

CZŁOWIEK  
MIŁOŚĆ  
RODZINA

---

„*Humanae Vitae*”  
po 30 latach

Materiały z sympozjum  
KUL · 3–4 grudnia 1998

Redaktorzy  
KS. JANUSZ NAGÓRNY  
KS. KRZYSZTOF JEŻYNA

Redakcja Wydawnictw  
Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego  
Lublin 1999

Projekt okładki i stron tytułowych  
MACIEJ BOCHYŃSKI

Opracowanie techniczne  
LEON FORMELA

© Copyright by Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1999

ISBN 83-228-0749-X

REDAKCJA WYDAWNICTW  
KATOLICKIEGO UNIWERSYTETU LUBELSKIEGO  
ul. Konstantynów 1, 20-708 Lublin  
tel. 524-18-09 (centrala), 525-71-66 (kolportaż)

---

Wydanie I. Zam. 344/98

---

Zakład Małej Poligrafii KUL

DOROTA KORNAS-BIELA

## CZYM JEST NATURALNE PLANOWANIE RODZINY?

### Szacunek dla płodności

Zainteresowanie prokreacją ma tak długą historię jak długo istnieje człowiek. W czasach prehistorycznych wykazywano ogromne zainteresowanie tajemnicą przekazywania życia przez ludzi, zwierzęta i rośliny, gdyż od płodności zależało przetrwanie rodziny, rodu lub plemienia oraz zapewnienie żywności (poprzez hodowlę zwierząt i uprawę roli). W wypadku braku potomstwa upadały dynastie i mocarstwa, zmieniał się tok historii ludzkości. O wadze, jaką zajmowała prokreacja w przeżyciach ludzi, świadczą znajdowane przez archeologów figurki i malowidła – nierzadko przedstawiają one zwierzęta i ludzi w trakcie aktu seksualnego, postaci z wyolbrzymionymi narządami rozrodczymi, kobiety ciężarne i rodzące. Przykładem może być Europejska Wenus malowana dla celów rytualnych, związanych z płodnością już 20 000 lat temu na skałach podziemnych jaskiń na terenie od Francji do Syberii. Również najstarsze figurki znalezione na obu kontynentach amerykańskich w sposób symboliczny wyrażają szacunek dla płodności, np. figurki sprzed 7000 lat, zwane Wenus z Valdivii, znalezione na wybrzeżach

Ekwadoru, przedstawiające kobiety o olbrzymich piersiach, figurki męskie z penisem wielkości prawie całego ciała, figurki penisa umieszczane w urnach itp. Znaleźiska te wskazują na ważność prokreacji dla ówczesnych ludzi, którzy włączali akt seksualny jako potencjalnie płodny w rytuały religijne i w rytuały związane z narodzinami i śmiercią. Prokreacja była nie tylko ważna, była również czymś tajemniczym, mistycznym, uczestnictwem w życiodajnej roli Matki-Ziemi.

### **Dążenie człowieka do rozumienia i panowania nad prokreacją**

Jednocześnie, człowiek od zarania wieków chciał panować nad sobą, drugim człowiekiem i tym co go otacza. Wiara, że może decydować o swoim losie, towarzyszy człowiekowi od biblijnego Edenu. Współczesnym wyrazem chęci człowieka do poznania „owocu drzewa” i korzystania z niego jest bezgraniczne zaufanie do wszelkich odkryć myśli naukowej, bezkrytyczne korzystanie z ułatwień technicznych i osiągnięć medycznych. Pomimo kryzysu ekologicznego, człowiek nadal szuka nowych środków panowania nad przyrodą i nad własną naturą, w tym również w zakresie własnej płodności.

Chęć człowieka do panowania nad skutkami aktywności seksualnej stała się w ostatnich dziesięcioleciach ogromnie żywa. Coraz bardziej, w miarę rozwoju technicznych środków ingerujących w naturalny przebieg procesów fizjologicznych organizmu, poczęcie dziecka staje się przedmiotem wyboru. Człowiek może podjąć decyzję co do samego faktu posiadania dziecka, jak również co do metody uniknięcia jego poczęcia. Może wybrać jedną z metod, opierających się na biologicznym rytmie płodności i okresowej wstrzemięźliwości seksualnej, może też wybrać jedną z metod sztucznych, które tworzą mechaniczną lub chemiczną zaporę przed poczęciem, a nawet niszczą zainicjowane życie.

Wraz z postępem wiedzy i umiejętności człowieka związanych z zapobieganiem poczęciu można zaobserwować spadek wartości dziecka oraz macierzyństwa w społeczeństwie. Posiadanie dziecka oraz spełnianie funkcji macierzyńskiej i ojcowskiej przestaje być cenioną wartością, zwłaszcza gdy spełni się preferowany model rodziny z jednym lub co najwyżej z dwójką dzieci.

### **Pozorność swobody wyboru**

Możliwość dokonania wyboru metody regulacji poczęć jest jednak pozorna. Najczęściej wybór ten nie jest wolny, gdyż nie spełnia warunków takiego wyboru. Człowiek współczesny jest bowiem pozbawiony rzetelnej informacji o naturalnych metodach planowania rodziny, a jego preferencje w tym zakresie są modelowane przez propagandę mass mediów, opinie osób znaczących. Brak wiedzy oraz wiedza nieprawdziwa co do istoty, sposobu wykorzystania i pozytywnych wartości naturalnego planowania rodziny, jak też co do negatywnych konsekwencji przyjęcia postawy przeciw życiu, wyrażonej w aprobacie dla antykoncepcji, powoduje, że wybór antykoncepcji nie jest wolnym wyborem, chociaż często tak jest interpretowany w prasie kobiecej i liberalnej oraz w literaturze feministycznej.

