

Ako pornografia a drogy menia mozog človeka

Donald L. Hilton, Jr.,

7. júna 2021 ✚ Spoločnosť



Zdroj: PxHere.com

Aj keď sa niektorí vyhýbajú výrazu „závislosť“ – v súvislosti s prirodzenými kompulzívnymi nutkaniami, ako je nekontrolovaná sexualita, prejedanie sa alebo hazard – pozrime sa na najnovšie vedecké dôkazy týkajúce sa mozgu a závislosti.

Článok sa snaží odpovedať na dve otázky: (1) Ovplyvňuje pornografia a sexuálne závislosti ľudský mozog? (2) Ak áno, a ak sú takéto závislosti veľmi rozšírené, môžu mať tiež spoločenský dopad?

Príbeh mníšky veľkohlavej

Začnime zdanlivou odbočkou. V roku 1869 bola do Ameriky privezená moľa nazývaná mníška veľkohlavá s cieľom naštartovať hodvábný priemysel. Málokedy dobré úmysly nevyšli tak výrazne, pretože nepredvídaný apetít molí po listnatých stromoch, ako sú duby, javory a bresty, devastuje lesy už 150 rokov. Na zničenie tohto škodcu bolo podniknutých množstvo pokusov, ale k zásadnému prielomu došlo až v 60. rokoch 20. storočia, keď bolo zistené, že samec mole si hľadá samičku, aby sa s ňou páril, podľa jej pachu. Tento pach sa nazýva feromón a je pre samcov mimoriadne atraktívny.

V roku 1971 bol v časopise *Nature* publikovaný príspevok, ktorý popisuje, ako sa feromóny používajú na to, aby sa mole nepáрили. Vedci začali feromón hromadne produkovať a klásť ho do prostredia týchto molí. Tento neprirodzene silný pach prekonal normálnu schopnosť samičiek prilákať samčeka, takže zmätené samčeka si nedokázali nájsť samičky, vďaka čomu sa populácia molí dostala pod kontrolu.

Mníška veľkohlavá bola prvým hmyzom, ktorý sa takto dostal pod kontrolu vďaka feromónom, ktoré fungovali dvoma spôsobmi. Jeden sa nazýva metóda zmätenosti. Lietadlo rozptýli ekologicky zanedbateľné množstvo veľmi malých plastových granúl napustených vôňou feromónu. Potom, ako to opisuje vedecká novinárka Anna Sallehová, „samček je buď zmätený a nevie, ktorým smerom sa má obrátiť na samičku, alebo znečitlivie na nižšie hladiny feromónov, ktoré samička prirodzene produkuje, a nemá motiváciu sa s ňou páriť.“

Druhá metóda sa nazýva metóda pasce: Nastavia sa feromónové lapače, z ktorých mole nemôžu uniknúť; samec mole hľadá samičku, ale nájde iba smrtiacu náhradu.

Dva klamy

Čo to má spoločné s pornografiou? Pornografia je vizuálny feromón, mocná droga ovplyvňujúca mozog, ktorá mení ľudskú sexualitu tým, že „*tlmí orientáciu*“ a „*narúša vzájomnú komunikáciu medzi pohlaviami*“, najmä prostredníctvom internetu. V súčasnosti treba bojovať proti pornografii, pretože mnohí uverili dvom kľúčovým klamom:

Klam č. 1: Pornografia nie je droga.

Klam č. 2: Pornografia preto nie je skutočnou závislosťou.

