

Toriteny

MITONDRA FIADANANA AO AN-TOKANTRANO: Miatrika hatrany am-potony ny Herisetra eo amin'ny Tanora

Nosoratan'i by Sarah McDugal, Abuse Recovery Coach
Founder of WildernesstoWILD.com

Toko sy andininy: Galatiana 5:22

FAMPIDIRANA

Ilay olona Fonentana na Katita kely, natao ohatra (faka tahaka)

Indray andro hono, dia nisy olona fonentana kely iray nahatsapa ny tenany ho niavaka. Tsy nanao afa-tsy izay tiany ity katita kely ity. Tsy nihevitra ny hafa na izay mety ho ilainy mihitsy ity olona fonentana kely ity fa lasa tia tena izy.

Raha toa ka mametraka ny filàn'ny hafa alohan'ny zava-drehetra ny olona fonentana sasany, dia tsy mba toy izany ity anankiray resahantsika ity. Nanomboka niandrandra sy nitaky ny hanarahana ny sitrapony izy.

Nitombo teny I Katita ary tonga olon- dehibe. Raha mbola nanohy ny toetrany manjakazaka sy tia tena tamin'ireo olon-dehibe sasany izy, dia toa tsy nahomby toy ny teo aloha izany.

Raha tokony haneho fahalemam-panahy sy fahavonona hanampy ny hafa mantsy itykatita tonga olon-dehibe ity, dia nanomboka nanao zavatra tsy madio na mahatafintohina mihitsy izy mba ahatanterahana ny sitrapony, na dia ratsy aza ny tsy mahatoky sy mandratra olona.

Ary satria tsara fanahy amin'ireo olona manana andraikitra I Katita kely, dia noheverin'izy ireo fa olona mahafinaritra izy. Noho izany, tsy ela dia nahazo fahefana tsikelikely tamin'ireo tompon'andraikitra lehibe ireo I Katita.

Raha ny fijery azy dia toa miaina anaty fahasambarana haharitra I Katita, saingy ireo olona hafa miaina nanodidina an'i Katita kosa dia nijaly. Raha jerena, ilay Katita izay nianatra ho tonga lozabe dia tonga nijaly ihany tamin'ny farany – satria i Katita izay nitaky ny tsy anaovana afa-tsy ny sitrapony, dia tsy mba nananatra izany fifaliana entin'ny tsy fitiavan-tena, ny fanampiana namana ary ny hatsaram-panahy izany.

Indray andro rehefa tonga saina ireo tompon'andraikitra teo amin'ny fiaraha-monina fa olona lozabe amin'ny sasany anie ity Katita ity, dia nanapa-kevitra fa tsy hanome fahefana azy intsony. Nanomboka tamin'io andro io dia tsy afaka nanafintohina olona intsony i Katita, ary nanomboka nihasitrana tamin'ny ratrany ny mpiara-monina, sy nianatra nisitraka fitiavana tena izy tao anaty fandriam-pahalemana.

ANTONTAN'ISA MOMBA NY HERISETRA MIANJADY AMIN'NY TANORAMANERAN-TANY

Ny tontolo misy antsika ankehitriny dia toerana mampidi-doza ho an'ny zanatsika sy ireo tanorantsika mitombo eo aminy. Raha sahy isika ny handinika izany, dia voalaza fa mampihoron-koditra ny tarehimarika maneho herisetra, tsindry sy fandrahonana miseho any amin'ny firenen-drehetra.

Ny fandrosoan'ny teknolojia dia nanamora ny fihanahan'ny herisetra eo amin'ny tanora, ka ahafahan'ny samy tanora manindry/mampitahotra ny namany eo amin'ny tambazotran-tserasera, nefa tsy ahafantarana sady tsy hahavoakititika ireo mpikirakira izany.

Mialoha indrindra ny hijerena ireo vahaolana azo tanterahina, dia mila fantatsika tsara aloha ny olana atrehin'ny tanora isan'andro amin'izao tontolo ankehitriny izao.

Mety hanelingelina be na handratra kely ny sofintsika ny mandre ireo antontan'isa ireo, saingy ho an'ny mpiray fanantenana amintsika, dia tena ilaina izany raha tiantsika ny ho tonga saina sy afaka hitondra akonyarakany tokony ho izy eo amin'ny toe-javatra. Tokony ho tsaroantsika koa fa maro amin'ny fianakaviana eo anivon'ny fiangonana sy ny fiaraha monina misy antsika no miaina ny vokatr'ireny, ary izany no maha-zava-dehibe ny hisian'ny adihevitra momba azy ity eo amin'ny fiangonana – na dia tsy mora sy tsy mampahazo aina foana aza akory izany.

Araka ny voalazan'ny OMS (Sampan'asan'ny firenena mikambana mombany Fahasalamana), ny herisetra eo amin'ny tanora dia olana ara-pahasalamana ho an'ny daholobe maneran-tany. Voakasik'izany miantomboka amin'ny karazana hetsika fanambaniana sy fifanandinana na ady ara-batana, hatramin'ny mafimafy kokoa dia nyherisetra eo amin'ny lafiny firaisana ara-nofo, herisetra ara-batana, na hatramin'ny vono olona.¹

- Isan-taona dia eo amin'ny 200,000 eo ho eo ny vono olona mitranga maneran-tany, mahakasika ny tanora eo anelanelan'ny 10-29 taona. Izany hoe efa ho **antsasaky** (43%) ny fitambaran'ny vono olona miseho maneran-tany isan-taona.
- Ny vono olona dia antony **fahefatra** mahatonga fahafatesana eo amin'ny tanora eo anelanelan'ny 10-29 taona, ary 83% amin'izany dia lehilahy.
- Isaky ny misy tanora iray maty, dia mihoatra lavitra noho izany ny **maratra** ka mila fitsaboana sy fandraisana an-tànana any amin'ny hopitaly.
- Ny fanadihadiana iray dia nilaza fa **24% n'ny vehivavy** no miaiky fa ny firaisana ara-nofo voalohany teo amin'ny fiainan'izy ireo dia tamin'ny fanerena azy.
- Raha toa ka tsy mahafaty, ny herisetra nianjady tamin'ny fahatanorana, dia tsy maintsy misy **fiantraikany ratsy mandritry ny fiainana**, eo amin'ny lafiny ara-batana, ara-tsaina, ary amin'ny fifandraisana ara-piaraha-monina.
- Ny herisetra eo amin'ny fahatanorana dia **mampitombo izaitsisy ny vola lany** amin'ny fikarakarana ny fahasalamana, ny fahatsapan-tena ho mety, fanampiana sosialy ary ny fahamarinana ara-pamonjàna. Mampihena ny fahafaha-mamokatra koa izany ary mampihena ny sandan'ny fananana.

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

Araka ny fandinihana nataon'i RAINN, ilay mpanolo-tsaina momba ny herisetra ara-pananahana, ny tahan'ny herisetra ara-pananahana atao amin'ny ankizy latsaky ny 18²dia mampivarahontsana:

- Ankizivavy 1 isaky ny 9, ary ankizilahy 1 amin'ny 53, latsaky ny 18 taonano iharan'ny fanararaotana ara-nofo ataon'ny olon-dehibe.³
- 82% amin'ireo voa latsaky ny 18 taona no vehivavy.⁴
- Ny vehivavy eo anelanelan'ny 16-19 taona dia 4 heny marefo kokoa noho ny ankamaroan'ny olona, ny amin'ny mety hiharan'ny fanolanana, fikasàna fanolanana na herisetra ara-pananahana.⁵
- Ny 90%'ny olona iharan'ny fanolanana dia vehivavy.⁶

Ny fiantraikan'ny fanararaotana ara-nofo amin'ny ankizy dia mety haharitra ela ka hahakasika ny fahasalaman'ny sain'ilay niharan'izany, mampitombo ny herijika mety mbola hitrangan'izany ary mety hitarika ireto tranga manaraka ireto:⁷

- avo 4 heny mety ho tonga amin'ny fiankinan-doha amin'ny zava-mahadomelina.
- avo 4 heny mety ho voan'ny TSPT rehefa tonga eo amin'ny taona matotra
- avo 3 heny mety hiaina korontan-tsaina mandalo eo amin'ny taona maha-olon-dehibe.

Noho izany, amin'ny maha ray aman-dreny be fitiavana antsika, mpanabe ary anisan'ny komity mpitarika ny fiangonana – dia amin'ny fomba ahoana no hiarovantsika ny zanantsika hieren-doza?

Inona no azontsika atao mba hiarovana ireo taranaka manaraka sy hanampiana azy ireo ho tonga olona salama, feno, matanjaka, mahatoky ary ieren-doza?

AIZA NO MANOMBOKA NY HERISETRA ATAO AMIN'NY ANKIZY

Ny antontan'isa ofisialy, dia maneho fa ny tokantrano – izaytoerana heverina fa voaro ny ankizy satria hodidinin'ny ray aman-dreniny sy ny zokiny izay tia azy sy azony itokisana –no mazàna tsy azo antoka indrindra. Ny singavokatra ny fandihadiana voangona dia maneho fa, rehefa misy tranga fanararaotana ara-pananahana mitranga amin'ny ankizy ary notaterina teny amin'ny manampahefana, dia:

- 93% n'ny olona nahavanon-doza dia olona fantatr'ilay zaza, ary amin'io tarehimarika io, ny 34% dia havana ihany na olona akaiky na ao anatin'ny fianakaviana,

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

³ 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)

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

⁵ Department of Justice, Office of Justice Programs, Bureau of Justice Statistics, *Sex Offenses and Offenders* (1997).

⁶ 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). (This statistic presents information on the total number of male and female victims in the United States, using a study from 1998. Because the U.S. population has increased substantially since then, it is probable that the number of victims has as well. RAINN presents this data for educational purposes only, and strongly recommends using the citations to review any and all sources for more information and detail.)

⁷ 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).

- raha toa ka 7% monja amin'ny, nahavanon-doza no olona tsy fantatra na tsy misy ifandraisany mihitsy amin'ilay ankizy.⁸

Ny zavatra tena mampihoron-koditra indrindra dia indrisy fa matetika ny toerana ahitan'ny zanatsika herisetra voalohany dia ao anatin'ny ankohonana ihany. Eny na dia eo anivon'ny tokantrano Advantista mitandrina ny andro fahafito aza.

Ny OMS (sampan'asa eo anivon'ny nifrenena mikambana misahana ny fahasalamana) koa dia nilaza fa ny fanandramana ratsy iainan'ny zaza iray (ACE=Adverse Childhood Experience) dia mazàna iray amin'ireo loharano matanjaka indrinda ihavian'ny rarin-tsaina ho an'ny ankizy, izay mety hiseho aloha be eo amin'ny fiainany.

Izany fanandramana ratsy izany dia mety hahitana herisetra amin'ny fitenenana, ara-batana, ara-nofo, na ara-tsaina; ny tsy firaharahana amin'ny endriny maro; herisetra hitan'ny ankizy eo amin'ny samy ray aman-dreny na ireo mpiahy azy; zavatra tsy mandeha araka izy tokony ho izy toy ny fiankinan-doha amin'ny toaka/zava-pisotro mahamamo,, zava-mahadomelina ary ny fijerena sary na sarimihetsika mamoafady; na herisetra hafa tsotra izao hitany eo amin'ny fiaraha-monina.

“Efa voaporofa fa ny vesatra sy rarin-tsaina efa niainana naharitra nandritry ny fahazazana dia misy fiantraikany maharitra eo amin'ny fiainana, na ara-pahasalamana izany na ny kalitaon'ny fiainana “. Mety hampikorontana ny fivelaran'ny ati-doha aloha be izany, sy hanohintohina ny fiasan'ny retsim-pandre sy ny fiarovan-tenan'ny vatana. Ambonin'izany, noho ireo fomba fitondran-tenan'ny olona sasany efa nanana fanandramana ratsy tao anatin'ny fahazanany (ACE) tahaka ny stress, dia mety hitarika olana lehibee tahaka ny fisotroana zava-pisotro mahamamo, ny fikorontanan-tsaina, fikorontanana eo amin'ny fisakafoanana, firaisana ara-nofo tsy voaro, aretina VIH/SIDA, aretin'ny fo, homamiadana, ary aretina maro hafa tsy azo sitranina any aoriana.”⁹

Rehefa mitantara ny fahazazan'I Jesosy I Lioka dia niteny hoe “Ary Jesosy nandroso saina sy tena, sady nandroso fitia tamin'Andriamanitra sy ny olona” Lioka 2: 52 .Teboka telo mikasika ny fahazazany no ambaran'izany amintsika:

- 1) nitombo saina, matotra ara-panahy (fahendrena)
- 2) nitombo ara-batana : fahasalamana sy tanjaka (tsanganana)
- 3) nandroso fitia tamin'Andriamanitra sy ny olona (toetra sy ny maha-izy azy).

Ellen White koa dia nilaza ny amin'ireo toetra telo tao amin'I Jesosy ireo:

Ny fehin'ny tantaran'ny fahatanorany dia manambara zavatra mahavariana: “Ary Jesosy nitombo saina sy tena sady nandroso fitia tamin'Andriamanitra sy ny olona” Lioka 2:52 Lalin-tsaina sy nanana fahendrena mihoatra lavitry ny taonany lzy, ary ny toetrany dia naneho fahatanterahana. Mitombo miandalana manaraka ny lalàn'ny fahazazana ihany anefa ny herin'ny saina sy ny vatana.¹⁰

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

⁹ https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/activities/adverse_childhood_experiences/en/

¹⁰ Ellen G. White, *The Desire of Ages* (Mountain View: CA, Pacific Press, 1898), 68.