Naturalne planowanie rodziny jest metodą regulowania liczby dzieci w rodzinie i odległości czasowej między nimi, bazującą na wiedzy o objawach płodności. W prasie i w literaturze naukowej informacja o cyklicznej płodności kobiecej i o metodach jej rozpoznawania jest pomijana lub przedstawiana jako możliwa do zastosowania tylko w szczególnych sytuacjach, np. przez kobiety z regularnymi cyklami lub pary, które są w stanie powstrzymać się od współżycia przez długie okresy.

Przykładem manipulacji jest propagowanie w mass mediach poglądu, że naturalne planowanie rodziny jest sposobem „jak po katolicku nie mieć dzieci”, natomiast same metody są nie-

naukowe, nienowoczesne, nieefektywne, trudne do nauczenia, niemożliwe do stosowania w wielu sytuacjach życiowych, nie sprzyjające więzi małżeńskiej. Wszystkie te zarzuty są nieprawdziwe, ale trudno je odeprzeć bez możliwości rozpowszechnienia prawdziwych informacji oraz wykazania stosowanych manipulacji, jak też bez możliwości oddziaływania na młodzież w celu dostarczenia jej informacji, wyposażenia w umiejętności rozpoznawania własnej płodności oraz ukształtowania pozytywnych postaw do niej.

Bardzo często jest podtrzymywana niewiedza adresatów ulotek, broszur lub popularnych artykułów jak i naukowych doniesień o tym, że metody naturalnego planowania rodziny mają bardzo mocne podstawy naukowe. Przeciwnie, wciąż błędnie utożsamia się je z tzw. metodą kalendarzową (metodą rytmu), która była najwcześniejszą metodą wykorzystania wiedzy o okresowym charakterze płodności kobiety. Tymczasem obecna wiedza odnośnie do fizjologii cyklu kobiecego pozwala za pomocą identyfikacji symptomów płodności rozpoznać jej czas pojawienia się i zakończenia, a do identyfikacji tego służą pomocą różne przyrządy (np. Cavero 1995, Raith i in. 1997). Efektywność metod naturalnego planowania rodziny była dokumentowana we wcześniejszych badaniach (np. WHO 1981; Billings i in. 1972; Hilgers i in. 1978; Wade i in. 1981) oraz w badaniach ostatniego dziesięciolecia (Frank-Hermann i in. 1991; Ryder 1993; Fehring i in. 1994), między innymi przez specjalną Europejską Grupę ds. Badań nad Naturalnym Planowaniem Rodziny (1993), której badania na terenie Niemiec koordynował prof. G. Freundl z Uniwersytetu w Düsseldorfie (Freundl 1992). Badania te wykazały, że efektywność metody objawowo-termicznej (podwójnego sprawdzenia) jest bardzo wysoka – wynosi 2.45 (Pearl Index). Podobne wyniki zostały zaprezentowane w licznych artykułach i doniesieniach w dwumiesięczniku „Naturalne Planowanie Rodziny” (np. Lamprecht, Trussel 1998) oraz publikacjach (np. Lichtarowicz 1993; Rötzer, 1994; Pulikowski 1997; Raith i in. 1997). Można też zapoznać się z nimi na stronie WWW w internecie.

Pomimo zainteresowania biologów cyklicznością zmian w płodności kobiety i znalezieniem wieloczynnikowych metod wyznaczania terminu owulacji, liczba badań naukowych dotyczących antykoncepcji jest niewspółmiernie większa w stosunku do liczby badań nad naturalnymi metodami regulacji poczęć, co wynika z istoty antykoncepcji, jako środka technicznego. Wysiłku tysięcy ludzi wymaga szukanie nowych środków ubezpłodniających lub niszczących powstałe życie, produkowanie technicznych środków coraz łatwiejszych w użyciu, o mniejszej liczbie objawów ubocznych, coraz bardziej skutecznych i bezpiecznych. Za propagowaniem metod antykoncepcyjnych kryje się olbrzymi przemysł, który zarabia na ograniczaniu ludzkiej płodności sumy sięgające miliardów dolarów rocznie. O rozmiarze problemu antykoncepcji i finansowej machinie, która otacza ich dystrybucję, mogą świadczyć przykładowe liczby. Już na początku lat 90-tych 2.3 miliona kobiet amerykańskich i około 60 milionów kobiet na świecie używało wkładek wewnątrzmacicznych jako sposobu na uniknięcie potomstwa. Badacze, producenci, dystrybutorzy, sprzedawcy, lekarze, i inne liczne grupy zawodowe osiągają dzięki metodom antykoncepcyjnym ogromne zyski ekonomiczne. Natomiast stosowanie metod naturalnej regulacji poczęć jest niedochodowe, dlatego też brak jest zainteresowania ich propagowaniem. Przeciwnie, zarzuca się im nieefektywność, aby umotywować współmałżonków do zakupu środków, zapewniających poprawienie stanu konta bankowego osób związanych zawodowo z przemysłem pracującym na rzecz cywilizacji wrogiej życiu.