Ilustráciou klamu č. 1 je vyhlásenie výkonného riaditeľa *Wall Street*, ktorého mainstreamová spoločnosť diskrétnie profituje z pornografie: „*Nie som čudák ani zvrhlík, nie je to môj problém. Mám deti a rodinu. Ale ak vidím, ako niekto zarába na ľuďoch za to, že sú divní, nuž, doláre sú doláre. Nepredávam drogy. Je to Wall Street.*“

Pozrime sa, ako obidva klamy vysvetľuje pán výkonný riaditeľ:

„*Faktom je, že „drogy, alkohol a cigarety“ sú fyzikálne a chemické látky, ktoré sa požívajú a môžu skutočne mať merateľné, škodlivé a návykové účinky. Samotné sledovanie akejkoľvek témy sotva patrí do tejto kategórie a fakticky znevažuje veľmi reálny boj, ktorému závislí čelia v súvislosti s drogami, alkoholom a cigaretami – všetky tieto látky môžu byť smrteľné. Pri pohľade na porno však nikdy nikto nezomrel. Hoci niektoré kompulzívne typy môžu byť „závislé“ od čohokoľvek, napríklad od sledovania obľúbeného televízneho programu, jedenia zmrzliny alebo návštevy posilňovne, nikto netvrdí, že zmrzlina je ako kokaín (zapamätajte si toto tvrdenie) a mala by byť regulovaná, aby chránila... ľudí pred nimi samými. Nie, tieto nutkavé činy spoločnosť správne považuje za defekty osobnosti...*“

Pozrime sa bližšie na niektoré vedecké poznatky, na ktoré sa odvoláva, skúmame, či je pornografia „fyzikálnym, chemickým“ činidlom, tzn. „drogou“, a tiež, čo o tom hovoria najnovšie výskumy prirodzených odmiern mozgu zvažovaním, či ide o skutočnú mozgovú závislosť.

Adrenalinová tráva

Najprv by som sa chcel podeliť o zážitok, ktorý mala naša rodina pred niekoľkými rokmi na safari v Afrike. Počas výletu po rieke Zambezi náš strážca komentoval adrenalinovú trávu rastúcu pozdĺž brehov. Spýtal som sa ho, prečo použil slovo „adrenalinová“, na čo on začal pomaly jazdiť po trávě. Náhle zastavil vozidlo a povedal: „*Tam! Vidíte?*“, „*Čo mám vidieť?*“ opýtal som sa. Podišiel bližšie a tým sa zmenil aj uhol svetla. Potom som pochopil. Lev sa ukrýval v trávě a sledoval riekku čakajúc na nejaké „*rýchle občerstvenie*“, ktoré sa tam príde napiť.

Sedeli sme v Land Roveri pod holým nebom bez dverí a okien. Vtedy som pochopil, prečo sa tomu hovorí adrenalinová tráva, keď som cítil, ako silne mi búši srdce. Moja mozgová kôra videla a definovala nebezpečenstvo, ktoré zaregistrovala autonómna alebo automatická časť môjho nervového systému. Mozog, ktorý je veľmi efektívne farmaceutické laboratórium, produkoval chemický adrenalin, čo spôsobilo, že moje srdce sa rozbúšilo a bolo pripravené okamžite utekať, aby som sa zachránil. Bol som pripravený v prípade potreby utekať o dušu (hoci lev by ma aj tak poľahky dobehol).

Bolo nám povedané, že ak zostaneme na svojich miestach a zostaneme v pokoji, lev sa bude pozeráť na Land Rover ako na celok a nebude nás vidieť ako jednotlivcov. Našťastie to bol náš prípad.

Droga je droga

Je zaujímavé, že adrenalín, taktiež nazývaný aj epinefrín, je liek, ktorý my, lekári, používame pri chirurgických zákrokoch a v núdzových prípadoch na opätovné naštartovanie srdca pacienta, keď bije príliš pomaly alebo dokonca zastane. Otázka teda znie: Adrenalín teda nie je droga, pokiaľ ho produkuje mozog (spôsobuje silné búšenie srdca), ale je droga, keď ten istý adrenalín podáva lekár?

Alebo si vezmeme dopamín. Táto chemikália je blízky príbuzný epinefrínu, pričom oba sú excitačnými neurotransmitermi, ktoré hovoria mozgu: Chod! Dopamín je dôležitý v častiach nášho mozgu, ktoré nám umožňujú pohyb, a keď sú tieto časti poškodené, výsledkom je Parkinsonova choroba. Na liečbu Parkinsonovej choroby predpisujú lekári dopamín ako drogu, ktorá pacientovi pomáha pri ďalšom pohybe. Je teda dopamín drogou iba vtedy, keď ju vyrába farmaceutické laboratórium a nie mozog za tým istým účelom?

