

Przeżywanie wstrzemięźliwości

Nawet mając silne przekonanie, że metody naturalne są jedynym moralnym sposobem planowania poczęć, najprawdopodobniej będziecie doświadczać (przynajmniej sporadycznie) jakichś problemów.

Naturalne planowanie rodziny opiera się na dobrowolnej samokontroli, która może być trudna. Niektóre doświadczone małżeństwa, znające dobrze metodę, będą musiały powstrzymać się od współżycia tylko przez tydzień, inne przez 8 - 10 dni, dla jeszcze innych będą to dwa tygodnie, a w szczególnych sytuacjach okres ten może być nawet dłuższy. Nasze szczęście w dużym stopniu zależy od tego, jak podchodzimy do trudności: jeśli tylko użalamy się nad sobą, będziemy przeżywać ciężkie chwile - bez względu na wagę napotkanych kłopotów. Sprawy będą się miały zupełnie inaczej, gdy w odpowiednim duchu zaakceptujemy trudności. W listach, które otrzymujemy, najbardziej cenią sobie naturalne planowanie rodziny małżonkowie, którzy doświadczyli przedłużonego kresu powściągliwości w związku z pchodzeniem od antykoncepcji do metod naturalnych. Wykorzystali oni ten czas, jak nigdy przedtem, dla pogłębienia wzajemnego zrozumienia w małżeństwie, dla umocnienia miłości.

Oczywiście praktykowanie metod naturalnych wymaga na początek pewnej dojrzałości, pomagając zarazem ją rozwijać w stabilnym i szczęśliwym pożyciu małżeńskim. Raz po raz słyszymy od małżonków, że ich wysiłki związane z wprowadzeniem w życie odpowiedzialnego rodzicielstwa opłaciły się po wielekroć, wzbogacając ich związek. Przyjrzyjmy się zatem, w jaki sposób można przemienić napotykaną przeszkodę w kolejną stopnie prowadzącą do wzrostu dojrzałości. Głębszy sens cierpienia

Słynny żydowski psychiatra, Victor Frankl, wyciągnął głębokie wnioski ze swoich doświadczeń więźnia hitlerowskiego obozu koncentracyjnego. Jego książka pt. "Ludzkie poszukiwanie sensu" należy do tych publikacji, od których trudno się czytelnikowi oderwać zanim nie dojdzie do ostatniej strony. Frankl pisze:

"Cierpienie i śmierć są nieusuwalnym elementem życia. Bez cierpienia i śmierci życie ludzkie byłoby niepełne. Sposób w jaki człowiek przyjmuje swój los i wszelkie cierpienia jakie są z nim związane, to, jak dźwiga swój krzyż, otwiera przed nim - nawet w najcięższych okolicznościach - rozliczne możliwości nadania głębszego sensu własnemu życiu. (...) Człowiek na każdym kroku staje w obliczu losu, to znaczy w obliczu sposobności osiągnięcia czegoś poprzez swoje cierpienie".

Oczywiście, jakiegokolwiek byłyby trudności związane z naturalnym planowaniem rodziny, trudno je przyrównywać do doświadczeń życiowych Frankla i jego wspomnień pobytu w obozie koncentracyjnym. Poza tym akceptujemy je jako konsekwencję wierności chrześcijaństwu albo dążenia do innych wartości. Nadać poświęceniu wartość duchową

Frankl pisze o dźwiganiu naszego krzyża i jego słowa doskonale harmonizują z nauką Jezusa, który powiedział:

"Jeśli kto chce iść za Mną, niech się zaprze samego siebie, niech co dnia weźmie swój krzyż i niech Mnie naśladuje. Bo kto chce zachować swoje życie, straci je, a kto straci swe życie z mego powodu, ten je zachowa. Bo cóż za korzyść ma człowiek, jeśli cały świat zyska, a siebie zatraci lub szkodę poniesie?" (Łk 9, 23-25)

Słowa: "straci swe życie z mego powodu" nie muszą oznaczać wyłącznie męczeńskiej śmierci. Odnoszą się one również do tych małych codziennych poświęceń, za sprawą których potrafimy zrezygnować z wyrażenia naszej własnej woli i okazuje się, że zostajemy odpowiednio ubogaceni, szczególnie jeśli robimy to dla Jezusa. A jakąż wartość miałyby największa nawet przyjemność seksualna w porównaniu z utratą życia wiecznego, będącą konsekwencją pogoni za takimi przyjemnościami?

