

LMM

Fundamenty Rodziny

ISSN 1234 – 8112

Nieporozumienia i fakty

Włodzimierz Fijałkowski

Dodatkowe jajczkowanie

U podłoża fałszywego mniemania, że w ciągu jednego cyklu może dojść po kilku – kilkunastu dniach do następnego jajczkowania, znajduje się banalna niezajomość cyklu kobiecego. Cykl nie dzieli się na dwie połowy, lecz na dwie części, z których pierwsza podlegać może nawet znacznej zmienności co do czasu trwania. Jajczkowanie ma miejsce nie w połowie cyklu, lecz na przełomie pierwszej – przedowulacyjnej i drugiej – poowulacyjnej fazy cyklu. Stałość drugiej fazy wiąże się z funkcją ciała żółtego powstałego w obrębie pękniętego pęcherzyka w jajniku. Kadencja owego gruczołu wydzielającego progesteron trwa ok. 14 dni.

Pierwsza faza cyklu u znacznej części kobiet trwa również ok. 14 dni, gdyż przeciętna długość cyklu wynosi ok. 28 dni. Jednakże niewielki odsetek kobiet obserwuje u siebie wydłużenie się czasu od wystąpienia miesiączki do przełomu cyklu. Rzadziej wchodzi w grę niewielkie skrócenie tej fazy. Wówczas cykl trwa na przykład 24 dni. Wydłużanie się fazy przedowulacyjnej nie ma określonych granic. Mogę przytoczyć konkretne dane od kobiety prowadzącej systematyczne obserwacje śluzu i temperatury w ciągu 25 lat: od urodzenia pierwszego dziecka. Najdłuższy cykl trwał 117 dni, przełom jajczkowania nastąpił w 103 dniu. Poczęcie drugiego dziecka miało miejsce w 63 dniu

cyklu, trzeciego – w 45 dniu. Do historii należą przeżycia tej kobiety. Usiłowano wywołać przedwczesny poród, rozumując w typowy sposób: nie dość, że dziecko małe, to w dodatku jest to ciąża przenoszona. Kobieta, mająca wykształcenie podstawowe, ale dobrą znajomość cyklu, nie mogła porozumieć się z lekarzem, który był biegłym chirurgiem w zakresie ginekologii, ale nie potrafił wyzwolić się ze schematu, że jajczkowanie następuje w 14 dniu cyklu (= w połowie jego trwania). W danym przypadku nie kierował się nawet mitem dodatkowego jajczkowania, ale trzymał się sztywno wyobrażenia, że cykl musi trwać 28 dni, ewentualnie z niewielkimi odchyleniami, które nie wymagają uwzględnienia w ustalaniu terminu porodu.

Rzecz zdumiewająca! Otóż do dnia dzisiejszego wszystkie komputery na świecie są nastawione na liczenie tygodni trwania ciąży od daty ostatniej miesiączki. Pomiar ultrasonograficzny wykonany w 14 tygodniu podaje z dokładnością do pół tygodnia czas trwania ciąży. Jest to istotnie ogromna dokładność, sprawdzająca się jednak tylko u osób, których cykl liczy ok. 28 dni. A co warta jest ta dokładność u wspomnianej kobiety, u której odstęp czasu od daty miesiączki do daty poczęcia dziecka nie chciał się dostosować do przyjętego schematu i zamiast 14 dni wyniósł 63 lub w następnej ciąży 45 dni?

Najczęściej stosowanym argumentem jest powoływanie się na relację jakiejś kobiety, u której było tylko jednorazowe współżycie na 3 dni przed miesiączką. Oczywiście musiało wtedy być dodatkowe jajczkowanie. O naiwności takiego rozumowania świadczy fakt, że zarodek zagnieźdża się w błonie śluzowej macicy w 6–8 dni od poczęcia. Wtedy to błona ta jest maksymalnie rozpulchniona i przygotowana do przyjęcia zarodka. Wystarczy odrobina wyobraźni, by uzmysłowić sobie, że według rozumowania owej kobiety ów zarodek zjawiłby się w jamie macicy pod koniec złuszczenia się błony.

*Dokończenie na s. 4***UWAGA, UWAGA!**

Liga Małżeństwo Małżeństwu rozpoczyna nowy cykl szkoleniowy dla kandydatów na nauczycieli metod naturalnego planowania rodziny. Zapraszamy małżeństwa, które chciałyby dzielić się z innymi swoją wiedzą i świadectwem życia. Proponujemy fachowe szkolenie, a po jego ukończeniu zapewniamy komplet materiałów do prowadzenia kursów. Zgłoszenia prosimy wysłać na adres podany na s. 19.

Pytaj - odpowiemy

◆ *Moje dziecko ma 7-tygodni i się nie wypróżnia. Jest karmione piersią i dostaje trzy razy dziennie Plantex. Mija szósty dzień. Co robić?*

Jeśli do tej pory wszystko było w porządku, to należy spokojnie czekać na wypróżnienie, karmiąc wyłącznie piersią! Jest to dość charakterystyczny moment, gdy zmienia się nieco skład pokarmu i dziecko przechodzi na swój własny, całkiem nowy rytm wypróżnień. może to być np. jeden raz na trzy dni. Ta zmiana jest często poprzedzona kilkoma dniami bez stolca. Można też skontrolować wagę dziecka, bo jeśli na przykład jest dopajane, to być może otrzymuje za mało pokarmu - wtedy też objawem jest brak stolca. □

(M. Gugulska)

◆ *W 1998 roku urodziłam córeczkę, karmiłam ją piersią przez cztery miesiące. Potem musiałam przestać z powodu kuracji silnym lekiem (sole złota), ponieważ jestem chora na RZS i choroba znacznie się zaostrzyła po porodzie. Dostałam trzy zastrzyki na osuszenie pokarmu, jednak do tej pory mam pokarm (to już ponad rok od zastrzyków). Mój problem polega na tym, że mam regularne okresy (28 - 29 dni), przy czym szczyt śluzu przypada prawie zawsze na 12 lub 13 dzień, jednak nie ma wzrostu temperatury albo też następuje wzrost przez jeden dzień, a później spada. Przeprowadziłam badania na poziom progesteronu i wynik nie mieścił się w normie (675; norma 72-511). Czy jest możliwe, że do tej pory nie powróciło jajczkowanie? Czy jest możliwe wystąpienie jajczkowania bez objawu śluzu, tzn. przy jego braku?*

Hiperprolaktynemia, bo tak nazywa się zaburzenie hormonalne, na które pani cierpi, jest uleczalna. Często wiąże się różne choroby z ciążą lub karmieniem, bo jest to duży przełom w naszym życiu. Wiele kobiet powie:

po ciąży ściemniały mi włosy, po ciąży dostałam nadciśnienia itp. A tak naprawdę pewne procesy, choroby bieżą własnym trybem - ciąża może jedynie coś odkryć, bo jest wprawdzie stanem fizjologicznym, ale obciąża organizm i to, co funkcjonowało słabo, właśnie w tym czasie może przestać funkcjonować prawidłowo. Laktacja wygasa z momentem zaprzestania karmienia, lecz ten proces może mieć różną długość. Nie ma ssania piersi, nie ma bodźca do produkcji pokarmu. Pozostaje jeszcze nieco bodźców psychicznych, bo przecież wciąż opiekuje się pani bardzo małym dzieckiem. Mam koleżankę, która jest tak wrażliwa, że długi czas po zakończeniu laktacji, wpływ pokarmu wzbudzał płacz noworodków na oddziale, gdzie pracowała. Jeśli po tak długim czasie utrzymuje się mlekotok, nadmiar prolaktyny hamuje prawidłowy przebieg cyklu, trzeba uznać to za stan hormonalnie nieprawidłowy. jednego jest za dużo, drugiego za mało. Hiperprolaktynemię wywołują niektóre leki (może je pani bierze), wywołuje ją też przedłużony stres, różnego rodzaju schorzenia przysadki mózgowej i wiele innych. Leczy się ją po rozpoznaniu przyczyny. Najczęściej przez pewien czas podaje się bromokryptynę. Ale to już sprawa dla endokrynologa, najlepiej specjalizującego się w ginekologii. Poszukać i leczyć! □

(M. Gugulska)

◆ *Nasze trzymiesięczne dziecko ma grype jelitową. Jak ją leczyć?*

Dziecko zostało najprawdopodobniej zarażone wirusem z grupy Rota lub Adeno, bo te najczęściej w tym okresie grasują. To nie jest grypa, tylko biegunka infekcyjna. Podajemy pierś i Lakcid. Jeśli gorączka - paracetamol w czopkach, 10mg/kg masy ciała na dawkę, powtarzać dawkę co 6 godzin. Ważna jest obserwacja dziecka, bo w tym wieku odwadnia się bar-



Rys. Beata Piskór

dzo szybko i wtedy trzeba szybko nawadniać dożylnie. Może też tracić potas, więc warto, aby matka piła jedną saşetkę Kalium eff. dziennie. Jeśli następuje zmiana zachowania, podsypanie, zmniejszona aktywność, należy wezwać pediatrę domowego, który wystawi skierowanie do szpitala. □

(M. Gugulska)

◆ *Stosuję naturalną metodę planowania rodziny, korzystam z materiałów LMM. Wczoraj po mierzeniu stłukłam termometr. Był to 15 dzień mojego cyklu, niedługo (za kilka dni) będę mogła wyznaczyć przedwzrostową szóstkę, a już dzisiaj, w 16 dniu cyklu, mierzyłam nowym termometrem. Jest on identyczny jak ten stłuczony, ale to nie ten sam, prawda? Nie wiem, czy mogę dalej normalnie policzyć sobie dni czy radykalnie zwiększa się prawdopodobieństwo poczęcia w III fazie cyklu, którą mogę źle wyznaczyć. Na razie wykres temperatury jest prawie taki sam, jak poprzedni.*

Jeśli widzi Pani, że wskazania nowego termometru nie różnią się od wskazań poprzedniego, a na dodatek jest jeszcze kilka dni do wzrostu temperatury, to można polegać na tych pomiarach i ewentualnie do granicy fazy III wyznaczonej według reguły C dodać dla pewności jeden dzień. Proszę pamiętać, że dodatkowych informacji potwierdzających jajczkowanie dostarcza obserwacja śluzu, który po owulacji zmienia się w mniej płodny. □

(B. Tabor)

Nieporozumienia i fakty

Dokończenie ze s. 1

A przecież informacja o jednorazowym współżyciu na 3 dni przed miesiączką może oznaczać dla lekarza, że nastąpiło to w 25 dniu cyklu. Utrzymywanie się mitu dodatkowego jajczkowania domaga się realnej wiedzy o przebiegu cyklu.

Nieskuteczność metod ekologicznych

Zwykle mówi się o nieskuteczności „metod naturalnych”. Celowo użyłem innego określenia, aby nie mnożyć nieporozumień. W rzeczywistości nic ma metod naturalnych, istnieje natomiast naturalny rytm płodności i niepłodności wpisany w kobiecy cykl. Metody nie są tworem natury, są dziełem nauki opierającej się na spostrzeganiu i ocenie objawów występujących w naturze.

Jakie jest źródło często spotykanej opinii, że metody „naturalne” są zdrowe, ale nieskuteczne? Źródeł jest kilka. Wymienię najważniejsze:

1. błędna informacja w podręcznikach szkolnych,
2. opory wobec systematycznego prowadzenia obserwacji,
3. niedouczenie fachowego personelu medycznego,
4. dezinformacja ze strony instytucji propagujących środki i sposoby antykoncepcyjne,
5. ewentualność błędnego stosowania metody.

Ad. 1. Przytoczę fragment dotyczący obserwacji cyklu z podręczniku biologii dla klasy siódmej (mgr Wiesława Gołda i dr Jadwiga Wardas: *Biologia*, wyd. V, Warszawa 1998 – NOWA ERA): *Jajczkowanie (...) występuje mniej więcej w połowie cyklu Okres około czterech dni przed i po jajczkowaniu nazywa się okresem płodnym (...). Dokładne wyznaczenie*

okresu płodności nie jest możliwe, gdyż na przebieg owulacji wpływa wiele czynników, takich jak zmiana klimatu, stany emocjonalne, chorobowe itp. (str. 112). Okazuje się, że w tak krótkim tekście można zmieścić kilka istotnych błędów. Wymienię je:

- jajczkowanie występuje na 2 tygodnie przed końcem cyklu,
- cztery dni przed i po – jajczkowaniu są wzięte „z powietrza”,
- dlaczego „nazywa się” a nie „JEST” okresem płodności?
- nie ma ani słowa o obserwacji objawów płodności i niepłodności w cyklu, natomiast została podana sugestia, że możliwość wyznaczenia okresu płodności w cyklu jest wielce problematyczna.

Ad. 2. Rozmycie wiedzy o cyklu, podawanej już w wieku szkolnym spotyka się z propagandą łatwiejszych rozwiązań, bez „babrania się w śluzach”. W środowisku osób, które otrzymały odpowiedni przekaz od rodziców stosujących metody NPR, tego typu opory po prostu nie występują.

Ad. 3. Typowa konfrontacja: Student VI roku medycyny zgłasza się na kurs przedmałżeński w ośrodku diecezjalnym. Prosi o zaliczenie wiedzy o NPR bez uczestniczenia w zajęciach poświęconych temu problemowi. Jest zaskoczony odmową. Dopiero dłuższa rozmowa z instruktorką NPR (z zawodu matematyczką) pozwala mu uświadomić sobie, że jego wiedza o cyklu, nawet rozległa, ma poważną lukę w postaci braku odniesienia do zasad wyznaczania początku i końca cyklicznego okresu płodności.

Ad. 4. Producenci środków antykoncepcyjnych potrafią umiejętnie sprzedawać swe wytwory. Dla przykładu: firma Janssen – Cilag oferuje *Cilest* – pigułkę dla młodych kobiet. U dołu portretu urodziwej dziewczyny ważny dopisek: „antykoncepcja bez

tycia”. I tu dowiadujemy się dziś, że poprzednie generacje pigułki miały znaczące działanie androgeniczne i anaboliczne. W stosowaniu tabletki *Cilest* oba te działania są zredukowane do minimum. Marketing nie ogranicza się jednak wyłącznie do zachwalania produktów. Najczęściej pojawiają się wzmianki o trudnościach, o przeszkodzie w postaci nieregularnych cykli, wreszcie o niskiej skuteczności „metod naturalnych”. Zdjęcie sympatycznej rodziny – rodziców z małym dzieckiem zostaje zaopatrzone krótkim tekstem: „Z wyboru – nie z przypadku”. W domyśle: dziecko poczęte inaczej niż po odstawieniu pigułki jest dzieckiem zrodzonym przypadkowo.