### **Ekologiczny aspekt naturalnego planowania rodziny**

Obecnie coraz częściej zwraca się uwagę na konieczność oceny skutków zanieczyszczenia środowiska naturalnego i zapobiegania dalszej jego degradacji. Na świecie aktywizują się róż-

ne grupy ekologiczne, które nawołują do „powrotu do natury”. Jednym z ich dążeń oprócz walki ze skutkami uprzemysłowienia i urbanizacji jest nawoływanie do rezygnacji z medycznych technik inwazyjnych, monitorujących przebieg normalnej ciąży, oraz powrotu do naturalnego porodu i karmienia piersią. Jednak zagrożenia, jakie powstają w związku ze skażeniem środowiska, są rzadko odnoszone do sfery prokreacji i do środowiska układu rozrodczego matki i ojca, również ulegających dewastacji wskutek działania szkodliwych czynników. Dbałości o naturalność otaczającej nas atmosfery (np. zakładanie filtrów, walka z paleniem papierosów) oraz używanych przez nas rzeczy (ubioru, kosmetyków), spożywanych produktów (tzw. zdrowa żywność) oraz leków (preferencja ziół), jak też naturalnego stylu życia (np. korzystanie z niekonwencjonalnej medycyny) nie towarzyszy analogiczny aplauz dla metod naturalnego planowania rodziny, chociaż są one rzeczywiście bezpieczne dla zdrowia fizycznego i psychicznego osób korzystających z nich oraz dla mogącego się począć dziecka (por. Kornas-Biela 1993).

Tymczasem rozwijająca się wiedza dostarcza nam dowodów, iż troska o zapewnienie zdrowego środowiska rozwoju człowieka musi obejmować dbałość o zdrowe łono matek, one bowiem stanowią pierwsze środowisko życia, pierwszy dom. W tym gnieździe następuje poczęcie, w tej kołysce dziecko rośnie i rozwija się przez najważniejsze miesiące, kiedy dokonuje się „cud życia”. Łono matki jest pierwszym środowiskiem ekologicznym człowieka i dlatego nie jest obojętne dla jego rozwoju, czy jest to środowisko zdrowe, sprawnie funkcjonujące, jaka panuje w nim atmosfera. Chcąc zapobiec narastającemu kryzysowi ekologicznemu, musimy skupić się przede wszystkim na profilaktyce zagrożeń tego najwcześniejszego środowiska życia człowieka. Jednak profilaktyka nie może obejmować jedynie tych zagrożeń, które wynikają ze skażeń przemysłowych i nieprawidłowej gospodarki dobrami naturalnymi. Najnowsze badania rozwoju człowieka przed urodzeniem pokazały, że nie tylko stan fizyczny ale i psychiczny rodziców ma wpływ na jakość ich komórek rozrodczych, a tym samym na wyposażenie genetyczne człowieka.

Akcentowana coraz bardziej tzw. jakość życia odnosi się również do okresu prenatalnego – zadaniem każdego z rodziców jest optymalizacja jakości życia ich dziecka od momentu poczęcia, a nawet przygotowanie się do tego, aby dziecko było zapraszane z radością, oczekiwane i chociaż nie zawsze zaplanowane w danym momencie, to jednak przyjęte tak, aby łono matki mogło być dla niego w najpełniejszym tego słowa znaczeniu DOMEM.

### **Prawo do naturalnej regulacji poczęć**

Należy jednocześnie odnotować fakt, że pomimo częstego mówienia o różnych prawach człowieka, dotyczących np. jego własności prywatnej, brak jest głosów wskazujących na to, że możliwość planowania rodziny, wykorzystująca normalne fizjologiczne możliwości człowieka, należy do jego praw i państwo jest zobowiązane do stworzenia warunków, aby osoby, które nie mogą nabyć wiedzy i umiejętności z tego zakresu we własnej rodzinie, mogły uzyskać je od dobrze wykwalifikowanych profesjonalistów.

Nie tylko jednak małżonkowie mają prawo do rzetelnej wiedzy i ochrony ich zdrowia oraz pomocy w tworzeniu rodziny, ale również dziecko ma prawo do godnego poczęcia. Prawo to mieści się w ramach praw służących ochronie dóbr osobistych człowieka. Dziecko więc ma prawo do osobowego traktowania jego samego od momentu zaistnienia, jak i stworzenia mu warunków, które sprzyjają jego pojawieniu się i nie tylko podtrzymują, ale i optymalizują jego rozwój.

Tymczasem metody antykoncepcyjne niszczą środowisko życia dziecka, nie tylko to fizyczne, uszkadzając strukturę i funkcjonowanie narządów rozrodczych, ale też wpływają negatywnie na psychikę kobiety, ustawiając ją przeciw dziecku. Wrogie lub lękowe ustosunkowanie się do możliwości poczęcia

może niekorzystnie wpłynąć na procesy biochemiczne w jajowodzie i macicy, powodując trwałą niepłodność. Używanie metod antykoncepcyjnych niszczy nie tylko łono matki, ale też jej serce, gdyż nie jest ona w stanie otworzyć się na każde dziecko, przyjąc je bez warunków i cieszyć się nim takim, jakie ono jest. Jeśli dziecko musi spełnić warunek, by pojawić się w porę, będzie zapewne musiało spełnić wiele innych warunków, np. być zdrowe, zdolne, postudzne. Niespełnienie przez niego oczekiwań rodziców może spowodować jego odrzucenie poprzez aborcję lub użycie diagnostyki prenatalnej celem selekcji, jeśli okaże się chore. Pozytywna postawa wobec antykoncepcji jest bowiem ściśle związana z pozytywną postawą wobec aborcji, gdyż obie są wyrazem tej samej mentalności, skierowanej przeciw życiu, przeciw dziecku, przeciw bezwarunkowej miłości rodzicielskiej. Są objawem chorej cywilizacji śmierci.