Samozrejme, že je drogou v jednom i v druhom prípade, bez ohľadu na to, kde sa produkuje. Pre našu tému je dôležité, že obe tieto mozgové drogy sú veľmi dôležité pre ľudskú sexualitu – aj pre pornografiu a sexuálnu závislosť. Dopamín je okrem svojej úlohy v pohybe neoddeliteľným neurotransmitterom alebo mozgovou drogou v systéme potešenia / odmeny v mozgu.

Narušenie dopamínu

Pozrime sa na niektoré dôležité komponenty systému odmien v mozgu. Na vonkajšej strane je mozgová kôra, vrstva nervových buniek, ktoré prenášajú vedomé, vôľové myšlienky. Vpredu, nad očami, sa nachádzajú čelné laloky. Tieto oblasti sú dôležité pre úsudok, a keby bol mozog autom, čelné laloky by boli brzdami. Tieto laloky majú dôležité prepojenia s dráhami slasti, takže slasť možno ovládať.

V strede mozgu je *nucleus accumbens*. Táto oblasť veľkosti mandlí je kľúčovým centrom odmeny v podobe slasti, a keď je aktivovaná dopamínom a inými neurotransmitermi, spôsobuje to, že si odmeny ceníme a túžime po nich vo forme slasti. Dopamín je nevyhnutný na to, aby si ľudia priali a vážili primerané potešenie zo života. Bez neho by sme nemali takú motiváciu jesť, rozmnožovať sa alebo dokonca ani vyhrať hru.

To, čo spôsobuje závislosť, je nadmerné využívanie dopamínového systému odmeňovania. Keď sa dráhy používajú kompulzívne, dochádza k zhoršeniu kvality, čo má za následok zníženie množstva dopamínu v oblastiach slasti a samotné dopamínové bunky začínajú atrofovať alebo sa scvrkávajú. Bunky odmeny v *nucleus accumbens* sú teraz hladné po dopamíne a nachádzajú sa v stave dopamínovej túžby, pretože dochádza aj k degradácii dopamínových receptorov na bunkách slasti. Toto resetovanie „termostatu slasti“ vedie k „novému normálu“. V tomto stave návyku musí človek zvýšiť hladinu dopamínu, aby sa cítil normálne.

Keďže desenzibilizácia obvodov odmeňovania pokračuje, na zvýšenie dopamínu sú potrebné stále silnejšie a silnejšie podnety. V prípade drogovej závislosti musí závislá osoba zvýšiť množstvo drogy, aby dosiahla rovnaké opojenie. V prípade závislosti od pornografie sú na stimuláciu osoby potrebné postupne

šokujúcejšie obrazy.

Poškodenie čelného laloku

Spätnou väzbou je atrofia alebo / a scvrkávanie čelných lalokov. Predstavte si to ako „opotrebovanie brzdoých doštičiek“. Tento fyzický a funkčný úpadok v mozgovom centre pre úsudok spôsobuje, že sa zhoršuje schopnosť človeka v stave závislosti spracovať následky konania. Vedci zaoberajúci sa závislosťami nazvali tento stav hypofrontalitou a zaznamenali podobnosť správania sa závislých osôb so správaním pacientov s poškodením čelného laloku mozgu.

Neurochirurgovia často liečia ľudí s poškodením čelného laloku. Pacienti s týmto poškodením vykazujú správanie, ktoré nazývame syndróm čelného laloku. Po prvé, títo pacienti sú impulzívni, pretože sa bezmyšlienkovite zapájajú do činností bez ohľadu na následky. Po druhé, sú kompulzívni – fixovaní alebo zameraní na určité objekty alebo správanie a musia ich mať bez ohľadu na všetko ostatné. Po tretie, sú emočne labilní a majú náhle a nepredvídateľné zmeny nálad. Po štvrté, vykazujú zhoršený úsudok.

