

Józef Augustyn

INTEGRACJA SEKSUALNA

Wydanie drugie uzupełnione

Kraków

Współpraca redakcyjna
Henryk Machoń

Konsultacja
Władysław Gryzło, Antoni Jarnuszkiewicz, Ewa Pohorecka, Adam Żak

Korekta:
Mirosława Plaskacz

WPROWADZENIE

Istotą wychowania seksualnego jest włączenie, zintegrowanie energii seksualnych z całą osobowością człowieka, zarówno ze światem jego uczuć jak też z doświadczeniem religijnym i duchowym. Tak ukształtowana seksualność staje się istotnym elementem wszystkich więzi międzyosobowych, także więzi z Bogiem. Dzięki integracji seksualnej płciowość zostaje wprzęgnięta w służbę miłości i życia w każdym stanie: zarówno w życiu małżeńskim jak również w życiu samotnym. Stąd też pierwszą zasadniczą odpowiedzialnością młodego człowieka jest zapanowanie nad własną sferą seksualną oraz integrowanie jej ze stopniowo narastającym doświadczeniem różnych rodzajów miłości i odpowiedzialności.

Integracja seksualna jest koniecznym elementem dojrzałej ludzkiej miłości. Jeżeli bowiem energie seksualne nie zostają opanowane i włączone w służbę miłości i życia, wówczas - w sposób niezauważalny - obracają się przeciwko człowiekowi. Seksualność oddzielona od miłości łączy się niemal automatycznie z przeciwnymi uczuciami: z lękiem, gniewem, agresją i nienawiścią. Staje się wówczas siłą destrukcyjną; zamiast budować i jednoczyć ludzi, dzieli ich i wzajemnie rani.

Skoro seksualność człowieka jest integralną częścią ludzkiej osoby, nie można rozwiązywać problemów seksualnych w izolacji od całokształtu osobowego rozwoju człowieka w ciągu całej jego historii życia. Podobnie jak wszelkie ludzkie zachowania seksualne mają charakter symboliczny, tak również problemy seksualne są znakiem innych, zwykle głębszych, problemów osobowościowych. Korzystanie ze skutecznej pomocy w rozwiązywaniu problemów seksualnych musi więc iść w kierunku łączenia problemów seksualnych z odkrywaniem, rozeznawaniem i rozwiązywaniem głębszych problemów osobowych: zarówno w sferze emocjonalnej jak i duchowej.

Pierwszą inspiracją napisania tej książki były setki indywidualnych spotkań z młodymi ludźmi, nierzadko udręczonymi własnymi problemami seksualnymi, najczęściej z powodu braku wychowania seksualnego. Okazją do takich rozmów były różne spotkania z młodzieżą oraz - może najczęściej - ośmiodniowe rekolekcje prowadzone indywidualnie wg metody Ćwiczeń duchownych św. Ignacego Loyoli. Prosta konferencja, podawana zwykle w trzecim dniu, na temat potrzeby wychowania do miłości, stawała się zachętą dla wielu uczestników rekolekcji do poruszenia problemów własnej seksualności, o których często jeszcze z nikim szczerze nie rozmawiali. Wiele osób spontanicznie sięgało do całej historii życia, która dla każdego jest zasadniczym kontekstem wszystkich ludzkich problemów, także problemów seksualnych. W uważnej analizie własnej historii można odnaleźć nie tylko genezę problemów, ale również drogę do ich rozwiązania.

Istotnym owocem takich rozmów było zwykle pierwsze uspokojenie i oddramatyzowanie problemu seksualnego, który - jak się często okazywało - wcale nie był pierwszym i najważniejszym problemem życia. Częściej był nim brak fundamentalnej zgody na własne życie wraz ze wszystkimi jego pozytywnymi i negatywnymi stronami.

Bardzo ważną inspiracją dla tej książki, szczególnie dla stylu

omawiania problemów seksualnych, było kilka wykładów prof. Federico ArvesÓ, kubańskiego jezuitę - lekarza i teologa, wygłoszonych w ramach kursu: "Psychologia doświadczenia religijnego" na Papieskim Uniwersytecie Gregoriańskim w Rzymie w latach 1981/82. Włączenie problematyki seksualnej w całe życie człowieka oraz wskazanie, w jaki sposób wpisany jest w nią także wymiar duchowy i religijny, były dla mnie w owym czasie dużym światłem w lepszym zrozumieniu siebie i innych.

Takie właśnie podejście do seksualności było także ogromną pomocą we właściwym odczytywaniu i interpretacji dokumentów Stolicy Apostolskiej odnoszących się do problemów seksualnych oraz wychowania do miłości, do których często odwołuję się w niniejszej książce. W sposób szczególny wykorzystane zostały dwa z nich: Wytoczne wychowawcze Kongregacji do spraw wychowania katolickiego w odniesieniu do ludzkiej miłości oraz List do Rodzin Jana Pawła II wydany z okazji Międzynarodowego Roku Rodziny (1994) ogłoszonego przez ONZ.

Pewną inspirację dla książki była również anonimowa ankieta na temat problematyki seksualnej przeprowadzona w środowiskach młodzieży licealnej i szkół zawodowych. W niniejszej pracy stosunkowo często cytuję charakterystyczne wypowiedzi respondentów ankiety, które są zwykle dobrą syntezą innych wypowiedzi, może nie zawsze precyzyjnych.

Chociaż z prezentowanej książki z pewnością mogą korzystać również osoby dorosłe z problemami seksualnymi, to jednak jest ona skierowana przede wszystkim do młodzieży będącej w okresie wyboru stanu życia. Mogą z niej także korzystać rodzice, duszpasterze i wychowawcy, którzy mają być zasadniczym punktem oparcia dla dzieci i młodzieży na ich drodze do dojrzałej ludzkiej miłości. Z jednej strony jest rzeczą dobrą, kiedy nastolatki wiedzą, czego powinni spodziewać się od swoich rodziców i wychowawców w zakresie wychowania seksualnego; z drugiej zaś osoby pomagające młodzieży w integracji seksualnej powinny dobrze wiedzieć nie tylko, jakiej informacji młodzi potrzebują, ale także w jakim stylu i w jakiej atmosferze winna być ona podawana.

Są takie dziedziny ludzkiego życia, w których nie można uczyć się żyć "metodą prób i błędów". Z pewnością należy do nich ludzka seksualność. Pewne, nawet jednorazowe błędy w tej dziedzinie, często nie dają się już naprawić, ale zostają jako dotkliwe poranienie na całe życie. Można je leczyć, ale nawet po leczeniu blizna pozostaje. Podobnie jak uczenie się prowadzenia samochodu bez pomocy instruktora na ruchliwych szosach czy ulicach miasta szybko mogłoby zakończyć się tragicznie, podobnie również uczenie się korzystania z ludzkiej płciowości tą samą metodą kończy się zwykle w sposób bardzo bolesny dla siebie i innych. Jednym z ważnych celów wychowania seksualnego jest uniknięcie takich właśnie błędów.

Pierwsze wydanie Integracji seksualnej (1994) oraz jej poszerzone wydanie Wychowanie do integracji seksualnej (1995) spotkało się z żywym zainteresowaniem Czytelników. Stąd też Wydawnictwo M podjęło się kolejnego wydania tej książki.

Problem integracji seksualnej jest zagadnieniem zbyt szerokim,

aby mógł zostać omówiony w sposób wyczerpujący w jednej pracy i przez człowieka, który zajmuje się tą dziedziną przede wszystkim z racji duszpasterskich. Niniejsza książka nie chce zastępować innych pozycji na ten temat. Jej autor nie rości sobie bynajmniej prawa do wyłączności w spojrzeniu na problem wychowania seksualnego. Książka jest jedynie zebraniem konkretnego doświadczenia (nierzadko bardzo bolesnego) wielu młodych ludzi i pragnie być "ich świadectwem". Napisanie jej było możliwe dzięki ich wielkiej szczerości i zaufaniu. Książka ta jest również owocem współpracy wielu moich przyjaciół. Wszystkim z serca dziękuję.

Józef Augustyn

ROZDZIAŁ I
ROZWÓJ SEKSUALNY
W OKRESIE DZIECIŃSTWA
I DOJRZEWANIA

A. ROZWÓJ SEKSUALNY DZIECKA PRZED OKRESEM DOJRZEWANIA

Osobista integracja seksualna jak również wychowanie innych do integracji seksualnej zakłada dobrą znajomość procesu rozwojowego człowieka. Wiele błędów popełnianych przez wychowawców, nie tylko w zakresie wychowania seksualnego, ale także wychowania w ogóle, wypływa z nieznamości rozwoju psycho-seksualnego dzieci i młodzieży. Osoby dorosłe towarzyszące dzieciom w ich rozwoju osobowym (rodzice, wychowawcy, katecheci, duszpasterze) nierzadko przerzucają na nie własne problemy seksualne wieku dorosłego. Dobra znajomość teoretyczna etapu rozwojowego dziecka oraz intuicyjne wycucie jego problemów osobistych daje dopiero możliwość dostosowania samych treści jak i metody wychowawczej do jego rzeczywistych potrzeb.

1. Kiedy zaczyna się rozwój seksualny dziecka?

Niemowlę w pierwszym okresie życia nie ma jeszcze ukształtowanej świadomości seksualnej, ponieważ nie ma świadomości siebie. Stopniowo odkrywa wszystko: siebie, matkę, ojca, świat rzeczy materialnych. Najpierw odkrywa własne ciało, a wraz z nim sferę seksualną. Odkrywa ją jednak z takim samym emocjonalnym przeżyciem jak wszystkie inne części swojego ciała. Dziecko nie posiada jeszcze tak bardzo emocjonalnego stosunku do własnej seksualności, który kształtuje się dopiero w okresie późniejszym, zwłaszcza w okresie dojrzewania.

Na dalszym etapie swojego rozwoju, kiedy dziecko powoli odrywa się od siebie, zaczyna dostrzegać innych ludzi. Stopniowo spostrzega, że świat ludzi dzieli się na: mamę i tatę, dziewczynki i chłopców, na mężczyzn i kobiety. I właśnie z tej potrzeby odkrycia własnej tożsamości, także tożsamości seksualnej, rodzi się potrzeba konfrontacji własnej seksualności z seksualnością płci przeciwnej. Stąd dzieci w sposób spontaniczny organizują sobie zabawy seksualne, np. "zabawy w lekarza", których celem jest odkrycie własnej płciowości, aby móc ją skonfrontować z płciowością "drugiej strony".

W pierwszych latach życia dziecka bardzo ważną rolę odgrywa obecność wzoru identyfikacji seksualnej: dla chłopca obecność ojca, dla dziewczynki obecność matki. W rozwoju seksualnym dziecka bardzo ważna jest akceptacja całej jego osoby, a w tym także jego płciowości. "Poczucie własnej męskości czy kobiecości jest zasadniczym czynnikiem wpływającym nie tylko na rozwój życia seksualnego, lecz w ogóle na rozwój zarówno psychiczny jak i nawet fizyczny człowieka". Gdyby nawet tylko jedno z rodziców nie akceptowało w pełni seksualności dziecka, spowoduje to zwykle głębokie zachwianie jego identyfikacji seksualnej w życiu dorosłym. Tak więc bezwarunkowa akceptacja dziecka w jego tożsamości płciowej jest pierwszą, najbardziej pierwotną formą wychowania seksualnego.

Witając się z trzyletnim Dawidkiem, synem moich przyjaciół, powiedziałem kiedyś do niego: "Wyglądasz jak aniołek." Moje stwierdzenie spotkało się z jego natychmiastowym protestem: "Ja jestem chłopczyk." Małe dzieci są bardzo wrażliwe na akceptację swojej płciowości. Pewna matka opowiadała mi, jaką "awanturę" zrobił

jej czteroletni synek, któremu chciała włożyć sweterek jego siostry. Nieakceptacja tożsamości płciowej dziecka, jest głębokim zranieniem dziecka nie tylko w sferze seksualnej, ale w całym jego rozwoju osobowym.

2. Pierwsza identyfikacja seksualna - przejście od matki do ojca

Dziecko w pierwszym okresie swojego życia związane jest przede wszystkim z matką. To właśnie od niej czerpie potrzebny mu pokarm, ciepło, akceptację. W pierwszym okresie życia dziecko reaguje najpierw na obecność matki. Z czasem "odrywa się" od niej i "przechodzi" do ojca. I aczkolwiek dziecko odruchowo łączy najpierw do matki, to jednak szuka ono także obecności ojca. Dziecko tym pewniej odrywa się od matki, im bardziej czuje się przez nią całkowicie akceptowane. To właśnie poczucie bezpieczeństwa w kontakcie z matką dodaje mu odwagi w wyjściu do ojca. Proces odrywania się od matki i przejścia do ojca dotyczy zarówno chłopców jak i dziewczynek.

"Oderwanie" się chłopca od matki i przejście do ojca ma podstawowe znaczenie dla rozwoju jego męskości. Ojciec jest bowiem dla chłopca głównym wzorem identyfikacji seksualnej. Stąd też kontakt chłopca z ojcem jest tak istotny. Kontakt ojca z dziewczynką jest także bardzo ważny. Pozytywny stosunek do mężczyzn w dorosłym życiu kobiety rozpoczyna się właśnie od pozytywnego stosunku do własnego ojca.

Ojcowie swoją postawą pełnej akceptacji winni troszczyć się o nawiązanie serdecznego kontaktu już z bardzo małymi dziećmi. Czując pełną życzliwość ojca, dziecko tym odważniej będzie mogło oderwać się od matki, by przejść do niego. Ciepłe i życzliwe przyjęcie ze strony matki jak i ojca sprawia, iż dziecko uzyskuje fundament pod pełną identyfikację seksualną. Pozytywne spojrzenie dziecka na swoją seksualność może dokonać się tylko wówczas, kiedy czuje się ono bezpiecznie tak w ramionach matki jak i ojca.

Dużą trudność w rozwoju seksualnym może stanowić nieobecność ojca w życiu dziecka. Dziecko wówczas nie ma do kogo przejść. Także chłodna czy tym bardziej agresywna postawa ojca sprawia, że dziecko boi się odejść od matki i zbliżyć się do ojca. Nieobecność ojca lub też obecność budząca jedynie lęk powoduje pewne zachwianie identyfikacji seksualnej zarówno u chłopca jak i u dziewczynki. U chłopca zrodzi się nieakceptacja własnej męskości, lęk przed byciem mężczyzną, natomiast u dziewczynki zrodzi się lęk przed mężczyznami.

Przejście dziecka od matki do ojca dokonuje się w sposób naturalny i prosty tylko wtedy, kiedy na linii matka - ojciec istnieje pełna zgoda, harmonia i miłość. Dziecko nie widzi wówczas w obojgu rodzicach dwóch różnych źródeł miłości, ale odkrywa ich jako jedno źródło miłości. Ich wzajemna miłość jest dla dziecka jedną miłością, z której ono czerpie.

Nie tylko nieodpowiednie zachowanie ojca może utrudnić dziecku przejście od matki do ojca. Sama matka swoją niewłaściwą postawą może również przeszkadzać dziecku w oderwaniu się od niej i w przejściu

do ojca. Po pierwsze poprzez swoją matczyną zaborczość. Zaborcza matka, która chce mieć dziecko tylko dla siebie, będzie starała się uniemożliwić mu odejście od siebie.

Są to zwykle kobiety, które nie mają dość stabilnego i mocnego oparcia emocjonalnego w mężu i szukają go właśnie w swoim dziecku. Kobieta mająca skłonności do zaborczości emocjonalnej, po urodzeniu pierwszego dziecka narażona jest na niebezpieczeństwo zajmowania się tylko dzieckiem. Niestety nie są to rzadkie przypadki, iż kobieta - szczególnie w początkach macierzyństwa - mniej interesuje się swoim mężem, a całą uwagę poświęca dziecku. Taka "miłość" matki do dziecka jest naznaczona zachłannością i lękiem. Taka matka może traktować dziecko jak swoją własność. Nieświadoma swojej zachłanności będzie jednocześnie budować w sobie obraz siebie jako idealnej matki, która wszystko poświęca dla dziecka. Kobieta w rodzinie nie jest najpierw matką, ale właśnie żoną. To właśnie bycie dobrą żoną czyni ją dobrą matką. Aby mogła dać silne oparcie emocjonalne dziecku, sama musi mieć mocne oparcie w swoim mężu. Kiedy kobieta przyjmuje postawę zaborczości uczuciowej, wówczas jej dziecko będzie obawiać się odejścia od niej, by przejść do ojca, ponieważ będzie obawiało się jej odrzucenia. Dziecko wyczuje, że oddzielenie od matki będzie wiązało się z odmową jej miłości i bezwarunkowej akceptacji. Zaborczość matki wyraża się także w tym, że dziecko jest obdarzane uczuciem, ale za cenę całkowitej uległości i rezygnacji z własnych najgłębszych potrzeb, szczególnie z potrzeby wolności.

Drugą możliwą negatywną postawą, która utrudnia przejście od matki do ojca, jest brak ciepła ze strony matki, jej obojętność czy nawet chłód emocjonalny. Dziecko nie będzie zainteresowane odkryciem ojca, kiedy nie jest nasycone miłością matki. Głodne miłości matczynej, nie będzie czuć potrzeby szukania ojca.

Szukanie ojca jest szukaniem "świata zewnętrznego". Nie czując się bezpieczne w ramionach matki, dziecko będzie także obawiać się świata zewnętrznego. Będzie ono odruchowo lgnąć tylko do matki, szukając najpierw jej uczucia. Matka może wówczas nawet dziecko nieco "popychać", aby otwierało się na ojca, ale zwykle odbierze ono takie gesty matki jako jeszcze jeden przejaw jej emocjonalnego chłodu czy nawet odrzucenia.

Tylko dziecko nasycone, "nakarmione" uczuciem i akceptacją matki, czując się bezpieczne przy niej, będzie szukać także ojca. Otwarcie kobiety na mężczyznę oraz otwarcie mężczyzny na kobietę, które jest istotą integralnie przeżywanej seksualności, jest wpisane także w seksualność dziecka. W tym okresie rozwoju dokonuje się ono w szukaniu ojca, po pierwszym oderwaniu się od matki.

3. Wychowanie dziecka przez samotną matkę

Rodzi się pytanie, jak wychowywać dziecko, kiedy nie ma ojca w rodzinie i matka musi je wychowywać sama? Jest to zawsze dla dziecka bardzo bolesne i raniące, kiedy jest wychowywane tylko przez jedno z rodziców. Nieobecność ojca może sprawiać dziecku dużą trudność w rozwoju emocjonalno-seksualnym (podobnie - choć zdarza się to

rzadziej - jest także wówczas, kiedy dziecko wychowywane jest tylko przez ojca). Nie jest to jednak sytuacja bez wyjścia. Uzupełnienie nieobecności ojca może dokonywać się przez pozarodzinne kontakty dziecka: z wychowawcą, przyjacielem domu, z kapłanem. W tych kontaktach dziecko, szczególnie chłopiec, może szukać pewnego wzoru dla własnej identyfikacji seksualnej. Potrzeba ta zostaje wówczas przynajmniej częściowo zaspokojona. W takiej sytuacji matka winna także możliwie jak najwcześniej zacząć rozmawiać z dzieckiem jasno i otwarcie na temat nieobecności ojca, uświadamiając mu ten brak oraz pomagając mu przezwyciężyć to głębokie zranienie emocjonalne.

Bardzo dużą rolę w świadomości i uczuciowości dziecka odgrywa także sama przyczyna nieobecności ojca. Kiedy ojciec porzuca rodzinę, zranienie dziecka związane jest nie tylko z brakiem wzoru identyfikacji seksualnej, ale przede wszystkim ze świadomością bycia opuszczonym czy nawet odrzuconym. Dziecko przeżywa boleśnie sam fakt, że "mój ojciec" mnie nie chciał. Fakt bycia niechcianym jest o wiele trudniejszym do uleczenia wewnętrznego, niż sam brak wzoru identyfikacji. Kiedy nieobecność ojca wynika np. z faktu jego śmierci, wówczas, choć jest ona także bolesnym doświadczeniem, brak ten nie posiada tak negatywnego wpływu na rozwój uczuciowy dziecka. Łatwiej jest dziecku pogodzić się z brakiem ojca z powodów losowych, niż z faktem bycia porzuconym przez niego.

Kobieta wychowująca dziecko samotnie musi okazać wyjątkową siłę psychiczną, musi bowiem przyjąć na siebie podwójną rolę: ojca i matki. Jest to zawsze zadanie bardzo trudne. W takim wychowaniu matczyzna akceptacja i serdeczność winna być połączona z pewną stanowczością i poczuciem bezpieczeństwa, jakie zwykle daje ojciec. Doświadczenie pokazuje, iż wiele kobiet dzielnie spełnia swoje życiowe zadanie samotnej matki.

4. Pomędzy wczesnymi latami dzieciństwa a okresem dojrzewania

Po pierwszym etapie identyfikacji emocjonalno-seksualnej, przychodzi okres przejściowy, w którym dziecko jest jakby mniej zainteresowane własną seksualnością. W psychologii mówi się o tzw. ukrytej seksualności dziecka. W okresie przejściowym jego zainteresowania seksualne będą uzależnione w dużym stopniu od przeżycia pierwszego okresu identyfikacji seksualnej.

Trzeba także uwzględnić fakt, że dzieci, podobnie jak dorośli, posiadają różną wrażliwość seksualną. Bywają dzieci, których zainteresowania seksualne są silne i żywe, podczas gdy inne traktują "te sprawy" w sposób obojętny lub nawet z pewnym lekceważeniem. "Temperament seksualny" człowieka ujawnia się już w pierwszych latach jego życia.

Pomędzy wczesnymi latami dzieciństwa a okresem dojrzewania, dziecko - choć nadal posiada pewne zainteresowania seksualne - jest jednak zwykle bardziej "skierowane do świata". Jest bardziej zajęte "odkrywaniem świata". Najpierw świata ludzi. Po przejściu od matki do ojca, dziecko odkrywa innych członków rodziny. Stopniowo wychodzi z "rodzinnego klanu", aby odkryć tak ważny świat rówieśników.

