

Відео 5 Курс 3

"Пастка порнографії"

Девід Феддес

Що шукає людина, коли дивиться канал із фільмами, призначеними тільки для дорослих? Що шукає чоловік, коли на комп'ютері відкриває сайт із рекламою рейтингу "X"? Що шукає хлопець, коли зазирає в Playboy і йому подібні журнали? Що шукає той, хто заходить у стриптиз-бар? Що шукає чоловік, коли йде в те місце, де займаються проституцією? Він шукає Бога.

Ви можете подумати: "Це безглуздо. Бог — це останнє, що шукають хлопці, коли потрапляють у залежність від порнографії. Вони шукають голі тіла, щоб збудитися. Якби вони шукали Бога, то молилися б, читали Біблію або ходили до церкви. Якщо ж вони дивляться порнографію, танцюють оголеними або знімають повій, вони шукають не Бога, а сексуальних відчуттів". З одного боку, це, звісно, правильно. Коли чоловіки відкривають порнографічну продукцію, то свідомо вони не шукають там Бога. Але все ж таки я думаю, що Честертон мав рацію, коли сказав: "Кожен чоловік, який стукає у двері борделю, шукає Бога". Це не те, про що чоловік свідомо думає в той момент — але це те, що він робить насправді. Він шукає задоволення непереборного бажання. Він може думати, що це бажання — лише сексуальне, але це не так. Він шукає Бога.

Порнографія — це пастка, яку поставив сатана, щоб заманити в неї тих, хто шукає Бога. Це не єдина пастка, яку використовує сатана. Вона — одна з найефективніших. Завдяки сучасним технологіям достатньо клацнути пультом дистанційного керування або комп'ютерною мишкою, щоб зачинити сатанинську пастку на собі. Щойно ви потрапите в порнографічну пастку, і вона зачиниться, звільнитися буде важко, майже неможливо.

Але якщо ви усвідомлюєте, що потрапили в смертельну пастку і хочете звільнитися, то надія є. Якщо ви усвідомлюєте, чого по-справжньому має прагнути ваше серце і шукатимете задоволення в Бозі, а не в порнографії, тоді щелепи пастки послаблять свою хватку. З Божою допомогою ви зможете вирватися з неї та рухатися далі, до того, чого ви прагнули весь цей час: прекрасних почуттів, радості та задоволення від спілкування з Богом. Здобуваючи свободу і пізнаючи Бога, ви маєте бути пильними до власних слабкостей та остерігатися приманки, яку сатана використовує в інших пастках. Ви можете бути впевнені, що Бог може задовольнити вас і звільнити від рабства ганебних, смертельно небезпечних звичок. Біблія каже: "І кажу: ходіть за духом, і не вчините пожадливості тіла" (до Галатів 5:16).

Жага вічності

Можливо я забігаю наперед. Те, що я щойно сказав, може здатися вам нереальним. Як християнам, так і нехристиянам, думка про те, що людина шукає Бога в той момент, коли розглядає порнографічні сцени, і про те, що Бог здатен розірвати ланцюги порнографії, може здатися порожньою. Якщо ви нехристиянин, то можете наполягати на тому, що зовсім не шукаєте Бога, а просто насолоджуєтеся сексуальним зарядом, який отримуєте від порнографії. Якщо ви християнин, то можете сказати мені, що ваша віра в Христа не дуже-то допомогла вам впоратися з силою порнографії. Ви знаєте, що це неправильно. Вам соромно, проте цьому можна протистояти. Ви вірите в Ісуса Христа і хочете чинити правильно, однак,

коли настає випробування, то потяг до порнографії здається сильнішим, ніж Божа влада над вами.

Щоб зрозуміти, чому порнографія викликає таку залежність, можна послатися на силу сексуального потягу і на те, що чоловіки орієнтовані на візуальне сприйняття, а тому частіше, ніж жінки, збуджуються від того, що бачать. Це вірно, але не пояснює, чому порнографія викликає залежність. Існує прагнення ще сильніше і глибше, ніж секс - це прагнення заповнити порожнечу в душі. Потрапляння в пастку порнографії відбувається, коли, образно кажучи, у вас у середині переплітаються дрони, і тяга до Бога змішується з тягою до сексуальної стимуляції.

