JOËL 2.12-13

Dieu est *lent à la colère et riche en bonté*. Il ne nous juge pas et, si nous sommes sincères. Il est juste

³ Vous pouvez adapter les contenus entre crochets à votre situation.

et fidèle pour pardonner nos erreurs, et pour nous aider à changer nos pensées et à marcher dans la sainteté.

Non condamné et justifié

« Il n'y a donc maintenant aucune condamnation pour ceux qui sont en Jésus-Christ, qui ne vivent pas conformément à leur nature propre conformément à l'Esprit. »

ROMAINS 8.1 (S21)

En décidant d'abandonner le péché et de laisser Christ régner en nous, nous permettons à son Esprit de nous transformer graduellement. Et là où la grâce a surabondé, c'est que non seulement Dieu nous donne la capacité d'y parvenir, mais en plus, il efface nos péchés les plus honteux à cause du sacrifice de son fils Jésus et de son sang versé.

Et puisque Dieu lui-même oublie nos péchés, il nous faut ne pas laisser une quelconque culpabilité nous submerger. La tristesse pendant un temps, en particulier avant la repentance peut être normale, mais une tristesse qui perdurerait même après l'abandon des péchés à la croix est un sentiment dangereux que je vous invite à chasser (de vive voix, et cela jusqu'à ce qu'il disparaisse), en particulier s'il s'accompagne de pensées suicidaires : « Pensées de tristesse, pensées suicidaires, je vous chasse au nom de Jésus ! »

« La tristesse selon Dieu produit une repentance à Salut dont on ne se repent jamais, tandis que la tristesse du monde produit la mort. »

2 CORINTHIENS 7.10

Soyez-en persuadé : à la croix, Jésus *nous a pardonné toutes nos fautes, il a effacé l'acte rédigé contre nous qui nous condamnait par ses prescriptions, et il l'a annulé en le clouant à la croix* (cf. Colossiens 2.13-14). Si donc dans le monde naturel il peut demeurer des traces ainsi que de dramatiques conséquences de notre péché, spirituellement, il n'en existe plus aucune !

« Autant les Cieux sont élevés au-dessus de la Terre, autant sa bonté est grande pour ceux qui le craignent. Autant l'orient est éloigné de l'occident, autant il éloigne de nous nos transgressions. Comme un père a compassion de ses enfants, L'Éternel a compassion de ceux qui le craignent. »

PSAUMES 103.11-13

Dès lors, si après avoir reconnu nos fautes auprès du Père, de quelconques pensées coupables ou un esprit de culpabilité venaient à nous tourmenter, nous avons la légitimité, l'autorité et même le devoir de les chasser au nom de Jésus. Non, ne laissons pas la culpabilité nous envahir, détruire notre santé, en particulier notre intégrité mentale. Méditons donc les nombreux versets qui déclarent que nous sommes lavés, pardonnés par le sacrifice de Jésus Christ, afin qu'ils soient imprégnés dans notre

cœur et ayons l'assurance que Dieu est en paix avec nous, que son amour demeure à notre rencontre !

Faisons ensemble cette prière :



« Merci Jésus pour ton sacrifice à la croix. Merci parce que ton sang a effacé ma dette. Je suis en paix avec le Père mais aussi avec moi-même ! Oui, puisqu'en toi je suis justifié, Je n'accepte pas la culpabilité. 'Culpabilité' je te chasse au nom de Jésus. Amen ! »

Alors que certaines personnes que vous aimez ne vous pardonneront peut-être jamais, Dieu est ce Père dont il fait référence dans la parabole du fils prodigue ; il vous aime, vous pardonne ABSOLUMENT TOUT et veut vous prendre dans ses bras. Oui, lorsque vous retournez sur le chemin de la sanctification et de l'amour, c'est une véritable fête dans les Cieux :

« Je vous le dis, il y aura plus de joie dans le Ciel pour un seul pécheur qui se repent, que pour quatre-vingt-dix-neuf justes qui n'ont pas besoin de repentance. »

LUC 15.7

Soyez encouragé. Dieu vous relèvera et il restaurera les ruines de ce qui a été détruit si vous demeurez dans la foi. Priez avec persévérance pour

les personnes que vous avez blessées, et aimez-les ; l'Esprit Saint fera son œuvre de consolation et de résurrection !

ABANDONNER LES CHOSES DU MONDE

Nous avons vu que la repentance était avant tout une décision : celle de changer et d'abandonner les œuvres de l'Homme animal (ou charnel). Mais au-delà du désir, elle devrait également s'accompagner d'actes volontaires qui consistent à se débarrasser de tout ce qui est ou pourrait être une occasion de chute pour nous et qui de surcroît rappelle notre ancienne nature, nos anciens penchants malsains.

Le livre des Actes nous relate d'ailleurs un exemple concret de repentance aboutie :

« Plusieurs de ceux qui avaient cru venaient confesser et déclarer ce qu'ils avaient fait. Et un certain nombre de ceux qui avaient exercé les arts magiques, ayant apporté leurs livres, les brûlèrent devant tout le monde : on en estima la valeur à cinquante mille pièces d'argent. »

ACTES 19.18-20

Ainsi, la repentance du pornodépendant devrait s'accompagner d'actes similaires. Dans sa décision d'abandonner son ancienne nature, il devrait se débarrasser de manière irréversible des magazines, vidéos, photos, et autres objets et ressources obscènes, et cela quoi qu'il en coûte.

Cette prise de décision de mettre un terme à l'impudicité devrait d'ailleurs s'étendre aux fréquentations, aux paroles prononcées et même à la façon de s'habiller, bref à toutes ces choses qui peuvent avoir une influence négative quant à notre marche sur le chemin de la sanctification (cf. Éphésiens 5.3-5).

Sur ce sujet, Jésus a d'ailleurs fait une déclaration qui pourrait paraître surprenante à la première lecture :

« Si ta main droite est pour toi une occasion de chute, coupe-la et jette-la loin de toi ; car il est avantageux pour toi qu'un seul de tes membres périsse, et que ton corps entier n'aille pas dans la géhenne. »

MATTHIEU 5.30

Ce verset n'est ni un conseil ni un ordre de Dieu mais est simplement une illustration de la pensée divine concernant l'attitude directe et sans compromis à tenir face au péché. En effet, si nous devons nous couper la main, le geste serait certes définitif et radical, mais serait aussi considéré par la majorité des gens comme un acte extrême, fou et disproportionné. À coup sûr, on nous prendrait pour des dégénérés, des fanatiques... Ce qu'il faut comprendre, c'est que lorsqu'il marchait sur Terre, Jésus a souvent utilisé un langage imagé pour que son message soit accessible à tous, comme c'est le cas pour le verset de cette méditation.

C'est donc sous la forme d'une métaphore qu'il nous avertit et nous conseille ici d'être tranchants et intolérants avec tout ce qui pourrait nous faire chuter. Ainsi, que ce soit un lieu, un environnement, des personnes, des convoitises, des objets (ordinateur, téléphone, téléviseur, jeux et applications, objets sexuels, etc.), susceptibles tôt ou tard, de nous faire pécher, il est fondamental et salutaire de nous en éloigner ou nous en protéger sans compromis et rapidement.

