

Ce implică schimbarea?

Este foarte important să ai așteptări realiste despre ieșirea din homosexualitate. Uneori oamenii cred că dacă se roagă suficient sau dacă își doresc destul de mult, homosexualitatea lor va dispărea pur și simplu. Este o așteptare nerealistă. Schimbările în domeniul orientării sexuale au loc ca urmare a unui proces care implică de obicei un efort personal deosebit.

Imaginează-ți că vrei o grădină de legume. Te-ai putea ruga ani de zile ca Dumnezeu să facă legumele să crească în curtea ta din spate. Când nu se va întâmpla nimic, te-ai putea chiar hotărî să fii supărat pe Dumnezeu pentru că nu ți-a auzit rugăciunile. Totuși, realitatea este că în timp ce Dumnezeu poate face ca legumele să crească, noi trebuie să pregătim solul, să plantăm semințele, să udăm și să plivim, și să facem și alte lucrări. Aceasta asigură cea mai bună șansă ca să existe o abundență de legume de cules. În același fel, oamenii care vor să experimenteze schimbarea în sexualitatea lor, trebuie să muncească mult ca parte a acestui proces. Dumnezeu desigur Își face Lucrarea Lui, și prin Duhul Lui împlinește lucruri pe care nu le putem face noi înșine, dar noi trebuie să pregătim locul în viețile noastre și să cooperăm cu ceea ce vrea Dumnezeu să facă.

Cât de mult durează procesul schimbării de la homosexualitate la heterosexuality depinde de un număr de factori. Aceștia includ:

1. Problemele de bază care sunt implicate. Cu cât factorii de bază implicați în atracția unei persoane față de același sex sunt mai dificili și mai complecși, cu atât procesul schimbării poate lua mai mult. De exemplu procesul poate dura mai mult pentru o persoană care a experimentat un abuz sexual sever în copilărie, decât pentru cineva care a experimentat un abuz sexual ușor.

2. Cât sprijin are o persoană. Cu cât o persoană apelează la lucruri care o ajută mai mult, cu atât progresul pe care se poate aștepta să-l facă este mai bun. De exemplu o femeie care frecventează doar grupul de sprijin, este mai probabil să facă un progres mai lent decât o altă femeie, care participă de asemenea la consilierea individuală, este implicată în părtășia bisericii și are prieteni cu care poate împărtăși ce se întâmplă în viața ei.

3. Abilitatea și bunăvoința de a înfrunta problemele personale dificile. Cum procesul schimbării implică înfruntarea problemelor personale dificile și durerea legată de aceste probleme, abilitatea și bunăvoința unei persoane

de a înfrunta aceste lucruri va afecta rata progresului său. Legată de bunăvoință este întrebarea dacă o persoană vrea cu adevărat să se schimbe.

Nu este neobișnuit ca procesul schimbării să ia 5-10 ani. Acesta nu este un motiv de disperare. O ușurare semnificativă a intensității sentimentelor homosexuale poate de asemenea să vină mult mai repede. Dacă Dumnezeu este parte a procesului, El va umbla cu tine, te va proteja, îți va călăuzi pașii și va face ca lumina Lui să strălucească în întuneric. Amintește-ți că scopul final în viață nu este heterosexuality versus homosexualitate, ci să-L urmezi pe Dumnezeu și să-ți dai viața Lui.

Există vreoa garanție că aceasta va funcționa?

Ca în cazul oricăror probleme personale profunde pe care o persoană poate să vrea să le schimbe, nu există rezultate garantate. Nimeni nu-ți poate promite că în atâția sau atâția ani, vei experimenta o schimbare completă a orientării sexuale. Mulți oameni experimentează o schimbare completă a orientării sexuale. Unde înainte erau atrași numai de același sex, acum sunt atrași numai de sexul opus. Alți oameni experimentează un progres semnificativ către acea țintă. Pot să fie acum deplin atrași de sexul opus și să fie gata pentru căsătorie, rămânând cu foarte puțină atracție față de același sex. Pentru alții, poate exista o mare schimbare în atracția lor față de sexul opus, fără nicio schimbare în atracția lor față de același sex. Iar alții pot deveni capabili să facă alegeri sănătoase în ceea ce privește comportamentul lor, și totuși să descopere că atracția și dorințele lor rămân aceleași. Când doi oameni se confruntă cu aceeași problemă, este normal să aștepte rezultate diferite. Așa că schimbarea are loc, dar nu putem garanta măsura sau viteza cu care are loc schimbarea.

Cel mai bun fundament pentru a porni pe drumul schimbării

1. Viața este mai mare decât orientarea sexuală. Nu lăsa ca dorința ta de a părăsi homosexualitatea să devină ținta principală a vieții tale. Nu deveni obsedat de schimbare, și acesta este un lucru nesănătos.

2. Dumnezeu te iubește și te acceptă așa cum ești astăzi. Ceea ce gândești, simți și faci, poate desigur să

articole

afecteze percepția și experimentarea de către tine a dragostei Sale, dar dragostea Lui pentru tine nu este condiționată de ceva ce gândești, simți sau faci. Nu e nevoie să te schimbi mai întâi, sau să fii perfect, sau să te îndrepti, pentru ca Dumnezeu să te iubească.