Кожен з нас створений для стосунків любові з самим Богом. Ми створені так, що повністю можемо бути задоволені тільки з'єднавшись із Господом і смакуючи радість, яка не від світу цього. Біблія каже, що Бог "усе зробив прекрасним у свій час, і вклав мир у серце людей", або, як в інших перекладах написано, Він "вічність поклав їм у серце..." (книга Еклезіястова 3:11). Цей потяг до вічних цінностей, закладений всередині нас, настільки сильний, що якщо ми спробуємо задовольнити його чимось, окрім Бога, то опинимося в пастці, в рабстві й залежності від цієї речі. Чи то порнографія, чи то алкоголь, чи то їжа, чи то спорт, чи то досягнення, чи то щось інше, якщо ми намагаємося задовольнити нашу найголовнішу потребу в спілкуванні з Богом не за допомогою Бога, то потрапляємо на гачок.

Коли ваші очі притягуються до сексуальних сцен, ви насправді шукаєте Бога й особливої радості від вічних стосунків із Ним. Але дивитися не туди. Будь-який гріх, включно з порнографією - це питання невдоволення в Бозі. Це пошук задоволення поза стосунків з Богом і поза Його шляхом. Закладене всередині нас бажання до спілкування з Богом настільки сильне, що якщо його спробувати замінити чимось меншим ніж Бог, то людина перетворюється на раба і потрапляє в залежність від цього. Христос сказав: "Хто чинить гріх, той раб гріха" (Єв. Івана 8:34). Люди, які не мають правильних стосунків із Богом, можуть потрапити в пастку і залежність порнографії, так само як і деякі християни, які мають справжню віру і скуштували дар Божої благодаті, але все одно мають неправильні бажання. Щоб звільнитися від порнографічної залежності, їм потрібно знайти найповніше задоволення в Бозі.

Прагнення до мужності

Зі спрагою стосунків із Богом пов'язане ще одне глибоке бажання чоловіка: прагнути до своєї мрії та доводити свою мужність. Що це означає? Джон Елдредж каже: "У серці кожного чоловіка живе відчайдушне бажання битися, пережити пригоду і врятувати красуню". Це не випадковість. Це частина того, як Бог створив нас. Чоловіче серце хоче довести свою силу в боротьбі з якоюсь перешкодою, зробити щось сміливе і захопливе, стати героєм для жінки та завоювати її захоплення і любов.

Багато чоловіків відмовляються від своїх юнацьких мрій. Їхнє життя стає нудним, що не приносить задоволення. Вони не вірять, що коли-небудь зможуть розв'язати складне завдання, здійснити захопливу пригоду або стати героєм для особливої жінки. Можливо, у когось із них уже є особлива жінка, дружина, яка живе з ним в одному будинку. Такий чоловік не помічає її краси та не вірить, що в нього є все, що потрібно, щоб завоювати її серце і захоплення. Тому він навіть і не намагається це зробити. Що ж тоді відбувається? У книжці "Дикість у серці" Джон Елдредж пише: "Якщо людина не знаходить тих стосунків, для яких

створене її серце, якщо їй не запропонували жити заради них, тоді в глибині душі, вона все одно буде шукати їх якимось іншим способом".

Чому порнографія - це пастка номер один для чоловіків? Людина жадає краси, але не маючи справжньої любові в серці, вона не може знайти її, завоювати або утримати. Хоча чоловіка сильно тягне до жінки, він не знає, як за неї боротися, і навіть не розуміє, що має робити це. Швидше за все, вона здається йому загадкою, яку він не має сили розгадати, і тому в глибині душі тримає дистанцію. Залишившись наодинці із собою, людина звертається до імітації. Порнографія викликає зивання, тому що більше, ніж будь-що інше в житті, дозволяє відчувати себе чоловіком, не вимагаючи від нього нічого. Що менше хлопець почувається справжнім чоловіком у присутності справжньої жінки, тим вразливіший він для порнографії.

Порнографія дає помилкове задоволення. Тому, коли хтось насправді жадає стосунків із Богом, то порнографія пропонує йому хибні почуття, коли він зголоднів за мужністю. Якщо жінка або багато жінок готові роздягнутися тільки заради тебе, ти маєш бути чоловіком! «Звісно, насправді не тільки для вас, - каже Елдредж, - але вам так здається, коли ви залишаєтеся наодинці з фотографіями».

