

Życ zgodnie z cyklem płodności

„Posłaniec św. Antoniego z Padwy” 12(2007) nr 5, s.18-19.

Podejmowanie współżycia seksualnego w małżeństwie ma podwójny wymiar: stanowi siłę jednoczącą małżonków oraz ma wymiar prokreacyjny, czyli winno być otwarte na nowe życie. Oddzielanie płodności od seksualności człowieka jest zabiegiem niemoralnym, gdyż splyca zarówno sam akt małżeński, jak i godność małżonków, czyniąc ich uczestnikami przedmiotowego aktu seksualnego (por. HV, 9).

W zgodzie z naturą

Bóg – Dawca życia, wkomponował w strukturę fizyczną kobiety cykliczną zdolność rozrodczą. Człowiek zatem posługując się tym darem, winien podjąć stosowne kroki, by w czasie najbardziej dogodnym powołać do życia kolejnych członków swojej rodziny. Należy jednak z całą mocą podkreślić, że naturalne metody regulacji poczęć nie są kolejną formą „Bożej antykoncepcji”, lecz mają służyć małżonkom do zaplanowania kolejnych poczęć. Tak więc metody te są metodami zmierzającymi do powołania życia, nie zaś jego unikania lub ograniczania.

Poprzez akt seksualny małżonkowie uczestniczą w szczególnej misji *pro life*, do której zostali zaproszeni przez Stwórcę (por. Rdz 1,28), by stali się posiadaczami danej im w depozyt ziemi i nią zarządzali.

Cykliczność płodności kobiety sprawia, że przez codzienną obserwację kilku czynników, każda kobieta jest w stanie wyznaczyć okresy płodne i niepłodne. Wśród różnych metod dostępnych współczesnej wiedzy medycznej, największe sukcesy odnosi metoda wieloobjawowa, polegająca na jednoczesnym obserwowaniu wykresu temperatury, śluzu szyjki macicy oraz samej szyjki macicy. Dzięki temu z wielką dokładnością można ustalić czas płodny i niepłodny danej kobiety. W zestawieniu ze standardowymi środkami antykoncepcyjnymi, metody naturalne mają wyniki zbliżone do skuteczności hormonalnych środków antykoncepcyjnych.

Dar płodności i wpisany w nią cykl regulujący zdolności rozrodcze kobiety, został dany człowiekowi, by ten rozumnie z niego korzystał, dostosowując liczbę potomstwa do własnych możliwości wychowawczych i socjalnych.

Mity o trudnościach

Wielu ludzi argumentuje swoją niechęć do naturalnych metod regulacji poczęć pietrzącymi się trudnościami, które uniemożliwiają ich skuteczne używanie. W zamieszczonej tabeli ukazane są najczęściej stawiane zarzuty.

Trudności w stosowaniu metod naturalnych	
Trudności	Odpowiedzi
Brak wiedzy (myślenie statystyczne, mit nieregularnych cykli, mit podwójnej owulacji)	Istnieje wiele publikacji na ten temat, a przede wszystkim kursy, które dają tę wiedzę.
Bariera ze strony lekarzy.	Oczywiście istnieje takie przekonanie, jednakże są lekarze, którzy uznają metody

	naturalne, jako najbardziej skuteczne i etyczne.
Brak wychowania i samowychowania (mężczyzn, kobiet).	Prawdziwa miłość kieruje się dobrem drugiej osoby, a tym samym jest ofiarna, zdolna do wyrzeczeń, jakich wymaga okres wstrzemięźliwości.
Źle pojęta wolność seksualna (mit orgazmu, biologizacja, mit spontaniczności).	Wolności nie można sprowadzić do formy absolutnej w oderwaniu od prawdy i dobra. Wolność jest darem i ciężarem, obrazem i podobieństwem do Boga.
Brak motywacji (brak refleksyjności).	Motywacją dla człowieka wierzącego powinno być sumienie, a także troska o zdrowie oraz zachowanie nienaruszonych relacji, których podstawą winna być miłość, a nie popęd seksualny.
Trudne.	Każda rzecz na początku wydaje się trudna. W Indiach Matka Teresa uczyła proste wieśniaczki tej metody.
Nikt tego nie stosuje.	Wiele małżeństw stosuje tę metodę na całym świecie.
Trudność w powstrzymaniu się od współżycia w okresie płodnym.	Stosowanie tej metody od początku usposabia kobietę do opanowania narastającego w tym okresie popędu seksualnego. Okres wstrzemięźliwości wymaga od małżonków innych form okazywania sobie czułości jako znaku bliskości i miłości.