Jest jeszcze inny sposób uduchowienia przeżywania okresowej powściągliwości i pojawiających się w tym czasie problemów. Niewątpliwie dostrzegacie upadek moralności w świecie zachodnim. (...) Chrześcijańska prawda o świętych obcowaniu oznacza, że modlitwy, dobre uczynki i cierpienia jednej osoby mogą pomóc komuś innemu dzięki powszechnemu pośrednictwu Jezusa Chrystusa. A to oznacza, że i my możemy naszym życiem przyczynić się do walki z poważnym złem niemoralności, które drażny współczesny świat.

Trudno wam zachować czystość małżeńską? Nie użalajcie się nad sobą. Zamiast tego nadajcie sens waszym cierpieniom. Złączcie je z męką Pana Jezusa. Ofiarujcie je jako szczególną modlitwę w intencji powstrzymania aborcji i odrodzenia się czystości wśród chrześcijan wszystkich wyznań i na całym świecie.

Ofiarujcie wasze trudności jako żywą modlitwę o Boże prowadzenie i o łaskę bycia dobrymi rodzicami. Ofiarujcie je za wasze dzieci. Uczynicie to wspólnie - jako mąż i żona, a ubogacie wasze małżeństwo i staniecie się sobie duchowo bliżsi. Dostrzegać dobrodziejstwa

Jak już stwierdziliśmy, jedną z najgorszych rzeczy jest ciągle użalanie się nad sobą w każdej sytuacji. Narzekanie niczego nie zmienia na lepsze, za to może przeszkodzić wam we wzroście osobowym i w czerpaniu dobra z cierpienia. Kiedy odczuwacie pokusę rozczulania się nad sobą, przeczytajcie jeszcze raz zamieszczony powyżej cytat z Victora Frankla.

Pamiętam, jak w dzieciństwie nasza mama zabierała nas w każde święta Bożego Narodzenia do małżeństwa, które było razem od 35 lat. Żona poruszała się tylko na wózku inwalidzkim. We wczesnych latach ich małżeństwa przeżyła wypadek samochodowy, w wyniku którego została sparaliżowana od pasa w dół. Zawsze cieszyli się na nasz widok i obydwójce wyglądali na szczęśliwych. Mama wyjaśniła nam, że mąż musi kąpać swoją żonę i troszczyć się o wszystkie jej potrzeby. Już jako dorosły zrozumiałem, że prawdopodobnie po tym wypadku ci małżonkowie już ze sobą nie współżyli. On jednak pozostał przy niej i był szczęśliwy. Czy nie jest to wspaniałe świadectwo wierności Bogu i sobie nawzajem?

Kiedy narzeczeni zaczynają litować się nad sobą, trudniej im zachować czystość, a małżonkowie są bardziej narażeni na pokusę cudzołóstwa. Gdy zaś małżeństwo praktykujące naturalne planowanie rodziny popada w ton samoużalania się, osłabia w ten sposób swoją odporność na pokusę skorzystania z antykoncepcji.

W każdym przypadku jednym ze sposobów jest dostrzeżenie błogosławieństw, czyli tego, co dobre w naszym życiu. Jeśli męczy nas okresowa powściągliwość, podziękujmy Bogu, że nie jesteśmy zmuszeni do całkowitej wstrzemięźliwości. Przecież ja albo mój mąż moglibyśmy być chorzy albo przeżyć wypadek, który na długi czas albo nawet na całe życie mógłby nas pozbawić możliwości współżycia.