Mba ahafahana mitombo miaraka amin'ny fahendrena toa an'i Jesosy, mandroso saina sy tena – dia ilain'ny zanatsika ny fiarovana sy ny tontolo azo antoka misyfandriampahalemana mba hivelarany amin'ny fahafenoany. Izany dia midika fa tsy ny fiarovana azy ara-batana ihany no ilainy, fa ara-pihetseham-po, ara-panahy, eo amin'ny lafiny fananahana ary ara-tsaina ihany koa.

Eo anivon'ny ankohonana kristiana mihitsy no tokony miantomboka ny fisorohana ny fanandramana ratsy (ACE) mety hiseho mandritry ny andron'ny fahazazana.

Tiantsika ny zanatsika, ary saro-bidy amintsika ireo. Tena tiantsika amin'ny fonsika manontolo mihitsy. Ny tsara indrindra no irintsika ho azy ireo. Nefa mazàna, dia adinodinotsika fa manomana azy ireny ho amin'ny fiainana anjakan'ny herisetra isika, rehefa manamaivana ny fanomezana azy toerana azo antoka sy ieren-doza (sécurité) dia ny eo anivon'ny ankohonana izany:

- Rehefa mahita ny ray aman-dreniny miady izy ireo, na mahita ny rainy mamono (mikasi-tànana ny reniny) – tsy azo antoka izany ny ao an-tokantrano;
- Raha iharan'ny fikasihan-tànana na herisetra ara-nofo/ara-pananahana ataon'ny olona ao amin'ny fianakaviana na namana natokisana izy ireo – tsy azo antoka izany ny ao an-tokantrano;
- Rehefa miaina ao anatin'ny tahotra ho voatsikera sy ny teny maharary izy ireo – tsyazo antoka izany ny ao an-tokantrano;
- Rehefa ampiasaina ho lasa henatra sy hifehezana azy ny tsy fahombiazany na ny lesoka nataony – tsyazo antoka izany ny ao an-tokantrano;
- Rehefa tsy afaka maneho malalaka ny fihetseham-po, ny ahiahiny na ny heviny izy ireo – tsyazo antoka izany ny ao an-tokantrano;
- Rehefa tsy milaza ny heviny momba ny resaka ara-panahy izy, satria nambara taminy fa tsy tian'Andriamanitra ny hametrahan'izy ireo fanontaniana foana – dia tsy azo antoka izany ny ao an-tokantrano;
- *Rehefa mandinika ny rainy sy ny lehilahy havana izay mampihatra ny fahefany hanararaotany ny vehivavy izy ireny, fa tsy mba toy ny nataon'i Jesosy hoe mitarika ka nanompo sy niaro ny vehivavy – tsyazo antoka izany ny ao an-tokantrano.*

Tsy ho voafehintsika mihitsy ny tontolo manodidina antsika, saingy tsy azo lavina kosa fa isika dia manana andraikitra lehibe eo anatrehan'Andriamanitra mba hitaiza ny zanatsika ao anaty tokantrano azo antoka sy ieren-doza, tokantrano mamy, izay maneho ny halemempahy sy ny fitiavan'i Kristy.

“Ny ‘atmosifera’ (tontolo iainana) manarona ny fanahin'ny ray sy reny dia mameno ny trano manontolo, ary tsapa mahenika ny ankohonana”¹¹

Mba hisorohana ny fiparitahan'ny herisetra iainan'ny tanorantsika, mba hampihenana ny herisetra ao anatin'ny fiarahana amin'olona, ny esoeso sy fanambaniana ataon'ny namana, ny herisetra ara-pananahana atao amin'ny ankizy ary ny vono olona mianjady amin'ny adolantsento – dia mila mamerina mandanjalanja tsara ny anjara toeran'ny soatoavina eo anivon'ny ankohonantsika isika. Voalohany indrindra aloha, dia mila mipetraka tsara eo

¹¹ Ellen G. White. *Adventist Home* (Washington, DC: Review and Herald, 1952)16.

amin'ny toerana maha ray aman-dreny, maha-dadabe sy bebe, dadatoa sy nenitoa, na koa amin'ny maha-naman'ny fianakaviana antsika isika. Rehefa ny fanaparam-pahefana sy fifehezana tafahoatra na fitsikilovana no manjaka eo anivon'ny tokantranontsika, tsy iniansika akory fa dia isika ihany no hampitoetra sy hampiverimberimberina ny trangana herisetra, hatezerana, ary ny tsy fisian'ny fanantenana, hatreny anivon'ny fiarahamonina mihitsy aza.

Ny dingana voalohany hampitsaharana izany herisetra miverimberina izany dia ny mivoaka ny fahanginana sy miresaka mazava ny momba io lohahevitra io.

Izao no nosoratan'ny Apostoly Jaona: "Fa tonga amin'izao tontolo izao ny mazava, nefa aleon'ny olona ny maizina toy izay ny mazava, satria ratsy ny asany. Fa izay rehetra manao ratsy dia manakahala ny mazava sady tsy manatona ny mazava fandrao hita miharihary ny asany. Fa izay manaony marina kosa dia manatona ny mazava, mba haseho ny asany fa atao amin'Andriamanitra izany"(Jaona 3:19-21).

Tena mety hanelingelina izany nefa tsy maintsy resahantsika ny zava-misy, amin'izay fomba mahitsy indrindra azo atao sy tokony hitondra fanovàna. Amin'ny maha fiangonana misy maneran-tany antsika, rehefa tsy resahintsika ny lohahevitra manohitohina, fa tehirizintsika ho miafina sy toy ny tsiambaratelo, dia mamela ny herisetra hitombo sy hihombo mangingina isika amin'izany. Ny hany fomba ahafahana mampisava ny aizina mantsy dia ny mampitodika ny tara-pahazavan'ny fahamarinana eo amin'izay misy izany aizina izany, avy eo dia mitarika izany ho eo amin'ilay masoandro manasitrana maneho ny toetran'Andriamanitra. I Jaona dia nanambara fa raha misy mitahiry ny ratsy ao amin'ny maizina, dia tsy tena mpianatry ny Tompo izy.

NY TOETSAIN'NY FANAPARAM-PAHEFANA SY FIFEHEZANA DISO TAFAHOATRA

Ny mpiara-mivavaka dia mety hikotrika na hivoy – tsyiniana – fombafisainana izay mety hampiroborobo ny fitondran-tena mahery setra, satria isika dia manindrahindra ireo izay manana fahefana.

Fa etsy kely ange, angaha moa tsy zavatra tsara izany hoe manana fahefàna? Mety ho tsaraka! Saingy rehefa tsy voafehy ny fahefàna dia manimba ny foto-pisainana haingana dia haingana. Amin'ny maha-mpanara-dia an'Il Jesosy antsika, dia antsoina isika mba hifampitondra araky ny vokatry ny Fanahy. "Fa ny vokatry ny Fanahy kosa dia fitiavana, fifaliana, fiadanana, fahari-po, fahamoram-panahy, fanaovan-tsoa, fahamarinana" (Galatiana 5:22).

Rehefa mifantoka amin'ny fampiasàna fahefàna amin'ny hafa isika, na fifehezana ny safidin'ny hafa, na manery ny hafa hanatanteraka ny sitrapontsika, dia hadinontsika fa hay moa i Losifera ihany no nikatsaka fatratra izany hanana fahefàna izany. Satana dia mikatsaka mandrakariva ny handrombaka. Ny hanana. Ny hifehy.

Kristy kosa dia mikendry mandrakariva ny hanome. Mitovy ihany Jesosy sy ny Ray amin'ny lafiny FITIAVANA izay samy maha-izy azy. Fitiavana sy fahamarinana ihany no ampiasain'izy ireomba hanasàna antsika hanaiky ny famonjena.

Ny fomba hafa rehetra – fampiasàn-kery, fandisoam-panantenana, fanararaotana, fametsifetsena, kolikoly, fanambaniana, tsy fahitsiana (miolikolika), fanokana-monina/fanavahana, fambaboana, ireorehetra ireo – diafitaovana avy amin'il Satana, fa tsy

avy amin'Andriamanitra. Tsy afaka hampiasa ireo fomba sy toetra ireo isika eo amin'ny fifandraisantsika amin'ny ray aman-dreny, ao anatin'ny fifandraisana ara-pitiavana, ny fanambadiana na ny asa fitoriana ataontsika, ka tsy hanahaka ny toetran'i Satana.

Rehefa ny anjara toerana na fahefana no apetraky ny mambra ao an-tsaina mialoha ny eritreritra fanompoana, na mambra tsotra io na mpitarika – na eo anivon'ny fanambadiana izany, na any ampianarana, na any amin'ny vondrona madinika, na eo anivon'ny fiangonana na eo amin'ny fiaraha-monina amin'ny ankapobeny – dia mamorona atmosferampanjaka ny herisetra izany. Tadiavintsika hohazonina ny HERIn'Andriamanitra nefa isika tsy miezaka akory hanana ny TOETRAn'Andriamanitra.

Vaky ny fontsika rehefa mahita ny zanatsika tonga eo amin'ny fahatanorana ka naka ho fenitra ny herisetra hitany: isika no alainy ho ohatra amin'ny herisetra asehontsika eo amin'ny lafiny fihetsempo, amin'ny fomba fiteny, ny lafiny ara-batana sy ara-panahy koa aza. Ny fananana fahefana nefa tsy fananana ny toetran'Andriamanitra dia porofon'ny fahotàna izay tokony velarina eo anoloan'ny fahazavan'ny fahamarinan'Andriamanitra.

MITONDRA FANASITRANANA NY HAZAVANA

Rehefa tsy tapahantsika io fiverimberenan'ny herisetra io, dia tsy manaraka ny toromarik'i Jesosy isika, izay mibaiko antsika hifankatia sy hiaina ao anatin'ny mazava. “Izay tiany rahalahiny no mitoetra ao amin'ny mazava, ka tsy misy fahatafintohinana ao aminy. Fa izay mankahala [manao herisetra] ny rahalahiny dia ao amin'ny maizina ary mandeha ao amin'ny maizina, ka tsy mahalala izay alehany, satria ny maizina no efa mahajamba ny masony” (1 Jaona 2:10, 11).

Rehefa maneho finiavana hiresaka amin'ny fomba mazava sy tsy miolakolaka isika ny amin'ny tokony hanorenana tokantrano/ankohonana feno fahalempanahy sy fifandeferana; rehefa mandà tsy hiaro be fahatàny na hamela hanjaka ny fisainana mahazatra manaiky ny herisetra hianjady amin'ny taranaka ho avy isika; dia afaka manomboka manantena fanasitranana sy miandrindra fiainam-baovao indray ny fiangonana.

Mandra-pahatanteratsika izany, dia isika rehetra mihitsy no mangalatra ny hasarobidin'ny fiainana ieren-doza sy fahamarinana avy ao am-pon'ny zanatsika. Rehefa manao izany isika, dia mandiso ilay toetran'Andriamanitra sy mandika ny didyfahatelo izay milaza hoe: “Aza manonona foana ny anaran'i Jehovah Andriamanitrao; fa tsy hataon'i Jehovah ho tsy manantsiny izay manonona foana ny Anarany” (Eksodosy 20: 7).

Amin'ny maha anisan'ny vatan'i Kristy antsika, dia milaza isika fa maneho ny anaran'Andriamanitra. Tsy misy dikany anefa ny hitondrantsika ny anaran'Andriamanitra raha tsy hita eo amin'ny ataontsika isan'andro ny vokatry ny Fanahy. Ao amin'ny Galatiana toko faha-5, dia miteny amintsika I Paoly fa raha manaraka ny sitraky ny toetratsika mpanota isika dia “miharihary ny asan'ny nofo: fijangajangana, fahalotoana, fijejojejoana, fanompoantsampy, fanaovana ody ratsy, fandrafiana, fifandirana, adi-lahy, fiafonafonana, fifampiandaniana, fisarahana, fitokoana, fialonana, fahamamoana, filalaovan-dratsy ary ny toy

izany, izay lazaiko aminareo rahateo tahaka ny voalazako fahiny koa, fa izay manao izany dia tsyhandova ny fanjakan'Andriamanitra"

" (Galatiana 5:19-21).

Mety tsy hahafinaritra ny hiaiky fa, mazàna isika ao an-tokantrano dia maneho bebe kokoa [noho ny hoe rehefa any ivelan'ny an-tokantrano] ireto toetra ireto: fankahalana, fifamaliana, fialonana, fahatezerana mipoaka, fitsiriritana, ary endrika herisetra: hafa ara-pihetseham-po sy ara-batana, ary mety haneho izany isika na aiza na aiza. Lasa tanjona mora trararina ho antsika ny vady aman-janaka mba hampiharantsika ny fihetsempo miotrika, anaparantsika ny havizanana sy ny hatezerantsika. Mihalehibe ao anatin'izany tontolo izany izy ka mihevitra fa mety ireo fitondran-tena sy toetra ireo. Noho izany dia toy izany koa no ifandraisany sy itondrany ny mpiray tampo aminy, ireo namany, ireo sakaizany ary ny tokandrano haoriny aoriana dia hanahaka ireo ohatra ratsy nolovainy ireo.

I Ellen White dia nanoratra ny antsipirian'ny tokony ho fiainan-tokantrano, sy ny maha-zava-dehibe ny fifanajana sy fifanehoana halemem-panahy.