Si la décision de vous couper des choses, des lieux ou des personnes qui vous font chuter est difficile, vous pouvez faire une prière analogue à celle-ci :



« Père, je t'aime. Tu dis dans la Parole que celui qui t'aime, c'est celui qui garde tes commandements. Je veux t'obéir et fuir le péché, me séparer [de cette chose], mais cela m'est vraiment difficile. Donne-moi ta grâce et la capacité de m'en séparer, non pas de mes propres forces, mais par ton Esprit Seigneur. Amen ! »

LE PARDON

Continuer en parlant du pardon me semble essentiel. C'est en tout cas une des premières étapes par laquelle le Seigneur m'a fait passer alors qu'il commençait à me tirer hors du trou boueux et profond du péché dans lequel je m'étais embourbé. Et il y a deux facettes du pardon que j'aimerais vous exposer : celle que nous accomplissons envers les autres et celle dont les autres s'acquittent envers nous.

PARDONNER

Pardoner c'est oublier les fautes que les autres ont commises, tout comme Jésus Christ l'a fait pour nous. Si lui, nous a pardonné nos transgressions les plus ignobles, nous devons faire de même envers celui ou celle qui nous a fait du mal. Il se peut que tout comme moi, vous soyez devenu addict à la pornographie et ayez embrassé l'impudicité par le fait de quelqu'un qui vous a initié, plus ou moins violemment, à quelques pratiques impures. Si c'est votre cas, il vous faut absolument pardonner à cette personne, quelle qu'en soit la difficulté. Cela est salutaire non seulement pour que vous puissiez briser un de ces liens qui tient captive votre âme, mais aussi et surtout pour être en règle le Seigneur qui déclare :

« Si vous pardonnez aux hommes leurs offenses, votre Père céleste vous pardonnera aussi ; mais si vous ne pardonnez pas aux hommes, votre Père ne vous pardonnera pas non plus vos offenses. »

MATTHIEU 6.14-15

Cette déclaration vous choque-t-elle ? C'est pourtant Jésus lui-même qui l'a faite ! Et elle n'est pas dans la Bible par erreur. Non, Christ ne nous doit rien, mais nous, nous lui devons tout. Ce qu'il nous demande au travers de ces mots, c'est de manifester le principal fruit de l'Esprit : l'amour (cf. Galates 5.22). Celui qui ne manifeste pas l'amour *agapé*, cet amour inconditionnel et divin, n'a tout simplement pas d'héritage dans le Royaume des Cieux.

Peut-être avez-vous le désir de pardonner mais vous ne vous en sentez pas capable. Et bien je vous le déclare, cela vous est bien possible. Cependant, ce ne sera *ni par la puissance ni par la force*, mais par l'Esprit du Seigneur qui vit en vous (cf. Zacharie 4.6-7). À plusieurs reprises dans cet ouvrage vous vous rendrez compte qu'il y a de nombreuses choses qui vous sembleront impossibles à accomplir, et c'est à ce moment qu'il vous faudra vous humilier, reconnaître votre insuffisance et demander la grâce de Dieu pour que son Esprit agisse en vous et à travers vous. Si vous n'arrivez pas à pardonner à

quelqu'un qui vous a blessé, je vous invite ainsi à faire cette prière :



« Père, merci pour ton amour envers moi. Merci Jésus parce que tu m'as aimé malgré le mal qu'il m'arrive de pratiquer. Seigneur, je veux t'aimer en retour. Oui, je veux le faire en obéissant notamment au commandement le plus important, en aimant mon prochain comme moi-même, et en bénissant mon ennemi. Père tu vois [cette personne] : je veux lui accorder le pardon mais je n'en ai pas la force, je n'en suis pas capable par moi-même. Donne-moi la grâce de pouvoir pardonner comme toi tu m'as pardonné. Oui, Saint-Esprit manifeste ta puissance et ton amour en moi afin que le Père soit glorifié !
Amen. »

Si vous avez fait cette prière, je suis persuadé que le Seigneur agira promptement. Car il est un bon Père qui ne retient pas sa main lorsque ses enfants lui demandent des choses justes et conformes à sa volonté (cf. Matthieu 7.7 ; 1 Jean 3.22, 5.14).

DEMANDER PARDON

Une autre dimension du pardon que j'aimerais désormais aborder, c'est celle qui suppose de présenter ses excuses et parfois même, une confession.

En ce qui me concerne, j'avais déjà dû demander pardon à ma femme alors qu'elle avait eu connaissance d'un péché que je pratiquais. Mais pour être tout à fait honnête avec vous, je n'en avais malheureusement pas profité pour lui révéler les nombreuses autres terribles choses auxquelles je me livrais. J'avais tellement peur de sa réaction, d'un éventuel divorce, de perdre ma vie confortable, que je m'étais dit qu'il ne valait mieux pas qu'elle le sache, que de toute façon cela ne servirait à rien si ce n'est à lui faire du mal. Mais ma façon de penser a complètement été bouleversée quelque temps après alors qu'une personne – que je tiens à honorer ici et qui se reconnaîtra – me témoigna de la façon dont elle avait pardonné à l'agresseur sexuel de ses jeunes filles. L'œuvre du Saint-Esprit a alors commencé à agir en moi. J'ai d'abord imaginé combien il me serait difficile de pardonner une personne qui ferait de telles choses à mon enfant et que j'avais d'ailleurs vécues. Puis j'ai pensé au mal que moi-même je faisais indirectement à ma femme, à ma famille. Et là, j'ai commencé à sentir et à entendre dans mon esprit : « Il faut tout avouer à ta femme. » Dans un premier temps j'ai essayé d'ignorer cette voix, mais elle se faisait de plus en plus forte, si bien que j'ai senti tout mon être comme brûler pendant environ trois jours ; il me fallait me confesser si je voulais que ce feu insupportable cesse de me torturer. En y repensant, je me dis que j'ai peut-être eu un douloureux

mais infime aperçu de ce que vivront éternellement ceux qui n'auront pas été de véritables disciples de Jésus... Bref, j'avais compris le message et avant de me lancer, j'ai demandé au Saint-Esprit de faire également son œuvre dans le cœur de ma femme, afin qu'il ne s'endurcisse pas. Et c'est ce qu'il a fait. Je suis reconnaissant au Seigneur mais aussi à ma femme qui a su me pardonner. Heureux l'homme qui a une telle femme ou la femme qui a un tel homme ! J'ouvre d'ailleurs ici une petite parenthèse pour témoigner que se marier pour un pornodépendant n'arrange pas les choses. Celui qui est impudique avant de s'unir par le mariage, le restera au sein du couple s'il n'a pas vécu de délivrance entre temps.

Ce que je souhaite en vous partageant ce court témoignage, et ce que Dieu veut, c'est que vous assumiez votre péché et demandiez pardon à ceux qui en sont directement ou indirectement les victimes. Il y a de nombreux bénéfices dans ce processus. Même si pendant un temps, les personnes concernées peuvent se montrer distantes, votre confession aura le mérite de rétablir *in fine* une certaine confiance. Elle vous aidera également à être plus alerte face au péché, et participera à guérir votre âme. Car confesser et demander pardon, c'est enlever un lien supplémentaire à son âme captive.

« Confessez donc vos péchés les uns aux autres, et priez les uns pour les autres, afin que vous soyez guéris. »

JACQUES 5.16

Et si la confession vous semble difficile, je vous invite, à faire une prière comparable à celle-ci :



« Seigneur, je veux vraiment me confesser et demander pardon à [cette personne]. Donne-moi la force d’y parvenir. Précieux Saint-Esprit, prépare son cœur afin [qu’elle soit prête] à me pardonner et à manifester ton amour. Saint Consolateur, je te prie par avance de guérir son cœur si cette révélation [la] blesse. Que ton nom soit glorifié dans cette situation.

