

Brian Croft

# PORN NO!

Wie Mann durch Gottes Kraft  
siegreich sein kann über Pornografie



Brian Croft

# PORN NO!

Wie Mann durch Gottes  
Kraft siegreich sein kann  
über Pornografie

Beratender Herausgeber: Dr. Paul Tautges



Brian Croft

**Porn no!**

Wie Mann durch Gottes Kraft siegreich sein kann  
über Pornografie

2. Auflage 2024

ISBN: 978-3-947196-53-1

Alle Rechte vorbehalten.

Originaltitel: *Help! He's Struggling With Pornography*

Copyright © 2010 by Brian Croft

Published by Shepherd Press, Wapwallopen, PA 18660

Copyright © der deutschen Ausgabe 2024

EBTC Europäisches Bibel Trainings Centrum e.V.

An der Schillingbrücke 4 · 10243 Berlin

[www.ebtc.org](http://www.ebtc.org)

Bibeltexte sind der *Schlachter 2000* entnommen.

Copyright © 2000 Genfer Bibelgesellschaft

Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung.

Alle Rechte vorbehalten.

Übersetzung: Jo Frick

Lektorat: Anselm Strehlke

Cover: Alexander Benner

Satz: Oleksandr Hudym

Druck & Bindung: ARKA, Cieszyn (Polen)



Sollten sich Rechtschreib-, Zeichensetzungs- oder Satzfehler eingeschlichen haben, sind wir für Rückmeldungen dankbar. Nutze dazu bitte diesen QR-Code, den Link [ebtc.org/tsh3-2](http://ebtc.org/tsh3-2) oder die folgende E-Mail-Adresse: [fehler@ebtc.org](mailto:fehler@ebtc.org)

Für meine lieben mutigen Freunde  
Jim und Linda:  
Mögt ihr weiterhin  
in der Gnade und dem Sieg wandeln,  
die ihr durch das Evangelium und  
die Ortsgemeinde gefunden habt.

Mein besonderer Dank gilt:  
Jason Adkins, Adam Embry,  
Scott Croft und Scott Wells  
für eure hilfreichen Vorschläge  
bezüglich dieses Manuskripts.  
Josh Hayward, danke für deine Einsicht  
und Hilfe bei dem Schaubild  
»Sünde ablegen & Christus anziehen«.

Leseprobe [ebtc.org](http://ebtc.org)

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Vorwort</b> . . . . .	<b>7</b>
<b>Einleitung</b> . . . . .	<b>11</b>
1. Das Problem:	
<b>Ein unreines Herz</b> . . . . .	<b>15</b>
2. Die Folgen:	
<b>Zerstörte Leben</b> . . . . .	<b>23</b>
3. Die Lösung:	
<b>Ein neues Herz</b> . . . . .	<b>33</b>
4. Die Veränderung:	
<b>Die Ortsgemeinde</b> . . . . .	<b>43</b>
<b>Schlussfolgerung</b> . . . . .	<b>57</b>
<b>Schritte in der Anwendung</b> . . . . .	<b>63</b>
<b>Weiterführende Ressourcen</b> . . . . .	<b>77</b>

Leseprobe [ebtc.org](http://ebtc.org)

# VORWORT

Es könnte eine Anzahl von Gründen geben, warum du dieses Buch liest. Vielleicht kennst du jemanden, der Probleme in dieser Hinsicht hat und es ist dir ein Anliegen, dieser Person zu helfen. Oder vielleicht bist du selbst derjenige, der die Hilfe braucht. Es könnte auch sein, dass dieses Buch dein Interesse geweckt hat, weil dir das Wort »Pornografie« ins Auge gefallen ist und dich veranlasst hat, es durchblättern, um zu sehen, welche pikanten Themen hierin erörtert werden. Was immer auch dein Grund sein mag, ich hoffe, dass du über die wichtigen Gründe nachdenkst, die mich veranlasst haben, dieses Buch zu schreiben.

Erstens, die zerstörerische Gegenwart sexueller Perversion, die von dieser krassen Form der Unterhaltung angeheizt wird, ist in unserer Kultur offenkundig. Durch diese Multi-Milliarden-Industrie werden Leben und Ehen zerstört und ihr nachhaltiger Einfluss zieht unser Alltagsleben in Mitleidenschaft. Deshalb müssen wir vorbereitet sein, dieses Problem zu konfrontieren, mit seinem



Einfluss umzugehen und uns siegreich von seinen Fängen zu befreien.