Щоб звільнитися від пастки порнографії, недостатньо просто відчувати почуття провини або бажання змінитися. Недостатньо спалити журнали, встановити інтернет-фільтр і закрити доступ до поганих каналів кабельного телебачення або супутникової антени. Це необхідні, але недостатні заходи. Більша свобода приходить із більшою самореалізацією: ваш потяг до вічного має бути наповнений Божим Святим Духом, а прагнення до справжньої мужності повинно бути повністю реалізоване у вашому житті через послух Слову Божому. Тільки так ви зможете відповідати образу чоловіка, який заклав у вас сам Бог. Детальніше про це я розповім ближче до кінця лекції, а зараз розгляньмо інші моменти, які не можна випускати з уваги.

Левовий рів

По-перше, визнайте, що порнографія - це погано. Одного визнання недостатньо, але це відправна точка. Ви ніколи не виберетеся з пастки, якщо думатимете, що це зовсім не пастка, а рай для щастя і задоволення.

Дік Смотерс-молодший, син коміка з групи Smothers Brothers, каже, що пишається тим, що продюсує і знімається в порнофільмах. Він каже, що хоче стати Орсоном Веллсом у порно. Орсон Веллс був творчим генієм на радіо і в кіно, а не торговцем мерзенними матеріалами, але Дік Смотерс-молодший говорить про порно як про законний бізнес і вид мистецтва. Якщо ви дотримуетесь такої ж думки та не бачите в порно нічого поганого, вам не уникнути порнографічної пастки.

Мені часто доводиться їздити по шосе, на якому висить рекламний щит так званого "супермаркету для дорослих" - порнографічного закладу, що називає себе "The Lion's Den", що в перекладі на українську означає "Левовий рів". Цікаво, чи не відповідає назва магазину подіям із книги пророка Даниїла та чи не висміює вона біблійне попередження: "Будьте тверезі, пильнуйте! Ваш супротивник диявол ходить, ричачи, як лев, що шукає пожерти кого" (1 Петра 5:8). Можливо, комусь здалося дуже розумною ідеєю назвати порно заклад "Левовий рів", але це саме те, чим він є - місцем, де сатана поглинає душі. Порно - це зло. Незалежно від того, скільки людей його дивляться, незалежно від того, скільки поважних компаній його рекламують, порно - це зло. Однак, цілком імовірно, найбільший прибуток від порно отримує не цей заклад, а більші торговці, наприклад, корпорація General Motors.

Можливо, ви думали, що найбільша у світі компанія продає тільки легкові та вантажні автомобілі, але General Motors також продає величезну кількість порнографічних матеріалів через свою дочірню компанію DirectTV. Газета New York Times повідомила, що General Motors: "щорічно продає більше графічних секс-фільмів, ніж Ларрі Флінт, власник імперії Hustler". Комунікаційні гіганти AT&T, NewsCorp і AOL Time Warner отримують більше прибутку від продажу порно, ніж Playboy. Готелі та мотелі, що належать компаніям Hilton, Marriot та іншим відомим брендам, також займаються порнографією. Може здатися, що той факт, що порно продають провідні корпорації, робить його респектабельним і прийнятним, але це не так. Це зло.

Чому вона є злом? Порнографія порушує Божу волю та йде всупереч із вченням Ісуса Христа. Ісус сказав: "Кожен, хто на жінку подивиться із пожадливістю, той уже вчинив із нею перелюб у серці своїм" (Матвія 5:28). Потім Христос попередив, що ми повинні позбутися всього, що викликає гріх, інакше ми можемо потрапити в пекло. Порнографія ображає Бога, наражає чоловіків на небезпеку потрапити в пекло і завдає серйозної шкоди жінкам.

Звичайно, вона шкодить і жінкам, які знімаються для створення порно. Деякі з них перебувають у відчаї, а продюсери використовують їх у своїх цілях. Інші жінки готові піти на зло заради грошей, але при цьому вони продають свою душу.

Порнографія також завдає жахливої шкоди дівчатам і жінкам, яких гвалтують чоловіки, охочі втілити в життя те, що вони побачили в порно. Не думайте, що цього не відбувається. Це трапляється частіше, ніж хочуть визнати торговці порнографією. Порнографія підштовхує деяких чоловіків до скоєння жахливих злочинів проти жінок.