Ny "tokantrano" hoy izy dia tokony ho toy ny lanitra kely ety an-tany mihitsy, toerana izay ikolokoloana ny fifankatiavana, fa tsy hoe fanasaziana efa nomanina fatratra. Miankina amin'ity fikolokoana fitiavana ity ny hasambarantsika, fikolokoloana fitiavana, fifanehoana hatsarampanahy ary fifanehoana fanajana marina. Ny karazana lanitra tsara indrindra diany tokantrano izay tarihin'ny Fanahin'ny Tompo. Rehefa tanteraka ny sitrapon'Andriamanitra, dia hifanaja ho azy ny lahy sy ny vavy ary miara-mikolokolo ilay fitiavana sy ny fifampatokisana."¹²

"Aza adino fa andraikitrao ny manao izay hahatonga ny tokantranonao hanjakan'ny hazavàna sy hasambarana, ho anao sy hoan'ny zanakao, amin'ny alalan'ny fanajàna ny sitrapon'Andriamanitra.

Mety hisy ny olana, saingy ao anatin'ny maha-olona avokoa izany. Aoka ny faharetana/fandeferana, fisaorana ary ny fitiavana hihazona ny hazavana ao amponareo na dia mety ho lalovan-drahona aza ny fiainana. Mety ho tokantrano tsotra kely no misy anao, saingy azo atao ho lasa toerana izay tsy misy afa-tsy teny mampahery ifanomezana ao, asam-pitiavana no ifampitsinjovana ao, ary vahiny tsy tapaka ao an-tokantranonao ny fifanajàna sy ny fitiavana"¹³

Izany fomba fifampitondràna ao an-tokantrano izany dia tsy miankina velively amin'ny fananana, amin'ny maha-lahy na vavy, na koafenitra ara-kolon-tsaina.

Miankina indrindra indrindra amin'ny finivantsika te-hanahaka an'I Kristy izany, sy mba handray ny fony feno fitiavana ny zanatsika sy ireo tanorantsika. Tsy maintsy I Kristy no fitaratra ho antsika sy ivon'ny fitondrantenantsika ao an-tokantrano.

Tsy amin'ny reny irery no miantefa izany antso izany. Fa andrasana avy amin'ireo rehetra izay milaza ho mpanara-dia an'I Kristy sy nandray ny Fanahy izany – lehilahy, vehivavy, zatovolahy, zatovovavy.

¹² Ibid, 15.

¹³ Ibid, 17, 18.

“Na ny lahy na ny vavy, samy tsy tokony hihevitra hifehy ny anankiray. Aza miezaka hanome fahafaham-po ny anankiray amin’ny fanatanterahana ny sitrapony, tsy izany akory no ahafahanareo mitahiry ny fitiavan’ny andaniny sy ankilany. Aoka halemy fanahy, manampaharetana, mandefitra, mifampitsinjy ary mifanaja”¹⁴

FAMINTINANA

Ny Tenin’Andriamanitra dia miantso antsika haneho fitiavana ka lazaina amin’ny tena izy ny mahakasika ny herisetra. Hoy mantsy ny Baiboly: “Lozan’izay milaza ny ratsy ho tsara ary ny tsara ho ratsy! Izay manao ny maizina ho mazava ary ny mazava ho maizina! Izay manao ny mangidy ho mamy ary ny mamy ho mangidy” (Isaia 5:20).

Ao amin’ny Efesiana 5: 11-13 dia mampianatra antsika mazava i Paoly mba:

- Tsy handray anjara amin’ny maizina
- Tsy haneho ny asan’ny maizina
- Hampiasa ny hazavana ka hiseho ny zavatra rehetra
- Hampibaribary ny fahotana eo anoloan’ny hazavana.

Rehefa hamaivanintsika ireo mety ho endrika herisetra rehetra miseho eo anivon’ny tokantrano mihatra amin’ny zanatsika, ka ekentsika ho toy ny zavamisy ara-dalàna ireny satria fomba ara-kolotsaina; rehefa manome rariny ny fanapara-pahefana toy ny tsisy tsiny eo imason’Andriamanitra isika, dia tsarovy fa mifanohitra amin’ny sitrapon’Andriamanitra feno fitiavana izany.

Raha mbola mitoetra any amin’ny takotakona eo anivon’ny tokantrano mivavaka ny herisetra, raha mbola miezaka manapariaka ny filazantsara amin’ny fampiasana fahefànanany fiangonana, raha mbola omentsika vahana ny endriky ny kolontsaina izay mandrisika sy mitazona ny fomba fifehezana ny hafa amin’ny endriny rehetra – dia maneho amin’ny tanorantsika isika fa ‘ara-dalàna’ ny fisian’ny herisetra, fa tsy hitondra soa azy ireo ny mitoroka rehefa misy zavatra tsy mety, ary azo ekena ny fisian’ny tsindry noho ny fahefana sy toerana ananan’ny olona iray, satria tahaka ny tandindon’ny fitiavan’Andriamanitra nasehony tamin’ny sorona ihany izany.

Raha tiantsika dia azontsika atao ny maneho amin’ireo tanorantsika ny fomba hampitsaharana ny herisetra. Saingy midika izany fa mila mandini-tena aloha isika ary mila miady amin’ny herisetra ataontsika, ny fiheverantsika fa manan-jo hifehy, na hanampatra hery sy fahefana amin’ny hafa. Amin’ny fomba ahoana on ahafantsika manomboka izany?

Mila vonona tanteraka isika hivoaka ny fahanginana... ary hiteny hoe AOKA IZAY

Tsy ny fahanginana no antsoin’Andriamanitra hoe mitia ny hafa!

Ny Tenin’Andriamanitra dia mamporisika antsika tsy hangina manoloana ny tsy mety fa hilaza amin’ny feo mafy na hitoroka (Isaia 58:1, 2, 6,7).

Tsy ny fahanginana no hisarika ny mpanao herisetra hanova ny fitondran-tenany ho malefaka kokoa na hanetry tena

¹⁴ Ibid, 118.

Ny Tenin'Andriamanitra dia mamporisika antsika samy ho tompon'andraikitra amin'ny fiainan'ny hafa (Efesiana 5:11-13).

Ny fahanginana dia tsy anisan'ny dingana ambaran'ny Baiboly ho famelàn-keloka
Ny Tenin'Andriamanitra dia mamporisika ny hanafaizana na hanasaziana ireo izay manao ny tsy rarirny amin'ireo madinika. (Lioka 17:3).

Ny fahanginana dia tsy mitondra fiovàn-toetra
Ny Tenin'Andriamanitra dia maneho fa ny fanaronana ny fahotàna dia mitarika korontana sy loza amin'ny fiarahamonina iray manontolo (Josoa 7-9).

Ny fahanginana manoloana ny herisetra dia tsy manamora ny fanasitranana
Ny fahanginana dia tsy mahavonjy ny zanak'ondry rehetra
Isika rehetra dia afaka mivoaka ny fahanginana ka ... hampitsahatra ny herisetra (enditinow)

Ny famindrampon'Andriamanitra dia manery ny vatan'I Kristy mba haneho hatsaram-panahy/fitiavana manoloana ny filàna vokatry ny herisetra. Raha manao izany isika, dia manome fanasitranana sy fahafahana hanorina fiainana vaovaoin-dray, ho an'ireo olona niharan'ny herisetra izay efa potipotika tamin'ny lafiny sy endriny maro.

Ny Tompo anie hitahy antsika rehefa mivavaka isika, mikaon-doha ary miara-miasa hanoharana ny herisetra mba hilazana hoe "Aoka izay".

Isika miaraka no afaka hamarana ny fahanginana

Isika miaraka no afaka hamarana ny herisetra

Amen

—Tapitra—

Seminera

NY OLANA ATERAKY NY HORONAN-TSARY MAMOAFADY:

Fiankinan-doha, fanararaotana, ary fahakiviana

Nosoratan'i Erica Jones

Tale lefitra I Sampana miadidy ny Vehivavy

Diviziona Amerika Avaratra Fiangonana Advantista Mitandrina ny Andro Fahafito

NY OLANA ATERAKY NY SARY/HORONAN-TSARY MAMOAFADY(1)

Fanalàna andro tsy mampididoza ve? Tena mora foana! Ny fikirakirana sary mamofady dia mitarika fahasimbana ara-batana, ara-pihetsempo ary ara-tsaina. Satria ny endorphine (manetsika ny fahafinaretana) avoakany dia manova ny mpijery azy ho lasa mifantoka amin'ny tenany sy mitady ny azy foana, ary tsy manome lanja ny taovam-pananahana izay fanomezana tsara avy amin'Andriamanitra. Tena endrika herisetra izany ary mitarika ho amin'ny fivarinan'ny fitondran-tena amin'ny fiainana ara-nofo, izay misy ifandraisany satria maka endriky ny fivarotana olona ihany koa. Voaporofa vao tsy ela koa fa ny fijerena horonan-tsary na sary mamofady dia mampihena ny fifampatokisana eo amin'ny mpifankatia

ary voalaza fa iray amin'ireo antony tsy mampahomby ny fanambadiana. Azo atao ny miala amin'izany sehatra mamatotra izany, sady tsy lavitra fa eo am-pelatanantsika ny fahafahana misoroka azy.

TSY AZONTSIKA ODIAN-TSY HITA INTSONY IRENY.(2)

Raha vao miresaka momba ny mponina dia saika efa ao am-badika ao foana ny sary mamofady. Mahakasika ny lehilahy sy vehivavy amin'ny salan-taona rehetra izany. Tsy hoe mijanona eo am-baravarany fiangonana izy na eo amin'ny varavarany isan-tokantrano ka tsy tafiditra. Vao mainka aza manampy trotraka ilay sehatra mangeja ny fahanginana sy ny henatra aterany; tsy afaka ny hitoetra hangina isika manoloana izany.

TSY OLANA KELLY VELIVELY IZANY.(3)

- Salan-taona mety ho voakasika, 11.
- Fikatsahana isan'andro amina tambazotra serasera sary na horonan-tsary mamofady isan'andro: 68 tapitrisa.
- Ho an'ny Kristiana: ny resaka fijerena sary mamofady dia olana fototra eo anivon'ny tokantrano: 47%.
- Ny vehivavy mijery izany ara-potoana miverimberina: 1/3.

FIANKINAN-DOHA: MAMAHANA ILAY BIBY(4)

Ny fijerena sary mamofady dia tsy hoe fialàm-boly tsy mampidi-doza tsy akory. Ny vokany dia tena ratsy sy manimba.

NY FISEHON'NY FIANKINAN-DOHA AMIN'NY FIJERENA SARY MAMOAFADY (5)

- Mitombo ny fotoana atokana/laniana ijerena izany
- Mahatsiaro fa "mampisondrotra" ny tena na "mamaha" ny olan'ny tenany fijerena sary mamofady
- Mahatsiaro tena ho diso amin'ny vokatry ny fijerena sary mamofady.
- Mandany ora maro amin'ny fitetezana tranokala mandefa sary mamofady, na dia maneho aza izany fa tsy mikarakara ny tenanao ianao na manao tandrevaka ny andraikitrao
- (6) Misisika mba hiara-mijery ilay horonan-tsary mamofady aminao ny olon-tianao
- Tsy mahita fifaliana amin'ny firaisana ara-nofo raha tsy mijery sary mamofady mialoha izany
- Mahatsapa fa tsy afa-manohitra ny fironana te-hijery sary mamofady
- Tsy fahafaham-po eo amin'ny firaisana ara-nofo
- Olana eo amin'ny fifandraisana
- Misisikahijery sary mamofady

INONA NO MISEHO REHEFA MI-CLICK IANAO?(7)

- Tamin'ny taona 2016, rehefa nodiniana tamin'ny alalan'ny fitarafana ny tao anaty ati-dohan'ireo olona mpijery horonan-tsary mamofady, dia voaporofa fa miasa mihoatra ny tokony ho izy ny faritra ao anaty ati-doha, izay miandraikitra ny fanapaha-kevitra sy ny mibaiko ny fitondran-tena aorian'ny fankasitrahana azo. Mamoaka dopamine mantsy ny ati-doha ho tambin'ny fahafahampo nijery ilay sary érotika.

- Miasa ny foibe ao antsaintsika manome valisoa rehefa misy tanjona tratrantsika. Rehefa mandray ilay tambiny/fankasitrahana ianao, dia mamaly izany ny ati-doha ka mamokatra/mamoaka dopamine, izay manamafy ny fahatsapantsika fa miandry sitraka vaovao mihoatra noho ilay voarainao teo ianao
- Rehefa mitohy izany dopamine vokarin'ny atidoha izany satria mijerymatetika, na tsy miato sary mamofady ny olona iray, dia manova ilay karazana fankasitrahana vokarin'ny ati-doha. Ireny fiovàna ao anaty ati-doha ireny dia mamorona kisary vaovao entiny manaitaitra ny lafiny ara-pananahana, ary ela ny ela, ny sary efa nipetraka teo aloha dia tsy afaka mitaha intsony amin'ny sary izay hitan'ny fijerena ireo sary mamofady.

Miasa ny foibe ao antsaintsika mpanome valisoa rehefa misy tanjona tratrantsika. Rehefa mandray ilay tambiny/fankasitrahana ianao, dia mamaly izany ny ati-doha ka mamokatra/mamoaka dopamine, izay manamafy ny fahatsapantsika fa miandry sitraka voarainao mihoatra noho ny teo ianao. Izany hoe, ireny dopamine vokarin'ny atidoha ireny dia mahery vaika ka manosika antsika hanapa-kevitra. Andeha tsy ho adinoantsika fa ny dopamine dia vokatra mandritry ny fanandramana izay mitarika hanaitra ny filàna ara-nofo sy hikoroka zava-baovao – ireo izay mijery porno dia vavolombelona ary miaina izany.