Ad. 5. Skuteczność metod NPR zależy od trzech czynników:

- od efektywności nauczania w następstwie jakości instruktażu,
- od skuteczności samej metody ocenionej na podstawie liczby poczęć, do których dochodzi mimo przestrzegania właściwego instruktażu,
- od skuteczności jej stosowania.

Wysoką skuteczność, wynoszącą nawet powyżej 99% (wskaźnik zawodności poniżej 1 wg Pearla), osiąga się wówczas gdy ma miejsce:

- odpowiednie nauczanie,
- dokładne zrozumienie instruktażu,
- po prawna interpretacja reguł,
- niepozwalanie sobie na odstępstwa od reguł danej metody,
- pełne porozumienie między małżonkami,
- akceptacja ekologicznych podstaw w realizowaniu zamierzeń prokreacyjnych.

Potwierdzeniem wysokiej skuteczności NPR są badania amerykańskie (U.S. Dept. of Health, 1996), według których metody objawowo – termiczne stosowane przez „normalnie płodne pary, które nie poczęły dziecka w ciągu roku właściwego stosowania metody”, uzyskały wskaźnik skuteczności 99,8%, nie niższy od tabletki hormonalnej (pigułki). □

Prof. Włodzimierz Fijałkowski (Z książki „Rodzicielstwo w zgodzie z naturą”, wyd. Fundacja „Głos dla Życia”. Dziękujemy Autorowi za zgodę na przedruk)

Prawda o antykoncepcji

Kwestie zdrowotne związane z przyjmowaniem doustnych hormonalnych preparatów antykoncepcyjnych wciąż budzą wiele kontrowersji. Proponujemy więc rzetelne omówienie tego tematu, przygotowane specjalnie dla nas przez dr Ewę Ślizień – Kuczapską.

W pierwszych latach naszego stulecia stwierdzono, że obecność ciała żółtego zapobiega w okresie ciąży dalszym owulacjom. Odkrycie to dało początek szeregu badaniom, doświadczeniom i próbom stworzenia pigułki antykoncepcyjnej.

Na początku lat 60-tych w USA pojawiła się pierwsza pigułka, a wraz z nią ogromny entuzjazm dotyczący możliwości “zapanowania nad płodnością”. Antykoncepcja zaszczerpiła przekonanie, że jest możliwe współżycie seksualne bez odniesienia do płodności. Nastąpiło oddzielenie aktu płciowego od prokreacji, a życie seksualne uznano za formę dobrej “rekreacji” bez podjęcia odpowiedzialności za potomstwo.

Istotą antykoncepcji jest zniesienie fizjologicznego cyklu miesięczkowego prowadząc do zablokowania normalnych przemian z jajczkowaniem włącznie oraz wtórnego braku miesiączki w znaczeniu pozostawienia jedynie tzw. krwawień z odstawienia. Efekt ten utrzymuje się tak długo jak długo kobieta przyjmuje tabletki.

W czasie przyjmowania “pigulek” jajnik nie wykazuje aktywności folikularnej tj. dojrzewania komórek jajowych, produkuje minimalną ilość estrogenów. Krwawienie z odstawienia jest odpowiedzią narządu docelowego tj. macicy (błony śluzowej) na wycofanie hormonów egzogennych (tj. dostarczanych z zewnątrz)

Rodzaje środków

hormonalnych

Obecne na rynku światowym hormonalne środki antykoncepcyjne można podzielić na:

1. Tabletki dwuskładnikowe zawierające estrogeny i progestageny.

Tabletki dwuskładnikowe zawierają stałą proporcję pomiędzy estrogenami i progesteronem tzw. jednofazowe np. Marvelon, Mersilon, Femoden, Minulet, Cilest, Diane 35 lub dwufazowe Anteovin, i trójfazowe Tri Novum, Tri Regol, gdzie proporcje zmieniają się 2,3-krotnie w ciągu każdego 21-dniowego okresu.

2. Tabletki zawierające wyłącznie progestageny. W Polsce dostępny preparat Postinor 0,75 mg lewonorgestrelu jako tzw. antykoncepcja po stosunku, Depo – Provera (w Polsce gł. stosowany w HRT – hormonalna terapia zastępcza)

3. W latach 90-tych wprowadzono ponadto **preparaty gestagenne w iniekcjach i implantach** oraz tzw. wkładkę domaciczną z progesteronem (Mirena)

Składniki hormonalne tabletek

1. Składnik estrogeny pigulek:

Znane są dwa syntetyczne hormony etrogenowe: Etynyloestradiol i Mestranol – różnią się one od naturalnego estradiolu i muszą być traktowane jako związki o działaniu farmakologicznym. W chwili obecnej stosowany jest jedynie etynyloestradiol w dawce od 20–50 mikrogramów.

2. Składnik progestageny – to syntetyczne hormony

– Grupa 19 – nortestosteronu

– Grupa 17 – hydroksyprogesteronu

Mechanizm działania

1. Zaburzenia owulacji – hamowanie jej na poziomie ośrodkowym (podwzgórze, przysadka) i w mechanizmie obwodowym (jajnik):

– brak dojrzewania komórki jajowej (działanie estrogenne – blok wydzie-

lania FSH)

– hamowanie owulacji (działanie progestagenne – brak szczytu LH)

2. Oddziaływanie na śluz szyjkowy (działanie progestageny) – zwiększenie gęstości i nieprzepuszczalności dla plemników

3. Oddziaływanie na błonę śluzową macicy – zmiany uniemożliwiające zagnieżdżenie się zapłodnionej komórki jajowej – zarodka (efekt progestageny).

Dodatkowo dochodzi do zaburzenia czynności jajowodów – obniżenie ich kurczliwości i prędkości transportu jajowodowego dla plemników i zapłodnionej komórki jajowej poprzez zmniejszenie liczby komórek rzęskowych.

Działania ogólnoustrojowe hormonalnych tabletek antykoncepcyjnych

1. Nadciśnienie – badania wskazują, że stosowanie tabletek prowadzi do wzrostu skurczowego i rozkurczowego ciśnienia krwi. Część badań wskazuje na wzrost ryzyka choroby nadciśnieniowej u stosujących pigułki od 1,5–3 razy. Nadciśnienie pierwotne oraz zatrucie ciążowe stanowią szczególnie grupę względnych przeciw wskazań do ich stosowania.

2. Choroby naczyń – tabletki antykoncepcyjne oddziałują niekorzystnie na układ krzepnięcia (płytki krwi, czynniki krzepnięcia). W ten sposób sprzyjają ewentualnemu rozwojowi chorób:

– zatorowo–zakrzepowej

– zawałowi serca

– udarom o etiologii zakrzepowej

– udarom o etiologii krwotocznej (np. krwotok podpajęczynówkowy) zwłaszcza na sprzyjającym podłożu tj. u kobiet palących i (lub) ze zmianami miażdżycowymi w naczyniach i otyłością po 35 roku życia.

Podwyższone ryzyko choroby zatorowo – zakrzepowej występuje zwłaszcza u kobiet stosujących pigułek



Rys. Beata Fiskór

ki z dezogestrem i gestodennem (III generacja progestagenów).

Informacja ta spowodowała, że brytyjski Komitet d/s Bezpieczeństwa Leków wydał zarządzenie, że pigułki te mogą być jedynie stosowane u pacjentek, które nie tolerują innych preparatów i akceptują zwiększone ryzyko zakrzepicy! (Marvelon; Mercilon; Fermaden; Minulet).

3. Gospodarka lipidowa (główny składnik progestagenu)

– obniżenie poziomu lipoprotein o dużej gęstości (HDL-2) Uwaga! Poziom HDL-2 jest odwrotnie proporcjonalny do ryzyka chorób serca, wysokie poziomy HDL-2 wiążą się z mniejszym ryzykiem chorób serca.

4. Gospodarka węglowodanowa

DTA* wpływają na podwyższenie poziomu insuliny jak i glukozy. Dlatego uważa się, że u kobiet z grupy ryzyka cukrzycy (wywiad rodzinny cukrzyca w ciąży, urodzenie dziecka z masą ciała powyżej 4,5 kg), jak również tych już chorych decyzyja co do DTA powinna być bardziej ostrożna, lub wręcz przeciwwskazana.

Choroba nowotworowa

Rak szyjki macicy

W przeprowadzonych pod egidą WHO badaniach zaobserwowano wzrost ryzyka wystąpienia inwazyjnego raka szyjki macicy o 53% u kobiet, które stosowały DTA przez okres dłuższy niż 5 lat.

Wyniki te uzyskano po zastosowaniu 7 istotnych zmiennych włączając w to wiek rozpoczęcia współżycia i

liczbę partnerów. Wiadomo, że choroba ta związana jest z infekcją wirusową (głównie wirus brodawczaka ludzkiego – HPV). Przypuszcza się również, że długotrwałe stosowanie leków antykoncepcyjnych powoduje wzrost ryzyka rozwoju raka szyjki poprzez hamowanie odpowiedzi immunologicznej skierowanej przeciwko antygenom nowotworowym. Dlatego kobiety stosujące przez dłuższy czas doustne środki antykoncepcyjne powinny regularnie zgłaszać się na badania cytologiczne.

Rak sutka

Zapadalność na tego raka jest w ciągu całego życia wysoka 1:11! Do czynników ryzyka zaliczamy min. wczesne menarche (pierwsza miesiączka), późne urodzenie pierwszego dziecka. Laktacja, zwłaszcza przedłużona jest prawdopodobnie czynnikiem ochronnym. Pregesteron stymuluje aktywność mitotyczną nabłonka gruczołowego sutka. Część z badaczy zwraca uwagę, że stosowanie DTA zwłaszcza przez kobiety, które nie ukończyły 25 lat, jest związane z wyższym ryzykiem tej choroby (Lancet 1994). Kobiety stosujące DTA przed 20 rokiem życia przez minimum 4 lata, należą do grupy zwiększonego ryzyka. Kontrowersyjny pozostaje problem kobiet przed menopauzą w wieku 40–45 lat.

Również estrogeny mogą oddziaływać niekorzystnie, zwłaszcza u tych kobiet, które i tak są już w grupie ryzyka (choroba sutka w rodzinie).

Rak kosmówki

Część badaczy (Charing Cross Hospital w Londynie) wykazało, że stosowanie DTA przed i w toku rozpoznania tego nowotworu zwiększa dwa razy prawdopodobieństwo, że choroba będzie wymagała chemioterapii w leczeniu.

Rak pierwotny wątroby z hepatocytów

Istnieją doniesienia, że rozwój tego, choć rzadkiego nowotworu jest silnie związany ze stosowaniem DTA.

Rak błony śluzowej macicy i jajnika

Długotrwałe przyjmowanie DTA zmniejsza aktywność mitotyczną endometrium oraz dojrzewanie pęcherzyków w jajnikach co wydaje się ma związek z działaniem ochronnym przed rozwojem tych nowotworów. Na uwagę zasługuje jednak fakt, że laktacja również ma działanie ochronne w stosunku do raka jajnika, zaś nie stanowi na pewno żadnego dodatkowego zagrożenia.

Rak skóry – czerniak

Istniały sugestie, że występuje zwiększone ryzyko rozwoju tego raka. Być może DTA są kofaktorem, tj. współuczestniczą wraz z ekspozycją na promienie UV w procesie nowotworzenia.

Nowotwory niezłośliwe

Gruczolak wątroby

Ten typ łagodnego guza występuje 10 razy częściej w przypadku kobiet stosujących DTA. Zwłaszcza dotyczy to starszych kobiet stosujących tabletki o wysokich dawkach hormonów przez wiele lat.

Nienowotworowe schorzenia gruczołu sutkowego

Stwierdzono, że DTA w tych schorzeniach ma działanie ochronne, prawdopodobnie w związku z komponentą progestagenną. Dlatego też mogą być stosowane jako leki w niektórych z tych schorzeń. □ (cdn.)

Ewa Ślizień – Kuczapska

*DTA – doustne tabletki antykoncepcyjne

Ewa Ślizień – Kuczapska
zaprasza do przychodni

„Pro Familia 2000”

Warszawa

Pasaż Ursynowski 1

Pediatra, ginekolog – położnik,
internista, porady laktacyjne,
psycholog rodzinny,
porady w zakresie metod

naturalnego planowania rodziny

Tel. (0-22) 641 20 44

lub 0-501 376 996

Uczymy się Kazachstanu

Przedstawiamy kolejną relację naszego współpracownika, ks. Janusza Kalety, który od ubiegłego roku pełni funkcję Administratora Apostolskiego dla zachodniego Kazachstanu

Czas upływa szalenie szybko. Powoli zapominamy już o naszych pierwszych krokach w Atyrau. Dzisiaj coraz więcej ludzi pozna nas na ulicy. Powiększyło się grono uczących się języka niemieckiego, jakoś przebijamy się przez gąszcz tutejszych przepisów. Przygotowujemy kilka osób do chrztu, komunii św. Prawdopodobnie już w najbliższym czasie rozpoczniemy starania o rejestrację parafii. Coraz lepiej zdajemy sobie jednocześnie sprawę z tego, że jest to dopiero początek początku Kościoła na tych terenach.

Język kazachski

W Atyrau mówi się najczęściej po kazachsku. Oczywiście, wszyscy znają język rosyjski, ale spośród około dwięćdziesięciu procent mieszkańców pochodzenia kazachskiego większość bardzo nie bardzo lubi używać tego, do niedawna najważniejszego języka. W bardzo dobrym tonie jest zaproponować obcokrajowcowi zaproponować rozmowę po angielsku. Na początku niezawisłości Kazachstanu były tendencje, by całkowicie wyeliminować język rosyjski. Nie jest to łatwe, gdyż na razie nie ma np. podręczników napisanych po kazachsku, specyficzne słownictwo techniczne w wielu dziedzinach po prostu nie istnieje, urzędnikom którzy rozmawiają prywatnie po kazachsku łatwiej jest jednak na razie pisać po rosyjsku. Tendencja jest jednak jasna: w ciągu kilku następnych lat język rosyjski będzie stopniowo eliminowany z życia publicznego.

