

Journée spéciale enditnow®

Trousse à outils

28 août 2021

## RAMENER LA PAIX AU FOYER : Les racines de la violence des jeunes

Sermon écrit par Sarah McDugal  
Auteur | Formatrice | Conseillère pour les victimes de violence  
Wilderness to WILD

Séminaire inclus  
**PORNOGRAPHIE : Dépendance, Violences & Souffrances**

Écrit par Erica Jones  
Responsable adjointe | Ministères des femmes  
Division nord-américaine des Adventistes du septième jour

Livret numérique sur la violence domestique inclus  
**SOUTIEN AUX VICTIMES DE VIOLENCES : GUIDE VISUEL RAPIDE**

Écrit par Sarah McDugal

**enditnow®**

Les adventistes disent NON à la violence

Ministères des enfants, Éducation, Ministères de la famille, Ministères de la santé,  
Association pastorale, Ministères des femmes, Ministères de jeunesse



Préparé par le Département du Ministère des femmes  
Conférence Générale des Adventistes du septième jour  
Au nom de l'équipe enditnow® des départements de la Conférence Générale  
12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD, 20904-6600 USA

# Seventh-day Adventist® Church

CONFÉRENCE GÉNÉRALE  
SIÈGE SOCIAL MONDIAL



## MINISTÈRES DES FEMMES

30 mars 2021

Chers responsables,

Joyeuses salutations à chacun de vous. Cette année, pour la journée spéciale *enditnow*® nous avons choisi de nous focaliser sur les questions de la violence des jeunes et de la pornographie. Ce ne sont pas des questions dont on parle d'habitude, et nous savons que certains seront mal à l'aise avec le sujet. Mais il est vital que nous reconnaissons le problème. De plus en plus, dans les journaux, nous lisons des informations sur des violences perpétrées par et sur des jeunes. Nous ne pouvons plus faire comme si ce problème existait uniquement hors des murs de notre église. Nos jeunes ne sont pas à l'abri ! Nous devons trouver des moyens de les aider à gérer les conséquences destructrices et dangereuses de ce genre de violences. Avec l'aide de Dieu, nous ferons une différence dans leurs vies et contribuerons à ce que le processus de guérison commence.

Le sermon de cette année, intitulé « Ramener la paix au foyer » a été écrit par Sarah McDugal, auteur, formatrice, conseillère pour les victimes de violences, fondatrice de l'association Wilderness to WILD. Nous remercions Sarah pour les informations qu'elle partage dans le sermon et pour les encouragements et les conseils qu'elle partage à partir de la Bible.

Vous trouverez de plus dans cette trousse à outils un séminaire intitulé « Le problème de la pornographie : Addiction, violences et souffrances » écrit par Erica Jones, Responsable adjointe des Ministères des femmes pour la Division nord-américaine des Adventistes du septième jour. Erica travaille avec des jeunes femmes dans la Division nord-américaine dans le domaine des violences, des addictions et de la pornographie. De nombreuses jeunes femmes ont pu être aidées grâce à l'engagement et à la consécration d'Erica pour faire connaître ces questions.

Nous remercions tous les départements de la Conférence Générale qui continuent de soutenir *enditnow*®. Leur aide et leurs encouragements depuis des années ont permis à la question de la violence dans nos foyers et nos communautés de remonter à la surface et d'être abordée ouvertement parmi nos membres.

Que Dieu vous bénisse et vous guide tandis que vous partagez les importantes ressources de cette trousse à outils pour la journée spéciale *enditnow*®.

Bien à vous dans la joie,



Heather-Dawn Small  
Responsable des Ministères des femmes

« Je rends grâce à mon Dieu toutes les fois que je me souviens de vous [...] avec joie. » Philippiens 1:3

## Table des matières

<i>À propos des auteurs</i> .....	<b>4</b>
<i>Que contient cette trousse à outils ?</i> .....	<b>4</b>
<i>Notes du programme</i> .....	<b>6</b>
<i>Déroulement du service</i> .....	<b>7</b>
<i>Sermon</i> .....	<b>8</b>
<i>Déclaration sur la pornographie</i> .....	<b>18</b>
<i>Séminaire</i> .....	<b>205</b>
<i>Séminaire</i> .....	<b>3627</b>

## À propos des auteurs

**Sarah McDugal** est auteur, oratrice, formatrice, et Conseillère pour les victimes de violences. À ce titre, elle travaille exclusivement avec des femmes meurtries par des relations toxiques dans un contexte d'église. Ancienne étudiante de l'Université adventiste Southern, elle a obtenu son diplôme de Master à l'Université Andrews. Depuis 2018, elle est membre au sein de la Division nord-américaine du Comité sur les questions de maltraitance.

Sarah a fondé [WildernesstoWILD.com](http://WildernesstoWILD.com), qui propose un accompagnement, des parcours de formation et des ressources pour guider les représentants, le clergé et les rescapés de violences vers la plénitude, la guérison et le développement d'églises plus sûres.

Sarah a publié sept livres, parmi lesquels : *Myths We Believe, Predators We Trust* ; *Safe Churches : Responding to Abuse in the Faith Community* ; *Abuse Advocacy : A Quick Visual Guide* ; et *Understanding and Implementing Sexual Misconduct Policy*.

Pour en savoir plus sur Sarah McDugal, suivez-la sur [Facebook](#), [YouTube](#), et [Instagram](#).

*Soutien aux victimes de violences : guide visuel rapide*, un livret numérique (pdf) est écrit par Sarah McDugal et utilisé avec la permission de *Wilderness to WILD*.

Sauf mention contraire, tous les textes bibliques du sermon de Sarah McDugal sont tirés de la Bible Segond 1978, dite Bible à la Colombe.

**Erica Jones** est responsable adjointe des Ministères des femmes, Division nord-américaine.

**Claudio et Pamela Consuegra** sont responsables des Ministères de la famille, Division nord-américaine.

## Que contient cette trousse à outils ?

<b>Sermon:</b>	« Ramener la paix au foyer, » par Sarah McDugal, avec PPT
<b>Déclaration:</b>	« Pornographie, » déclaration publique de 1990 par Neal C. Wilson, avec PPT
<b>Séminaire:</b>	« Pornographie : Addiction, violences et souffrances, » par Erica Jones, avec PPT
<b>Séminaire:</b>	« De dangereux parents proches, » par Claudio et Pamela Consuegra, avec PPT
<b>Livret numérique:</b>	Soutien aux victimes de violences : guide visuel rapide, par Sarah McDugal, PDF

- Plaquette:** Plaquette sur les violences des jeunes par les Ministères des femmes de la Division nord-américaine, PDF
- Document:** Outil d'auto-évaluation pour l'église, Graphique C, par **enditnow**<sup>®</sup> de la Division nord-américaine
- Diapositives:** Arrière-plans pour le sermon, PPT

## Notes du programme

Veillez lire intégralement les éléments de la trousse à outils **enditnow**<sup>®</sup>. Restez vigilants pour trouver des manières d'adapter le contenu pour qu'il corresponde aux besoins de votre division et de vos champs missionnaires. N'hésitez pas à traduire, remanier et modifier les ressources de la trousse à outils *en fonction des besoins de votre division*, y compris la version de la Bible qui convient le mieux à vos habitudes. N'hésitez pas non plus à adapter la trousse à outils *en fonction de votre public culturel*. Nous partagerons les ressources en espagnol, français et portugais avec les responsables des ministères des femmes de la division quand les divisions attirées nous enverront un fichier numérique traduit.

Le déroulement du service indique des cantiques et des lectures tirés du recueil de cantiques adventistes *Hymnes et Louanges* et liés au thème du sermon. Veuillez choisir des éléments des grandes lignes ou créez votre propre déroulé.

Recevez toute notre reconnaissance pour avoir fait suivre la trousse à outils pour la journée spéciale **enditnow**<sup>®</sup> aux homologues de votre division afin d'atteindre plus rapidement les églises locales. La trousse à outils est également disponible sur notre site internet, [women.adventist.org](http://women.adventist.org), à la page Special Days [Journées spéciales], Enditnow, 2021.

Ayez l'amabilité de vous souvenir que notre logo **enditnow**<sup>®</sup> **Adventists Say No to Violence** est enregistré et déposé. Imprimez toujours **enditnow** en minuscules, en noir et en gras, avec le « it » en rouge, sans espaces. Utilisez le symbole déposé dans le titre et la première référence dans le corps d'un document et partout où il est employé comme logo plutôt que comme texte.

Sept départements de la Conférence Générale des Adventistes du septième jour se sont réunis en équipe pour s'occuper du problème de la violence interpersonnelle. Les Ministères des enfants, l'Éducation, les Ministères de la famille, les Ministères de la santé, l'Association pastorale et les Ministères de Jeunesse ont rejoint les Ministères des femmes pour parrainer l'initiative **enditnow**<sup>®</sup> **Adventists Say No to Violence**. La violence interpersonnelle affecte tout le monde, et nous sommes ravis que ces ministères pour les jeunes et les plus âgés, pour les hommes et les femmes, pour les enfants et les adultes, pour les membres et les pasteurs, fassent partie de cette alliance pour sensibiliser à cette violence sociale et spirituelle, qui constitue une tragédie sous toutes ses formes.

Conférence Générale des Adventistes du septième jour  
Département des Ministères des femmes

## Déroulement du service

Appel à l'adoration

Cantique de louange

Répons

Prière pastorale

Réponse à la prière

Offrandes

Morceau spécial

Lecture biblique

Galates 5:22

Mais le fruit de l'Esprit est : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, fidélité, douceur, maîtrise de soi.

Sermon

Ramener la paix au foyer : Les racines de la violence des jeunes

Cantique de réponse

Prière de clôture

Bénédictio

Ésaïe 58:6,8

« Voici le jeûne que je préconise : Détache les chaînes de la méchanceté, dénoue les liens du joug, renvoie libres ceux qu'on écrase, et que l'on rompe toute espèce de joug. Alors ta lumière poindra comme l'aurore, et ta guérison germera promptement ; ta justice marchera devant toi, et la gloire de l'Éternel sera ton arrière-garde. »

## Sermon

### RAMENER LA PAIX AU FOYER :

#### Les racines de la violence des jeunes

par Sarah McDugal, Conseillère pour les victimes de violence  
Fondatrice de WildernesstoWILD.com

Verset biblique : Galates 5:22

#### INTRODUCTION

La Petite Personne, allégorie

Il était une fois une Petite Personne qui se sentait spéciale. La Petite Personne voulait toujours qu'on fasse comme « elle » l'avait décidé. Les envies ou les besoins des autres n'avaient pas d'importance pour la Petite Personne qui devint égoïste.

Tandis que d'autres Petites Personnes apprenaient à mettre en premier les besoins des autres, cette Petite Personne-là non. Et la Petite Personne commença à attendre et à exiger qu'on fasse comme « elle » voulait.

La Petite Personne grandit et devint une Grande Petite Personne. Quand la Grande Petite Personne tentait d'exiger qu'on fasse comme « elle » voulait avec d'autres adultes, cela ne marchait pas aussi bien qu'avant.

Au lieu de penser à être gentille et utile pour les autres, la Grande Petite Personne prit l'habitude de faire des choses malhonnêtes et du mal aux autres pour qu'on fasse comme « elle » voulait, alors que c'est mal de faire des choses malhonnêtes et du mal aux autres.

Comme la Grande Petite Personne était toujours gentille avec les responsables, ils pensaient que la Grande Petite Personne était une personne merveilleuse. Bientôt, les responsables laissèrent la Grande Petite Personne prendre de plus en plus de pouvoir.