Kortikálna hypofrontalita alebo zmenšenie čelných lalokov spôsobuje tieto štyri prejavy správania, ktoré môžu byť dôsledkom autonehody alebo závislosti.

Štúdia o závislosti od kokaínu publikovaná v roku 2002 dokázala, že dochádza k strate objemu či k zmenšeniu niekoľkých oblastí mozgu, najmä frontálnych kontrolných oblastí. Štúdia z roku 2004 ukazuje veľmi podobné výsledky pre metamfetamín. To, že drogy poškodzujú mozog, viac-menej očakávame, takže nás výsledky týchto štúdií neprekvapujú.

Vezmime si, napríklad, prirodzenú závislosť ako je prejedanie sa, ktoré vedie k obezite. Možno vás prekvapí, že štúdia publikovaná v roku 2006 preukázala zmenšenie čelných lalokov pri obezite veľmi podobné tomu, ktoré sa zistilo v štúdiách o kokaíne a metamfetamíne. A štúdia publikovaná v roku 2007 o osobách s ťažkou sexuálnou závislosťou priniesla takmer identické výsledky ako štúdie o kokaíne, metamfetamíne a obezite. (Je povzbudzujúce, že aj dve štúdie, jedna o drogovej závislosti (metamfetamín) a jedna o prirodzenej závislosti (obezita), ukazujú, že objem čelného laloku sa po čase rekonvalescencie vracia k normálnejšiemu objemu.)

Máme teda štyri štúdie, dve štúdie o drogových závislostiach a dve štúdie o prirodzenej závislosti vypracované v rôznych akademických inštitúciách rôznymi výskumnými tímami a publikované počas piatich rokov v štyroch rôznych recenzovaných vedeckých časopisoch. A všetky štyri štúdie ukazujú, že závislosti fyzicky ovplyvňujú čelné laloky mozgu.

Závislosť je závislosť

Spomenul som, že dopamínové systémy nefungujú dobre pri závislosti, pretože sa poškodzujú. Toto poškodenie, rovnako ako poškodenie predného laloku, je možné preukázať pomocou skenov mozgu, ako sú napríklad funkčné vyšetrenia MRI, PET a SPECT. Posledné štúdie skenovania mozgu nepreukázali iba abnormality v prípadoch závislosti od kokaínu, ale aj v prípadoch patologického hráčstva a prejedania sa, ktoré vedú k obezite.

Takže objektívna veda nám hovorí o prítomnosti závislosti vtedy, keď napriek nepriaznivým následkom pretrvávajú deštruktívne správanie. Ako sa uvádza v časopise *Science*, „*pokiaľ ide o mozog, odmena je*

odmenou bez ohľadu na to, či pochádza z chemickej látky alebo zo skúsenosti“.

A čo pornografia a sexuálna závislosť? Dr. Eric Nestler, vedúci výskumu v oblasti neurovied na *Mount Cedar Sinai* v New Yorku a jeden z najuznávanejších vedcov venujúcich sa závislostiam na svete, publikoval v roku 2005 v časopise *Nature Neuroscience* príspevok s názvom *Existuje obvyklá cesta k závislosti?* V tomto dokumente uviedol, že dopamínové systémy odmeňovania sprostredkujú nielen drogovú závislosť, ale aj „*prirodzené závislosti* (tzn. nutkavé užívanie prirodzených odmien), *ako je patologické prejedanie sa, patologické hráčstvo a sexuálne závislosti*“.

Prestížna *Kráľovská spoločnosť v Londýne* (Royal Society of London), založená v 60. rokoch 16. storočia, vydáva najdlhšie pôsobiaci vedecký časopis na svete. *Philosophical Transactions of the Royal Society*. Jedno číslo venovalo 17 článkov aktuálnemu chápaniu závislosti. Je zaujímavé, že dva z článkov sa osobitne zaoberali prirodzenou závislosťou, patologickým hráčstvom (gambling) a prejedaním sa.