Także my staramy się opanować choćby podstawy kazachskiego. Nale-

ży on do jednej rodziny wraz z tureckim, tatarskim i kirgiskim. Istniejący alfabet składa się z 42 liter i jest oparty na grafice cyrylicy. Jest dodatkowo osiem specyficznych dla języka kazachskiego liter a i te istniejące w alfabecie rosyjskim wymawia się często inaczej. Nie jest to dla nas łatwy język. Słownictwo, aczkolwiek z wieloma zapożyczeniami z j. rosyjskiego, jest jednak w swoim rdzeniu trudne do opanowania, gardłowa wymowa sprawia wiele trudności. Gramatyka, jak twierdzą bardziej wtajemniczeni, nie należy do bardzo skomplikowanych, ma jednak swoje tajemnice. W odmianie rzeczowników jest aż osiem przypadków, końcówki poszczególnych przypadków zmieniają się w zależności od brzmienia rdzenia słowa, podobnie zresztą jak przy odmianie czasowników. Cieszy jednak każdy zrozumiany wyraz, który udaje się wyłowić z potoku szybko wypowiedzianych po kazachsku słów.

Polacy w zachodnim Kazachstanie

W Zachodnim Kazachstanie nie ma dzisiaj wielu Polaków. Po kilku tygodniach pobytu w Atyrau, wypełnionych szukaniem kontaktów z katolikami tutaj żyjącymi, trafiliśmy jednak na ślady pobytu naszych rodaków na tych terenach. Jedną z pracownic tutejszego urzędu obłasti (urzędu wojewódzkiego) zajmuje się dokumentacją naukową losów przesiedleńców i obcokrajowców na terenie przykaspijskim. Na podstawie archiwalnych dokumentów napisała ona m.in. tekst o naszym rodaku pochodzącym z Wilna, który w pionierskich czasach przemysłu naftowego na tym terenie pełnił kierownicze funkcje w Dosorze i Makacie – miejscowościach położone 100 – 150 km. od Atyrau, dawnego Gurjewa.

Michał Bogusz ukończył w 1898 r. szkołę kolejową w Wilnie, a następnie pracował na kolei w mieście Gatchyn. W 1907 r. wstąpił do Instytutu

Górnictwa w Petersburgu i po jego ukończeniu w 1913 r. został skierowany do Emby w Kazachstanie, gdzie został pomocnikiem geologa przedsiębiorstwa o nazwie “Kolchida”. W roku 1915 został pomocnikiem kierującego przedsiębiorstwem “Uralska nafta” a w 1917 r. kierownikiem przedsiębiorstwa “Emba” w którym pracował do 1 kwietnia 1921 r.

Zachowała się ankieta, która wypełniał inż. Bogusz. Na pytanie, czy chce wyjechać ze związku Radzieckiego odpowiedział, że tak, “pragnie wyjechać do Włocławka w guberni Warszawskiej”.

Ostatnie wspomnienie o Michale Boguszu pochodzi z protokołu posiedzenia zarządu przedsiębiorstw Uralo-Embskiego rejonu z 10. czerwca 1922 r. postanowiono na nim uhonorować inżyniera Bogusza, jako “rzadko spotykanego uczciwego, dokładnego i oddanego pracy człowieka, który zmarł w Baku w lutym 1922 r”. Jego imieniem został nazwany parostatek pływający po rzece Ural. Dzisiaj pewno nie pamiętają tej nazwy najstarsi mieszkańcy Atyrau. Statek inżynier Bogusz został bowiem w latach trzydziestych nazwany “Nieftjanik”.

Inżynier Bogusz, żyjąc w nadkaspjskich terenach w burzliwych czasach rewolucji i wojny domowej pozostawił po sobie wspomnienie. Zdziwiająca jest, że przedstawiciel “władzy ludowej” uhonorowali tego człowieka, który pracował i należał do poprzedniego systemu a następnie zdecydowanie chciał opuścić te tereny.

Z zachowanych wspomnień wynika, że była to bardzo wyrazista osobowość: wrażliwy, życzliwy i energiczny. 31 stycznia 1920 r., po zajęciu tych terenów przez armię czerwoną, to właśnie on, jako były główny inżynier “Towarzystwa Naftowego Braci Nobel” składał raport z Dosoru o stanie przemysłu naftowego. Bogusz informował, że w momencie wybuchu wojny z ukraińskimi Kozakami zakłady wydobywcze zostały zamknięte a zło-

za odcięte i zablokowane. Wojsko kozackie zarekwirowało zarówno paliwo, jak i wszystkie samochody, łodzie i barki, które należały do przedsiębiorstwa. Inżynier Bogusz pisze o niechlujnym użytkowaniu tych dóbr. Przy odejściu białogwardziści podjęli próbę spalenia zakładów, co się jednak nie udało. Wiadomo, że po zajęciu okręgu gurjewskiego (okolic Atyrau) przez zwolenników rewolucji w styczniu roku 1920 r. przeprowadzono nacjonalizację przemysłu naftowego w tym rejonie. Nowe władze starały się za wszelką cenę zatrzymać przynajmniej przez jakiś czas specjalistów z zakładów wydobywania ropy naftowej. Duża część z nich byli obywatele innych państw, prócz Michała Bogusza w Dosorze pracował też w charakterze mistrza wiertniczego inny Polak: Jakub Wierdak oraz Władimir Lindwał – Fin z pochodzenia, Grek: Rafael Fabiani, Jan Bott – Niemiec.

Michał Bogusz po przejściu władzy przez bolszewików pozostał w Dosorze przez kilka miesięcy. Nowym władzom dał się poznać jako człowiek dbający o dobro i bezpieczeństwo robotników. Zachowało się np. pismo z września 1920 r., w którym Bogusz domaga się, aby nowych pracowników koniecznie zapoznać maszynami, które mają obsługiwać. Niezbędne jest to zwłaszcza dlatego, że mało pozostało wykwalifikowanych pracowników, a wśród tych, którzy podjęli dopiero pracę mnożą się wypadki.

Żanna Kowżasorowa kończy swój artykuł o Michale Boguszu następującymi słowami: *W surowym warunkach klimatycznych, pokonując olbrzymie trudności pracowali wspólnie Rosjanie i przedstawiciele innych narodów, którzy w organizując badania geologiczne, budując zakładów wydobywających, przeprowadzając wiercenia przyuczali miejscowych koczowników do nowych zawodów. Szczególnie w latach dwudziestych, kiedy formowała się miejscowa kadra pracowników przemysłu naftowego duża zasługę można przypisać takim ludziom jak Michał Bogusz.* □

ks. dr Janusz Kaleta

ŚWIĘTO RODZINY

I Zjazd

Ligi Małżeństwo Małżeństwu

Augustów, 24 – 27 czerwca 2000

Zapraszamy wszystkich sympatyków LMM wraz z rodzinami do spędzenia kilku pierwszych dni wakacji wśród pięknych augustowskich jezior i lasów

W programie:

- Interesujące prelekcje
- Spotkania z autorami znanymi z "Fundamentów Rodziny" oraz z zaproszonymi gośćmi
- Warsztaty na temat naturalnego planowania rodziny, karmienia piersią, małżeństwa i wychowania dzieci

A także:

- Wycieczka kajakowa
- Ognisko

Zapewniamy:

- Noclegi w ośrodku Sióstr Urszulanek lub miejsce do rozbicia namiotu (tańszy wariant)
- Pełne wyżywienie
- Opiekę nad dziećmi (do dyspozycji przedszkole i plac zabaw)
- Radosną atmosferę

Już dziś wypełnijcie wstępny formularz zgłoszenia, naklejcie na kartkę pocztową i do 15 maja wyślijcie na adres:
LMM, Kopaliny 73, 32-720 Nowy Wiśnicz
Po jego otrzymaniu prześlemy Wam bardziej szczegółowe informacje.

**Jesteśmy zainteresowani udziałem
 w I Zjeździe Ligi Małżeństwo Małżeństwu – Augustów 2000**

Imię i nazwisko osoby zgłaszającej:

Adres:

Telefon:

Przyjedzie nas (proszę podać liczbę osób):

- dorosłych:

- dzieci:

UWAGA – DECYDUJE KOLEJNOŚĆ ZGŁOSZEŃ!



Powinność małżeńska

Agata i Krzysztof Jankowiakowie

Szukając odpowiedzi na pytanie o najlepszy czas zbliżenia małżonków, dotąd nie mówiliśmy o sytuacji, gdy nie ma zgody w tej kwestii między mężem i żoną. A przecież dzieje się tak wcale nierzadko – jedno z małżonków pragnie współżycia, a drugie się na nie nie zgadza, bądź też zgadza się niechętnie, po dłuższych namowach, dla świętego spokoju. Akt seksualny ma mieć miejsce, gdy pragną tego sami małżonkowie – powiedzieliśmy. Co jednak zrobić, gdy o zbliżeniu myśli tylko jedno z małżonków, drugie zaś ma w tej kwestii zdanie całkowicie odmienne?

To, że pragnienia małżonków w tej kwestii bywają różne, jest całkowicie naturalne. Trzeba pamiętać, że akt małżeński ma wielkie znaczenie dla każdego męża, a zarazem pragnienie współżycia budzi się u niego bardzo łatwo, niemal automatycznie. Natomiast obudzenie tego pragnienia u żony wymaga z reguły spełnienia naprawdę złożonych warunków. Miłość nie likwiduje tych różnic. Nic więc dziwnego, że małżonkowie się tutaj różnią – najczęściej jest tak, że to mąż pragnie zbliżenia i musi namawiać do tego żonę (sytuacje odwrotne również się zdarzają, ale znacznie rzadziej).

Nie można w tym momencie nie przytoczyć znanego tekstu św. Pawła na temat współżycia: *Niech mąż oddaje powinność małżeńską żonie, a żona mężowi. Żona nie może swobodnie dysponować własnym ciałem, lecz jej mąż. Podobnie i mąż nie może swobodnie dysponować własnym ciałem, lecz jego żona. Nie uchylajcie się od współżycia małżeńskiego, chyba za wspólną zgodą i tylko na pewien czas, aby poświęcić się modlitwie. Potem znowu podejmijcie współżycie, aby nie*

kusił was szatan, wykorzystując waszą niepowściągliwość (1 Kor 7,3–5).

Akt małżeński nie jest ewentualną możliwością, nie jest jakimś luksusem. Bóg nakazuje regularność w pożyciu, wzajemną dyspozycyjność seksualną. Zarówno mąż jak i żona tracą w małżeństwie prawo do swobodnego rozporządzenia swoim ciałem. Mają sobie nawzajem służyć aktem małżeńskim.

Myliłby się jednak ten, kto by sądził, że w tym miejscu dyskusja się kończy. Nie, ona się tutaj dopiero rozpoczyna.

Wokół pojęcia „obowiązek małżeński” narosły pewne nieporozumienia. Tak, współżycie seksualne jest w małżeństwie obowiązkiem. Jasno to wynika z przytoczonego cytatu. Jednak tego tekstu nie można czytać w oderwaniu od całego biblijnego przekazu o małżeństwie. Nigdy nie wolno wyrywać z kontekstu cytatów biblijnych (zresztą innych cytatów również). Pozbawiając teksty biblijne kontekstu i swobodnie nimi operując można by uzasadnić praktycznie wszystko – pamiętamy, że szatan kusząc Jezusa na pustyni też cytował Biblię, aby uzasadnić swe niegodziwości.

Mówimy o tym z takim naciskiem, gdyż właśnie przez oderwane od kontekstu cytowanie zupełnie wypaczono sens pojęcia małżeńskiego obowiązku. Co bowiem jest fundamentem małżeństwa i fundamentem pożycia seksualnego? Miłość. Życzy ktoś sobie jakiegoś cytatu biblijnego na ten temat? Proszę bardzo: *Mężowie miłujcie żony i nie bądźcie dla nich przykrymi (Kol 3,19), Mężowie, miłujcie żony, jak Chrystus umiłował Kościół i wydał zań samego siebie (Ef 5,25).*

Pojęcia obowiązku małżeńskiego

nie wolno odrywać od miłości. „Dysponowanie” ciałem współmałżonka musi być przepojone miłością, pełne prawdziwej troski o niego.

Bardzo wiele z tego wynika. Przede wszystkim to, że prawdziwa miłość znosi pojęcie praw i obowiązków. W miłości nikt nie odwołuje się do takich kategorii, tylko po prostu obdarowuje sobą współmałżonka i przyjmuje dar z jego strony. Czyż można mówić o prawach i obowiązkach tam, gdzie chodzi o dar?

Obowiązek małżeński możemy tu przyrównać do obowiązków rodzicielskich. Rodzice mają obowiązek troszczyć się o swoje dzieci, jednak należy głęboko współczuć dzieciom, którymi rodzice zajmują się tylko z tego powodu. Podobnie jest z obowiązkiem małżeńskim – oczywiście istnieje, ale chodzi o to, by małżonkowie tak się troszczyli o swoją wspólnotę małżeńską, żeby nie trzeba się było do niego odwoływać.

I tak by było najprościej i najlepiej. Tam gdzie właściwie rozwija się miłość, mówienie o obowiązkach jest niepotrzebne. Jednak miłość małżeńska bywa chora, przechodzi większe i mniejsze kryzysy. Grzech pierworodny dotknął tej sfery bardzo mocno. Dlatego niekiedy jest konieczne odwołanie się do praw i obowiązków. Refleksja nad nimi pomaga zrobić rachunek sumienia, służy odnowieniu miłości, przewyciężaniu kryzysów i pokus.

Rozważmy więc, jak pojęcie obowiązku małżeńskiego odczytywane w świetle miłości każe udzielać odpowiedzi na pytanie o to, kiedy mąż i żona mają się jednoczyć w akcie małżeńskim.