Il semble que la Grande Petite Personne vécut heureuse pour toujours, mais tous les gens qui étaient proches de la Grande Petite Personne souffraient. À la fin, Grande Petite Personne qui avait appris à aimer être cruelle, se retrouva à souffrir elle aussi, parce que la Grande Petite Personne qui voulait qu'on fasse comme « elle » voulait ne connut jamais ce que c'est que d'être généreux, utile et gentil.

Un jour quand les responsables se rendirent compte que la Grande Petite Personne était cruelle avec les autres, ils décidèrent d'arrêter de donner du pouvoir à la Grande Petite Personne. Ce jour-là, la Grande Petite Personne n'eut plus la possibilité de faire du mal aux

gens du coin et ils purent commencer à guérir de leurs blessures et vivre le véritable amour et la sécurité.

## STATISTIQUES SUR LA VIOLENCE DES JEUNES DANS LE MONDE

Le monde d'aujourd'hui est un endroit dangereux pour nos enfants et nos jeunes. Si nous avons suffisamment de courage pour les regarder, les statistiques concernant la violence, le harcèlement et les agressions sont inquiétantes, et ce, quel que soit le pays. Les technologies ont multiplié le potentiel de cruauté chez les jeunes, en rendant possible le harcèlement sur Internet de ses camarades sans risquer de s'exposer ou de se mettre en danger personnellement.

Avant de pouvoir explorer les moyens concrets de s'occuper de ce problème, nous devons d'abord avoir une meilleure compréhension de ce que nos jeunes vivent au quotidien dans le monde d'aujourd'hui.

Ces statistiques peuvent être troublantes et très pénibles à entendre, mais pour notre communauté de foi, il est crucial de les connaître si nous voulons être à la fois au courant et en mesure d'avoir un véritable impact sur la situation. Nous ne devons pas non plus oublier que parmi nos assemblées et nos quartiers, beaucoup de familles vivent avec les conséquences de ces chiffres, ce qui en fait un thème important à aborder dans l'église, même si cela nous met mal à l'aise.

D'après l'Organisation mondiale de la Santé, la violence des jeunes est un problème de santé publique à l'échelle mondiale. Elle comprend toute une gamme d'actes, du harcèlement et à l'affrontement physique, en passant par les agressions sexuelles et physiques plus graves, et jusqu'à l'homicide.<sup>1</sup>

- On compte environ 200 000 homicides chaque année dans le monde parmi les jeunes de 10 à 29 ans. Ce qui représente près de la **moitié** (43%) du nombre total d'homicides dans le monde chaque année.
- Les homicides sont la **quatrième** cause de décès dans la tranche d'âge 10-29, et 83% de ces homicides sont des victimes de sexe masculin.
- Pour chaque jeune tué, bien d'autres **subissent des blessures** qui demandent une hospitalisation.
- Dans une étude, jusqu'à **24% des femmes** rapportent que leur première expérience sexuelle a eu lieu sous la contrainte.
- Quand elle n'est pas mortelle, la violence des jeunes a un **impact** grave, souvent **à vie** sur la fonction physique, psychologique, et sociale.

---

<sup>1</sup> <https://www.un.org/youthenvoy/2015/12/youth-violence-is-a-global-public-health-problem-who/>

- La violence des jeunes **augmente fortement les coûts** en matière de services de santé, de protection sociale et de justice pénale. Elle réduit la productivité et fait baisser la valeur de l'immobilier.

D'après RAINN, les chiffres de la violence sexuelle sur les enfants de moins de 18 ans<sup>2</sup> sont effrayants :

- 1 fille sur 9 et 1 garçon sur 53 de moins de 18 ans a été victime d'agression ou d'abus sexuel de la part d'un adulte.<sup>3</sup>
- 82% de toutes les victimes mineures sont des filles.<sup>4</sup>
- Les filles âgées de 16 à 19 ans ont 4 fois plus de risques d'être victimes de viol, de tentative de viol ou d'agression sexuelle, que le reste de la population.<sup>5</sup>
- 9 victimes de viol sur 10 sont de sexe féminin.<sup>6</sup>

Les conséquences des abus sexuels sur les enfants peuvent être durables et affecter la santé mentale des victimes, en augmentant les risques, et en les rendant :<sup>7</sup>

- environ 4 fois plus susceptibles de développer des symptômes de toxicomanie.
- environ 4 fois plus susceptibles de connaître un état de TSPT à l'âge adulte.
- environ 3 fois plus susceptibles de traverser un épisode dépressif grave à l'âge adulte.

Alors, en tant que parents, enseignants, et responsables d'église aimants, comment protéger nos enfants ? Que pouvons-nous faire pour protéger la nouvelle génération et aider ces jeunes à devenir des adultes en bonne santé, complets, forts, confiants et en sécurité ?

## LA OU COMMENCE LA VIOLENCE DES JEUNES

Les statistiques montrent que le foyer, où les enfants sont censés être entourés d'adultes et de jeunes plus âgés qu'ils aiment et en qui ils ont confiance, est souvent l'endroit le plus dangereux. Les chiffres montrent que quand des cas d'abus sexuels sont signalés à la police :

<sup>2</sup> <https://www.rainn.org/statistics/children-and-teens>

<sup>3</sup> David Finkelhor, Anne Shattuck, Heather A. Turner, & Sherry L. Hamby, The Lifetime Prevalence of Child Sexual Abuse and Sexual Assault Assessed in Late Adolescence, 55 Journal of Adolescent Health 329, 329-333 (2014)

<sup>4</sup> Department of Justice, Office of Justice Programs, Bureau of Justice Statistics, Sexual Assault of Young Children as Reported to Law Enforcement (2000).

<sup>5</sup> Department of Justice, Office of Justice Programs, Bureau of Justice Statistics, Sex Offenses and Offenders (1997).

<sup>6</sup> i. Department of Justice, Office of Justice Programs, Bureau of Justice Statistics, Female Victims of Sexual Violence, 1994-2010 (2013); ii. National Institute of Justice & Centers for Disease Control & Prevention, Prevalence, Incidence and Consequences of Violence Against Women Survey (1998). (Ces chiffres présentent des informations sur le nombre total de victimes, hommes et femmes, aux États-Unis, à l'aide d'une étude de 1998. La population des États-Unis ayant augmenté significativement depuis lors, le nombre de victimes a probablement augmenté également. RAINN présente ces données dans un objectif éducatif uniquement, et recommande chaudement d'utiliser les citations pour vérifier toutes les sources pour plus d'informations et de détails.)

<sup>7</sup> H.M Zinzow, H.S. Resnick, J.L. McCauley, A.B. Amstadter, K.J. Ruggiero, & D.G. Kilpatrick, Prevalence and risk of psychiatric disorders as a function of variant rape histories: results from a national survey of women. Social psychiatry and psychiatric epidemiology, 47(6), 893-902 (2012).

- 93% des auteurs sont connus de l'enfant, et dans ce chiffre, 34% sont des membres de la famille,
- Tandis que seuls 7% des auteurs sont inconnus de l'enfant.<sup>8</sup>

La réalité est effrayante : bien trop souvent, le lieu où nos enfants connaissent d'abord la violence, c'est au sein du foyer. Y compris le foyer chrétien adventiste du septième jour.

L'Organisation Mondiale de la Santé déclare également que les Expériences Négatives durant l'Enfance (ENE) font partie des sources de stress les plus intenses et fréquentes que les enfants peuvent subir tôt dans la vie.

Ces expériences négatives peuvent inclure les violences verbales, physiques, sexuelles ou psychologiques ; différentes formes de négligence ; la violence entre parents ou gardiens ; de graves dysfonctionnements comme l'alcoolisme, l'usage de substances illicites ou l'addiction à la pornographie ; ainsi que les violences directes entre pairs, ou au sein du quartier.

« Il a été démontré qu'un stress important et prolongé dans l'enfance a des conséquences à vie sur la santé et le bien-être de la personne. Il peut perturber le développement du cerveau et compromettre le fonctionnement des systèmes nerveux et immunitaires. De plus, en raison des comportements adoptés par certaines personnes qui ont connu des ENE, un tel stress peut provoquer des problèmes graves comme l'alcoolisme, la dépression, les troubles alimentaires, des comportements sexuels à risque, le VIH/SIDA, des maladies du cœur, le cancer, et autres maladies chroniques » plus tard dans la vie.<sup>9</sup>

Dans sa description de l'enfance du Christ, Luc 2:52 nous dit que « Jésus grandissait en sagesse, en taille et en grâce, devant Dieu et devant les hommes. » Cela nous indique trois choses sur son enfance :

- 1) il grandissait en maturité psychologique et spirituelle (sagesse)
- 2) il grandissait en santé et en force physique (taille)
- 3) il grandissait dans la grâce de Dieu et des hommes (caractère et personnalité).

Ellen White écrit elle aussi à propos de ces trois caractéristiques de Jésus :

« Le cours récit de ses premières années est tout plein de signification : "Le petit enfant grandissait et se fortifiait ; il était rempli de sagesse, et la grâce de Dieu était sur lui." Luc 2:52. Son esprit était actif et pénétrant ; il était plus réfléchi et plus sage que les enfants de son âge. Son caractère avait un équilibre magnifique. Ses facultés intellectuelles et ses forces corporelles se développèrent graduellement, en harmonie avec les lois de l'enfance.<sup>10</sup>

<sup>8</sup> <https://www.rainn.org/statistics/children-and-teens>

<sup>9</sup> [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/activities/adverse\\_childhood\\_experiences/en/](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/activities/adverse_childhood_experiences/en/)

<sup>10</sup> Ellen G. White, *Jésus-Christ*, 51.

Pour avoir les meilleures chances de grandir en sagesse, en stature et en grâce comme Jésus, nos enfants ont besoin de protection et de sécurité pour se développer en équilibre et harmonie. Cela veut dire qu'ils n'ont pas besoin de sécurité physique seulement, mais aussi de sécurité émotionnelle, spirituelle, sexuelle et psychologique.

Les solutions pour prévenir les expériences négatives durant l'enfance doivent commencer au sein du foyer chrétien.

Nous aimons nos chers enfants. Nous les aimons intensément et complètement. Nous voulons ce qu'il y a de mieux pour eux. Mais souvent nous ne réalisons pas que nous les préparons à des vies marquées par la violence en les soumettant à un manque de sécurité à la maison.

- S'ils voient leurs parents se disputer, ou qu'ils voient leur père attaquer leur mère – le foyer n'est pas sûr.
- S'ils sont maltraités ou agressés sexuellement par des membres de la famille ou des amis fidèles – le foyer n'est pas sûr.
- S'ils vivent dans la peur de vos critiques et de vos paroles blessantes – le foyer n'est pas sûr.
- Si leurs erreurs et leurs échecs sont utilisés pour les ridiculiser et les contrôler – le foyer n'est pas sûr.
- S'ils ne sont pas libres d'exprimer leurs émotions, leurs craintes et leurs soucis – le foyer n'est pas sûr.
- S'ils gardent le silence sur les questions spirituelles parce qu'on leur a dit que Dieu ne les aimera pas s'ils posent des questions – le foyer n'est pas sûr.
- S'ils observent les pères et les hommes de la famille exercer leur pouvoir pour exploiter les femmes au lieu de diriger comme Jésus en servant et protégeant – le foyer n'est pas sûr.