Oprócz prawa do godnego poczęcia, człowiek ma również prawo do tego, aby być traktowanym jako byt autonomiczny, którego nikt nie ma prawa posiadać. Rodzice mają jedynie prawo do aktów małżeńskich, w wyniku których dziecko może się począć, natomiast nie mają do niego prawa. Rodzice muszą rozpoznać to prawo jeszcze przed poczęciem dziecka, gdyż jest ono bytem osobowym i nie może być niczyją własnością. W przeciwnym razie może być traktowane jak rzecz, którą można nabyć w wyniku sztucznego zapłodnienia lub którą można dowolnie dysponować (jako zawartością brzucha matki, częścią jej ciała) i pozbyć się poprzez aborcję. Rodzice mogą prosić Boga o dziecko, o ucieleśnienie się Bożego Ducha w nim i o uduchowanie tego, co może zaistnieć z połączenia się komórek ich ciała. Postawa prośby i służby wobec tajemnicy i godności nowo budzącego się życia jest tu jedyną właściwą. Pojawienie się dziecka musi więc być traktowane jako wynik miłostnego daru oddania się siebie drugiemu i przyjęcia tego daru. Ze spotkania dwóch osób i interwencji Osoby Boga rodzi się nowa osoba. Jest ona dla rodziców darem do kochania, któremu oni się oddają rodząc go na co dzień w procesie wychowania (od poczęcia) i od którego przyjmują dary, którymi ich ono obdarza.

## Zalecenia WHO i ONZ

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) w 1987 roku opublikowała zalecenia dotyczące naturalnego planowania rodziny, wskazując na ich użyteczność również dla par mających trudności z poczęciem dziecka oraz zachęcając do ukazywania ich wartości. Zalecano też podjęcie badań nad czynnikami, które mogą ułatwić stosowanie tych metod oraz przyczyn, dla których nie są powszechnie wybierane, jak też badań nad ich efektywnością, stopniem zadowolenia użytkowników i konsekwencjami. Według WHO, każde państwo jest zobowiązane do kształcenia pracowników podstawowej opieki zdrowotnej w zakresie najnowszych metod naturalnego planowania rodziny, wdrażania ich w zakres opieki nad zdrowiem matki i dziecka oraz w nauczanie młodzieży i dorosłych – nieprofesjonalistów, do powoływania wielodyscyplinarnych zespołów w celu promowania i szkolenia w tym zakresie, rozwijania programy informacyjne dla mężczyzn.

Również Rada Wykonawcza UNDP UNFPA na posiedzeniu w Genewie w dniach 6-17 czerwca 1994 roku zaleciła zwiększenie efektywności przedsięwzięć w zakresie planowania rodziny poprzez, między innymi, przeciwdziałanie negatywnym skutkom jednostronnego podporządkowania się modzie i technologii antykoncepcji, poprzez zwracanie większej uwagi na edukację, rolę tradycji kulturowych i rodziny, a także mężczyzn w kwestiach planowania rodziny.

Od wielu lat w publikacjach naukowych (np. Uricchio, Williams 1973, s. 160-162) oraz w pracach różnych komisji i organizacji, zajmujących się planowaniem rodziny, formułowany jest postulat, iż konieczne jest przeznaczenie większych funduszy na badania i poszukiwanie metod, które:

- nie wkraczają inwazyjnie w funkcjonowanie organizmu kobiety lub mężczyzny i nie zmieniają naturalnych procesów fizjologicznych, ale na nich bazują, a więc są jednocześnie bezpieczne dla zdrowia fizycznego i psychicznego;

- są skuteczne zarówno wtedy, gdy chce się uniknąć poczęcia, jak i wtedy, gdy chce się je osiągnąć;
- nie wprowadzają konfliktu sumienia, są zgodne z osobistym systemem wartości i norm moralnych,
- są dostępne dla wszystkich, niezależnie od rozwoju sieci placówek służby zdrowia;
- są proste w użyciu, możliwe do zastosowania dla osób o różnym poziomie wykształcenia i w różnych sytuacjach życiowych;
- nic nie kosztują lub są mało kosztowne, a tym samym dostępne niezależnie od statusu ekonomicznego;
- zapewniają zaspokojenie potrzeb psychofizycznych pary, np. dyskrecji, prywatności, intymności, poczucia kontroli nad własnym ciałem, estetyczności;
- umożliwiają kobiecie znajomość funkcjonowania własnego ciała, pozwalają na uchwycenie oznak nieprawidłowości i zmian chorobowych w ramach organu rozrodczego;
- motywują do rozmów i decyzji podejmowanych wspólnie w ramach pary odnośnie do ich współżycia seksualnego, a tym samym sprzyjają więzi małżeńskiej i zapewniają partnerską pozycję kobiety w układzie małżeńskim;
- są możliwe do zaakceptowania w zaznajamianiu nastolatków z funkcjonowaniem organów rozrodczych i możliwościami decydowania przez człowieka w sprawach prokreacji.