Rehefa mandeha eny ny fotoana, dia lasa tsy miraika amin'ireny fanairana entin'ny dopamine ireny intsony ny atidoha. Ny boky nosoratan'i Normal Doidge momba ny antsoina hoe neuroplasticité – izany hoe ny fahafahan'ny ati-doha manova ny tenany sy ny fiasany vokatry ny zavatra hitany, dia mitondra izao fanazavana izao: ny famokarana dopamine izay miseho rehefa mijery matetika, na mijery foana sary mamofady ao amin'ny aterineto ny olona iray, dia manova ilay fomba fahatsapana fankasitrahana ataon'ny ati-doha izany. Andeha holazaina amin'ny fomba mazava kokoa: arakaraka ny hijerena porno no hamokaran'ny atid-doha dopamine, ary hitomboan'ny mety mbola hanohizanao hijery sary mamofady hatrany.

Tsy izany ihany anefa no miseho, fa nanambara koa I Doidge fa ireny fiovàna ao anaty ati-doha ireny dia manova ny "kisarisy" efa mipetraka mialoha tao momba ny resaka fahafinaretana ara-nofo na ny resaka fananahana. Ary rehefa ela ny ela, ny sary efa nipetraka teo aloha dia tsy afaka mitaha intsony amin'ny sary izay entin'ny horonantsary mamofady. Eritrreto anie ny toy izao e: rehefa miha-zatra fanafody iray ny vatanao, dia mila ampitomboinao ny fatran'io fanafody io mba hitohy handaitra aminao. Dia tahaka izany ihany koa, I Doidge dia nanao izao fehinkevitra izao. Ny mpijery horonantsary mamofady dia mety hitady zavatra matanjatanjaka kokoa hatrany ho jeren'ny masony mba hahatsapany ilay fientanentanana mitovy ho amin'ilay firaisana ara-nofo.

MANOVA TANTERAKA ARA-BAKITENY NY ATIDOHA NY FIANKINAN-DOHA(8)

1. Voaporofy tamin'ny fanadihadiana, fa raha misy olona iray miankin-doha amin'ny fijerena horonan-tsary mamofady, dia mora kokoa ho azy ireny ny hanana olona any amin'ny toeram-piasàny, ary sarotra ho azy ny manatanteraka ny anjara andraikiny amin'ny fiainana andavanandro (DeSousa & Lodha 2017)
2. Arakaraky ny hamaroan'ny fotoana lanian'ny olona iray hijerena horonan-tsary mamofady isan-kerinandro, no hihenan'ilay singa antsoina hoe *matière grise* izay mandrafitra sy mampihodina tsara ny asan'ny ati-doha. Manomboka mihasiswa ireo

singa mifandray amin'ny asan'ny ati-doha satria mihoatra ny fetra ny fotoana ampiasaina azy (DeSousa & Lodha 2017)

3. Ho an'ny adolan-tsentso eo anelanelan'ny 12 hatramin'ny 16 taona, ny fiankinan-doha amin'ny fijerena horonantsary mamofady dia manimba ny fitadidiana ireo zavatra norenesina vao tsy ela (Prawiroharijo et al, 2019).

NY DINGANA MIVERIMBERIN'NY FIANKINAN-DOHA(9)

Fahalianana tafahoatra, fijerena tsy misy sivana, fiankinan-doha, fandeferana ary henatra.

Feno valo herinandro eo ho eo dia mety efa hiseho ny fiankinan-doha. Mety fahalianana te-hijery tsotra no fiantombohany, nefa vao mandeha ny fiasan'ny dopamine dia mety efa roboka. Arakaraky ny anohizana mijery no aniriana te-hijery sary hafa indray, ary tsy ela dia manjary mitady ny hijery izany amin'ny fotoana raikitra ilay olona. Tahaka ny fanafody ihany, mamboly fahazarana ny fijerena azy ary mitaky hafa hatrany izy – ary ilay niantomboka toy ny fahalianana tsotra dia mivadika ho lasa filàna na fiankinan-doha, izay mazàna miampy henatra.

LASA LALANA AHATONGAVANA EO AMIN'ILAY TANJONA/FILANA NY FISIAN'NY Hafa(10)

Rehefa ela ny ela, ny fijerena foana horoan-tsary mamofady dia manova ny fijerintsika hifantoka eny amin'ilay olona ara-batana fa tsy noho ny fifandraisantsika aminy. Ny horonantsary mamofady dia tsy maneho ny sary marina momba ny olona iray – lasa toy ny zavatra refesintsika/sandaintsika amin'ny habeny, ny endriny na ny firindran'ny bikany ny olona – fa tsy amin'ny maha-olobelona feno azy. Rehefa ilay tontolo noforonin'ny saina no lasa fenitra, dia teraka ny tahotra hiatrika ny tena fifandraisana lalim-paka eo amin'ny resaka ara-nofo.

- Lasa toy ny zavatra hotsaraina ny olona sasany, hampiharana firaisana ara-nofo, henjehina sy atao tanjona hotratrarina fotsiny.
- Ny mety hahasarika avy ety ivelany no mibahana : voyeurisme
- Tsy mahatsiaro tena voasarika intsony
- Baikoin'ny tanjona kendrena eo amin'ilay olona

NY TANTARAN'I NATE(11)

Jereo ny horonantsary hita amin'ity tranokala ity dia mametraha fanontaniana mifandraika amin'izany <https://www.youtube.com/watch?v=2U93S7Clj-Q&t=49s>

FANARARAOTANA:

ILAY HERISETRA TSY MISARAKA AMIN'NY FIANKINANDOHA AMIN'NY FIJERENA SARY

MAMOAFADY(12)

Mety hihevitra isika hoe tsy handratra ny hafa ny fijeren'ny olona iray horonantsary mamofady. Andeha hojerentsika akaikikaiky kokoa.

AMIN'NY ANTONTAN'ISA ALOHA (13)

(Vakio ny diapo #1-4)

1. Ny fijerena horonan-tsary mamofady sy ny fisotroana zava-pisotro misy alikaola dia samy fambara mialoha, sy fambara tokana ny hahatonga ny zatovovavy hiharan'ny herisetra ara-nofo eny amin'ny anjerimanontolo. Ny vokatry ny sary mamofady sy ny alikaola dia tena mampiakatra ny herijika hahatonga ny mpianatra zazavavy ho tratry ny fanararaotana ara-nofo. Antony iray mahatonga izany, dia satria ny sary mamofady dia manamaivana ny fihetsika misy herisetra atao mandritry ny firaisana ara-nofo (Heer, et al., 2020).
2. Mihoatra noho ny vehivavy, ny lehilahy dia mora tratan'ny fientanentanana manoloana ny sary mamofady mampiseho herisetra mandritry ny firaisana na fanararaotana ara-nofo. Ny lehilahy izay mampifandray ny firaisana ara-nofo amin'ny fanehoan-kery na fahefana, dia mazàna mankasitraka kokoa ny sary mamofady maneho fanolanana noho ny lehilahy hafa. (Carvalho & Rosa, 2020).
3. Satria mitombo izaitsizy ny fijerena horonan-tsary mamofady dia misy herijika kokoa ny hahatongavan'ny lehilahy eo amin'ny fanolanana, hampiasa herisetra mandritry ny firaisana ara-nofo, mampihatra ny fahefany amin'ny fitaovam-pananahana, na tonga amin'ny fankahalana vehivavy mihitsy aza (Goodson, et al., 2020).
4. Ny lehilahy izay mijery kokoa horonan-tsary mamofady, indrindra ireo sary izay maneho fa ny lehilahy no mitàna anjara toerana matanjaka, dia voasarika kokoa hampiasa herisetra mandritry ny firaisana ara-nofo ataony (De Heer et al., 2020).
5. Efa matetika no ahitàna nyvehivavy iharan'ny herisetra ao anatin'ireny horonan-tsary mamofady ireny. Ohatra hoe 72% n'ny lehilahy ary 46% n'ny vehivavy dia efa nahita horonan-tsary maneho fa afendraky ny lehilahy eny amin'ny tarehin'ilay vehivavy ny ranon'aina avy aminy (Herbenick et al., 2020).
6. 21% ny lehilahy ary 11% ny vehivavy dia samy efa nahita tranga fanolanana asehon'ireny horonan-tsary mamofady ireny (Herbenick et al., 2020).
7. Ny karazana horonan-tsary mamofady antsoina hoe BDSM (Bondage-Discipline-Soumission-Masochisme) izany hoe misy mifatotra, misy mpifehy sy mpampijaly, misy firaisana avy any aoriana) dia efa hitan'ny 45% ny lehilahy sy 33% n'ny vehivavy (Herbenick et al., 2020).
8. Matetika dia mamerina na mianatra izay zavatra hitany tao amin'ny horonantsary ny olona iray. Ohatra hoe 20% n'ny lehilahy ary 12% n'ny vehivavy dia nanafintohina olona nandritry ny firaisana nataony, 11% ny lehilahy ary 21% n'ny vehivavy no tafintohina nandritry ny firaisana ara-nofo, ary 48% n'ny lehilahy no nanaparitaka ny ranon'ainy teo amin'ny tarehin'ilay vehivavy (Herbenick et al., 2020).
9. Ny fijeren'ny lehilahy horonan-tsary mamofady matetika, indrindra ireo izay maneho herisetra, dia mitarika azy hanana fitondran-tena mihetraketraka amin'ny vehivavy izay miaraka aminy. Mainka mihamahery vaika izany fitondran-tena izany raha toa ka sexiste izy (izany hoe manavakavaka ka manome vahana izay mitovy fananahana aminy); raha toa mahita fanamarinan-tena izy amin'ny fampiharana herisetra, ary mihevitra ny vehivavy ho toy ny kilalao anaovana firaisana ara-nofo fotsiny (Rodriguez & Fernandez-Gonzales, 2019).
10. Ny vehivavy izay mpijery horonan-tsary mamofady dia ampoizina kokoa hanao zavatra mihoatra noho izay ifanarahana, ohatra hoe milalao ny fihetsehampo na mampirafy ireo lehilahy izay miaraka aminy (Hughes et al., 2020).
11. Ny horonan-tsary mamofady, indrindra ireo misy herisetra, dia misy ifandraisany amin'ny fitombon'ny herisetra miseho eo amin'ny firaisana ara-nofo, ary mety

manazava ny antony mahatonga ny olona iray hanana fitondran-tena mahery fihetsika (Bridges, 2019).

12. Arakaraka ny ijerevan'ny lehilahy horonan-tsary mamofady, no ahitany ny vehivavy ho toy ny kilalao fanaovana firaisana, fa tsy toy ny olombelona (Seabrook et al., 2019).
13. Farafahakeliny 45% ny sehoao anaty horonan-tsary mamofady mandeha amin'ny tambazotra no misy herisetra ara-batana. Ireto avy ireo fihetsika mihoa-pefyfahita matetika mandritry ny firaisana ara-nofo ombàna herisetra: kapoka vody, fanapenana/famatorana ny vava, famelahana, fandroritana ny volo, ary ny fanakendana (Fritz et al, 2020).
14. Ao anaty horonan-tsary mamofady dia ny vehivavy no lasibatra amin'ny herisetra ho an'ny 97% n'ny seho, ary ny fihetsiny manolona izany dia tsy misy fanoherana na hoe tsy fanekena mihitsy, fa na mankasitraka, na tsy mampaninona azy. Amin'ny tranga 76% dia ny lehilahy no mpanatanteraka ireo fihetsika misetrasetra vehivavy ireo (Fritz et al., 2020).
15. 29% n'ny zatovolavy eo amin'ny kilasy faha-10 dia efa nijery horonan-tsary mamofady maneho herisetra (Rostad et al., 2019).
16. 16% n'ny zatovovavy eo amin'ny kilasy faha-10 dia efa nijery horonan-tsary mamofady maneho herisetra (Rostad et al., 2019).
17. Ny zatovolavy efa nijery horonan-tsary mamofady misy herisetra, dia ampoizina fa avo roa heny mihoatra ireo izay tsy nijery, no mety hilaza fa nahavita herisetra amin'ny olona miaraka aminy na ara-batana izany na tamin'ny firaisana ara-nofo (Rostad et al., 2019).
18. Ny zatovovavy izay efa nijery horonan-tsary mamofady misy herisetradia mety mora kokoa iharan'ny herisetra mandritry ny firaisana ara-nofo ataony(Rostad et al., 2019).
19. Amin'ireo izay efa nijery horonan-tsary mamofady maneho "firaisana ara-nofo mahery setra" – (fihetsika toy ny hoe misintona volo, kapoka vody, rangotra, kaikitra, famatorana ny rantsana, famelezana totohondry na koa ny 'double pénétration'na firaisana miaraka eo amin'ny fananahana sy ny lava-body) – dia 91% no naniry hanao toy ireo ary 82% no efa nandray anjara tamin'ny fihetsika toy ireny mandritry ny firaisana. Izany dia manamafy ny filazana fa ny fijerena horonantsary mamofady dia miteraka fitondran-tena hafa, ao anatin'izany ny fampiasana herisetra mandritry ny firaisana ara-nofo(Vogels & O'Sullivan, 2019).
20. Ny vokatry ny fanadihadiana matotra tamina laboratoira maro dia naneho fa misy ifandraisany tokoa ny fijerena horonantsary mamofady sy ny fananana fitondran-tena lasa miaro ny hery setra (Bridges, 2019).
21. Amin'ireo vehivavy gadran'ny filalaovana horonantsary mamofady nefa tsy ampy taona, dia 60% no nilaza fa efa tratran'ny fanararaotana ara-nofo ary 46% nanambara fa efa niharan'ny herisetra ara-batana (Bickart et al., 2019).