Patrząc bardziej pozytywnie, praktykując naturalne planowanie rodziny, możemy być szczęśliwi, że nie narażamy naszego zdrowia ani nie odbieramy życia nowo poczętemu dziecku przez stosowanie różnych form antykoncepcji. Możemy być dumni, że potrafimy rozpoznać okresy płodności i niepłodności, podczas gdy miliony ludzi nie wiedzą od czego zacząć, nie są nawet świadomi możliwości poznania mechanizmów płodności.

Dostrzegać dobrodziejstwa - to podstawowa reguła życiowa. Ważnym elementem w programie dwunastu kroków Anonimowych Alkoholików jest zasada koncentrowania się na dniu dzisiejszym. To samo można odnieść również do życia w małżeństwie i do problemów, jakich możecie doświadczać, starając się zachować czystość małżeńską w okresie powściągliwości. Jesteście sobie zaślubieni na całe życie, ale musicie przeżywać wasze małżeństwo, koncentrując się na bieżącym dniu, na tym, co jest dzisiaj. Jezus nauczył nas modlić się: "Chleba naszego powszedniego daj nam dzisiaj...". Każdego dnia na nowo Bóg obdarza was łaskami, dzięki którym możecie przewycięzać wszelkie pokusy, jakie napotykacie - dzisiaj. Nie bądźcie tacy poważni

Otwarta komunikacja jest konieczna w każdej dziedzinie małżeńskiego życia. Możecie rozwiązać lub znacznie zredukować wiele problemów, po prostu rozmawiając o nich, a niekiedy tylko przyznając, że coś rzeczywiście jest problemem. Na przykład jeśli mąż odczuwa w okresie powściągliwości silne pragnienia seksualne, ale jednocześnie wie, że powinien ćwiczyć się w samoopanowaniu, to być może znacznie pomogłaby mu w tym otwarta rozmowa z żoną, podzielenie się z nią tymi odczuciami. A jeżeli na dodatek w tym trudnym dla was okresie będziecie umieli zachować poczucie humoru, to jesteście na dobrej drodze ku dojrzałemu przeżywaniu płciowości, wyprzedzając o wiele małżeństwa, które tylko użalają się nad sobą. Co podpowiada zdrowy rozsądek?

Żony, dobrze byłoby, gdybyście sobie uświadomiły, jak łatwo możecie samym wyglądem obudzić w waszych mężach pragnienia seksualne. Ubierajcie się więc stosownie do sytuacji. Nie czekaj, aż mąż powie ci: "Kiedy masz na sobie tę kuszą koszulkę, to od razu przychodzi mi chęć na kochanie." Zdrowy rozsądek mówi, że mężczyźni tak po prostu reagują, więc ten sam zdrowy rozsądek podpowiada, by nie pobudzać wyobraźni twojego męża w okresie, gdy oboje decydujecie się powstrzymać od współżycia. Również mężowie powinni dbać o skromny ubiór.

Zdrowy rozsądek mówi też, że powinniście unikać pobudzających erotycznie programów, filmów, gazet i książek. Cechą naszej płciowości (dotyczy to szczególnie mężów) jest to, że podniecająca może być już sama obecność współmałżonka przy nas. Po co więc utrudniać sobie życie oglądaniem czegoś, co zostało wymyślone w celu wywołania pobudzenia seksualnego? Zauważcie, że niekiedy najgorszym punktem

programu telewizyjnego są po prostu reklamy.

John i Sheila Kippley Autorzy artykułu mają pięcioro dzieci,
mieszkają w Cincinnati i są założycielami

The Couple to Couple League.

Artykuł pochodzi z najnowszego wydania książki Kippleyów pt.
"The Art of Natural Family Planning"

Tłumaczenie: Maciej Tabor