Zúrivé učenie sa

Dr. Robert Malenka a Julie Julie Kauerová v časopise *Nature* v roku 2007 o mechanizmoch fyzikálnych a chemických zmien, ku ktorým dochádza v mozgových bunkách závislých osôb, uviedli: „*Závislosť predstavuje patologickú, ale silnú formu učenia sa a pamäti. Tieto zmeny v mozgových bunkách dnes nazývame „dlhodobá potenciácia“ a „dlhodobá depresia“ a hovoríme o mozgu ako o plastickom, ktorý podlieha zmenám a prepájaniu.*“

Doktor Norman Doidge, neurológ z Kolumbie, vo svojej knihe *Mozog, ktorý sa sám mení*, popisuje, ako pornografia spôsobuje prepájanie nervových obvodov. Poznomenáva, že v štúdií o mužoch, ktorí sledovali internetovú pornografiu, títo chlapi vyzerali ako potkany, ktoré v experimentálnych Skinnerových boxoch stláčali páčku, aby dostali kokaín. Podobne ako závislé krysy, aj muži zúfalo hľadali ďalšiu dávku a klikali myšou presne tak, ako krysy stláčali páku.

Závislosť od pornografie je šialené učenie, a možno práve preto mnohí, ktorí bojovali s viacerými závislosťami, uvádzajú, že toto bolo pre nich najťažšie prekonať. Drogové závislosti sú síce silné, ale z hľadiska „myslenia“ pasívnejšie, zatiaľ čo sledovanie pornografie, najmä na internete, je z neurologického hľadiska oveľa aktívnejší proces. Neustále vyhľadávanie a vyhodnocovanie každého obrázka alebo videoklipu z hľadiska jeho potencie a účinnosti je cvičením v neuronálnom učení, ktoré je obmedzené iba postupne prestavovaným mozgom. Zvedavosť sa tak pretaví do nutkania a potreba väčšieho množstva dopamínu môže viesť človeka od softcore k hardcore a k detskej pornografii – ba ešte horšie. Dokument publikovaný v časopise *Journal of Family Violence* v roku 2009 odhalil, že 85 % mužov zatknutých za detskú pornografiu taktiež fyzicky zneužívalo deti.



Zdroj: PxHere.com

Odlúštená sexualita

Okrem kortikálnej hypofrontality a zníženia kvality mezolimbických dopaminergných systémov sa zdá, že v pornografii a sexuálnej závislosti je dôležitý tretí prvok. Oxytocín a vazopresín sú dôležité hormóny v mozgu z hľadiska fyzického výkonu pri sexe. Štúdie ukazujú, že oxytocín je dôležitý aj pri zvyšovaní dôvery u ľudí, v emocionálnom zbližovaní medzi sexuálnymi partnermi a v rodičovskom zväzku. Sme nastavení tak, aby sme sa viazali na objekt našej sexuality.

Je dobré, keď k takémuto spojeniu dochádza v manželskom vzťahu, ale má to aj svoju temnú stránku. Ak k sexuálnemu uspokojeniu dochádza v súvislosti s používaním pornografie, môže to viesť k vytvoreniu akejsi virtuálnej milenky. Dr. Victor Cline vo svojej eseji Účinky pornografie na dospelého a dieťa popisuje tento proces nasledovne:

„Podľa mojich skúseností sexuálneho terapeuta hrozí každému, kto pravidelne masturbuje pri pornografii, že sa časom stane sexuálne závislý, ako aj to, že bude inklinovať k sexuálnej úchylke resp. naruší vzťah s manželkou či priateľkou.“

Častým vedľajším účinkom je aj to, že výrazne znižuje schopnosť milovať (napr. vedie k výraznému oddeleniu sexu od priateľstva, náklonnosti, starostlivosti a iných normálnych zdravých emócií a vlastností, ktoré pomáhajú manželskému vzťahu). Ich sexuálna stránka sa v istom zmysle odlúštila. U mnohých z nich sa vyvinie „stav cudzieho ega“ (alebo temná stránka), ktorého jadrom je antisociálna žiadostivosť zbavená väčšiny hodnôt.