Nous ne pouvons contrôler le monde qui nous entoure. Mais nous avons en revanche une responsabilité indéniable devant Dieu, celle d'élever nos enfants dans des foyers sûrs et doux qui reflètent la tendresse et l'amour du caractère de Christ. « L'atmosphère qui entoure l'âme des parents emplit toute la maison, et se fait sentir dans toutes les sphères du foyer. »<sup>11</sup>

Si nous voulons nous occuper de l'épidémie d'agressions parmi nos jeunes, si nous voulons réduire la violence dans les relations amoureuses, le harcèlement entre pairs, les agressions sexuelles sur les enfants, et les homicides chez les jeunes, nous devons évaluer les normes culturelles qui existent au sein de nos foyers. Nous devons d'abord nous occuper de nous-mêmes en tant que parents, grands-parents, tantes, oncles, et amis de la famille. Quand nos foyers sont bâtis sur les concepts de pouvoir et de contrôle, nous perpétons sans le savoir ces cycles d'agression, de colère et de désespoir, et les reproduisons dans la communauté.

---

<sup>11</sup> Ellen G. White. *Foyer chrétien*, 16.

La première étape pour mettre fin à ces cycles pénibles est de briser le silence et de mettre en lumière le sujet.

L'apôtre Jean écrit : « La lumière est venue dans le monde, et les hommes ont aimé les ténèbres plus que la lumière, parce que leurs œuvres étaient mauvaises. Car quiconque fait le mal a de la haine pour la lumière et ne vient pas à la lumière, de peur que ses œuvres ne soient réprouvées. Mais celui qui pratique la vérité vient à la lumière, afin qu'il soit manifeste que ses œuvres sont faites en Dieu » (Jean 3:19-21).

Aussi gênant que cela puisse nous paraître, nous devons commencer à discuter de la réalité d'une manière qui laisse la place à l'honnêteté et qui conduit au changement. Quand, en tant qu'église mondiale, nous évitons les sujets qui nous mettent à l'aise, en préférant garder les choses secrètes et cachées, nous permettons à la violence de prospérer en privé. Le seul moyen de chasser les ténèbres, c'est de faire briller la lumière de la vérité, et de les amener au soleil purifiant du caractère de Dieu. Jean nous dit que si quelqu'un garde le mal dans l'ombre, il n'est pas un véritable disciple de Dieu.

#### **LA MENTALITE DU POUVOIR ET DU CONTROLE**

Les communautés d'église peuvent à leur insu encourager des modes de pensée qui augmentent les types de comportements violents, parce que nous idolâtrons ceux qui exercent le pouvoir.

Mais attendez un peu, le pouvoir n'est-il pas une bonne chose ? Oui, il peut l'être. Mais le pouvoir non maîtrisé corrompt rapidement. En tant que disciples de Christ, nous sommes appelés à nous traiter les uns les autres selon le Fruit de l'Esprit. « Mais le fruit de l'Esprit est : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, fidélité, douceur, maîtrise de soi » (Galates 5:22).

Quand nous nous focalisons sur le fait d'exercer notre pouvoir sur les autres, de contrôler leurs choix, et de leur imposer notre volonté, alors nous oublions facilement que seul Lucifer a recherché le pouvoir. Satan cherche à prendre. À posséder. À contrôler.

Christ cherche à donner. Jésus et le Père sont un dans leur identité d'AMOUR. Ensemble, ils n'utilisent que les instruments de l'amour et de la vérité pour nous inviter à accepter le salut. Tous les autres instruments : la force, la tromperie, la manipulation, la ruse, la corruption, l'intimidation, l'évitement, l'isolation, la séduction... tous sont des outils du diable, et non de Dieu. Nous ne pouvons utiliser ces outils dans notre parentalité, nos relations amoureuses, nos mariages, ou nos ministères sans assumer les caractéristiques de Satan.

Quand des croyants, membres d'église OU dirigeants, se focalisent sur le pouvoir et non sur l'esprit de service – que ce soit dans nos mariages, nos classes, ou nos petits groupes, ou bien dans nos églises ou dans nos communautés dans leur ensemble – nous perpétons une atmosphère propice aux violences. Nous cherchons à détenir le POUVOIR de Dieu, sans posséder le CARACTÈRE de Dieu.

Et ensuite, nous sommes désespérés quand nos enfants deviennent des jeunes qui ont vu la violence devenir la norme, et qui marchent sur nos traces violentes émotionnellement, verbalement, physiquement ou spirituellement.

Posséder le pouvoir sans posséder également le caractère de Dieu est une preuve du péché qui doit être exposé à la lumière de la vérité divine.

### LA LUMIERE APPORTE LA GUERISON

Tant que nous ne brisons pas le cycle de la violence, nous ne suivons pas l'ordre de Jésus de nous aimer les uns les autres pour vivre dans la lumière. « Celui qui aime son frère ou sa sœur demeure dans la lumière et ne fait pas tomber les autres. Mais celui qui hait [maltraite] son frère ou sa sœur vit et marche encore dans les ténèbres » (1 Jean 2:10, 11, *traduction libre*).

Quand nous avons le courage nécessaire pour parler ouvertement et honnêtement de la manière de créer des foyers pleins de bonté et de compassion ; quand nous refusons de protéger et de permettre des habitudes familiales qui cautionnent un esprit de violence et d'agression envers la nouvelle génération, alors l'église peut commencer à connaître le réveil et la guérison.

Tant que nous ne faisons pas cela, nous dérobons collectivement du cœur de nos enfants les trésors que sont la sécurité et la confiance. Ce faisant, nous dénaturons le caractère de Dieu et transgressons le troisième commandement, qui dit : « Tu ne prendras pas le nom de l'Éternel, ton Dieu, en vain ; car l'Éternel ne tiendra pas pour innocent celui qui prendra son nom en vain » (Exode 20:7).

En tant que membres du Corps du Christ, nous prétendons refléter le nom de Dieu. Quand notre exemple quotidien ne présente pas le Fruit de l'Esprit, nous prenons le nom de Dieu en vain.

Dans Galates chapitre cinq, Paul nous dit que quand nous suivons les désirs de notre « chair », les conséquences sont évidentes : inconduite, impureté, débauche, idolâtrie, magie, hostilités, discorde, jalousie, fureurs, rivalités, divisions, partis-pris, envie, ivrognerie, orgies, et choses semblables. Je vous préviens comme je l'ai déjà fait : ceux qui se livrent à de telles pratiques n'hériteront pas du royaume de Dieu » (Galates 5:19-21).

Cela peut nous mettre mal à l'aise de reconnaître que bien trop souvent, nous traitons notre famille chez nous avec plus d'hostilité, de disputes, de jalousie, d'éclats de colère, d'envie, et d'autres formes d'agression émotionnelle et physique que nous ne manifestons ailleurs. Nos conjoints et nos enfants deviennent des cibles faciles de notre frustration, de notre épuisement ou de notre irritabilité. Ensuite ils grandissent en croyant que ces comportements sont normaux, et ils traitent leurs frères et sœurs, leurs pairs, leurs petit(e)s ami(e)s, et leurs futurs conjoints en fonction du même modèle générationnel.

Ellen White a écrit de manière détaillée à propos de la vie au foyer, et de l'importance de la gentillesse et du respect mutuel. « Le foyer, écrit-elle, devrait être un coin du ciel sur la terre,

un endroit où les affections sont cultivées et non soigneusement refoulées. Notre bonheur dépend de cette culture réciproque de l'amour, de la sympathie et de la vraie courtoisie. La plus belle illustration du ciel est un foyer dirigé par l'Esprit du Seigneur. Lorsque la volonté de Dieu s'accomplira, le mari et la femme auront un respect l'un pour l'autre et cultiveront l'amour et la confiance. »<sup>12</sup>

« N'oubliez jamais que vous rendez votre foyer lumineux et heureux pour vous-mêmes et pour vos enfants en vous attachant aux vertus du Sauveur. Des difficultés peuvent surgir : elles sont le lot de l'humanité. Que la gratitude et la bonté illuminent votre cœur, même aux jours les plus sombres. Sous son apparence de simplicité et de monotonie, le foyer peut être un endroit où des paroles gaies sont prononcées et où des actes de bonté sont accomplis, où la courtoisie et l'amour sont des hôtes permanents. »<sup>13</sup>

Cette attitude au foyer n'est pas une question de richesses, de sexe ou de normes culturelles. Elle dépend de notre volonté à imiter Jésus-Christ et à suivre son cœur d'amour pour nos enfants et nos jeunes. Jésus-Christ doit être notre référence et le centre de nos attitudes au foyer.

Ce n'est pas non plus un appel aux mères exclusivement. C'est une attente de la part de tous ceux qui prétendent suivre Jésus-Christ et être remplis de l'Esprit : hommes et femmes, garçons et filles.

« Ni le mari ni la femme ne devraient chercher à exercer sur son conjoint une autorité arbitraire. N'essayez pas de vous obliger mutuellement à céder à vos désirs. Vous ne sauriez ainsi conserver un amour réciproque. Soyez bons, patients, indulgents, aimables et courtois. »<sup>14</sup>

## CONCLUSION

La Bible nous appelle à manifester de l'amour en disant la vérité sur la violence. « Malheur à ceux qui appellent le mal bien et le bien mal, qui changent les ténèbres en lumière et la lumière en ténèbres, qui changent l'amertume en douceur et la douceur en amertume ! » (Ésaïe 5:20).

Dans Éphésiens 5:11-13, Paul nous enseigne clairement à

- n'avoir aucune part avec les ténèbres,
- dénoncer les œuvres des ténèbres,
- utiliser la lumière pour révéler les choses cachées,
- exposer le péché à la lumière.

Quand nous minimisons auprès de nos enfants les exemples de violence au foyer, en acceptant les modèles culturels agressifs comme normaux, et que nous donnons l'impression

---

<sup>12</sup> Ibid, 15.

<sup>13</sup> Ibid, 17, 18.

<sup>14</sup> Ibid, 112.

que l'abus de pouvoir n'est pas si dangereux qu'il l'est aux yeux de Dieu, alors nous agissons en opposition avec le cœur d'amour de Dieu.

Aussi longtemps que la violence prospère en silence au sein des foyers de la communauté de foi, aussi longtemps que nos églises conduisent leur évangélisation en se servant de méthodes fondées sur le pouvoir et la force, aussi longtemps que nous adoptons les aspects de notre culture locale qui soutiennent et encouragent une attitude de contrôle sur les autres — nous montrons à nos jeunes que la violence est normale, qu'il est imprudent de signaler des violences, et que cette mentalité de domination et ce sentiment que tout nous est dû remplacent de manière acceptable l'amour sacrificiel de Dieu.

Si nous le décidons, nous pouvons montrer à nos jeunes comment mettre un terme à la violence : **enditnow**<sup>®</sup>. Mais cela veut dire que nous devons regarder dans le miroir et nous occuper de notre propre violence, de notre propre agression, de ce sentiment que nous aurions un droit de contrôle et de pouvoir sur les autres. Par où commencer ?

Commençons par être disposés à faire tout ce qu'il faut pour briser le silence et y mettre un terme maintenant : **enditnow**.

Le silence, ce n'est pas ainsi que Dieu définit la bonne manière d'aimer les autres.  
La Bible nous dit d'élever nos voix (Ésaïe 58:1, 2, 6, 7).

Le silence ne pousse pas les auteurs de maltraitance à adopter le changement avec humilité.  
La Bible nous dit de répondre mutuellement de nos actes (Éphésiens 5:11-13).

Le silence ne fait pas partie du processus biblique de pardon.  
La Bible nous dit de réprimander ceux qui font du mal aux petits (Luc 17:3).

Le silence n'apporte pas la transformation.  
La Bible montre qu'étouffer le péché apporte le malheur à la communauté tout entière (Josué 7-9).

Le silence ne facilite pas la guérison.  
Le silence ne sauve pas les agneaux.