Dokonywane jest to stopniowo, także w zależności od związków dziecka z rodzicami. Od pewnego etapu rozwojowego środowisko rówieśników okazuje się być tak samo ważne, a niekiedy nawet ważniejsze od środowiska rodzinnego. Fascynujące jest także dla dziecka odkrywanie świata zewnętrznego: świata materialnego, świata przyrody.

Im bardziej dziecko zostało nasycone ciepłem emocjonalnym, akceptacją emocjonalną matki i ojca, im spokojniej i jednocześnie bardziej wyczerpująco zaspokajane są pojawiające się doraźne pytania dziecka z dziedziny seksualnej, tym mniej w tym okresie przejściowym dziecko zainteresowane jest całą sferą erotyczną.

5. Ochrona dziecka przed deprawacją seksualną

Dziecko, które ma głęboki kontakt emocjonalny z rodzicami oraz pełne zaufanie do nich, spotykając się z propozycją "zabaw seksualnych" ze strony rówieśników lub tym bardziej z prowokacjami seksualnymi osób dorosłych, będzie w stanie powiedzieć o nich swoim rodzicom. Rodzice mogą wtedy czuwać nad rozwojem emocjonalno-seksualnym dziecka, nie tyle jednak poprzez zakazy i budzenie lęków, ile poprzez rozmowy prowadzone w zaufaniu i szczerości. Właśnie zaufanie dziecka do rodziców jest tą zasadniczą więzią, dzięki której rodzice mogą kierować jego rozwojem seksualnym oraz ochraniać je przed niewłaściwymi wpływami z zewnątrz, zarówno rówieśników jak i przed deprawacją dorosłych.

Dla dziecka, które ma mocne oparcie emocjonalne w swoich rodzicach i jednocześnie zaspokoja potrzebę informacji seksualnej, sprawy seksualne w okresie przejściowym są "mniej ciekawe". Często bywają one odbierane jako nudne. Takie dziecko nie da się łatwo "zepsuć". Sprawy seksualne bywają bardzo ciekawe tylko dla tych dzieci, u których cała sfera seksualna naznaczona jest głębokim, chorym lękiem. Dziecko porusza się wówczas po linii chorego lęku i chorej ciekawości. Do tej chorej ciekawości seksualnej odwołują się osoby deprawujące dzieci. Osoby te szukają nierzadko "ofiar" właśnie wśród dzieci najbardziej załęczonych seksualnie, a tym samym najbardziej ciekawych takich doświadczeń.

Czy należy przestrzegać dzieci przed możliwością deprawacji? Z pewnością tak, ale należy to czynić w taki sposób, aby nie wzbudzać w dziecku zbyt dużego lęku przed światem zewnętrznym: światem rówieśników czy też ludzi dorosłych. Jeżeli przewrażliwia się dziecko na jeden lęk, to wówczas może ono nabierać obronnego stosunku do całego świata zewnętrznego oraz podejrzliwie patrzeć także na tych, których nie powinno się obawiać. Zbytne przestrzeganie dziecka przed deprawacją seksualną może powodować przyjmowanie lękowego nastawienia nie tylko do seksualności, ale do całego świata zewnętrznego. Świat może się wówczas jawić dziecku przede wszystkim jako zagrożenie.

Dziecko, które nie ma zaufania do rodziców, może łatwo zaufać zupełnie przypadkowemu człowiekowi tylko dlatego, że ten okaże mu więcej zainteresowania i życzliwości niż jego rodzice. Natomiast tam, gdzie dziecko otrzymuje pełne oparcie emocjonalne i akceptację swoich rodziców, nie da się "nabrać na cukierki" przygodnego człowieka.

B. ROZWÓJ SEKSUALNY W OKRESIE DOJRZEWANIA

Przebudzenie seksualne młodego człowieka jest ważnym choć zwykle jednak trudnym momentem w jego rozwoju osobowym. I chociaż najczęściej on sam nie jest w stanie uświadomić sobie wpływu tego okresu na późniejsze życie, to jednak sposób przeżycia tego okresu posiada decydujące znaczenie na jego dorosłe życie. Szczególnie dotyczy to życia seksualnego. Jednym z ważnych zadań wychowania do integracji seksualnej jest właśnie udzielenie młodemu człowiekowi takiej pomocy, dzięki której przebudzenie seksualne w okresie dojrzewania stałoby się fundamentem pod późniejsze dojrzałe przeżywanie własnej seksualności.

W omawianiu tego okresu nie należy jednak zatrzymywać się wyłącznie na dojrzewaniu seksualnym. Jest ono bowiem jednym z elementów dojrzewania. Skoncentrowanie się wyłącznie na nim byłoby bardzoubożonym traktowaniem tego ważnego czasu dla rozwoju człowieka. Inne istotne elementy to: dojrzewanie emocjonalne, intelektualne, społeczne i duchowe.

1. Czas przejścia z dzieciństwa do życia dorosłego

Można powiedzieć, że okres dojrzewania jest swoistym czasem przechodzenia z dzieciństwa do życia dorosłego. Wiele sfer w życiu dziecka jest jeszcze uśpionych. Ale w sposób szczególny uśpiona jest cała jego sfera erotyczna. Uśpiona jest jednak także głębsza potrzeba dawania miłości. Dopiero "w miarę dojrzewania uczuciowego wzrasta potrzeba dawania". Dziecko przed okresem dojrzewania jest skoncentrowane niemal wyłącznie na otrzymywaniu miłości, jest jedną wielką "potrzebą miłości".

Stąd zobowiązanie dziecka przed okresem dojrzewania do intensywnego "dawania" w jakiegokolwiek dziedzinie na wzór dawania dorosłego człowieka byłoby po prostu krzywdzące. Słusznie więc odbiera się jako krzywdzące dla dziecka, np. jego pracę zawodową. Traktowanie dziecka w sferze emocjonalnej jako dorosłego, kiedy każe się mu nieść odpowiedzialność emocjonalną, jaką normalnie niesie człowiek dorosły, jest także bardzo krzywdzące. Przykładem takiej sytuacji może być zachowanie matki, która sama pozbawiona oparcia emocjonalnego w mężu, szuka takiego oparcia w swoim synu czy córce. Jest to dla dziecka zbyt duże obciążenie emocjonalne.

Okres dojrzewania jest okresem, w którym kształtuje się gotowość do dawania. Młody człowiek uczy się wówczas odpowiadać miłością na miłość. I stąd w okresie dojrzewania kształtuje się nie tylko zdolność do fizycznego działania seksualnego, ale także gotowość dawania życia w dosłownym i symbolicznym znaczeniu tego słowa.

2. Okres dojrzewania seksualnego

Dojrzewanie seksualne dokonuje się najpierw poprzez dojrzewanie fizyczne. Nie będziemy zatrzymywać się nad szczegółowym opisem

dojrzewania seksualnego w sferze fizycznej. Istnieje na ten temat wiele książek i opracowań. Powiedzmy raczej kilka słów o tym, w jaki sposób młody człowiek winien ustosunkować się do swojego fizycznego dojrzewania seksualnego. Po pierwsze - winien być "uprzedzony" jeszcze przed okresem dojrzewania, najlepiej w indywidualnej rozmowie z osobą zaufaną, o mających nastąpić zmianach fizjologicznych w jego organizmie. W ten sposób wychowanie seksualne przygotowuje młodego człowieka na okres jego fizycznego dojrzewania seksualnego. To, co nastolatek będzie obserwował w zmianach zewnętrznych i w reakcjach fizjologicznych własnego ciała, będzie dla niego potwierdzeniem informacji, które już wcześniej otrzymał. Zgodność własnych obserwacji w rozwoju fizycznym z informacjami, które otrzymał wcześniej poprzez wychowanie seksualne, daje mu dużą pewność siebie, iż rozwija się normalnie.

Ważnym momentem w przebudzeniu seksualnym są pierwsze fizjologiczne znaki dojrzałości seksualnej: menstruacja u dziewcząt, polucje u chłopców. Dostrzeżenie tych reakcji seksualnych bez przygotowania, zwłaszcza w wychowaniu represyjnym i lękowym, może być dla młodego człowieka pewnym szokiem. Jeden z uczestników ankiety wspomina: "Moja siostra, z którą rodzice nie rozmawiali na temat dojrzewania seksualnego, wchodząc w ten okres była bardzo załęczniona. Prosiła mnie: pomóż mi, bo coś złego się ze mną dzieje."

Jeżeli dziecko jest wychowywane przez wiele lat w atmosferze lękowej, w której wszystko, co seksualne jest traktowane jako "brzydkie" i "nieczyste", wówczas te pierwsze naturalne zjawiska seksualne będą traktowane w sposób wyjątkowo lękowy i szokowy. Młody człowiek jest zwykle jeszcze bardzo niepewny siebie i stale siebie obserwuje. Także u dziecka, wobec którego zostało podjęte prawidłowe wychowanie seksualne, mogą pojawić się również pewne obawy i lęki w okresie dojrzewania. Nawet przy najbardziej prawidłowym rozwoju fizycznym, mogą rodzić się w nim pytania i niepokoje. Jest rzeczą bardzo ważną, aby młody człowiek miał możliwość wypowiedzenia ich przed kimś zaufanym w sposób dyskretny oraz z wewnętrzną pewnością, iż będzie potraktowany nie tylko życzliwie, ale także odpowiedzialnie i fachowo. Nawiązana wcześniej silna więź emocjonalna z rodzicami pozwala dziecku na wypowiedzenie swoich pytań i wątpliwości przed nimi.

Źródłem niepewności i lęków dotyczących dojrzewania seksualnego może być nie tylko samoobserwacja młodego człowieka, ale także pewne, nierzadko mylące i dwuznaczne informacje, które docierają do niego z zewnątrz: opinie rówieśników, lektura, opinie środowiska wychowawczego. Jest rzeczą ogromnie ważną, aby miał on możliwość skonfrontowania ich z osobą godną jego zaufania. To wyrażanie swoich niepokojów, obaw o prawidłowość własnego rozwoju fizycznego, jest ważne, ponieważ obawy zdławione mogą tworzyć w świadomości nastolatka lękowe pytania o swoją "normalność" nie tylko w sferze seksualnej, ale także w innych sferach życia.

3. Zainteresowania seksualne

Dziedzina seksualna jest dla młodego człowieka bardzo ważna. Nie może on nie myśleć i nie może nie interesować się budzącą się w nim seksualnością. Chodzi jedynie o to, aby to zainteresowanie miało charakter integralny, to znaczy, aby nie prowadziło do narcystycznej koncentracji na doznaniu zmysłowym, ale łączyło sferę fizyczną z dojrzałą i odpowiedzialną miłością. Zainteresowanie własną seksualnością ma otwierać człowieka na płęć przeciwną, a nie zamykać go we własnych subiektywnych doznaniach i odczuciach. Seksualność jest miejscem budowania relacji międzyosobowych, miejscem dawania miłości i nowego życia.

Młody człowiek jest dzisiaj bardzo często nieprzygotowany, aby właściwie ustosunkować się do tej nowej energii, która się w nim budzi w okresie dojrzewania. Uświadomienie seksualne, o którym mówiliśmy poprzednio, jest bardziej życzeniem i ideałem, niż istniejącą rzeczywistością. "Najpoważniejszym problemem w wychowaniu seksualnym, z jakim spotkałem się w moim życiu, jest brak jasnego i wyraźnego, często jakiegokolwiek, wychowania w tej dziedzinie ze strony rodziców, szkoły, społeczeństwa, również Kościoła" - skarży się młody chłopiec w ankiecie.

Nastolatki bardzo rzadko rozmawiają szczerze i otwarcie na temat własnej seksualności z osobami dorosłymi. Częściej natomiast rozmawiają ze swoimi rówieśnikami. To właśnie przez rówieśników bywa młody człowiek najczęściej uświadamiany seksualnie. Wprowadzenie w dziedzinę seksualną przez rówieśników zawiera jednak w sobie dwa zasadnicze niebezpieczeństwa. Po pierwsze - wśród młodzieży krąży bardzo dużo nieprawdziwych informacji dotyczących seksualności, informacji opartych o niedojrzałe doświadczenia i odczucia seksualne. Są one zwykle zawężone niemal wyłącznie do sfery fizycznej. Pomijają natomiast całą sferę emocjonalności i duchowości człowieka. Informacje o ludzkiej seksualności krążące wśród młodzieży nierzadko oparte są także na brukowej literaturze, która zwykle koncentruje się tylko na doświadczeniach zmysłowych. Młody człowiek ulegający fascynacji seksualnością nie jest jeszcze w stanie przewidzieć negatywnych skutków oddzielenia fizycznego działania seksualnego od miłości i odpowiedzialności za siebie i drugiego.

Po drugie - seksualne rozmowy z rówieśnikami (szczególnie wśród chłopców) nierzadko cechują się brutalnością, a nawet pewnym cynicznym podejściem do seksualności. Ukazują one tę ważną, ale jednocześnie delikatną dziedzinę ludzkiego życia, od najgorszej strony: od strony nadużyć, deprawacji czy nawet pewnych dewiacji seksualnych. U wielu młodych, niepewnych siebie ludzi i jednocześnie nie mających "zielonego pojęcia" o seksualności ludzkiej, takie wprowadzenie może robić wrażenie, że wszyscy w taki właśnie brutalny sposób traktują "te sprawy". Takie "wychowanie seksualne" nie jest wprowadzeniem do integracji seksualnej. Młody człowiek chętnie jednak korzysta z tych prymitywnych informacji swoich rówieśników wówczas, kiedy brak mu jakiegokolwiek informacji.

4. "Dlaczego trzeba panować nad popędem seksualnym?"

Pytanie to, które znalazłem także w przeprowadzonej ankiecie, zadaje sobie wielu młodych ludzi nie tylko o okresie dojrzewania. Spróbujmy na nie krótko odpowiedzieć.

Wraz z fizycznym dojrzewaniem seksualnym rodzą się także potrzeby seksualne. Określenie "potrzeby seksualne" jest jednak bardzo ogólne i mówi niewiele. Na przykład zupełnie inny charakter mają rodzące się potrzeby i pragnienia seksualne w okresie dojrzewania u chłopców, inne u dziewcząt. Jakość i siła tych pragnień i potrzeb jest bardzo zindywidualizowana i uzależniona zwykle od wcześniejszego rozwoju seksualnego, od przeżytych doświadczeń, od stopnia koncentracji na własnej sferze erotycznej i całego wcześniejszego wychowania seksualnego.

I chociaż dopiero w okresie dojrzewania budzi się zdolność do fizycznego działania seksualnego, to jednak wielu młodych ludzi jest bardzo skoncentrowanych na własnej sferze erotycznej już na długo przed fizycznym dojrzewaniem. W takiej sytuacji siła napięć seksualnych, rodzących się potrzeb i pragnień seksualnych jest zwykle o wiele większa i głębsza, niż u tych, którzy nie posiadali takich doświadczeń przed okresem dojrzewania. Jeżeli natomiast młody człowiek wchodzi w okres dojrzewania z "uśpioną" jeszcze seksualnością, wtedy dopiero budzą się pierwsze odczucia, pragnienia i potrzeby seksualne.

Nastolatek powinien uczyć się panowania nad budzącym się popędem seksualnym. Winien nim kierować. "Celem autentycznego wychowania seksualnego jest ustawiczny rozwój w opanowaniu podniet, by dojść z czasem do prawdziwej miłości ofiarnej". Popęd seksualny jest jedną z potrzeb człowieka. Nie jest jedyną. Młody człowiek doświadcza wielu innych potrzeb i pragnień: poznawania świata, otwierania się i wyjścia do innych, fascynacji emocjonalnej drugim człowiekiem (zakochanie), potwierdzenia swojej wartości w działaniu, potrzeby ideałów, określenia celu i sensu swojego życia, potrzeby ruchu i aktywności fizycznej itd. Na podstawie bardzo wielu rozmów z ludźmi młodymi, mogę powiedzieć, że potrzeby seksualne nie stają się dominujące i nie "zadręczają" młodego człowieka, jeżeli bywają dostrzegane w całym kontekście innych, o wiele ważniejszych i bardziej fundamentalnych w tym okresie życia ludzkich potrzeb. Nie chodzi bynajmniej o lekceważenie odczuć seksualnych, ale o umieszczenie ich w hierarchii innych potrzeb i pragnień ludzkich. Jeżeli odwołamy się do hierarchii przykazań Bożych, to możemy powiedzieć, iż potrzeby seksualne są "szóste". Realizacja pierwszych pięciu potrzeb sprawia, iż "szósta" potrzeba nie dominuje nad całym życiem młodego człowieka.

Wielu wychowawców zwraca uwagę na zależność, jaka istnieje - szczególnie w okresie dojrzewania - pomiędzy napięciami seksualnymi a wysiłkiem fizycznym. Uprawianie sportu, praca fizyczna, turystyka i związane z nimi życie społeczne, to jeden z dobrych sposobów odwracania uwagi młodego człowieka od koncentracji na własnych odczuciach, napięciach i pragnieniach seksualnych. Jest bowiem rzeczą ważną, żeby młody człowiek nie koncentrował się na własnej sferze erotycznej przez samoobserwację napięć seksualnych, śledzenie

wyobrażeń czy pragnień seksualnych.

5. Przyjmowanie i dawanie miłości

Fizyczne dojrzewanie seksualne jest pewnym znakiem - symbolem otwarcia się na przyjmowanie i dawanie miłości. Z fizycznym dojrzewaniem seksualnym związane jest ściśle dojrzewanie emocjonalne - zdolność do nawiązywania głębszych relacji międzyosobowych. Dzieci przed okresem dojrzewania żyją przede wszystkim w gronie rówieśników tej samej płci. Natomiast w okresie dojrzewania rodzi się pragnienie wejścia w relacje z płcią przeciwną, zdolność fascynacji emocjonalnej, prawdziwego zakochania się w drugim.

Zdolność do zakochania w okresie dojrzewania jest bardzo zindywidualizowana i zależy od bardzo wielu czynników. Przede wszystkim od stopnia otwarcia emocjonalnego na drugiego człowieka, a ta z kolei zależy w dużym stopniu od wcześniejszych relacji emocjonalnych ze swoimi rodzicami. Brak pełnej akceptacji ze strony rodziców lub akceptacja uwarunkowana może opóźniać wyjście młodego człowieka w stronę płci przeciwnej. Zdarza się, że młody człowiek w okresie dojrzewania nie odczuwa potrzeby głębszego kontaktu z płcią przeciwną. Zjawisko to najczęściej oznacza pewne zahamowanie i opóźnienie w rozwoju emocjonalnym.

Młody człowiek w okresie dojrzewania może być jeszcze tak zajęty sobą, zwłaszcza swoimi problemami, iż nie jest w stanie zauważyć tych, którzy również chcieliby z nim nawiązać głębszy kontakt uczuciowy. Właśnie to opóźnienie w rozwoju emocjonalnym sprawia, że może on wprost uciekać od zaangażowania uczuciowego. Otwarcie na płć przeciwną jest jednak istotnym elementem dojrzewania seksualnego i w normalnym rozwoju seksualnym przychodzi ono zawsze, choć może czasami z pewnym opóźnieniem.

Obok otwarcia się na płć przeciwną okres dojrzewania charakteryzuje się także zdolnością do nawiązywania bardzo trwałych relacji przyjacielskich. W odróżnieniu od przyjaźni okresu dziecięcego, które są zwykle nietrwałe i ulotne, ponieważ dziecko jest jeszcze zbyt skoncentrowane na sobie i posiada małą zdolność rzeczywistego wyjścia ku drugiemu, przyjaźnie czasu dojrzewania mają znacznie większe szanse przetrwania. Bazą przyjaźni młodzieńczych jest zwykle wspólne wychodzenie do świata, przygoda wspólnego poznawania i tworzenia.

6. Bunt młodych ludzi w okresie dojrzewania

Niewątpliwie bunt wobec dorosłych jest jednym z ważnych elementów dojrzewania. Zdaniem G. W. Allporta, posiada on ścisły związek z "poszukiwaniem własnej identyczności u nastolatków. Bunt wobec rodziców jest ostatnim zaproszeniem do poszukiwania własnej autonomii. Odrzucenie własnych rodziców, pełne lub tylko częściowe, wydaje się być koniecznym etapem tego procesu. Jest to bowiem przeciwstawienie okresu dojrzewania negatywnym stronom okresu dzieciństwa."

Ale, choć bunt ten bywa często trudny a nawet bolesny dla obu stron, nie wydaje mi się, aby miał on jakiś "rewolucyjny" charakter. Jest to swoiście pojmowane wyrażanie otwartości na świat dorosłych, usamodzielnienie się, poszukiwanie własnej autentyczności osobowej. Często nastolatki buntują się nie tyle przeciwko rodzicom, ale przeciwko traktowaniu ich jak małe, niesamodzielne dzieci. Dla młodego człowieka dojrzewanie jest czasem konfrontowania się z tymi, od których do tej pory całkowicie zależał. Im większa była ta zależność w okresie dzieciństwa, tym w okresie dojrzewania istnieje zwykle większa potrzeba obalenia autorytetu. Ma to właśnie potwierdzić własną samodzielność we wszystkich płaszczyznach życia: samodzielność myślenia, przeżywania, decydowania, działania. O wiele mniejsza potrzeba obalenia autorytetów, o ile w ogóle ma ona miejsce, istnieje u tych młodych ludzi, którzy byli wychowywani w bardzo partnerski sposób i mogli korzystać z potrzebnego im marginesu wolności, posiadając jednocześnie pełne oparcie emocjonalne w swoich rodzicach.

Rodzice i wychowawcy winni jednak dobrze rozumieć nastolatków. Stopniowe obalenie autorytetów nie jest negacją potrzeby autorytetu, ale jest zwykle próbą uniezależnienia się od "niewolniczej zależności" i nabrania do nich dystansu. W dobrze rozumianym wychowaniu rodzice i wychowawcy pozwalają się młodemu człowiekowi zbuntować wobec ich autorytetu. W ten sposób dają mu możliwość odkrycia ich autorytetu, ale na zupełnie innych zasadach niż te, które istniały w okresie dzieciństwa. Relacje posłuszeństwa i uległości dzieci wobec rodziców zostają zastąpione przez partnerski dialog pomiędzy nimi, dialog oparty na wzajemnej akceptacji, szacunku i przyjaźni. Sztywne zachowanie rodziców w okresie dojrzewania dzieci sprawia, iż czują się one zmuszone do radykalnego zerwania z rodzicami, by móc uzyskać samodzielność. Takie rozwiązanie jest jednak bardzo bolesne dla obu stron.