Časom sa „opojenie“ získané masturbáciou a pornografiou stáva dôležitejšie než vzťahy v reálnom živote...

Proces masturbačnej závislosti je neúprosný a spontánne človeka neopustí. Priebeh tohto ochorenia môže byť pomalý a je takmer vždy skrytý pred očami. Zvyčajne je to tajná súčasť života muža a podobne ako rakovina, sa neustále rozrástá a šíri. Málokedy sa sama vráti do pôvodného stavu a je tiež veľmi ťažké ju liečiť a vyliečiť. Popieranie zo strany závislého muža a odmietanie riešiť problém je typické a predvídateľné a takmer vždy vedie k disharmónii manželov alebo páru, niekedy k rozvodu a niekedy k rozpadu iných intímnych vzťahov.

Dr. Doidge poznamenáva: *„Pornografi sľubujú zdravé potešenie a uvoľnenie od sexuálneho napätia, ale často prinášajú závislosť a nakoniec aj pokles z potešenia. Paradoxne, pacienti, s ktorými som pracoval, často túžili po pornografii, pritom ju nemali radi.“* V knihe *Pornified* uvádza Pamela Paulová množstvo príkladov a popisuje aj osobu, ktorá sa rozhodla obmedziť používanie

pornografie, nie však z moralistického hľadiska či z hľadiska pocitu viny, ale z túžby znovu zažiť potešenie zo skutočných fyzických vzťahov so ženami.

„Pornografická impotencia“, kde muž prežíva sexualitu radšej s pornografiou než so ženou, je reálnym a čoraz častejším fenoménom. Doktorka Clineová píše, že keď sa sexuálna túžba muža takto odkloní od jeho manželky, žena to „ľahko vycíti a často sa cíti veľmi osamelá a odmietnutá“.

Článok v časopise *Journal of Sex and Marital Therapy* uvádza štúdiu, podľa ktorej veľa žien považuje pornografické aktivity svojich partnerov „za formu nevery“.

Témou, ktorá sa tiahne ich listami, je, že muž sa o najintímnejší aspekt vzťahu, sexualitu, ktorá má vyjadrovať puto lásky medzi ním a ženou a má byť obmedzená výlučne na ich vzťah, vo svojej predstavivosti delil s nespočetným množstvom cudzích žien. Prevažná väčšina žien v tejto štúdii použila slová ako „zrada“, „podvádzanie“ a „aféra“, ktorými opisujú závislosť ich partnera od pornografie.

Demografická katastrofa

Prečo je nevyhnutné pochopiť návykovú povahu pornografie? Pretože, ak sa na ňu budeme pozeráť iba ako na zlozvyk a neposkytneme tým, ktorí sa chcú liečiť, plnú podporu potrebnú na prekonanie závislosti, budeme ako jednotlivci aj ako spoločnosť naďalej sklamaní. Pornografia je tkanina, z ktorej je utkaná tapiséria sexuálnej tolerancie podkopávajúca základ spoločnosti. Z biologického hľadiska ničí reprodukčnú schopnosť populácie. Je to demografická katastrofa.

Autor Tom Wolfe povedal: „Čím viac pornografie, tým menej pôrodov.“ Je to pravda? V 50. rokoch mala každá krajina v Európskej únii mieru pôrodnosti vyššiu ako 2,1 potrebnú na udržanie populácie. V súčasnosti žiadna z nich nie je udržateľná a viaceré sú na úrovni 1,3 alebo blízko úrovne nazývanej „veľmi nízka plodnosť“, z ktorej je prakticky nemožné sa dostať. Tento úpadok sa začal koncom 60. a začiatkom 70. rokov, čo presne korešponduje s nástupom sexuálnej revolúcie. Existuje priama súvislosť medzi rastúcou kultúrnou dominanciou sexuálnej revolúcie a klesajúcou pôrodnosťou, a hoci príčinnú súvislosť nemožno dokázať, výrazne ju podporuje feromónový účinok pornografie.