Напевно, найпоширеніший спосіб, яким порнографія шкодить жінкам, - це шкода, яку вона завдає людським стосункам. Багато хлопчиків і чоловіків опиняються в пастці "підсолоджених" зображень і не можуть нормально ставитися до реальних жінок, яких вони знають. Доктор Гері Брукс називає цей стан "синдромом центрального". Чоловік набуває звички витріщатися на тіла, а не розвивати стосунки. Що відчуває дружина, коли її чоловік дивиться порнографію? Вона почувається ураженою і віддаляється від нього. Як сказала одна дружина: "Як я можу конкурувати з сотнями інших анонімів, які зараз перебувають у нашому ліжку, у його голові? Наше ліжко переповнене незнайомцями там, де колись ми були близькі".

Порнографія гріховна і шкідлива. Ні на секунду не допускайте думки, що це не так. Біблія каже: «Не жадай її вроди у серці своїм, і тебе хай не візьме своїми повіками?» (Пр.6:27). Чи візьме людина огонь на лоно своє, і одіж її не згорить?"(Приповістей 6:25,27). Якщо ви використовуєте порнографію, ви згорите, а якщо не покаєтесь, то будете вічно горіти в пеклі. Не грайтеся з вогнем. Не влаштовуйтеся в левиному лігві. Якщо ви вже потрапили в пастку, не намагайтеся розслабитися і відчути себе комфортно. Зупиніться і моліться про те, щоб знайти вихід.

Опір спокусі

Щойно ви усвідомлюєте, що порнографія - зло і шкода, поставте перед собою ціль триматися від неї якомога далі. Однією силою волі неможливо подолати прихильність до порнографії. Вам потрібна сила від Бога і сповнення Духом Святим. Але, перш ніж Бог дасть вам цю силу, ви повинні підпорядкувати свою волю Божій волі.

Біблія говорить нам про Йова, як про одного з найвидатніших людей віри. Він дуже серйозно ставився до Бога і цурався зла. Йов сказав: "Умову я склав був з очима своїми, то як буду дивитись на дівчину?" (Йова 31:1). Чи уклали ви угоду зі своїми очима, чи маєте серйозне зобов'язання дивитися на жінок не як на речі, а як на особистості? Біблія говорить: "Старших жінок немов матерів, молодших як сестер, зо всякою чистістю" (1-Тимофія 5:2). Як би ви поводитися з сестрою? Хотіли б ви, щоб ваша сестра позувала в порно журналах або знімалася в секс-відео? Хотіли б ви, щоб мільйони чоловіків витріщалися на наготу вашої сестри? Чи хочете ви, щоб великі корпорації наживалися на її ганьбі? Якщо ні, то не поведіться так з жодною жінкою, і не використовуйте порнографію. Сприймайте жінок як сестер, як дітей нашого Небесного Отця, а не просто як іграшки, від яких можна отримати миттєву насолоду. Укладіть угоду зі своїми очима, щоб не дивитися з пожадливістю на дівчину.

Як боротися із сексуальною спокусою? Перш за все, тримайтеся від неї якомога далі. Біблія не говорить: "Шукайте собі пригод у ситуаціях, де ви будете спокушені. Підійдіть до спокуси ближче і доводьте, наскільки ви сильні, чинячи опір щосили". У 1-му посланні до Коринтян 6:18 Біблія прямо говорить: "Утікайте від розпусти..", - тобто біжіть від сексуальної аморальності. Потрібно бігти! Тікайте, йдіть від неї якомога далі. Тримайтеся якомога далі від магазинів, де продається порнографія. Тримайтеся якомога далі від магазинів, де дають напрокат сексуальне відео. Не підписуйтеся на телевізійні пакети з брудними програмами. Уникайте номерів у мотелях, де по телевізору показують матеріали "для дорослих". Писання застерігає молоду людину про спокусливу жінку: "Віддали ти від неї дорогу свою, і не зближайсь до дверей її дому" (Приповістей 5:8).