W okresie dojrzewania następuje niekiedy swoista rywalizacja międzypokoleniowa. Przyjmuje ona często formę pewnej gry. Dziecko posiada w sobie potrzebę "wygrania" ze swoimi rodzicami. Syn pragnie "wygrać" ze swoim ojcem, córka pragnie "wygrać" ze swoją matką. W ten sposób dziecko potwierdza swoją dorosłość. Ta chęć wygrania z rodzicami nie jest nigdy próbą "niszczenia" ich.

Rodzice, którzy dobrze rozumieją te mechanizmy dojrzewania emocjonalnego, "pozwalają dziecku wygrać", nie czując się zagrożeni w swoim autorytecie. Są świadomi, że konfrontacja nastolatków z rodzicami jest "formą pewnej gry". "Wyścigi te" mają coś z zawodów sportowych. Dobrze rozumiany sport jest jednak pewną formą zabawy. Sport szybko się degeneruje, jeżeli traktuje się go "zbyt poważnie", kiedy walka z przeciwnikiem naznaczona jest wrogością i chęcią zniszczenia go.

Tak jak małe dziecko bawi się z rówieśnikami i chce z nimi wygrać, tak młody człowiek "próbuję bawić się" z dorosłymi, aby ich pokonać i zwyciężyć. W ten sposób nastolatek udowadnia sobie swoją siłę. Ale człowiek w okresie dojrzewania nie jest aż tak naiwny, aby nie zdawał sobie sprawy, "kto jest kim" oraz "kto do czego jest

zdolny".

I z jednej strony młody człowiek "potrzebuje wygrać" ze swoimi rodzicami, zwłaszcza syn potrzebuje wygrać ze swoim ojcem, a córka ze swoją matką, ale z drugiej strony ten sam młody człowiek potrzebuje nadal swoich rodziców tak samo, jak potrzebował ich w okresie dzieciństwa. Jest to relacja nacechowana zmiennością emocjonalną, ale właśnie taki charakter posiada cały okres dojrzewania. Dojrzewanie to czas swoistego miotania się pomiędzy dzieciństwem a dorosłością. I stąd też od buntu i rywalizacji z rodzicami dorastające dziecko przechodzi niemalże spontanicznie do relacji dziecięcego powierzenia się, zaufania, szukania oparcia - do relacji, jaka istniała w okresie dzieciństwa i której nadal potrzebuje.

Ogromną trudnością w dojrzewaniu emocjonalnym dziecka jest brak autorytetu ojca i matki albo też ich autorytet bardzo słaby. Jeżeli np. ojciec nie chce "mocować się" z synem, jeżeli nie chce z nim "grać", bawić się, ale czując się słaby, natychmiast się poddaje, wówczas dziecko nie ma możliwości doświadczenia własnej siły. Z drugiej jednak strony postawa autorytarnego nieprzejednania, swoistego "despotyzmu" rodzinnego, kiedy rodzice "zbyt poważnie" traktują rywalizację nastolatków, sprawia, że dziecko zewnętrznie poddaje się rodzicom, ale jednocześnie wewnętrznie sztywnieje, twardnieje i staje się emocjonalnie tak samo nieprzejednane, autorytarne jak jego rodzice. Ujawnia się to zwykle w następnym pokoleniu. Taka postawa rodziców jest zawsze dużą krzywdą wobec dzieci.

Szczególnie boleśnie przeżywa młody człowiek takie zachowania rodziców, w których jest on upokarzany przez wyśmianie lub ironię. Jest to najokrutniejsza broń, jakiej można użyć wobec nastolatków, ponieważ uderza ona w poczucie własnej wartości i godności osobistej. Takie zachowanie rodziców staje się dużą przeszkodą w nawiązywaniu dojrzałych relacji zarówno z płcią przeciwną jak i z rówieśnikami tej samej płci. Lęk przed ośmieszeniem i poniżeniem będzie bowiem hamował otwieranie się na innych.

Powiedzmy prosto: kiedy młody człowiek nie ma możliwości "wypyskowania się" w okresie dojrzewania, zdarza się wówczas - i to chyba nierzadko - że "pyskuje" wtedy całe życie. Ponieważ nie mógł "wygrać" ze swoimi rodzicami, wówczas całe życie próbuje wygrywać ze wszystkimi. O ile jednak "gra okresu dojrzewania" jest rzeczywiście formą zabawy, o tyle późniejsza rywalizacja staje się bezwzględną walką, gdzie nierzadko wszystkie "chwyty" stają się dozwolone. Prosta obserwacja życia wystarczy, aby dostrzec słuszność tych stwierdzeń.

7. Wolność nastolatków

Potrzeba zdobywania wolności i korzystania z niej jest kolejnym bardzo ważnym przejawem dojrzewania człowieka. Rodzice winni dostrzegać tę potrzebę, dobrze ją rozumieć i doceniać. Dawanie wolności dostosowanej do wieku i psychicznych potrzeb dziecka jest jedną z podstawowych zasad wychowania. Osoba rozwija się i "objawia

się poprzez wolność w prawdzie".

I chociaż z jednej strony w całym procesie wychowania istnieje zasadnicza różnica spełnianych ról oraz odpowiedzialności dzieci i rodziców, to jednak z drugiej strony, dotykając samej istoty człowieczeństwa, konieczne wprost jest partnerstwo i równość pomiędzy nimi. "Dekalog wymaga od dziecka czci dla ojca i matki. (...) To samo przykazanie nakłada (jednak) na rodziców obowiązek <<symetryczny>>. Również oni powinni <<czcić>> swoje dzieci, zarówno małe jak i dorosłe. Ta sama postawa jest istotnym i koniecznym warunkiem każdego wychowania, również w okresie szkolnym. <<Zasada czci>>, czyli afirmacji człowieka jako człowieka, nie przestaje być warunkiem prawidłowego procesu wychowawczego." "Zasada czci" oddawanej dzieciom przez rodziców w swej istocie zawiera uszanowanie dla tego zakresu ich wolności, który winien być określony nie tylko przez samych rodziców, ale również przez rozwojowe potrzeby dziecka.

Poprzez partnerski dialog rodzice winni zwracać dziecku uwagę, iż wolność nie polega na "samo-woli", ale na odpowiedzialności za swoje życie. Chociaż osobista wolność jest zawsze źródłem radości i najgłębszej przyjemności życia, to jednak musi być ona okupiona zwykle niemałym trudem a nawet cierpieniem. "Nie można rozumieć wolności jako swobody czynienia czegokolwiek. Wolność oznacza nie tylko dar z siebie, ale oznacza też wewnętrzną dyscyplinę. W pojęcie daru wpisana jest też (...) powinność." Młody człowiek bywa zazwyczaj wrażliwy i łatwo wyczuwa ciężar własnej wolności i odpowiedzialności za życie. Rodzice nie powinni też dawać zbyt wcześnie swoim dzieciom takiej wolności, której nie mogłyby one jeszcze unieść na danym etapie rozwoju.

Wychowanie do wolności dokonuje się przez stopniowe zrywanie więzów zależności. Księga Rodzaju mówi, że mężczyzna opuści swojego ojca i swoją matkę i pójdzie mieszkać ze swoją żoną (por. Rdz 2,24). Odrywanie się od rodziców lub, jak mówią psychologowie, "przecinanie emocjonalnej pępowiny", jest rzeczą konieczną dla samodzielnego życia. Jest to jednak zawsze bolesny proces dla obu stron.

Dawanie wolności dziecku bywa zwykle inaczej przeżywane przez ojca, a inaczej przez matkę. Jak proces ten przeżywają rodzice zależy w dużym stopniu od ich wzajemnej relacji. Dawanie dzieciom wolności bywa trudniejsze wówczas, kiedy rodzice nie posiadają wzajemnej głębszej więzi emocjonalnej, ale zbyt opierają się na dzieciach. Dotyczy to zwłaszcza postawy matki. Matka, która sama nie posiada dość mocnego oparcia emocjonalnego w mężu, może zupełnie nieświadomie przybierać postawę zaborczości uczuciowej wobec swoich dzieci.

O ile matka chciałaby zwykle przytrzymać nieco dłużej dziecko w domu, o tyle ojciec swoją postawą otwarcia i odwagi zachęca młodego człowieka do konfrontacji ze światem i otwarcia się nań. Ojciec jako pierwszy daje dziecku przykład wyjścia do świata i zmierzenia się z nim. Jeżeli jednak on sam przyjmuje postawę lękowego wycofania się z życia i ucieczki, np. w alkohol, mało znaczące hobby, pracę zawodową, może również bardzo utrudnić dziecku drogę do osobistej wolności: opuszczenie domu i branie odpowiedzialności za swoje własne życie. Nieświadomie naśladowując ojca, dziecko może przybierać postawy

obronne i lękowe wobec świata.

Dziecko nie opuszcza jednak swoich rodziców "na zawsze". Opuszcza ich jako małe dziecko całkowicie zależne od nich, ale tylko po to, by móc powrócić do nich w sposób wolny już jako dojrzały i samodzielny człowiek. Im mniej bolesne bywa opuszczanie domu rodzinnego w okresie dojrzewania, tym chętniej i częściej powraca się do niego w życiu dorosłym.

Dla zobrazowania tej więzi dziecka z rodzicami możemy posłużyć się opisem pewnej prawidłowości, która często ma miejsce w relacji dziecka do swoich rodziców. Kiedy dziecko jest bardzo małe i w jego świadomości tata i mama są wszechmocni, wówczas sądzi, że od rodziców wszystko zależy. Kiedy dziecko dorasta i zaczyna poznawać świat, łatwo dostrzega ograniczenia swoich rodziców. Zaczyna się wówczas pierwsze z wątplenie: "tata i mama nie są wszechmocni i nieomylni, owszem, popełniają wiele błędów, bywają słabi i bezradni". W okresie dojrzewania ocena jest zwykle bardzo krytyczna. Dziecko też łatwo posługuje się epitetami: "starzy, wapniaki" itp. Kiedy przekroczy próg dojrzewania, wtedy odkrywa inną stronę swoich rodziców: "ojciec i matka nie są tacy źli". A kiedy rodziców już brak, wówczas nieraz mówi się z żalem: "ojciec był mądrym i pracowitym człowiekiem; matka była dobrą, kochającą kobietą".

Czas odchodzenia dzieci z domu bywa dla rodziców mimo wszystko czasem trudnym. Dom staje się "pusty". Ale właśnie ten trudny czas może stać się dla małżonków okazją do ponownego odkrycia siebie nawzajem. Może to być dla nich czas "drugiej młodości". Mogą oni jeszcze raz przeżyć ten prosty fakt, iż najpierw żyją nie dla dzieci, ale dla siebie nawzajem. Dzieci natomiast są owocem ich wzajemnej miłości.

8. Potrzeba odkrycia siebie w twórczym działaniu

Inną cechą okresu dojrzewania jest chęć osiągnięcia sukcesu i potwierdzenia się w twórczym działaniu: nauce, pracy, sporcie i innych zainteresowaniach osobistych. Właśnie w okresie dojrzewania rodzi się także pragnienie poznania świata: przez zdobywanie wiedzy, coraz szersze kontakty międzyludzkie, przez podróże itp. Ta ciekawość świata u młodego człowieka jest oznaką prawdziwego dojrzewania osobowego.

Pewną oznaką zatrzymania się w rozwoju emocjonalnym młodego człowieka jest jego zamykanie się na świat zewnętrzny: wycofanie się z relacji z rówieśnikami, ucieczka w świat marzeń oderwanych od życia, zamknięcie się w sobie. Takim postawom często towarzyszą także mniej lub bardziej nasilone stany zniechęcenia, smutku i depresji. Młodzieńcze depresje są zwykle dużym zagrożeniem dla rozwoju emocjonalnego. Każda depresja jest bowiem brakiem chęci do życia, jest ucieczką od życia. W stanie zniechęcenia i depresji ciekawość świata u młodego człowieka może praktycznie zanikać.

W takiej sytuacji konieczna jest pomoc kompetentnej osoby, do której młody człowiek miałby zaufanie. Pomoc ta będzie polegać najpierw na odkryciu przyczyn tego "zgaszenia życiowego", a następnie

na obudzeniu w młodym człowieku chęci do życia. Za stanami zniechęcenia i depresji kryją się zwykle głębsze konflikty i problemy wewnętrzne, wyniesione głównie ze środowiska rodzinnego.

Jeżeli ambicje młodego człowieka nie są zbyt podsypane w sposób niezdrowy przez rodziców, to w okresie dojrzewania potrzeba sukcesu nie przybiera najpierw jakiejś ostrej formy rywalizacji z rówieśnikami. Ostra rywalizacja dąży nie tylko do zdobycia czegoś, do sukcesu, ale także do pokonania i poniżenia drugiego. Zdrowa ambicja dąży nie tyle do zwyciężania innych, ile raczej do zwyciężenia siebie samego.

9. Czas narodzin wielkich ideałów

Czas dojrzewania jest także czasem budzenia się wielkich ideałów. To właśnie w okresie dojrzewania podejmowane są nierzadko najsmielsze plany i decyzje życiowe, które wpływają na całe późniejsze życie. Niewątpliwie charakterystyczną cechą dojrzewania jest także tęsknota za ideałem oraz otwarcie się na wymiar duchowy życia ludzkiego. To właśnie w okresie dojrzewania rodzą się spontanicznie "pytania ostateczne" o sens życia, trudu, cierpienia, sens śmierci. Dziecko przed okresem dojrzewania jest jeszcze tak zajęte światem zewnętrznym, że pytania te praktycznie się nie pojawiają. Czasami pytania te zadają sobie może jedynie dzieci bardziej wrażliwe.

Człowiek okresu dojrzewania wychodząc z dzieciństwa, które mimo wszystko jest często beztróskim i błogim czasem "zabawy w życie", przeczuwa skończoność i ograniczoność życia fizycznego. "Opuszczając dzieciństwo" doświadcza przemijania ludzkiego życia. Okres dojrzewania jest także czasem doświadczania wielu ograniczeń i niemocy w różnych dziedzinach życia. O ile dziecku może towarzyszyć swoiste przekonanie o własnej wszechmocy czy też wszechmocy najbliższych (małe dzieci posiadają zwykle przekonanie o wszechmocy swoich rodziców), o tyle młodzież stosunkowo łatwo i szybko dostrzega granice możliwości dorosłych, a tym samym przeczuwa także ludzkie granice w ogóle. Jeżeli nawet młody człowiek ma pragnienie potwierdzenia swojej wartości przez przekraczanie swoich ograniczeń, to z drugiej strony przeczuwa jednak, iż są jakieś ostateczne granice, których nie da się przekroczyć w żaden sposób.

Wielkie ideały okresu dojrzewania są zawsze w jakiś sposób naznaczone dążeniem do transcendencji. W młodym człowieku, zwłaszcza wówczas, kiedy nie jest on zablokowany w rozwoju emocjonalnym i jest jednocześnie wychowywany w atmosferze religijnej, budzą się wielkie duchowe i religijne pragnienia, których istotą jest ofiarowanie bezinteresownej miłości innym. I chociaż młodemu człowiekowi może brakować realizmu życiowego oraz wycucia swoich rzeczywistych możliwości, to jednak zawsze należy docenić szlachetność, ofiarność i głębię tych młodzieńczych ideałów.

Ideały młodego człowieka rodzą się często w spotkaniu z autorytetami. Z jednej strony młody człowiek zwykle walczy z nimi, próbuje obalać je w swojej świadomości, ale z drugiej strony,

porównuje się z nimi i, jeżeli odpowiadają one jego wewnętrznym odczuciom, stają się one dla niego wzorem.

Okres dojrzewania jest czasem rodzenia się wielkich powołań: poświęcenia się wyłącznie służbie Bogu, służbie bliźnim, powołania do twórczości artystycznej, sprawowania przywódczych ról itp. Kierując się właśnie takim idealizmem młodzi ludzie popadają nieraz w swoisty konflikt z dorosłymi, którzy rozczarowani swoimi niezrealizowanymi młodzieńczymi ideałami, próbują im dawać rady idące po linii najmniejszego oporu i konformizmów życiowych. Ów idealizm młodego człowieka jest jego siłą, która sprawia, iż może chcieć wszystko poświęcić dla większej wartości. I chociaż trzeba uczyć go także realizmu i zdrowej oceny własnych możliwości, to jednak realizm nie może polegać na gaszeniu ideałów. Zdarza się bowiem, że dorośli sfrustrowani swoim własnym życiem lekceważą czy nawet wyśmiewają ideały młodych. W ten sposób zbyt szybko czynią z nich płaskich "realistów", a raczej konformistów, którzy później wszystko oceniają według kryteriów użycia i posiadania. "A co ja będę z tego miał?" - staje się wówczas zasadniczą regułą rozeznania i podejmowania decyzji.

10. Rola okresu dojrzewania dla całego życia człowieka

Okres dojrzewania jest niewątpliwie czasem decydującym dla kształtu późniejszego życia. Całe dorosłe życie człowieka jest w jakiś sposób naznaczone tym etapem życia. Dotyczy to także dojrzewania seksualnego. Błędy, pomyłki popełnione w okresie dojrzewania często naznaczają piętnem całe życie seksualne człowieka. Stąd tak ważna jest duża roztępa, osobista praca, wysiłek duchowy i emocjonalny dla dobrego przejścia przez ten niewątpliwie trudny okres.

Z drugiej jednak strony równie ważna jest pomoc doświadczonych osób, które w sposób troskliwy i ofiarny poświęciłyby młodym ludziom wiele czasu i serca. Jeżeli nie udzieli się pomocy człowiekowi w okresie dojrzewania, to bywa, że pomoc przychodzi za późno. W ankiecie dotyczącej problematyki seksualnej, na propozycję: "Jakie pytanie postawiłbyś osobie kompetentnej, gdybyś miał taką możliwość", spotkałem jedną bardzo charakterystyczną odpowiedź: "Powiedziałbym jej, dlaczego dopiero teraz daje mi taką możliwość". W tej odpowiedzi 18-latek wyczuwa się żal, że ofiarowana mu pomoc przychodzi trochę za późno.

A oto piękne świadectwo O. Roberta Faricy, profesora Uniwersytetu Gregoriańskiego w Rzymie, o jego własnym dojrzewaniu, dane młodzieży zgromadzonej na Jasnej Górze w 1992 roku. "Kiedy wkroczyłem w okres dojrzewania miałem pewne problemy. Nie bardzo rozumiałem zmiany, które zachodziły w moim ciele i w mojej psychice. Nie bardzo rozumiałem drugą płeć. Popełniałem wiele błędów, nawet grzechów, czułem się niezgrabnie. Był to trudny okres. Panie Jezu, chcę, abyś uzdrowił wszystkie rany z okresu dojrzewania. Ty sam także przechodziłeś przez ten okres i rozumiesz, jakie problemy mogłem mieć. Chcę, abyś teraz uzdrowił we mnie to wszystko. Proszę Cię,

Jezu, uzdrów całą moją sferę seksualną, wszystkie te problemy z nią związane, które wciąż się pojawiają, a które swymi korzeniami sięgają tamtego okresu."

To szczere świadectwo człowieka dorosłego mówi nam o tym, iż okres dojrzewania nosimy w nas przez całe życie. Wysiłek i praca podjęta w okresie dojrzewania będzie owocować później w życiu dorosłym. Również pomoc udzielona młodemu człowiekowi przez rodziców i wychowawców w tym okresie będzie pomocą trwałą. Ona także będzie wydawać owoce przez całe dojrzałe życie. Dojrzewanie można porównać do wiosennego kwitnięcia drzew owocowych. Niesprzyjająca pogoda w czasie kwitnięcia może sprawić, że pomimo pięknych kwiatów na wiosnę, jesienią zabraknie owoców.

ROZDZIAŁ II
WYCHOWANIE SEKSUALNE

A. POTRZEBA WYCHOWANIA SEKSUALNEGO

Potrzeba wychowania seksualnego jawi się jako zasadniczy warunek integracji seksualnej. Integracja ta nie dokonuje się bowiem sama przez się, ale jest owocem wolnego i świadomego zaangażowania najpierw rodziców, później zaś samego młodego człowieka. Zauważmy, iż ludzka istota nie rodzi się z dojrzałą i uformowaną już seksualnością. Funkcjonowanie ludzkiej płciowości nie jest zaprogramowane w taki sam sposób, jak funkcjonowanie seksualizmu zwierząt, który od samego początku stanowi integralną część instynktów życiowych.

Dzięki wychowaniu seksualnemu człowiek odkrywa swoją płciowość jako zadanie życiowe. Rodząca się zaś stopniowo świadomość seksualna staje się dla człowieka wezwaniem, aby "wychowywać" własną płciowość tak, by stanowiła integralną część wszystkich ludzkich potrzeb, pragnień i dążeń. Dopiero wówczas seksualność staje się językiem miłości w relacjach międzyludzkich oraz miejscem odpowiedzialnego przekazywania ludzkiego życia.

1. Co to jest wychowanie seksualne?

Wychowania seksualnego nie można ograniczyć do informacji o funkcjonowaniu fizycznej strony ludzkiej seksualności. Informacja ta, choć jest ważną częścią całego wychowania, to jednak bynajmniej go nie wyczerpuje. Wychowanie seksualne dotyczy najpierw kształtowania dojrzałych relacji międzyludzkich, które obejmują także sferę seksualną, choć się na niej nie koncentrują. Zanim jednak relacje międzyosobowe będą wyrażać się poprzez fizyczne działania seksualne, winny najpierw wyrazić się poprzez sferę emocjonalną i duchową. Informacja o ludzkiej seksualności, dostosowana do potrzeb i możliwości poznawczych dziecka, zaczyna spełniać swoją rolę dopiero wtedy, kiedy jest powiązana z dojrzałą emocjonalnością i duchowością człowieka.