Demografický pokles je samozrejme viacfaktorový. Urbanizácia, zamestnané ženy, prispôsobenie rodových rolí a dokonca aj predĺženie strednej dĺžky života sú dôležitými faktormi obrátených pyramíd populácie. Ale prvotné alebo biologické faktory ľudskej sexuality a stability rodiny sú primárne a podľa môjho názoru neboli primerane zohľadnené.

V roku 1934 cambridgský antropológ Dr. JD Unwin publikoval knihu *Sex a kultúra*. Skúmal v nej 86 kultúr v rozmedzí päťtisíc rokov, pokiaľ ide o účinky sexuálnej zdržanlivosti. Jeho pohľad bol prísne sekulárny a jeho zistenia neboli založené na moralistických dogmách. **Jednoznačne zistil, že kultúry, ktoré praktizovali prísnu monogamiu v manželských vzťahoch, vykazovali to, čo nazval tvorivou sociálnou energiou, a dosahovali zenit produkcie.** Kultúry, ktoré nijako neobmedzovali sexualitu, bez výnimky upadali do priemernosti a chaosu. V publikácii *Houposia, Sexuálne a ekonomické základy novej spoločnosti*, publikovanej posmrtno, to zhrnul nasledovne:

„V ľudských záznamoch neexistuje prípad spoločnosti, ktorá by si zachovala svoju energiu po tom, čo nová generácia zdedila tradíciu, ktorá netrvala na predmanželskej a postmanželskej zdržanlivosti... Je dokázané, že v minulosti, keď nejaká politická trieda nadobudla politicky

dominantné postavenie, bolo to vďaka svojej veľkej energii a tomu, že v období jej vzostupu boli jej sexuálne zásady vždy prísne. Udržala si svoju energiu a dominovala v spoločnosti, dokiaľ jej sexuálne predpisy vyžadovali predmanželskú aj postmanželskú zdržanlivosť...

Nepoznám výnimky z tohto pravidla.“

Pornografia ako plameňomet

Unwin tiež opísal tzv. dopaminergné rozptyľovanie, pri ktorom prevláda hľadanie potešenia a produktivita sa znižuje. Spisovateľ, historik a filozof Will Durant v knihe *Poučenia z histórie* napísal, že *„sex je ohnivá rieka, ktorú treba spomaliť a ochladiť stovkami zábran, ak nemá pohltiť v chaose jednotlivca aj skupinu“*.

Ak je „sex ohnivou riekou“, dopamín a iné mozgové drogy sú palivom. Na tejto energii môžeme ako astronauti z Apolla 11 vyletieť až do nebies alebo sa nechať zahltiť jej výfukovými plynmi, podľa toho, či sa nachádzame nad motormi vo veliteľskom module alebo pod nimi, a sme tak vystavení teplu. Dr. Henry A. Bowman povedal: *„Skutočne inteligentný človek nepodpáli katedrálu, aby si upražil vajíčko, ani keby bol neviem ako pažravý“*, napriek tomu plameňomet pornografie dnes spaľuje mnohé katedrály manželskej, rodičovskej a rodinnej lásky.

Oceňujem pokračujúce úsilie o posilnenie zákonov, ale v súčasnom právnom a spoločenskom prostredí sa nemôžeme spoliehať na vládu. Musíme počítať s tým, že pornografia nejakým spôsobom ovplyvní prakticky každú rodinu. Dr. Jason Carroll a jeho kolegovia publikovali v časopise *Journal of Adolescent Research* často citovaný príspevok, ktorý objasňuje rozsah tohto problému. Podľa tohto článku, v ktorom sa skúmali údaje z piatich univerzít, sa na pornografiu pozerá 87 % mužov a 31 % žien. Tieto údaje prekračujú všetky náboženské, vzdelávacie a sociálne bariéry.

Pornografia sa stala miestom sexuálnej výchovy pre väčšinu budúcej generácie, internetovým obchodom s cukrovinkami a učí, že sex je fyzicky a emocionálne neškodný bez negatívnych následkov. Muži a ženy sú iba vizuálnymi drogami, ktoré treba po použití zahodiť, a sex slúži výlučne na osobné potešenie.