Ensemble, nous pouvons briser le silence . . . et y mettre un terme maintenant : **enditnow**.

La compassion de Dieu impose au corps du Christ de réagir avec compassion aux besoins qui existent en conséquence des violences. Ce faisant, les victimes qui sont brisées par toutes les formes de maltraitance ont l'occasion de guérir et de reconstruire leurs vies.

Puisse Dieu nous bénir, vous et moi, tandis que nous prions, parlons, et agissons ensemble contre la violence pour y mettre un terme maintenant.

Ensemble, nous pouvons briser le silence.

Ensemble, nous pouvons y mettre un terme maintenant.

Amen.

—fin—

## Déclaration sur la pornographie

Différents tribunaux et cultures peuvent débattre des définitions et des conséquences de la pornographie (la littérature de la déviance sexuelle), mais sur la base de principes éternels, et quelle que soit leur culture, les adventistes du septième jour considèrent que la pornographie est destructrice, dégradante, qu'elle désensibilise et relève de l'exploitation.

Elle est *destructrice* pour les relations conjugales, car elle mine le dessein de Dieu qui veut que mari et femme s'accrochent l'un à l'autre au point de devenir symboliquement « une seule chair » (Genèse 2:24).

Elle est *dégradante*, car elle définit la femme (et dans certains cas, l'homme), non dans sa globalité spirituelle-mentale-physique, mais comme un objet sexuel superficiel et jetable, la privant ainsi de sa valeur et du respect qui lui sont dus en tant que fille de Dieu.

Elle *désensibilise* le spectateur/lecteur, car elle endurecit la conscience et « pervertit la perception », produisant ainsi une personne « déréglée » (Romains 1:22, 28, BFC).

Elle relève de *l'exploitation*, cédant à la lubricité, et à la violence, contraires à la Règle d'or, qui veut que l'on traite l'autre comme l'on voudrait être traité (Matthieu 7:12). La pédopornographie est particulièrement révoltante. Comme a dit Jésus : « Si quelqu'un était une occasion de chute pour un de ces petits qui croient en moi, il serait avantageux pour lui qu'on suspende à son cou une meule de moulin, et qu'on le noie au fond de la mer » (Voir Matthieu 18:6).

Bien qu'il ne se soit pas exprimé dans un langage biblique, Norman Cousins a écrit avec à-propos : « Le problème avec cette pornographie grande ouverte [...] ce n'est pas qu'elle corrompt, mais qu'elle désensibilise. Non qu'elle déchaîne les passions, mais qu'elle handicape les émotions. Non qu'elle encourage une attitude mature, mais que c'est un retour à des obsessions infantiles. Non qu'elle enlève les œillères, mais qu'elle déforme la vision. On vante la performance, mais on nie l'amour. Ce que nous avons, ce n'est pas une libération, mais une déshumanisation. » –*Saturday Review of Literature*, 20 sept 1975.

Une société déjà gangrenée par des standards de morale en chute libre, ce qui augmente la prostitution infantile, les grossesses adolescentes, les agressions sexuelles sur les femmes et les enfants, les mentalités ravagées par la drogue, et le crime organisé ne peut pas se permettre d'ajouter la pornographie à toutes ces calamités.

Sage, en effet, est le conseil du premier grand théologien du christianisme : « Voici ce qui doit vous intéresser : tout ce qui est vrai et mérite d'être respecté, tout ce qui est juste et pur, tout ce qu'on peut aimer et approuver, tout ce qui est très bon et ce qui mérite des félicitations » (Philippiens 4:8, 9, PDV). C'est un conseil que tous les chrétiens feraient bien d'écouter.

*Cette déclaration officielle a été publiée par Neal C. Wilson, alors président de la Conférence Générale, après consultation avec les 16 vice-présidents de l'Église mondiale des Adventistes du*

*septième jour, le 5 juillet 1990, lors de la session de la Conférence Générale d'Indianapolis, dans l'Indiana.*

<https://www.adventist.org/articles/pornography/>

—fin—

# LE PROBLÈME AVEC LA PORNOGRAPHIE : Dépendance, Violences & Souffrances

Par Erica Jones

Responsable adjointe | Ministères des Femmes  
Division nord-américaine des Adventistes du septième jour

### LE PROBLEME AVEC LE PORNO (1)

Simple distraction innocente ? Pas vraiment. La consommation de pornographie cause des dégâts physiques, émotionnels et psychologiques. La sécrétion d'endorphines qu'elle provoque change le spectateur en un accro égocentrique, en tournant en dérision le merveilleux don de la sexualité que Dieu a créé. Le porno est par essence violent, il cautionne la débauche au détriment de l'intimité mutuelle et il est étroitement lié au trafic d'êtres humains. De nouvelles preuves indiquent que la consommation de pornographie dépouille les relations sentimentales de toute confiance et de toute fidélité et c'est l'une des causes les plus fréquentes d'échec des mariages. Il est possible d'échapper à ce cycle, et la liberté n'est pas loin.

### NOUS NE POUVONS PLUS L'IGNORER. (2)

La consommation de pornographie est devenue endémique dans presque toutes les tranches de la population. Elle affecte des hommes et des femmes de tous âges. Elle ne s'arrête pas à la porte des églises, ni à celle de nos maisons. Le silence et la honte ne font que perpétuer le cycle. Nous ne pouvons plus garder le silence.

### CE N'EST PAS UN PROBLEME NEGLIGEABLE. (3)

- Âge moyen d'exposition au porno : 11 ans.
- Nombre de requêtes chaque jour : 68 millions.
- Pourcentage de chrétiens chez qui le porno est un problème important au foyer : 47 pourcents.
- Proportion de femmes qui en consomment régulièrement : 1/3.

### DÉPENDANCE : NOURRIR LA BÊTE (4)

Le porno n'est pas un passe-temps anodin. Ses conséquences sont délétères.

### C'EST COMMENT LA DÉPENDANCE AU PORNO ? (5)

- Vous passez de plus en plus de temps à regarder du porno
- Regarder du porno vous fait « planer » ou sert de « dose » pour oublier vos soucis
- Vous vous sentez coupable des conséquences de la consommation de pornographie

- Vous passez des heures sur des sites porno en ligne, au point de vous négliger et de négliger vos responsabilités
- (6) Vous insistez pour que vos partenaires amoureux ou sexuels regardent du porno avec vous
- Vous n'arrivez pas à apprécier les relations sexuelles sans regarder du porno d'abord
- Vous êtes incapable de résister à l'envie de regarder du porno
- Une vie sexuelle moins satisfaisante
- Des problèmes relationnels
- Comportements à risque pour regarder du porno

### QUE SE PASSE-T-IL QUAND ON CLIQUE ? (7)

- Dans une étude de 2016, l'examen de scintigraphies cérébrales de consommateurs de porno a révélé une activité cérébrale de la zone du cerveau qui joue un rôle-clé dans la prise de décision et le comportement lié à la récompense. Leur cerveau libérait de la dopamine en réaction au visionnage d'images érotiques.
- Le circuit de la récompense est activé quand nous atteignons un objectif. Le cerveau réagit en sécrétant de la dopamine, qui renforce l'idée que vous avez davantage besoin de cette récompense.
- La sécrétion continue de dopamine liée au visionnage constant et compulsif de porno modifie le circuit de récompense dans le cerveau. Ces modifications créent de nouvelles « cartes » pour la stimulation sexuelle, et avec le temps, les anciennes cartes ne font plus le poids face à celles qui sont utilisées quand on regarde du porno.

Le circuit de la récompense est activé quand nous atteignons un objectif. Quand nous vivons la récompense, le cerveau réagit en sécrétant de la dopamine, qui renforce l'idée que vous avez davantage besoin encore de cette récompense. En d'autres termes, ces sécrétions de dopamine sont suffisamment puissantes pour motiver vos décisions futures. N'oublions pas que la dopamine est sécrétée au cours d'une expérience qui implique l'excitation sexuelle et la nouveauté — vous savez, le genre de choses auxquelles on assiste dans le porno.

Avec le temps, le cerveau devient insensible à ces bouffées de dopamine. Norman Doidge, dans son livre sur la neuroplasticité, *The Brain That Changes Itself*, explique que la sécrétion continue de dopamine qui se produit quand on regarde du porno de manière constante et compulsive sur Internet modifie le circuit de la récompense dans le cerveau. Pour dire les choses simplement, plus on regarde du porno, et plus les bouffées de dopamine sont nombreuses, et donc, plus il y a de chances que vous continuiez à en regarder encore.

Et non seulement ça, mais Doidge explique que ces modifications dans le cerveau créent de nouvelles « cartes » pour la stimulation sexuelle, et avec le temps, les cartes précédentes ne font plus le poids face à celles qui sont utilisées quand on regarde du porno. Voyez cela de cette manière : Quand vous développez une tolérance à une drogue, vous devez augmenter vos prises de cette drogue pour en ressentir les effets. De même, Doidge en a conclu qu'un

consommateur de porno peut avoir besoin d'aller vers du contenu de plus en plus explicite pour ressentir le même niveau d'excitation.

### **LA DEPENDANCE MODIFIE LITTERALEMENT LE CERVEAU. (8)**

1. Des études sur le cerveau montrent que les personnes accros au porno ont tendance à avoir des problèmes au travail et à mener à bien les tâches de la vie quotidienne (DeSousa & Lodha, 2017).
2. Plus une personne passe d'heures devant du porno par semaine, et moins son volume de matière grise est important. De plus, les tissus associés à un bon fonctionnement cérébral commencent à se détériorer avec l'augmentation des heures de visionnage (DeSousa & Lodha, 2017).
3. Chez les adolescents de 12 à 16 ans, l'addiction à la pornographie altère la mémoire récente verbale (Prawiroharijo et al, 2019).

### **LE CYCLE DE LA DEPENDANCE (9)**

Curiosité, Absorption, Dépendance, Tolérance, Honte

La dépendance peut devenir effective en l'espace de seulement huit semaines. Cela peut commencer par de la simple curiosité, mais quand vous vivez les effets de la dopamine, vous devenez absorbé. Plus vous regardez, plus vous en voulez, et bientôt vous vous surprenez à avoir besoin de regarder régulièrement. Comme avec la drogue, le spectateur développe une tolérance et a besoin de plus — et ce qui a commencé comme de la simple curiosité devient une addiction, généralement assortie de honte.

### **L'AUTRE N'EST PLUS QU'UN MOYEN POUR PARVENIR A SES FINS (10)**

Avec le temps, la pornographie rend la personne obsédée par le fait de regarder les gens plutôt que d'interagir avec eux. Le porno reflète des images irréelles sur les personnes — elles deviennent de simples objets notés en fonction de leur taille, de leur forme, et de l'harmonie de leurs corps — et non des êtres à part entière. À mesure que ce monde imaginaire devient la norme, le spectateur commence à redouter la véritable intimité.

- Les autres deviennent des objets que l'on juge, que l'on sexualise, que l'on poursuit, que l'on chasse.
- Voyeurisme
- Désensibilisation
- Chosification

### **L'HISTOIRE DE NATE (11)**

Diffuser la vidéo et poser quelques questions complémentaires.

<https://www.youtube.com/watch?v=2U93S7Clj-Q&t=49s>

## **VIOLENCES : LA VIOLENCE INHERENTE DU PORNO (12)**

Vous pensez peut-être que la pornographie ne fait de mal à personne. Voyons cela de plus près.