Wszystkie te wymagania spełniane są przez naturalne metody regulacji poczęć, nie realizuje ich natomiast żadna z metod antykoncepcyjnych. Powstaje więc pytanie, dlaczego naturalne planowanie rodziny nie jest często stosowane i tak trudne do zaakceptowania? Daje na to odpowiedź sformułowanie z Raportu Międzynarodowego Programu Badań nad Płodnością: „Naturalne planowanie rodziny nie jest na tyle przekonujące, aby zmienić zdanie tych, którzy wątpią w jego przydatność, ani na tyle złe, aby osłabić entuzjazm tych, którzy stosują je z powodzeniem lub propagują”. Tym, co czyni naturalne planowanie rodziny nie przekonującym jest fakt, że „wymaga decyzji pary co do ścisłego przestrzegania okresowej wstrzemięźliwości

seksualnej, a na to nie każdy ma ochotę” (za: Williams 1986). Stosowanie tej formy regulacji poczęć wymaga więc znacznie większej motywacji i zaangażowania niż korzystanie z antykoncepcji (Ponzetti, Hoefler 1988). Żadne inne względy, tylko niechęć ludzi do panowania nad zaspokojeniem pożądań seksualnych jest głównym powodem negatywnego stosunku do naturalnego planowania rodziny, które wymaga umiejętności przetwarzania napięć seksualnych i odraczania przyjemności zmysłowej. W. Fijałkowski mówi w tym względzie o konieczności wyboru wartości, kanalizowaniu sił witalnych, ukierunkowaniu pobudeł, przemienianiu napięć, używotnianiu energii popędowej, uwewnętrznianiu nacisków wyobraźni (1993, 1997).

Jeśli jednak ktoś nie został wychowany do panowania nad sposobami zaspokajania potrzeb i nie wykształcił bogatego repertuaru pozaseksualnych sposobów wyrażania uczuć i cielesnych poruszeń lub jako dorosły nie pracuje nad sobą, aby twórczo ustosunkowywać się do własnej seksualności, to pozostaje wobec niej bezbronny. Funkcjonuje wtedy tak, jakby nie miał kory mózgowej i tego, co najbardziej ludzkie – umiejętności panowania nad podkorowymi instynktami, zdolności do miłości i poświęcenia, dążenia do realizowania się w sferze ducha i wyższych wartości. Wybór antykoncepcji jest więc wyrazem ucieczki człowieka przed zagrożeniem, jakie budzi w nim jego płciowość i płodność. Jest to jednocześnie ucieczka przed samym sobą, gdyż człowiek ze swej natury jest istotą płciową i potencjalnie płodną.

### **Naturalne planowanie rodziny a metody rozpoznawania płodności**

W wspomnianych wyżej *Zaleceniach WHO* (1987) dotyczących naturalnego planowania rodziny, pierwszy postulat zawiera wskazanie, aby termin „naturalne planowanie rodziny” zastąpić

terminem „metody rozpoznawania płodności” (*fertility awareness methods*). Terminologia ta zaczyna przyjmować się również w Polsce. Chciałabym jednak wskazać na pewne nieściśłości i wynikające z tego niebezpieczeństwa.

Postulat zastąpienia jednego terminu drugim oznacza przyjęcie założenia, że te terminy są synonimami, a ich desygnatem jest ta sama rzeczywistość. Tymczasem oba terminy zakresowo krzyżują się, natomiast nie można ich ze sobą utożsamiać. Naturalne planowanie rodziny jest bowiem stylem życia małżonków, którzy, przy zachowaniu postawy otwartej na życie, swoje zamierzenia prokreacyjne realizują zgodnie z wiedzą o cyklicznej płodności kobiety. Jest to więc droga życia pary ludzkiej, uwzględniającej we wzajemnych odniesieniach małżeńskich czas naturalnej płodności lub niepłodności i podejmującej współżycie w zależności od tego czy chcą lub nie chcą aktualnie począć dziecko. Małżonkowie, zawsze otwarci na życie, nie ubezpłodnieni, wolni w podjęciu zbliżenia małżeńskiego zgodnie z wcześniejszą decyzją o poczęciu dziecka, wybierają więc jakąś metodę rozpoznawania początku i końca okresu płodności, aby do tego rytmu dostosować swoje zbliżenia małżeńskie.

Metody rozpoznawania płodności są więc jedynie instrumentem detekcji owulacji. Niewątpliwie, świadomość pracy własnego ciała i umiejętność oceny płodności pomaga w podniesieniu poczucia własnej wartości i wewnętrznej lokalizacji kontroli. Daje poczucie większego panowania nad tym, co mi się w życiu zdarza, poczucie bezpieczeństwa i pokoju wewnętrznego. Znajomość tych metod ma więc niewątpliwie walory psychologiczne i wychowawcze, ale nie może być utożsamiana z naturalnym planowaniem rodziny.