Ein zweiter Grund hat mit der Qualität der momentan erhältlichen Ressourcen zu tun. Von den Büchern, die geschrieben wurden, um die mit der Abhängigkeit von Pornografie einhergehenden zerstörerischen Elemente zu thematisieren, stellen einige die richtige Diagnose des Problems, während andere das Grundproblem ignorieren, aber trotzdem gute und praktische Ratschläge für den Alltag mit auf den Weg geben. Ich hoffe und bete, dass dieses Buch eine klare und biblische Diagnose des Wurzelproblems stellt und eine hoffnungsvolle Lösung sowie praktische Möglichkeiten aufzeigt, wie die Befreiung von solch einer Knechtschaft erfolgen kann und somit jene befähigt, die Hilfe suchen.

Darüber hinaus habe ich ein paar persönliche Gründe dafür, dass ich dieses Projekt angegangen bin. Es ist nahezu schwindelerregend, zu sehen, wie viele Probleme mir als Ältester einer Ortsgemeinde untergekommen sind, die in direktem Zusammenhang mit den Verlockungen, Süchten und zerstörerischen Verhaltensmustern stehen, die mit dem Problem der Pornografie einhergehen. Was du auf den nächsten Seiten finden wirst, ist der Prozess, den ich und meine Pastorenkollegen mit

Männern – ob verheiratet oder Single, jung oder alt – in unserer Gemeinde durchgehen und der sich durch Gottes Gnade im Laufe der Jahre als unglaublich erfolgreich und effektiv erwiesen hat. Ich hoffe, dass er sich ebenso erfolgreich und effektiv für die betroffene Person erweisen wird, die dir nahesteht – oder vielleicht für dich selbst, deine Ältesten und deine Ortsgemeinde.

Der letzte und persönlichste Grund ist, dass dieses Problem auch mich selbst über viele Jahre ergriffen hatte. Im jungen Alter kam ich mit Pornografie in Berührung, was zu einer Abhängigkeit führte, die mich während meiner Teenagerjahre bis ins junge Erwachsenenalter hinein knechtete. Dieses Buch-Projekt gehe ich sowohl mit Freude als auch Ehrfurcht an, denn die biblischen Wahrheiten, die den Anker für den Prozess zur Überwindung dieses Problems liefern, haben auch mir erstaunliche Hilfe und Freiheit in meinem Leben beschert.

Brian Croft  
Auburndale Baptist Church

Leseprobe [ebtc.org](http://ebtc.org)

# EINLEITUNG

Wir leben in einer beispiellosen Zeit. Pornografische Bilder und sexuelle Inhalte, die nicht jugendfrei sind, sind heutzutage zugänglicher als zu jedem anderen Zeitpunkt in der Geschichte der Menschheit. Das zeigt sich auch in den Einkaufszentren, durch die wir schlendern, auf den Werbetafeln, an denen wir vorbeifahren, in den Versandkatalogen, die wir nach Hause geschickt bekommen, und auf den Titelseiten der Zeitschriften in den Geschäften. Das Umsatzvolumen der Sexindustrie wird auf weltweit 57 Milliarden US-Dollar geschätzt, wobei 12 Milliarden (knapp über 20 Prozent) aus den Vereinigten Staaten kommen.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> William M. Struthers, *Wired for Intimacy: How Pornography Hijacks the Male Brain* (Downers Grove, IL: Intervarsity Press, 2009), S. 20. Anmerkung des deutschen Verlags: Es liegen keine aktuellen Zahlen zum Umsatz der Sexindustrie in Deutschland vor. Allerdings wurde im Jahr 2013 ermittelt, dass »12,5 Prozent aller Webseitenaufrufe in Deutschland aus Zugriffen auf pornografische Seiten« bestehen. Mit diesem Wert liegt Deutschland weltweit an der Spitze. Siehe: <https://www.welt.de/debatte/kommentare/article123172800/Warum-wir-Weltmeister-im-Porno-Gucken-sind.html> (Zugriff am 31.05.2019).

Die Realität des Einflusses der Pornografie wird einem schmerzhafter bewusst, wenn man die Ehen sieht, die durch sie zerstört werden, die Ältesten, die durch sie beschämt werden und ihre Stelle verlieren, sowie die Menschen, die zu Opfern von Sexualstraftaten werden, über die in den Medien fast täglich berichtet wird.