### **QUE DISENT LES CHIFFRES (13)**

(Lire diapo n°1- 4)

1. La pornographie et la consommation d'alcool sont des indicateurs uniques d'agression sexuelle pour les étudiantes ; les effets combinés de la pornographie et de l'alcool augmentent de façon dramatique les risques de devenir victime. Une raison à cela, c'est que la pornographie minimise les actes sexuels agressifs (de Heer, et al., 2020).
2. Les hommes sont plus excités sexuellement que les femmes par des images pornographiques mettant en scène des viols. Les hommes qui assimilent la sexualité à une expression d'agressivité et de puissance appréciaient davantage le porno avec viol que les autres hommes (Carvalho & Rosa, 2020).
3. Avec l'augmentation de la consommation de porno, les hommes ont plus de risques de devenir des violeurs, de commettre des agressions sexuelles, de se croire tout permis sexuellement, et d'éprouver de l'hostilité envers les femmes (Goodson, et al., 2020).
4. Les hommes qui consomment plus de pornographie, notamment de la pornographie machiste, ont plus de risques d'employer la force sexuelle dans leurs propres relations (De Heer et al., 2020).
5. La violence faite aux femmes dans la pornographie est fréquente. Par exemple, 72% des hommes et 46% des femmes ont vu de la pornographie où un homme éjacule au visage d'une femme (Herbenick et al., 2020).
6. 21% des hommes et 11% des femmes ont vu du porno avec viol (Herbenick et al., 2020).
7. 45% des hommes et 33% des femmes ont vu du porno BDSM (Herbenick et al., 2020).
8. Les gens imitent souvent ce qu'ils ont vu dans la pornographie. Par exemple, 20% des hommes et 12% des femmes ont étranglé quelqu'un pendant un rapport sexuel, 11% des hommes et 21% des femmes ont été étranglés pendant un rapport sexuel, et 48% des hommes ont déjà éjaculé au visage d'une femme (Herbenick et al., 2020).
9. La consommation que font les hommes de la pornographie, et notamment de pornographie violente, est associée à un comportement plus agressif envers leurs partenaires féminins. Ce lien est même plus fort quand l'homme est sexiste, qu'il se considère comme dans son bon droit quand il commet de la violence, et considère les femmes comme des objets sexuels (Rodriguez & Fernandez-Gonzales, 2019).
10. Les femmes qui consomment de la pornographie ont plus de risques de s'engager dans des activités sexuelles non consenties, notamment en usant de manipulation émotionnelle et de tromperie sur leurs partenaires masculins (Hughes et al., 2020).
11. La pornographie, et notamment la pornographie violente, est associée à une augmentation des attitudes liées aux agressions sexuelles et à un passé de comportement agressif (Bridges, 2019).

12. Plus les hommes consomment de porno, et plus ils considèrent les femmes comme des objets, et non comme des personnes (Seabrook et al., 2019).
13. 45% des scènes dans le porno en ligne montrent au moins un acte d'agression physique. Les fessées, les bâillonnements, les claques, le tirage de cheveux, et l'étranglement sont les cinq types d'agression physique les plus fréquentes (Fritz et al, 2020).
14. Dans la pornographie avec agression, les femmes sont la cible dans 97% des scènes, et leur réaction à l'agression est soit neutre soit positive, et rarement négative. Dans 76% des scènes, il s'agissait d'hommes qui agressaient des femmes (Fritz et al., 2020).
15. 29% des garçons de dixième année (en France, de seconde) ont déjà vu de la pornographie violente (Rostad et al., 2019).
16. 16% des filles de dixième année (en France, de seconde) ont déjà vu de la pornographie violente (Rostad et al., 2019).
17. Les garçons qui ont vu de la pornographie violente ont deux fois plus de risques de commettre des violences sexuelles et physiques contre un partenaire (Rostad et al., 2019).
18. Les filles qui ont vu de la pornographie violente ont plus de risques de subir des violences sexuelles de la part d'un partenaire (Rostad et al., 2019).
19. Parmi ceux qui ont vu du « sexe brutal » dans le porno (comportements comprenant le tirage de cheveux, les fessées, les griffures, les morsures, la pénétration avec le poing, et les doubles pénétrations), 91% voulaient participer à ce genre de comportements et 82% avaient déjà participé à au moins l'un d'entre eux. Cela accrédite l'affirmation qui veut que regarder de la pornographie peuvent conduire à certains comportements, y compris des comportements de violences (Vogels & O'Sullivan, 2019).
20. Des études rigoureuses en laboratoire ont montré des liens importants entre le visionnage de pornographie et les attitudes et comportements qui soutiennent la violence (Bridges, 2019).
21. Parmi les femmes incarcérées pour avoir fait de la pédopornographie, 60% avaient un passé d'abus sexuels tandis que 46% rendaient compte de violences physiques (Bickart et al., 2019).

#### **ÇA NE FAIT DE MAL A PERSONNE ? (14)**

- Une réaction positive à la violence dans les films pornographiques fait la promotion d'une conception déshumanisante et agressive de la sexualité. Quand les émotions d'excitation sont liées à la violence et à l'agression, le cerveau apprend à associer la sexualité avec ces choses-là, ce qui rend le spectateur moins compatissant envers les victimes de violence et d'exploitation sexuelles. Pire encore, quand les films pornographiques mettent en scène des gens qui apprécient la violence et l'agression, le spectateur est amené à croire que les gens aiment être traités de cette manière.
- Les victimes de trafic sexuel rapportaient avoir été forcées de regarder du porno pour apprendre ce que l'on attendait d'elles. En plus d'être utilisé essentiellement comme un manuel de formation pour les victimes, la pornographie est également souvent absolument impossible à différencier du trafic sexuel. Près de la moitié des victimes de

trafic sexuel rapportent que des images pornographiques ont été prises d'elles pendant qu'elles étaient esclaves. Ce contenu peut servir à des fins de profit, comme un produit sur Internet ou un outil de publicité, sans que le spectateur ne connaisse la véritable histoire derrière la caméra.

### **VOUS N'ÊTES PAS LE SEUL CONCERNE. (15)**

Vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=K7OllwEdOHY>

### **#PASDELAMOUR (16)**

Hollywood enseigne que ce genre de comportement est normal et séduisant.

### **Cinq choses que nous inculque Cinquante Nuances**

1. Les sentiments s'achètent, et plus on dépense d'argent, plus on gagne de contrôle sur la relation.
2. Les comportements de traque et de contrôle sont des gestes d'affection, au lieu de signaux d'alarme. La possessivité aussi, c'est de « l'amour », surtout quand elle implique la manipulation.
3. C'est romantique d'ignorer ou d'apprécier la douleur des autres pour son plaisir personnel.
4. Il est acceptable de se servir de la sexualité comme d'une arme, et la coercition et la force sont plus des expressions de désir que de violence.
5. La richesse et le succès associés à un passé torturé signifient qu'une relation violente est acceptable, et on la qualifiera même d' « histoire d'amour » de la décennie.

### **SOUFFRANCES : DEPRESSION, HONTE & DESTRUCTION (17)**

L'usage de pornographie mène à la destruction personnelle.

### **CONSEQUENCES EMOTIONNELLES (18)**

#### **Isolation et honte**

En plus du dysfonctionnement sexuel que le porno entraîne dans la vie de l'adolescent, il constitue également un facteur d'isolement. Les sentiments de solitude poussent souvent une personne à se soigner avec du porno. Ensuite, après en avoir consommé, la solitude revient de plus belle. Une étude récente parue dans la Revue « the Journal of Sex and Marital Therapy » rapporte qu'un lien fort existe entre solitude et consommation de pornographie. En gros, si quelqu'un se sent constamment seul, il a beaucoup plus de risques de consommer du porno de manière régulière.

Il est difficile de savoir lequel vient en premier, car le porno et l'isolement se nourrissent l'un de l'autre. Le porno conduit à l'isolement, et l'isolement conduit au porno. Pas étonnant que ceux qui consomment du porno rapportent davantage de solitude. La dépendance au sexe est un

désordre de l'intimité. Quand une personne a moins d'attachement et d'intimité dans sa vie, l'intimité factice du porno devient plus attrayante pour elle.

### **Intimité factice et solitude**

Si quelqu'un est isolé des personnes réelles, le porno lui permet de se sentir proche d'autres personnes par l'intermédiaire de fantasmes sexuels. La pornographie fournit un espace imaginaire où l'on peut se rendre pour se sentir accepté et désiré par d'autres. Le porno fournit une intimité factice qui la rend plus tentante, au-delà du simple plaisir sexuel. Si une personne a manqué d'intimité dans sa famille étant enfant, elle peut être davantage réceptive à l'attrait de l'intimité artificielle. L'isolement rend les gens plus avides d'intimité. Malheureusement, les jeunes générations d'aujourd'hui sont les plus seules de toute l'histoire des États-Unis. Un sondage récent a montré que 30% des membres de la génération Y (nés entre 1977-94) déclarent qu'ils se sentent seuls et 22% déclarent qu'ils n'ont pas d'amis. Ceux de la génération Z (nés entre 1995-2015) se sentent encore plus seuls.

### **Léthargie et dépression**

La consommation de porno élève artificiellement le niveau normal de dopamine. Par conséquent, les consommateurs de porno ont besoin de plus de dopamine pour se sentir bien. Et sans cette dose, ils peuvent se sentir déprimés, démotivés et asociaux. En fait, ces sentiments affectent les consommateurs de porno plus fréquemment que les non-consommateurs. Une fois que le cerveau d'un accro s'est habitué à avoir besoin de stimulation contre-nature, il devient incapable d'apprécier les joies simples de l'existence comme avant. Il finit par être fatigué et indifférent face aux choses qu'il aimait.

Le porno crée une dépendance chimique dans le cerveau. Chez certaines personnes, les effets sont légers, mais chez d'autres, ils sont importants. Surtout chez les adolescents.

### **CONSEQUENCES RELATIONNELLES (19)**

Le porno est cru et explicite, il met en scène le corps humain comme un objet sexuel que l'on utilise, que l'on exploite, et que l'on jette. C'est un portrait déformé des liens réels, une contrefaçon, un mensonge à destination de ceux qui en consomment. Il montre une sexualité transactionnelle vidée de toute passion véritable, d'amour ou d'intimité, imprégnée d'agressivité et d'exagération des performances. Au final, le consommateur se retrouve devant un sport spectacle sexuel troublant.

- La consommation de pornographie augmente le taux d'infidélité dans le mariage de plus de 300%
- 40% des personnes identifiées comme des « accros au sexe » perdent leur conjoint, 58 pourcents subissent des pertes financières considérables, et environ 33% perdent leur emploi
- 68% des cas de divorce impliquent l'une des deux parties ayant rencontré un nouvel amant ou une nouvelle maîtresse sur Internet tandis que 56% impliquent l'une des deux parties ayant un intérêt « obsessionnel » pour les sites internet pornographiques

- Les gens mariés qui regardent de la pornographie ont plus de risques de croire que leur mariage bat de l'aile, plus de risques de parler de mettre un terme à leur mariage, et plus de risques de se séparer à plusieurs reprises que ceux qui ne regardent pas de pornographie (Perry, 2020).

### CONSEQUENCES SEXUELLES (20)

- Quand quelqu'un a l'habitude de se masturber devant du porno, il se détourne en réalité de toute interaction intime.
- Quand il regarde de la pornographie, le consommateur contrôle totalement l'expérience sexuelle.
- Le consommateur de porno peut attendre de son partenaire une disponibilité immédiate et permanente pour le rapport sexuel.
- Certains consommateurs de porno se justifient en disant que le porno ne pose pas de problème tant qu'il n'y a pas d'actes avec un partenaire et qu'il s'agit uniquement de masturbation.

### L'HISTOIRE DE MATT (21)

Diffuser la vidéo et poser quelques questions complémentaires.