W miłości na pierwszym planie jest dobro kochanego człowieka. Miłość „nie szuka swego” (1 Kor 13,5), zarówno na płaszczyźnie duchowej jak i cielesnej. Zawsze szuka dobra kochanej osoby.

Skoro więc z reguły jest tak, iż to mąż pragnie zjednoczenia seksualnego znacznie częściej niż żona, to kochająca żona będzie starała się z radością odpowiadać na jego zaproszenie, kiedy to tylko możliwe. Kiedy to tyl-

ko możliwe – a więc nie tylko wówczas, gdy w niej samej obudzi się pragnienie współżycia. Gdyby żona czekała na taką chwilę, na pewno by nie wyszła naprzeciw pragnieniom męża.

Kochająca żona będzie się więc zgadzać na seksualne spotkanie z mężem, choćby sama nie odczuwała w tym momencie żadnych pragnień czy uniesień. Przeżyty przez nią wówczas akt małżeński, mimo braku emocjonalnego odczuwania miłości, będzie aktem miłosnym w najgłębszym tego słowa znaczeniu, będzie bowiem prawdziwym darem z siebie. Prawdziwa miłość, aby uszczęśliwić kochaną osobę, gotowa jest zdobyć się na wiele poświęceń.

Ważne jest przy tym, by żona na zaproszenie męża odpowiadała chętnie i radością. Odpowiedzi w rodzaju: „W porządku, wiem, że to mój obowiązek. Możesz zaczynać” są zniechęcające, deprymujące i nie mają wiele wspólnego z miłością. Zgoda naprawdę wynikająca z miłości jest zawsze zgodą chętną, pełną radości, że czyni się dobro ukochanemu człowiekowi. Oddanie się z radością jest jedną z najważniejszych rzeczy, którą żona może zrobić, by mąż czuł się kochany.

Kiedy zaś żona będzie musiała odmówić, uczyni to z ogromną delikatnością i taktem. Mówiliśmy już o tym, że mężczyźni są w tej dziedzinie przewrażliwieni. Ich poczucie własnej wartości jest głęboko zakorzenione w sferze seksualnej. Odmowę współżycia bardzo łatwo mogą więc potraktować jako odrzucenie w ogóle.

Dlatego, jeśli żona nie może zgodzić się na zbliżenie, powinna szczególnie okazać mężowi swą miłość. Może to być przytulenie, jakiś inny gest, zapowiedź że na pewno będą mogli współżyć następnego dnia. Kobieta ma wiele sposobów, by osłodzić mężowi swą odmowę. Warto też pamiętać, że jeśli żona często mówi i okazuje mężowi, że lubi ich zbliżenia, jednorazowa odmowa nie będzie powodem problemów. Trzeba też pamiętać, że nieuzasadniona odmowa może narażać męża na pokusy seksualne. Każdy z małżonków, szczególnie zaś

mężczyzna, powinien umieć kierować sobą w dziedzinie płciowości. Nic nie usprawiedliwia popełniania grzechów w tej sferze (jak i zresztą w każdej innej). Pamiętając o tym, nie można jednak nie zauważać, że pokusy jakich doświadczają niektórzy mężowie są bardzo silne. Każdy człowiek ma swoją pokusę, swój grzech z którym musi się zmagać. Dla niektórych są to właśnie pokusy w sferze seksualnej. Chodzi więc o to, by żona przez swe postępowanie nie narażała męża na pokusy, a przeciwnie – pomagała mu właściwie kierować poruszeniami w dziedzinie seksualności. Jeśli współżycie jest potrzebne dla wyciszenia



Rys. Beata Fiskór

budzących się poruszeń, może bardzo wyraźnie stawać się obowiązkiem.

Podobnie jest, gdy akt seksualny jest potrzebny dla podtrzymania miłości między małżonkami. Również wtedy staje się obowiązkiem. Bardzo złożone bywają trudne sytuacje życia małżeńskiego. Niekiedy współżycie może odegrać taką właśnie rolę.

Wydaje się, że dosyć dużo powiedzieliśmy już o tym, w jaki sposób żona ma możliwość okazania miłości swemu mężowi. Wypada więc teraz zastanowić się, w jaki sposób mąż może dać wyraz temu, że kocha swoją żonę.

Przede wszystkim – nigdy nie wymuszając współżycia. To powinna być oczywista sprawa – przecież wszelki przymus, zwłaszcza w sferze tak delikatnej, jest dokładnym zaprzeczeniem miłości. Niestety, w bardzo wielu rodzinach, i to tzw. porządnym rodzinach, mamy tu do czynienia z poważnymi zaburzeniami. Powiedzmy więc wyraźnie: wymuszony akt małżeński czynem niegodziwym, jest grzechem.

Takie współżycie niszczy miłość, burzy więź między mężem i żoną, może doprowadzić do rozpadu małżeństwa.

Współżycie płciowe narzucone współmałżonkowi, bez liczenia się z jego stanem oraz z uzasadnionymi jego życzeniami, nie jest prawdziwym aktem miłości i sprzeciwia się temu, czego słusznie domaga się ład moralny między małżonkami – naucza papież Paweł VI (Humanae vitae, 13). W pewnych sytuacjach narzucenie współżycia będzie ciężkim naruszeniem miłości bliźniego – ciężkim grzechem (na przykład wtedy, gdy lekko-myślnie naraża żonę na ciężką zagrażającą jej ciężką chorobą).

Zwrócimy jeszcze uwagę na to, że przymus może mieć charakter nie tylko fizyczny. Także presja psychiczna stwarza sytuację przymusu, który bywa równie dotkliwy jak przymus fizyczny.

Ale przecież miłość ze strony męża nie może ograniczać się do tego, że nie będzie wymuszała na swej żonie współżycia. To byłoby bardzo mało.

Mężowie we wspólnym pożyciu z żonami pamiętajcie o tym, że są one słabsze i darcie je szacunkiem jako współuczestniczące w łasce życia – mówi św. Piotr (1 P 3,7). Jak to przełożyć na codzienność życia małżeńskiego?

Kochający mąż wiedząc, że żona nie będzie miała ochoty na zbliżenie, w ogóle jej tego nie zaproponuje. Zmęczenie żony, jej złe samopoczucie, przygnębienie z jakiegoś powodu, niesprzyjające warunki zewnętrzne – te i wszystkie inne podobne sytuacje będą dla męża sygnałem, żeby zrezygnować z planów intymnego zbliżenia. Jeśli zaś mąż złoży taką propozycję, uczyni to w taki sposób, by żona nie musiała obawiać się odmowy. Właśnie. Mówiliśmy o tym, że każdą odmowę współżycia powinna cechować delikatność i takt. Oczywiście, ale przecież propozycja spotkania w akcie małżeńskim również powinna być złożona w sposób pełen miłości.

Dokończenie na s. 11

Sztuka kochania

Mam takie pytanie związane z technikami seksualnymi: jaki jest pogląd Kościoła Katolickiego na seks oralny oraz na związek płciowy w innej pozycji niż mężczyzna u góry - kobieta pod spodem. Chętnie dowiedziałbym się nie tylko, jaki ten pogląd jest, ale też dlaczego. Próbuje wczytać się w etykę seksualną katolicyzmu, ale na ten temat bardzo mało informacji jest dostępnych. W Piśmie Świętym w ogóle nic na ten temat nie ma (o ile wiem). Z góry dziękuję.

Michał

Rzeczywiście, w Biblii nie znajdziemy katalogu dopuszczalnych pozycji seksualnych, bo nie jest ona poradnikiem intymnym. Za to w Piśmie Świętym jest bardzo wiele fragmentów mówiących o czystości, i to rozumianej głębiej niż tylko powstrzymanie się od kontaktów seksualnych przed ślubem. Najbardziej radykalną przestrożę znajdujemy w ewangelii według św. Mateusza: *Słyszeliście, że powiedziano: Nie cudzołóż! A ja wam powiadam: Każdy, kto pożądliwie patrzy na kobietę, już się w sercu swoim dopuścił z nią cudzołóstwa. Jeśli więc prawe twoje oko jest ci powodem do grzechu, wyłup je i odrzuć od siebie. Lepiej bowiem jest dla ciebie, gdy zginie jeden z twoich członków, niż żeby całe twoje ciało miało być wrzucone do piekła.* (Mt 5, 27-29) Jezus mówi tu o czystości serca, intencji, myśli. Patrzeć pożądliwie – znaczy chcieć posiadać kobietę, pragnąć ją “użyć” dla własnej przyjemności. Traktowanie człowieka jak rzeczy na pewno nie ma nic wspólnego z miłością.

W Kazaniu na Górze Jezus stwierdza: *Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą* (Mt 5, 8); zaś święty Paweł przestrzega: *Wszystko mi wolno, ale nie wszystko*

przynosi korzyść. Wszystko mi wolno, ale ja niczemu nie oddam się w niewolę (...) *Ale ciało nie jest dla rozpusty, lecz dla Pana, a Pan dla ciała. (...)* *Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest świątynią Ducha Świętego, który w was jest, a którego macie od Boga, i że już nie należycie do samych siebie? Za wielką bowiem cenę zostaliście nabyci. Chwalcie więc Boga w waszym ciele!* (1 Kor 6, 12; 13b; 19-20). Te wskazania powinniśmy mieć w pamięci, rozważając poruszoną w pytaniu kwestię.

Jeśli pod pojęciem tzw. seksu oralnego rozumiemy sytuację, w której kontakt oralno – genitalny jest podejmowany świadomie w celu osiągnięcia orgazmu poza pełnym zbliżeniem (a tak najczęściej potocznie rozumie się tę praktykę), to jest to jedna z form masturbacji, o której Deklaracja Kongregacji do spraw Nauki Wiary “Persona humana” uczy, że stanowi ona *poważne nieuporządkowanie w dziedzinie moralnej. (...) Zasadnicza podstawa tej prawdy leży w tym, że bez względu na motyw działania, świadomy i dobrowolny użytek władzy seksualnej poza prawidłowym pożyciem małżeńskim w sposób istotny sprzeciwia się jego celowi. Brakuje tu bowiem relacji seksualnej, jakiej domaga się porządek moralny; takiej mianowicie, która urzeczywistnia w kontekście prawdziwej miłości pełny sens wzajemnego oddania się sobie i przekazywania życia ludzkiego.*

Natomiast gdy takie pieszczoty są podejmowane w fazie wstępnej i przygotowują pełne zjednoczenie małżonków i jeśli są wyrazem wzajemnej czułości i bliskości, a nie praktyką narzuconą wbrew woli współmałżonka, to mogą one być uznane za godziwe. Ksiądz Władysław Gasidło w książce pt. “Z zagadnień etyki małżeńskiej i rodzinnej” pisze: *Swoje intymne przeżycia małżonkowie powinni utrzymywać w granicach słusznego umiaru. Przeciwnieństwem tego jest na-*

stawienie małżonków na osiągnięcie maksimum zadowolenia erotycznego, mierzonego przeżyciem orgazmu. Czystość aktu małżeńskiego niweczona jest również przez poszukiwanie przyjemności zmysłowej dla niej samej, bez osobowego przeżycia znaku miłości i zjednoczenia. Natomiast poza aktem małżeńskim czyste są oznaki czułości, jeśli spełniają odpowiednie warunki. Przede wszystkim mają one wynikać z duchowej bliskości osób, wyrażanej przez odpowiedni gest fizyczny, nie budzący obaw o prowokację orgazmu. (...) Zarówno spojrzenia i gesty, słowa, wszystko to, co może tworzyć między małżonkami postawę odprężenia, wszystkie formy pieszczot małżeńskich są im dozwolone, byle pamiętali, że bezład jest zachowaniem najbardziej szkodliwym dla ich miłości.

Zaś ojciec Karol Meissner i Bolesław Suszka w książce “A tak już nie są dwoje lecz jedno ciało” stwierdzają: *Jest sprawą wielkiej wagi, aby mąż zawsze starał się przygotować żonę do pełnego i pogodnego przeżywania współżycia płciowego przez czułość i pieszczoty. (...) Warto pamiętać o tym, że zadowolenie seksualne jest w pełni moralnie dobre, jeśli towarzyszy uczciwemu współżyciu małżeńskiemu. W prawdziwej miłości małżonków jest tyle dobra i szacunku dla siebie, że przestają oni wstydić się przed sobą.*

Z biegiem czasu małżonkowie uczą się siebie, odkrywają swoje wzajemne potrzeby, otwierają się przed sobą. Ważne jest, żeby szczerze rozmawiać o swoich pragnieniach, żeby poszukiwać form wzbogacenia współżycia, żeby mąż i żona byli dla siebie coraz bardziej atrakcyjni, żeby nie popadali w rutynę. Wbrew pozorom współżycie małżeńskie, które wydaje się czymś naturalnym i spontanicznym również wymaga starania i rozwoju, tak aby coraz głębiej mogli na płaszczyźnie seksualnej przeżywać łączącą ich więź. Dlatego nie można powiedzieć, że jakaś konkretna pozycja przyjmowana we współżyciu jest “jedynie słuszną”. Wspomniani powyżej autorzy zauważają, że tradycyjna pozycja jest dość mecząca, ponieważ powoduje

napięcie mięśni u mężczyzny oraz unieruchamia kobietę, co nie sprzyja przedłużeniu czasu trwania zbliżenia, które aby było satysfakcjonujące, nie powinno trwać zbyt krótko.