Metody rozpoznawania płodności są wykorzystywane przez małżonków, żyjących zgodnie z ideą naturalnego planowania rodziny, jako sposób na zdobycie informacji o własnym, funkcjonującym dla nich rytmie płodności, osadzonym na cyklu miesięcznym małżonki. Jednak, o ile naturalne planowanie rodziny jest stylem życia, o tyle metody rozpoznawania płodności są, jak sama nazwa wskazuje, jedynie metodami, które mogą być użyte

przez różne osoby i w różnym celu. Tak więc mogą być one stosowane poza układem małżeńskim – w okresie młodzieńczym lub w życiu samotnym, celem obserwacji naturalnych wskaźników płodności i upewnienia się, co do własnego zdrowia w tym zakresie lub ewentualnego uchwycenia zaburzeń. Niestety, są one czasem propagowane w ramach mentalności antykoncepcyjnej, jako metody pozwalające ograniczyć stosowanie środków antykoncepcyjnych jedynie do okresu płodności. Ich zaletą byłoby więc rzadsze ubezpieczanie się przez parę – stosowanie np. środków barierowych lub chemicznych jedynie w dni płodne. Takie postępowanie jest zgodne z duchem metody, bo ona sama w sobie jest tylko sposobem rozpoznawania płodności, ale nie jest zgodne z duchem naturalnego planowania rodziny, którego nie można sprowadzić do żadnej, nawet najlepszej metody ani pogodzić z mentalnością antykoncepcyjną. Wartość naturalnego planowania rodziny zależy więc nie tylko od doboru metody rozpoznawania płodności, ale przede wszystkim od postawy – otwartej lub zamkniętej na życie, od postawy – afirmującej lub negującej własną płodność, a więc od drogi realizowania się małżeństwa jako wspólnoty rodzinnej.

### **Naturalne planowanie rodziny a odpowiedzialne rodzicielstwo**

Obecnie stosowanie naturalnego planowania rodziny jest traktowane jako wyraz realizacji wskazań encykliki *Humanae Vitae* (por. Skrzydlewski 1998). Trzeba jednak pamiętać, że w encyklice jest mowa jedynie o odpowiedzialnym rodzicielstwie, tzn. o postawie, jaką powinni przyjąć małżonkowie w stosunku do siebie jako istot płciowych i potencjalnie płodnych, w stosunku do daru miłości małżeńskiej, jakim jest współżycie seksualne i związane z nim prawa przekazywania życia oraz w stosunku do rodzicielstwa, a tym samym do dziecka. Odpowiedzialne

rodzicielstwo jest pojęciem szerszym zakresowo niż naturalne planowanie rodziny, gdyż obejmuje rodzicielstwo w całym jego wymiarze, nie tylko w aspekcie wzbudzania życia. Polega ono na wzajemnym oddaniu się małżonków w aktach miłości pełnej, wiernej, wyłącznej i czystej, które umacniają ich w tworzeniu wspólnoty i pozwalają współpracować z Bogiem nie tylko w wydawaniu na świat dzieci, ale i w ich wychowaniu (HV, 8 i 9). Odpowiedzialne rodzicielstwo domaga się stylu życia małżeńskiego opartego o naturalne planowanie rodziny, a tym samym zastosowania metod rozpoznawania okresowej płodności, ale się do tego nie ogranicza. Jego istotą jest bowiem kierowanie się „roztropnym namysłem i wielkodusznością” w podejmowaniu decyzji o przyjęciu liczniejszego potomstwa lub dla ważnych przyczyn i przy poszanowaniu nakazów moralnych okresowe lub na czas nieograniczony unikanie poczęcia dziecka (HV, 10). W odpowiedzialnym rodzicielstwie jest więc akcent na współpracę z wolą Boga – Pierwszego Twórcy ludzkiego życia (HV, 13) i postępowanie zgodne z Jego planem wobec miłości małżeńskiej, wobec rodziny i społeczeństwa (HV, 10).

Interesującym jest to, że potoczne utożsamianie odpowiedzialnego rodzicielstwa w rozumieniu encykliki z naturalnym planowaniem rodziny jest wynikiem znalezienia praktycznego sposobu zastosowania jej wskazań. Natomiast w samym dokumencie nie ma mowy o planowaniu rodziny lecz o odpowiedzialności w rodzicielstwie. Życie małżeńskie oparte o naturalne planowanie rodziny nie musi być bowiem wyrazem odpowiedzialnego rodzicielstwa w duchu Encykliki, gdyż może wynikać z postawy egoistycznej i zmierzać do ograniczania liczby dzieci bez wielkodusznego otwarcia się na życie lub poczynania nowego życia bez roztropnego namysłu, co jest dobre ze względu na warunki fizyczne lub psychiczne małżonków bądź okoliczności zewnętrzne (por. HV, 16). Właściwie rozumiane naturalne planowanie rodziny służy odpowiedzialnemu rodzicielstwu, ale ponieważ samo nie chroni przed stosowaniem go z właściwą motywacją (np. motywacja może być jedynie ekologiczna, prozdrowotna lub ograniczająca stosowanie antykoncepcji do okresów

plodnych), jego wartość moralna jest względna. Analogicznie, odpowiedzialne rodzicielstwo wyraża się więc poprzez życie małżeńskie uwzględniające naturalny cykl płodności, ale jego ocena moralna nie wyczerpuje się do rodzaju stosowanych metod (np. naturalne, nieszkodliwe dla zdrowia), ale musi uwzględniać motywację ich stosowania, stosunek do powołania rodzicielskiego i współpracy z Bogiem w dziele tworzenia nowego człowieka, a przede wszystkim ocenę, na ile są one wyrazem wzajemnej miłości między małżonkami i spełniają wymogi miłości ludzkiej.

