

Trud wstrzemięzliwości

Jesteśmy z żoną pięć lat po ślubie, mamy dwójkę dzieci (4 i 2 lata). (...) Od dłuższego czasu poszukujemy odpowiedzi na pytanie o wzajemne dawanie sobie przyjemności, pieszczoty w okresie płodnym. Od księży, z którymi rozmawiamy, otrzymujemy różne odpowiedzi (od przyzwolenia do zakazu), bądź odpowiedzi dla nas niejasne. Według naszej oceny te chwile zbliżenia dają nam dużo siły i nastrajają bardzo pozytywnie do siebie. Pomagają nam w naszych problemach rodzinnych (starsza córka jest niepełnosprawna i wymaga wiele opieki). Moim zdaniem dają siłę na codzienną walkę. Ze względu na problemy z córką, nie zawsze w okresie płodnym mamy chęć, czas czy siły do współżycia. Po takich zbliżeniach stajemy się sobie bliżsi, bardziej wyrozumiali. Jedynym cieniem jest brak pewności, iż takie postępowanie jest zgodne z nauką Kościoła. (...)

Poruszony w liście problem dotyczy kwestii wytrwania w okresowej powściągliwości związanej z praktykowaniem w małżeństwie metod naturalnej regulacji poczęć, co rzeczywiście czasem bywa dość trudne. Kościół jest świadomy tej trudności - papież Paweł VI tak pisał na ten temat w encyklice "Humanae vitae": "Nauka Kościoła o należytej regulacji poczęć, będąca promulgacją samego prawa Bożego, wyda się niewątpliwie dla wielu trudna; więcej nawet - zupełnie niemożliwa do zachowania. Bo rzeczywiście, jak wszystkie rzeczy szlachetne i pożyteczne, tak i to prawo wymaga mocnych decyzji i wielu wysiłków od poszczególnych ludzi, od rodzin i społeczności ludzkiej." (HV, 20)

Często małżonkowie mówią, iż najsilniejsze pragnienie fizycznej bliskości odczuwają w czasie największej płodności i że natężenie tego pragnienia bliskości fizycznej słabnie u nich, gdy wkraczają w okres niepłodności poprzedzający kolejną miesiączkę - jest to naturalne odczucie. Na to wszystko mogą nałożyć się jeszcze różne życiowe sytuacje - zmęczenie, zapracowanie, codzienne obowiązki, wyjazdy, choroba itp. - które sprawiają, że i w tym czasie małżeństwo nie ma okazji nacieszyć się wzajemną bliskością. Jeśli taki stan rzeczy trwa dłużej, może on rodzić frustrację i napięcie, i skłaniać nawet osoby szczerze wierzące do sięgnięcia po "mniej szkodliwe" środki antykoncepcyjne lub do "zrekompensowania" sobie podjętego wyrzeczenia jakąś formą pieszczot. Może się zdarzyć, że wytłumaczymy sobie takie postępowanie różnymi trudnościami, mówimy, że przecież i tak staramy się żyć w zgodzie z sumieniem, że to przecież mniejsze zło niż antykoncepcja, że oboje tego chcemy itd.

Równocześnie mąż i żona (albo tylko jedno z nich) mogą odczuwać niepokój sumienia, instynktownie wyczuwając, że nie jest to zachowanie zgodne z zasadami czystości małżeńskiej. Z czasem jednak takie postępowanie może przerodzić się w nawyk, prowadząc równocześnie do stopienia wrażliwości sumienia.

Jeśli małżonkowie zamiast współżycia angażują się w intensywne pieszczoty z zamiarem osiągnięcia orgazmu lub gdy tylko świadomie i dobrowolnie dopuszczają taką możliwość, to popełniają grzech określany jako onanizm małżeński albo wzajemna masturbacja i nie usprawiedliwia niczego fakt, że dzieje się to w małżeństwie. Sakrament ten nie oznacza bowiem przyzwolenie na wszelkie zachowania seksualne.

Deklaracja Kongregacji do spraw Nauki Wiary "Persona humana. O niektórych zagadnieniach etyki seksualnej" uczy o masturbacji, 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." (PH, 9)

Wspomniana wyżej deklaracja bardzo pięknie mówi też o ocenie odpowiedzialności i winy człowieka: "...człowiek grzeszy śmiertelnie nie tylko wtedy, gdy jego czyn pochodzi z bezpośredniej pogardy Boga i bliźniego, lecz także wówczas, gdy świadomie i dobrowolnie - z jakiegokolwiek przyczyny - wybiera to, co jest poważnym nieporządkiem moralnym. (...) Zapewne należy przyznać, że ze względu na rodzaj i przyczyny grzechów natury seksualnej, łatwiej się zdarza, iż nie występuje w nich w pełni wolne przyzwolenie. Wskutek tego wymaga się tu roztropności i ostrożności w wydawaniu jakiegokolwiek sądu o odpowiedzialności człowieka. W tej sprawie zwłaszcza przypominają się słowa Pisma świętego:

"...człowiek bierze pod uwagę to, co widoczne dla oczu, Bóg natomiast patrzy na serce" (1 Sm 16, 7). Jeśli jednak zaleca się roztropność w osądzaniu stopnia subiektywnej winy poszczególnych wykroczeń, to bynajmniej stąd nie wynika, iż wolno mniemać, że w dziedzinie seksualnej nie popełnia się grzechów śmiertelnych." (PH, 10)

Problem nie tylko w tym, czy w wyniku pieśczoł dochodzi do pełnej fizycznej satysfakcji uzyskiwanej poza współżyciem czy też w pewnym momencie małżonkowie się zatrzymają, nie doprowadzając się do orgazmu - nie ma jakiegoś małżeńskiego katalogu technik dozwolonych i zabronionych. Problem w tym, żeby nasze wspólne działanie miało na względzie szacunek dla godności żony i męża. Szacunek dla tej godności polega między innymi na tym, żeby nie traktować człowieka jako narzędzie, instrument do dawania przyjemności. Jest to też szacunek dla sumienia współmałżonka w przypadku, gdy nie godzi się on na intensywne formy okazywania czułości w okresie, kiedy nie planując poczęcia, małżonkowie powstrzymują się od współżycia. Nie usprawiedliwia też takiego działania fakt, że oboje tego chcemy lub że jedno z małżonków, podejmując inicjatywę pieśczoł, rozbudzi drugie, tak że mąż czy żona ulegnie tak wywołanemu podnieceniu i odpowie na tę inicjatywę.

Jako ludzie wierzący zobowiązani jesteśmy jednak do starania się o większą doskonałość, której poszukuje się nie tyle na drodze pytania, czy to już grzech, czy może jeszcze nie, lecz poprzez dar z siebie, swoich pragnień, pożądań w imię miłości Boga i bliźnich: "...pełna cnota czystości nie poprzestaje bynajmniej na unikaniu wspomnianych grzechów. Domaga się ona, by miało się przed oczyma także osiągnięcie pewnych wyższych wartości. Jest ona bowiem taką cnotą, która odnosi się do całej osoby, w jej czynach wewnętrznych i działalności zewnętrznej. (...) Tą właśnie cnotą powinni odznaczać się ludzie stosownie do różnych stanów swego życia... (...) Jednak w żadnym stanie życia czystość nie ogranicza się tylko do postawy zewnętrznej; samo serce człowieka winno stać się czyste... (...) Czystość należy do tej powściągliwości, którą św. Paweł zalicza do darów Ducha Świętego (...): Albowiem wolą Bożą jest wasze uświęcenie: powstrzymanie się od rozpusty, aby każdy umiał utrzymywać ciało własne we świętości i we czci, a nie w pożądliwej namiętności, jak to czynią nie znający Boga poganie. Niech nikt w tej sprawie nie wykracza ani nie oszukuje brata swego... Nie powołał nas Bóg do nieczystości, ale do świętości. A więc kto (to) odrzuca, nie człowieka odrzuca, lecz Boga, który przecież daje wam swego Ducha Świętego (1 Tes 4, 3-8; por. Kol, 3, 5-7; Tm 1,10)

Im bardziej wierni rozumieją znaczenie czystości i jej niezbędne zadanie w swym własnym życiu jako mężczyzn i kobiet, tym lepiej - wiedzeni pewnego rodzaju instynktem duchowym - pojmą, co ta cnota nakazuje lub zaleca, łatwiej także, będąc posłusznymi Urzędowi Nauczycielskiemu Kościoła, zdołają przyjąć i wypełnić to, co prawi sumienie nakaże w poszczególnych wypadkach" (PH, 11)

Bez wątpienia małżonkowie mogą wyrażać miłość w różny sposób - także poprzez pieśczoły - ale muszą przy tym zachować uczciwość wobec prawa Bożego, własnych sumień i siebie nawzajem. Czułość, pieśczoły, współżycie mogą znaczyć: "kocham cię" albo przeciwnie: "chcę się z tobą kochać - rozładować swoje podniecenie". Mistrzowie duchowości chrześcijańskiej mówią o potrzebie sublimacji popędu seksualnego - także w małżeństwie. Trzeba świadomie traktować czas, kiedy współżycie może być związane z poczęciem dziecka jako wyzwanie i okazję do owego sublimowania wzajemnych odniesień, do poszerzenia "repertuaru" zachowań, które wyrażają miłość (zapominają o tym nie tylko mężowie ale także zatroskane o codzienne drobiazgi żony). Ostatecznie nieskrępowane wymogami moralnymi życie i współżycie nie zapewnia automatycznie harmonii, zrozumienia i miłości w małżeństwie - często jest wręcz przeciwnie.