Pomoc pre uzdravenie

Popis závislosti od pornografie u dospelých od Dr. Johna Marka Chaneyho platí aj pre dospelých:

„Odborníci niekedy nechápu silu kompulzívneho nutkania, ktorému mladí ľudia čelia, a nezriedka odborníci na školách, v náboženských inštitúciách alebo súkromnom sektore presadzujú jednoduchý plán liečby založený na sile vôle alebo morálnom charaktere. Keďže pornografia môže byť závislosťou, tieto prístupy typu „jednoducho povedz nie“ pravdepodobne spôsobia iba väčšiu frustráciu a sebazničujúce myšlienky... Intervencia a spôsob liečby musia uznať tento problém ako úplnú závislosť a zaobchádzať s ňou rovnako, ako s alkoholom alebo chemickými látkami.“

Pokiaľ ide o liečbu, Dr Victor Cline hovorí:

„Zistil som štyri hlavné faktory, ktoré sú najlepším predpokladom pre vyliečenie. Po prvé, jednotlivec musí byť osobne motivovaný zbaviť sa svojej závislosti a ochotný urobiť všetko pre dosiahnutie úspechu. Nikdy nemôžete človeka prinútiť, aby sa uzdravil, ak nechce... Po druhé, je potrebné vytvoriť bezpečné prostredie, ktoré výrazne obmedzí prístup k pornu a iným sexuálnym spúšťačom... Po tretie, mal by sa pridať k dvanásťkrokovej podpornej skupine. Po

štvrté, jednotlivci si musí vybrať poradcu / terapeuta, ktorý má špeciálny výcvik a úspech v liečbe sexuálnych závislostí.“

S pochopením oslovme tých, ktorí už uviazli v pasci a žijú v hanbe a utajení. Hanobenie ich nevylieči. Ako povedal Jeffery R. Holland, keď bol rektorom Univerzity Brigham Younga: *„Keď sa unavený a vyčerpaný plavec statočne snaží dostať späť na breh po tom, čo bojoval so silným vetrom a rozbúrenými vlnami, do ktorých však vôbec nemal liezť, tí z nás, ktorí možno mali viac rozumu alebo možno iba viac šťastia, by ho nemali biť veslami a strkať mu hlavu späť pod vodu.“*

Nevylieči ich ani sekulárna filozofia a vláda ich nezachráni. Krok 2 programu Dvanástich krokov pre sexuálne závislých hovorí, že vyliečení *„uverili, že Moc, ktorá je väčšia ako oni sami, im môže prinavrátiť zdravie“*. Je zaujímavé, že štúdie lektorované odborníkmi (peer-reviewed) potvrdzujú úspešnosť programov *Twelve-Step*, ktoré sú založené na pomoci Vyššej moci.

Unwinov výskum zo sekulárnej perspektívy skutočne preukázal, že všetky skúmané vyspelé spoločnosti na svojom kultúrnom vrchole stavali chrámy bohom, ktorých uctievali. Práve keď podriadili svetské posvätnému, dosiahli vrchol v sebakontrolu. Will Durant, ktorý sám seba označil za agnostika, taktiež dospel k záveru, že **„neexistuje morálna náhrada“ za náboženstvo.**

Pustiť sa do boja

Pornografia je droga, ktorá vytvára návykovú neurochemickú pascu.

Aj keď musíme naďalej bojovať za dobrú vec z právneho a spoločenského hľadiska, jedinou obranou už nie je vyhýbanie sa. Pornografia chce nielen vás, chce vášho manžela alebo manželku, vášho syna a dcéru, vaše vnúčatá a vašich svokrovcov. Nežije sa s ňou dobre a nie je ľahké sa jej zbaviť. Je to krutý pán, ktorý hľadá ďalších otrokov.

Zdroj: Salvomag.com

URL adresa článku: <https://christianitas.sk/ako-pornografia-a-drogy-menia-mozog-cloveka/>