Odpowiedzialne rodzicielstwo, któremu poświęcona jest encyklika *Humanae vitae*, nie mówi o planowaniu rodziny, ale o konieczności odczytania przez rodziców woli Boga co do liczby dzieci i przyjęcia ich jako daru. Termin „planowanie rodziny” (tak modny obecnie) zakłada, że rodzice mogą zaplanować liczbę dzieci. Daje więc utrudę, że dobrze planując i przykładając się do realizacji planu osiągną zamierzony skutek. Tymczasem rodzice mogą planować poczęcie dziecka jedynie w znaczeniu podjęcia aktów stwarzających sprzyjające warunki po temu, ale sam fakt poczęcia (poza sytuacją sztucznego zapłodnienia) umyka ich woli, świadomości i działaniu (nawet w dniach płodnych istnieje zmniejszająca się z wiekiem zdolność do poczęcia – średnio około 40%). Rodzice nie są więc robotnikami na hali fabrycznej, produkującymi w określonym czasie określoną liczbę egzemplarzy, spełniających normę jakości. Planowanie zakłada, że planista może przy nieudanych próbach starać się za wszelką cenę osiągnąć plan (np. zwrócić się o pomoc do metod sztucznej prokreacji) lub też, gdy pojawią się niepożądane, niezaplanowane lub wybrakowane co do jakości artykuły produkcyjne (czytaj: dziecko) – będzie skłonny je odrzucić. Dlatego idea planowania poczęć jest bliska idei aborcyjnej. To co nie planowane, jest łatwo traktowane jako niepożądane, nie witane z radością, a więc możliwe do pozbycia się.

Odpowiedzialne rodzicielstwo nie jest tylko świadomym rodzicielstwem, gdyż musi być przede wszystkim odpowiedzialnością moralną (a nie tylko świadomą) małżonków oraz nie jest tylko

świadomym macierzyństwem (por. Nagórny 1996). Wyraża się natomiast w postawie rodziców świadomych, iż „dziecko nie jest tylko zewnętrznym dodatkiem do wzajemnej miłości małżonków; znajduje się ono w samym sercu ich wzajemnego daru, jako jego owoc i spełnienie” (Jan Paweł II, Castel Gandolfo, 17 lipca 1994 r.) a w ich „ludzkim rodzicielstwie Bóg sam jest obecny [...]. Przecież od Niego tylko może pochodzić obraz i podobieństwo, które jest właściwe istocie ludzkiej, tak jak przy stworzeniu. Rodzenie jest kontynuacją stworzenia” (List do Rodzin, 9). Rodzice stwarzają więc warunki dla powierzenia im przez Boga Jego miłości do człowieka.

### **Zakończenie**

Wybór drogi realizowania miłości małżeńskiej zgodnie z istotą odpowiedzialnego rodzicielstwa daje szereg pozytywnych konsekwencji. W wielu publikacjach podkreśla się, że jest to niekosztowna, bez ubocznych objawów, nieszkodliwa dla zdrowia, dostępna dla wszystkich i efektywna droga regulowania liczby dzieci w rodzinie. Poza tym jest ona wysoko ceniona przez użytkowników, którzy w zdecydowanej większości deklarują wysoki poziom satysfakcji z niej i osiągają wyższy niż w wypadku innych metod wskaźnik kontynuacji oraz motywacji do rekomendowania jej innym (Aranas-Dowling 1979; Conner, Veder 1984; Vernon i in. 1987). W nielicznych na razie badaniach przeprowadzonych w Polsce również potwierdza się pozytywne konsekwencje stylu życia opartego o naturalne planowanie rodziny w zakresie współżycia płciowego, więzi małżeńskiej, rozwoju osobistego małżonków i spełniania funkcji rodzicielskich (Kornas-Biela 1993; Szmarowska 1991; Szczepanowicz 1992; Bolesławska 1993; Osmałek 1994; Sobolewska 1996; Wirgowska-Lender 1996; Biała 1997; Świstek 1997; Dobrowolska 1998). Coraz bardziej więc jesteśmy motywowani do odkrywa-

nia wartości przestania encykliki *Humanae vitae* w blasku prawdy, jaką głosi nam Papież odpowiedzialnego rodzicielstwa – Jan Paweł II.

### Bibliografia

- Aranas-Dowling E., A study of the conjugal interaction of the successful natural family planning practitioners of Iligan, Lanao del Norte. SEAPRAP Research, Manila 1979.
- Biała E., Więż małżeńska u par stosujących różne metody regulacji poczęć, Praca magisterska, Instytut Pedagogiki KUL 199 .
- Billings E. L., Billings J. J., Brown J. B., et al., Symptoms and hormonal changes accompanying ovulation. „Lancet” 1972, 1: 282-284.
- Bolesławska D., Psychopedagogiczne aspekty naturalnego planowania rodziny, Praca magisterska, Instytut Pedagogiki KUL 1993.
- Cavero C., Using an ovarian monitor as an adjunct to natural family planning. „Journal of Nurse – Midwifery” 1995, 40 (30): 269 – 276.
- Conner G. L., Veeder N. W., Natural family planning in Mauritius, Indian Ocean: Utilization patterns and continuance predictors. „Journal of Social Service Research” 1984, 8 (1): 29-48.
- Dobrowolska K. M., Funkcjonowanie psychiczne małżeństw stosujących różne sposoby planowania rodziny. „Naturalne Planowanie Rodziny” 1998, 6: 9- 12.
- Fehring R. J., Lawrence D., Philpot C., Use effectiveness of the Creighton model ovulation method of natural family planning. JOGN, 1994, 23, 303-309.
- Fijałkowski W., Ku afirmacji życia. Wrocław, Wydawnictwo Wrocławskiej Księgarni Archidiecezjalnej, 1993.