<https://www.youtube.com/watch?v=dbYWKVAeu6Y>

Nouvelle adresse : <https://fightthenewdrug.org/media/video-matts-story-i-quit-watching-porn-and-ive-never-been-happier/>

### CONSEQUENCES SPIRITUELLES (21)

Par Nate Danser, Directeur des programmes à Pure Life Ministries.

Pour plaider l'innocence et justifier son usage de pornographie, on entend couramment l'affirmation qu'il n'affecte que la personne concernée. À certains égards, ce scénario est plus plausible que jamais auparavant. Aujourd'hui, un homme peut avoir accès à autant de pornographie qu'il veut dans l'intimité de sa propre chambre à coucher. Il n'a pas à risquer d'exposer sa famille à la honte en achetant un magazine pour adultes au petit magasin du coin ou en se faufilant en douce dans un cinéma pour adultes, là où une de ses connaissances pourrait le voir.

La question : « Ne suis-je pas le seul concerné ? » semble donc raisonnable. Cependant, le domaine physique a des lois que l'on ne peut changer, et c'est aussi le cas dans le domaine spirituel. Voici la vérité : Quelqu'un qui saute d'une falaise ne peut empêcher son corps de heurter le sol, et quelqu'un qui regarde de la pornographie ne peut pas empêcher l'impact négatif que cela a sur d'autres personnes.

Il y a deux domaines principaux dans lesquels les gens qui regardent de la pornographie affectent forcément les autres par leurs actes. Le premier est direct, le deuxième indirect.

### **Ils récoltent ce que vous semez**

L'apôtre Paul déclara aux croyants de l'église d'Éphèse qu'ils devaient repousser leur ancienne manière de vivre, car elle était « corrompue par ses désirs trompeurs » (Éphésiens 4:18, traduction libre). Il dit également aux Galates de combattre avec application le fait de semer pour la chair, parce que celui qui « sème pour sa chair (sa nature vile, la sensualité) moissonnera de la chair la corruption » (Galates 6:8).

Quand quelqu'un sème pour sa nature vile en regardant de la pornographie, il sème une grande mesure de corruption morale dans sa vie spirituelle, et il moissonne forcément de graves conséquences spirituelles. Certains moissonnent la corruption d'un tempérament de plus en plus explosif. D'autres moissonnent une apathie générale envers la vie, et ne manifestent plus de désir sain de prendre soin d'eux ou d'assumer leurs responsabilités. D'autres encore portent le fruit de la dépression, de l'anxiété, des troubles de l'alimentation, etc.

Il n'est pas difficile de voir comment d'autres personnes peuvent être affectées. Dès que quoi que ce soit ne va pas comme il veut à la maison, Ken s'en prend à sa femme et à ses enfants. Jérémie gaspille l'argent que ses parents dépensent pour l'université en passant 5 heures par jour à regarder du porno. Il sèche les cours, réussit tout juste ses examens, et oublie de payer ses factures. Lina est piégée dans le porno et commence à se sentir déprimée. Elle se trouve grosse, comparée aux femmes qu'elle voit, et se fait vomir après chaque repas. Ses amis s'inquiètent constamment pour elle, et se demandent souvent comment ils pourraient l'aider.

Souvent, quand les gens sont accros à la pornographie, ils ne voient pas les changements qui se produisent dans leur personnalité, leurs émotions et leur caractère. Pourtant, même si d'autres personnes ne peuvent discerner la source du problème, elles ressentent assurément la douleur des conséquences.

### **Si vous ne demeurez sur le cep**

La deuxième manière dont la consommation de pornographie affecte autrui est plus indirecte, mais tout aussi préjudiciable. Tout comme la pornographie introduit une corruption morale dans la nature d'un homme et fait ainsi de lui quelqu'un qu'il ne devrait pas être, elle l'empêche également de devenir ce qu'il devrait être.

La Parole de Dieu nous dit que nous avons été « créés en Christ-Jésus pour des œuvres bonnes que Dieu a préparées d'avance, afin que nous les pratiquions. » (Éphésiens 2:10) Cependant, Jésus qualifie cette déclaration en disant que « de même que le sarment ne peut de lui-même porter du fruit, s'il ne demeure sur le cep, de même vous non plus, si vous ne demeurez en moi. » (Jean 15:4)

Une personne qui cède à la pornographie se coupe de l'influence spirituelle de Jésus, le Cep divin. Si la personne n'est pas déjà totalement morte spirituellement, il ou elle est extrêmement malade. Cette maladie spirituelle entrave toujours l'efficacité de cette personne à faire ce que Christ l'a appelé à faire.

La pornographie tue notre passion pour Dieu. Elle détruit notre capacité à comprendre les vérités spirituelles. Elle fait disparaître notre désir de nous dépenser pour le royaume de Dieu. Elle déforme nos perspectives et nous donne une vision faussée du bien et du mal.

« Les péchés secrets et les influences corrompues finissent par nous priver de la puissance qui devrait être disponible à tous ceux qui font l'œuvre de Dieu sur terre. »

Qui sait combien d'hommes ont été appelés à servir leur église locale, ou même à entrer dans un ministère à plein temps, et dont l'appel a avorté à cause de leur implication dans la pornographie ? Remplis de la honte d'une vie impure, ils se disent à juste titre qu'ils sont disqualifiés pour le ministère.

Combien de pères sont incapables de conduire leur épouse et leurs enfants spirituellement à cause de leurs péchés secrets ? Ils aimeraient pouvoir les instruire et les guider, mais l'audace qui accompagne une conscience pure est sapée par le manque de victoires personnelles. La position d'autorité spirituelle est inoccupée dans leur foyer, ou bien occupée de manière contre-nature par l'épouse. Par conséquent, la formation du caractère spirituel et moral des enfants vient de leurs pairs, de la culture perverse autour d'eux, ou de leur propre nature corrompue.

Combien de jeunes hommes et de jeunes femmes ont été appelés à prendre position pour la justice dans leurs écoles ou leurs lieux de travail, mais dont la morale a été sapée au point qu'ils n'ont pas de réel témoignage de Christ et de sa vérité ?

D'un autre côté, il y a ceux qui s'impliquent dans la pornographie tout en ayant un ministère à plein temps, et qui doivent se forcer à faire les choses machinalement dans ce domaine. Dieu peut choisir de bénir d'autres personnes par leur ministère, mais il viendra forcément un temps où soit ils seront exposés, soit ils démissionneront. Les péchés secrets et les influences corrompues finissent par priver de la puissance qui devrait être disponible pour tous ceux qui travaillent dans l'œuvre de Dieu sur terre.

### **La pornographie a déjà affecté Quelqu'un**

Les effets négatifs de la consommation de pornographie d'une personne sur son entourage sont incontestables, et tout simplement incalculables. Mais à vrai dire, même si l'on pouvait éviter d'affecter les personnes dans notre sphère d'influence, il y a Quelqu'un qui a déjà été affecté par votre péché.

« Il était transpercé à cause de nos crimes, écrasé à cause de nos fautes ; le châtiment qui nous donne la paix est tombé sur lui, et c'est par ses meurtrissures que nous sommes guéris » (Ésaïe 53:5).

Jésus, l'humble Agneau de Dieu a été affecté par notre péché. Les Écritures enseignent clairement que Jésus-Christ a été battu, meurtri, torturé et mis à mort sur une croix romaine en conséquence directe des péchés de l'humanité. Nos péchés ont donné lieu à un poids éternel de condamnation, et comme Dieu n'était pas disposé à simplement tous nous envoyer en enfer, il a ordonné que son Fils soit brutalisé pour nous. C'était le seul moyen pour que Dieu puisse pardonner avec justice nos péchés et nous conduire sur le chemin de la paix.

Aussi longtemps que nous nous autorisons de bon cœur à nous leurrer en pensant que nous sommes les seuls à être affectés quand nous regardons de la pornographie, un grand nombre d'entre nous ne se sentira jamais assez concerné pour vouloir un véritable changement. Pussions-nous permettre à nos yeux de s'ouvrir, aussi douloureuse que soit cette expérience, à la réalité que la pornographie n'est jamais un crime sans victimes. Et que le Seigneur accorde la repentance à tous ceux qui en ont besoin, afin que leurs vies puissent toucher ceux qui les entourent, non pour le mal, mais pour leur bien et pour la gloire de Dieu.

### **LE PORNO ENTRAINE UNE HONTE TOXIQUE (23)**

La honte et la culpabilité sont des émotions courantes dont la plupart des consommateurs de porno font état. La honte est la plus toxique. La honte est différente de la culpabilité. La culpabilité dit : « J'ai fait quelque chose qui n'est pas bien » mais la honte dit : « Je ne suis pas quelqu'un de bien. » Il y a un sentiment de dégoût de soi et de nullité au cœur de la honte. La honte déclare une autre version de « Je ne suis pas assez bien », « Il y a quelque chose qui ne va pas chez moi », « Je suis nul », ou « Je n'en vauds pas la peine. »

***Brene Brown, qui a fait des recherches sur la honte, déclare : « La honte est un sentiment intensément douloureux, où nous croyons que nous sommes imparfaits, et donc indignes d'acceptation et d'appartenance. »***

Quand vous violez vos propres standards moraux pour regarder du porno, la honte vous retrouve. Quand votre consommation de porno brise les promesses que vous avez faites à Dieu, à votre conjoint et à vous-même, la honte se multiplie. Cette honte prend également la forme d'un monologue intérieur négatif qui nourrit nos autres émotions négatives, des émotions que vous avez ensuite besoin de traiter avec du porno, ce qui ne fait que renforcer le cercle vicieux.

### **HONTE TOXIQUE (24)**

« C'est le véritable amour qui est sexy, et pas des pixels artificiels sur un écran comme avec le porno.

L'amour donne du sens et une raison d'être à la vie, nous courons tous après cela. Et si vous attachez de l'importance à l'amour véritable et aux relations saines, réfléchissez à quel point le porno ne contribue pas à faire grandir l'un ou l'autre. »

Fight The New Drug

## ESPOIR : ÉCLAIRER LES TENEBRES (25)

Mais il y a de l'espoir, et la liberté n'est pas loin.

## SURMONTER LA HONTE (26)

Il y a six manières clé d'affaiblir et de surmonter la honte :

### 1. **Admettez la honte de la dépendance mais ne la laissez pas vous définir.**

Assumez vos responsabilités et maîtrisez votre dépendance, mais ne la laissez pas vous maîtriser. C'est un péché dont il faut se détourner, mais il ne doit pas vous définir. Vous n'êtes pas votre addiction. Un seul point faible ne doit pas définir une personne.

### 2. **Soyez vulnérable et approchez-vous des autres.**

La honte se porte bien dans le secret. Le partage est clé pour s'occuper de la honte. Quand vous partagez toute votre histoire et que vous êtes accepté, vous vivez l'expérience de la sécurité. La sécurité d'un groupe se traduit dans le temps par l'amour, l'acceptation, et un fort sentiment d'appartenance. C'est le contraire de ce que nous dit la honte.

### 3. **Soyez au courant des fausses promesses du porno.**

Dans le monde imaginaire du porno, vous êtes toujours aimé et désiré. Bien sûr, après avoir consommé du porno, la culpabilité et la honte reviennent en hâte pour poursuivre le cycle. Le mensonge qui voudrait que l'on soit libéré de la honte dans le porno entraîne davantage de honte encore. Ne tombez pas dans ce piège.