Amen ! »

NOURRIR L'HOMME SPIRITUEL

« Si vous vivez selon la chair, vous mourrez ; mais si par l'Esprit vous faites mourir les actions du corps, vous vivrez. »

ROMAINS 8.13

Lorsque nous naissons de nouveau, l'Esprit de Dieu vient habiter notre esprit. Renouvelé, la volonté de ce dernier – que nous appellerons l'« Homme spirituel », est alors alignée avec la volonté divine. Cependant, notre « Homme charnel » nous est toujours omniprésent, et cela tant que notre corps physique n'aura pas été transformé au retour de Jésus, *car il faut que ce corps corruptible revête l'incorruptibilité* (cf. 1 Corinthiens 15.52-53). C'est ainsi que nous sommes souvent comme tiraillés à l'intérieur entre l'Homme spirituel qui désire plaire à Dieu et faire sa volonté, et l'Homme charnel, qui lui est rebelle au Seigneur et nous conduit à pécher.

Lorsque nous nous abandonnons aux plaisirs impurs, c'est l'Homme charnel que nous alimentons. C'est lui qui « grossit » et devient l'Homme fort de notre être ; nous sommes alors davantage disposés à nous abandonner à ses désirs impurs. *A contrario*, en consacrant plus de temps avec Dieu, c'est le spirituel qui prend davantage de place dans notre être et influence le plus nos décisions et nos actes.

Celui qui est mort ne s'alimente plus, et celui qui ne s'alimente plus, meurt. C'est ainsi que nous

faisons mourir la chair : en cessant de la sustenter. Le monde offre un panel de choses futiles et de produits mauvais, qui consommés à l'excès, alimentent en continu notre chair au détriment de notre nature spirituelle. Dès lors, plutôt que de répondre à nos désirs charnels et les nourrir constamment, il nous faut alimenter notre esprit en priant, en communiant avec l'Esprit de Dieu et en méditant les Écritures. Et tandis que chaque jour, nous alimentons notre esprit par le « Pain de vie », la sainteté nous attire bien davantage que le péché.

Par ailleurs, si vous sentez que l'Esprit de Dieu vous y conduit, vous pouvez considérer le jeûne, qui consiste à se priver pendant quelques jours, de nourriture ou pourquoi pas même d'Internet, de réseaux sociaux, de jeux et autres activités parfois utilisées pour nourrir l'Homme animal. Jeûner, c'est tenir assujetti son corps et son âme (d'où naissent les sentiments, s'entretiennent les pensées...) et c'est donc affaiblir la chair. Jeûner, c'est aussi montrer au Père un vrai désir de s'en sortir tout en se plaçant sans une position d'humilité, de soumission à sa seigneurie.

Vous l'aurez en tout cas compris, pour être fort, tenir plus facilement face à la tentation, il nous faut demeurer en Christ. Nous retrancher de lui, c'est nous priver de sa sève vivifiante, pour nous dessécher puis mourir.

« Jésus dit : Je suis le cep, vous êtes les sarments. Celui qui demeure en moi et en qui je demeure porte beaucoup de fruit, car sans moi vous ne pouvez rien faire. »

JEAN 15.5

« *Sans moi, vous ne pouvez rien faire* », déclare Jésus. Cela signifie que celui qui pense pouvoir résister fermement à la tentation sans être attaché à lui s'apercevra vite de ses limites...

Enfin, comme ultime conseil pour affermir l'Homme spirituel, je vous encourage à parler en langue régulièrement. Les Écritures déclarent en effet :

« Celui qui parle en langue s'édifie lui-même. »

1 CORINTHIENS 14.4

Nous voici arrivés à la fin de cette partie, et je crois que vous aurez été éclairé – si besoin était – sur la réalité de cette lutte qui existe en chaque être humain et sur la façon dont l'Homme charnel peut devenir l'Homme fort de notre être, nous dominer pour nous rendre esclaves du péché.

Par la suite, je vous apprendrai à manipuler le bouclier de la foi et l'épée de la Parole pour mettre un terme à l'Homme charnel et à l'impudicité dont il aime tant se nourrir ! Utiliser correctement ces armes aura un effet décisif notamment dans votre combat de la foi contre la pornographie, tout comme il l'a été pour moi !

LE BON COMBAT DE LA FOI

La foi est la base de notre vie chrétienne. C'est d'ailleurs avec elle que nous entamons notre chemin vers le Salut, alors que nous plaçons notre confiance en Jésus Christ et en son œuvre. Cependant la foi ne se limite pas à croire que le Seigneur nous a sauvés et qu'il reviendra, mais également qu'il nous a guéris et délivrés ! Oui, il nous faut aller plus profondément dans la foi, creuser et considérer le « Tout est accompli » de la croix (cf. Jean 19.30). Comprendre que Jésus est venu délivrer les captifs, et comment cela s'applique à notre dépendance nous sera salutaire.

FAIRE GRANDIR NOTRE FOI

Pour combattre correctement ce qui pourrait nous tenir esclaves, il nous faut premièrement faire attention à notre foi, et la faire grandir. Cette foi est indispensable pour *éteindre tous les traits enflammés du malin* ou dit autrement pour nous protéger des attaques destinées à nous affaiblir voire à nous faire périr spirituellement (cf. Éphésiens 6.16).

« La foi vient de ce qu'on entend, et ce qu'on entend vient de la parole de Christ. »

ROMAINS 10.17

Voilà comment fonctionne la foi : elle naît alors que nous prenons connaissance des vérités contenues dans la Parole de Dieu. C'est pour cela

qu'il est vital, tout comme dans le domaine physique, d'alimenter quotidiennement notre être du pain de la Parole. Si nous nous contentons d'une lecture dominicale, il nous sera bien difficile d'être forts spirituellement et d'avoir les connaissances nécessaires pour générer une foi agissante.

Comment aurions-nous pu par exemple placer notre foi dans le fait que Jésus sauve si nous n'avions jamais eu connaissance de cette œuvre exposée dans la Bible ? Oui, pour connaître et comprendre notre héritage en Christ, ne négligeons pas la méditation des Écritures !

« Or sans la foi il est impossible de lui être agréable ; car il faut que celui qui s'approche de Dieu croie que Dieu existe, et qu'il est le rémunérateur de ceux qui le cherchent. »

HÉBREUX 11.6

Ainsi, celui qui croit aux promesses divines, recevra sa récompense, c'est-à-dire l'exaucement de celles-ci. Si donc nous plaçons notre foi dans les vérités de la Parole de Dieu, alors je les verrai assurément s'accomplir dans ma réalité, combien même cela pourrait prendre du temps.

LE BON COMBAT

« Combats le bon combat de la foi. »

1 TIMOTHÉE 6.12

Si Paul précise à Timothée de combattre « le BON combat », c'est qu'il y a des combats qui ont été remportés à la croix et que nous n'avons pas à livrer, si ce n'est en plaçant notre foi en la victoire DÉJÀ acquise... Ainsi, le seul vrai combat à mener contre la pornodépendance par exemple, c'est de croire que Jésus nous en a DÉJÀ délivrés par son sacrifice. Toutes les techniques du monde dont nous pouvons faire usage pour nous défaire de l'impudicité ne sont en réalité pas grand-chose face à l'efficacité de la foi placée dans la puissance de la croix.

