

勇士，興起！  
024 我無法忘掉這些畫面

Theme music in

福斯特：保羅在教會裏向每個人親切問候，帶著微笑。他是個快樂的人，愛妻子、孩子和神，但他有一個問題。

保羅正在工作的時候，突然一個裸體女人的影像在腦海中閃現。儘管保羅在成爲基督徒後就不再看色情物品了，但他還是無法阻止舊的影像出現在腦海中。他感到挫敗、尷尬，也懷疑這種現象永遠不會改變，所以感到絕望。真的不能改變嗎？

歡迎收聽《勇士，興起》！我是福斯特·博仁，我和肯特·達西一起，繼續跟你探討男人和色情，包括留在男人腦海中的舊色情影像，和神爲我們提供擺脫的方法。

各位家長，雖然我們不會說得很直接，但性的討論不適合青少年收聽。

福斯特：肯特，直到今天，我們在這個系列中，討論過什麼是色情和情欲——和爲什麼這是個問題。我們還指出男性爲什麼覺得他們是唯一在這個問題掙扎的人。

肯特：他們并不孤單。

福斯特：我們明白，現實中很多男人會觀看各種形式的色情內容，他們掙扎，與色情誘惑爭戰。上次，我們指出，有些人沒有察覺到觀看色情內容是錯誤的——是犯罪、得罪了神。

肯特：所以察覺到這是罪，是與色情物品爭戰的第一步。我們得明白跟隨耶穌基督和貪戀女人，不能同時進行。

福斯特：耶穌提到這個問題。

肯特：是的，馬太福音 5 章 28 節，耶穌說：「我告訴你們，凡看見女人就動淫念的，這人心裏已經與她犯奸淫了。」

有些男人認為，他們看的那個女人不會真實跟他們發生關係，所以不是罪，但耶穌的話說得非常清楚明白。

福斯特：觀看帶有色情內容的物品，會挑起與真正的女人發生性關係的欲望。

肯特：是的。而且，它會減少我們以愛的方式，與神賜給我們的真正女人，發生親密關係的欲望。

福斯特：就是我們的妻子。

肯特：沒錯。妻子無法跟色情物品中的女性，或在雜誌上看起來完美的女性競爭。況且，神從來沒有打算讓她跟別的女人競爭。

福斯特：所以今天，我們關注的是那些已經放棄色情物品，却不斷讓裸體女性的影像出現在腦海的男人。為什麼會不斷發生這種情況呢？為什麼色情圖像會不斷彈出？

肯特：根據研究，吸引男人的不是裸體，而是不斷出現的新圖像。每當男人感到性興奮時，身體就會釋放一種叫做多巴胺的東西。

福斯特：大腦喜歡這種感覺。

肯特：哦，是的。請女性聽眾留意……就像很多女性在吃巧克力時的感覺。

福斯特：我的妻子可以理解！

肯特：但是把這種感覺乘以……100 倍，就會上癮。我們這個被創造的身體，為了維持多巴胺的高水平，或者讓它恢復原狀，就需要新的刺激——新的圖像。不幸的是，新

的刺激可以說是手到拿來，在電腦上、雜誌上或海灘上，有無數新的圖像挑起你的性欲，讓你釋放更多多巴胺。

福斯特：所以，就算我們放棄，不去想，裸體女人的畫面還會不斷出現在腦海中。

肯特：大腦會自動把印象特別深刻的圖像儲存。然後在某些奇怪的時間，突然彈出來。

福斯特：那麼，我們怎樣擺脫這些圖像呢？

肯特：首先，停止將圖像放入大腦。別看了！我們放在心裏的東西會在思想、言語或行動中體現出來。這讓我想起箴言 6 章從 20 節開始說的話。

經文說：我兒，要謹守你父親的誡命；不可離棄你母親的法則，要常系在你心上，挂在你項上。你行走，他必引導你；你躺臥，他必保守你；你睡醒，他必與你談論。因為誡命是燈，法則是光，訓誨的責備是生命的道，能保你遠離惡婦，遠離外女諂媚的舌頭。你心中不要戀慕他的美色，也不要被他眼皮勾引。因為，妓女能使人只剩一塊餅；淫婦獵取人寶貴的生命。第 27 節是關鍵：人若懷裏攬火，衣服豈能不燒呢？

福斯特：套在我們的背景下，就是說，你怎麼能把色情圖片放在腦海裏，而不希望它們彈出來呢？

肯特：沒錯。所以，停止把它們放進去吧！

福斯特：那麼，第二個擺脫圖像重複出現的方法是什麼？

肯特：聖經羅馬書 12 章 2 節說：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。」保羅在這裏說，神的話進來，神的話出去。