Święty Paweł pisał: *Wy zatem bracia zostaliście powołani do wolności. Tylko nie bierzcie tej wolności jako zachęty do hołdowania ciału, wręcz przeciwnie, miłością ożywieni, służcie sobie wzajemnie. (...) Po owocach ich poznacie: Owocem zaś ducha jest: miłość, radość, pokój, cierpliwość, uprzejmość, dobroć wierność, łagodność, opanowanie. (...) A ci, którzy należą do Chrystusa, ukrzyżowali swoje ciała z jego namiętnościami i pożądaniem. (Gal 5, 13; 22-24)*

Żyjemy w czasach, w których seks stał się wielkim globalnym interesem, w których wmawia się nam, że dla głębszego spełnienia potrzebujemy coraz bardziej wyrafinowanych praktyk i technik erotycznych, dlatego w takiej sytuacji szczególnego znaczenia nabierają słowa Pisma Świętego:

Nie bierzcie więc wzoru z tego świata, lecz przemieniajcie się przez odnawianie umysłu, abyście umieli rozpoznać, jaka jest wola Boża; co jest dobre, co Bogu przyjemne i co doskonałe. (Rz 12, 2)

Wchodźcie przez ciasną bramę! Bo szeroka jest brama i przestronna ta droga, która prowadzi do zguby, a wielu jest takich, którzy nią wchodzi. Jakże ciasna jest brama i wąska droga, która prowadzi do życia, a mało jest takich, którzy ją znajdują! (Mt 7, 13-14). □

Maciej Tabor



Rys. Beata Fiskór

Powinność małżeńska

Dokończenie ze s. 9

To nie może być tak, że żona boi się odmówić mężowi, że zgadza się tylko dla świętego spokoju – żeby nie znosić niezadowolenia męża czy jego złych humorów.

Tak, tak, wiemy, że żony nieradko odmawiają mężom współżycia bez powodów. Ale naprawdę to nie usprawiedliwia stwarzania atmosfery, w której żona boi się odmowy.

Podobnie nie ma sensu unoszenie się fałszywą ambicją, obrażanie się, bunt: „nie będę się prosił...” To wszystko godzi w jedność między mężem i żoną, niczego nie rozwiązuje, potęguje trudności.

Mówiliśmy więc o tym, w jaki sposób powinna postępować żona oraz o tym, jak ma zachować się mąż. Czy dałoby się znaleźć tutaj jakąś ogólną zasadę postępowania, wspólną dla męża i żony?

Tak. Tą zasadą jest wychodzenie sobie naprzeciw. Zarówno kochający

mąż jak i kochająca żona będą myśleć przede wszystkim o współmałżonku, będą starać się odpowiedzieć na jego oczekiwania. Na pewno nieraz będą musieli przewycięzać niechęć lub też pragnienie małżeńskiego zbliżenia. Czyniąc to jednak z miłości i z miłością będą chętnie (chętnie! – bo z miłości) rezygnować ze zbliżenia lub też zgadzać się na nie, po to by wyjść naprzeciw swemu współmałżonkowi.

„Moja żona wracała kiedyś z zagranicznej delegacji. – wspomina Paweł – Wiedziałem, że na pewno będzie zmęczona i zupełnie nie myślałem o tym, byśmy w dniu jej powrotu mieli współżyć. Okazało się jednak, że ona myślała zupełnie przeciwnie. Pamiętała, że nasza rozłąka trwała dość długo i wiedziała, że bardzo jestem spragniony naszych intymnych spotkań. I właśnie ona wyszła w tym dniu z inicjatywą zbliżenia”. □

Agata i Krzysztof Jankowiakowie

DRODZY CZYTELNICY

Bardzo Was prosimy o pomoc w dotarciu z „Fundamentami Rodziny” do Waszego środowiska. Będziemy wdzięczni, jeśli zamawiając więcej egzemplarzy kolejnych numerów, spróbujecie zainteresować nimi Waszych bliskich, znajomych czy księży w parafii. Ci z Państwa, którzy zechcą w ten sposób pomóc nam w kolportażu „Fundamentów Rodziny”, otrzymują dodatkowo jeden egzemplarz gratis, zaś za pozostałe płacą po 1 zł/egz. plus koszty przesyłki. Prosimy o składanie zamówień na formularzu ze str. 19



Kilka słów o pielęgnacji

dr Magdalena Nehring – Gugulska

Znajomi i rodzina szalenie lubią obsypywać młodych rodziców drogimi, pachnącymi kosmetykami dla dzieci. Nie ma nic gorszego dla delikatnej skóry noworodka niż różnorodność i nadmiar środków chemicznych. Używane nierozsądnie łatwo zmywają naturalne wydzieliny skóry, zaburzają jej kwasowość, podrażniają i obniżają jej zdolność ochronną. Zatem jeżeli używać to z umiarem, najlepiej jednego czy dwóch wcześniej wypróbowanych (na skórze dziecka) specyfików i tylko wtedy, gdy istnieje taka potrzeba.

Przez wiele lat panował zwyczaj kąpania noworodka zaraz po porodzie, aby zmyć maź płodową. Obecnie wiadomo, że dla dobra dziecka ta naturalna substancja powinna zostać wchłonięta przez jego skórę. Niektórzy pediatrzy nie zalecają kąpania dziecka nawet przez pierwsze dwa tygodnie życia. Miejsca ubrudzone kałem, moczem, krwią należy zmywać przegotowaną wodą. Jeśli używać **mydeł**, to raczej w płynie o odczynie lekko kwaśnym. Jeszcze lepiej jeśli płynne mydło jest bezbarwne i bezzapachowe. Mydła w kostce są zasadowe i zaburzają naturalną kwasowość skóry, która stanowi ochronę przed drobnoustrojami. Większość substancji zapachowych i barwników ma właściwości drażniące, a u wrażliwych może wywołać objawy uczulenia.

Pierwszą kąpiel wykonujemy w dziecięcej wanience w wodzie przegotowanej. Jeśli dziecko ma na skórze wyprysk niemowlęcy lub potówki, można dodać naparu z rumianku, nagietka, nieco krochmalu lub kilka

kryształków nadmanganianu potasu.

Pępek od urodzenia przemywamy 70% czystym spirytusem, przy użyciu wacików owijanych na patyczku lub palczek do czyszczenia uszu. Przemywamy go tak, aby dezynfekować miejsca wokół kikutu. Jest to ważne w profilaktyce zakażeń okołopępkowych, które mogą być przyczyną ogólnego zakażenia organizmu dziecka. Ponadto staramy się nie moczyć pępka, dopóki nie odpadnie kikut pępownicy, a rana nie przyschnie.

Przy każdym przewijaniu należy przemyć pupę i posmarować maścią o właściwościach odkażających. Szczególną uwagę należy przywiązywać do tego u dziewczynek (krótsza cewka moczowa ułatwia dostęp bakteriom). Używać powinno się jak najprostszych specyfików, np. linomagu w kremie, 3% maści z kwasem bornym. W takich substancjach nie ma czynników drażniących i uczulających, których jest sporo w drogich, reklamowanych kremach. Nie wszystkie dzieci źle reagują na takie wyroby, ale trzeba mieć to na uwadze.

Skórę dziecka, jeśli jest sucha, łuszcząca, można miejscowo natłuszczać oliwką lub ciekłą parafiną. W gorące, upalne dni warto fałdy skóry posypywać niewielką ilością talku, lub jak najmniej pachnącego, specjalnego pudru dla dzieci. Nie używajmy równocześnie oliwki i zasyпки, bo wytworzy się nieprzyjemne mazidło.

Niekoniecznie musimy używać pieluszek jednorazowych, szczególnie w dzień, gdy zmiana nie stanowi problemu. Wygodnie jest ich używać na dłuższy spacer czy na noc. Poza tym, zwykła tetra, na której wychowały się dzieci, w zupełności wystarczy. Pieluchy jednorazowe to produkt sztuczny, nie ulegający biodegradacji, stanowiący obciążenie dla środowiska. Mogą

one być również przyczyną uczuleń lub zakażeń, np. grzybiczych. Natomiast starsze dzieci używające tego typu pieluch bardzo trudno nauczyć samodzielnego kontrolowania wypróżnień, bo nie odróżniają poczucia „mokro” od „sucho”. Zaopatrując się w jednorazowe pieluszki trzeba postarać się o takie, które zyskały atest i dobrą opinię Instytutu Matki i Dziecka.

Pieluchy i ubranka pierzemy w delikatnych proszkach przeznaczonych dla dzieci. Mogą to być płatki mydlane, płyny do prania lub proszki ekologiczne (Bambino, Jelp).

Chowajmy nasze dziecko śmiało i ubierajmy lekko. Polska jest krajem północy, a nie południa. Dzieci zbyt opatulone mają kłopoty z zaaklimatyzowaniem się do chłódów, które trwają u nas sporo ponad pół roku. Dobrą zasadą jest ubieranie dziecka tak jak siebie plus jedna warstwa. W ciepłe dni nie bójmy się gołych stóp i głów. Dziecko przegrzewane ma ciepłe dłonie, zaczerwienioną buzię, spocony kark, później liczne potówki w fałdach skórnych i na twarzy. Nie jest odporne, łatwo „przeziębia” je każdy wiaterek. Szczególnie dzieci karmione piersią, które przebywają dużo w ciepłych ramionach matki, muszą mieć lekki strój.

Wiele rodzin kojarzy posiadanie dziecka z ogromnymi kosztami. Jeśli ulegniemy modzie i reklamie, będziemy używać super akcesoriów, dużo nowych drogich ubranek i sprzętów, to rzeczywiście koszty mogą być spore. Myślę, że miłość, karmienie piersią, czyste, niekoniecznie nowe wygodne ubranko i najprostsze kosmetyki, a nawet pożyczone od przyjaciół sprzęty, dadzą naszemu dziecku większą radość szczęśliwego dzieciństwa. **Może dzięki temu, dzieciństwa nie samotnego, ale z bratem lub siostrą.** □

NIE WIERZ we wszystko, co mówią – dowiedz się sama

... na przykład
z popularnego poradnika
Magdaleny Nehring – Gugulskiej:
“Warto karmić piersią”

Można w nim znaleźć oparte na
gruntownej wiedzy, własnym
doświadczeniu i praktyce
lekarzkiej autorki
rady dotyczące
następujących kwestii:

- Dlaczego warto karmić piersią?
- Jak zmienia się pokarm?
- Jak zacząć karmić?
- Co robić, aby był pokarm?
- Czy moje dziecko się najada?
- Kilka słów o stolcach
- Kiedy odciągać pokarm?
- Mam płaskie brodawki.
- Mam bolesne brodawki.
- Jak postępować w okresie
nawału pokarmu?
- Zastój pokarmu.
- Zapalenie piersi.
- Karmienie po cesarskim cięciu.
- Jak karmić bliźniaki?
- Jak karmić wcześniaka?
- Dziecko, które słabo ssie.
- Moje dziecko ma żółtaczkę.
- Mam za mało pokarmu.
- Moje dziecko ma kolkę.
- Czy moje dziecko ulewa?
- Czy moje dziecko ma zaparcie?
- Moje dziecko ma biegunkę
- Czy da się żyć z alergią?
- Karmienie i praca.
- Wprowadzamy nowe pokarmy.
- Kilka słów dla rodziny.
- Kilka słów o pielęgnacji.
- Karmienie, płodność i seks.
- Odchudzanie, opalanie i sport.
- Jak długo karmić?
- Jak zakończyć karmienie?

... a to jeszcze
nie wszystko

**Gorąco polecamy –
zamówienia na s. 19**

Natarczywa reklama

Piszę w imieniu swojej siostry, która niedawno urodziła małego człowieka. Otóż przy wypisie ze szpitala otrzymała dwa duże pudełka: jedno „Dzidzius” od Instytutu Matki i Dziecka, w którym były m.in. dwa poradniki dla młodych matek, kasetę video o pielęgnacji noworodka oraz drugie, rozprowadzane przez firmę PELAGROS o nazwie „Skarb malucha”, w którym to oprócz takich drobiazgów jak próbka pieluch Libero czy preparatu Sudocrem i proszku Lovela. Ku mojemu zdumieniu znalazła tam też piękną, kolorową książeczkę od „troskliwej „ firmy SHERING, zatytułowaną: „A- jak antykoncepcja”, kartkę pocztową „Z wyboru - nie z przypadku” (gdzie wystarczy wpisać swoje dane, przykleić znaczek i wysłać), broszurkę na temat Femodenu i bzdurny liścik na niebieskim papierze podpisany przez imię pana Jacka Kurzątkowskiego.

Siostra poczuła się jakby ktoś uderzył ją w twarz, coś na zasadzie: „Fajnie babo, że przyszłaś, masz tu trochę bajerów, a to sobie przeczytaj, żebyś więcej nie przychodziła rodzić.” (sic!) Bardzo jestem ciekawa, kto jest za to odpowiedzialny? Po części ordynator szpitala, który zezwolił na dystrybucję owego pudełeczka o pięknej nazwie „SKARB MALUCHA”, ale ile szpitali w Polsce rozprowadza takie rzeczy? Na dnie pudełka widnieje nazwa i adres firmy oraz adres internetowy: www.antykoncepcja.com.pl.

Chciałabym jeszcze zacytować fragment wspomnianej książeczki, mówiący o “zaletach” antykoncepcji hormonalnej: „Rzadziej występują zapalenia przydatków. Ponieważ następstwa zapaleń przydatków są najczęstszą przyczyną niepłodności, można stwierdzić, że leki zntykoncepcyjne chronią płodność! U kobiet stosujących pigułki rzadziej stwierdza się tor-

biele piersi i jajnika. Wreszcie leki antykoncepcyjne są jedynym znanym czynnikiem zmniejszającym ryzyko wystąpienia raka jajnika i endometrium.”

Wiem, że to przypomina walkę z wiatrakami, ale nigdy nie pogodzę się z kłamstwami wpychanymi do umysłów kobiet. Kolejna moja koleżanka (już trzecia) cierpi na zespół wielotorbielkowatych jajników, po około rocznym okresie stosowania pigułek antykoncepcyjnych. Przecież to jest logiczne, że przyczyną tego schorzenia jest właśnie antykoncepcja hormonalna! A teraz dziewczyna płacze, bo jej nikt nie powiedział o skutkach, chciałaby mieć dziecko, a tu nieoczekiwane problemy! Ostatnio firma SHERING stosuje agresywną reklamę, czy nie ma na to żadnej rady? □

(B.N.)