Насамперед я звертаюся до чоловіків, тому що здебільшого порнографія - це чоловіча спокуса. Порнографічні сцени, що збуджують чоловіків, у жінок часто викликають огиду. Жінки не так схильні до залежності від брудних картинок і фільмів. Проте жінкам слід з обережністю ставитися до емоційного порно: романтичних романів і фільмів про дівчат, у яких аморальність здається такою, що захоплює і хвилює серце. Жінкам також слід остерігатися інтернет-чатів, де вони можуть знайти любовні фантазії з незнайомцями. Такі чати аморальні, і надто багато з цих фантазійних інтернет-романів перетворюються на романи з плоті та крові. Тому, хоча я і звертаюся здебільшого до чоловіків, я хочу, щоб і жінки остерігалися емоційного порно та його впливу.

Перший рівень боротьби зі спокусою - уникати її, наскільки це можливо. Але що робити, якщо повністю уникнути її не вдається? Навіть якщо ви захистите свій дім від доступу до будь-яких порнографічних матеріалів, майже неможливо не проїхати повз білборди з рекламою "джентльменських клубів". Майже неможливо повністю уникнути всіх вулиць, магазинів, торгових центрів і аеропортів, де є журнальні стенди з порнографією. А якщо ви багато подорожуєте, то важко уникнути проживання в мотелях, де спокуса знаходиться так само близько, як пульт від телевізора. Навіть якщо ви максимально уникаєте спокуси, в якийсь момент вам все одно доведеться з нею зіткнутися, особливо в культурі, яка настільки перенасичена сексуальними спокусами, як наша.

Якщо все ж спокуси не вдається уникнути, і вона підступає дуже близько, то що ви можете зробити? Бути наготові й шукати найкращий вихід із ситуації. Не шукайте спосіб зайти ще далі, а шукайте найвірніший шлях до спасіння. Біблія обіцяє послідовникам Ісуса Христа: "Досягла вас спроба не інша, тільки людська; але вірний Бог, Який не попустить, щоб ви

випробовувалися більше, ніж можете, але при спробі й полегшення дасть, щоб знести могли ви її." (1-е послання до Коринтян 10:13).

Якщо ви їдете машиною і бачите рекламний щит магазину для дорослих, не зменшуйте швидкість - продовжуйте їхати. Якщо ви бачите журнальний кіоск із поганим матеріалом, негайно переставте ноги в іншому напрямку. Якщо ви перебуваєте в номері мотелю, не беріть у руки пульт від телевізора. Візьміть слухавку і зателефонуйте дружині, а якщо ви самотні, то тому, хто зможе вас підбадьорити, кому ви зможете розповісти про те, що відбувається. Спокуса стає сильнішою, якщо вона відбувається в таємниці. На світлі вона слабшає. Багато чоловіків-християн допомагають один одному бути чесними й прагнути до чистоти, коли розповідають про свої проблеми та надають один одному звіт про те, що відбувається в їхньому житті.

У пастці справжнього кохання

Ще одна важлива стратегія звільнення від порно пастки - це потрапляння в пастку справжньої любові. У книзі Приповістей, п'ятому розділі, Біблія застерігає від сексуального гріха, а потім каже: "Хай твоє джерело буде благословенне, і радій через жінку твоїх юних літ, вона лань любовна та серна прекрасна, її перса напоєть тебе кожночасно, впивайся ж назавжди коханням її!" (Приповістей 5:18-19). Бог створив секс для насолоди в шлюбі, де панує вірність і любов. Якщо ви будете зачаровані любов'ю своєї дружини, у вас буде менше шансів потрапити в пастку порнографії. Тому, якщо ви не одружені, але відчуваєте сильні сексуальні бажання, молитесь про силу Божу для самоконтролю або про дружину, яка буде любити вас. Писання говорить: "Коли ж не втримаються, нехай одружуються, бо краще женитися, ніж розпалитися" (1-е послання до Коринтян 7:9).

Шлюб має величезне духовне значення як союз двох людей, покликаних відображати союз Христа і Його Церкви, але шлюб має і реальну, приземлену цінність - спрямовувати сексуальну енергію в корисне, а не шкідливе річище. Писання говорить, що оскільки навколо нас відбувається дуже багато аморальності, то Щоб уникнути розпусти, нехай кожен муж має дружину свою, і кожна жінка хай має свого чоловіка" (1-е послання до Коринтян 7:2).