Sehr ernüchternd ist dabei, wie sehr auch Christen in den Ortsgemeinden von diesem Trend betroffen sind. Wenn man einen noch so erfahrenen Feuerwehrmann in einem brennenden Gebäude sich selbst überlässt und ihn niemals ablöst, wird er letzten Endes verbrennen. Auf ähnliche Weise sind auch wir, obwohl wir Christen durch den Glauben an das Werk unseres Retters Jesus verändert wurden, nicht unversehrt geblieben, weil wir von dieser sexdurchtränkten Kultur umgeben sind. Wie können wir als Christen ein für alle Mal in diesem Kampf den Sieg erringen und anderen helfen, dasselbe zu tun?

Erstens, ist dieser Sieg nur durch die verändernde Kraft des Evangeliums möglich. Ganz egal, mit welcher Art von sündigen Abhängigkeiten wir uns herumschlagen, allein die Buße von unseren Sünden und das Vertrauen auf die Person und das Werk von Jesus Christus können uns die bleibende Freiheit verschaffen, die wir suchen. Ein weit-

verbreitetes Manko beim Umgang mit dem sündigen Verhaltensmuster des Pornografiekonsums ist, dass man sich ausschließlich darauf konzentriert, das Verhalten abzustellen (Verhaltensmodifikation) und es versäumt, die Wurzelprobleme des Herzens anzusprechen. Wahre, aufrichtige und nachhaltige Veränderung bei diesem Problem – bzw. bei jedem Sündenproblem – muss beim inneren Menschen beginnen. Die innere Veränderung wird dann auch eine bleibende Veränderung in unserem Verhalten nach sich ziehen.

Zudem muss unser ganzes Engagement der Ortsgemeinde gelten, wenn wir hinsichtlich dieses Problems einen bleibenden Sieg davontragen wollen. Ein weiteres weitverbreitetes Manko bei dem Versuch, den Teufelskreis der Pornografie zu brechen, ist die Annahme, dass einer oder zwei x-beliebige Rechenschaftspartner ausreichen. Ein alltäglicher, siegreicher Wandel in Bezug auf dieses Problem erfordert eine Gruppenanstrengung bzw. Teamarbeit und Rechenschaftsstrukturen, die weit darüber hinausgehen, dass ein Gemeindemitarbeiter einem Mann einmal in der Woche Fragen bezüglich der von ihm besuchten Internetseiten stellt. Der Sieg stellt sich ein, wenn seitens der Gemeindeverantwortlichen des Betroffenen geistliche Betreuung, Fürsorge, Zurecht-

weisung und Eheseelsorge durchgeführt wird; wenn jene Gemeindeglieder, die sich am meisten für die geistliche Reife des Betroffenen einsetzen, für ihn und sein Problem beten; wenn der Rechenschaftspartner des Betroffenen dessen Älteste und dessen Ehefrau (falls er verheiratet ist) über seine Fortschritte in Kenntnis setzt und der Betroffene selbst das »Fallbeil« sich anbahnender Gemeindedisziplin als Reaktion auf die Bedenklichkeit seiner Sünde über sich schweben sieht; wenn mehr auf dem Spiel steht als lediglich einen Rechenschaftspartner zu enttäuschen, der vermutlich ausgewählt wurde, weil er sich mit diesem Problem identifizieren kann. Ohne die enge Zusammenarbeit mit der Ortsgemeinde gelingt es den Allerwenigsten, einen bleibenden Sieg über Sünde – ganz egal, welche – zu erringen und jenes siegreiche Leben zu führen, das Christus mit seinem Leben für uns erkauft hat.

Gottes Kraft wirkt durch das Evangelium in der Ortsgemeinde, sodass ein wahrer und bleibender Sieg über das Problem der Pornografie errungen werden und wirkliche Heilung und Vergebung erfahren werden kann. Ich bete dafür, dass auch du davon überzeugt wirst, wenn du diese Seiten liest.