福斯特：這讓我想起保羅在腓立比書 4 章 8 節所寫的：「弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義

的、清潔的、可愛的、有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱贊，這些事你們都要思念。」

肯特：一個聖經版本說：「默想這些事情。」我喜歡這種說法。如果我們要覆蓋或取代腦海中的不良形象，我們需要替換它們，但也需要時間和努力。開始背誦經文，神的話才能在我們腦海中浮現。以弗所書 4 章 22-24 節是一個很好的起點。請福斯特讀給我們聽，好嗎？

福斯特：好。以弗所書 4 章 22-24 節說：「就要脫去你們從前行為上的舊人，這舊人是因私欲的迷惑漸漸變壞的；又要將你們的心志改換一新，並且穿上新人；這新人是照著神的形像造的，有真理的仁義和聖潔。」

肯特：我喜歡這一句：「脫去你們從前行為上的舊人。」把你的舊我脫掉，穿上新我。我們要好好背誦神的話。

我還要加上羅馬書第 8 章 5 節：「隨從肉體的人體貼肉體的事；隨從聖靈的人體貼聖靈的事。」

福斯特：將我們的心思放在神渴望我們做的事上，非常重要。以下這節經文也應該好好背誦。羅馬書 6 章 12 節：「不要容罪在你們必死的身上作王，使你們順從身子的私欲。」

肯特：另一節很棒的經文！有很多經文可以幫助我們重新編排大腦。有研究顯示，我們可以重新編排大腦的記憶，從追求色情轉而追求神。記住神的話語是關鍵。

福斯特：令人興奮的是，我們可以阻止或大大減少那些不良圖像在我們腦海中出現。但是肯特，我們一直關注神怎樣重新連接我們的大腦，消除色情圖像——但如果色情導致我們做了可怕的事情呢？如果我們捲入了強姦、亂倫、通姦或同性戀，那可怎麼辦？就算我們已經向神承認了我們的罪，悔改和請求他的寬恕，這些圖像仍然不斷出現。我們還有希望嗎？

肯特：神的信實就是我們的希望。耶穌在馬太福音 19 章 26 節說：「在人這是不能的，在神凡事都能。」當時耶穌在談論救恩，無論景況是多麼困難，神的能力都可以幫助我們。單靠你自己努力抹去那些可怕的記憶，最後你會陷入沮喪，但祈求神的幫助，學習和記住神的話語，你會發現希望與寬恕、愛與恩典的經文漸漸抹去可怕的記憶，神會除去你的罪孽，和你的羞恥。

福斯特：真是個好消息。

肯特：耶穌基督的福音是好消息。他釋放被俘虜的人。

福斯特：他確實是這樣。肯特，我們的節目時間快到了。請回顧今天談話的要點，好嗎？

肯特：好的。當我們受到性刺激時，身體就釋放多巴胺。但更重要的是，如果我們不在大腦中放入新的圖像，多巴胺的數量會在一段時間後下降。然後一次又一次地釋放，直到我們沉迷。還有，色情圖片會儲存在大腦中，在沒準備又尷尬的時候，就彈出來。

解決辦法是停止對女人的欲望，和定時記住神的話語。有了神的話語在腦海中，不好的想法和圖像出現的空間就更小了。但我們需要努力，用神的話更新我們的心思意念，也要尋求神的幫助。

福斯特：謝謝肯特。我希望聽眾朋友受到鼓舞，神可以醫治和重整我們的思想。詩篇 119 篇 9 和 11 節說：「少年人用甚麼潔淨他的行為呢？是要遵行你的話！」「我將你的話藏在心裏，免得我得罪你。」朋友，我們挑戰你從今天開始背誦神的話！

福斯特：感謝你收聽【勇士，興起！】，希望男士都得到裝備和力量，發揮神賦予他們的潛力。今天我們探討了為什麼色情會是個問題，和我們對神的謙卑依賴、怎樣減少或消除腦海中突然出現的色情圖像。

如果你喜歡這個節目，希望學習更多怎樣成為神希望你成為的弟兄，請跟我們聯繫，我們會為你提供更多課程的資料。【勇士，興起！】已經在超過四十個地區使用。希望【勇士，興起！】也能够幫助你的教會或弟兄小組。

我們是福斯特·博仁，和肯特·達西。感謝你收聽【勇士，興起！】願神塑造你，成為合他心意的勇士！

Theme Music out