Ainsi, le « bon combat de la foi » dans un contexte d'addiction, c'est croire AVEC FERMETÉ ET PERSÉVÉRANCE que sur le bois, Jésus a libéré les captifs, que par sa mort, nous sommes libres du péché, que nous n'en sommes plus esclaves (cf. Romains 6.7 ; Jean 8.36 ; Galates 4.7 ; etc.).

« En Christ, parce qu'il s'est offert en sacrifice, NOUS AVONS ÉTÉ DÉLIVRÉS et nous avons reçu le pardon de nos fautes. Dieu a ainsi manifesté sa grâce dans toute sa richesse. »

ÉPHÉSIENS 1.7 (BDS)

Le verset précité est un bel exemple parmi tant d'autres qu'on peut trouver dans la Bible et qui

atteste sans ambiguïté, par le temps du verbe au passé, que la délivrance est DÉJÀ acquise : *nous avons (déjà) été délivrés !*

Pour que cela soit plus limpide, je vais vous partager un autre fragment de mon témoignage... Avant d'être libre des pensées impudiques, j'avais toujours admis que le Seigneur m'en délivrerait UN JOUR. Cependant, en cela, cette foi était mal placée et la puissance de la Parole de Dieu ne pouvait donc pas être libérée dans ma vie. « En quoi était-elle mal placée, » vous demandez-vous certainement ? Eh bien la Parole ne dit pas que nous serons libres « un jour », mais elle est claire dans le fait que Jésus nous a DÉJÀ guéris et libérés, c'est là le sens du « TOUT EST ACCOMPLI » ! Et c'est quand j'ai commencé à comprendre cela et à placer ma foi dans le fait que je suis DÉJÀ LIBRE de l'impudicité, qu'enfin la puissance de la Parole a pu se libérer, que ma réalité s'est alignée progressivement et même exponentiellement avec la vérité !

Oui, pour bien placer notre foi, il est nécessaire de connaître suffisamment la Parole. Et il nous faut être vigilants car Satan qui *se déguise en ange de lumière* (cf. 2 Corinthiens 11.14) et qui connaît lui-même les Écritures, déforme celles-ci pour nous faire croire des mensonges, pour nous faire douter, pour nous séduire, pour nous entraîner dans le compromis, pour nous induire en erreur, pour nous

empêcher d'être libres, pour nous ralentir dans notre marche avec Dieu, voire pour nous entraîner dans sa chute. C'est pour cela qu'il nous faut veiller sur notre foi et nous assurer que celle-ci n'est pas bâtie sur des mensonges.

En conclusion de cette partie, je vous encourage donc à méditer régulièrement la Bible mais aussi à placer votre foi dans votre liberté DÉJÀ acquise au prix du sang de Jésus. Oui, vous êtes DÉJÀ libre de cette dépendance qui vous pourrit la vie car Christ, lui qui est *venu pour proclamer aux captifs la délivrance*, a payé le prix suffisant et a dépouillé les ténèbres de leur puissance (cf. Luc 4.18 ; Colossiens 2.15).

Si vos yeux spirituels se sont ouverts sur cette vérité, vous pouvez faire la prière suivante :



« Seigneur, merci parce qu'à la croix tu as tout accompli. Je comprends désormais qu'en donnant ta vie tu m'as non seulement sauvé, mais qu'aussi tu m'as guéri et surtout délivré des chaînes de l'esclavage du péché, il y a de cela plus de 2000 ans déjà. Oui, aujourd'hui je peux proclamer que je suis libre et je proclame que cette vérité qu'est la tienne

s'aligne sur ma réalité. Merci Jésus pour ton sang,
merci pour la délivrance. Amen ! »

L'ÉPÉE DE LA PAROLE

À ce stade de notre compréhension, nous allons utiliser la Parole vivante de Dieu pour anéantir les œuvres maléfiques de l'ennemi de nos âmes, pour détruire les pensées et désirs impurs, puis faire fuir Satan et ses démons qui nous assaillent !

Attention, je vous suggère de ne pas entamer la lecture de cette partie si vous avez zappé ou si vous n'aviez pas compris la précédente sur la foi. En effet, pour que la Parole de Dieu soit efficace dans votre vie, il faut avoir la foi, croire en ce qu'elle déclare.

Alors comment utiliser cette arme puissance qu'est la Parole ? C'est en fait le même principe que lorsque nous avons entamé le chemin du Salut :

« Si tu confesses de ta bouche le Seigneur Jésus, et si tu crois dans ton cœur que Dieu l'a ressuscité des morts, tu seras sauvé. Car c'est en croyant du cœur qu'on parvient à la justice, et c'est en confessant de la bouche qu'on parvient au Salut. »

ROMAINS 10.9-10

Paul explique que pour accéder au Salut gratuit, il est nécessaire non seulement de croire (c'est-à-dire avoir la foi), mais également de « confesser » ou comme le traduisent d'autres versions que la Louis Segond, de « déclarer ».

Et c'est en fait le même procédé avec toutes les affirmations et promesses des Écritures : pour qu'elles soient véritablement efficaces, il nous faut non seulement les croire, mais également ouvrir notre bouche et confesser ces paroles sur notre vie. Lorsque nous déclarons avec foi la Parole, un processus de création ou de rétablissement des choses détruites, s'enclenche. Quand l'Éternel a créé l'univers et toutes les choses qui s'y trouvent, il a ouvert la bouche, a déclaré que les choses soient, et elles furent. La Parole libérée a été créatrice ! Et cette capacité nous est également transmise à nous qui avons été créés *à son image* et en qui la Parole faite chair, Jésus Christ, vit par son Esprit (cf. Genèse 1.27 ; Jean 1.14 ; 2 Corinthiens 13.5).

Parler à notre montagne

« Je vous le dis en vérité, si vous aviez de la foi comme un grain de moutarde, vous diriez à cette montagne : 'Déplace-toi d'ici jusque-là', et elle se déplacerait ; rien ne vous serait impossible. »

MATTHIEU 17.20 (S21)

Beaucoup d'entre nous connaissent ce verset que nous résumons généralement à « La foi transporte les montagnes ». Toutefois, en le réduisant à cela, il nous manque une composante essentielle et importante du type de foi que Dieu attend... En effet, croire en la Parole qui déclare que *tout est possible à celui qui croit*, c'est bien, mais ce n'est pas

suffisant (cf. Marc 9.23). Pour déplacer nos montagnes, il nous faut, au-delà du « simple » fait de croire, comprendre que Dieu intervient surtout selon une foi absolue et persévérante (cf. Jacques 1.6). Et il est une vérité bien plus grande que de solliciter le Seigneur pour qu'il intercède pour nous auprès du Père, c'est de saisir que nous avons nous-mêmes reçu l'autorité de Dieu pour agir dans nos vies. Celui qui fait la volonté du Père est cohéritier avec Christ et doit comprendre qu'il est d'ores et déjà assis sur le trône avec lui (cf. Romains 8.17 ; Éphésiens 2.6). Et puisque nous avons reçu une autorité royale et que, lorsqu'un roi demande quelque chose, ses ordres sont exécutés sans discuter, arrêtons de supplier Dieu pour qu'il aplanisse nos montagnes, mais saisissons que nous avons le pouvoir de le faire par l'Esprit de Dieu en nous, couplé à la proclamation de la Parole de Christ ! L'incrédulité, la tiédeur, la lassitude, la passivité, la timidité, le manque d'audace et d'assurance face à nos montagnes ne sont pas dignes d'un vainqueur et d'un héritier du Royaume des Cieux. Voilà pourquoi, en Matthieu 17.20, Jésus nous engage à ordonner directement, et de vive voix, à la montagne : « *Déplace-toi d'ici jusque-là* » ! De ce fait, quel que soit le nom de l'épreuve qui se dresse sur notre route, saisissons que par Christ et avec son Esprit, nous avons le pouvoir de la chasser !