- Fijałkowski W., Niewykorzystany dar płci. Kraków, WAM, 1997.
- Frank-Hermann P., Freund G., Baur S., Bremme M., Doring G. K., Coderhardt E. A. J., Freundl G., The European NFP – efficiency study 1992 (ongoing). „Bulletin of EIFLE / IEEF”, 1993, 1: 2-3.
- Hilgers T. W., Abraham G. E., Cavanagh D., Natural family planning: the peak symptom and estimated time of ovulation. „Obstetrics and Gynecology”, 1978, 52: 575-582.
- Kornas-Biela D., Psychologiczne aspekty kryzysu ekologicznego w dziedzinie prokreacji. Ginekologia Polska, 1993, Suplement – Sympozjum Ekologia Prokreacji Człowieka. Przedruk: „Naturalne Planowanie Rodziny”, 1998, 5: 14-15.
- Kornas-Biela D., Zalety stosowania NPR. „Naturalne Planowanie Rodziny” 1993 (4): 1, 4, 13.
- Lamprecht V., Trussel J., Efektywność naturalnego planowania rodziny. „Naturalne Planowanie Rodziny” 1998, 6 (29-30): 22-26.
- Lichtarowicz A., Kiedy jestem płodna, a kiedy nie. Katowice, Wyd. Unia, 1993.
- Nagórny J., Istota odpowiedzialnego rodzicielstwa. W: Odpowiedzialni za życie i miłość. Pod red. E. Burzyk, Wyd. Wydział Duszpasterstwa Kurii Diecezjalnej Bielsko-Żywieckiej, Bielsko-Biała, 1996: 25-55.
- Osmalek K., Poziomostawy religijnej małżonków a ich ustosunkowanie się wobec metod planowania rodziny. Praca magisterska. Wydział Teologii KUL 1994.
- Plata J., Kształtowanie się postaw rodzicielskich u kobiet stosujących środki zapobiegawcze. Praca magisterska, Instytut Psychologii KUL 1979.
- Pulikowski J., Warto żyć zgodnie z naturą. Wrocław, Oficyna Współczesna, 1997.
- Ponzetti J. J., Hoefler S., Natural family planning. „Family and Community Health”, 1988, 11 (2): 36-48.
- Raith E., Frank P., Freundl G., Naturalne metody planowania rodziny, Warszawa, Springer, 1997.

- Raport Międzynarodowego Programu Badań nad Płodnością (1982).
- Rötzer J., Naturalna regulacja poczęć. Poznań, Hlondianum, 1994.
- Ryder R. E. J., „Natural family planning”: effective birth control supported by the Catholic Church. „British Medical Journal” 1993, 307: 723-726.
- Skrzydlewski W. B., Planowanie rodziny – wyzwanie moralne. Kraków, Wyd. „M”, 1998.
- Sobolewska A., Naturalne planowanie rodziny a obraz współmałżonka. Praca magisterska, Instytut Psychologii KUL 1996.
- Sottong U., Effectiveness and acceptability of the symptothermal method of natural family planning in Germany. „American Journal of Obstetrics and Gynecology” 1991, 165: 2008-2011.
- Świstek A., Naturalne planowanie rodziny jako wyraz dojrzałej miłości na przykładzie wypowiedzi narzeczonych. Praca proseminaryjna, Instytut Pedagogiki, KUL, 1997.
- Szczepanowicz M., Miłość możliwa jest. Kraków WAM, 1992.
- Szmarowska A., Relacje między więzią małżeńską a naturalnym planowaniem rodziny (w opinii małżonków). Praca magisterska, Wydział Teologii KUL 1991.
- The European Natural Family Planning Study Groups. Prospective European multi-center study of natural family planning (1989-1992) interim results. *Advanced Contraception*, 1993, 4: 269-283.
- Uricchio W. A., Williams M. K., (red.) *Proceedings of a Research Conference on Natural Family Planning*. Washington, The Human Life Foundation, 1973.
- Vernon R., Rocuts K., Medina J. E., The provision of natural family planning services at Public Health Centers in Colombia. „International Family Planning Perspectives” 1987, 13 (4): 121-127.

- Wade M. E., McCarthy P., Braunstein G. et al.,  
A randomized prospective study of the use – effectiveness  
of two methods of natural family planning. „American Journal  
of Obstetrics and Gynecology” 1981, 141: 368-376.
- Williams N. B., (red.), Contraceptive Technology. 1986 –  
1987. New York, Irvington Publishers, Inc. 1986.
- Wirgowska-Lender J., Osobowościowe korelaty preferen-  
cji stosowania naturalnych metod planowania rodziny i an-  
tykoncepcji. Praca magisterska, Instytut Psychologii KUL  
1996.
- World Health Organization. Task Force on Methods for the  
Determination of the Fertile Period. A prospective multi-  
-centre study of the ovulation method of natural family  
planning. II The effectiveness phase. Fertility and Steriliza-  
tion, 1981, 36: 591-598.