TSY MANDRATRA NY Hafa ve izany? (14)

- Ny tsara tokony hanoherantsika ny herisetra anatin'ny horonan-tsary mamofady dia izy mivoy hevitra manafoana ny maha-olona manoloana ny tokony ho fihetsika momba ny firaisana aranofo.Rehefa mifandray amin'ny herisetra ny fientanana vokatry ny fihetsempo, dia mianatra mampifandray ireny zavatra ireny amin'ny fitondran-tena manolona ny firaisana ara-nofo ny atidoha. Izany no mahatonga ny

mpijery horonantsary mamofady tsydia miraika, na tsy mitsetra loatra ireo iharan'ny herisetra sy fanararaotana ara-nofo. Manampy trotraka ihany koa, rehefa mahita ireo mpilalao sarimihetsika toa mankafy ilay herisetra ny mpijery, dia manjary mihevitra izy ireo fa mahita fahafinaretana amin'ny fomba hitondrana azy ireo iharan'izany.

- Ireo iharan'ny fanararaotana amin'ny alalan'ny 'varotra olona' dia mitantara fa terena hijery horonan-tsary mamofady izy ireo, mba hahafantarany ny zavatra andrasana aminy rehefa asaina miray amin'olona izy. Ankoatry ny ampiasana azy ho fitaovana fanaovana fanazarana ho an'ireo hamidy hanao firaisana, ny horonan-tsary mamofady koa dia sarotra arahi-maso eo amin'ny tsenan'ny firaisana ara-nofo. Efa ho antsasa-manila amin'ireo iharan'izany fanararaotana izany no milaza fa ny fanodinana ireny sary ireny mazàna diamiseho mandritry ny fotoana maha-andevon'ilay asa azy (esclavage). Mety ampiasaina hahazoana tombony ara-bola izany amin'ny alalan'ny varotra eny @ tambazotra, na anaovana doka varotra, nefa dia tsymisy olona hendry ohatr'izany raha nyety ivelan'ny fakàn-tsary.

TSY IANAO IRERY AKORY NO TRATRAN'IZANY(15)

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

#TSY FITIAVANA IZANY(16)

Hollywood dia mampianatra fa zava-misy tsy mampaninona ny karazana fitondran-tena toy izany ary mahasarika/maha-te hanandrana aza.

Ireo fampianaran-diso dimy:

1. Azo vidiana ny fitiavana, arakaraky ny vola mivoaka sy ampiasaina no mahamora ny hifehezana ilay fiarahana.
2. Ny toetra mandrahona sy mifehy dia mety ho fihetsika maneho fitiavana, fa tsy loza manambana. Ny hasarotam-piaro dia fanehoana "fitiavana" ihany koa, indrindra raha miresaka hoe fanararaotana.
3. Fanehoam-pitiavana be koa ny tsy miraika na ny mankafy ny hirifiry manjo ny sasany raha mitondra fahafinaretana ho anao izany.
4. Azo ekena ny mampiasa ny fitaovam-pananahana ho toy ny fitaovam-piadiana, ary ny fanerena dia tsy azo raisina ho fanararaotana raha fanehoana fitiavana no ampiasaina azy.
5. Azo ekena ny mpivady lasa mpanakarena sy mahita fahombiazana izay nandalo fiarahana nisy herisetra sy fanararaotana tamin'ny lasa; azo antsoina mihisy hoe "tantaram-pitiavana" ho an'io folo taona io mihitsy aza izany.

FIJALIANA: KORONTAN-TSAINA, HENATRA, FAHARAVANA(17)

Ny fijerena horonan-tsary mamofady dia mitarika ho amin'ny faharavana sy fahapotehan'ny maha-olona.

NY FIANTRAIKANY EO AMIN'NY LAFINY FIHETSEHAMPO(18)

Fitokana-monina sy henatra

Ankoatry ny tsy firindran'ny taova ara-pananahana ateraky ny firaisana mamofady eo amin'ny fiainan'ny adolan-tsento, dia mitarika ho amin'ny fitokana-monina koa izy io. Ny

fahatsiarovan-tena ho irery mazàna no manosika nyolona iray 'hitsabo tena' -araka ny heviny-amin'ny fijerena horonantsary mamofady. Rehefa avy mijery izany izy, dia vao mainka mitombo ilay fahatsiarovan-tena ho manirery. Misy gazety misahana ny resaka fitsaboana sy fananahana eo amin'ny mpivady no namoaka valin'ny fanadihadiana izay maneho, fa tena misy ifandraisany ny fitokana-monina sy ny fijerena horonan-tsary mamofady. Izany hoe azo lazaina tsotra izao, fa raha misy olona mahatsiaro tena ho manirery, dia ahiana ho voasarika mora foana hijery horonantsary vetaveta foana izy.

Sarotra ny hahalala hoe iza no tonga mialoha, ny horonantsary mamofady sa ny fitokana-monina, fa dia mifameno aloha izy roa ireo. Ny horonantsary mamofady dia mitarika ho amin'ny fitokana-monina ary ny fahatsiarovan-tena ho manirery dia misarika hjery horonantary mamofady. Koa tsy mahagaga raha milaza homahatsiaro tena manirery ireolona mpijery horonantsary mamofady.

10 Ny fiankinan-doha amin'ny firaisana ara-nofy dia porofon'ny korontana ao anaty. Rehefa tsy manana fiainana manokana na manan-javatra amaharana amin'ny fiainana ny olona iray, dia vao mainka voasarika amin'ny fijerena horonan-tsary mamofady izy ary mamita-tena ho manana izany fiainany manokana momba ny ara-nofy izany.

Fiainana manokana hosoka sy fahatsiarovantena ho irery

Raha misy olona mahatsiaro fa manirery, dia mampahatsiaro azy ireny ho toy ny mba akaiky ny hafa ny fijerevany horonantsary mamofady izay mampiseho fientanana, fahataitairana mandritry ny firaisana. Ny horonantsary vetaveta dia manome io fientanana sy fahatsapana fa eken'ny hafa io, ary irian'ny hafa ihanykoa. Ny firaisana ara-nofy dia manome fahatsiarovantena sandoka ho manana fiainana manokana, fiainana ara-nofy, izayvao mainka manosika hitady fahafinaretana amin'ny fanaovana firaisana ara-nofy fotsiny. Raha toa ka tsy nahatsapa izany fiainana azy manokana izany ny olona iray teo anivon'ny ankohonana nibeazany, dia mety hahatonga azy ho marefo izany ka hanaiky ny 'intimité' sandoka izy. Ny fitokana-monina mantsy dia misarika ny olona hiaroka mafy izany fananana fiainana manokana izany. Mampalahelo fa ankehitriny no nahitana be indrindra tanora mitokamonina sy manirery hatramin'ny nisian'ny tantaran'ny Etazonia. Ny fanadihadiana iray natao vao tsy ela izay, dia naneho fa 30% n'ireo teraka teo anelanelan'ny taona 1977 sy 1994 dia nanambara avokoa fa mahatsiaro tena ho mitokamonina, ary 22% no milaza fa tsy mananamana. Ireo antsoina kosa hoe Génération Z (izay teraka teo anelanelan'ny taona 1995 sy 2015) aza moa dia mbola manirery noho iretsy sasany.

Fidonàm-poana sy fikorontanan-tsaina

Ny fijerena horonantsary mamofady dia mampakatra amin'ny fomba tsy natoraly ny dopamine. Vokany, ireo mpijery porno dia mila dopamine hafa ambonin'izany mba hahatsiaro tena ho milamina tsara. Ary rehefa tsy mahazo io fatra io izy dia hahatsiaro tena ho mikorontana, tsy misy risipo hanao na inona na inona, ary tsy vonona hatrika fiainana miaraka amin'olona. Izany hoe, mora mahazo kokoa ireo mpijery sary vetaveta ireo fahatsapana ireo miohatra amin'ny olona izay tsy manao izany. 5 Rehefa nifankazatra amin'ny fientanan'ny tena tsy amin'ny fomba natoraly ny ati-doha iray efa niankin-doha, dia tsy mahita fahafinaretana amin'ny fiainana toy ny teo aloha intsony. Lasa mora leon-javatra sy tsy mahita fifaliana amin'ny zavatra nahafinaritra azy teo aloha intsony.

Ny firaisana ara-nofo na horonantsary mamofady dia mamorona fiankinan-doha eo amin'ny ati-doha. Ho an'ny sasany dia maivana ny vokany, ho an'ny hafa kosa dia misongadina izany. Indrindra indrindra ho an'ny tanora adolantsento.

NY VOKANY EO AMIN'NY FIFANDRAISANA AMIN'NY Hafa(19)

Ny horonan-tsarymamofady dia sary maneho mazava ny vatan'ny olona toy ny fitaovana hanaovana firaisana fotsiny, hararaotina hakàna fahafinaretana ary avy eo ilaozana/ariana. Fanehoana tsy marina ny tena fifandraisana izany, hosoka, lainga ho an'ny mpanjifa. Firaisana ara-nofo tsy misy fitiavana marina no asehony, tsy misy fahatsapana anaty, ary rakotra herisetra sy fanehoana fahaizana maneho fitiavana amin'ny fomba mihopampana. Amin'ny farany moa dia toa avy nijery fanatanjahan-tena mahatohina mikasika ny firaisana ara-nofo ny mpijery

- Ny fijerena horonantsary mamofady dia mampitombo isa ny fanitsakitsahana tokantrano hatrany amin'ny 300% noho mihoatra.
- 40 % n'ny fantatra fa "mpidoroka firaisana ara-nofo" no very vady, 58 % no miatrika fantiantoka be ara-bola, ary manodidina ny 33% no very asa.
- 68% n'ny trangana fisaraham-panambadiana dia avy amin'ny fihaonana ao anaty tambazotra serasera, raha toaka 56% dia mahakasika ireo izay manana fahalianana loatra amin'ny tranokala misy sary mamofady.
- Ny mpivady izay mijery sary vetaveta dia mora mino, alaim-panahy hino fa misy olona ny fanambadian'izy ireo, marefo, mora mirona hiresaka fisaraham-panambadiana; ary bestaka kokoa na matetika kokoa ny trangam-pisarahana miohatra amin'ireo izay tsy mijery sary mamofady(Perry, 2020).

NY VOKATRY NY FIAINANA VETAVETA EO AMIN'NY FIRAISANA ARA-NOFO(20)

- Rehefa zatra milalao ny taovam-pananahany ny olona iray, dia miha-miala amin'ny tokony ho fahafinaretana entin'ny firaisana ara-nofo amin'ny vadiny izy.
- Rehefa mijery sary mamofady ny olona iray, dia mifehy mafy ny tenany tsy hanao firaisana.
- Ny mpijery horonan-tsary mamofady dia mety hanantena fa vonona avy hatrany hanao firaisana aminy ilay olonamiaraka aminy avy eo.
- Misy mpijery sary mamofady milaza fa mety ny mijery sary vetaveta raha tsy mitarika hanao firaisana fa mijanona eo amin'ny filalaovana ny sexe na fitaovam-pananahana fotsiny.

NY TANTARAN'I MATT(21)

Jereo ny horonantsary dia mametrana fanontaniana mifandraika amin'izany <https://www.youtube.com/watch?v=dbYWKVAeu6Y>

NY VOKATRY NY FIJERENA SARY MAMOAFADY EO AMIN'NY LAFINY ARA-PANAHY(21)

Nosoratan'i Nate Danser, Director of Ministry Outreach at Pure Life Ministries.

Misy fomba fihevitra iray te-hanamafy fa tsy zava-doza ny fijerena horonan-tsary mamofady satira tsy misy fiantraikany afa-tsy amin'izay mijery izany ihany. Raha jerena mantsy dia miha-mahazo vahana mihoatra lavitra ny teo aloha izany fomba izany. Ankehitriny tsinona, na dia

ao an'efitranony aza ny olona iray dia afaka manara-po amin'izay horonantsary mamofady tiany hojerena. Tsy voatery ho menatra ny fianakaviany izy raha tratra mividy boky gazety natokana ho an'ny olon-dehibe eny amin'ny fivarotana, na amin'ny fidirana an-tsokosoko any amin'ny trano fijerena sarimihetsika natokana ho an'ny lehibe, ka mety ho hitan'ny olompantatra.

Noho izany, dia toa mitombina ilay fanontaniana hoe "Koa tsy izaho irery ihany ve izany no voakasik'izany?" Na izany aza, toy ny eo amin'ny fanjakàna ara-nofo misy lalàna izay tsy azo ovaina, dia toy izany koa ny lafiny ara-panahy manana ny lalàny. Iza ny marina :Ny olona mitsambikina avy enyamin'ny hantsam-bato dia tsy afaka hitazona ny vatany tsy hianjera amin'ny tany; dia toy izany koa ny olona mijery sary vetaveta dia tsy afaka hanakana ny fiantraikany ratsy tsy hiantefa amin'ny hafa.

Misy lafim-piainana 2 lehibe izay mahatonga ny mpijery vetaveta tsy afa-miala fa tena mitondra akony eo amin'ny hafa. Ny voalohany dia amin'ny fomba mivantana, ny faharoa kosa dia tsy mivantana.

Mijinja izay afafinao ny hafa

Ny Apostoly Paoly dia niteny tamin'ny fiangonana tao Efesosy fa tokonyhiala amin'ny fomba fiainany teo aloha izy ireo, satria "efa tonga maizin-tsaina sy solon-ko azy amin'ny fiainan'Andriamanitra ireny noho ny tsy fahalalana ny anatin'ny, noho ny hamafin'ny fony" (= simba noho ny filàn'ny fitaka) (Efesiana 4:18). Nilaza tamin'ny Galatiana koa izymba hanohitra ny filàn'ny nofo satria, "izay mamafy ho an'ny nofony (natoria ambany, resaka firaisana ara-nofo) dia hijinja fahalovana sy fahasimbana avy amin'ny nofo." (Galatiana 6:8).