Nous pouvons ainsi prendre autorité sur l'addiction en proclamant par exemple :

« Je suis libre en Jésus ! Je ne suis plus esclave du péché, mais je suis enfant de Dieu ! [Addiction à la pornographie ⁴], tu as été vaincue à la croix et je ne veux plus de toi ! Lâche-moi immédiatement et quitte-moi au nom de Jésus ! ».

Oui, nous avons reçu cette autorité, alors ne nous comportons plus comme des enfants immatures, mais devenons enfin des adultes spirituels !

Déclarer la Parole

La compréhension et la pratique de la déclaration de la Parole de Dieu constituent l'arme ultime qui m'a permis de chasser toutes les pensées impures puis de faire fuir le diable et ses démons. Il est à mentionner d'ailleurs que c'est en la proclamant lors de sa grande tentation dans le désert, que Jésus a fait fuir Satan !

Ainsi, sur la base de ce que déclarent les Écritures que j'ai pu moi-même expérimenter, je vous encourage vivement à déclarer des versets au moment de la tentation et même après avoir chuté ! Si donc vos pensées commencent à vous conduire sur un terrain glissant, si l'appel à la pornographie, au voyeurisme, à l'adultère et à toutes autres sortes

⁴ Vous pouvez remplacer le texte entre crochets par d'autres péchés récurrents dans votre vie.

de pratiques impudiques se font de plus en plus forts, alors confessez la Parole de Dieu ! Et si jamais, vous faiblissez et tombez dans le péché, il n'est pas trop tard pour le faire ! Car oui, la Parole reste en tout temps efficace pour chasser mauvaises pensées et les esprits impurs, ainsi que pour discipliner la chair. Lorsque vous chutez, plutôt que de rester à terre, accablé par votre faute, relevez-vous et combattez !

*« Soumettez-vous donc à Dieu ; résistez au diable,
et il fuira loin de vous. »*

JACQUES 4.7

À force de résistance, de combativité, Satan fuira et vous serez enfin libre dans vos pensées. Vous n'aurez plus ce sentiment que la tentation est insurmontable, irrésistible. Pour certains, comme ce fut le cas pour moi, vous ne serez plus assailli en permanence, à tous moments de la journée par des désirs impurs. J'avais été sous l'esclavage de la pornographie et bien pire pendant une trentaine d'années, mais en moins d'un an, j'ai constaté l'efficacité de l'épée de la Parole ! Alors qu'auparavant je tombais dans le péché quasi quotidiennement, mes chutes se sont espacées pour devenir hebdomadaires, puis mensuelles pour ne finir que ponctuelles. Et le plus appréciable, je sentais une vraie liberté dans mes pensées : au fur et à mesure c'était comme si les voix de la tentation devenaient de plus en plus inaudibles pour finalement disparaître ! Non seulement je ne

pensais plus en permanence à des choses impudiques, mais j'ai fini par ne plus en avoir le moindre désir. Si l'impudicité est votre combat, je suis persuadé que vous ferez tout comme moi, l'expérience de la puissance du sang de Christ, de la Parole et de l'Esprit !

Que ce soient la chair, des esprits impurs ou les deux qui sont à l'origine de vos tentations et pensées impudiques, la démarche est la même. Dès que la tentation est là, il faut y mettre un terme au plus vite par la confession de la Parole. La tentation n'est pas le péché, mais dès qu'on commence à entretenir les pensées impures qui vont avec, le péché a déjà fait son nid et va certainement se concrétiser en actes. C'est pour cela qu'il faut être radical, ne pas faire de compromis : il n'y a pas de petit péché ou de petite tentation : ces premiers « petits » actes vous emmèneront toujours plus loin dans le vice.

Le Saint-Esprit peut nous avertir avant la chute. Mais si notre Homme charnel est plus fort que l'Homme spirituel (cf. la partie « nourrir l'Homme spirituel »), sa voix sera comme étouffée par celles des pensées impures. À l'inverse, c'est la voix de l'Esprit de Dieu qui résonnera plus fort que les pensées impudiques !

Dès maintenant, nous pouvons ainsi prier :



« Précieux Saint-Esprit, aide-moi à être sensible à ta voix. Père, donne-moi la grâce et la force de résister à la tentation avec les armes que tu as mises à ma disposition. Amen ! »

Paroles à proclamer

Avant de conclure ce livre, j'aimerais vous proposer une liste de quelques proclamations que j'utilise lorsque la tentation survient ou même, après avoir chuté. Ces déclarations sont accompagnées des versets qui les ont inspirées. Je vous conseille non seulement d'ouvrir votre bouche sur plusieurs de ces vérités à l'heure de la séduction, mais également de méditer ces extraits de la Parole qui stimuleront votre foi en plus de libérer la puissance divine. À cette liste que vous pouvez ajuster à votre situation, vous pourrez ajouter vos propres proclamations issues de la Parole ; vous constaterez que les lettres de Paul contiennent notamment de nombreux passages adaptés à cet exercice. Je vous encourage à les apprendre par cœur et même à en faire des Post-it (aux formats papier et numérique) que vous pourrez consulter à tout moment de la journée.



« Le monde et ses désirs impurs ont été crucifiés pour moi. [‘Pornographie’ ; ‘Adultère’ ; ‘Impudicité’ ; etc. ⁵], je suis mort à tes convoitises, je n’ai plus de désir pour toi, je te considère comme [crucifié] ! »

« Pour ce qui me concerne, loin de moi la pensée de me glorifier d’autre chose que de la croix de notre Seigneur Jésus-Christ, par qui le monde est crucifié pour moi, comme je le suis pour le monde ! »

GALATE 6.14



« Chair, tu as été crucifiée avec Christ et je ne suis plus ton captif ni celui de tes sollicitations impures ; péché je ne suis plus ton serviteur ; [‘Pornographie’ ; ‘Adultère’ ; ‘Impudicité’ ; etc.] je ne suis plus ton esclave. Oui, je suis libre en Jésus comme le déclare la Parole ! »

⁵ Citez le nom du ou des péchés pratiqués ; soyez le plus précis possible concernant son nom : « voyeurisme », « exhibitionnisme », « inceste », « cybersexe », « adultère de cœur », « fétichisme... »

« Comprendons donc que l'Homme que nous étions autrefois a été crucifié avec le Christ afin que le péché dans ce qui fait sa force soit réduit à l'impuissance et que nous ne servions plus le péché comme des esclaves. »

ROMAINS 6.6-7 (BDS)



[‘Pornographie’ ; ‘Adultère’ ; ‘Impudicité’ ; etc.], je proclame que tu n’as plus aucun pouvoir sur moi. Il y a plus de 2000 ans sur la croix, Jésus t’a dépouillé de ta puissance et de ton affluence ! »