Wydaje się, że wiele propozycji wychowania seksualnego dla dzieci i młodzieży, lansowanych przez środowiska liberalne, pokazuje w sposób dokładny i wyczerpujący fizjologię seksualną, zaniedbując czy nawet lekceważąc sferę emocjonalną i duchową. Spotyka się w nich także sporo uproszczeń czy też niedomówień (także z punktu widzenia psychologicznego), a nawet fałszywych informacji, które często wprowadzają w błąd młodego człowieka. Opisy "powszechnych zachowań" są traktowane jako "standardy europejskie" czy "światowe wzory" "normalnych" zachowań seksualnych. I tak np. podawanie statystyk wskazujących na wysoki procent młodzieży rozpoczynającej współżycie seksualne w okresie dojrzewania, ma zachęcać do pójścia w ślady innych. Do rzadkości należą takie propozycje wychowania, które próbują łączyć wyczerpującą informację o mechanizmach seksualnych z całym życiem emocjonalnym i duchowym człowieka. Człowiek kieruje się przecież nie tylko mechanizmami fizjologicznymi czy nawet psychologicznymi, ale także wolnością.

Nasze zachowania seksualne nie byłyby ludzkie, gdyby nie były

naznaczone wolnością. To ostatecznie wolność odróżnia ludzką seksualność od seksualizmu zwierząt. Wielu autorów mylnie uważa, iż zwracanie uwagi na system wartości moralnych, w kontekście wychowania seksualnego, jest mieszaniem porządków. Porządek fizyczny jest integralnie złączony z emocjonalnym i duchowym. Na tym właśnie zasadza się wewnętrzna jedność człowieka.

Nie spełniają też właściwej roli takie propozycje wychowania, które - choć kładą nacisk na normy moralne w wychowaniu seksualnym - nie umieją jednak pokazać, w jaki sposób duchowość i emocjonalność człowieka złączona jest z jego seksualnością. Normy moralne kierujące seksualnością nie powinny być narzucane jakby z zewnątrz. One wypływają z samej ludzkiej seksualności. Bóg swoim aktem stworczym wpisał je bowiem w człowieka. Trzeba je umieć jedynie wydobyć i ukazać. I to jest właśnie istota wychowania do integracji seksualnej.

Przykładem niewłaściwego spojrzenia na ludzką seksualność może być podejście manichejskie, które tworzy sztuczny konflikt między seksualnością człowieka a jego duchowością. Nierzadko "rozdarcie" młodego człowieka w dziedzinie seksualnej wynika właśnie z tego konfliktu. Z jednej strony doświadcza on wielkiego naporu własnej seksualności (szczególnie wówczas, kiedy została ona już mocno rozbudzona), z drugiej zaś strony ofiaruje mu się taką duchowość, która każe mu wszystkie te pragnienia oceniać negatywnie, blokować i dławić. Konflikt ten ma swoje źródło zarówno w braku właściwej informacji seksualnej jak również w braku dojrzałości emocjonalnej i duchowej.

Jedną z rzeczy ważnych w wychowaniu do integracji seksualnej jest powiązanie erotyzmu i emocjonalności z duchowością. To, co duchowe, nie jest w opozycji do tego, co seksualne. Duchowość nie jest sprzeczna z seksualnością człowieka. Duchowość jest wprost wpisana w ludzką seksualność. Pawłowego rozumienia "ciała" podawanego w opozycji do "ducha", nie należy utożsamiać ze słabością w dziedzinie seksualnej. Nie walczymy bowiem przeciwko "ciału i krwi", przeciwko własnej seksualności, ale walczymy ze złymi mocami na wysokości (por. Ef 6, 12). Uwypuklenie ostrego konfliktu między seksualnością a duchowością sprawia, iż trudno jest człowiekowi, szczególnie młodemu, odkryć seksualność jako Boży dar, z którego może on korzystać dla szczęścia własnego i bliźnich.

2. Pierwsze wychowanie seksualne

Każdy człowiek potrzebuje wychowania seksualnego, ponieważ każdy potrzebuje miłości. Wychowanie seksualne jest wychowaniem do miłości. Dojrzałe działanie seksualne jest integralną częścią doświadczenia miłości. "W miłości znajduje oparcie i ostateczny sens cały proces wychowawczy."

Zauważmy najpierw, iż dziecko rodzi się jako "wielka potrzeba miłości", która zaspokajana jest poprzez uczestnictwo we wzajemnej miłości rodziców. Wychowanie seksualne rozpoczyna się więc od włączenia dziecka we wzajemną miłość rodziców. Dziecko jest najpierw owocem, a później świadkiem wzajemnej miłości ojca i matki.

Zaspokajana potrzeba miłości w miarę rozwoju dziecka przeradza się spontanicznie w potrzebę dawania miłości. W wychowaniu seksualnym młody człowiek przechodzi więc proces od przyjmowania miłości do jej dawania.

I chociaż dziecko nie powinno być świadkiem głębszych gestów seksualnych czy tym bardziej współżycia rodziców, to jednak jest ono świadkiem wielu, także zewnętrznych gestów ich wzajemnej miłości. Są to nierzadko także delikatne gesty erotyczne. Takie gesty dla dziecka są potwierdzeniem wzajemnej miłości rodziców. "Ojciec, który stale odnosi się do żony uprzejmie, kocha i akceptuje ją jako kobietę i ceni w niej towarzyszkę życia, buduje w swoich dzieciach podwaliny równowagi uczuciowej" i seksualnej. Dyskretne zewnętrzne gesty wzajemnej miłości pomiędzy rodzicami kształtują w świadomości dziecka pozytywny stosunek do ciała, a w tym pozytywny stosunek do ludzkiej seksualności. Brak pozytywnego stosunku do ciała wywołuje także niewłaściwy stosunek do seksualności.

Innym bardzo ważnym elementem wychowania seksualnego jest wyrażanie miłości rodziców do dziecka przez gesty bliskości i czułości dostosowane do jego wieku, potrzeb i sytuacji emocjonalnych: pieszczoty, przytulenie, dotknięcie, pocałunek. Nie tylko w okresie niemowlęcym, ale także w wieku późniejszym takie gesty są koniecznością wychowania do dojrzałej emocjonalności. Kiedy i w jaki sposób wyrazić miłość do dziecka gestem zewnętrznego przytulenia i uścisku, może podyktować rodzicom ich wrażliwość oraz wyczuwanie potrzeb dziecka. Także w okresie dorastania, kiedy młody człowiek w sposób spontaniczny unika raczej zewnętrznych gestów miłości wobec osób dorosłych, rodzicielski gest przytulenia i uścisku, szczególnie w sytuacji trudnej dla dziecka, może okazać się bardzo ważny dla wyrażenia ich pełnej akceptacji i życzliwości. Takie gesty dają dorastającym dzieciom większą wiarę w siebie, pomagają wyjść ze stanu smutku czy zniechęcenia.

Szczególnie w relacji matki do dziecka istnieje wiele fizycznych gestów czułości i życzliwości, których przecież nie interpretujemy - w ścisłym znaczeniu tego słowa - jako gesty seksualne. Bliskość ciała matki, jego ciepło są bardzo ważne dla dziecka. Dziecko uczy się wyrażania miłości poprzez kontakt cielesny z matką i z ojcem. Wielu ludzi młodych z dużym bólem wspomina oschłość emocjonalną rodziców, szczególnie oschłość ojca. "Ojciec w dzieciństwie nigdy nie brał mnie na kolana, nigdy się ze mną nie bawił, nie przytulił mnie" - słowa te wypowiedane są najczęściej z dużym uczuciem żalu i bólu nie tylko przez ludzi młodych, ale nieraz także przez dorosłych już mężczyzn czy kobiety.

3. Konflikt dziecka z własnym ciałem

Kiedy dziecko nie doświadcza serdeczności, miłości i akceptacji rodziców, wyrażanej także poprzez bliskość cielesną, ale - wprost przeciwnie - uczestniczy w ich wzajemnej niechęci, niezyczliwości czy nawet wrogości, wówczas wchodzi ono najczęściej w konflikt z własnym ciałem. Konflikt ten nie jest jednak najpierw konfliktem z własną

sferą seksualną, ale nieakceptacją własnego ciała: jego wyglądu, wzrostu, drobnych zewnętrznych "defektów". Człowiek, który nie akceptuje siebie i swojego ciała, znajdzie dziesiątki przyczyn, dla których w jego mniemaniu nieakceptacja ciała będzie uzasadniona. Konflikt z własnym ciałem stopniowo przeradza się także w konflikt ze sferą erotyczną. Ujawnia się on najczęściej w zachowaniach autoerotycznych, które nierzadko rozpoczynają się jeszcze przed okresem dojrzewania (dziecięca masturbacja, zabawy seksualne w gronie rówieśników). Cieleśność, a w tym także seksualność, zostaje wówczas odizolowana od uczuć miłości i oddania. Seksualność zaczyna funkcjonować "autonomicznie", co staje się zwykle początkiem późniejszych poważnych problemów seksualnych.

Właśnie dziecko pełne wewnętrznych zranień i konfliktów emocjonalnych niemal spontanicznie odkrywa własną sferę erotyczną jako "miejsce uspokojenia" własnego niepokoju wewnętrznego, lęku, braku poczucia bezpieczeństwa, uczucia nudy, dotkliwej samotności. Dokonuje się to w odruchowej masturbacji dziecięcej, która rozpoczyna się najczęściej - jak mówią o tym doświadczeniu już osoby dorosłe - "nie wiadomo kiedy i jak". Jeżeli dziecko nie doświadcza ciepła matki, wówczas jakby odruchowo szuka tego ciepła w sobie samym, we własnej seksualności.

4. Zaangażowanie we własne dojrzewanie seksualne

Człowiek nie dojrzewa i nie rośnie tak, jak drzewo czy zwierzę. Do jego wzrostu osobowego konieczne jest pełne i osobiste zaangażowanie. Od pewnego wieku, na pewno od czasu dojrzewania, trzeba mówić nie tyle o potrzebie wychowania, ale przede wszystkim o potrzebie samowychowania seksualnego. Wychowanie seksualne bez samowychowania z góry byłoby skazane na przegraną. O ile fizyczne dojrzewanie seksualne dokonuje się bez udziału ludzkiej woli, o tyle dojrzewanie seksualne w sferze emocjonalnej i duchowej zależy już od osobistego zaangażowania. W pełne dojrzewanie seksualne młody człowiek musi włożyć wiele wysiłku serca i rozumu.

Zaangażowanie rozumu w samowychowanie seksualne młodego człowieka przejawia się między innymi w szukaniu potrzebnej mu informacji o jego własnej seksualności oraz o seksualności płci przeciwnej. Nie chodzi jednak tylko o informację o fizycznej stronie seksualności, ale także o dobrą informację o emocjonalności własnej oraz płci odmiennej. Fizyczna strona seksualności człowieka budzi się sama. Dojrzała emocjonalność oraz duchowość domaga się natomiast zaangażowania i twórczej pracy. Gdyby dziecko uczestniczyło nawet w jakiejś idealnej miłości własnych rodziców, (a jest to doświadczenie raczej wyjątkowe), wówczas i tak kształtowanie dojrzałej seksualności nie dokonywałoby się automatycznie i bezkonfliktowo. Także wtedy połączenie sfery erotycznej z dojrzałą miłością jest owocem osobistego zaangażowania i wysiłku.

Rodzice i wychowawcy powinni pobudzać świadomość i wolność dorastających dzieci, aby w pełni angażowały się w samowychowanie seksualne. Zbytni zewnętrzny nacisk wychowawczy w dziedzinie

seksualnej, odwoływanie się niemal wyłącznie do zakazów, kontroli i lęku, może wywoływać reakcje przeciwne, szczególnie wówczas, kiedy argumenty lękowe są nieprawdziwe lub przesadzone. Młodzi ludzie, posiadający zwykle dość dużą intuicję, ponieważ nie jest ona jeszcze przeszkadzana przez narastające przez lata postawy i zachowania nerwicowe, wyczuwają bardzo szybko przesadę argumentacji lękowej, a wówczas - na zasadzie pewnej przekory - będą sami sprawdzać prawdziwość zagrożeń w dziedzinie seksualnej. Tylko osobiste wewnętrzne przekonanie młodego człowieka o potrzebie dojrzałości seksualnej może być podstawą do wzięcia na siebie odpowiedzialności za własne postawy i zachowania seksualne. Seksualność niewychowywana - niekształtowana rośnie "na dziko". Ale podobnie jak dzikie drzewo, tak również i "dziki" seksualizm wydaje zawsze gorzkie owoce.

5. Wychowanie seksualne w naszych czasach

Zauważmy najpierw, iż czasy, w których żyjemy pomagają w wychowaniu seksualnym, ponieważ może się ono dokonywać w atmosferze otwartości. "Tradycja - która osiągnęła szczyt w drugiej połowie XIX wieku - wymagała, aby dzieci, a nawet młodzież dorastająca obu płci, były wychowywane w całkowitej nieświadomości tajemnic biologicznych, które towarzyszą rozmnażaniu się istot żyjących. Znajomość tych <<okropnych rzeczy>> powinna była pozostać przywilejem dorosłych. Chłopcy dowiadawali się o nich ubocznie, bo dorośli zachowywali w tych sprawach wstydlive milczenie. Dziewczęta musiały pozostawać w nieświadomości aż do dnia ślubu". "Konieczność wprowadzenia jakiegoś wychowania seksualnego wystąpiła ostro wtedy, kiedy uświadomiono sobie zatrważające skutki zachowania całkowitego milczenia w tej dziedzinie."

Dziś w zasadzie społeczeństwo nie robi tabu ze spraw seksualnych i zaczyna traktować je naturalnie jak wszystkie inne ważne ludzkie sprawy. Mówi się o nich wyraźnie i głośno. Także współczesne badania nad człowiekiem, nad jego psychologią i fizjologią, refleksja teologiczna nad ludzką seksualnością, współczesne dokumenty Magisterium Kościoła, stanowią ogromną pomoc w wychowaniu seksualnym. Dzięki temu nie jest już ono oparte na wątpliwych nieraz przypuszczeniach i subiektywnych odczuciach jednostek, ale na wiedzy, badaniach i gruntownej refleksji. Ważną rzeczą w wychowaniu seksualnym w naszych czasach jest obalenie wielu mocno utrwalanych przez wieki przesądów, które były źródłem lęków i obaw w dziedzinie seksualnej.

Jest to jednak tylko jedna strona medalu. Nasze czasy oddziałują także negatywnie na wychowanie seksualne. Żyjemy w okresie jakiegoś wielkiego odreagowywania represji seksualnej, która dokonywała się w przeszłości. Cała teoria psychoanalizy Freuda była zbudowana w określonym kontekście kulturowym. Jeżeli dawniej przesadzano w jednym kierunku, to dziś nierzadko przesadza się w drugim. Dziś mówi się wprawdzie wiele o wychowaniu seksualnym, ale często w sposób dość powierzchowny. I chociaż opis fizycznej strony ludzkiej seksualności w wielu pozycjach jest podawany w sposób bardzo

kompetentny i często dydaktycznie doskonale opracowany, to jednak najczęściej jest on niemal całkowicie izolowany od sfery emocjonalnej i duchowej. W tych opracowaniach często proponuje się młodzieży wczesne rozpoczynanie życia seksualnego przytaczając argumenty, które także z punktu widzenia psychologicznego są czasami uproszczone czy wręcz niekompetentne.

Znaczną trudnością w wychowaniu seksualnym w naszych czasach jest nadmiar bodźców seksualnych, z którymi spotyka się młody człowiek. Nadmiar ten sprawia, iż nastolatek nie może ich "strawić psychicznie". Bodźce seksualne gromadzą się w młodym człowieku i znajdują swoje ujście przez tworzenie się sztucznych potrzeb i niemożliwych do zrealizowania oczekiwań seksualnych. Owocem nadmiaru bodźców seksualnych jest także autoerotyka, która według prof. F. ArvesÓ jest w naszych czasach zjawiskiem bardziej powszechnym i bardziej intensywnym niż w przeszłości.

I choć głośna i modna w latach sześćdziesiątych na Zachodzie rewolucja seksualna należy w zasadzie już do przeszłości, to jednak od tego czasu zewnętrzny, powierzchowny, a nierzadko także i brutalny seks (pornografia, sex-shop`y) zadomowił się na dobre we współczesnej cywilizacji, szczególnie zaś w środkach społecznego przekazu. W wychowaniu seksualnym należy się z tym faktem liczyć.

B. WYCHOWANIE SEKSUALNE PRZED OKRESEM DOJRZEWANIA

Po ogólnym omówieniu potrzeby wychowania seksualnego przejdźmy następnie do zarysowania jego przebiegu przed okresem dojrzewania. Wychowanie seksualne do czasu dojrzewania różni się w sposób zasadniczy od tego, które następuje po pierwszym "przebudzeniu seksualnym" w okresie dojrzewania. I chociaż dziecko przed tym okresem nie doświadcza jeszcze rzeczywistych głębokich potrzeb seksualnych, to jednak ze względu na delikatność, a nawet kruchość emocjonalną dziecka, sposób przeżywania seksualności w tym okresie, posiada decydujące znaczenie dla późniejszej integracji seksualnej. W tym pierwszym okresie wychowania do integracji seksualnej rodzice i wychowawcy odgrywają decydującą rolę.

1. Rola rodziców w wychowaniu seksualnym swoich dzieci

Rodzice w życiu dziecka, zwłaszcza w życiu małego dziecka, są wszystkim. Są niemal jedynym punktem odniesienia w każdej sprawie, także w sprawie jego spojrzenia na siebie i swoją płć. Jak rodzice widzą swoje dziecko, tak też ono widzi samo siebie. Pierwsza identyfikacja seksualna, czyli widzenie siebie jako chłopca lub jako dziewczynki, zależy więc od tego, w jaki sposób rodzice odnoszą się do seksualności swojego dziecka. I tak pełna identyfikacja seksualna, która ostatecznie dokonuje się w okresie dojrzewania, rozpoczyna się już od pierwszych miesięcy życia.

"Seks dziecka rozwija się w kontakcie z rodzicem." Pojęcie małżeństwa czy rodziny dziecko tworzy sobie w oparciu o więź między ojcem i matką. Dziecko uczestnicząc w miłości małżeńskiej swoich

rodziców, która jest również miłością seksualną, spontanicznie odkrywa, że istotą seksualności jest wyrażanie wzajemnej miłości oraz że z tej miłości rodzi się nowe życie.

Osobiste odczucie dziecka, że jego życie jest owocem miłości ojca i matki, jest najważniejszym doświadczeniem w całym wychowaniu seksualnym człowieka: "Tata kocha mamę, mama kocha tatę i z tej miłości powstało moje życie". Jest to pierwsza i najważniejsza "informacja seksualna", dzięki której dziecko intuicyjnie wyczuwa istotę seksualnego działania człowieka.

Dziecko, które dowiaduje się, iż jego przyjście na świat nie było zaakceptowane przez rodziców, będzie miało ogromne trudności nie tylko w identyfikacji seksualnej, ale także w rozwoju osobowościowym. O nieakceptacji jego przyjścia na świat dowiaduje się ono nie tylko z ust rodziców czy osób postronnych, ale także z całej atmosfery niezgody i braku wzajemnej miłości pomiędzy rodzicami. Z samego sposobu traktowania go przez rodziców łatwo odczuje, iż jest dzieckiem niechcianym. Nie doświadczając wzajemnej miłości rodziców do siebie, nie doświadczą także, że jest owocem ich wzajemnej miłości.

Jako kierownik duchowy wiele razy byłem świadkiem wielkiego cierpienia wewnętrznego, zwłaszcza ludzi młodych, kiedy wspominali o tym, że matka lub ojciec nie chcieli ich przyjścia na świat. Jeszcze głębsze zranienie zostawia świadomość, że jedno z rodziców zamierzało zniszczyć życie dziecka przez usunięcie ciąży.

Świadomość, że jest się dzieckiem niechcianym posiada decydujący wpływ na izolowanie doświadczeń seksualnych od doświadczenia miłości. Seksualność staje się wówczas nie tyle miejscem dawania siebie drugiemu, ale miejscem gromadzenia się napięć i stresów. Napięcia seksualne u młodego człowieka są bardzo często przejawem napięć emocjonalnych, szczególnie napięć związanych z przeżyciem odrzucenia i braku miłości.

Rodzice stwarzają w swoich dzieciach takie pojęcie seksualności, jaką sami żyją. Jeżeli seksualność rodziców jest bardzo zdławiona, lękowa i jednocześnie naznaczona pewną chorą ciekawością, wtedy dziecko będzie wychowywane do takiego samego widzenia własnej płciowości. Rodzice nie są w stanie ukryć przed dzieckiem sposobu traktowania spraw seksualnych. Jeżeli żyje się wspólnie "pod jednym dachem" przez kilkanaście lat, to jest rzeczą niemożliwą, aby dało się zamaskować własne spojrzenie na tak istotną, głęboką i jednocześnie delikatną sprawę, jaką jest seksualność.

W tym momencie warto podkreślić, że komunikacja werbalna - jak podkreśla się w psychologii - stanowi stosunkowo mały procent całej komunikacji międzyludzkiej. Stąd też "komunikaty" o traktowaniu własnej seksualności rodzice będą przekazywać swoim dzieciom przede wszystkim w sposób pozawerbalny. Jeżeli rodzice patrzą na własne życie seksualne w sposób negatywny i lękowy, to ujawni się to nie tylko w szeregu różnych uwag, opinii, ale także w pewnych gestach, w reakcji na czyjeś nieprzyzwoite żarty, w spojrzeniach zupełnie nie kontrolowanych przez nich samych itd.

Obok postawy lękowej coraz częstszym niebezpieczeństwem w

wychowaniu seksualnym - także ze strony rodziców - jest dziś postawa zbyt liberalna, która przecenia fizyczną sferę seksualną, koncentruje się na niej i izoluje ją od przeżycia miłości i odpowiedzialności. Postawa ta jest również bardzo raniąca dla dziecka, ponieważ naraża je na zbyt wiele bodźców i wrażeń seksualnych, których nie będzie ono w stanie zintegrować w sposób pozytywny. Zbyt liberalna postawa rodziców wobec seksu ujawni się w taki sam sposób, jak postawa lękowa: w słowach, pewnego typu żartach, nieświadomych gestach zewnętrznych, w sposobie ubierania się itp.