Rehefa mamafy ho an'ny nofo (ilay natoria ambany) amin'ny fijerena sary vetaveta ny olona iray, dia mamafy amin'ny ambaratonga ambony mihitsy fahalovana ara-pitondrantena eo amin'ny fiainany ara-panahy, ary tsy maintsy hijinja vokany ratsy ara-panahy izy. Ny sasany dia hijinja ilay fikorontanana mitarika toetra faran'izay mora tezitra. Ny hafa kosa tonga tsy miraharaha ny fiainany, tsy manana faniriana hikarakara ny tenany na hanatanteraka ny andraikiny. Ao koa ireo izay hioty ny vokatry ny fahaketrahana, ny tebiteby sy fikorontan'ny fisakafoanana, sns.

Tsy sarotra ny mahita ny fiantraikan'izany eo amin'ny fiainan'ny hafa. Isaky ny misy zavatra tsy mandeha amin'ny laoniny ao an-trano, dia miala vonkona mamely ny vady aman-janany i Ken. I Jeremy indray dia nirobaroba nandany vola naloan'ny ray aman-dreniny tokony ho an'ny fianarany teny amin'ny anjerimanontolo, saingy nolaniany tamin'ny fijerevana horonantsary mamofady saabo ho adiny 5 isan'andro. Tsy manatrika ny fotona rehetra tany ampianarana izy, zara raha manatrika fanadinana, ary adinony ny mandoa ny faktiorany rehetra. I Lina dia tratry ny vela-pandriky ny sary vetaveta ary manomboka mahatsapa fahaketrahana. Raha mampitaha ny tenany amin'ireo vehivavy hafa izy dia mahatsapa tena ho matavy loatra, ka manery tena hanary (handoa) ny hanina nohaniny isaky ny avy misakafo. Very hevitra noho izany ny namanyka manontany tena hoe amin'ny fomba ahoana no ahafahan'izy ireo manampy azy.

Mazàna ireo olona raiki-tapisaka amin'ny fijerena sary vetaveta dia tsy mahita ireo fiovana maka toerana tsikelikely eo amin'ny toetran'izy ireo, eo amin'ny maha-izy azy, ireo fihetsempony. Kanefa, na tsy hitan'ny olon-kafa aza ny niavian'ny olona, dia azo antokakosa fa hitany ny voka-dratsiny.

Rehefa tsy mitoetra miray amin'ilay tena voaloboka ianao

Ny fomba faharoa amafazan'ny mpijery porno (fiantraikany ratsy) amin'ny olon-kafa dia tsy mivantana kokoa, saingy manimba ihany koa. Ny sary vetaveta izay mampiditra fitondran-tena maloto eo amin'ny fiainan'ny olona iray dia manosika azy hanao zavatra tsy fanao, ary manakana azy tsy ho tonga eo amin'ny tokony ho izy koa.

Ny Tenin'Andriamanitra dia manambara amintsika fa isika dia "voaforona tao amin'I Kristy Jesoa mba hanao asa tsara, izay namboarin'Andriamanitra rahateo mba handehanantsika eo Aminy" (Efesiana 2:10) Na izany aza anefa, Jesosy dia nanome lanja io teny io ka nilaza hoe "tsy mahay mamoa ho azy ny sampany raha tsy miray amin'ny voaloboka izy; dia toy izany koa ianareo raha tsy miray amiko" (Jaona 15:4)

Ny olona izay misisika mijery porno dia manala ny tenany amin'ny fitaomana ara-panahy ataon'I Jesosy, ilay voaloboka any an-danitra. Raha mbola tsymaty tanteraka ara-panahy izany olona izany, dia azo lazaina kosa fa efa marary mafy izy. Izany aretina ara-panahy izany dia hanakana hatrany ny fahombiazan'ny olona amin'ny asa izay niantsoan'I Kristy azy.

Ny fitiavana horonan-tsary mamoaafady dia mamono ny fitiavantsika an'Andriamanitra. Manapotika ny fahafahantsika mahatakatra ny fahamarinana ara-panahy izany. Mampihemotra ny faniriansika hanolo-tena ho an'ny fanjakàn'Andriamanitra izany. Manodinkodina ny fomba fijerintsika izany, ka manome fijery tsymitombona momba ny tsara sy ny ratsy.

"Ny fahotana mifafina sy ny fitaoman-dratsy dia manafiana ny fahefana izay tokony ho azon'ny rehetra manao ny asan'Andriamanitra eto an-tany."

Iza moa no mahalala hoe, misy firy izao ny lehilahy voaantso mba hanompo eo anivon'ny fiangonana misy azy, na tena ho amin'ny asa fanompoana amin'ny fotoana feno mihitsy aza, saingy tsy nahatozo noho ny fiankinan-doha tamin'ny fijerena horonantsary mamoaafady? Rehefa mahatsiaro tena ho rakotry ny henatra izy ireny noho ny fiainana tsy madio niainany, dia mihevitra izy fa rariny ary tsy mendrika azy ny asa fanompoana.

Firifiry moa ny lehilahy tsy mahatondra na tsy mahafehy ara-panahy ny vadiny sy ny zanany amin'ny maha-lohan'ny ankohonana azy, noho ireo fahotana mifafina vitany? Mba faniriany anie ny hampianatra sy hitari-dàlana azy ireny, saingy mitambolona ao anatin'ny fisainana tsy miangatra fa simba noho ny tsy fananany fandresena manokana teo amin'ny fiainana izy. Banga noho izany ny toerana maha-mpitarika ara-panahy azy eo anivon'ny tokantrano, lasa tsy araka ny tokony ho izy ka ny vehivavy indray no mandray io andraikitra io. Vokany, ny famolavolana ny fiainan'ny ankizy ara-panahy sy ny toetra ara-moraly tokony ananany, dia

raisiny avy any amin'ny tanora mitovy aminy, ny kolontsaina mivaona iainany manodidina azy, na ny toetrany natoraly mora mirona @ fahotana.

Firifiry ireo tanora lahy sy vavy no nantsoina hiandany amin'ny fahamarinana na any antsekoly na any amin'ny toeram-piasàny, saingy ny fisainany dia efa voakikin'ny fahavoazana nijery zavatra mamofady ka tsy manana fijoroana vavolombelona mitombona hozaraina ny amin'I Kristy sy ny fahamarinana izy ireo.

Etsy andaniny koa, misy ireo izay tafiditra lalina amin'ny fahazarana mijery horonantsary mamofady nefa ao anatin'ny fotoana tokony hanaovana asa fanompoana, ka manery ny tenany mba hamita ihany ilay asa fanompoana. Andriamanitra dia te-hitahy ny olona amin'ny alalan'ny asa fanompoana ataony, azo antoka araka izany fa tsy maintsy ho tonga ny safidy ho an'ny olona, na hanaiky hiaraka amin'Andriamanitra izy na handao ny fanompoana. Ny fahotana mifina sy ny fiantraikan'ny zavatra tsy mendrika hita/atao dia hampihena ny hery tokony hananan'ny tsirairay entiny mamita ny asan'Andriamanitra eto an-tany.

Ny sary mamofady dia misy fiantraikany amin'ny olona hafa

Tsy azo iadian-kevitra, ary tsy azo tombanana kely akory ny voka-dratsin'ny fijerena horonantsary mamofady amin'ireo olona manodidina izay manao izany. Ny marina dia izao, na dia mety ho azo nosorohana aza ny hiantefan'izany amin'ireo manodidina anao, dia misy Olona izay efa tratan'ny vokatry ny ota nataonao sahady.

“Nefa Izy dia voalefona noho ny fahadisoantsika sy notorotoroina noho ny helotsika, ny fampijaliana nahazoantsika fihavanana no namelezana Azy; ary ny dian-kapoka taminy no nahasitranana antsika.” (Isaia 53:5)

Jesosa, ilay Zanak'ondrin'Andriamanitra izay nanetry tena dia nitondra ny vokatry ny fahotantsika. Mazava ny fampianaran'ny Soratra masina, fa Kristy dia nokapohina, notorotoroina, nampijaliana ary nentina ho faty teo amin'ny hazo fiajalian'ny Romana, noho ny vokatry ny fahotan'ny taranak'olombelona. Ny tena sandan'ny fahotantsika dia fanamelohana mandrakizay, saingy tsy tian'Andriamanitra ho any amin'ny helo isika rehetra, dia naleony ny Zanany no nampijaliana teo amin'ny toerantsika. Izay ihany no hany fomba nahafahan'Andriamanitra hamela ny helotsika amin'ny lalana marina sy manome antsika fiadanana indray.

Raha mbola mamita-tena hino isika fa rehefa mijery horonan-tsary mamofady ihany vao misy fiantraikany amintsika izany, dia maro amintsika no tsy hiraika mihitsy hiezaka ho tonga eo amin'ny fiovàna marina. Andeha isika hanokatra ny masontsika – na dia mafy toy inona aza izay fanandramana izay, fa ny horoan-tsary mamofady dia tsy hamela fotsiny amin'izao tsy hisy victime na olona iharan'ny vokatr'izany. Enga anie ny Tompo hanaiky ny fifonan'ireo rehetra izay mila izany, ka ny fiainan'izy ireodia hisy fiantraikany amin'ny manodidina azy, tsy ho amin'ny ratsy fa hahasoa azy sy ho voninahitr' Andriamanitra.

NY HORONAN-TSARY MAMOAFADY DIA MITERAKA HENATRA MANIMBA(23)

Ireo mpijery horonan-tsary mamofady dia samy mitanisa ny henatra sy ny fahatsiarovan-tena ho meloka ho fihetsempo iainan'izy ireo. Ny tena manimba indrindra diany henatra. Tsy mitovy ny henatra sy ny fahatsiarovan-tena ho meloka. Ity farany dia milaza fa 'Nanao ratsy

aho' fa ny henatra kosa dia manambara hoe 'Ratsy aho'. Mahatsiaro tsy tia ny tenany na mahatsapa ny tenany ho toy ny tsinontsinona ny olona resin'ny henatra. Ny henatra dia toa milaza hoe 'Tsy ampy aho'; 'Misy zavatra tsy lavorary ny amiko'; 'ratsy aho' na hoe 'tsy misy vidiny aho izany'..

Ilay mpikaroka momba ny Henatra antsoina hoe Brene Brown dia nanambara toy izao: "ny Henatra dia fanandramana na fahatsapana tena mangirifiry ho tsy tanteraka, ka tsy mendrika ny ho ekena sy ho tiavina."

Rehefa itsakitsahantsika ny sata moraly efa nomena antsika ka miditra amin'ny fijerena horonan-tsary mamofady isika, diany henatra no hitsena antsika avy eo. Raha mahatonga anao handrava ny voady nataonao tamin'Andriamanitra ny fijerenao sary vetaveta, tsy ahatanterahanao ny voady nataonao tamin'ny vady aman-janakao, dia hitombo avo heny ny henatrao. Ity henatra ity koa dia toy ny miteny zavatra miiba aminao izay hitondra fihetsehampo miiba be dia- fihetsehampoizay heverinao fa tsy sitrana na mitony, raha tsy mijery horonan-tsary mamofady ianao, ary rehefa mitombo izany, dia tonga fiainana maloto miverimberina..

HENATRA MANIMBA(24)

"Ny tena fitiavana dia 'sexy' (aseho eo amin'ny firaisan'ny mpivady), fa tsy pixel (teboka kelyindrinda) miseho eo amin'ny fahitalavitra toy ny sary mamofady tsy akory.

Ny fitiavana dia mampisy heviny ny fiainana sy mitondra tanjona ho amin'izany; zavatra kendren'ny olon-drehetra mifankatia izany. Ary raha heverinao ny tena fitiavana sy ny fifandraisana madio tsara, amin'ny fomba ahoana moa no ahafahan'ny porno manampy ireo tanjona ireo hiroborobo?"

FTND

TANJONA: MAMPISARAKA NY MAZAVA AMIN'NY MAIZINA(25)

Fa misy ny fanantenana, ary tsy lavitra fa akaiky ny fahafahana.

AHOANA NY FOMBA ENTI-MANDRESY NY HENATRA(26)

Ireto misy fanalahidy 6 hampihenana ny heriny sy handresena ny henatra vokatry ny horonantsary mamofady:

- 1. Ekeo ny henatra nateraky ny fiankinan-doha tamin'ny horonantsary mamofady, nefa aoka tsy izany no hamaritra ny fiainanao.**

Mandraisa andraikitra ary fehezo ilay fiankinan-doha fa aza manaiky ho feheziny. Fahotàna ny mihodina, saingy tsy tokony izany no hamaritra anao. Tsy ianao akory ilay fiankinan-dohanao. Ny fahalemena dia tsy tokony entina mihitsy hamaritana ny olona iray.

- 2. Rehefa mahatsiaro tena ho marefo, dia manatona ny hafa.**

Mitombo miandalana sy miafina ny henatra. Ny fifandraisana amin'ny daholobe ihany no vahaolana ialàna amin'izany. Rehefa afaka mizara ny tantaranao ianao nefa mbola eken'ny rehetra ihany, dia izay ilay fanandraman'ny tsy fanahiana. Ny fahatsapana antoka sy filaminana eo anivon'ny vondrona iray dia miseho, rehefa mandroso ny fotoana, amin'ny

fifampizarana fitiavana, fanekena ny hafa, ary lay fahatsapan-tena ho isan'ny vondrona na fikambanana iray.

