



# Polução Noturna

## A Polução Noturna é Pecado?

Vamos entender um pouco a respeito deste fenômeno fisiológico que pode acontecer durante o sono com qualquer pessoa, que seja do sexo masculino ou feminino.

Polução Noturna é uma ejaculação involuntária que ocorre durante o sono. Apesar de ser mais comum entre os 12 e 25 anos de idade, a polução noturna pode acontecer também com homens casados e com vida sexual estável. As mulheres também apresentam excitação e lubrificação vaginal até mesmo orgasmo durante o sono. Só que no caso delas pode ser desencadeado por pensamentos ligados a sexualidade durante o dia.

A polução noturna acontece quando dormimos e estamos em um estado de inconsciência; de maneira que pode ocorrer um sonho erótico ou não, para o desenrolar o referido acontecimento. Então, não é pecado, desde que não tenhamos alimentado a nossa mente durante o dia com filmes pornográficos, revistas e pensamentos, o que fomenta uma oportunidade para que venha o orgasmo.

Uma particularidade no sexo masculino, é que o homem pode ter até cinco ereções durante a noite quando dorme; isso sem a menor conotação sexual. É uma reação normal do organismo.

Se o sonho foi espontâneo, não procedendo de nenhuma estimulação sexual erótica, está tudo bem. Sabendo que o que se faz dormindo, não acontece com plena liberdade; de maneira que não pode ser considerado uma transgressão a Palavra de Deus. Notoriamente, quando dormimos o nosso corpo continua funcionando, ficando sensível aos reflexos da mente, e na maioria das vezes é provocado sensações inusitadas.

Vejamos um versículo que mostra um pessoa em estado de consciência.

### **Atos 24:16**

**Por esse motivo, busco sempre manter minha consciência limpa e na presença de Deus e dos homens.**

Em outro caso, encontramos o Salmista pedindo perdão, caso tenha acontecido algum pecado oculto.

## **Salmos 19:12**

### **Quem pode entender os seus erros? Expurga-me tu dos que me são ocultos.**

A poluição noturna é um processo fisiológico que não tem como parar ou até mesmo controlar, porque é algo que está fora do domínio humano, tendo em vista que ocorre durante o sono R.E.M (Rapid Eye Movement (“movimento rápido dos olhos”), É a fase do sono na qual ocorrem os sonhos mais vívidos.

durante esta fase, os olhos movem-se rapidamente e a atividade cerebral é similar àquela que se passa nas horas em que se está acordado.

Quanto estamos nesse estágio do sono (R.E.M), ficamos relaxados, livres das sensações do estado de consciência, de censura e tabus. Então o subconsciente traz à tona “Fantasias Sexuais”, que não podem serem bloqueadas; diferente de quando está acordado em que não tem a coragem de pensar com medo de pecar.

Os sexólogos mostram que as mulheres estão mais propícias a essas fantasias, uma vez que no casos delas o orgasmos, é mais intenso que uma boa parte das relações sexuais que acontecem no estado de consciência; exatamente porque na hora do poluição noturna, não existe bloqueio ou tabu; e ao mesmo tempo as mulheres temem confessar aos seus parceiros as suas profundas fantasias, por receio de serem retalhadas o mal entendidas.

Sonhar não é problema; mas o perigo acontece quando as pessoas que são acometidas pelo processo fisiológico de Poluição Noturna, alimentam esses pensamentos passando todo o dia e até semanas abrasados(as), sexualmente; abrindo portas para a infidelidade conjugal, e no caso dos solteiros cedendo as fornicações, e tornando-se inveterados masturbadores.

Devemos entender que somos templo do Espírito Santo, e as coisas que acontece naturalmente devem serem respeitadas, porque foi Deus quem colocou em nossos corpos. Todavia devemos vigiar e orar para nunca nos induzir a encher-se de pornografia, porque isso é letal.

## **I Coríntios 3:16**

### **Não sabeis vós que sois o templo de Deus e que o Espírito de Deus habita em vós?**

Outra particularidade que não podemos deixar de mencionar é a respeito dos cônjuges, que mesmo estando em união estável e respeitando-se reciprocamente; esse grupo não fica de fora, embora nessa fase da vida o sexo esteja equilibrado. Mas não podemos ignorar que em um momento pode acontecer a enfermidade de um dos dois; ou uma viagem que resultará na ausência do esposo(a). Tendo em vista a abstinência sexual, poderá acontecer o

aumento da libido, acumulando hormônios, que acarretará ou não a poluição noturna.

Caso aconteça essa reação fisiológica, certamente não estará configurado uma infidelidade conjugal; a menos que um dos dois passe o dia mentalizando uma relação sexual fora do casamento com aquela mulher linda do hotel (para o homem); o desejo pelo rapaz que sentiu-se atraída (para mulher). Como falamos no início do nosso estudo; que se o sonho aconteceu naturalmente no estado de inconsciência, não existe motivo para ficar preocupado(a).

Por fim temos a obrigação de amadurecer espiritualmente para enfrentar o grande desafio do XXI; que é lutar contra a nossa natureza carnal, repelindo toda a imoralidade é o que é indecoroso diante de Deus; aprender a conviver com essa barreira que está posta diante dos nossos cinco sentidos (visão, audição, olfato, tato e paladar), em particular a visão e audição que sofre grande ataque das pornografias, que são postas na televisão, rede social, propagandas nas ruas e todos os meios que são oferecidos nessa nova era.

Somente a Palavra de Deus, mediante a nossa leitura diária na Bíblia Sagrada, nos outorgará a vitória final.

Que o Senhor vos abençoe rica e abundantemente.

Pastor Robson Colaço de Lucena  
Terapeuta Sexólogo  
Projeto Terapia no Amor – Digital  
Clínica da Alma  
<https://terapianoamor.com.br>