Czas powściągnięcia swojej zmysłowości może i powinien służyć tym głębszemu przeżywaniu tego daru, jakim jest możliwość współżycia małżeńskiego. Cóż, pragnienie większej wierności Bogu wiąże się zawsze z doświadczeniem własnej słabości... Kilka praktycznych rad

Co zrobić, żeby okres powściągliwości nie był "drogą przez mękę? Oto kilka poważnych i całkiem prostych pomysłów (chętnie posłuchalibyśmy jeszcze innych):

-

Nie zasypiajmy gruszek w popiele wtedy, kiedy nic nie stoi na przeszkodzie współżyciu, czyli zaplanować i zorganizować intymne wieczory i obdarowywać się pełnią miłosnej rozkoszy (jeśli nie stworzymy

sprzyjających okoliczności, jeśli nasze współżycie będzie szybkie i byle jakie - po ostatnim filmie, z perspektywą wczesnego wstawania do pracy na drugi dzień, to trudno mówić o dobrym wykorzystaniu tego czasu i frustracja będzie narastać; nie ma powodu, żeby akurat na te dni planować wielkie sprzątanie, prasowanie, generalne porządki itp.)

Trwające zbyt krótko współżycie nie satysfakcjonuje małżonków - zwłaszcza kobieta pragnie dłuższych pieszczot, przygotowania, czułości - pewien mąż, który dziwił się reakcjom żony, że jest najbardziej chętna, jak nie można" po wyjaśnieniu tej zależności przyznał szczerze: "no, jak już można, to ja nie potrafię długo czekać"

Przypomnijmy sobie, kiedy ostatni raz wychodziliśmy razem do kawiarni, do kina, na spacer, kiedy mieliśmy czas na dłuższą, spokojną rozmowę, kiedy mąż bez żadnej specjalnej okazji obdarował żonę jakimś drobiazgiem, kiedy żona zrobiła mężowi niespodziankę w postaci jego ulubionej potrawy - w taki sposób można sobie wyznawać miłość bez współżycia w czasie płodności

Czy modlimy się razem i każde z osobna, czy czytamy regularnie Pismo Święte, czy umiemy podjąć post, czy mamy wspólnego stałego spowiednika i czy regularnie oraz często korzystamy z Sakramentu Pojednania? - to są źródła wewnętrznej siły dla chrześcijanina, tylko że często ich nie doceniamy - "... wewnętrzny ład całego obcowania małżeńskiego, który pozwala rozwijać się znakom miłości w ich właściwej proporcji i znaczeniu, jest nie tylko owocem cnoty, którą małżonkowie w sobie wypracowują, ale także darem Ducha Świętego, z którym współpracują." (Papieska Rada ds. Rodziny: "Ludzka płciowość: prawda i znaczenie. Wskazania dla wychowania w rodzinie", 21)

"Czystość domaga się osiągnięcia panowania nad sobą (...). Alternatywa jest oczywista: albo człowiek panuje nad swoimi namiętnościami i osiąga pokój, albo pozwala zniewolić się przez nie i staje się nieszczęśliwy. Każda osoba wie, również przez doświadczenie, że czystość wymaga tego aby stanowczo odsuwać niektóre myśli, słowa i czyny grzeszne, jak to starał się dokładnie wyjaśnić i przypomnieć św. Paweł (...). Takie panowanie nad sobą niesie z sobą zarówno unikanie sytuacji prowokujących i zachęcających do grzechu, jak i umiejętność przewycięzania instynktownych impulsów własnej natury." (Ludzka płciowość...", 18) - niech nam się więc nie wydaje, że jeśli pozwalamy sobie na oglądanie pobudzających filmów czy czasopism, to pozostanie to bez wpływu na naszą zdolność panowania nad sobą.

Kluczem do sukcesu jest przede wszystkim wyraźne i podjęte wspólnie postanowienie nieangażowania się w takie pieszczoty, które mogą sprawić, że stracimy nad sobą panowanie (z reguły małżonkowie bardzo dobrze wiedzą, o jakie gesty chodzi)

Może lepszym ubiorem nocnym żony na ten czas będzie zwykła piżama niż kusa koszulka?

Warto też dobrze nauczyć się metod naturalnego planowania rodziny, by zyskać pewność w wyznaczaniu okresów płodności i niepłodności - małżeństwa, które nie ufają własnym obserwacjom lub mają niewielkie pojęcie o własnej płodności, zwykle niepotrzebnie przedłużają czas powstrzymywania się od współżycia, mimo że nic nie stoi temu na przeszkodzie. Poza tym ta pewność sprzyja spokojnemu i komfortowemu przeżywaniu chwil intymnej bliskości.

Zakończmy jeszcze jednym cytatem: "Sam fakt, że wszyscy są powołani do świętości (...) ułatwia zrozumienie tego, że zarówno w celibacie jak i w małżeństwie mogą istnieć (...) sytuacje, w których są niezbędne heroiczne akty cnoty. Także życie małżeńskie zakłada radosną i wymagającą drogę świętości." ("Ludzka płciowość...", 19) - życzymy sobie, żebyśmy, mimo upadków, wciąż wracali na tę drogę.