« [Jésus Christ] a déposé les dominations et les autorités, et les a livrées publiquement en spectacle, en triomphant d’elles par la croix. »

COLOSSIENS 2.15



« Mon corps appartient au Seigneur, et n’a pas été créé pour servir l’impudicité. Tous mes membres n’ont pas pour but de servir le royaume des ténèbres mais le Royaume de Dieu et sa justice ! »

« Ne livrez pas vos membres au péché, comme des instruments d’iniquité ; mais donnez-vous vous-mêmes à Dieu, comme étant vivants de morts que vous étiez, et offrez à Dieu vos

membres, comme des instruments de justice. »

ROMAINS 6.13

« De même donc que vous avez livré vos membres comme esclaves à l'impureté et à l'iniquité, pour arriver à l'iniquité, ainsi maintenant livrez vos membres comme esclaves à la justice, pour arriver à la sainteté. »

ROMAINS 6.19

« Le corps n'est pas pour l'impudicité. Il est pour le Seigneur, et le Seigneur pour le corps. »

1 CORINTHIENS 6.13



« Je suis le temple du Saint-Esprit. Je ne m'appartiens plus, mais j'appartiens à Dieu et mon corps est à son service pour le glorifier. ['Pornographie' ; 'Adultère' ; 'Impudicité' ; etc.] je ne t'appartiens pas, tu n'as aucun droit sur ma vie, et maintenant tu me lâches et tu quittes mes pensées ! »

« Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint-Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu, et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ? Car vous avez été rachetés à un grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps et dans votre esprit, qui appartiennent à Dieu. »

1 CORINTHIENS 6.19



« Je ne vis plus pour mes propres désirs, pour mes propres plaisirs, mais pour Christ qui vit en moi ! »

« J'ai été crucifié avec Christ ; et si je vis, ce n'est plus moi qui vis, c'est Christ qui vit en moi ; si je vis maintenant dans la chair, je vis dans la foi au Fils de Dieu, qui m'a aimé et qui s'est livré lui-même pour moi. »

GALATES 2.20

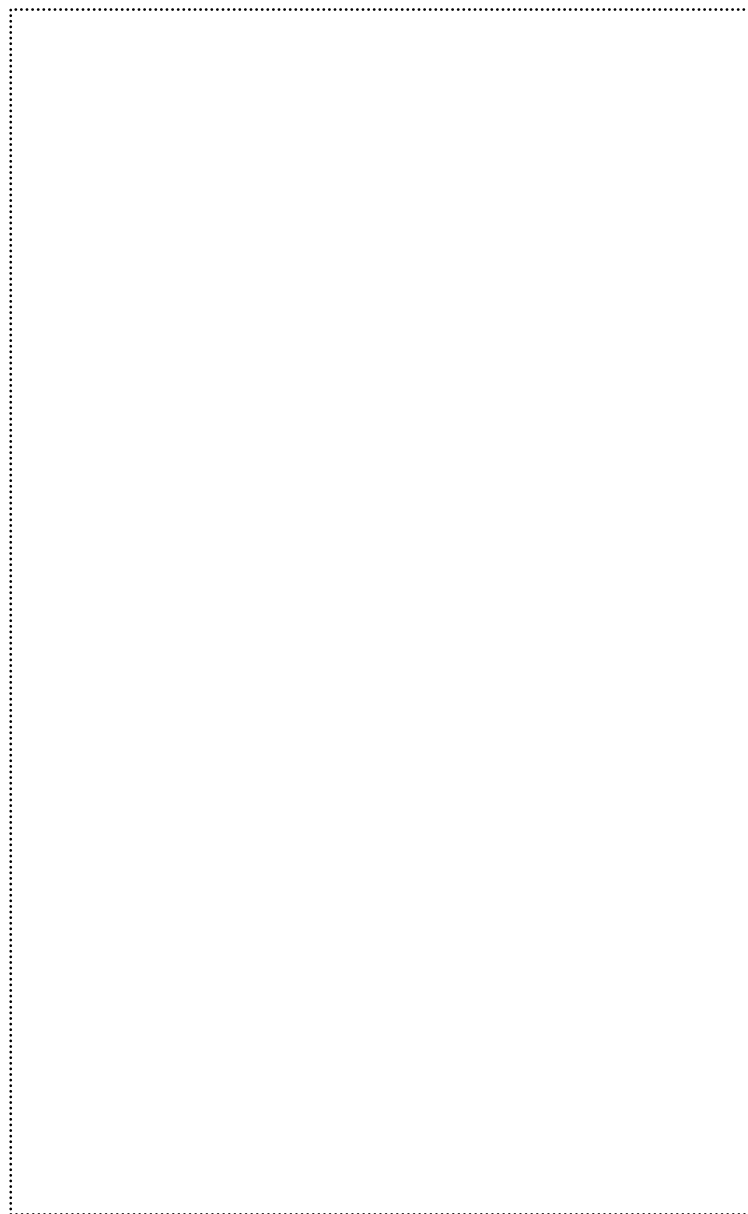


« En Jésus, je suis une nouvelle créature, je ne suis plus [un impudique] ! »

« Si quelqu'un est en Christ, il est une nouvelle créature. Les choses anciennes sont passées ; voici, toutes choses sont devenues nouvelles. »

2 CORINTHIENS 5.17

Il y a dans la Parole de nombreux autres versets et passages que vous pouvez déclarer sur votre vie ou contre l'Homme charnel, contre les tentations et contre le tentateur. Je vous invite à les découvrir, puis à les noter sur ces deux pages, avec vos propres déclarations !



CONCLUSION

Vous êtes arrivé à la fin de ce livre. Je vous invite à le relire plusieurs fois et en particulier les versets issus de la Parole de Dieu, afin que votre foi grandisse et que vous soyez confortement armé lorsque la tentation se présentera.

Souvenez-vous des armes spirituelles que vous aurez à employer pour lutter contre l'impudicité :

- Demander pardon et pardonner ;
- Se repentir régulièrement ;
- Nourrir l'Homme spirituel et affaiblir l'Homme charnel ;
- Combattre le bon combat de la foi ;
- Utiliser l'épée de la Parole par des proclamations.

Pour parachever cet ouvrage, j'aimerais tout de même vous alerter du fait que parfois, après un temps plus ou moins long sans vous abandonner à d'anciennes dépendances, Satan retentera sa chance avec vous. Et si vous vous laissez tenter à ce moment, même pendant un temps, ne soyez pas désespéré : contrairement à ce qu'il essaiera de vous faire croire, vous êtes toujours libre, vous n'êtes plus pécheur, vous n'êtes plus adultère, vous n'êtes plus pervers, vous n'êtes plus impudique, etc. ! Souvenez-vous alors de ce que Jésus a déjà accompli à la croix, puis de nouveau, confessez la vérité créatrice de la Parole de Dieu qui reprendra vie dans votre réalité.

Soyez donc persévérant dans le combat de la foi, sur le chemin de la sainteté. Ne soyez pas de ceux qui arrêtent de lutter, qui font de leur péché leur identité. Non, ne soyez pas de ceux qui se disent par exemple : « Je n'y peux rien, je suis comme ça, j'aime ça. » Se faisant, vous vous feriez héritier du monde et du péché et vous n'hériteriez donc pas du Royaume des Cieux (cf. 1 Corinthiens 6.9). Car s'il est vrai que le Salut est offert, celui qui ne cherche pas à se sanctifier ne plaît pas à Dieu, et sera vomi de sa présence (cf. Apocalypse 3.14-16). Comprenez bien qu'il ne s'agit pas d'être légaliste en suivant la démarche décrite dans ce livre, c'est-à-dire de faire des « œuvres » pour être sauvé. Non, ces actions doivent être mises en place pour demeurer sur le chemin du Salut, en adoptant une attitude de sanctification qui plaît au Dieu trois fois saint.