Uneori suntem ispitiți să mergem la una dintre cele două extreme. Prima extremă spune că Dumnezeu iubește pe toată lumea în afară de mine – eu nu sunt destul de bun. Aceasta este pur și simplu o minciună. Nimeni nu este „destul de bun” pentru ca Dumnezeu să-l iubească, totuși, pentru că Dumnezeu ne-a creat, ne iubește pe fiecare dintre noi. Biblia spune: „pe când eram noi încă păcătoși, Hristos a murit pentru noi...” (Romani 5:8). Dumnezeu ne iubește în zdrobirea și păcătoșenia noastră. A ne duce la cealaltă extremă de a spune că Dumnezeu mă iubește exact așa cum sunt, și prin urmare nu trebuie să mă deschid schimbării pe care El vrea să o aducă în viața mea, iar nu este adevărat. Dumnezeu ne iubește așa cum suntem, dar ne iubește prea mult ca să ne lase așa. El vrea să ne aducă la plinătate și la o înțelegere și mai mare a ceea ce înseamnă să fii fiul sau fiica Lui.

Parte a faptului de a cunoaște că Dumnezeu ne iubește cu adevărat și ne acceptă, este să ajungem să ne iubim și să ne acceptăm așa cum suntem astăzi. Avem nevoie să acceptăm partea din noi înșine care experimentează atracție față de același sex, și să lucrăm pentru a împlini nevoile legitime și pentru a rezolva rănilor care au dus la o asemenea atracție.

3. Nu trebuie să te identifici după orientarea sexuală. Dintr-o perspectivă creștină, identitatea de bază a unei persoane este cea de copil mult iubit al lui Dumnezeu. Aceasta este ceea ce ești cu adevărat, fie că știi sau nu în acest punct. Nu trebuie să folosești o etichetă precum gay sau lesbiană. În loc de a spune: „așa sunt eu”, poți descrie ceea ce simți sau experimentezi printr-o afirmație simplă precum: „Mă confrunt cu sentimente homosexuale;” „Sunt atras de alți bărbați / femei,” sau „Experimentez atracție față de același sex.”

În special când procesul schimbării este descurajator, și uneori va fi, este important să-ți amintești că aparținem lui Dumnezeu și că nimic nu ne poate despărți de El. Această realitate ne poate ajuta să păstrăm o perspectivă corectă și ne poate face să ne concentrăm asupra bunătății și dragostei lui Dumnezeu față de noi, și a credințioșiei Lui în toate circumstanțele.

Pentru mulți oameni, schimbarea are loc când facem efectiv două lucruri:

1. Avem nevoie să ne ocupăm de problemele de bază ale atracției homosexuale. Acestea sunt evenimente și dinamici negative și care ne afectează, din copilărie, precum abuzul sexual, respingerea, lipsurile în relația cu părinții noștri, rușinea, etc. În timp ce nu putem schimba ce s-a întâmplat, putem schimba cum ne afectează acestea astăzi și cum înțelegem ceea ce s-a întâmplat.

2. Când sunt implicate probleme de bază, avem nevoie de asemenea să nimicim modelele nesănătoase ale trăirii și gândirii și să învățăm în schimb unele noi.

Procesul schimbării

1. Procesul schimbării este în același timp diferit și la fel pentru toată lumea. Fiecare persoană are personalitate, istorie personală, sistem de sprijin unice, și așa mai departe. În același timp, sunt multe fire comune în procesul de schimbare al celor mai mulți oameni. Abuzul sexual în copilărie sau probleme cu tatăl sau cu mama sunt două surse comune la care mulți bărbați și femei trebuie să lucreze. Un sentiment de a fi „diferit” și de a accepta etichetele pe care colegii le pun pe această diferență este de asemenea o poveste comună.

2. Schimbarea are loc în trei domenii, comportament, fantezie și atracție. Cum schimbarea este un proces, este important de înțeles că schimbarea dintr-un domeniu se poate întâmpla mai devreme decât schimbarea dintr-un alt domeniu. În timp ce putem face schimbări cu privire la ceea ce facem și la ceea ce gândim, avem mai puțin control asupra sentimentelor și atracțiilor. Nu fi descurajat dacă un domeniu începe să se schimbe și altul nu – este normal.

3. Lucrurile devin mai rele înainte de a deveni mai bune. Când începem să lucrăm cu problemele dificile din trecut, deseori există multă durere de înfruntat. Lucrurile pot părea mai rele pur și simplu pentru că începem să facem față problemelor din trecut, care înainte au fost ignorate sau negate.

Dumnezeu este credincios ca să ne îndrume la oamenii potriviți, la biserică, prieteni, resurse și alte lucruri de care avem nevoie în această călătorie. Și mai mult decât orice, El Însuși merge cu noi!

Acest articol face parte din articolul „Ieșirea: unele lucruri pe care ar trebui să le știi despre ieșirea din homosexualitate” apărut la „Noua Direcție Pentru Viață” a Misiunilor din Canada. Folosit cu permisiune.