Powyższe zestawienie ukazuje, iż większość tych trudności jest choć powszechną, to jednak nie prawdziwą opinią, którą przekazuje się kolejnym pokoleniem. Trzeba także dodać, iż wielu lekarzy także nie ma dostatecznej wiedzy na temat naturalnych metod regulacji poczęć i w wielu przypadkach określonych racjami medycznym, przepisuje swoim pacjentkom środki antykoncepcyjne, zamiast zachęcić je do korzystania z tego daru Bożego lub czasowo podjąć wstrzemięźliwość seksualną.

Aby mówić o skuteczności jakiegokolwiek metody antykoncepcyjnej, musi ona spełniać następujące kryteria (wskaźnik Perla): 100% bezpieczeństwa, bez ubocznych skutków, 100% skuteczności, wolna od dodatkowych czynności przed aktem seksualnym, odwracalna, bezbolesna i prosta procedura, której się nie zapomina, prosty sposób rezygnacji ze stosowania metody, przystępna cena i łatwość dystrybucji, możliwość stosowania bez konsultacji medycznej, możliwość stosowania i kontrolowania przez kobietę. Spośród wszystkich znanych metod najbliższe temu ideałowi są naturalne metody. Wskaźnik Perla dla metod naturalnych wynosi 0,1.

Trudno zatem mówić o trudnościach, jakie niosą ze sobą naturalne metody regulacji poczęć, gdyż wszystko jest jedynie kwestią woli i chęci zapoznania się z nimi, by móc skutecznie z nich korzystać.

Dobrodziejstwo naturalnych metod

Okresowa wstrzemięźliwość w dniach płodnych prowadzi małżonków do dialogu na temat innych spraw życia małżeńskiego, co znacznie poprawia relacje między małżonkami w innych dziedzinach życia. Ze świadectw wielu par małżeńskich stosujących naturalne metody regulacji poczęć, wynika, że małżonkowie przeżywają każdego miesiąca swój okres narzeczeństwa w oczekiwaniu na moment zaślubin, gdy połączą się w miłosnym akcie małżeńskim. Zgodnie z nauczaniem Jana Pawła II życie zgodne z cyklem płodności kobiety jest akceptacją „cyklu osoby, to jest kobiety, a co za tym idzie akceptację dialogu, wzajemnego poszanowania, wspólnej odpowiedzialności, panowania nad sobą. Przyjęcie cyklu i dialogu oznacza następnie uznanie charakteru duchowego i cielesnego zarazem komunii małżeńskiej, jak również przeżywanie miłości osobowej w wierności, jakiej ona wymaga” (FC, 32). Papież podkreśla, że czasowa wstrzemięźliwość niesie ze sobą wiele dobrodziejstw dla umocnienia więzi pomiędzy małżonkami i wzrostu miłości między nimi. Opanowanie, które staje się owocem, życia zgodnego z rytmem płodności, wprowadza małżonków w nieznaną dotąd klimat bogactwa doznań emocjonalnych, czułych gestów i słów, które muszą wyrazić to, co tak łatwo pisze się językiem ciała.

Wiele małżeństw podkreśla, że bez względu na zapatrywania światopoglądowe stosowałyby naturalne metody regulacji poczęć, gdyż przynoszą one ogromne korzyści dla ich wzajemnych relacji i budowania jedności i miłości.

* * *

Życie płciowe małżonków przebiega na dwóch płaszczyznach: biologicznej i osobowej. Pierwsza z płaszczyzn charakteryzowana jest przez cykliczność płodności kobiety i zdolność prokreacyjną obojga. Druga zaś w akcie seksualnym wyraża wzajemne oddanie siebie małżonków w darze, którego źródłem jest ich miłość. Pragnienie zjednoczenia fizycznego z osobą kochaną znajduje swoje wyjaśnienie w naturalnej skłonności człowieka do bycia w orbicie osób kochanych. Ten zaś szczególny wymiar bycia „z” i „dla” drugiej osoby czyni akt seksualny na wskroś ludzkim, a tym samym zgodnym z Bożym zamysłem.