2. Zabawy seksualne małych dzieci

Pierwszym etapem poznania siebie jako istoty seksualnej jest odkrycie własnego ciała (przez spojrzenie i dotyk) wraz z jego seksualnością. Zanim małe dzieci organizują sobie zabawy seksualne z rówieśnikami, nierzadko najpierw bawią się "same z sobą". Na tym etapie rozwoju seksualnego rodzice nie powinni swoim niewłaściwym postępowaniem nakierowywać uwagi dziecka w jakiś lękowy sposób na sferę erotyczną przez ostre nagany, karcenie czy nawet delikatne klapsy. "Gesty seksualne" dzieci (dotykanie swojego ciała) są zupełnie nieświadome. Karanie ich ze strony rodziców przynosi zupełnie przeciwne skutki od zamierzonych. "Pierwsze skarcenie ze strony matki, gdy dziecko dotyka swoich narządów płciowych, robi z seksu najbardziej fascynującą i tajemniczą rzecz na świecie. Stworzyć zakazany owoc to sprawić, żeby stał się on rozkoszny i nęcący."

Dalsze odkrywanie seksualności u dziecka dokonuje się także przez zabawy seksualne z innymi dziećmi. Zabawy te pozwalają im "eksperymentalnie" poznać własną seksualność poprzez konfrontację z seksualnością dzieci płci przeciwnej. Dziecko w ten sposób identyfikuje się z własną seksualnością przez odróżnienie jej od seksualności płci odmiennej. Dzieci kryją się zwykle z zabawami seksualnymi, ale nie dlatego, że uważają seksualność człowieka za coś złego. Zabawy te dzieci urządzają w tajemnicy przed dorosłymi szczególnie wówczas, kiedy przeczuwają negatywne traktowanie przez nich spraw seksualnych. Podobnie jednak ukrywają one wszystkie inne niedozwolone rzeczy: palenie papierosów, drobne kradzieże, małe kłamstwa. Dziecko nie widzi jakichś niebezpieczeństw w zabawach seksualnych.

Kiedy dzieci zostają przyłapane na zabawach seksualnych, wtedy ogromnie ważną rolę może odegrać pierwsza reakcja rodziców. Mocne napiętnowanie tych zabaw powoduje zwykle skutki przeciwne. W świadomości dziecka następuje negatywna ocena nie tylko pewnych zachowań seksualnych, ale całej sfery seksualnej. Jest ona wtedy przeżywana jako coś, czego należy się bać i wstydzić. W ten sposób dziecko utwierdza się w koncentracji na własnej sferze erotycznej.

Jak rodzice powinni reagować na zabawy seksualne dzieci? Przede wszystkim nie powinni dramatyzować i wzbudzać dziecięcych lęków. Jeśli rodzice zauważąliby, iż "zabawy w lekarza" powtarzają się, winni zapytać siebie, co jest u źródeł powtarzania tych zabaw. Być może nie zaspokoili oni do tej pory naturalnej ciekawości dziecka w

sprawach seksualnych poprzez serdeczną i szczerą rozmowę z nim. Być może któreś ze starszych dzieci prowokuje te zabawy. Gdyby zabawy te powtarzały się, byłoby dobrze, aby w szczerzej rozmowie matka lub ojciec zwrócili dziecku delikatnie uwagę. Ważne byłoby jednak, aby w tym zwróceniu uwagi nie było cienia karania dziecka. Winno być ono dokonane w sposób naturalny, na przykład tak, jak zwraca się dziecku uwagę, aby nie bawiło się jedzeniem.

Jeżeli dziecko przyłapanie na "zabawie w lekarza" zostałoby skrzyzczane lub ukarane, wówczas rodzice mogą być pewni, że rozmowa z nim na tematy seksualne będzie praktycznie już niemożliwa. Dziecko bowiem będzie czuło przed rodzicami głęboki wstyd. Będzie czuło się upokorzone i poniżone. Zdobyć się wówczas na szczerą rozmowę o sprawach seksualnych, będzie dla dziecka bardzo trudne, ponieważ - w jego odczuciu - rodzice uważają "te sprawy" za "brzydkie i złe". Zasadniczy problem w traktowaniu tych zabaw przez rodziców polega na tym, że często przenoszą oni własne niedojrzałe i negatywne doświadczenia seksualne na swoje dzieci.

Rodzice winni jednak czuwać w sposób szczególny, aby zwłaszcza starsze dzieci nie wciągały "w zabawy seksualne" dzieci najmłodszych. O ile bowiem takie zabawy bardzo małych dzieci mogą nie mieć większego znaczenia dla ich rozwoju seksualnego, jeśli nie są dramatyzowane przez dorosłych, o tyle zabawy z dziećmi znacznie starszymi, szczególnie wówczas, kiedy posiadają one pewne negatywne doświadczenia seksualne, mogą mieć charakter mniejszej czy większej deprawacji. Im większa różnica wieku między dziećmi, tym większe niebezpieczeństwo pewnej deprawacji.

3. Przekazywanie dzieciom informacji seksualnych

Wychowanie seksualne dokonuje się także poprzez dostarczanie dziecku informacji seksualnych. Odpowiedź na pytanie, jakich informacji udzielać oraz w jaki sposób, rodzice winni czerpać nie tylko z własnej intuicji, ale także w oparciu o dobrą, fachową radę osób kompetentnych. Winni więc zapoznać się z jakąś dobrą lekturą, uczestniczyć w konferencjach traktujących o podejściu do wychowania seksualnego, zasięgać rady doświadczonych wychowawców. W Polsce jest to tym ważniejsze, iż na ogół nie mamy jeszcze utartych i sprawdzonych wzorców wychowania seksualnego ani w rodzinie, ani też w szkole.

Rodzice powinni być świadomi, iż dziecku należy się informacja seksualna dostosowana do jego wieku oraz jego rozwojowych potrzeb. "Informacja stopniowa wymaga wyjaśnień cząstkowych, zawsze jednak zgodnych z prawdą. Wyjaśnienia te nie mogą być zniekształcone przez przemilczenie lub brak szczerości. Roztropność wymaga jednak od wychowawcy nie tylko dostosowania się do oczekiwań wychowanka, ale także doboru języka, sposobu i chwili podejścia. Wymaga liczenia się ze wstydlivością dziecka."

Na ogół małe dzieci zadają pytania seksualne w taki sposób jak każde inne. Klasyczne pytanie: "skąd się biorą dzieci" dziecko może zadać obok pytania: "po co przychodzi kominiarz" z jednakowym

zaangażowaniem emocjonalnym. Jest ważne nie tylko, jakiej udzieli się dziecku odpowiedzi na jego pytanie seksualne, ale także w jakim nastroju uczuciowym. Bardzo ważny jest także klimat emocjonalny odpowiedzi. Matka może udzielić poprawnej odpowiedzi pod względem treści, ale swoją reakcją zaskoczenia, zdziwienia, zakłopotania czy lęku może wzbudzić w dziecku te same uczucia, rzucając cień na spojrzenie dziecka na jego własną seksualność. Jeżeli matka udziela odpowiedzi w sposób bardzo spokojny, zrównoważony, bez najmniejszego zdziwienia, to tym samym daje dziecku znak, że sprawy seksualne są tak samo ludzkimi sprawami jak wszystkie inne. "Faktyczna wiedza o seksie jest oczywiście ważna, ale znacznie ważniejsza jest jej treść emocjonalna."

Rodzice winni troszczyć się, aby nie spóźnić się z podaniem dziecku potrzebnej mu informacji seksualnej. Jeżeli to zaniedbają, wówczas mogą uprzedzić ich koledzy ich dzieci z podwórka. Jeżeli pierwsze informacje seksualne zostaną przekazane właśnie "przez podwórko" w sposób wulgarny i brutalny, zwłaszcza przez starszych rówieśników, wówczas dziecko może zacząć patrzeć na seksualność jako na coś brzydkiego i wulgarnego. Po pierwszych rozmowach podwórkowych dziecka, nawiązanie z nim dialogu przez rodziców na tematy seksualne może być bardzo utrudnione. Rozmowy seksualne prowadzone przez rodziców uzbrajają i uodparniają dziecko na wulgarne informacje seksualne krążące "po podwórku".

W wychowaniu seksualnym jest rzeczą ważną, aby rodzice uszanowali intymność seksualną nawet małego dziecka, aby nie zmuszali go do rozmów, wyznań czy tym bardziej do gestów, które naruszałoby w jakikolwiek sposób jego naturalne poczucie skrępowania w tej dziedzinie. Dziecko od pierwszych chwil dochodzenia do świadomości siebie ma prawo do zachowania własnej intymności. Rodzice winni uszanować jego naturalne poczucie wstydu, wolność osobistą. Wkraczanie w sferę intymną dziecka w sposób "mocny", także wówczas, kiedy bywa to tłumaczone "dobrem dziecka", jest zawsze dla niego głęboko krzywdzące. Im bardziej naturalnie a jednocześnie delikatnie rodzice traktują swoją własną seksualność, tym bardziej naturalnie i delikatnie potraktują seksualność ich dziecka, niezależnie od jego wieku.

Wychowanie seksualne dokonuje się nie tylko przez rozmowy, podawanie informacji, ale także przez pewną dyskrecję, z jaką rodzice odnoszą się do spraw seksualnych. Winni oni dbać o zachowanie pełnej intymności w pożyciu małżeńskim. Narażanie dziecka, by było świadkiem ich wzajemnych gestów seksualnych, może być dla niego dużym zaskoczeniem, a nawet szokiem. Przy ogromnej ciasnocie mieszkaniowej, jaka panuje w wielu rodzinach, zachowanie dyskrecji w dziedzinie seksualnej wymaga niekiedy ze strony rodziców pewnej uważności.

4. Jak rozmawiać z dziećmi o seksie?

Jest rzeczą ciekawą, że rodzice często pytają jak rozmawiać ze swoimi dziećmi o sprawach seksualnych, ale nie pytają jak z nimi rozmawiać o innych bardzo trudnych sprawach życiowych: o przemocy,

o ludzkiej nienawiści, o morderstwach, o wojnach itd. Trudność ta świadczy o lękowej koncentracji na tej jednej sferze życia.

Aby móc właściwie rozmawiać z dziećmi o ludzkiej płciowości, trzeba by im stworzyć odpowiedni klimat szczerości, zaufania i naturalnego spojrzenia na wszystkie życiowe sprawy. W takiej atmosferze dziecko będzie spontanicznie pytać o wszystko, co je interesuje, także o sprawy seksualne. Jeżeli dziecko pytając o sprawy seksualne spotkałoby się ze zdziwieniem rodzica, czy tym bardziej z choćby delikatnym skarceniem, wtedy oczywiście kolejny raz takiego "niestosownego pytania" już nie zada.

Śledząc pytania dziecka unikniemy podstawowego błędu, jakim jest podawanie przedwczesnej informacji lub też informacji przychodzącej "nie w porę". Pytanie dziecka jest sygnałem mówiącym o jego gotowości przyjęcia potrzebnej mu informacji.

Trzeba mieć świadomość, że małe dziecko zadając pytanie, nie oczekuje szczegółów, zwłaszcza fizjologicznych. Wystarczy mu często odpowiedź bardzo ogólna. Zawsze jednak musi to być odpowiedź prawdziwa. Próbując odpowiedzieć dziecku na pytanie, trzeba wczuć się w jego świat odczuć, myśli, zainteresowań. Zmieszanie rodziców niektórymi pytaniami seksualnymi dzieci wynika także z faktu utożsamiania ich osobistej chorej ciekawości seksualnej z ciekawością dziecka. Ciekawość seksualna dziecka posiada zupełnie inny charakter. Odpowiedź prawdziwa winna być podana językiem dziecka, który dostosowuje się do jego pojęć, wyobraźni, emocjonalności, doświadczeń życiowych.

Odpowiedź rodzica winna być jednak tak sformułowana, aby była prawdziwa także w wieku dorastania. Jeżeli jakiejś odpowiedzi rodziców nie dałoby się obronić w okresie dojrzewania, ponieważ była w niej "szczypta kłamstwa", wówczas dziecko może tracić zaufanie nie tylko do odpowiedzi, jakich udzielają mu rodzice, ale także do nich samych. Dziecko wchodząc w relacje z rówieśnikami sprawdza zwykle informacje otrzymane od rodziców. Jeżeli dziecko nie otrzyma od rodziców pełnej, zadowalającej go odpowiedzi, odwoła się wówczas do środowiska rówieśników, zwykle "dobrze poinformowanego" w tej dziedzinie.

Rodzice winni wiedzieć, że dziecko może pytać o tę samą sprawę wiele razy. Klasyczne pytanie: "skąd się biorą dzieci" może padać bardzo wcześnie, np. w wieku trzech, czterech lat, ale może ono powtórzyć się w wieku późniejszym, w wieku siedmiu, dziesięciu lat. Tylko pozornie jest to pytanie identyczne. Być może brzmi ono tak samo, ale pada w zupełnie innej sytuacji rozwojowej dziecka, stąd też posiada inny charakter.

Inna sytuacja rozwojowa dziecka sprawi, iż będzie ono wymagać także innej odpowiedzi. Rodzice powtarzając odpowiedzi sprzed kilku lat na to samo pytanie, mogliby się ośmieszyć w jego oczach, ponieważ świadomość dziecka bardzo się zmieniła od tego czasu oraz także dlatego, iż w międzyczasie zdobyło ono wiele informacji także poza środowiskiem rodzinnym. Odpowiedź na pytania dzieci winna uwzględnić informacje, które dziecko już posiada.

Istotą rozmów o sprawach seksualnych jest klimat zaufania i

szczeroci. Podobnie jak dojrzałe działanie seksualne może miec miejsce tylko wówczas, kiedy istnieje wielka serdecznośc, ciepło, intymnośc emocjonalna oraz pewna jednośc duchowa, podobnie równiez rozmowy o ludzkiej pćciowoci mogą byc w pełni owocne tylko w podobnym klimacie szczeroci, intymności, otwartości oraz duchowej jedności rodziców z dzieckiem.

Rodzice rozmawiając ze swoimi dziećmi o seksualności człowieka, zwłaszcza w okresie dojrzewania, przekazują im nie tylko wiedzę, lecz także system wartości kierujący nie tylko zachowaniami seksualnymi, ale całym życiem człowieka. Wychowanie religijne, kształtowanie ludzkiego sumienia jest integralną częścią wychowania osobowego, a tym samym i seksualnego.

Dzieci są szalenie bystrymi obserwatorami i łatwo zauważą każdą niespójność w zachowaniu rodziców. Z jednej strony rodzice mogą czuć się zakłopotani najprostszymi pytaniami seksualnymi dzieci, które nierzadko pomijają i lekceważą. Z drugiej jednak strony ci sami rodzice mogą zdradzać jakąś chorą ciekawość seksualną opowiadaniem "słonych kawałów", pokątnym korzystaniem z pornografii, oglądaniem filmów erotyzujących.

Taka dwulicowa postawa rodziców jest zawsze antywychowaniem seksualnym. Mówi również o tym Kongregacja do spraw Wychowania Katolickiego: "Rodzice winni mieć świadomość, że ich przykład stanowi najlepszy wkład w wychowanie dzieci. Tylko w ten sposób dzieci będą mogły nabrać pewności, że ideał chrześcijański jest rzeczywistością przeżywaną w obrębie rodziny".

Wielu pedagogów podkreśla, że w wychowaniu seksualnym nie powinno się odsyłać dzieci najpierw do książek. Zawsze owocniejsza jest bezpośrednia rozmowa. Porozumienie z rodzicami, ich bliskość, pełna akceptacja "trudnego pytania" sprawiają, że ta sama informacja wyczytana w książce i przekazana osobiście ma zupełnie inny posmak i jest zupełnie inaczej przeżywana. "Uświadomienie seksualne to sprawa nie wiedzy i nie rzemiosła, lecz rodzicielskiego artyzmu, musi być ona potraktowana na szerszym tle ogólnego wychowania moralnego."

5. Co robić, kiedy dziecko nie pyta o sprawy seksu?

Mogą istnieć różne przyczyny braku pytań seksualnych ze strony dziecka. Jedną z najprostszych przyczyn może być brak zainteresowania u dziecka sprawami seksualnymi. Może być ono na razie zajęte innymi ważnymi dla niego sprawami. Rodzice mogą niekiedy oczekiwać pewnych pytań seksualnych od dziecka, jeżeli np. porównują je z zachowaniem innych dzieci w tym samym wieku. Mogą się dziwić, dlaczego jedne dzieci już pytają "o te sprawy", a ich dziecko jeszcze nie pyta.

Drugą możliwością (występującą chyba znacznie częściej) jest to, że rodzice spóźnili się z informacjami seksualnymi i dziecko zostało już "pouczone" przez swoich rówieśników. W takiej sytuacji byłoby rzeczą pożądaną, aby rodzice bardzo dyskretnie zorientowali się, jakie informacje i w jakim klimacie zostały przekazane ich dziecku, by mogli sprostować te, które mają charakter lękowy, sensacyjny lub

też są po prostu nieprawdziwe. Rozmowa mająca prostować "edukację podwórkową" jest oczywiście o wiele trudniejsza i wymaga większej uwagi ze strony rodziców, niż w wypadku zwyczajnej rozmowy, w której nie trzeba jeszcze niczego korygować. Dziecko nie będzie jednak w stanie mówić o tym, co już wie o sprawach seksualnych, o ile rodzice nie stworzą klimatu wielkiej szczerości i serdeczności, i to nie tylko z okazji tych "szczególnych rozmów", ale w stałej więzi z nim.

Aby dostosować informację seksualną do wieku i potrzeb dziecka trzeba uwzględnić dwa elementy: z jednej strony kryteria ogólne oparte o psychologię rozwojową, które wskazują, w jakich okresach dziecko potrzebuje określonej informacji, z drugiej jednak strony trzeba uwzględnić indywidualność dziecka. Każde dziecko jest istotą niepowtarzalną, stąd też ma swój temperament, charakter, który powiązany jest także z jego seksualnością. Niektóre dzieci mogą potrzebować informacji seksualnych nieco wcześniej niż ich rówieśnicy. Może najwyraźniej uwidacznia się to w okresie dojrzewania seksualnego, które nie zawsze rozpoczyna się u wszystkich dzieci w tym samym czasie. Różnice czasowe wejścia w dojrzewanie seksualne mogą być znaczne.

6. Kłopotliwa sytuacja

Możemy założyć taką sytuację: rodzice ze swoimi dziećmi oglądają film. W pewnym momencie pojawiają się powtarzające się sceny erotyczne. Jak w takiej sytuacji winni zachować się rodzice?

Jeżeli rodzice chcą oglądać film wspólnie z dziećmi, (czy też pozwalają go dzieciom oglądać), winni "najpierw zasięgnąć informacji o treści danego programu, aby na tej podstawie podjąć następnie świadomą decyzję - kierując się dobrem rodziny - czy go obejrzeć czy nie". Oczywiście możliwości wcześniejszego sprawdzenia filmu są często ograniczone. Czasami trudno jest bowiem przewidzieć, czy będą w nim jakieś mocne sceny erotyczne czy nie.

Gdyby podczas wspólnego oglądania filmu pojawiły się sceny erotyczne, które zdaniem rodziców przekraczają granice emocjonalnej wrażliwości dziecka, należałoby zaprzestać oglądania filmu, odwołując się przy tym do wrażliwości estetycznej lub też do wartości moralnych. W moim odczuciu nie byłoby jednak dobrym rozwiązaniem wychowawczym, gdyby rodzice zakazali dalszego oglądania tego filmu dziecku, natomiast sami oglądali go dalej. Poczuloby się ono tym głęboko dotknięte.

Jeżeli poprzez wcześniejsze wychowanie seksualne rodzice przekazali dziecku, iż płciowość człowieka jest sprawą bardzo intymną, otoczoną naturalną wstydlivością i nie powinna być w drastyczny sposób pokazywana, wówczas przerwanie oglądania filmu z mocnymi scenami seksualnymi będzie uważane przez nie za oczywiste i naturalne.

Jeżeli natomiast w czasie wspólnego oglądania filmu pojawiłyby się pojedyncze sceny erotyczne - nie mające jednak charakteru zbyt drastycznego - ważną rzeczą byłoby, aby rodzice zachowali się w sposób bardzo naturalny, prosty. Elementy seksualne są elementami

ludzkiego życia. Decyzja rodziców nie powinna być dyktowana ich pruderią, ale obiektywnym rozeznaniem sytuacji: wielkością bodźców seksualnych zawartych w filmie oraz potrzebami i wrażliwością dziecka. Przerywanie filmu z powodu jakichś drobnych scen erotycznych mogłoby wywołać skutki wprost przeciwne: z jednej strony przewrażliwienie lękowe, z drugiej zaś zbyt dużą chęć ciekawości.

C. WYCHOWANIE SEKSUALNE W OKRESIE DOJRZEWANIA

Jak wspomnieliśmy uprzednio, wychowaniem seksualnym przed okresem dojrzewania dziecka kierują przede wszystkim dorośli: rodzice i wychowawcy. Stopniowo jednak odpowiedzialność za nie przejmuje sam młody człowiek. Aby mógł go jednak dobrze przeżyć i nim właściwie pokierować, winien być do tego przygotowany. W niniejszym podrozdziale będziemy więc mówić najpierw, jak rodzice i wychowawcy winni przygotowywać dzieci na okres dojrzewania, następnie zaś, w jaki sposób nastolatki powinni sami przejmować odpowiedzialność za kształtowanie swoich postaw i zachowań w dziedzinie emocjonalno-seksualnej. Ważnym tematem tej części pracy będzie także omówienie wzajemnych trudności (tak ze strony dzieci jak i rodziców) w wychowaniu seksualnym.

1. Przygotowanie dziecka na okres dojrzewania seksualnego

Gdyby rodzice nie rozmawiali wcześniej na tematy seksualne ze swoimi dziećmi i gdyby na ich pytania odpowiadali w sposób wymijający, wówczas próba podejmowania "rozmów zasadniczych" przed okresem dojrzewania budziłaby raczej zdziwienie i zaskoczenie. Dziecko wchodząc w dojrzewanie ma już wiele informacji o własnej seksualności oraz posiada pewne wyobrażenia seksualne oparte o obserwacje starszego pokolenia, a nierzadko także o pewne osobiste doświadczenia.