*« Fortifiez donc vos mains languissantes et vos genoux
affaiblis ; et suivez avec vos pieds des voies droites, afin que ce
qui est boiteux ne dévie pas, mais plutôt se raffermisse.
Recherchez la paix avec tous, et la sanctification, sans laquelle
personne ne verra le Seigneur. »*

HÉBREUX 12.12-14

ANNEXES

LE PORNO DÉFORME LA VISION QUE LES GENS ONT SUR EUX-MÊMES

La consultation régulière de ressources pornographiques pourrait altérer le cerveau des personnes, affectant la vision qu'ils ont sur eux-mêmes, avertit *XXX Church*⁶, un organisme chrétien à but non lucratif qui vise à aider ceux qui luttent contre la pornographie.

« Plusieurs études ont démontré les effets biologiques d'une dépendance à la pornographie et comment elle modifie la chimie du cerveau », écrit Zachary Horner sur le site Web du ministère.

« Il ne s'agit pas seulement d'un besoin qui nécessite d'être soigné comme une drogue mais les images s'impriment dans votre esprit et restent là, » a-t-il dit.

En raison de cette altération chimique, Horner averti que les consommateurs de pornographie vont commencer à se définir par la façon dont ils pensent sur les femmes et le sexe. Certains finiront ainsi par penser qu'ils sont sans valeur qu'ils ne méritent pas l'amour de Dieu.

Dans leur cheminement vers la délivrance, les pornodépendants doivent constamment se rappeler

⁶ <https://www.xxxchurch.com/men/3-ways-pornography-distorts-your-view-of-yourself.html>

la vérité. Horner témoigne que le verset biblique situé dans 2 Corinthiens 12.9 l'a vraiment aidé à comprendre le grand amour de Dieu et à se débarrasser de sa dépendance à la pornographie. Le verset dit : « *Ma grâce te suffit, c'est dans la faiblesse que ma puissance se manifeste pleinement.* »

« Cela me rappelle que Dieu peut m'utiliser malgré mon manque de qualification, » a-t-il déclaré. Et d'ajouter « Lorsque la dépendance à la pornographie entre dans notre vie, nous pouvons nous considérer comme inutiles. Mes amis, il n'en est rien. Lutez contre cette vision déformée de vous-même que vous renvoie la pornographie. »

David HOUSTIN

PORNOGRAPHIE : 12 RAISONS DE NE PAS REGARDER

1. De nombreuses actrices ou modèles sont issues de trafics humains. D'autres se contraignent à consommer drogues et alcools pour moins souffrir ⁷.

2. À part l'esclavage sexuel, d'autres abominations sont liées à l'industrie du porno comme l'avortement ; plusieurs actrices et prostituées ont dû avorter au cours de leur vie.

3. Le porno change la vision que nous avons de la femme ou de l'homme que Dieu a créés, parfaitement, à son image. Plutôt que de se concentrer sur ses véritables valeurs, la pornographie recentre l'intérêt du « consommateur » sur des parties physiques. L'homme et la femme que Dieu a créés sont également spirituels, émotionnels, intellectuels... Cela peut devenir un gros problème en société si nous nous concentrons plus sur les seins ou les fesses d'une femme plutôt que sur ce qu'elle a véritablement à apporter.

4. Les vidéos pornographiques changent notre façon de voir la sexualité. Dieu a créé les relations sexuelles pour une unité parfaite entre l'homme et sa femme. La pornographie nous dit que c'est normal et même bien de tromper son conjoint, d'avoir des

⁷ <http://chretien.news/crystal-bassette/>

relations à plusieurs, de forcer ou violenter son partenaire et d'autres choses pires encore. La relation sexuelle doit se faire dans le cadre du couple marié et dans le respect de l'autre ; le reste est tout simplement du domaine du péché.

5. Consulter régulièrement des vidéos et photos classées X peut diminuer l'estime que nous avons pour nous-même jusqu'à nous faire penser que nous n'avons aucune valeur et que nous ne méritons pas l'amour de Dieu ; ce qui est bien entendu faux puisque Jésus est venu pour libérer les captifs et pardonner aux pécheurs. Il n'a pas donné sa vie en sacrifice pour des gens parfaits !

6. Pour les chrétiens, c'est souvent une double vie qu'ils essaient de cacher ; d'aucuns sont stressés que leur conjoint, leurs enfants ou leur pasteur la découvre. D'autres, à cause de cela, ne s'impliquent pas comme ils le devraient dans le ministère auquel ils sont appelés.

7. Chercher et regarder du porno est une perte de temps considérable dans une journée, dans une semaine, dans un mois et finalement dans une année. Un temps que vous pourriez consacrer à votre famille, vos amis et surtout à Dieu, dans la lecture de la Bible, la prière ou encore le service pour le Royaume.

8. La pornographie change chimiquement notre cerveau. Elle rend accro de telle manière qu'il est plus difficile de s'en détacher que de certaines drogues. Nombreux de ceux qui regardent régulièrement ce genre de chose admettent avoir du mal à ne pas se laisser guider par leurs désirs sexuels.

9. La pornographie par elle-même ou par les dérives sexuelles qu'elle entraîne (adultère, viol, pédophilie, inceste, zoophilie, etc.) peut détruire votre mariage et votre famille. Un sondage mené par le site *NoFap*⁸ révèle que 64 % des gens qui consultent les sites pornos ont observé que leurs goûts sexuels étaient devenus plus extrêmes ou déviants.

10. La consommation de pornographie peut mener à plusieurs troubles physiques ou mentaux comme des problèmes d'éjaculation (dont l'éjaculation précoce), un manque d'intérêt physique pour son conjoint, ou encore des difficultés à atteindre l'orgasme⁹.

11. Il est difficile d'éduquer ses enfants à ne pas regarder de vidéos classées X quand on le fait nous-même. De nombreux enfants ont d'ailleurs eu leur premier contact avec la pornographie en

⁸ <https://pandodaily.com/2013/11/19/infographic-is-internet-porn-destroying-our-sex-lives/>

⁹ <http://www.gq.com/story/10-reasons-why-you-should-quit-watching-porn>

tombant malencontreusement sur une revue ou une vidéo en possession de l'un de leurs parents.

12. La consultation de matériel pornographique peut rendre difficile les rapports que nous entretenons avec le sexe opposé.

David HOUSTIN

UNE SEULE CHAIR

« Ne savez-vous pas que celui qui s'attache à la prostituée est un seul corps avec elle ? Car, est-il dit, les deux deviendront une seule chair. »

1 CORINTHIENS 6.16

Pendant une relation sexuelle, il est scientifiquement prouvé que des bactéries passent d'un partenaire à l'autre, prennent vie dans le corps de l'homme et de la femme, et modifient leurs microbiotes respectifs jusqu'à les faire se ressembler mutuellement. Ainsi, un couple d'amoureux qui s'embrassent souvent aura un microbiote buccal quasi-identique... Les scientifiques du premier siècle n'avaient pas connaissance de l'existence de ces bactéries, et l'apôtre Paul encore moins. Pourtant ce dernier avait reçu une partie de la révélation de ce mystère : deux corps qui s'unissent physiquement ne font qu'un seul corps ! J'aime ce genre de verset, ne serait-ce que par le fait qu'il confirme que la Bible est un livre de révélations et de vérités !