# 1. DAS PROBLEM: **EIN UNREINES HERZ**

Die einsichtsvollste und durchdachtste Lösung wird sich als sinnlos erweisen, solange eine falsche Diagnose für das Problem gestellt wurde. Fangen wir damit an, herauszustellen, was das Problem *nicht* ist, ehe wir uns darauf konzentrieren können, was es *ist*. Die Knechtschaft, die mit Pornografie einhergeht, ist nicht geschlechtsspezifisch. Mehr als je zuvor werden heutzutage auch Frauen dazu verleitet, ihren Verstand mit jenen Bildern zum Zwecke der Selbstbefriedigung zuzumüllen.<sup>2</sup> Das Problem ist nicht auf einen übersteigerten, hyperaktiven Sexualtrieb zurückzuführen. Das Problem kann auch nicht darauf geschoben werden, dass eine Beziehung in die Brüche gegangen ist oder dass Eltern einem Liebe und Zuneigung vorenthalten haben. Obwohl es einen legitimen Faktor darstellt, kann man noch nicht einmal die

---

<sup>2</sup> Hervorragender Rat auf biblischer Grundlage für Frauen findet sich in Band 8 dieser Reihe mit dem Titel *Sie ist in Pornografie verstrickt* von Rachel Coyle.



leichte Zugänglichkeit von Internet, Fernsehen, Filmen und unangebrachten Magazinen, die uns in Geschäften auf Augenhöhe angepriesen werden, verantwortlich machen. All diese Dinge können unter Umständen zu dem Problem *beitragen*, doch keines von ihnen ist das *Grundproblem*.

Das grundlegende Problem ist, dass unser Herz kaputt ist, ein Zustand, der auf den Garten Eden zurückgeht. Gott hat den Himmel und die Erde und alle Lebewesen geschaffen (1Mo 1–2). Zudem schuf er Mann und Frau nach seinem Bild (1Mo 1,27). Sie vereinten sich und wurden »ein Fleisch«, waren nackt und schämten sich nicht (1Mo 2,24–25). Gott sah, dass alles, was er gemacht hatte, sehr gut war (1Mo 1,31). Doch Adam und Eva sündigten, indem sie dem Wort Gottes ungehorsam waren. Sie aßen von dem Baum der Erkenntnis des Guten und Bösen (1Mo 3,6). Gott hatte Adam und Eva geboten, von diesem Baum nicht zu essen, weil sie sonst sterben würden (1Mo 2,17), doch Satan verführte Eva. Sie aß von dem Baum und gab ihrem Mann von der Frucht zu essen (1Mo 3,6). Anstatt dem Gebot Gottes zu gehorchen, rebellierten sie gegen ihn. Sie wollten herrschen, anstatt von Gott beherrscht zu werden.

Folglich kam die Sünde in die Welt und zog alles in Mitleidenschaft, einschließlich aller Nachfahren

von Adam und Eva. Da sie die ersten Menschen waren, erbte jeder Nachfahre ihr mittlerweile sündiges Herz. Aus diesem Grund haben alle Menschen, die in diese sündige Welt hineingeboren werden, von Geburt an ein unreines Herz, das die natürliche Tendenz hat, gegen Gott zu rebellieren und sündigen Vergnügungen nachzujagen. Unser sündiges Verhalten in Bezug auf sexuelle oder auch jede andere Sünde kann auf eine Sache und nur eine Sache allein geschoben werden – unser unreines Herz.

Jesus bestätigte dies. Markus 7,1–23 beschreibt eine Konfrontation zwischen Jesus und den Pharisäern, die so überheblich waren, ihr Vertrauen auf ihre eigenen Werke und Traditionen zu setzen. Sie waren blind in Bezug auf das, was Jesus ihnen sagte, das vor Gott wirklich zählt – nicht Äußerlichkeiten oder Dinge, die wir körperlich tun, sondern die inneren, geistlichen Angelegenheiten des Herzens. In diesem Zusammenhang sprach Jesus die folgenden tiefgründigen Worte, die nicht nur den verdorbenen Zustand unseres Herzens beschreiben, sondern auch, wie unser Herz unsere Beziehung zu Gott in Mitleidenschaft zieht. Jesus erklärte, dass das, was in einen Menschen von außen hineinkommt, diesen nicht verunreinigt, weil

es nicht in dessen Herz, sondern dessen Magen landet (V. 18–19). Er fuhr folgendermaßen fort:

Er sprach aber: Was aus dem Menschen herauskommt, das verunreinigt den Menschen. Denn von innen, aus dem Herzen des Menschen, kommen die bösen Gedanken hervor, Ehebruch, Unzucht, Mord, Diebstahl, Geiz, Bosheit, Betrug, Zügellosigkeit, Neid, Lästerung, Hochmut, Unvernunft. All dieses Böse kommt von innen heraus und verunreinigt den Menschen. (Mk 7,20–23)

Das muss für seine jüdischen Jünger eine erstaunliche Einsicht gewesen sein, die einen Großteil ihres Lebens den strengen Gesetzen und Traditionen gefolgt waren, die besagten, dass Verunreinigung durch bestimmte Nahrungsmittel oder bestimmte Gegenstände verursacht wurde, die für unrein erklärt worden waren. Doch die Berichte in den Evangelien zeigen auf, dass Jesus konsequent lehrte, dass das Reich Gottes sich nicht auf Äußerlichkeiten gründet, sondern auf das, was im Inneren ist – das Herz nämlich.