Nagła propozycja "rozmowy uświadamiającej" przed okresem dojrzewania mogłaby nawet dziecko wystraszyć, szczególnie wówczas, kiedy rodzice przyjmują postawę autorytarną w innych dziedzinach jego życia. Dziecko mogłoby obawiać się, że rodzice wkroczą w jego sferę intymną, że będą pytać go o sprawy, o których nie chciałoby mówić.

Rozmowy z rodzicami przygotowujące do okresu dojrzewania seksualnego są możliwe wtedy, kiedy podobne rozmowy istniały już wcześniej oraz kiedy pomiędzy rodzicami a dzieckiem ma miejsce wzajemne zaufanie. Rozmowy wprowadzające w okres dojrzewania winny być kontynuacją rozmów podjętych uprzednio. Wydaje się, iż - zgodnie z radą wielu wychowawców i psychologów - najbardziej odpowiednią osobą do rozmów seksualnych, zarówno przed jak i podczas samego okresu dojrzewania, dla syna jest ojciec a dla córki natomiast matka. Wynika to między innymi z faktu, iż odniesieniem dla identyfikacji seksualnej dla chłopca jest ojciec, natomiast dla dziewczyny matka.

Rozmowy te zakładają jednak dobry kontakt emocjonalny z rodzicami, szczególnie zaś syna z ojcem i córki z matką. Jeżeli dziecko zmuszone jest ukrywać przed swoimi rodzicami wiele

codziennych spraw, na przykład złe oceny w szkole, jakieś nieporozumienia koleżeńskie, kiedy musi bronić się drobnymi kłamstwami przed ich zbyt autorytarną postawą, możemy być wówczas pewni, że będzie ono bardzo głęboko ukrywać przed nimi także swoje doświadczenia i odczucia seksualne oraz zdobyte poza domem informacje na ten temat.

Rozmowy wprowadzające w dojrzewanie seksualne są bardzo potrzebne najpierw dlatego, iż dziecko obserwując intensywnie siebie w tym okresie dostrzega zmiany w swoim organizmie. Zmiany te następują nieraz gwałtownie i dlatego mogą budzić wielki niepokój dziecka. Wielu młodych ludzi, z którymi rozmawiałem, wspominało lęk w momencie pojawienia się pierwszych odruchów seksualnych w okresie dojrzewania. To lękowe traktowanie najprostszych zjawisk seksualnych w tym okresie może powodować utrwalanie negatywnego spojrzenia na seksualność i jej funkcjonowanie.

W rozmowie z dziećmi rodzice nie muszą wchodzić w szczegóły, zwłaszcza fizjologiczne. Mogą bowiem nie posiadać odpowiedniego przygotowania do szczegółowego traktowania spraw dojrzewania seksualnego. Mogą wówczas zalecić dziecku przeczytanie jakiejś dobrej książki. Już sam fakt zalecenia dziecku przez rodziców przeczytania jakiejś literatury o tematyce seksualnej, posiada duże znaczenie. Rodzice w ten sposób wyrażają akceptację i powagę w traktowaniu spraw seksualnych dziecka. Dzieci przed okresem dojrzewania na ogół już rozumieją, iż rodzice nie muszą znać się na wszystkim.

Inną pomocą dla dziecka w okresie dojrzewania może być organizowanie spotkań z osobą kompetentną, np. w ramach lekcji wychowawczych lub katechezy. "Otwarcie i współpraca rodziców w stosunku do innych wychowawców współodpowiedzialnych za formację będą miały pozytywny wpływ na dojrzewanie młodego człowieka."

Im prościej, bardziej otwarcie i rzeczowo poda się informacje związane z dojrzewaniem seksualnym jeszcze przed jego rozpoczęciem, tym łatwiej będzie młodemu człowiekowi wejść w ten znaczący okres życia. Rozmowy przed okresem dojrzewania nie wystarczą. Winny być one kontynuowane także w trakcie samego dojrzewania seksualnego. Doświadczenie pokazuje, iż młodzi ludzie, którzy w okresie dojrzewania rozmawiają o swojej seksualności w sposób szczery i otwarty z osobą zaufaną (niestety rzadko zdarza się, żeby byli to rodzice), zwykle przeżywają ten okres bez większych stresów i napięć.

Niezdrowe zainteresowanie fizjologią seksualną u młodych ludzi jest nierzadko także pewnym odreagowywaniem lękowego wychowania seksualnego. Przykładem może być problem masturbacji w okresie dojrzewania. Im bardziej lękowe jest wychowanie, tym ostrzejszy bywa kryzys masturbacji. Dzięki takim szczerym rozmowom mogą unikać wielu pomyłek i błędów i przejść przez ten trudny czas o wiele spokojniej i łagodniej.

Nastolatki, którzy posiadają możliwość szczerego mówienia o swoich odczuciach, lękach, obawach, potrzebach nie tylko seksualnych, ale także tych związanych z dojrzewaniem całej ludzkiej osoby, przechodzą przez kryzys masturbacji o wiele łagodniej i spokojniej. Zdarza się, choć jest to raczej zjawisko rzadsze, iż kryzys ten nie

ma w ogóle miejsca.

Rozmowy rodziców z dzieckiem w okresie dojrzewania nie mogą dotyczyć jedynie rozwoju fizycznego i emocjonalnego, ale winny być połączone z przekazywaniem systemu wartości moralnych. W ten sposób wychowanie seksualne okresu dojrzewania staje się wychowaniem do integracji seksualnej. Jest bowiem rzeczą ważną, aby młody człowiek wchodząc w dojrzewanie seksualne rozumiał nie tylko własną sferę erotyczną i emocjonalną, ale był wrażliwy i otwarty także na sferę ducha w takim stopniu, w jakim jest to możliwe w jego wieku. Trzeba bowiem, aby nastolatek szukał rozumienia nie tylko celowości budzącej się seksualności, ale całego swego życia. Sens działania seksualnego będzie stosunkowo łatwy do odkrycia, jeżeli młody człowiek - choćby w minimalnym stopniu - odkryje najpierw sens życia jako takiego. Bez poczucia sensu i celu ludzkiego życia, seksualność człowieka przyjmuje często pozaseksualne zadania. Polegają one głównie na "odurzaniu" bolesnego przeżywania pustki egzystencjalnej. Seks jest w rzeczywistości dwuznaczny. Może wyrażać miłość i poświęcenie, ale nie zawsze tak się dzieje.

Młody człowiek nie powinien utożsamiać dojrzewania sfery erotycznej z gotowością do fizycznego działania seksualnego. Jeżeli nawet w okresie dojrzewania jest rzeczywiście zdolny do fizycznego działania seksualnego, to jednak ze względu na brak dojrzałości emocjonalnej i duchowej działanie to nie może być celowe i sensowne. Aby młody człowiek mógł podjąć dojrzałe działanie seksualne, wraz z fizyczną dojrzałością winna wiązać się także pełna dojrzałość emocjonalna i duchowa. Dojrzałość ta zakłada spełnienie szeregu warunków, które stoją na straży dobra i szczęścia przyszłego małżeństwa i rodziny.

Ogromną pomocą w poważnym traktowaniu budzącej się seksualności może być świadomość przyszłych zadań związanych z tą dziedziną życia: zawarcie związku małżeńskiego oraz odpowiedzialne rodzicielstwo. I chociaż dla młodego człowieka w okresie dojrzewania wydają się to być sprawy bardzo odległe, to jednak w rzeczywistości jest to zaledwie odległość kilku lat. Młody człowiek winien być świadomy, iż jego obecne zachowania seksualne mogą mieć zasadniczy wpływ na późniejszy sposób traktowania małżeństwa i rodziny.

I chociaż narzucające się najpierw pragnienia i potrzeby okresu dojrzewania wiążą się raczej z fascynacją emocjonalno-erotyczną, to jednak potrzeba macierzyństwa czy też ojcostwa, choć dochodzi do głosu nieco później, winna być w wychowaniu seksualnym przewidziana i uwzględniona. Tego także domaga się wychowanie do integracji seksualnej. Młody człowiek winien mieć wyraźną świadomość konsekwencji swoich zachowań seksualnych. Wiele bardzo poważnych błędów okresu dojrzewania młodzi ludzie popełniają nieświadomi konsekwencji, jakie wiążą się z ich zachowaniem. Błędy te nieraz od samego początku przekreślają szansę na późniejsze udane życie małżeńskie i rodzinne. Jednym z najskuteczniejszych sposobów uniknięcia takich błędów, mogłyby być "męskie rozmowy" syna z ojcem oraz "kobiece rozmowy" matki z córką. Rozmowy te są możliwe tylko wtedy, kiedy istnieje głęboka więź emocjonalna pomiędzy rodzicami a

dziećmi.

2. Szukanie pomocy

Czy możliwy jest dojrzały rozwój seksualny, jeżeli nastolatek zostaje sam ze swoimi problemami i z nikim nie próbuje o nich rozmawiać? Powiedzmy najpierw, iż młody człowiek praktycznie nigdy nie zostaje sam ze swoimi problemami seksualnymi. W tej "samotności seksualnej" zawsze szuka jakichś odniesień: dojrzałych lub niedojrzałych, osobowych lub urzeczowionych.

Dojrzałość seksualna charakteryzuje się przede wszystkim dojrzałymi relacjami międzyosobowymi, których nie można się przecież nauczyć w samotności. Dojrzałych relacji człowiek uczy się w praktyce życia. Rozmowa z rodzicem, kierownikiem duchowym, wychowawcą, w sytuacjach wyjątkowo trudnych z terapeutą, jest włączaniem spraw seksualnych w relację międzyosobową. Jeżeli nastolatek potrafi w okresie dojrzewania rozmawiać z zaufaną osobą na tematy seksualne, to potrafi także rozmawiać o nich w narzeczeństwie i małżeństwie, a później ze swoimi dziećmi. W ten sposób już w okresie dojrzewania człowiek uczy się dojrzałych małżeńskich relacji seksualnych, a także wychowywania seksualnego swoich przyszłych dzieci.

Jest rzeczą ważną przekonać młodego człowieka, by szukał odniesień w sprawach seksualnych w sposób jawny, otwarty, bezlękowy oraz by szukał ich u wychowawców dobrze przygotowanych, do których czuje zaufanie. Wychowawcy ci z jednej strony uszanują jego wolność i sumienie, z drugiej zaś podzielą się swoim własnym doświadczeniem i wiedzą. Otwarte, szczerze a jednocześnie dyskretne i rzeczowe mówienie o sprawach seksualnych w ramach lekcji wychowawczych, na katechezie, przekonuje młodzież, że sprawy te są sprawami ludzkimi, o których można rozmawiać szczerze i bez lęku.

Kiedy nastolatek w okresie dojrzewania nie ma dojrzałych odniesień osobowych, wówczas szuka innych odniesień, które mają charakter urzeczowiony. Mogą nimi być książki i filmy erotyzujące, pornografia, "brudne rozmowy" z rówieśnikami, niedojrzałe kontakty seksualne, marzenia erotyczne. Tych urzeczowionych odniesień młody człowiek może szukać w skrytości i lęku. Im bardziej jest on zamknięty na innych, z tym większą skrytością, lękiem i poczuciem winy ich szuka.

Coraz częściej zdarza się, że wielu młodych czuje się "wyzwolonych" ze skrępowania i w sposób całkiem otwarty i jawny szuka takich właśnie niedojrzałych, urzeczowionych odniesień. Nie krępują ich już wcale własne fascynacje pornografią, uprawianiem "zimnego seksu", fascynacje "tłustymi żartami". Oglądałem kiedyś w telewizji jednego z krajów zachodnich dyskusję, w której kilku młodych ludzi opowiadało publicznie o swoich niedojrzałych doświadczeniach seksualnych bez najmniejszego skrępowania. W czasie dyskusji na ekranach pojawiały się ich imiona i nazwiska.

3. Kiedy kończy się wychowanie seksualne?

W jakimś sensie wychowanie seksualne trwa jeszcze długo po okresie dojrzewania. Seksualność jest tą delikatną dziedziną, która wymaga pracy wewnętrznej praktycznie w ciągu całego życia. Wychowanie seksualne w okresie dzieciństwa winno jednak stopniowo przechodzić w samowychowanie.

O ile we wczesnym okresie życia dziecka rodzice biorą przede wszystkim odpowiedzialność za dostarczanie odpowiednich informacji seksualnych, za kształtowanie pozytywnej atmosfery wokół tej ważnej dziedziny życia - chociaż dziecko pobudza ich swoimi pytaniami - to jednak wraz z dorastaniem człowiek bierze sam na siebie ciężar wychowania seksualnego. Rodzice i wychowawcy w okresie dojrzewania jedynie towarzyszą młodemu człowiekowi, natomiast on sam w swoim sumieniu podejmuje samodzielnie decyzję, co robić z otrzymanymi informacjami seksualnymi, z budzącymi się potrzebami, pragnieniami, wyobrażeniami.

Już w okresie dojrzewania, czy tym bardziej później, w wychowaniu seksualnym nie można ingerować w przeżycia, odczucia i doświadczenia seksualne młodego człowieka. Jeżeli młody człowiek nie chciałby o nich rozmawiać, wówczas robienie jakiegokolwiek nacisku i presji mogłoby być poważnym nadużyciem zarówno ze strony wychowawców jak i rodziców. Zewnętrzna ingerencja w intymność seksualną człowieka w okresie dojrzewania byłaby dla niego głębokim zranieniem.

Stąd też istotą wychowania do integracji seksualnej w okresie dzieciństwa i dojrzewania jest wychowanie do odpowiedzialności za siebie i za innych. Każde wychowanie seksualne, które nie zawierałoby wychowania do odpowiedzialności, byłoby jedynie instrukcją seksualną, a nie rzeczywistym wychowaniem. Wychowanie seksualne jest także wychowaniem do kierowania się określonymi normami moralnymi. Stąd też obejmuje również kształtowanie sumienia człowieka do właściwej oceny wszystkich przeżyć i odczuć seksualnych.

Wydaje się, iż po okresie dojrzewania należy młodemu człowiekowi zostawić inicjatywę w doborze informacji seksualnych, które są mu potrzebne w jego sytuacji egzystencjalnej. W miarę wchodzenia w relację narzeczeńską, później małżeńską pojawiają się potrzeby coraz głębszej i bardziej szczegółowej informacji seksualnej, której młody człowiek winien szukać bez poczucia winy i lęku. Stopniowo pojawia się temat inicjacji seksualnej, współżycia seksualnego w małżeństwie, rodzicielstwa. Pytania te przekraczają jednak ramy tej pracy.

4. Trudności rodziców w wychowaniu seksualnym swoich dzieci

Najpierw są to trudności wynikające z osobistych trudności seksualnych samych rodziców. Im bardziej poranione bywają ich postawy i zachowania seksualne, tym większe będą oni mieli trudności w wychowaniu seksualnym swoich dzieci. "Najważniejszą metodą wychowania seksualnego jest metoda wpływu osobistego, gdzie własne, autentyczne świadectwo odgrywa ogromną rolę. Właśnie dlatego między innymi tak wielu rodziców ma trudności w wychowaniu seksualnym swoich dzieci. Stoją temu na przeszkodzie nie tylko małe wiadomości, lecz także

często zdeformowane poglądy i nie uporządkowane życie płciowe. Dlatego nie mogą dać autentycznego świadectwa." Do wychowania seksualnego dzieci potrzebna jest więc rodzicom ogromna przejrzystość osobowa, której częścią jest także przejrzystość w sprawach seksualnych.

W wychowaniu seksualnym istnieją jednakże trudności, które są niezależne od postawy samych rodziców. Typ "codziennej kultury" (telewizja, publikacje, reklamy), w której żyjemy, jest mocno naznaczony bodźcami seksualnymi. One oddziałują na dzieci. Niemalże na każdym kroku dziecko spotyka się z lansowaniem dezintegracyjnego podejścia do spraw seksualnych, tzn. takiego, które oddziela doświadczenia erotyczne od doświadczenia miłości. Ma to oczywiście duży wpływ na świadomość dziecka i na jego osobiste podejście do własnej seksualności. Dziecku potrzebne jest wówczas bardzo mocne oparcie emocjonalne rodziców, połączone jednocześnie z ich świadectwem życia wartościami moralnymi. Tylko w ten sposób może zdobyć ono przeciwwagę dla takiej wizji seksu i obronić się przed bombardowaniem go nieustannymi bodźcami seksualnymi. Oparcie w rodzicach pozwala zakwestionować "powszechne przekonanie" lansowane w środkach masowego przekazu jak również w środowisku rówieśników, że seksualność człowieka jest najpierw miejscem zabawy i rozrywki.

Inna trudność, jaką spotykają rodzice w wychowaniu swoich dzieci, polega na głęboko zakorzenionym jeszcze w Polsce pruderyjnym, represyjnym i lękowym podejściu do seksualności. Nie funkcjonują u nas wypracowane i utrwalone wzory wychowania seksualnego. Rodzice, którzy dzisiaj wychowują swoje dzieci, często sami nie otrzymali praktycznie żadnego wychowania seksualnego i muszą dopiero sami tworzyć jego model. Stąd też nie należy się gorszyć ani też dziwić bezradności wielu rodziców wobec wychowania seksualnego dzieci, ale pomagać im w tym niełatwym zadaniu. Rodzice winni być jednak głęboko przekonani, iż ich wysiłek dotyczy nie tylko ich dzieci, ale także dalszych pokoleń. Jeżeli bowiem rozpoczną integralnie rozumiane wychowanie seksualne swoich dzieci, to może się stać ono dobrą tradycją w ich rodzinie. Dobre wychowanie seksualne dzieci sprawia, iż rodzice mają pośredni wpływ także na wychowanie wnuków. Aby przekonać rodziców do podjęcia trudu wychowania seksualnego swoich dzieci, trzeba także przypominać im, ile niepokoju, lęku i cierpienia doświadczyli oni sami w okresie dzieciństwa i młodości z powodu braku wychowania w tym zakresie.

Trudnością może być również brak w Polsce głębokich, ale pisanych prostym i zrozumiałym językiem opracowań, które ukazywałyby ściśle związki pomiędzy seksualnością a sferą emocjonalną i duchową człowieka. Rodzice chcąc rzeczywiście przekazać swoim dzieciom nie tylko informację, ale pełne wychowanie seksualne, muszą sami zainteresować się trochę szerzej i głębiej tą problematyką.

Największą trudnością w wychowaniu seksualnym, o której już wspominałem, ale którą chciałbym w sposób szczególny podkreślić, napotykają rodzice wtedy, kiedy nie posiadają emocjonalnego kontaktu ze swoimi dziećmi. Brak atmosfery serdeczności i głębokiego zainteresowania całym ich życiem sprawia, iż nie otworzą się one

przed swoimi rodzicami w tej jednej dziedzinie. Z ogromną podejrzliwością będą przyjmować przekazywane im informacje, instrukcje czy zachęty.

Jeżeli dziecko jest wychowywane metodą "kija i marchewki" - metodą kary i nagrody, nie będzie w stanie mówić szczerze o swoich odczuciach, niepokojach, potrzebach czy problemach seksualnych. Dziecko będzie bowiem obawiać się "kary emocjonalnej", czyli negatywnego spojrzenia rodziców na siebie. Sądzę, iż właśnie w braku szczerych, głębokich więzi emocjonalnych należy upatrywać jedną z głównych przyczyn braku wychowania seksualnego w rodzinach. Wychowanie seksualne dzieci domagałoby się przede wszystkim głębokiego rachunku sumienia rodziców, na jakich zasadach w ogóle wychowują swoje dzieci. Wychowanie seksualne dziecka jest najlepszym "papierkiem lakmusowym" całego wychowania.

Ujmując problem ogólnie możemy powiedzieć, iż wychowanie seksualne domaga się połączenia dwu postaw: z jednej strony należyj dziecku opieki, czuwania nad nim, jakiejś formy ograniczonej kontroli; z drugiej zaś dawania mu wolności w tym zakresie, w jakim jest mu ona potrzebna, na ile potrafi ono ją unieść i na swój wiek realizować. Pełne wychowanie seksualne jest niemożliwe zarówno wtedy, gdy rodzice z jednej strony próbują dziecko kontrolować we wszystkich jego zainteresowaniach, gestach, pragnieniach i potrzebach seksualnych, jak też wówczas, kiedy zrzucają cały ciężar kształtowania jego własnej seksualności wyłącznie na nie. Dziecko jest zbyt słabe, aby mogło unieść ciężar własnego wychowania seksualnego bez pomocy rodziców i wychowawców. Brak tej rodzicielskiej lub wychowawczej pomocy zwykle sprawia, iż seksualność dziecka rozwija się bardzo przypadkowo. Wiele negatywnych wpływów i osobistych błędów - wprawdzie mało świadomych, ale mających jednak poważne nieraz konsekwencje - sprawia, iż dziecko nierzadko wchodzi w okres dojrzewania bardzo poranione seksualnie. Okres ten zwykle pogłębia i utrwala to poranienie. Bez dłuższej i poważnej pomocy terapeutycznej, szanse na udane życie małżeńskie i rodzinne są wówczas bardzo małe.

Seksualność człowieka jest dziedziną bardzo ważną, ale jednocześnie ogromnie delikatną i trudną. Dlatego właśnie konieczne jest udzielenie pomocy dziecku w jego rozwoju seksualnym. Otrzymanie tej pomocy jest podstawowym prawem dziecka. Obowiązkiem zaś rodziców jest udzielenie jej w tym wymiarze, w jakim jej potrzebuje. I chociaż wychowawcy powinni wspierać rodziców, to jednak "rodzina jest najbardziej odpowiednim środowiskiem do zapewnienia stopniowego wychowania seksualnego. Ona posiada pewien ładunek afektywny, umożliwiając, bez urażenia, akceptację najbardziej delikatnej dziedziny i jej harmonijnego włączenia w osobowość zrównoważoną i bogatą."