Lors de l'accouplement, d'autres échanges se font au niveau de la chair, de l'âme et de l'esprit, c'est pourquoi Dieu a proscrit l'adultère, la fornication et la prostitution. En plus des virus, des MST, des risques de grossesses qui affectent notre corps et impactent notre santé et notre avenir, il y a aussi des liens d'âmes qui se créent, c'est-à-dire des attachements émotionnels malsains.

Le rapport sexuel en dehors du cadre du mariage ouvre également une « porte spirituelle » à des démons qui vont s'attacher à la personne – qu'elle soit chrétienne ou non – et corrompre ses pensées. Ainsi, après avoir eu des relations illicites, on observera souvent un changement de personnalité et d'humeur chez la personne fautive (manque de patience, colères, pensées érotiques obsessionnelles, etc.), lié justement à ces mauvais esprits.

La fidélité dans le couple préserve donc l'homme et la femme de ces malédictions qui peuvent affecter et nuire à leur relation durant de longues années, qui peuvent pervertir leurs raisonnements, les fragiliser émotionnellement, les aveugler, les couper de la voix du Seigneur et les empêcher de faire Sa volonté, les éloigner de Lui. Seule une repentance véritable pour avoir enfreint la loi de Dieu, assortie parfois d'une prise autorité sur les démons, sera nécessaire pour sortir de ce schéma de pensées faussées, pour à nouveau être libres et débarrassés de tous liens d'âme et attaches démoniaques, pour avoir la paix en Christ et retrouver la pleine assurance du Salut (cf. 1 Corinthiens 6.9-11).

David HOUSTIN ¹⁰

¹⁰ Extrait de « 172 jours pour hériter du Royaume des Cieux » ; jour 106.

MON TÉMOIGNAGE (AUDIO)

Découvrez une partie du témoignage de délivrance de l'auteur en scannant ce code QR ou en suivant l'adresse URL mentionnée en dessous.



<https://tinyurl.com/davidhouston>

À PROPOS DE L'AUTEUR

David HOUSTIN est né le 7 janvier 1980 en Normandie (France). Pionnier du Web chrétien francophone, il lance son premier site Internet « Dharius, serviteur de Dieu » en 1998 pour annoncer la Bonne Nouvelle et enseigner la Parole de Dieu. L'année suivante, il entreprend *Bethel-fr.com* qui fusionnera par la suite avec *Voxdei.org* et deviendra l'un des portails chrétiens francophones les plus visités de l'époque. Plus tard, David offrira son aide et ses compétences à des organismes tels que *TopChrétien*, puis développera bénévolement d'autres sites Web. En 2004, Michaël Lebeau contacte David Houstin pour développer un site chrétien nommé *EnseigneMoi.com*. À l'appel de Dieu qu'il ressent fortement « comme un feu qui brûlait » en lui, David rejoint Michaël, mais aussi Annabelle et Jérémy Sourdril pour co-fonder l'association *EnseigneMoi* (qui deviendra plus tard *EMCI TV*) et lancer en 2005 le site Web d'enseignement biblique qui lui est lié.

Premier livre

En 2019, selon ses expériences vécues et les révélations qui en ont découlé, et pour encourager l'Église, David Houstin a la conviction de devoir écrire son premier livre « 172 jours pour hériter du Royaume des Cieux » (disponible gratuitement sur <https://heritier.xyz>). Lui, qui par impression personnelle et non par direction de Dieu, avait choisi

de quitter l'association *EnseigneMoi* en 2008, eut de longues traversées du désert. Cette période compliquée fut néanmoins salutaire et lui permet aujourd'hui, avec l'aide du Saint-Esprit, de transmettre des clés au peuple de Dieu et à ceux qui Le recherchent.

Vie spirituelle

Pour mieux comprendre le cheminement de David de 2008 à 2019, il est nécessaire de remonter aux débuts de sa vie... Né d'une famille chrétienne, il donne véritablement son cœur au Seigneur alors qu'il est encore à l'école élémentaire ; de ce jour, il se souvient s'être senti « physiquement léger » et avoir reçu la conviction de son Salut. Cependant, du CE1 au CE2, il est victime d'abus sexuels perpétrés par son instituteur. Cette triste expérience le marque pour de nombreuses années. À partir de ce moment-là, il développe un intérêt malsain pour la pornographie et la sexualité. S'il pardonne rapidement et sincèrement à son agresseur et qu'il est attaché au Seigneur, l'impudicité prend une place importante et grandissante dans ses pensées et ses actions. Il se fait malgré tout baptiser à l'âge de dix-huit ans pour sceller son amour pour Jésus. C'est à partir de ce moment qu'il commence à servir Dieu sur Internet. Pour autant, si sa relation avec Dieu est sincère, il n'arrive pas à se débarrasser de ses péchés. Sa « double vie » fait alors son désespoir. Il se confie

auprès de plusieurs hommes de Dieu – dont certains sont réputés dans la délivrance, et qui prient alors pour lui, mais sans succès. Après son déménagement en Chine en 2010 avec sa femme et son fils alors âgé de deux ans, ce pan de sa vie ne fait qu’empirer. Il ne va plus à l’église notamment à cause de la difficulté d’en fréquenter une correcte, et sa vie spirituelle devient inexistante. Un jour, alors qu’il est désespéré face à sa situation honteuse et détestable, il pleure et crie à Dieu pour que Celui-ci vienne le secourir. Le Seigneur exauce alors sa prière et lui donne l’occasion de rencontrer des frères et sœurs Américains qui l’invitent à rejoindre leur église de maison. Il s’y rend avec sa famille et sa vie spirituelle commence à reprendre de la place dans son quotidien. Il se remet à lire la Bible et à prier petit à petit. Dans sa soif grandissante pour la Parole de Dieu, le Seigneur lui révèle les raisons principales de ses échecs face à l’impudicité. Il comprendra notamment qu’il n’obtenait jamais de victoires car il plaçait sa foi dans une fausse croyance... Il était en effet persuadé que Dieu le délivrerait un jour, mais il comprit que c’était un mensonge du diable : Jésus l’avait en fait déjà libéré lorsqu’Il avait donné Sa vie sur la croix ! David plaça alors sa foi dans cette vérité déjà acquise et commença à déclarer régulièrement la Parole de Dieu sur sa vie. C’est alors qu’il vit petit à petit de véritables effets qu’il n’avait jamais eu l’occasion de constater durant ses trente dernières

années de lutte. Il observa concrètement que les oppressions et les pensées impures devenaient de moins en moins fortes et de moins en moins courantes au fil des jours, des semaines puis des mois, jusqu'au jour où il put dire que sa réalité avait rejoint la vérité de la Parole divine : il était désormais vraiment libre dans ses pensées qui jusqu'alors étaient pourtant quotidiennement opprimées ! À partir de ce jour, David commença à partager son témoignage et à annoncer la Bonne Nouvelle que représente l'Évangile non seulement pour l'incroyant mais aussi pour le chrétien qui vit dans le péché !