Якщо ви одружені, робіть усе можливе, щоб ваш шлюб був міцнішим і теплішим - і не нехтуйте статевими стосунками. Біблія прямо говорить, що чоловік повинен виконувати свій подружній обов'язок стосовно дружини, і дружина щодо чоловіка: "Дружина не володіє над тілом своїм, але чоловік; так же само й чоловік не володіє над тілом своїм, але дружина. Не вхилийтесь одне від одного, хіба що дотримуючись згоди, щоб бути в пості та молитві, та й сходьтесь знову до купи, щоб вас сатана не спокушував вашим нетриманням" (1-е послання до Коринтян 7:4-5).

У стосунках у деяких сімейних пар секс використовується як розмінна монета, від якої можна відмовитися, якщо ваш чоловік не піде вам назустріч у якомусь питанні. Це величезна помилка. Якщо ви ставитеся до свого тіла як до розмінної монети, ваш чоловік може почати сприймати його як об'єкт, і в нього виникне спокуса шукати інші об'єкти, які будуть більш бажаними - ті, що позують йому в порнографії.

Самотні люди, які відчувають сильний сексуальний потяг, повинні молитися про те, щоб одружитися, а подружні пари повинні пристрасно і часто насолоджуватися тілом одне одного - це частина біблійної мудрості та здорового глузду щодо сексуальних бажань, даних Богом.

Заповнення порожнечі

Після всього сказаного вище, повернімося до того, з чого ми почали. Коли людина дивиться на порнографічну продукцію, вона насправді шукає Бога. Вона намагається заповнити порожнечу, яку може заповнити тільки Бог. Тому не варто обмежуватися спробами прибрати порнографію зі свого життя. Вам не просто потрібно менше порнографії, вам потрібно більше Божої благодаті та Божого Духа.

Якщо ви не були народжені згори та не належите Ісусу Христу, вам потрібно народитися згори та вступити в живі стосунки з Господом. Порнографія може бути одним із ваших гріхів, але це не найсерйозніший ваш гріх. Ваш найбільший гріх - невіра: відмова від Бога і вибір жити без Нього. Покайтеся. Зізнайтеся у своїй непокорі. Попросіть Бога пробачити вам заради жертви Ісуса Христа і вірте, що Він це зробить. Його кров покриє ваш гріх, а Його Дух вкличе у вас Боже життя, перетворивши вас на нову людину.

Якщо ви вже відроджений, відданий християнин, продовжуйте зростати в Божій благодаті й дедалі більше наповнювати своє серце та життя Святим Духом. Якщо ви справжній християнин, це не означає, що вас ніколи не спіткає спокуса. Якщо ви справжній християнин, це не означає, що ви ніколи не згрішите. Ви будете боротися зі спокусами більш ефективно і грішити рідше, ніж без Христа, але в цьому житті ви все ще далекі від досконалості. Ставтеся до цього реалістично, але не дозволяйте цим фактам збентежити вас. Біблія говорить: "Бо праведний сім раз впаде та зведеться, а безбожний в погібіль впаде!" (Приповістей 24:16). Навіть якщо ви все ще грішите, духовне зростання полягає в тому, щоб ненавидіти гріх, а не любити його, боротися з ним, а не загрузнути в ньому.

Моліться про те, щоб Бог ще більше наповнив вас Своєю живою водою і допоміг вам не шукати задоволення своєї спраги за допомогою порнографії або іншого ідола. Щодня проводьте час із Господом у молитві та читанні Біблії. Щотижня поклоняйтеся разом з іншими християнами в церкві, а якщо вам потрібна особлива допомога, знайдіть собі партнера з підзвітності, який буде вас підбадьорювати та допомагати не збитися зі шляху. Усе це не є чарівними ліками проти порнографії, але ці кроки допоможуть вам стати ближчими до Бога. Що більше ви шукаєте Господа і що ближче до Нього перебуваєте, то більше Він наповнює ваше серце і тим менше місця залишається для порнографії.

Довіртеся Божій благодаті, яка помилує і звільнить вас, і живіть залежно від сили Святого Духа. Візьміть до серця Боже Слово: "Бо з'явилася Божа благодать, що спасає всіх людей, і навчає нас, щоб ми, відцуравшись безбожності та світських пожадливістей, жили помірковано та праведно, і побожно в теперішній віці" (Тит. 2:11-12). Благодать вчить нас говорити "ні" безбожництву і мирським пристрастям. Вона спонукає нас жити стримано, праведно і благочестиво. Отже, "І кажу: ходіть за духом, і не вчините пожадливости тіла" (до Галатів 5:16).