Nasz wolny wybór

Szanowni Państwo,

W tygodniku “Niedziela” przeczytałam o stowarzyszeniu LMM. Zaciekawili mnie ten artykuł, ponieważ całym sercem popieram naturalne metody planowania rodziny. Mam 21 lat i od dziewięciu miesięcy jestem szczęśliwą żoną. O stosowaniu metody objawowo – termicznej rozmawialiśmy z mężem jeszcze przed ślubem. Obserwację swojego ciała rozpoczęłam więc na długo przed rozpoczęciem współżycia. Szczerze mówiąc, byłam zaskoczona, że wszystko da się tak wspaniale zaobserwować. Chociaż jesteśmy młodzi i spotykamy się często z innym podejściem do spraw planowania potomstwa, to oboje stwierdzamy, że jesteśmy w tym naszym wyborze całkowicie wolni i pełni szacunku wobec siebie. □

Gabriela Króźel

TELEWIZJA

raport „Rzeczpospolitej”

Siła i przemoc są w modzie

Skandalizująca piosenkarka Madonna pochwaliła się niedawno, że jej kilkuletnia córka jeszcze nigdy w życiu nie oglądała telewizji. Może należałoby skorzystać z jej rad? Bo skoro telewizja nie troszczy się o wrażliwość dorosłych, nie miejmy złudzeń, że zadba o dzieci.

Do żadnego innego adresata telewizji nie wysłała tak wielkiej dawki horroru, koszmaru i głupoty, jak do dzieci. Co możemy zobaczyć w jednym tylko odcinku animowanej wersji „Batmana” (godz. 7.35, Polsat)? Duszenie i rzucenie ze skały, wdeptanie w ziemię, kopanie ludzi, strzelanie do nich z pistoletu maszynowego, topienie w bałii, serię ciosów w szczękę i próbę gwałtu. Koszmarne postacie mają tylko jeden cel - zabić przeciwnika. A ponieważ czasu jest mało (każdy odcinek trwa tylko pół godziny) bohaterowie spieszą się z zabijaniem. Pierwszą próbę pozbawienia życia ćwiczą już w trzeciej minucie filmu.

Starszych nie należy zabijać

Takie obrazki to domena stacji komercyjnych. Normą są tu głupie, pełne przemocy fizycznej i psychicznej kreskówki, które pokazują, jak łatwo stracić życie. - Zabij go! Wiesz, co grozi za zostawienie człowieka przy życiu - wrzeszczy jeden z bohaterów „Kosmicznych wojen” (godz. 8.35, TVN).

Kreskówkowa przemoc nie wynika zwykle z konieczności obrony, to po prostu jedyny sposób, by osiągnąć cel. A cel jest na ogół podobny - szybka śmierć. W przygodowym serialu „Herkules” (godz. 17.40, Polsat) niejaki Daget trzy kwadransy koncentruje się tylko na tym, jak skutecznie unicestwić tytułowego bohatera. Więc siłą rzeczy kibicujemy Herkulesowi, bo po pierwsze nie poddaje się łatwo, po drugie kieruje się kilkoma zasadami, które i nam w pewnym sensie są bliskie. Na

przykład: „Ludzi starszych nie należy zabijać. Zwłaszcza dla przyjemności”.

Najczęściej jednak nawet takie reguły nie obowiązują. Zwykle liczy się tylko prawo pięści i głód krwi. Nie wiedza jest atrakcyjna, ani nawet majątek czy uroda. Wyłącznie siła. Nawet dla „Czarodziejki z księżycą” (godz. 8.23, Polsat) najlepszy fach to bycie wojownikiem. Więc dziewczynka doskonali się w walce na miecze. Nie dziwny się, że mama nie oferuje jej alternatywnych rozrywek. Sama tłucze córkę mieczem, ile wlezie.

Skoro siła i przemoc są w modzie, to broń potrzebna jest do życia niczym powietrze. „Bez broni czuję się nagi” - potwierdza jeden z bohaterów „Kosmicznych wojen” (godz. 8.45, TVN). Nie dziwny się, na jego miejscu marzylibyśmy choćby o scyzoryku. W jednym 23-minutowym odcinku tej bajki pada czternaście trupów.

Komu grozi komora gazowa

Potwory walczą z ludźmi, ludzie z potworami, ale w zasadzie wszystko jedno, z czym się walczy, byle tylko budziło to grozę. A skoro pojedynki toczą się na śmierć i życie, w finale przeciwnik musi wyzionąć ducha. Brak mniej dotkliwych kar i łatwo zaakceptować taką logikę. Skoro bohaterowie kreskówek specjalizują się w zabijaniu, a dla nas życie stanowi pewną wartość, należy tylko przyklasnąć ich śmierci. Żeby nie było wątpliwości - nawet w najbardziej przerażających kreskówkach zwycięża dobro. Mówiąc wprost: życie tracą bohaterowie negatywni.

Co porabiają w tym czasie stróż prawa? Są w „Bolku i Lolku”. Tu dzielny milicjant bez trudu złapie najsprytniejszego złodziejzaka. Ale dziś milicjantów wielu nie ma, więc w innych bajkach bohaterowie działają na własną rękę. Łatwo zrozumieć, dlaczego z wymiarem sprawiedliwości nikt nie wiąże większych nadziei, skoro sędzia

(notabene na usługach nieuczciwego radnego) wali człowieka ogromnym młotem i grozi przestępcy, że zginie w komorze gazowej, co ilustruje pomieszczenie, z którego wydobywają się opary dymu („Batman”, godz. 7.35, Polsat).

Rodzic frajerem

Oczywiście nie wszyscy biją się i zabijają. Niektórzy bohaterowie bajek szukają bardziej pokojowych pomysłów na życie. Animowany serial „Świat Bobby’ego” (TVN, godz. 7.45) uczy na przykład, jak można zarobić pieniądze i jak je mądrze wydać. W jednym odcinku „Świata” każdy zajmuje właściwe miejsce: tata uczy samodzielności, mama przestrzega przed presją rówieśników. Nie ma jednak żadnej gwarancji, że rodzice spiszą się także w dalszej części serialu. Już w następnym odcinku na Bobby’ego nikt z dorosłych nie zwraca uwagi, a rodzice nazywani są po prostu zwykłymi „frajerami”.

Gołota w środku bajki

Nie zdziwny się, jeśli dziecko po obejrzeniu kreskówki zażąda pójścia do kina na film Stanleya Kubricka „Oczy szeroko zamknięte”. Skandalizujące dzieło amerykańskiego reżysera stacja TVN reklamuje bez względu na to, czy za chwilę nada telenowelę, czy kreskówkę dla dzieci.

Nie powinny też dziwić pytania o „twój indywidualny horoskop”, tarota, a nawet klub samotnych serc. Prywatne stacje wykorzystują każdą chwilę, nawet środek filmu dla dzieci, by nadać takie reklamy. Korzystają też z każdej okazji, by jak najwięcej widzów obejrzało ich wieczorne propozycje. Dlatego historyjkę o małpie, która opiekuje się dopiero co wyklutym kurczakiem („Tarzan”, godz. 8.30, Polsat) poprzedza zwiastun filmu „Bestia” (a w nim czołgi i uciekający ludzie), a środek bajki przerywa zapowiedź meczu bokserkiego z Andrzejem Gołotą.

Seks ze szkolnym kolegą

Na młodych ludziach ciosy Gołoty nie zrobią większego wrażenia. Jak się bić - wiedzą już z kreskówek.☞

Poczytaj mi, tato

Rys. Beata Fiskór



Mamy dwie córki w wieku prawie 8 i 6 lat. Jak wszysk-kie dzieci uwielbiają, gdy rodzice poświęcają czas tylko im – najlepiej gdy jest to czytanie książek lub opowiadanie bajek (No, wspólne budowanie z klocków to też dobry pomysł). Co prawda dziewczynki już umieją czytać (książki jednak czytuje tylko starsza, młodsza jeszcze nie ma potrzebnej biegłości), ale gdy czyta Mama lub Tato jest przecież zupełnie inaczej... i na dodatek można się do kogoś przytulić... Z biegiem lat wykształciły się w naszej nie posiadającej telewizora rodzinie pewne żelazne zasady bajkowo-książeczkowe.

W ciągu dnia nie zawsze jest czas na czytanie (na szczęście są kasety z bajkami, ale to nie to samo), więc obowiązkowe stało się czytanie na dobranoc, po wieczornej modlitwie. Ponieważ dziewczynki mają jeszcze młodsze braciszka, a Mama popołudniami i wieczorami często pracuje przy komputerze, wieczorne czytanie jest domeną Taty. Od chyba dwóch lat czytamy klasykę dziecięcą – każdego wieczoru po rozdziale. Do niektórych

książek wracamy (*Opowieści z Narni* – wszystkie tomy – przeczytaliśmy już dwa razy), inne nie zyskują aż takiej sympatii. Przy szczególnie interesujących historiach wieczorne czytanie jest “uzupełniane” w ciągu dnia i czasem Tato zaskoczony “gubi” jeden lub dwa rozdziały, bo już je ktoś (Mama albo Babcia) przeczytał. Dzięki czytaniu nasze dzieci mają bogate – czasem zaskakująco bogate – słownictwo i umieją słuchać, a my mamy okazję do porozmawiania z nimi o różnych kwestiach życiowych na podstawie przeczytanych książek. Jak już wspomniałam sięgamy do klasyki dziecięcej, ale i do może mniej szeroko znanych mądrych książeczek z naszego dzieciństwa, pieczołowicie przechowanych przez jedną z Babć. Unikamy natomiast przeróbek disneyowskich itp. Lektury odbijają się bardzo twórczo w zabawach dzieci, widać ich wpływ w sposobie rozmawiania, a nawet czasem w postępowaniu.

Opowiadanie bajek to z kolei domena Mamy. Nie jest to codzienny rytuał, ale często “wpadnięcie” do pokoju dziewczynek na wieczornego całusa i obowiązkowy “krzyżyk” kończy się opowiadaniem z naszej ulubionej serii “Bajek o Zosi”. Kiedyś dawno byłam bardzo zmęczona i nie miałam siły na czytanie (to było jeszcze przed objęciem przez Tatę funkcji głównego czytacza wieczornego). Przypomniało mi się, że gdy miałam parę lat mój Tato

opowiadał mi bajkę w odcinkach, którą z kolei jemu, jeszcze przed wojną, opowiadał jego Tato, a mój Dziadek. Z całej bajki zapamiętałam, że była o dzieciach króla mórz mieszkających w podwodnym pałacu, które zimą ślizgały się na łyżwach po zamrożonym morzu... ale od czego jest fantazja. No i w końcu ja też niejedną baśń przeczytałam... Ze skrawków najrozmaitszych bajek, bajeczek baśni, klechd i legend zrodziły się dwa tygodnie wieczornych opowieści, które moje córki pamiętają do dziś, nieraz lepiej ode mnie. Zauważyłam wówczas, że opowiadając mogę przemycić pewne aktualne treści dotyczące na przykład koleżeństwa, pomocy innym... Z tych obserwacji zrodziły się właśnie ukochane przez moje córki “Bajki o Zosi” – dziewczynce takiej jak one, mającej analogiczne problemy z utrzymaniem porządku w swoim pokoju i mówieniem “przepraszam”, obawiającej się różnych nowych sytuacji itp. Oczywiście, jak to w bajkach, sięgam czasem do świata fantazji i Zosia spotyka krasnoludka albo rozmawia z lwem w Zoo, ale takie dodatki nie zawsze są konieczne. Ważne jest co innego. Opowiadając o wymyślonej Zosi mogę dziewczynkom powiedzieć jak powinno się w rozmaitych sytuacjach postępować, jak reagować, czego należy unikać – i w kwestiach moralnych i w konkretnych życiowych sytuacjach. Historyjki dostosowuję do aktualnej sytuacji w domu, wydarzeń w ciągu ostatnich dni, czy tego co ma nastąpić. Nie przeszkadza im czasem nazbyt nachalnie (jak dla dorosłego) wyrażający dydaktyzm, natomiast świetnie potrafią zapamiętywać różne nauki, pomysły i sytuacje. Jest to o wiele skuteczniejsze niż uwagi kierowane wprost do nich. Nie jest to środek czarodziejski, ale naprawdę pomaga. Nagrodą jest, gdy któraś z naszych panienek cichutko wyznaje Mamie na ucho: “Przypomniałam sobie, jak robiła Zosia, więc ja też...” □

☞ Jak poradzić sobie z używkami - dowiedzą się od bohatera „Przystani Hubbardów” (godz. 15.00, TVN): - „Nie piję, bo nie chce mieć obrzyganych butów.”

Jak kochać - nauczy się z serialu „Ich pięciuro” (godz. 16.15, TVP 2). Tu szesnastoletnia bohaterka przechodzi inicjację seksualną ze szkolnym kolegą. Nie jest łatwo. Najpierw młodzi partnerzy postanawiają oprzeć swój związek wyłącznie na „dymaniu”. Co robią w łóżku? „Pieprzą”, „chędożą”, „rypią”. Po czterech zbliżeniach (w każdym razie my widzimy tylko cztery) nieoczekiwanie odkrywają, że związku nie można oprzeć wyłącznie na seksie. „Pieprzenie na zimno” już nie wchodzi w grę. □

Luiza Zalewska

(Przedruk z “Rzeczpospolitej” 09.12.99.

Felny tekst raportu o telewizji można znaleźć w Internecie:

http://www.rzeczpospolita.pl/Pl-iso/dodatki/raporty_991209/index.html)

Agata Jankowiak



Szanowni Państwo!

Po postanowiłam podzielić się z Państwem moimi spostrzeżeniami. Mam 23 lata, mój mąż 26, od ponad 2 lat jesteśmy małżeństwem. Z zawodu i zamiłowania jestem położną, z rozsądku i konieczności pracuję w innym zawodzie. Problemami płodności i rodzicielstwa interesuję się od ok. 12. roku życia – od czasu, kiedy zaczęłam prowadzić obserwacje swojego organizmu. Na początku było to zapisywanie długości cykli, wraz z obserwacją śluzu i zmieniającego się samopoczucia (ból piersi, rozdrażnienie). Trzy lata temu rozpoczęła się moja przygoda z metodą objawowo-termiczną, którą oboje z mężem bardzo sobie chwalimy. Co prawda nie wszystko od razu było (i nie jest!) łatwe, ale wierzymy, że w miarę upływu czasu wszystko się unormuje. Najbardziej męczące są dla nas dni okołooowulacyjne. Ale cóż, żadne argumenty nie są nas w stanie przekonać o wyższości antykoncepcji nad NPR. I właśnie o tym chciałabym napisać.