### 4. **Méfiez-vous de la chasse aux coupables.**

La honte peut vite tourner à l'accusation. Vous vous accusez pour vos actes, mais vous pouvez vous en servir comme excuse pour vous accrocher à cette habitude. Évitez d'esquiver vos responsabilités avec des phrases du type : « Bien sûr, je fais de mauvaises choses parce que je suis une personne mauvaise, je ne peux pas m'en empêcher. Ce n'est pas ma faute. Je suis comme ça, et je ne pourrais jamais changer. »

### 5. **Évitez les monologues intérieurs négatifs.**

Les monologues intérieurs négatifs renforcent les messages de honte que vous ressentez déjà. Ils vous font prendre ces mensonges pour des vérités. La honte se nourrit des émotions négatives qui poussent souvent le consommateur de porno à aller trop loin. À moins de mettre au jour la honte et de s'en occuper, ce cycle se répétera. Il peut être utile de mettre par écrit les messages négatifs que vous vous répétez pendant une semaine. Les gens sont généralement surpris par l'ampleur de leur monologue intérieur négatif qui renforce une identité de honte.

### 6. **Remplacez les mensonges par la vérité.**

Une fois que vous avez identifié les mensonges, vous pouvez remplacer ces mensonges par la vérité. Par exemple, au lieu du mensonge qui dit que vous n'avez aucune valeur, vous êtes en réalité profondément aimé par Dieu (Romains 5:8).

### **REPROGRAMMEZ VOTRE CERVEAU (27)**

Il est possible de reprogrammer votre cerveau.

### **A+B=C (28)**

Repérez les modèles/thèmes communs dans vos pensées. Ces modèles de pensée tordus créent des réseaux dans le cerveau, ce qui fait qu'il est plus facile de continuer à les croire. Prenez le temps de réfléchir aux sentiments que vous avez et de déterminer s'ils sont ou non un reflet exact de la situation.

A = Activation à cause d'un événement, d'une situation ou d'un facteur de stress déclenchant

B = Bouleversement ou pensées ou émotions concernant le facteur de stress

C = Conséquences ou résultats causés par nos pensées

Par exemple : (29)

A —Événement déclencheur ou facteur de stress : votre patron vous demande de travailler ce week-end.

B — Vous êtes bouleversé : C'est injuste de vous demander de travailler ce weekend. Vous croyez que vous ne devriez pas avoir à travailler le weekend.

C — La conséquence ou le résultat, c'est que vous décidez de ne pas travailler ce weekend, bien que l'on ait aussi demandé à tous vos collègues de travailler ce weekend.

Vous croyez donc à tort qu'il est injuste de vous demander de travailler un weekend, et que vous n'avez pas à travailler le weekend.

Repérez les modèles/thèmes communs dans vos pensées. Ces modèles de pensée tordus créent des réseaux dans le cerveau, ce qui fait qu'il est plus facile de continuer à les croire. Prenez le temps de réfléchir aux sentiments que vous avez et de déterminer s'ils sont ou non un reflet exact de la situation.

### **JE PENSE, DONC JE SUIS (30)**

Tout ce qui entre dans vos pensées vous nourrit où vous diminue. « Soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence [...] » (Romains 12:2).

La liberté commence quand nous faisons attention et que nous interrompons les pensées négatives en leur opposant la vérité. Attrapez la pensée, diagnostiquez-la, déposez-la aux pieds de Dieu, faites un choix.

### **PENSEZ A CE QUE VOUS PENSEZ (31)**

Vous pouvez devenir le contrôleur aérien de votre aéroport mental. Vous occupez la tour de contrôle et vous pouvez diriger le trafic mental de votre monde.

Les pensées décrivent des cercles au-dessus de vous, elles vont et viennent. Si l'une d'elles atterrit, c'est parce que vous lui en avez donné la permission. Si elle s'en va, c'est parce que vous lui avez ordonné de le faire.

Vous n'avez pas choisi le lieu ou la date de votre naissance. Vous n'avez pas choisi vos parents ou vos frères et sœurs. Vous ne pouvez déterminer le temps qu'il fait. Mais vous POUVEZ choisir à quoi vous pensez !

Le diable fait de son mieux pour décharger sa cargaison nauséabonde dans nos têtes. Si nous le laissons faire, il nous conduira jusqu'à un endroit où le soleil ne brilla pas et nous y abandonnera. Il est le maître de la tromperie. C'est pourquoi Paul nous dit de « porter » (*Segond 21*) nos pensées sur ce qui est vrai. En grec, le mot « porter » vient d'une racine qui signifie « logique ». On arrive mieux à gérer l'anxiété avec des pensées lucides, logiques, ce que l'on ne peut atteindre que quand nous interdisons l'entrée aux ténèbres et que nous laissons entrer la lumière.

L'inquiétude est comme un petit ruisseau de peur qui coule en filet dans les pensées. Si on l'encourage, elle finit par creuser un véritable canal dans lequel toutes les autres pensées s'écoulent. Programmez votre cerveau !

### **DUREE DE VIE D'UNE EMOTION : 90 SECONDES (32)**

Ce qui perpétue les émotions, ce sont les histoires que l'on se raconte à leur sujet. Généralement, on se dit que la situation devrait être différente de ce qu'elle est, ou qu'une personne (ou nous) aurait dû agir différemment. Et c'est totalement compréhensible de se raconter ces histoires : nous voulons justifier les émotions que nous ressentons, et l'ego veut s'en sortir en rendant une autre personne, ou une autre situation, responsable. Même quand nous ressentons de la honte, nous disons que nous avons « raison » : nous sommes vraiment une mauvaise personne, indigne, etc. (L'ego peut être vraiment tordu.)

L'ironie, c'est que cette « règle des 90 secondes », comme on l'appelle, est également utilisée pour couvrir de honte des personnes qui semblent ne pas pouvoir « se remettre » d'une émotion en si peu de temps. Si l'on s'entraîne vraiment, dit la théorie, alors on doit pouvoir lâcher l'histoire et se concentrer uniquement sur les sensations. Lâchez prise sur les émotions, lâchez prise sur la situation, avancez en toute sérénité. C'est de la supériorité morale dissimulée dans du vocabulaire New Age.

Le défi, c'est que nous sommes programmés pour créer ces histoires même qui gardent les émotions vivaces. Et plus cela fait longtemps que nous nous racontons une certaine histoire, et plus il est difficile de « lâcher prise ».

Pour couronner le tout, nous sommes programmés avec un biais cognitif de négativité (comme disent certains, nos cerveaux sont du « teflon pour les expériences positives et du velcro pour les négatives »). D'un point de vue évolutionniste, c'est l'une des choses qui maintient nos ancêtres en vie, et qui sert encore à nous alerter des menaces. Mais aujourd'hui, la seule chose « menacée », c'est souvent notre ego, notre sentiment de séparation.

Et quand nous sommes habitués à nous sentir mal (triste, en colère, angoissé, honteux), les réseaux neuronaux qui correspondent à ces émotions se renforcent, comme une autoroute cérébrale. Alors il devient plus facile de provoquer ces émotions – et par conséquent les histoires qui leur sont associées.

### **L'HISTOIRE D'EMMA (33)**

Diffuser la vidéo et poser quelques questions complémentaires.

**Broken link :** <https://fightthenewdrug.org/media/emmas-story-overcoming-struggles-video/>

**New link :** <https://fightthenewdrug.org/emmas-story-overcoming-her-struggles-with-pornography-shame-and-self-worth-video/>

### **SE FAIRE AIDER (34)**

Reconnaître, Révéler, Restaurer

Il n'y a pas de honte à se faire aider. La guérison se trouve dans la reconnaissance du problème, en l'appelant par son nom, et en trouvant la restauration dans la grâce de Dieu.

### **VOUS POUVEZ AVOIR LA VICTOIRE (35)**

Partagez les ressources de Gateway to Wholeness à partir de <http://gatewaytowholeness.com/>

### **RESSOURCES DE GATEWAY TO WHOLENESS (36)**

Partagez les ressources de Gateway to Wholeness à partir de <http://gatewaytowholeness.com/>

Please note that Slides # 35 and # 36 in the PowerPoint Presentation are not translated (they are images that cannot translate directly; they are screenshots of two pages from the Website)

### **PARTAGEZ DES RESSOURCES COMPLEMENTAIRES (37)**

- The Truth About Porn
- Fight the New Drug
- Pure Life Ministries
- Join Fortify

- New Freedom to Love

—fin—

### **DE DANGEREUX PARENTS PROCHES : Pornographie et violence domestique**

par Claudio et Pamela Consuegra

Utilisé avec permission

Tiré de *Ministry*,<sup>®</sup> Revue Internationale pour les pasteurs, novembre 2019

Le porno est une industrie mondiale estimée à 97 milliards de \$, dont environ 12 milliards qui proviennent des États-Unis.<sup>1</sup> La consommation de pornographie (porno) aux États-Unis a explosé avec la multiplication d'Internet et des téléphones intelligents. Plus de 77 pourcents des Américains regardent de la pornographie au moins une fois par mois.<sup>2</sup> Au moins 30 pourcents de tout le trafic sur Internet est lié aux sites pornographiques.<sup>3</sup> Qu'en est-il de l'église ?<sup>4</sup>

« Soixante-quatre pourcents des hommes se définissant comme chrétiens et 15 pourcents des femmes se définissant comme chrétiennes regardent du porno au moins une fois par mois (comparé à 65 pourcents des hommes non-chrétiens et 30 pourcents des femmes non-chrétiennes). »

« Trente-trois pourcents des hommes d'église déclarent avoir visité un site Internet à caractère pornographique. Parmi eux, 53 pourcents déclarent avoir visité ces sites plusieurs fois l'année passée, et 18 pourcents déclarent avoir visité des sites Internet à caractère pornographique entre « une ou deux fois par mois » et « plus d'une fois par semaine. »

« Vingt-et-un pourcents des pasteurs de jeunesse et 14 pourcents des pasteurs reconnaissent qu'ils se battent actuellement contre la pornographie. »<sup>5</sup>

C'est très inquiétant, car la pornographie est l'antithèse même de la conduite chrétienne. La pornographie promet de donner du plaisir, mais elle ne sème en réalité que de la douleur. Dans le porno, les femmes sont insultées, forcées, et maltraitées physiquement et verbalement, et cette réalité forge la manière dont la société pense et agit.

Tout le porno ne met pas en scène de la violence physique ou verbale, mais il a été démontré que même le porno sans violence a des conséquences. De nombreuses études ont montré que ceux qui consomment même du porno sans violence soutiennent plus volontiers des déclarations qui acceptent, voire encouragent, les violences et les agressions sexuelles envers les femmes et les filles.<sup>6</sup> L'expression la plus plausible à cela, c'est que la majorité du porno dépeint les hommes comme puissants et aux commandes, et les femmes comme soumises et obéissantes. Cette attitude prépare le terrain à un rapport de force inégal dans les relations de

couple, ce qui, doucement mais sûrement, donne lieu à une acceptation des agressions verbales et physiques envers les femmes.