3. Fantaro ny fampanantenana sandoka omen'ny horonan-tsary mamofady.

Ao anatin'ny tontolo toa angano mahasodoka entin'ny horonan-tsary mamofady, dia mahatsiaro tena ho toy ny olona tiana syiriana foana ny olona iray. Mazava ho azy, rehefa mijery na mampiasa ireny horonan-tsary mamofady ireny ny olona iray, dia tsy maintsy tonga eo koa avy eo ny fahatsapantena ho meloka sy ny henatra, satria izay no tsy maintsy ho tohiny ary miverimberina foana izany sary izany. Lainga ny filazana fa mampitony ny henatra ny fijerena horonan-tsary mamofady, ny mifanohitra amin'izany no izy: vao mainka aza mampitombo ny henatra ny fijerena ireny. Aoka isika tsy ho latsaka ao anaty fandrika.

4. Tandremo ny kilalao mitondra amin'ny famaizana.

Tsy ela dia mety hivadika ho famaizana ny henatra. Ianao ihany no mandiso ny tenanao tamin'ny zavatra izay nataonao, nefa dia ampiasainao ho fialan-tsiny izany mna hanohizanao indray ny fahazaran-dratsinao. Halaviro ny fialàna andraikitra toy ny hoe 'Ka izaho anie olombelona tsy tsara e, rariny izany raha zavatra ratsy koa no ataoko. Tsy misy azoko atao amin'izany. Tsy hadisoako izany. Izay aho izay, tsy afaka ny hiova mihitsy aho'

5. Aza miresaka zavatra ratsy amin'ny tenanao

Ny fitenenana zavatra ratsy momba ny tenanao dia manamafy ny henatra efa tsapanao. Manjary raisinao ho toy ny fahamarinana ireny lainga ireny. Vao mainka mamahana ny fihetseham-po miiba ao anaty izany, ka manosika ilay mpijery horonantsary mamofady hirosohanatanteraka firaisana vetaveta. Ary raha tsy fantatra sy atrehina mihitsy ilay henatra dia hiverimberina foana izany hetsika sy fihetseham-po izany. Mety misy hilaina ihany ny hanoratanao ireo hafatra miiba izay averinao amin'ny tenanao mandritry ny herinandro. Amin'ny ankapobeny, dia gaga ny olona rehefa mahita ny fihetseham-po miiba ao anatin'ny, izay manamafy ny namaritany ny toetrany nahamenatra.

6. Soloy fahamarinana ny lainga.

Raha vantany vao fantatra ny lainga afafy, dia azonao soloina fahamarinana avy hatrany. Ohatra hoe, ny lainga milaza fa 'tsy misy tombam-bidy ianao', ny marina anefa dia hoe 'tia anao fatratra Andriamanitra' (Romana 5:8).

AMBOARY HO VAO INDRAY NY SAINAO (27)

Azo atao ny manavao indray ny saina.

A+B=C(28)

Mitadiava ohatra mahazatra amin'ny fomba fisainanao. Ireny kisarina eritreritra ireny dia mamorona karazana fantsona ao anaty ati-doha, izay manamora ny mbola hinoanao ilay hevitra diso. Makà fotoana hieritreretanao ireo fihetsehampo iainanao, ary fantaro hoe tena maneho marina ny toe-javatra misy ve izany.

A = singa nahatonga ilay tranga, na miteraka rarin-tsaina, na toe-javatra nitarika an'izany

B = Finoana na eritreritra sy fihetsehampo momba ilay nahatonga ny rarin-tsaina

C = Vokany aterak'ilay finoantsika

Ohatra: (29)

A — Ny singa nahatonga ilay tranga: Mangataka anao mba hiasa mandritry ny faran'ny herinandro ny lehibenao.

B — Tsy rariny no fahitanao ilay hoe angatahana hiasa mandritry ny faran'ny herinandro. Aminao dia tsy tokony hiasa faran'ny herinandro zany ianao.

C — Ny vokany na ny fiantraikany dia nanapa-kevitra ianao fa tsy hiasa amin'ny faran'ny herinandro, na dia niangaviana mba hiasa amin'ny faran'ny herinandro ihany koa ireo mpiara-miasa aminao rehetra.'

Fijery diso ny anao ilay hoe tsy rariny ny hiasanao mandritry ny faran'ny herinandro ary tsy tokony hiasa ianao.

Mitadiava ohatra mahazatra amin'ny fomba fisainanao. Ireny kisarina eritreritra ireny dia mamorona karazana fantsona ao anaty ati-doha, izay manamora ny mbola hinoanao ilay hevitra diso. Makà fotoana hieritreretanao ireo fihetsehampo iainanao ary fantaro hoe tena maneho marina ny toe-javatra misy ve izany.

MISAINA AHO, IZANY HOE MISY AHO(30)

Ny zavatra rehetra izay miditra ao aminao dia na mamelona anao na manapotika anao. "Miovà amin'ny fanavaozana ny saina . . ." (Romana 12:2).

Rehefa mifatoka tsara isika ka manapaka ireo fisainana miiba amin'ny fahamarinana, dia tongany fahafahana. Raiso ny hevitra, fakafakao, ento eo amin'Andriamanitra ary manapaha hevitra avy eo.

ERITRERETO IO ZAVATRA ERITRERETINAO IO(31)

Ianao izany no mba mpanara-maso ny habakabaka eo amin'ny seranam-piaramanidin'ny sainao. Ianao no mifehy ny fitaovana fibaikoana ny hetsika rehetra eo amin'ny fanarahamaso, ary afaka mamily/mitondra ny zotra ara-tsaina eo amin'ny tontolo misy anao.

Dia mihodinkodina eny an'habaka eny, mandroso sy miverina ireo eritreritra. Rehefa misy manitsa-tany ireny, dia satria nomenao alalana hanao izany izy. Raha miainga kosa izy, dia satria nasainao hanatanteraka izany.

Tsy ianao no nisafidy ny andro sy toerana nahaterahanao; tsy nisafidy izay ho ray amandreny na iray tampo aminao koa ianao, tsy azonao faritana ny amin'ny toetr'andro; saingy ianao kosa dia AFAKA misafidy izay ho eritreretinao.

Ny devoly dia manao izay ho afany mba hamendraka ao an-tsaintsika ny fako masiso iray entana. Raha avelantsika hanao izany izy, dia hitarika antsika amin'ny toerana tsy misy masoandro, dia ariany eo isika. Izy mantsy ilay tompon'ny fitaka. Izany no antony nilazan' l Paoly tamintsika mba "hametaka" ny eritrerintsika eo amin'izay marina...amin'ny teny Grika ny teny hoe 'mametaka' dia avy amin'ny foto-teny hoe faka rahany lojika no raisina ... Ny tebiteby dia tokony sitranina sy entina amin'ny eritreritra mazava, saina lojika, izay tsy ho tanteraka raha tsy ialàntsika ny maizina mba hanjakàn'ny mazava.

Ny ahiahy isan-karazany dia toy ny onjan-tahotra manify miposaka ao an-tsaina; raha avela hamàka izy dia hanapaka fantsona iray izay ivoahan'ny eritreritra hafa rehetra. Zaro ho amin'izany ny sainao!

FAHALAVAN'Y FIHETSEHAMPO: 90 SEGONDRA(32)

Ny mitahiry ny fihetsem-po dia ireo tantara lazaintsika amin'ny tenantsika momba azy ireo, hoe matetika ny toe-javatra dia tokony ho hafa noho izay miseho, na hoe tokony fomba hafa no nasehon'ilay olona (nasehontsika).

Ampoizina raha miteny toy izao amin'ny tenantsika isika – te-hanamarina ny fihetsehampo iainantsika isika, ary ny izaho dia te-hanamafy fa manana ny rariny isika ary manome tsiny ny olon-kafa fa noho ny toe-javatra hafa. Na dia mahatsiaro menatra aza isika, dia milaza momba ny tenantsika foana isika fa 'marina' ao anatin'ilay toetra asehontsika ratsy na tsy mendrika, sns. (afaka mamily ny marina toy izany mihitsy ny 'izaho').

Ny mahatsikaiky dia ity 'lalàna faharoa' ity araka ny iantsoana azy rahateo, dia natao hahamenatra ireo olona izay toa tsy mahatsindry ny fietseham-pony ao anatin'ilay fotoana fohy mampientana. Raha toa moa ianao tena mpijery, dia mihatra aminao izany ny lalàna, dia tokony afaka manadino iay tantara ianao fa mampahatsiahy fotsiny ny fahatsapana niainanao. Avelao ho any izany dia mandrosoa ho amin'ny fitoniana. Izany no fahambonian'ny soatoavina miafina,voatahiry ao anatin'ny fomba fitenin'ny vanim-potoana New Age.

Ny fihaikana dia isika voafatotra hamorona ny tantara tena nitranga mba hijanonan'ny fihetsehampo. Ary arakaraky ny fahelàn'ny tantara ataontsika nohahasaroatra ny "hanajanonana izany".

Fa ambonin'izany, dia voafatotry ny fahatsapana miiba isika (arakany filazan'ny sasany, "ny saintsika dia toy ny singa manipy izay zavatra rehetra tsara sy miabo, ary miraikitra amin'ny zavatra miiba sy ratsy"). Amin'ny fomba fijery mivoatra, dia iray amin'ny zavatra nihazona ireo razantsika hiatrika ny fiainana izany, ary mbola ilaina be izany hanaitra antsika raha vao miisy ambana. Ary ankehitriny aza, ny ambana voalaza eto dia mazàna avy amin'ny izaho-tsika, avy amin'ny fisainana misaratsaraka ao amintsika.

Rehefa mahazatra antsika ny fihetsehampo ratsy (alahelo, hatezerana, tebiteby, henatra), dia mihamatanjaka foana izany, toy ny hoe mahazo làlam-be ho an'ny ati-doha. Noho izany, dia mora mahazo vahana kokoa ireo fahatsapana ireo – izany hoe ny tantara nahatonga izany.

NY TANTARAN'I EMMA(33)

Jereo ny horonantsary dia mametraha fanontaniana mifandraika amin'izany <https://fightthenewdrug.org/media/emmas-story-overcoming-struggles-video/>

MITADIAVA FANAMPIANA(34)

Ekeo ilay olana, lazao ilay olana, ary avereno amin'ny laoniny ny toe-javatra.

Tsy mahamenatra ny mitady fanampiana. Ny fahasitranana dia avy amin'ny fanekena ny fisian'ilay olana, antsoy amin'ny tena izy ilay olana, ary katsaho ny hiverenan'izany amin'ny laoniny amin'y alalan'ny fahasoavan'Andriamanitra.

AFAKA HO MPANDRESY IANAO(35)

Zarao izay voalaza ao amin'ny tranokala <http://gatewaytowholeness.com/>

ANTONTAN-KEVITRA NA BOKY FANAMPINY(37)

- 'The Truth About Porn' na Ny marina rehetra momba ny sary mamoaafady
- 'Fight the New Drug' na Ny Fomba fiatrehana ilay Zava-mahadomelina vaovao
- 'Pure Life Ministries' na ny Fanompoana ao anaty Fiainana madio/salama
- 'Join Fortify'
- 'New Freedom to Love'na Ny fahalalahana vaovao momba ny Fitiavana'

—tapitra—

Seminera

HAVANA AKAIKY MAMPIDI-DOZA:

Sary mamoaafady sy herisetra amin'ny alalan'ny firaisana ara-nofo ataon'ny olona miaraka amin'ny tena

Nosoratan'i Claudio sy Pamela Consuegra

Nahazoana alalana avy amin'ny

Ministry,[®]Boky gazety iraisam-pirenena ho an'ny Mpitandrina,

Novambra 2019

Ny sary mamoaafady dia heverina ho efa mahatratra hatrami'ny \$97 lavitrisa ny famokarana azy, ary ny \$12 lavitrisa amin'ireo dia avy any Etazonia avokoa."¹ Ny fijerena horonan-tsary mamoaafady dia niakatra izaitsizy hatramin'ny nampihanaka be ireo fitaovan-tserasera toy ny aterineto sy ny karazana finday afaka ijerevana izany. Mihoatra ny 77% n'ny Amerikana dia mijery horonan-tsary mamoaafady farafahakeliny in-1 mandeha isam-bolana.² 30% n'ny kirakira aterineto ihany koa dia tranokala miresaka sy mandefa horonan-tsary mamoaafady avokoa.³ Aiza ho aiza ny resaka fiangonana?⁴

"64% amin'ny lehilahy fantatra fa kristiana sy 15% amin'ny vehivavy fantatra fa kristiana no mijery horonan-tsary mamoaafady in-1 mandeha isam-bolana farafahakeliny (mihatra amin'ny 65% lehilahy tsy kristiana sy 30% vehivavy tsy kristiana).

"33% n'ny mpitarika fiangonana no nilaza fa efa nitsidika, tamin'ny sitrapony, tranokala maneho firaisana ara-nofo. Tamin'ireo izay nijery an-tsitrapo ireny tranokala ireny, dia 53% no nanambara fa vao tsy ela izany tamin'ny taon-dasa, ary ny 18% kosa nilaza fa nanao izany an-tsitrapo in-2 isam-bolana na mihoatra ny in-1 isan-kerinandro.'

"21% amin'ny miptandrina tanora ary 14% amin'ny pasitora no miaiky fa im-betsaka izy ireo no miady amin'ny tenany manohitra ny fironana hijery horonan-tsary mamoaafady""⁵

Tena mahavalalanina izany tranga izany satria mifanohitra amin'ny tokony ho fomba fiaina kristiana mihitsy ny fijerena horonan-tsary mamoaafady. Mampanantena fahafinaretana ireny karazna horonan-tsary ireny, saingy vao mainka aza fijaliana no entiny. Ao anatin'ny horonan-tsary mamoaafady dia tsy voahaja ny vehivavy, misy fanerena, fanararaotana ara-batana, herisetra amin'ny fitenenana, ary izany rehetra izany dia maneho ny tena endriky ny fiarahamonina sy ny fomba fisaina sy fanao ao.