5. Trudności dzieci w rozmowach z rodzicami na tematy seksualne

"Dlaczego rodzice nie chcą rozmawiać ze swoimi dziećmi o sprawach seksualnych, o sprawach ich dojrzewania?" - pyta chłopiec

w ankiecie. Najpierw może dlatego, iż nie znając procesu rozwoju psychoseksualnego swoich dzieci, nie są świadomi takiej potrzeby. Zdarza się, iż całe wychowanie dziecka ogranicza się do koncentracji na sprawach zewnętrznych. Dość często rodzice zapewniając dziecku środki materialne, minimum troski o jego zdrowie i zewnętrzne dobre samopoczucie, bardzo mało interesują się jednak tym, co dziecko przeżywa i czego wewnątrznie doświadcza. Rodzice są nieraz tak głęboko zajęci swoimi nierozwiązanymi konfliktami wewnętrznymi, które ujawniają się także w ich konfliktach małżeńskich, iż nie są w stanie zauważyć emocjonalnych potrzeb i pragnień swoich dzieci. W rozwoju emocjonalnym dziecko jest wówczas praktycznie pozostawione sobie samemu. Zajęci swoimi problemami rodzice nierzadko pomniejszają problemy dziecka, uważając je za przesadzone lub nieważne. Szczególnie wówczas, kiedy zapewnienie środków materialnych dziecku nie jest sprawą łatwą oraz kiedy sami rodzice przeżywali w dzieciństwie takie braki, mogą uważać, że dziecko powinno być szczęśliwe i zadowolone z życia, ponieważ "ma wszystko".

Stosunkowo często rodzice nie rozmawiają ze swoimi dziećmi o sprawach seksualnych także dlatego, iż sami doświadczają obaw i lęków w tej dziedzinie. Ich negatywne spojrzenie na sprawy seksualne sprawia, iż mają oni wrażenie, że nie wypada mówić "o tym" głośno. Za tą obawą kryje się nieraz urazowy stosunek do ich własnej seksualności. Wielu rodziców nieświadomych problemu sądzi, iż rozmowa z dziećmi na tematy seksualne byłaby gorszeniem dziecka.

Inną, być może nieco rzadszą, przyczyną braku rozmów rodziców z dziećmi na tematy seksualne może być fakt niedoceniania, czy może wprost banalizowania wychowania seksualnego. Zdarza się bowiem, iż rodzice traktują sprawy seksualne jako naturalną, choć marginalną sprawę ich życia, której nie warto poświęcać więcej uwagi. Zdarza się to szczególnie rodzicom, którzy choć nie otrzymali wyraźnego wychowania seksualnego, to jednak wzrastali w atmosferze pozytywnego stosunku do spraw seksualnych. Ograniczone bodźce seksualne okresu dzieciństwa i dojrzewania sprawiły, iż nie przeżywali być może w tej dziedzinie jakichś szczególnych trudności. Te swoje pozytywne doświadczenia mogą oni nieświadomie przenosić na własne dzieci. Tacy rodzice winni jednak uwzględnić, iż atmosfera społeczna, w której wychowują się ich dzieci, jest zupełnie inna. Dziecko narażone jest dzisiaj na mocne bodźce seksualne tak ze strony dorosłych jak i rówieśników. Bodźców tych często nie jest w stanie zintegrować bez wyraźnej pomocy dorosłych.

Trudności dzieci w rozmowach ze swoimi rodzicami na tematy seksualne będą zwykle wypływać z szerszych i głębszych trudności, jakie ma dziecko w stosunku do rodziców. Dziedzina seksualna jest jedną z dziedzin życia. Tematy seksualne są jednym z tematów, o których dziecko może rozmawiać.

Niewątpliwie pierwszą i najważniejszą trudnością dzieci w rozmowach z rodzicami, o której już wspominaliśmy, jest brak głębszego kontaktu uczuciowego, a w konsekwencji brak pełnego zaufania do rodziców. Jeżeli dziecko spotyka się z ciągłą podejrzliwością rodziców, pewnym chłodem uczuciowym lub też

przeciwnie ze zbytnią ich zaborczością emocjonalną, wówczas próby nawiązania rozmów na tematy seksualne będzie praktycznie niemożliwa. Takie próby dziecko może odbierać jako chęć kontrolowania go w tej bardzo intymnej dla niego dziedzinie. W sposób odruchowy przyjmie więc postawę obronną.

Dzieci w okresie dorastania mają trudność w rozmowie z rodzicami na tematy seksualne także wówczas, kiedy zaczynają dostrzegać ich brak odpowiedniego wykształcenia, pewnej kultury życia, poziomu duchowego. Dziecko może przeczuwać, że rodzice po prostu nie rozumieją jego problemów. Jeżeli dziecko dostrzega zbytne uproszczenia wielu innych ważnych problemów życiowych, pewną powierzchowność uczuciową i duchową, wówczas może mieć wrażenie, iż nie warto zaczynać rozmowy "z nimi" na "te tematy". Szczególnie wówczas, kiedy wyczuje, iż informacje i opinie rodziców na tematy seksualne oparte są o ich własne, niedojrzałe doświadczenia w dziedzinie seksualnej, wówczas nie będzie miało zaufania do dawanych mu rad czy też przekazywanych informacji.

Wielu młodych ludzi czuje się zrażonych do starszego pokolenia, w tym także do rodziców, za ich postawę mniejszej czy większej nieszczerości, a nawet pewnego zakłamania i obłudy. Młodzi ludzie, jako bystrzy obserwatorzy życia, łatwo dostrzegają, że z jednej strony dorośli pozwalają sobie w dziedzinie seksualnej na wiele nadużyć, a z drugiej strony moralizują, straszą młodzież nieprawdziwymi informacjami oraz "rozdzierają szaty", jeżeli widzą słabości i błędy seksualne swoich dzieci.

Starsze pokolenie stwarza nieraz takie wrażenie, jakby problemy seksualne istniały tylko w okresie młodości i jakby posiadali je tylko młodzi ludzie. Otóż integracja seksualna, dojrzała miłość w każdym stanie życia pozostaje problemem od młodych lat aż do późnej starości. Jeżeli dziecko dostrzeże najmniejsze oznaki podwójnej moralności u swoich rodziców, wówczas będzie zamknięte na jakiegokolwiek próby wychowywania go w dziedzinie seksualnej.

Wychowanie seksualne młodego pokolenia byłoby o wiele bardziej szczerze, otwarte ze strony dorosłych, gdyby przypomnieli oni sobie własne trudności seksualne okresu dzieciństwa i dojrzewania i gdyby chcieli sobie uświadomić, że wynikały one także z braku ich osobistego wychowania seksualnego. Ucząc się na własnych błędach, winni pomóc swoim dzieciom odkryć seksualność w taki sposób, aby nie była ona najpierw miejscem słabości i cierpienia, ale stała się sposobem przekazywania miłości i życia.

ROZDZIAŁ III
INTEGRALNE SPOJRZENIE
NA LUDZKĄ SEKSUALNOŚĆ

A. ISTOTA INTEGRACJI SEKSUALNEJ

Aby móc odpowiedzieć na pytanie, co jest istotą integracji seksualnej, posłużymy się najpierw pojęciem integracji G. W. Allporta odnosząc ją do omawianego zagadnienia - integracji seksualnej. Definicja integracji podana przez Allporta dobrze odpowiada założeniom przyjętym w książce także dlatego, iż podkreśla wagę czynnika duchowego i religijnego dla procesu integracji.

1. Integracja seksualna w świetle pojęcia integracji u G. W. Allporta

a. Allport zauważa najpierw, iż "integracja oznacza proces, w którym wychodząc od przeciwstawnych sobie impulsów i pragnień, dochodzi się do względnej (przybliżonej) spójności umysłowej". To stwierdzenie Allporta jest wyjątkowo prawdziwe w integracji seksualnej. Jest ona bowiem długim procesem jednoczenia "umysłowego - psychicznego" "nieuporządkowanych uczuć", impulsów i pragnień seksualnych i emocjonalnych. W seksualności niedojrzałej (niezintegrowanej) impulsy fizyczne są najczęściej niespójne z impulsami uczuciowymi, zaś impulsy uczuciowe przeciwstawiają się "impulsom" - pragnieniom natury duchowej.

Istotą integracji seksualnej jest więc - używając wyrażenia Allporta przytoczonego w jego książce "Psychologia osobowości" - unitas multiplex, wielość w jednym. Integracja seksualna, to jednoczenie sfery genitalnej, uczuciowej i duchowej w "jedno doświadczenie miłości". Znany włoski profesor psychiatrii, Ch. Trabucchi, stwierdza, iż dojrzała "seksualność ludzka oparta jest na harmonii, która nie wyklucza ani instynktu, ani też uczucia, ale instynkt i uczucie integruje i podporządkowuje woli oświeconej, świadomej celów i warunków, którymi charakteryzuje się akt ludzki."

b. Integracja seksualna - jak zresztą każdy inny rodzaj integracji - nie jest jednak rzeczywistością, którą człowiek otrzymuje w gotowej postaci, ale jest ona raczej jego zadaniem. Allport w swojej definicji integracji odziera ze złudzeń tych, którzy pragną prowadzić uporządkowane, dojrzałe życie, ale nie podejmują pracy nad sobą: "Nikt nie może powiedzieć: <<Zintegruję moje życie>> spodziewając się jednocześnie, że znajdzie tę integrację już gotową." Integracja seksualna, podporządkowywanie "instynktu i uczucia oświeconej woli" dokonuje się więc dzięki wysiłkowi i ofiarnemu zaangażowaniu człowieka w miarę jego wzrastania emocjonalnego i duchowego.

c. Allport zauważa dalej, iż "integracja jest zazwyczaj wynikiem ubocznym różnorodnych sprzyjających jej form życia." Jest to kolejne doniosłe stwierdzenie dla integracji seksualnej. Nie dochodzi się do niej bowiem poprzez bezpośrednie zajmowanie się sferą seksualną jako taką, ale poprzez "sprzyjające (integracji) sposoby życia". "Odpowiednie" - "sprzyjające" integracji seksualnej "formy życia", to najpierw atmosfera wzajemnej miłości pomiędzy samymi rodzicami oraz rodzicami a dzieckiem, a następnie postawa

odpowiedzialności i zaangażowania młodego człowieka we własny rozwój duchowy i emocjonalny.

d. Allport stwierdza dalej w swojej definicji integracji: "Oczywiście nigdy się nie osiągnie integracji doskonałej." Niemiecki pisarz, Von Herder, powie natomiast, iż "człowiek nigdy nie jest istotą pełną. Jego egzystencja polega na nieustannym stawianiu się". Takie stwierdzenia w odniesieniu do integracji seksualnej posiadają ważne znaczenie duchowe. Właśnie fakt, iż człowiek nie może "na ziemi" osiągnąć doskonałej integracji, otwiera go na rzeczywistość pozaziemską. Seksualność, rozumiana w sensie najgłębszym, jest nie tylko "miejscem" głębokich relacji międzyludzkich, ale także "miejscem" spotkania z Bogiem. Nasza więź z Nim również naznaczona jest naszą seksualnością. Wychowanie do integracji seksualnej nie jest więc tylko wychowaniem do dojrzałej ludzkiej miłości, ale także do miłości w wymiarze duchowym. Stwierdzenie Allporta, że "nigdy nie osiągnie się integracji doskonałej", nie musi więc posiadać charakteru negatywnego, ale - wprost przeciwnie - może otwierać człowiekowi perspektywę Boskiej miłości.

e. W swojej definicji integracji Allport wskazuje także na rzeczywistość "dojrzałego sumienia" oraz "zainteresowanie religijne" jako zasadniczy fundament integracji: "Aby (integracja) mogła być przynajmniej względnie uwieńczona sukcesem, (...) musi uznać wymagania dojrzałego sumienia. (...) Zainteresowanie religijne, będące najpełniejszym, jak żadne inne nadaje się do spełnienia roli czynnika integrującego." Każdy proces integracyjny musi posiadać swój zwornik, oś, wokół której jest on dokonywany. Zwornikiem dla integracji seksualnej w naszym rozumieniu jest doświadczenie religii chrześcijańskiej, które odwołuje się zarówno do "praw natury", które człowiek może sam odkryć, jak też do Objawienia Bożego interpretowanego przez Magisterium Kościoła. Stąd też wychowanie do integracji seksualnej, rozumiane w sensie najpełniejszym, będzie także w jakimś sensie wychowaniem religijnym.

2. Początkowe etapy integracji seksualnej w okresie dzieciństwa i dojrzewania

Pierwszym etapem integracji seksualnej jest identyfikacja, tożsamość seksualna. Dokonuje się ona poprzez spotkanie ze wzorem identyfikacji, które polega przede wszystkim na bezwarunkowej akceptacji nie tylko sfery seksualnej, ale całej swojej osobowości. W ten sposób spontanicznie rodzi się głębokie "emocjonalne przekonanie" (zarówno na poziomie świadomości jak i podświadomości) o "byciu mężczyzną" - "byciu kobietą".

Drugim podstawowym etapem integracji seksualnej, który przychodzi w okresie dojrzewania, jest świadomy wybór obiektu seksualnego. Jeżeli w okresie poprzedzającym dojrzewanie dokonała się pełna identyfikacja seksualna, wówczas wybór obiektu seksualnego (dla chłopca wybór dziewczyny, dla dziewczyny wybór chłopca) jest czymś spontanicznym i naturalnym. Najczęściej właśnie okres dojrzewania

ukazuje rzeczywiste rozmiary braku identyfikacji seksualnej, która wprost uniemożliwia lub też tylko utrudnia prawidłowy wybór obiektu seksualnego.

Dalszym podstawowym elementem integracji seksualnej jest połączenie sfery seksualnej ze sferą emocjonalną i duchową. Dzięki integracji seksualnej płciowość człowieka może zająć w życiu ludzkim to miejsce, które jej się należy ze względu na wpisane w nią prawa Boże (biologiczne, psychologiczne, duchowe) oraz ze względu na dokonany wybór stanu życia. To właśnie dzięki integracji seksualność człowieka nie jest ani bożkiem, wokół którego musi kręcić się całe życie, ani też "brzydką sprawą", przed którą trzeba się nieustannie bronić. Seksualność zajmuje swoje "szóste miejsce" w ludzkim życiu, miejsce przyznane jej przez Boga w hierarchii Bożych przykazań.

3. Co jest istotą seksualności człowieka?

Integracja seksualna rozważana na gruncie chrześcijańskim zakłada odpowiednie rozumienie ludzkiej seksualności. Zauważmy najpierw, iż samo słowo "seksualność" wskazuje na prosty fakt bycia mężczyzną lub kobietą.

"Stworzył więc Bóg człowieka na swój obraz, na obraz Boży go stworzył: stworzył mężczyznę i niewiastę. Po czym Bóg im błogosławił, mówiąc do nich: <<Bądźcie płodni i rozmnażajcie się, abyście zaludnili ziemię. (...) A Bóg widział, że wszystko, co uczynił, było bardzo dobre" (Rdz 1, 27-28. 31)." Seksualność sama w sobie jest więc - zgodnie z zamiarem Stwórcy - bardzo dobra. Ludzkiej seksualności nie można traktować jak "sprawy brzydkiej, brudnej, nieczystej". Jest ona bowiem zamierzona przez Boga i winna być przyjęta przez człowieka jako dar piękny i dobry.

Istotą seksualności ludzkiej jest otwarcie się na "drugiego". Seksualność jest właśnie miejscem otwarcia na miłość - miejscem przyjmowania i dawania siebie. Nie chodzi jedynie o otwarcie się mężczyzny na kobietę i kobiety na mężczyznę, ale chodzi o otwarcie mające wymiar bardziej powszechny - jest to otwarcie na każdą miłość.

Istota ludzkiej płciowości daleko przekracza fizyczne zjednoczenie seksualne kobiety i mężczyzny. Właśnie dlatego sama fizyczna aktywność seksualna nie stanowi nigdy kryterium integracji seksualnej. "Bogate" fizyczne życie seksualne, prowadzone nieraz z wielu partnerami, świadczy raczej o braku takiej integracji.

Akt seksualny jest tylko jednym ze sposobów wyrażania jedności, który zakłada wcześniejsze osiągnięcie jedności w wymiarze emocjonalnym i duchowym. Pełna, integralnie rozumiana seksualność, realizuje się także na płaszczyznach: uczuciowej, intelektualnej, duchowej. Na każdej z nich dokonuje się dawanie i przyjmowanie miłości. Każda z nich naznaczona jest ludzką płciowością. Seksualność w sensie ścisłym, osiąga swoją głębię dopiero wtedy, kiedy jedność erotyczna zostaje przygotowana i poprzedzona jednością uczuciową i duchową. Duchowość chrześcijańska zakorzeniona w Biblii patrzy na seksualność człowieka w sposób integralny. Pozytywna ocena fizycznej sfery seksualnej człowieka wynika właśnie ze zintegrowania jej ze

sferą emocjonalną i duchową.

Pojęcie integracji seksualnej chroni nas przed traktowaniem ludzkiego ciała wraz z jego genitalnością przede wszystkim jako symbolu ludzkiej słabości i ułomności. "Ciało (bowiem) o tyle, o ile jest seksualne, wyraża powołanie człowieka (...) do miłości i wzajemnego daru z siebie samego. Ciało wreszcie wzywa mężczyznę i kobietę do spełnienia ich podstawowego powołania, do płodności". Seksualność nie powinna być rozumiana najpierw jako miejsce ograniczoności człowieka. Trzeba ją przyjąć jako bogactwo człowieka, które pozwala mu wejść w relację z Drugim: z człowiekiem i z Bogiem. Chrześcijanin winien odkryć seksualność jako miejsce spotkania, miejsce życia. "Dynamika seksualna uzdalnia nas do wychodzenia z własnej izolacji i otwierania się na drugą osobę. Jest to dynamika ukierunkowana na międzyosobową komunikację".

Jest prawdą, że ludzka seksualność posiada swoje ograniczenia oraz że może być również miejscem słabości i grzechu człowieka. Przesadne i jednostronne podkreślanie negatywnej strony seksualności prowadzi jednak do niedoceny tego szczególnego daru Bożego. Spojrzenie na ludzkie ciało niemal wyłącznie w kategoriach ułomności i niebezpieczeństwa grzechu, z jakim spotykaliśmy się nierzadko w przeszłości, prowadziło do negatywnego oceniania seksualności jako takiej. Spojrzenie to zuboża nie tylko ludzką płciowość, ale całą osobowość człowieka.

Dzięki wychowaniu do integracji seksualnej ciało człowieka z jego płciowością może stać się miejscem wzajemnego "objawiania się osób", miejscem najgłębszego wzajemnego poznania. Poprzez postawy, spojrzenia, słowa, poprzez wyraz twarzy lub inne gesty ciała człowiek "objawia się" drugiemu. Dzięki nim kobieta i mężczyzna mogą się "poznać". Z zamierzenia Bożego działanie erotyczne jest najgłębszym i najbardziej angażującym sposobem wzajemnego objawiania się sobie mężczyzny i kobiety. W dawniejszych przekładach pierwsze wspomniane w Biblii zbliżenia mężczyzny i kobiety (Rdz 4, 1-2) było określone jako "poznanie". "Można w tym widzieć ubóstwo archaicznego języka, któremu brakowało większej liczby wyrazów na określenie zróżnicowanych faktów. Tym niemniej pozostaje rzeczą znamioną, iż sytuacja, w której <<mężczyzna i jego żona łączą się ze sobą tak ściśle, że stają się jednym ciałem>>, została określona jako <<poznanie>>". To właśnie "wzajemne objawianie się sobie", "wzajemne poznanie" mężczyzny i kobiety staje się źródłem nowego życia.

4. Seksualność jako zadanie człowieka

Daru ludzkiej seksualności człowiek nie otrzymuje jednak w gotowej, dojrzałej, zintegrowanej formie. Dar ten jest jednocześnie naszym zadaniem. Obowiązkiem jest pielęgnowanie tego daru, rozwijanie go dla własnego dobra oraz dla dobra innych.

Dla wielu młodych ludzi wychowanie do integracji seksualnej winno się rozpocząć od uczenia się pozytywnego patrzenia na ludzką seksualność. Nierzadko bowiem w przeszłości seksualność była

odbierana najpierw jako sfera "nieczysta", jako coś "zakazanego", co trzeba wykradać Bogu za cenę grzechu. Jeszcze dzisiaj w świadomości wielu istnieje alternatywa: sprzeciwić się Bogu i szukać seksualnego doznania albo też poddać się Bogu dławiąc i niszcząc w sobie wszelkie odczucia i pragnienia seksualne. Wydaje im się, że Bóg sprzeciwia się radości korzystania z ludzkiej seksualności; co więcej, że jest On zazdrosny o przyjemność seksualną człowieka. Stąd przeżywają oni własną seksualność nieraz z ciężkim poczuciem winy. "Jeżeli seks jest sprawą piękną, to dlaczego dorośli tak niechętnie o tej sprawie mówią?" - pyta w ankiecie pewien młody człowiek.

Bóg stworzył człowieka z jego seksualnością dlatego, żeby - w ramach praw wpisanych w ten dar - korzystał z niej dla swojego dobra oraz dla dobra innych. Obowiązkiem człowieka jest najpierw poznać te prawa i dostosować się do nich. Jednym zaś z głównych praw ludzkiej seksualności jest jej integralność, czyli ściśle powiązanie sfery erotycznej z emocjonalną i duchową. Prawa rządzące seksualnością człowieka, szczególnie zaś integralność spojrzenia na nią, gwarantuje dopiero pełne i dojrzałe korzystanie z niej. Seksualność nie jest miejscem "taniej" rozrywki i zabawy. Niedostosowanie się do praw rządzących płciowością godzi najpierw nie w Boga, ale w samego człowieka. Nadużycia seksualne, zwłaszcza poważne, są źródłem głębokich cierpień.

5. Trzy przejawy ludzkiej seksualności

Możemy w zasadzie mówić o trzech przejawach ludzkiej seksualności: zjednoczenie uczuciowe, zjednoczenie fizyczne, rodzicielstwo (ojcostwo i macierzyństwo). Integracja seksualna ma miejsce wówczas, kiedy wszystkie trzy przejawy seksualności zachodzą na siebie wspomagając i dopełniając się wzajemnie.