Plus inquiétant encore, la consommation de porno affecte non seulement l'attitude des hommes envers les femmes, mais aussi leurs actions. Dans une grande étude menée en 2016, les chercheurs sont parvenus à la conclusion qu' « en moyenne, les individus qui consomment de la pornographie plus fréquemment ont plus de risques d'avoir une attitude propice [favorable] à l'agression sexuelle et à se livrer eux-mêmes à des actes d'agression sexuelle. »<sup>7</sup> Les consommateurs de porno ont plus de risques d'utiliser la pression verbale, la drogue et l'alcool pour forcer les femmes à avoir des relations sexuelles, et l'exposition au porno augmente les fantasmes violents et le passage à l'acte avec des agressions violentes.<sup>8</sup>

### **CROISEMENT DANGEREUX**

Le Centre National sur l'Exploitation Sexuelle souligne trois manières dont la violence domestique et la pornographie se rejoignent :<sup>2</sup>

1. La pornographie pose des attentes en matière de violences. La pornographie agit comme une forme d'éducation sexuelle dévoyée, et enseigne aux enfants, aux jeunes garçons et aux hommes la leçon suivante : les partenaires sexuelles féminines doivent apprécier les actes physiques comme les coups, les bâillonnements, les claques, ou les relations sexuelles non consenties. Nous avons été approchés par des femmes et on nous pose souvent la question lors de retraites pour couples sur certaines formes de sexualité auxquelles ils n'étaient pas habitués auparavant, et que les maris demandent à présent, et parfois, exigent. Une femme nous a raconté comment son mari exige des rapports tous les jours, et quand elle rejette ses avances, il la viole, tout simplement. Sans surprise, les recherches menées en 2011 sont claires : même la consommation de pornographie classique par des spectateurs assidus est associée à des intentions plus fortes de commettre un viol.<sup>10</sup>

2. Très souvent, les agresseurs utilisent des vidéos pornographiques ou des photos de nu qu'ils ont eux-mêmes prises de leurs victimes afin de les forcer ou de les punir dans des relations violentes en menaçant de partager en ligne, ou en les partageant réellement. Tandis que le terme « revenge porn » ou « pornodivulgation » n'est pas souvent lié à la violence domestique ou à de relations violentes, ces phénomènes coïncident souvent. Heureusement, au moins 40 états plus le District of Columbia ont voté des lois condamnant le partage de vidéos ou de photos de nus sans consentement.<sup>11</sup>

3. L'usage de pornographie par les auteurs de violences domestiques peut augmenter les probabilités d'agression sexuelle. Janet Hinson Shope a mené une étude sur 271 femmes battues, dans laquelle 30 pourcents déclaraient que leurs agresseurs consommaient de pornographie.<sup>12</sup> Shope concluait que « la majorité des femmes (58%) dont les agresseurs consommaient de la pornographie reconnaissent que la pornographie avait eu un impact sur les violences dont elles avaient été victimes. » Les études ont mis en évidence un lien entre l'usage de pornographie et le viol conjugal, qui est une forme de violence domestique.

D'après leurs découvertes, les hommes qui consomment de la pornographie et vont dans des clubs de strip-tease étaient impliqués dans des taux plus élevés de violences sexuelles, de harcèlement et de viol conjugal.<sup>13</sup>

### **C'EST UNE AFFAIRE PRIVÉE**

La majorité, sinon tous, les consommateurs de porno vous diront que regarder du porno est une affaire privée qui ne fait de mal à personne. Mais les études montrent que le porno pousse de nombreux usagers à cautionner les violences faites aux femmes et à croire que les femmes, en leur for intérieur, aiment être violées, ce qui conduit beaucoup d'hommes à être sexuellement agressifs dans la vraie vie.<sup>14</sup> Une étude a révélé que « ceux qui sont les plus exposés au porno violent avaient six fois plus de risques d'avoir violé quelqu'un que ceux qui y avaient été peu exposés par le passé. »<sup>15</sup>

Mary Anne Layden, directrice du Sexual Trauma and Psychopathology Program Center [Centre pour le Programme sur les traumatismes sexuels et sur les psychopathologies] à l'Université de Pennsylvanie, a déclaré que « 40 pourcents des femmes victimes de violences indiquaient que leur partenaire consommait de la pornographie violente. »<sup>16</sup> Elle a également cité des études qui ont révélé que les hommes qui regardent de la pornographie ont tendance à trouver leur partenaire moins attirante. Le porno affecte négativement la manière dont ils considèrent cette dernière, parce qu'elle ne sera jamais en mesure de rivaliser avec les innombrables femmes apparemment parfaites qu'ils voient sur leur écran.

Dans ce monde de nuages internet, de tablettes, d'ordinateurs et d'appareils portatifs, nous ne gagnerons sans doute jamais totalement la guerre contre la pornographie. Parmi toutes les forces en présence, l'église joue un rôle unique dans la manière dont les femmes et les plus faibles doivent être traités et dans le vrai rôle de la sexualité au sein du mariage. Les hommes dans l'église peuvent penser, comme les autres hommes, que regarder de la pornographie est une affaire privée. En réalité, même un usage occasionnel de pornographie affecte leur manière de voir les femmes—et surtout, cela affecte leur relation avec Christ.

### **ARRETER N'EST PAS CHOSE FACILE**

Jérémie, le prophète des Lamentations, a déclaré : « Le cœur est tortueux par-dessus tout et il est incurable : qui peut le connaître ? » (Jérémie 17:9). Seuls 9 pourcents des gens qui vont à l'église et 7 pourcents des pasteurs peuvent identifier un programme dans leur église pour aider les personnes aux prises avec la pornographie.<sup>17</sup> Alors, que devons-nous faire ?

1. *Commencez sans attendre le voyage vers la liberté.* Cassez la dépendance—oui, la dépendance—à la pornographie—et le plus tôt sera le mieux. C'est difficile de s'arrêter, mais c'est le seul moyen. Nous avons créé une ressource pour vous aider à vous lancer. Vous pouvez la regarder et la partager gratuitement. Visitez le site Internet [newfreedomtolove.org](http://newfreedomtolove.org) où vous trouverez des témoignages, des sermons et des séminaires, ainsi que d'autres liens et ressources pour vous aider à entreprendre ce voyage vers la libération de l'addiction au porno.

Pour de l'aide et des ressources supplémentaires, vous pouvez visiter le site [gatewaytowholeness.com](http://gatewaytowholeness.com). Dans certains cas, vous devrez peut-être chercher de l'aide auprès de professionnels.

2. *Gardez vos pensées—c'est une question de cœur.* Jésus a montré clairement que c'est une question de cœur quand il a dit : « L'homme bon tire du bien du bon trésor que contient son cœur ; l'homme mauvais tire du mal de son mauvais trésor. Car la bouche [et les actes] de chacun exprime ce dont son cœur est plein » (Luke 6:45). Salomon connaissait cette réalité quand il a écrit : « Prends garde à ce que tu penses au fond de toi-même, car ta vie en dépend » (Proverbes 4:23).

Au lieu de nourrir vos pensées d'images qui tordent le cadeau de la sexualité et qui avilissent les filles de Dieu, acceptez son invitation : « Mon fils, donne-moi ton cœur, et que tes yeux se plaisent dans mes voies » (Proverbes 23:26). Prenez ces paroles d'encouragement et réclamez-les pour vous-même : « Notre seule défense contre le mal consiste à faire régner le Christ dans nos cœurs en ayant foi en sa justice. À moins d'être unis à Dieu d'une manière vitale, nous ne sommes pas capables de résister aux effets pernicieux de l'égoïsme, de l'indulgence pour soi-même, et de la tentation. On peut renoncer à quelques mauvaises habitudes et se séparer momentanément de Satan ; on sera finalement vaincu si l'on néglige d'entretenir une communion vivante avec Dieu en se soumettant à lui à chaque instant. »<sup>18</sup>

3. *Recrutez d'autres personnes pour vous aider.* Le combat pour être libéré de la pornographie n'est pas un combat qu'on peut mener tout seul. Salomon l'a expliqué de cette manière : « Deux associés valent mieux qu'un seul. À deux, ils obtiennent un meilleur résultat » (Ecclésiaste 4:9). Aujourd'hui, plus que jamais, vous avez besoin de l'aide d'autrui. Commencez par votre conjoint ou les personnes les plus proches de vous et demandez-leur de vous aider en devenant vos partenaires de soutien. La solitude pousse souvent les gens à remplir le vide qu'ils ressentent avec le porno.

Tandis que le porno et la violence domestique sont de dangereux parents proches, vous n'avez pas à en être l'instrument, et votre conjoint et les autres les malheureuses victimes. Vous avez le pouvoir de prendre une décision et les mesures qui s'imposent, dès aujourd'hui, pour mettre un terme à ces techniques toxiques et empoisonnées du diable avant qu'elles ne vous détruisent, vous et d'autres.

## BIBLIOGRAPHIE

<sup>1</sup> Mike Genung, « The Road to Grace, » <https://www.roadtograces.net/current-porn-statistics/>.

<sup>2</sup> Tim Rymel, « Does Pornography Lead to Sexual Assault? » *HuffPost*, 26 août 2016, [https://www.huffingtonpost.com/entry/does-pornography-lead-to-sexual-assault\\_us\\_57c0876ae4b0b01630de8c93](https://www.huffingtonpost.com/entry/does-pornography-lead-to-sexual-assault_us_57c0876ae4b0b01630de8c93).

<sup>3</sup> R. Douglas Fields, « The Explosive Mix of Sex and Violence, » *Psychology Today*, 26 janvier 2016, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-new-brain/201601/the-explosive-mix-sex-and-violence>.

<sup>4</sup> Une version de cet article a d'abord paru dans le numéro de septembre 2019 d'*Adventist Review*.

<sup>5</sup> Mike Genung, « The Road to Grace, » <https://www.roadtoGrace.net/current-porn-statistics/>.

<sup>6</sup> « How Consuming Porn Can Lead to Violence, » Fight the New Drug, 23 août 2017, <https://fightthenewdrug.org/how-consuming-porn-can-lead-to-violence/>.

<sup>7</sup> Paul J. Wright, Robert Tokunaga, et Ashley Kraus, « A Meta-Analysis of Pornography Consumption and Actual Acts of Sexual Aggression in General Population Studies, » *Journal of Communication* 66, no. 1 (février 2016): 183–205.

<sup>8</sup> « Porn Can Lead to Violence. »

<sup>9</sup> Haley Halverson avec Emily Hale, « Three Ways Domestic Violence Is Connected to Pornography, » End Sexual Exploitation, 1<sup>er</sup> octobre 2018, <https://endsexualexploitation.org/articles/three-ways-domestic-violence-is-connected-to-pornography/>.

<sup>10</sup> John D. Foubert, Matthew W. Brosi, et R. Sean Bannon, « Pornography Viewing Among Fraternity Men: Effects on Bystander Intervention, Rape Myth Acceptance and Behavioral Intent to Commit Sexual Assault, » *Sexual Addiction & Compulsivity* 18, no. 4 (2011): 212–231.

<sup>11</sup> « 46 States + DC+ One Territory Now Have Revenge Porn Laws, » Cyber Civil Rights Initiative, lu le 10 octobre 2019, <https://www.cybercivilrights.org/revenge-porn-laws/>.

<sup>12</sup> Janet Hinson Shope, « When Words Are Not Enough: The Search for the Effect of Pornography on Abused Women, » *Violence Against Women* 10, no. 1 (2004): 56–72.

<sup>13</sup> Catherine A. Simmons, Peter Lehmann, et Shannon Collier-Tension, « Linking Male Use of the Sex Industry to Controlling Behaviors in Violent Relationships: An Exploratory Analysis, » *Violence Against Women* 14, no. 4 (2008): 406–417.

<sup>14</sup> « Porn Can Lead to Violence. »

<sup>15</sup> « Porn Can Lead to Violence. »

<sup>16</sup> Jay Everson, « To Confront Domestic Violence, We Must Confront Pornography, » *Washington Times*, 12 février 2015, <https://www.washingtontimes.com/news/2015/feb/12/op-ed-to-confront-domestic-violence-we-must-confro/>.

<sup>17</sup> Mike Genung, « The Road to Grace. » <https://www.roadtoGrace.net/current-porn-statistics/>.

<sup>18</sup> Ellen G. White, *Jésus-Christ*, 314.

—fin—