Internet

Ponieważ mam dostęp do Internetu, to bardzo często wchodzę na strony poświęcone antykoncepcji, aborcji itp. Jak czas pozwala, czynnie udzielam się w listach dyskusyjnych, gdzie jest mowa o płodności i związanych z nią zagadnieniach. I cóż mogę stwierdzić? Duży procent Polaków nie ma pojęcia o fizjologii kobiety, bardzo wyraźnie widać tutaj ogromny wpływ mediów na ludzi, którzy zatrzymali się na pewnym etapie i swoją wiedzę czerpią głównie z TV i głupawych gazet. Niewielu z tych ludzi sięga do książek. Wiedziałam, że media mają duży

wpływ na ludzi, ale nigdy nie zdawałam sobie sprawy, jak ogromny.

Na stronach tzw. „kobięcych” (www.kobieta.com.pl) możemy zwrócić się z pytaniem do mądrych pań z Polskiej Federacji Kobiet, które na stronie „Redakcja odpowiada” udziela nam odpowiedzi na nurtujące nas wątpliwości – kiedyś zwróciłam się do tych pań z pytaniem: „Gdzie można nauczyć się NPR?”, na co otrzymałam odpowiedź bardzo szybką (a jakże!), nawet zgodną z prawdą, ale na adres prywatny, a nie na stronie WWW (sic!). Pełna kompetencja, miła i „fachowa” obsługa, tylko dlaczego odpowiedzi nie udzielono na stronie? Czyżby owe panie nie chciały, aby ktoś nie daj Boże dowiedział się o tym, że istnieją kursy NPR? Wszelkie inne odpowiedzi na pytania dotyczące pigulek i spirali oczywiście były normalnie publikowane. Ciekawostką jest też strona poświęcona antykoncepcji, gdzie czytamy:

METODY NATURALNE:

- *Metody oparte na biologicznym rytmie płodności*
- *Stosunek przerywany*
- *Antykoncepcja po stosunku*
- *Sterylicacja*

A podobno panie, które to pisały, to mądre i wykształcone kobiety. Tylko ciekawe, kto i gdzie je tak dokształcił? Po prostu ręce opadają.

Najbardziej kontrowersyjnymi tematami, które przeplatają się na różnych listach dyskusyjnych, są aborcja i antykoncepcja, a co najciekawsze, na większości list, czy dyskusja dotyczy człowieka czy też zwierzątek, wszędzie można się dowiedzieć (często w bardzo wulgarnym wydaniu), że wszystkiemu złu winny jest Kościół Katolicki. A jeśli masz odmienne zdanie, jeśli bronis podstawowych wartości, podajesz argumenty przeciw antykoncepcji (nawet tylko te medyczne), to i tak życzliwi spowodują usunięcie cię z listy (niejednokrotnie bardzo przeklinając).

Prasa kobieca

Kolejną ciekawostką są pojawiające się co jakiś czas w prasie kobiecej

artykuły dotyczące antykoncepcji. Kolekcjonuję takie artykuły od kilku lat, ponieważ bardzo mnie interesują porównania metod i ich skuteczności. W każdym kolejnym artykule, jaki bierzemy do ręki, podawane są bardzo różne wartości wskaźnika Pearla, bardzo rzadko jest wyjaśnione, co to jest i jak się oblicza. Rzecz jasna, że we wszystkich artykułach promowana jest pigułka hormonalna (są nawet podane ceny poszczególnych preparatów), a jako metody naturalne podaje się „kalendarzyk”, metodę Billingsa i rzecz jasna stosunek przerywany – przemilczając metodę objawowo-termiczną.

(...) To jest bardzo śmieszna sprawa, ale znam kilka kobiet, które nie wyobrażają sobie życia bez pigułki. Moje wyczyny z termometrem i samoobserwacją traktują jako niezwykłą wiedzę, będącą dla nich jak ciemna magia, której nigdy w życiu nie będą w stanie pojąć. Oboje z mężem staramy się przekazywać naszą wiedzę znajomym i przyjaciółom, lecz nie zawsze jesteśmy w stanie dotrzeć do niektórych ludzi. Niejednokrotnie stawiane nam pytania, a niekiedy zarzuty, niejako mobilizują nas do ciągłej nauki i poszukiwania odpowiedzi na nie. Szczególnie trudne i częste są pytania dotyczące stanowiska Kościoła wobec antykoncepcji. Najczęstszym argumentem za antykoncepcją jest stwierdzenie: „No tak, ale przecież Pan Bóg kazał człowiekowi czynić sobie ziemię poddaną”, albo: „Przecież leki także wpływają na organizm człowieka” itp. itd. Myślę, że już wystarczy tych cytatów, bo Państwo z pewnością znacie to z własnych doświadczeń. Często zastanawiam się nad tym, jak można promować NPR? W jaki sposób walczyć z uporem i niewiedzą lekarzy?

Niedawno byłam u ginekologa, ponieważ 5 miesięcy występowały u mnie cykle bezowulacyjne. Stwierdziłam to dzięki mierzeniu temperatury i obserwacji innych objawów płodności. Lekarz (w jednej z lepszych, prywatnych placówek służby zdrowia), zdziwił się, skąd ja wiem, że to były cykle bezowulacyjne. Kiedy mu powiedziałam

łam, to spojrział na mnie z jakimś dziwnym uśmiechem, wypisując skierowanie na badania hormonów i USG. Badania hormonalne wykazały hiperprolaktynemię. Kiedy spytałam się, co z tym powinno się zrobić, pan „lekarz” (w końcu nie każdy lekarz ma doktorat) stwierdził, że na razie to on mi może przepisać pigułki, żeby „wyregulować” hormony, chyba, że chcę starać się o dziecko – to będzie mnie leczył (?). Owszem, wykupiłam dwa opakowania Microgynonu, bardziej ze względu na to, aby pozyskać kilka dodatkowych kilogramów wagi (wazyłam wtedy 47 kg) i może rzeczywiście trochę wierzyłam, że coś tam się wyreguluje. Ale to nic. W trakcie brania hormonów miałam robione badanie USG. I cóż stwierdził pan „lekarz”? Owulację. To mnie zupełnie załamało. Co prawda pożycie małżeńskie z powodu osłabienia libido i dokuczliwej kandydozy było znikome w trakcie pobierania hormonów, ale jakby tak poczęło się dziecko? Nie darowałabym sobie, a może też temu lekarzowi, który nie powiedział mi nic na temat pigułek. Ja jednak wiem, co to są hormony i jakie mają działanie, wiem o nich wszystko, poczynając od zawartości i jakości hormonów zawartych w poszczególnych pigułkach, kończąc na poronnym ich działaniu.

Ile jest kobiet, które nie dość, że nie znają fizjologii cyklu miesięcznego, to na domiar złego są ofiarami wariactwa XX wieku, jakim jest aplikowanie syntetycznych hormonów.

Po pierwsze: nie szkodzić

Wielu lekarzy nie informuje pacjentek o działaniu pigułek, wielu nie kieruje na badania wątrobowe i to wcale nie są jacyś ciemni lekarze z głębokiej prowincji, ale niejednokrotnie współautorzy książek medycznych. Co z kobietami, które rzeczywiście mają problemy i chodzą do lekarzy, którzy albo nie informują w ogóle, albo wbijają im do głowy kompletne bzdury? Wiele mogłabym powiedzieć o realiach szpitali warszawskich, które miałam okazję poznać podczas praktyk. Kiedy w 1997 roku toczyła się

dyskusja na temat ustawy o ochronie życia nienarodzonych, na drzwiach jednego ze szpitali wywieszono napis: „Tutaj dzieci się nie zabija” – tak mniej więcej brzmiał, a kilka tygodni po tym, kiedy było to nawet pokazane w Wiadomościach TV, w tymże szpitalu byłam świadkiem aborcji – pierwszy i ostatni raz w życiu. Była to kobieta w wieku 23 lat, pierwsza ciąża ok. 12 tygodnia. Zrobiono USG i co stwierdzono? Ciąża ma około 15–16 tygodni. Czy odmówiono „zabiegu”? Lekarz co prawda okropnie się złościł na tę kobietę, że tak późno, ale skonsultował się z ordynatorem, który polecił wykonać „zabieg”. Widziałam to wszystko, widziałam małe ciało dziecka porozrywane na części. I ta złość lekarza, który powiedział do mnie: „Widzi pani? Niech pani spojrzy....”, na co odburknęła siostra oddziałowa: „Na co ma patrzeć, nie ma już co oglądać.” Dziwię się i będę się dziwić, jak można robić takie rzeczy. Tym bardziej, że tamten personel był świadomy i nikt ich nie zmuszał do wykonania aborcji. Robili to z ogromną złością, w kompletnej ciszy...

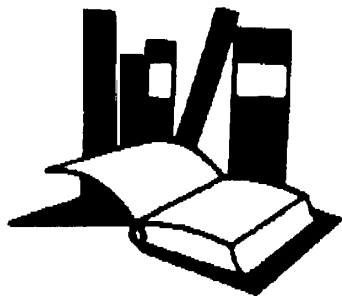
Napiszę Państwu o jeszcze jednym szpitalu. To także jedna z lepszych klinik warszawskich. Rzecz miała miejsce w maju 1996 roku. Była tam mała sala porodowa połączona z gabinetem zabiegowym, na której prawie codziennie leżała kolejna płacząca i cierpiąca z powodu silnych skurczów, rodząca kobieta. Zazwyczaj leżały same, nikt z nimi nie rozmawiał. Któregoś dnia dowiedziałam się, że kobieta leżąca tamtego dnia na łóżku porodowym lada chwila urodzi. Okazało się, że była w ciąży bliźniaczej 25 Hbd, rozpoznanie: wada centralnego układu nerwowego, rozszczep kręgosłupa, przepuklina kręgowo-rdzeniowa, dysgenезja nerek i parę innych. Przyszedł zaraz lekarz i kobieta w bólach zaczęła rodzić. To było dwóch chłopców, normalne, śliczne dzieciątka, którym nikt nie mógłby zarzucić, że są zlepką tkanek, czy też bezwartościowymi płodami. To były żywe dzieci! Żywe dzieci, które położna kazała nam ochrzcić (było nas cztery), zawiąć w

podkład i odłożyć na bok, żeby sobie spokojnie przestały oddychać, a potem powkładać do słoju. Wszystkie byłyśmy tak zaskoczone i zdenerwowane, że nie wiedziałyśmy doprawdy, jak się zachować. Byłyśmy pewne, że to miał być poród obumarłej ciąży. Jak wkładałam potem te dzieci do słoików, potrzeba było nie lada zręczności, bo były duże. Taki dzidziulek mieścił się z trudnością w litrowym słoju, to proszę sobie wyobrazić, na ile była zaawansowana ciąża! Nie chciałyśmy tego robić, ale to należało do naszych obowiązków. Dopiero jak wróciłam po dyżurze do domu, to długo płakałam i nie mogłam spać. Pocieszam się jedynie tym, że zdążyłam ochrzcić te dzieci.

Takie rzeczy dzieją się w warszawskich szpitalach. Niejednokrotnie lekarze wpisują: „Graviditas obsoleta” (Ciąża obumarła), podczas gdy naprawdę są to porody prowokowane, a dzieci, które się rodzą – rodzą się żywe. Czytam niejednokrotnie o aborcjach w Ameryce, gdzie dzieci żyją, ale zostawione same sobie – umierają. A tu proszę – co dzieje się w Polsce. Czy jest to jakoś uregulowane prawnie? Wszyscy milczą, bo obowiązuje tajemnica medyczna, ale ja musiałam o tym napisać, bo nie można ukrywać zła, jakie dzieje się w szpitalach. Trzeba otwarcie powiedzieć, że zmieniana jest dokumentacja medyczna, nie zawsze pisze się prawdę, szczególnie jeśli chodzi o ciążę obumarłą lub poronienie w toku. Dokumentację także zmieniano w jednym przypadku śmierci kobiety przy porodzie (byłam przy tym). (...)

Poznałam też prawych lekarzy, spośród których chciałabym wspomnieć o doktorze Abdelu ze szpitala klinicznego na Karowej. Nie wiem, czy tam jeszcze pracuje, ale pamiętam, jak ten lekarz (muzułmanin) poświęcał się i rozmawiał z kobietami, chcącymi poddać się aborcji. Powiedział kiedyś: „Ja nie mogę podpisać wyroku śmierci, bo nie człowiekowi o tym sądzić.” □

(Dane autorki do wiadomości redakcji)



CZYTELNIA

Tym razem pragniemy zwrócić uwagę na kilka tytułów wydanych przez poznańską oficynę Wydawnictwo Media Rodzina:

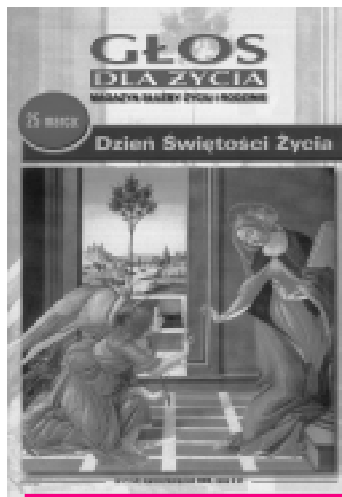
◆ **Albert Ellis, Raymond Chip Tafrate**
Jak opanować złość zanim ona opanuje ciebie

Złość wydaje się uczuciem powszechnym. Tym jednak, którzy nie starają się nad nią zapanować, potrafi zrujnować życie - doprowadzić do zerwania wszelkich międzyludzkich więzi, utraty pracy, poważnej choroby. Czy można jej uniknąć w naszych pełnych stresów i pośpiechu czasach? Autorzy książki, specjalizujący się od lat w pomaganiu ludziom z problemami emocjonalnymi, twierdzą, że dzięki systematycznemu stosowaniu przedstawionych w książce technik i wskazań można ograniczyć autodestrukcyjne, pełne złości reakcje i żyć bez wpadania w histerię, a nawet osiągnąć sukcesy i szczęście rodzinne. (Stron 200, cena 18,-)

◆ **Aaron T. Beck**
Miłość nie wystarczy

Książka ta adresowana jest do wszystkich par małżeńskich, które pragną swój związek oprzeć na trwałych fundamentach. Profesor Aaron Beck, światowej sławy autorytet w dziedzinie nauk psychologicznych, przekazuje proste i praktyczne rady, jak opanować umiejętność rozpoznawania i rozwiązywania konfliktów i nieporozumień małżeńskich, które mogą z czasem zniszczyć nie tylko miłość, ale nawet sam związek. (stron 432, cena 25,-)

Wydawnictwo MEDIA RODZINA,
ul. Pasięka 24; 61-657 Poznań; tel. (0-61) 820 34 75; fax (0-51) 820 34 11.