Raha tsy voatery hoe haneho herisetra ara-batana na amin'ny fitenenana aza ny horonan-tsary sasany, dia voaporofa kosa fa misy fiantraikany foana ny horonan-tsary vetaveta na toa tsy misy herisetra aza. Betsaka ny fikarohana natao no nanaporofa fa ireo mpijery horonantsary mamoaafady na tsy misy herisetra aza, no mirona mora foana amin'ny fanekena ny fanararaotana na fampiasana herisetra amin'ny vehivavy sy ny zatovovavy.⁶ Ny fanazavana akaiky indrindra dia hoe ny ankabeazan'ny horonantsary vetaveta dia maneho ny lehilahy ho matanjaka sy tompon'ny hery, ary ny vehivavy kosa dia milefitra sy mankato/manaiky izay atao aminy. Ireny fihetsika ireny no mametraka ny fahasamihafan-kery eo amin'ny olon-droa miaraka, ary mitarika ny fanekena (miandalana saingy azo antoka fa hitranga) ny herisetra atao amin'ny vehivavy na ara-batana na amin'ny fomba fiteny.

Ny tena zava-dehibe tokony ho sahinana momba ny horonantsary mamoaafady dia ity: tsy amin'ny fitondran-tenan'ny lehilahy amin'ny vehivavy ihany no misy fiantraikany ny fijerena azy fa amin'ny zavatra ataony ihany koa. Taorian'ny fanadihadiana natao tamin'ny taona 2016, ny mpanao fikarohana dia namoaka izao tsoa-kevitra izao: "amin'ny ankapobeny, ny olona mpijery horonan-tsary mamoaafady matetika, dia manaiky ny herisetra ao anatin'ny firaisana ara-nofo, ary mora miroso amin'izany firaisana mamoaafady misy herisetra izany."⁷ Ireo olona mpijery horonan-tsary mamoaafady dia mora tafiditra amin'ny fampiasana herisetra amin'ny fitenenana, amin'ny fidorohana zava-mahadomelina, fandraisana zava-pisotro mahamamo mba ahafahana manery ny vehivavy hiroso amin'ny firaisana, ary mampitombo hatrany izany herisetra izany mba ahazoana fahafinaretana ao anatin'ny herisetra na hatramin'ny fanolanana aza.⁸

NY FIRAISANA ARA-NOFO MAMPIDI-DOZA

Ny ivon-toeram-pirenena mikasika ny fanararaotana ara-nofo dia manasongadina karazana herisetra telo izay fahita eo anivon'ny tokantrano noho ny fijerena horonan-tsary mamoaafady:²

1. Ny horonan-tsary mamoaafady dia mitarika herisetra sy fanararaotana. Tonga schon-javatra mivaona mihitsy, ka ny horonan-tsary mamoaafady dia nanjary endrika diso iray amin'ny fanabeazana ara-pananahana, mampianatra ny ankizy, ny tanora zazalahy ary ny olon-dehibe lehilahy hoe: ny vehivavy manao firaisana amin'izy ireo dia tokony handray kapoka, tapenam-bava, terena hanao firaisana na dia tsy ifanarahana aza izany. Nisy vehivavy nanatona sy nanontany anay nandritry ny fotoana natokana ho an'ny mpivady momba ny endriky ny firaisana ara-nofo izay tsy nahazatra azy ireo teo aloha, izay ankehitrinytadiavin'ireo lehilahy, ary takiany mihitsy aza indraindray. Nisy vehivavy iray nanambara taminay fa mitaky firaisana ara-nofo aminy ny vadiny isan'andro, ary rehefa mandà izy dia vono no miandry azy. Tsy mahagaga, raha araka ny vokatra ny fanadihadiana natao tamin'ny taona 2011, fa ny horonantsary mamoaafady nataoho hamidy ho an'ireo

mpijery matetika dia misy fiantraikany amin'ny fironana hamono na hanao herisetra mandritry ny firaisana ara-nofo ataony.¹⁰

2. Mazàna, ireo mpanao herisetra ara-nofo dia mampiasa horonantsary mamofady na sary vetaveta (mitanjaka), sarin'ireo olona nohararaotiny ahafahany manery, mangleja, na manasazy azy ireny ka rahonany hoe aparitany amin'ny tambazotra ny momba azy. Raha toa ka tsy dia ampifandraisina matetika amin'ny firaisana misy fanararaotana ny 'horonantsary valifaty' na ny herisetra mahazatra, dia tranga mihitatra be izy io ankehitriny. Soa ihany fa efa mahatratra 40 mahery ireo fanjakàna sy faritra any Colombie nandàny lalàna manohitra ny famoahana horonan-tsary na sary mitanjaka sy maneho firaisana ara-nofo tsy ifanarahana.¹¹

3. Ny fijerena horonantsary mamofady ataon'ireo mpanararaotra ara-nofo dia mampitombo be ny herijika amin'ny fisian'ny herisetra ara-pananahana. Ny fanadihadiana nataon'i Janet Hinson Shope tamina vehivavy miisa 271 izay novonoina mandritry ny firaisana, diananeho fa 30% nonilaza fa ireo mpanararaotra azy ireo dia mpijery horonan-tsary mamofady avokoa.¹² Ny fehiny namberan'i Shope moa dia hoe "ny ankamaroan'ny vehivavy (58%) izay mpijery porno ny mpanararaotra azy, dia niaiky fa ny nisy fiantraikany tamin'ny tranga fanararaotana azy ny sary vetaveta." Ny fikarohana dia mametraka ny fisian'ny fifandraisan'ny fijerena sary mamofady sy ny vono ataon'ny vady, izay endrika isehoan'ny herisetra ao antontantrano. Araka ny vokatry ny fikarohana, ny lehilahy izay mpijery sary mamofady sy mpitsidika ireny trano fandihizan'ny vehivavy mitanjaka ireny, dia tafiditra amin'ny fanararaotana ara-nofo, fandrangitana, ary matetika dia vady mamono ireny lehilahy ireny.¹³

MAHAKASIKA NY TENA MANOKANA

Matetika, mba tsy ilazàna hoe izy rehetra, ny mpijery horonantsary mamofady dia hilaza aminao hoe zavatra mahakasika ny tena manokana izany fa tsy manohintohina ny hafa tsy akory. Ny fikarohana kosa dia manambara fa ireo mpijery sary mamofady, dia manaiky ny herisetra atao amin'ny vehivavy ary mihevitra fa ny vehivavy dia mankasitraka mangina ireny karazana vono ireny; izany dia mitarika olona maro ho lasa mahery fihetsika eo amin'ny fiainany.¹⁴ Fanadihadiana iray kosa no nilaza fa "ireo izay mijery matetika loatra sary mamofady misy herisetra dia ampoizina ho avo henina heny efa nampiseho herisetra tamin'ny hafa, miolotra amin'ireo tsy mijery matetika."¹⁵

Mary Anne Layden, talen'ny ivon-toerana iray antsoina hoe the Sexual Trauma and Psychopathology Program Center any amin'ny anjerimanontolo any Pennsylvania, dia nilaza toy izao: "40% amin'ireo vehivavy niaran'ny fanararaotana no niaiky fa ireo olona niaraka taminy dia mpijery sary mamofady misy herisetra."¹⁶ Nanambara ihany koa izy fa ireo lehilahy mpijery sary vetaveta dia tsy voasarik'ireo olona miaraka aminy loatra intsony. Misy fiantraikany ratsy tokoa amin'ny fiarahany amin'ny vadiny izany, satria tsy afaka hifaninana na hiohatra amin'ireo vehivavy marobe tsy tambo isaina sy toa tonga lafatra hita teo amin'ny sary ny vadiny.

Ao anatin'ny tontolo mitambolon'ny aterineto, ny fitaovana toy ny tablets, ny solosaina, sy ireo kirakirain'ny tana rehetra, dia toa tsy hahomby mihitsy ny ady atao amin'ny horonantsary mamofady. Eo afovoan'izany hery rehetra izany, ny fiangonana dia manana

anjara andraikitra manokana ny amin'ny tokony ho fomba hitondrana ny vehivavy sy ireo olona marefo, ary hampianatra ny anjara asan'ny firaisana ara-nofo ao anatin'ny tokantrano. Ny lehilahy eo anivon'ny fiangonana, tahaka ny lehilahy rehetra, dia mety hihevitra fa ny fijerena sary mamofady dia tsy mahakasika afa-tsy ny tenany manokana izay manao izany. Ny marina anefa dia hoe, na dia fotoana mahalana aza no ijerena izany, ny horonantsary mamofady dia misy fiantraikany foana amin'ny fomba fahitan'izy ireo ny vehivavy – ary manao nohoizany aza, misy fiantraikany amin'ny fifandraisany amin'ny Kristy mihitsy.

SAROTRA NYMIALA AMIN'NY MAHAZTARA

Jeremia, fantatra amin'ny anarana hoe ilay mpaminany be ranomaso, dia nilaza toy izao: “ny Fo dia mamitaka mihoatra noho ny zavatra rehetra, sady manana aretina tsy azo sitranina; iza moa no mahafantatra ny aminy?” (Jeremia 17:9). 9% monja amin'ireo olona mpankany ampiangonana ary 7% amin'ny mpitandrina no afaka manolotra fandaharana any ampiangonana mba hiadiana amin'ny fangejan'ny fijerena horonantsary mamofady.¹⁷ Inona àry no tokony hatao?

1. *Atombohy avy hatrany ny dingana mankany amin'ny fahafahana.* Tapahana ny fiankinan-doha – eny, ny fiankinan-doha amin'ny sary mamofady – aloha indrindra araka izay azo atao. Sarotra ny miala amin'ny mahazatra, saingy izany no hany làlana mahomby. Misy làlana (tranokala) ahafahanao tonga dia manomboka izany. Azonao atao ny mitsidika io tranokala iona maka izany maimaimpoana amin'ny aterineto. Tsidiho àry ny newfreedomtolove.org izay hahitanao fijoroana vavolombelona maro, toriteny, seminera ary rohy hafa sy antontan-kevitra hafa ahafahana manomboka ny dianao mankany amin'ny fanahafahana amin'ny fiankinan-doha amin'ny sary mamofady. Misy antontan-kevitra sy tranokala hafa koa azonao tsidihina dia ny gatewaytowholeness.com. Mety hisy koa tranga izay hilaina fanampiana avy amin'ny matihanina mihitsy.

2. *Arovy ny sainao—mahakasika ny fo ity lohahevitra ity.* Nambaran'ny Jesosy mazava fa resaka mahakasika ny fo izy ity. Hoy indrindra izy: “Ny olona tsara fanahy dia mamoka ny tsara avy amin'ny rakitra tsaran'ny fony, ary ny ratsy fanahy kosa dia mamoka ny ratsy; fa avy amin'ny haben'ny ao am-pony no itenenan'ny vavany” (Lioka 6:45). Fantatr'ny Solomona tsara izany raha nanoratra izy hoe, “Tandrema ny fonao mihoatra noho izay rehetra tokony hotandremana, fa avy ao aminy no ihavian'ny aina” (Ohabolana 4:23).

Aza fenoina sary izay manolana, manimba ny sandan'ny fanomezana nataon'Andriamanitra ny amin'ny taovam-pananahana sy manambany ny zanany vavy ny sainao, 1 Ekeo ny fanasàn'Andriamanitra, “Anaka, atolory Ahy ny fonao, ary aoka ny masonao ho faly mijery ny lalako” (Proverbs 23:26). Raiso izany teny fampaherezana izany ary takio ho toy ny anao manokana: “Ny hany fiarovan-tena hanoherana ny devoly dia ny mamela an'ny Kristy hitoetra ao am-po amin'ny alalan'ny finoana ao amin'ny fahamarinany. Raha tsy tafaray amin'Andriamanitra isika mandritry ny fiainantsika, dia tsy hahatohitra ny vokatry ny fitiavan-tena, ny fandefarena amin'ny tena, ary ny fakam-panahy. Azontsika atao ny mandao ny fahazaran-dratsintsika mandritry ny fotoana mety hifampizarantsika amin'ny Satana. Saingy raha tsy misy fifandraisana velona amin'Andriamanitra isika, amin'ny alalan'ny

fifandraisantsika amin'Andriamanitra, amin'ny alalan'ny fanoloran-tena matetika ataontsika, dia tsy ho mpandresy isika..”¹⁸

3. *Mangataha fanampiana avy amin'ny hafa.* Ny ady atao amin'ny fahazarana mijery horonantsary mamofady dia tsy vitan'ny tena manokana. Toy izao no voalazan'i Solomona momba izany: “Tsara ny roa noho ny iray, fa misy valiny tsara ny fisasarany” (Mpitoriteny 4:9). Anio, mihoatra ny fotoana rehetra dia mila fanampiana avy amin'ny hafa ianao. Atombohy amin'ny vadinao izany na ireo izay akaiky indrindra anao, mangataha amin'izy ireo mba ho namana azonao ianteherana izy. Ny fitokana-monina mantsy na ny fahatsiarovan-tena ho irery no mitarika ny olona iray hameno ny banga amin'ny alalan'ny fijerena horonantsary mamofady.

Raha toa ka samy mampididoza ny firaisana mamofady sy ny herisetra atao mandritry ny firaisana, dia aza manaiky ho fitaovana itrangan'izany ka hanimba na ny vadinao na ireo tsy manan-tsiny iharany. Eo aminao ny fahefana sy ny fanapahan-kevitra hanao ireo dingana ilaina, manomboka anio, mba hanafoanana ireo zavatra roa manimba ireo, ireo poizina ampiasain'ny devoly ireo, dieny tsy mbola nanimba ny hafa, na nanimba anao izany.

—tapitra—