Unser unreines Herz erkennt man an den bösen Handlungen, die aus ihm herausfließen. Stell dir vor, du gehst auf einen riesigen Apfelbaum zu in

der Erwartung, einen großen, saftigen, roten Apfel vorzufinden, musst allerdings feststellen, dass die meisten Äpfel, die daran hängen, klein und faul sind. Daraus gäbe es nur eine Schlussfolgerung: Obwohl wir weder die Wurzeln sehen noch nachvollziehen können, was im Inneren des Baumes vor sich geht, so erkennen wir doch, dass der Baum krank sein muss, indem wir seine Frucht betrachten. Genauso wenig können wir die Unreinheit in unserem Herzen sehen, doch die Lehre von Jesus macht deutlich, dass da etwas Sündiges und Verdorbenes in unserem Herzen sein muss, weil Sünde und Verdorbenheit aus ihm herauskommt.

Jesus zählte die Sünden, die aus dem unreinen Herzen kommen, in den Versen 21 und 22 sogar auf. Da sind *sexuelle* Sünden dabei (Unzucht, Ehebruch, Zügellosigkeit), Sünden, die andere *verletzen* (Diebstahl, Mord, Lästerung), und Sünden, die einen *offenkundigen Egoismus* zum Ausdruck bringen (Geiz, Hochmut, Neid). Ein Teil dieser Liste hat auch einen Bezug zu den *Zehn Geboten* (Diebstahl, Mord, Ehebruch, Geiz). Die Aufzählung in Markus lässt dessen Leser das Gewicht der Verdorbenheit spüren, die aus dem Herzen des Menschen herausquillt und dasselbe verurteilt.

Jesus identifizierte nicht nur das Problem, sondern belegte auch dessen Ernsthaftigkeit und Tragweite:

All dieses Böse kommt von innen heraus und verunreinigt den Menschen. (Mk 7,23)

Die Lösung für diese Verunreinigung ist nicht so einfach. Mit der Zeremonie des Händewaschens (V. 1–5) ist es nicht getan. Es hilft auch nicht, einfach auf bestimmte Nahrungsmittel zu verzichten (V. 19). Die Situation ist viel ernster, weil unsere Verunreinigung so sehr mit unserer Natur verhaftet ist, dass, ehe wir selbst dem kleinsten Kind das Sprechen oder Laufen beigebracht haben, es bereits die Symptome dieses Zustands zeigt. Es ist so ernst, dass wir es uns nicht verkneifen können, verletzende Worte für jene übrig zu haben, die wir am meisten lieben. Es ist so ernst, dass wir uns nicht zusammenreißen können, sondern das begehren, was wir nicht haben können, obwohl wir schon so viel besitzen. Es ist so ernst, dass wir uns von einer bestimmten Sünde, wie der Pornografie, versklaven lassen, während uns bewusst ist, dass es unrecht ist, es uns keine Erfüllung bringt und uns zerstört. Diese Verdorbenheit ist so ernst, dass wir nicht in der Lage sind, irgendetwas zu tun, was in unserer Macht steht, es zu ändern.

Die Lehre von Jesus ist klar und deutlich. Unsere Sehnsucht nach sexueller Perversion und die Lust an Pornografie ist nicht auf das zurückzuführen, dem wir ausgesetzt sind, was wir einnehmen oder auf die schmerzlichen Lebensumstände, die wir erfahren. Unser Problem ist, dass unser Herz unrein und kaputt ist und wir es nicht selbst reinigen und reparieren können. Wir brauchen ein neues Herz. Die Hoffnung auf solch ein neues Herz wird das Thema des dritten Kapitels sein. Doch zunächst werden wir uns den spezifischen Konsequenzen zuwenden, die dieses zerstörerische Problem oft begleiten.