W najnowszy „Głos dla Życia” nr 2/2000, w artykule zatytułowanym “Zrozumieć kobiety” można znaleźć wskazówki, jakie zadania należy podjąć, aby zmienić wizerunek kobiety, aby macierzyństwo zaczęło być postrzegane jako ubogacenie własnego ja, a nie jego śmierć. “Pomoc matce jest pomocą dziecku” – wskazuje prof. Włodzimierz Fijałkowski. Aby ocalić dziecko i matkę, nie wystarczą tylko poradnie, telefony zaufania itp. Trzeba jeszcze zmienić prawo, w którym będzie chronione dziecko od poczęcia. Czy aborcja “w ciężkich przypadkach”, czyli zagrożenia życia i zdrowia matki, przyczyn eugenicznych, gwałtu i kazirodztwa jest koniecznością, czy obłudą? Sytuacje

wyjątkowe są doskonałym pretekstem do legalnego zniesienia ograniczeń aborcji, a ofiary tej polityki są zawsze dwie: matka i jej dziecko.

W tym numerze Magazynu zaprezentowane jest świadectwo rodziców dziecka niepełnosprawnego, którzy wiedzieli o kalectwie swojego potomka już od czwartego miesiąca ciąży. Reportaż ten pokazuje z jaką miłością i determinacją walczą oni o normalne życie dla córki.

Na arenie politycznej w ostatnich miesiącach toczą się debaty dotyczące pornografii. Istotą tego problemu przedstawia artykuł “Zero tolerancji dla porno – biznesu”. Autor odkrywa w nim kulisy przemysłu pornograficznego. □

**“Głos dla Życia” do nabycia w:
Fundacji „Głos dla Życia”
Ul. Forteczna 3
61-362 Poznań**

Gorąco polecamy wydaną przez Fundację „Głos dla Życia” najnowszą książkę Włodzimierza Fijałkowskiego: **„Rodzicielstwo w zgodzie z naturą. Ekologiczne spojrzenie na płciowość”**. Można ją zamawiać, pisząc na podany wyżej adres.

Dziękujemy redakcji miesięcznika „Ziemia Bocheńska” za pomoc w przygotowaniu do druku tego numeru „Fundamentów Rodziny”

A MOŻE...

„Prenumerata Przyjaciół”

Jeśli trzy osoby wpłacą wspólnie 60 zł, to na adres jednej z nich przez cały rok będziemy wysyłać trzy egzemplarze „Fundamentów Rodziny”

W ten sposób roczna prenumerata kosztuje każdą z osób tylko 20 złotych.

Prenumeratę realizujemy po otrzymaniu z banku potwierdzenia wpłaty dokonanej na konto:

LMM, ul. Spokojna 5, 05-502 Piaseczno 3

PKO BP O/Gostynin

nr konta: 10204014-33167-270-1

z dopiskiem „Prenumerata Przyjaciół”

DOMOWY KURS NPR: sprawdzony – działa!

Skorzystanie z materiałów naszego

Domowego kursu naturalnego planowania rodziny

to prosty i skuteczny sposób odkrycia tajników płodności –
przekonało się o tym już wiele małżeństw.

Czy nie warto do nich dołączyć?

Komplet materiałów „Domowego kursu NPR”

- książka Johna i Sheili Kippleyów: *Sztuka naturalnego planowania rodziny*
- zeszyt do prowadzenia własnych obserwacji: trzynaście estetycznych i przejrzystych kart w wygodnym małym formacie;
- trzy dodatkowe karty obserwacji dla korespondencyjnego skonsultowania własnych obserwacji pierwszych trzech cykli;
- zeszyt ćwiczeń: dwadzieścia zapisanych kart z obserwacjami, wraz z ich szczegółowym omówieniem, do samodzielnego zinterpretowania w ramach „pracy domowej”;
- ulotki rozwijające wybrane zagadnienia
- a dodatkowo także wliczona w cenę zestawu roczną prenumeratę dwumiesięcznika „Fundamenty Rodziny”
- koszty przesyłki pokrywa LMM

Zamówienia prosimy kierować na adres: Liga Małżeństwo Małżeństw,
Kopaliny 73, 32-720 Nowy Wiśnicz, tel. (0-14) 685 69 61 (wieczorem).

Nr	Tytuł	Cena	Ilość	Należność
1	„Domowy kurs NPR” (UWAGA: komplet - zawiera pozycje: 2, 3, 4, 5, 6, 7)	40,00 zł		
2	J.S. Kippley: „Sztuka naturalnego planowania rodziny”	10,00 zł		
3	„Przewodnik domowego kursu NPR”	7,00 zł		
4	Zeszyt obserwacji codziennych	2,00 zł		
5	Ćwiczenia	2,50 zł		
6	Ulotka: „Antykoncepcyjne kłamstwa”	0,20 zł		
7	ulotka: „NPR - zdrowe, skuteczne, bezpieczne”	0,30 zł		
8	NOWOŚĆ! La Leche League: „Sztuka karmienia piersią” - znany na całym świecie poradnik największej organizacji promującej karmienie ekologiczne - wspiana lektura nie tylko dla karmiących mam	22,00 zł		
9	NOWOŚĆ! Magdalena Nehring - Gugulska: „Warto karmić piersią” - nowe - poprawione i poszerzone wydanie tej bardzo praktycznej książki	12,00 zł		
10	Prenumerata sześci unumerów „Fundamentów Rodziny”	25 zł		
11	„Fundamenty Rodziny” (do kolportażu - minimum 10 egz.) (należność uiszcza się po otrzymaniu przesyłki)	1,00 zł/egz.		
12	NOWOŚĆ! J. Pulikowski: „Warto być ojcem”	15,00 zł		
13	J. Pulikowski, G. A. Urbaniakowie: „Młodzi i miłość”	13,00 zł		
14	Paweł VI: Encyklika „Humanae vitae”	1,50 zł		
Razem do zapłaty: (Do łącznej kwoty zostaną doliczone koszty przesyłki. Nie dotyczy to tylko kompletu materiałów „Kursu domowego”)				
Zamawiam zaznaczone pozycje i zobowiązuję się zapłacić za nie w ciągu tygodnia od daty otrzymania przesyłki				Podpis
imię i nazwisko adres telefon				

Profesor Włodzimierz Fijałkowski napisał o naszym DOMOWYM KURSIE NPR

„Obserwując narastanie wrażliwości ekologicznej w ochronie środowiska nas otaczającego: gleby, powietrza i wody, czyli środowiska życia, trudno nie zauważyć naglącej potrzeby objęcia tą wrażliwością również wewnętrznego środowiska człowieka. NPR trafia jednak na ogromne opory wobec pozornej łatwości stosowania różnych form antykoncepcji. Aby je przełamać, trzeba opracować prosty, przejrzysty i atrakcyjnie przedstawiony system nauczania, który przyciągnie uwagę szerokich kręgów osób zainteresowanych zdrowym stylem życia. Wymogi takie spełnia w sposób – chciałbym powiedzieć – doskonały metoda stosowana przez Ligę Małżeństwo Małżeństw, sprawdzona w kursach radiowych. Zestaw materiałów „Kursu domowego NPR” składa się z przewodnika, z książki pt. „Sztuka naturalnego planowania rodziny” J. i S. Kippleyów, z ćwiczeń, z zeszytu obserwacji codziennych, z ulotek i trzech dodatkowych kart obserwacji służących do skonsultowania własnych zapisów z ośrodkiem upowszechniania NPR w Piasecznie. Kurs umożliwia małżonkom nauczenie się w sposób bardzo konkretny podstaw metody objawowo – termicznej, uwzględnia okres karmienia piersią, obejmuje sytuacje szczególne, jak powrót płodności po porodzie, po odstawieniu tabletki hormonalnej, w przypadku nieregularności cykli, gdy kobieta pracuje na zmianę itp. Komplet materiałów został wyceniony jak najtaniej, jak to możliwe, przy czym wydatek jest jednorazowy, służy na całe lata.”



OJCIEC ŚWIĘTY O ROKU JUBILEUSZOWYM

Byliśmy umarli na skutek grzechu (por. Ef 2,5) - tak św. Paweł opisuje sytuację człowieka bez Chrystusa. Oto dlaczego Syn Boży zechciał przyjąć ludzką naturę, wyzwalać ją z niewoli grzechu i śmierci.

Człowiek codziennie doświadcza tej niewoli, odczuwając, że jej najgłębsze korzenie tkwią w jego własnym sercu (por. Mt 7, 11). Czasem przejawia się ona w formach dramatycznych i niezwykłych, na przykład poprzez wielkie tragedie XX w., które tak głębokie piętno wycisnęły na losach wielu społeczności i osób, ofiarach okrutnej przemocy. Przymusowe wysiedlenia, systematyczna zagłada narodów, deptanie podstawowych praw człowieka to tragedie, które także dzisiaj niestety znieważają ludzkość. Także w życiu codziennym występują wielorakie postaci przemocy, nienawiści, unicestwienia bliźniego, kłamstwa, których człowiek jest ofiarą i sprawcą. Ludzkość jest naznaczona grzechem. Jej dramatyczne położenie uświadamia nam pełen niepokoju okrzyk Apostoła Narodów: „Nie ma sprawiedliwego, nawet ani jednego” (Rz 3,10; por. Ps 13,3).

Na mrocznym tle grzechu i ludzkiej nieudolności do wyzwolenia się o własnych siłach jaśnieje pełnym blaskiem zbawcze dzieło Chrystusa: „Jego to ustanowił Bóg narzędziem

przebłagania przez wiarę mocą Jego krwi. Chciał przez to okazać swoją sprawiedliwość” (por. Rz 3, 25). Chrystus jest Barankiem, który wziął na siebie grzech świata (por. 1, 29). Dzielił ludzki los „aż do śmierci - i to śmierci krzyżowej” (Flp 2,8), aby wyzwolić człowieka z niewoli zła i przywrócić mu pierwotną godność dziecka Bożego. Oto paschalna tajemnica, w której zostajemy odrodzeni! Tutaj właśnie, jak przypomina Sekwencja wielkanocna, „śmierć zwarła się z życiem w przedziwnym boju”. Ojcowie Kościoła głoszą, że w Jezusie Chrystusie szatan atakuje całą ludzkość i grozi jej śmiercią, od której zostaje ona wyzwolona dzięki zwycięskiej mocy zmartwychwstania. W zmartwychwstałym Panu złamana zostaje moc śmierci, a człowiek zyskuje możliwość dostąpienia przez wiarę komunii z Bogiem. Temu kto wierzy, zostaje udzielone życie samego Boga poprzez działanie Ducha Świętego, który jest „pierwszym darem dla wierzących” (por. IV Modlitwa Eucharystyczna). Tak więc odkupieni dokonane na krzyżu odnawia wszechświat i urzeczywistnia pojednanie między Bogiem a człowiekiem oraz ludzi między sobą nawzajem.

Jubileusz to czas łaski: zostajemy w nim wezwani, aby w szczególny sposób otworzyć się na miłosierdzie Ojca, który w Synu pochylił się nad

człowiekiem, i na pojednanie, wielki dar Chrystusa. Rok ten winien zatem stać się dla chrześcijan, ale także dla wszystkich ludzi dobrej woli. cenną sposobnością do doświadczenia odnawiającej mocy Boga, który obdarza przebaczeniem i pojednaniem. Bóg ofiarowuje swoje miłosierdzie każdemu, kto chce je przyjąć, nawet jeśli jest daleki i pograżony w zwątpieniu. Dzisiejszemu człowiekowi, zmęczonemu miernością i złudzeniami, zostaje zatem dana możliwość wejścia na drogę ku pełni życia. W takim kontekście Wielki Post Roku Świętego 2000 jest w najwyższym stopniu „czasem upragnionym, dniem zbawienia” (por. 2 Kor 6,2), sposobnością szczególnie sprzyjającą „pojednaniu się z Bogiem” (por. 2 Kor 5,20).(...)

Wzorem wierzącego jest dla żydów, chrześcijan i muzułmanów Abraham: ufając otrzymanej oblubienicy, idzie za głosem Boga, który wprowadza go na nieznane ścieżki. Wiara pomaga odkrywać znaki miłującej obecności Boga w świecie stworzonym, w osobach, w wydarzeniach dziejowych, a nade wszystko w dziele i w orędziu Chrystusa, skłaniając człowieka, by sięgnął wzrokiem poza samego siebie i ponad pozorami ku owej transcendentnej rzeczywistości, w której objawia się tajemnica miłości Boga do każdego stworzenia.

(Z orędzia na Wielki Post 2000)

„Fundamenty Rodziny” – dwumiesięcznik **Ligi Małżeństwo Małżeństwo** – stowarzyszenia o charakterze niedochodowym, którego celem jest nauczanie i popularyzowanie naturalnego planowania rodziny. **Redaktor prowadzący:** Maciej Tabor. **Współpraca:** Magdalena Nehring – Gugulska, ks. Janusz Kaleta, Ewa Ślizień – Kuczapska. Sześć kolejnych numerów „Fundamentów Rodziny” wysyłamy uczestnikom kursów NPR prowadzonych przez LMM oraz jako wyraz naszej wdzięczności wszystkim ofiarodawcom, którzy wesprą działalność Ligi darowizną w kwocie co najmniej **25 zł**, wysłaną przekazem na konto LMM: **PKO BP O/Gostynin**, numer: **10204014-33167-270-1** (prosimy o pisanie na przekazie, że jest to dar na rzecz LMM). **LMM, ul. Spokojna 5, 05-502 Piaseczno 3; tel. (0/22) 756 96 56; e-mail: lmm@logonet.com.pl; www.mateusz.pl/ligamm/**

Druk: UNIGRAF, tel. (0-14) 611 25 77