Pierwszym zasadniczym przejawem seksualności człowieka jest jego tęsknota "za bliźnim", "ciążenie" ku osobie płci przeciwnej, które budzi się już w okresie dojrzewania. Chłopiec w swoim zainteresowaniu uczuciowym szuka dziewczyny, a dziewczyna ma w sobie głęboką potrzebę bycia przedmiotem zainteresowania. Ta wzajemna tęsknota za sobą, fascynacja sobą, wzajemne pragnienie siebie, w swej początkowej fazie nie jest jeszcze związane z pragnieniem działania erotycznego. W okresie dojrzewania chłopiec zakochany w dziewczynie myśli o niej, tęskni za nią, szuka z nią kontaktu w sposób seksualnie bezinteresowny. Ma to miejsce szczególnie wówczas, kiedy nie jest on jeszcze rozbudzony seksualnie przez uprzednie doświadczenia seksualne. Tym bardziej dziewczyna zakochana w chłopcu nie szuka najpierw fizycznego działania seksualnego. Sfera genitalna w tym okresie wyraźnie schodzi na dalszy plan. Liczy się przede wszystkim wzajemne "poznanie" uczuciowe.

Ten pierwszy okres wzajemnej uczuciowej tęsknoty za sobą, okres zakochania, jest bardzo ważny, gdyż tu właśnie dokonuje się proces integracji seksualnej: wiązanie uczucia miłości z działaniem seksualnym oraz wiązanie działania seksualnego ze wzajemną odpowiedzialnością za siebie. Odpowiedzialność "za drugiego" to także

odpowiedzialność za "nowe życie". To właśnie miłość i odpowiedzialność każe zakochanym czekać na pełne współżycie seksualne aż do momentu zawarcia trwałego związku, małżeństwa. Małżeństwo jedynie daje bowiem pełne poczucie bezpieczeństwa wszystkim: zakochanym i ich dziecku. Samo działanie seksualne, zespolenie fizyczne jawi się jako naturalna konsekwencja głębokiej jedności uczuciowej i duchowej. Wzajemna emocjonalna tęsknota może być łatwo spłycona i zmarnowana przez przedwczesne podejmowanie bezpośredniego działania seksualnego.

Drugi wymiar ludzkiej seksualności, zespolenie fizyczne, przychodzi jako "naturalne" dopełnienie wymiaru pierwszego - pełnego zespolenia uczuciowego i duchowego. W całości popędu seksualnego to ciążenie uczuciowe ku sobie z czasem rzeczywiście przeradza się w pragnienie zespolenia erotycznego. Kontakt erotyczny jest postrzegany wówczas jako wyraz komunikowania sobie wzajemnie uczuć miłości. Erotyzm staje się "językiem", przy pomocy którego kochający się wyrażają sobie swoje wzajemne oddanie. W dojrzałej, zintegrowanej seksualności nie ma jednak egoistycznej koncentracji na zmysłowych doznaniach. Istotą jest intymne spotkanie osób. Współżycie seksualne jest istotnym dopełnieniem spotkania emocjonalnego i duchowego. Akt seksualny staje się wówczas symbolem prawdziwego, wewnętrznego zjednoczenia (por. Ef 5, 31).

Trzecim wymiarem ludzkiej seksualności, koniecznym do integralnego spojrzenia na nią, jest doświadczenie rodzicielstwa: ojcostwa i macierzyństwa. Miłość chce dawać siebie. Z dojrzałym działaniem seksualnym wiąże się bezpośrednio dawanie życia. Seksualność, która nie uwzględnia tego aspektu, będzie zawsze w jakiś sposób niedojrzała, niezintegrowana. "Ciało wzywa mężczyznę i kobietę do spełnienia ich podstawowego powołania - do płodności." Dorastanie do pełnej męskości i kobiecości, to dorastanie do integrowania tych trzech przejawów ludzkiej seksualności.

6. Zasadnicze różnice między seksualnością kobiety i mężczyzny

W omawianiu spraw seksualnych trzeba podkreślać ogromne różnice, jakie istnieją w zainteresowaniach, potrzebach, postawach i zachowaniach seksualnych między dziewczętami a chłopcami, kobietami a mężczyznami. "Ja" mężczyzny i "ja" kobiety dopiero poprzez wzajemną jedność, miłość i oddanie razem tworzą "my", dla którego "przedwiecznym prawozorem" jest jedność i miłość samego Boga.

Aby móc stworzyć pełną harmonię w relacji międzyosobowej mężczyzny i kobiety, potrzebna jest głębsza świadomość wzajemnego dopełniania się płci poprzez odmiennosc i różnice. Integracja seksualna domaga się wzajemnego poznania się płci. Nie chodzi jednak tylko o poznanie różnic natury fizycznej, ale także emocjonalno-duchowych.

Spróbujmy pokrótce je opisać. U dziewcząt zainteresowanie fizyczną stroną ludzkiej seksualności przejawia się w barwach wytonowanych. Dziewczyna, kobieta koncentruje się bardziej na przeżyciach emocjonalnych. Oczekuje najpierw zainteresowania nie

własną seksualnością, ale całą swoją osobą. Oczekuje opieki, troskliwości, mocnego oparcia. Dziewczyna nie oddziela tak łatwo działania fizycznego od uczucia miłości. Zwykle spontanicznie łączy wszelkie gesty i działania seksualne z doświadczeniem uczuciowym. Działanie seksualne odbiera najpierw jako wyraz głębokiego oddania uczuciowego.

Właśnie dziewczyna - kobieta może i powinna uczyć swojego chłopca - mężczyznę łączenia erotyzmu z głębokim doświadczeniem miłości. Jeżeli dziewczyna jest nieświadoma różnicy w traktowaniu spraw seksualnych pomiędzy mężczyzną a kobietą, może naiwnie uznawać za "dowody miłości" wszelkie próby nakłaniania jej do fizycznego działania seksualnego.

"Cała zewnętrzna konstrukcja ciała kobiety, jego szczególny kształt (...) pozostają w ścisłej łączności z macierzyństwem. Biblia z właściwą sobie prostotą sławi i czei przez tyle stuleci <<łono, które Cię nosiło, i piersi, które ssalesz>> (Łk, 11, 27)."

Delikatność, wrażliwość ciała kobiecego predysponuje kobietę do spełnienia szczególnego zadania, jakim jest macierzyństwo. Ze względu na tę doniosłą rolę dziewczyna, posiadająca pewną dojrzałość emocjonalną, czuje się bardziej odpowiedzialna za kroki podejmowane w dziedzinie fizycznego działania seksualnego, gdyż ona pierwsza ponosi jego konsekwencje.

Pewnym niebezpieczeństwem seksualności kobiety może być jej tendencja do zawłaszczania emocjonalnego. Kobieta nie panująca nad swoimi potrzebami uczuciowymi staje się bardzo zachłanna uczuciowo. "Przy osłabieniu lub zboczeniu kobiecego popędu płciowego przeradza się on w (...) zaborczość." Kobieta zaborcza może ograniczać i krępować mężczyznę w jego wolnym działaniu. Zachłanność emocjonalna żony - matki, która nie zostaje zaspokojona przez męża - ojca, nierzadko zostaje przenoszona później na dzieci, szczególnie na syna. "Oglądamy wówczas tajemną zмовę między matką a synem i widzimy, jak pomagają sobie nawzajem, by oszukać życie. Któż jest tu winien. Matka czy syn? Przypuszczalnie winni są oboje."

Kobieta zachłanna uczuciowo, która nie ma dobrego kontaktu ze swoim mężem, a nie kontroluje swojej emocjonalności, może kochać swoje dzieci miłością zaborczą, ograniczając je w uczeniu się wolności i korzystaniu z niej. Może ona znacznie utrudniać czy wręcz uniemożliwić swojemu dziecku "opuszczenie ojca i matki", aby mogło "zamieszkać ze swoją żoną", ze swoim mężem (por. Rdz 2, 24). Wśród takich układów emocjonalnych panujących w rodzinie, wychowanie dzieci do integracji seksualnej będzie ogromnie utrudnione.

Zachłanność emocjonalna kobiety posiadającej już dorosłe dzieci wyraża się w nadmiernej ingerencji w ich życie małżeńskie. Matka, nieświadoma swojej zachłanności emocjonalnej, może wchodzić w sposób zupełnie bezwiedny w swoistą rywalizację, uczuciową walkę "o swoje dziecko", szczególnie zaś "walkę o mężczyznę" - o syna. W zachłanności emocjonalnej możemy odnaleźć najgłębsze źródło konfliktu pomiędzy teściową a synową lub zięciem. Takie matki czynią to oczywiście pod maską "troski" o "swoje dziecko".

Cała struktura psychofizyczna mężczyzny jest ukierunkowana w

stronę działania, aktywności, dawania. "Charakter męski cechuje zdolność do przenikania, kierowania, aktywność, zdyscyplinowanie i śmiałość," "logiczne myślenie i wydawanie obiektywnych sądów, zdolność do duchowej koncentracji, siła woli, panowanie nad sobą". Oddawanie siebie w miłości jest inne u mężczyzny niż u kobiety. Jest to oddanie się przez działanie, przez aktywność. Centrum mężczyzny stanowi skuteczność, przedsiębiorczość, wola walki. Stąd też pozytywną stroną seksualności mężczyzny jest potrzeba dawania siebie przez pracę, opiekę, działania dla żony i dzieci. Mężczyzna posiada silną potrzebę bronienia słabszych (dziecka, kobiety), bycia oparciem dla osoby, która mu się całkowicie powierza. To dzięki obecności mężczyzny, kobieta i dziecko czują się bezpieczni. Mężczyzna - ojciec pomaga dzieciom wyjść do innych, otworzyć się na świat.

Ze względu na wielką aktywność "męskiego dawania" (oddawania siebie) jest ono narażone na powierzchowność. "Niebezpieczeństwo kryje się w przesadzie. Prowadzi ono do ewentualnego zatracenia samego siebie w pracy (...), zaniedbanie żony, rodziny i innych spraw." "Poczucie siły" może przerodzić się w "stosowanie siły" i przemocy. W dziedzinie seksualnej wyraża się to w "seksie siłowym", który oddziela fizyczne działania od doświadczenia miłości. "Gdy męskie cechy charakteru są osłabione, ponieważ mężczyzna w swym rozwoju emocjonalnym pozostał dzieckiem, próbuje on zrekompensować sobie ten brak przez podkreślanie swej męskiej roli wyłącznie w dziedzinie płci. Taki właśnie jest Don Juan, który musi udowodniać swoją męską tężyznę w dziedzinie seksualnej, ponieważ nie jest pewny swej męskości w sensie charakterologicznym." Takie może stać się nie tylko działanie seksualne, ale każde działanie mężczyzny. "Kiedy porażenie męskości sięga dalej, użycie siły staje się głównym wypaczonym substytutem męskości."

To właśnie oddzielanie fizycznego działania od miłości i udowadnianie swojej "męskiej tężyzny" przez działanie seksualne, czyni mężczyznę nieodpowiedzialnym za kobietę oraz za ewentualne nowe życie. Stąd też chłopcy, młodzi mężczyźni winni być świadomi niebezpieczeństwa zatrzymania się w swoim rozwoju seksualnym na seksualności prymitywnej, szukającej wyłącznie potwierdzenia własnej męskości. Takie traktowanie seksualności uniemożliwia integralne przeżywanie miłości ludzkiej. Miłość wiąże się z daniem, z obecnością kochanej osoby, z ofiarną troską o kochanego człowieka. Wyraża się także w głębokim uczuciu szacunku i poczuciu bezpieczeństwa. Działanie seksualne, zarówno mężczyzny jak i kobiety, winno być właśnie wyrazem i znakiem przeżywania miłości i odpowiedzialności.

Ta różnica w podejściu do spraw seksualnych u mężczyzn i kobiet jest bogactwem człowieka. Sprawia ona, że mężczyzna i kobieta uzupełniają się nie tylko fizycznie, ale także psychicznie, emocjonalnie i duchowo i mogą sobie wzajemnie pomagać we wzroście osobowym. Wzajemny kontakt dziewczyny i chłopca, kobiety i mężczyzny ogromnie pomaga obu stronom w integrowaniu własnej seksualności.

Oto pewne przykłady takiej wzajemnej pomocy. Jeżeli dziewczyna oczekuje opieki, zainteresowania, to właśnie u chłopca budzi się

potrzeba opiekuńczości. Kiedy kobieta szuka obrony i oparcia dla siebie i dziecka, to u mężczyzny wyzwała to potrzebę bronienia słabszych. Jeżeli natomiast chłopiec ma skłonność do oddzielenia działań fizycznych od miłości, to właśnie dziewczyna może uczyć go, iż działanie seksualne winno być zawsze wyrazem miłości i troski o człowieka; jeżeli w fałszywie pojętej męskości ma on tendencje do zachowań brutalnych, to od dziewczyny może nauczyć się delikatności, czułości, serdeczności. Dziewczyna może pomóc chłopcu obalić fałszywy mit męskości, który każe mu być twardym wobec dziewczyn, może uczyć go wrażliwości oraz umiejętności wyrażania uczuć. Twardość, surowość psychiki mężczyzny łagodnieje i "mięknie" wobec uczuciowości i delikatności kobiety.

Jeżeli niedojrzały mężczyzna jest skłonny do zachowań agresywnych, to z kolei niedojrzała kobieta skłonna jest do "zachowań histerycznych i cierpiętniczych". Te niebezpieczeństwa zachowań kobiety i mężczyzny doskonale pokazuje obraz włoskiego malarza Masaccio (XV w.) "Wygnanie z raju". Adam opuszcza bramy raju z pochyloną i zasłoniętą twarzą, pełną smutku, rozpacz i maskowanej agresji. To właśnie "męska" agresja staje się źródłem destruktywnych działań, które wznecając wojny niszczą nieraz dorobek całych narodów osiągnięty w ciągu długich stuleci. Ewa zaś wychodzi z raju z krzykiem i bólem widocznym na uniesionej demonstracyjnie twarzy. Na twarzy Ewy widoczne jest histeryczne cierpienie.

Kobieta może nauczyć się od mężczyzny pewnej stanowczości, panowania nad potrzebami uczuciowymi, pewnej siły psychicznej, potrzeby bycia oparciem dla drugiego, zdolności do znoszenia potrzebnej wszystkim "trochę" samotności. Kobieta może także nauczyć się od mężczyzny większej wolności wobec świata własnych uczuć.

Wiele dziewcząt zaprzepaszcza nieraz szansę na dojrzałą ludzką miłość z powodu histerycznego pośpiechu w zdobywaniu chłopca dla siebie, również przez prowokowanie współżycia seksualnego. O ile jednym z częstych powodów nieudanych małżeństw i rodzin ze strony mężczyzny bywa "siłowe" rozwiązywanie wszystkich problemów (łącznie z problemem współżycia), o tyle ze strony kobiety powodem tym jest najczęściej histeria. "Histeryczne usposobienie kobiety wróży małżeństwu nieuchronną zagładę."

7. Pełna miłość

Uzupełnianie się chłopca i dziewczyny, mężczyzny i kobiety jest darem Boga wpisanym w seksualność. Człowiek jest w pełni sobą dopiero wówczas, kiedy wchodzi w relację z drugim człowiekiem. Dopiero w relacji wzajemnego oddania się i miłości stajemy się "pełnymi ludźmi", realizujemy w sobie pełne podobieństwo do Boga. Miłość mężczyzny oddzielona od miłości kobiety (i odwrotnie) jest w jakiś sposób miłością niepełną. Mężczyzna i kobieta muszą dopiero wzajemnie "przekroczyć granice samotności", aby ich wzajemne zbliżenie się do siebie stało się pełną miłością, która daje nowe życie. "Rodzenie sprawia, że <<mężczyzna i kobieta>> poznają się wzajemnie w tym <<trzecim>>, który jest z nich obojga." W ten sposób miłość

małżeńska staje się miłością rodzicielską, ale nie tylko w samym fakcie zewnętrznego urodzenia, ale przede wszystkim poprzez wierne i wytrwałe świadectwo wzajemnej miłości dawane dziecku.

Miłość Boga charakteryzuje się tym, iż jest to miłość pełna: miłość ojca i matki w jednej miłości. Miłość Boga łączy stanowczość i zdecydowanie ojcowskiej miłości z uczuciowym ciepłem i delikatnością miłości matczynej. Tę integralność miłości Boga pięknie wyraził Rembrandt w obrazie "Syn marnotrawny". Ręce, które ojciec kładzie na ramionach swojego syna, przyjmując go z powrotem do ojcowskiego domu, są dwiema różnymi rękami: jedna z nich jest wyraźnie szeroką męską dłonią, druga natomiast - delikatniejszą, subtelną dłonią kobiety. Ten malarski symbol ukazuje, iż miłość Boga, która przyjmuje człowieka, jest miłością integralną, mocną, dającą oparcie miłością ojca i jednocześnie czułą, wrażliwą i pełną ciepła miłością matki.

8. Współczesne dowartościowanie sfery seksualnej

Dowartościowanie seksualności człowieka polega przede wszystkim na odkrywaniu jej pozytywnego wymiaru. Współczesne bardziej personalistyczne spojrzenie na człowieka pozwoliło zerwać z nieodłąką tradycją traktującą seksualność niemal wyłącznie jako "zło konieczne" w ludzkiej egzystencji i docenić płciowość jako integralną część człowieczeństwa. Docenienie seksualności to także zwrócenie uwagi, iż jest ona nie tylko miejscem dawania nowego życia, ale także miejscem wzajemnego obdarzania się miłością. Nowe życie rodzi się ze wzajemnej miłości i oddania. Działanie seksualne w małżeństwie nie jest jedynie ustępstwem wobec "grzesznej natury człowieka", ale jest integralnym sposobem wyrażania miłości, zamierzonym przez Boga od chwili stworzenia.

Dowartościowanie seksualności mylone jest jednak niekiedy z absolutyzacją fizycznej strony przeżyć seksualnych. Dzisiaj często mówi się i pisze o ludzkiej seksualności tylko w kategoriach fizycznego działania i doznania. Jest to zagubienie integralnego spojrzenia na ludzką seksualność. To fragmentaryczne patrzenie na płciowość ogromnie ją zuboża, co w konsekwencji może prowadzić do spustoszenia we wzajemnych relacjach mężczyzn i kobiet.

Takie spojrzenie na ludzką seksualność związane jest w sposób ścisły ze współczesną cywilizacją. "Dzięki krytycznej refleksji - pisze Jan Paweł II - nasza cywilizacja winna uświadomić samej sobie, że pomimo licznych osiągnięć pozytywnych, z wielu względów jest <<cywilizacją chorą>> i źródłem głębokich schorzeń człowieka. Dlaczego jest właśnie tak? Dlatego, że cywilizacja ta została oderwana od pełnej prawdy o człowieku, od prawdy o tym, kim jest mężczyzna i kobieta jako istota ludzka. W rezultacie cywilizacja ta nie potrafi właściwie zrozumieć, czym naprawdę jest dar osób w małżeństwie, czym jest miłość odpowiedzialna za rodzicielstwo, na czym polega autentyczna wielkość rodzicielstwa i wychowania."

W takim niemal biologicznym podejściu do ludzkiej płciowości drugi człowiek traktowany jest w kategoriach przedmiotu. Samo

pożądanie popędowe oraz jego zaspokojenie staje w centrum działania seksualnego. Jan Paweł II mówi o "epoce nowego manicheizmu, w którym ciało i duch są sobie radykalnie przeciwstawione. (...) Człowiek w tym horyzoncie myślenia przestaje być osobą i podmiotem. Staje się wbrew zamierzeniom i deklaracjom wyłącznie przedmiotem. I tak, na przykład, cywilizacja neomanichejska prowadzi do pojmowania ludzkiego seksualizmu raczej jako terenu manipulacji i eksploatacji niż jako przedmiotu (...) odwiecznego podziwu". To biologiczne traktowanie człowieka rodzi się na gruncie "cywilizacji użycia", w której "kobieta bywa przedmiotem dla mężczyzny". "Dzieci stają się przeszkodą dla rodziców. Rodzina staje się instytucją ograniczającą wolność swych członków. Aby się o tym wszystkim przekonać, wystarczy przyglądać się choćby <<pewnym programom wychowania seksualnego>>, które bywają w szkołach, często mimo sprzeciwu, a nawet protestów rodziców."

Fizyczne doświadczenia seksualne, których szuka wielu młodych ludzi właśnie pod wpływem "cywilizacji użycia", same w sobie - bez doświadczenia uczuciowego i bez podłoża duchowego - wyjąławiają człowieka czyniąc go wewnątrz pustym. "Zabawa w seks" jest na dalszą metę zawsze gorzka i kończy się w sposób bolesny. "Zimny", pozbawiony jakiegokolwiek integracji, seks nie tylko nie łączy ludzi między sobą, lecz wręcz przeciwnie, oddala ich od siebie zubożając jeszcze bardziej ich sferę emocjonalną i duchową. "Wyizolowany i <<absolutny>> seksualizm dąży raczej do tego, by pohamować miłość, także erotyczną, i oddalić od siebie ludzi."

To współczesne przewartościowanie "zimnego seksu fizycznego" przyniosło także rozwój "technik i metod współżycia". Ich wielkie bogactwo miało służyć osiągnięciu jak największej przyjemności. Faktycznie jednak prowadzą one do zatracenia tego, co dla doświadczeń seksualnych jest najważniejsze - spontaniczności. Nadmiar koncentracji na technice seksualnej blokując spontaniczność, blokuje tym samym przyjemność współżycia seksualnego. W opinii F. Arvesó nigdy w historii nie było tak dużo przypadków impotencji seksualnej jak właśnie dzisiaj, kiedy istnieje tak wielka swoboda seksualna i całe bogactwo technik seksualnych. Próba kierowania seksualnością wbrew spontaniczności procesów seksualnych daje skutek zupełnie odwrotny od zamierzonego. Technizacja seksualności nie pomaga w doświadczeniach seksualnych, ale wprost je hamuje.

Dojrzałe traktowanie spraw seksualnych wiąże się zawsze z doświadczeniem miłości i odpowiedzialności. Pełna ludzka seksualność jest zintegrowana z uczuciem głębokiego wzajemnego oddania się sobie na płaszczyźnie emocjonalnej i duchowej. Zjednoczenie fizyczne winno być symbolem, "sakramentem" zjednoczenia uczuciowego i duchowego. W ten sposób integracja seksualna doświadczana w małżeństwie zostaje potwierdzona i uświęcona przez sakrament. Sam Chrystus staje się "Gwarantem" integralnego przeżywania przez małżonków ich seksualności.

B. ZWIĄZEK SEKSUALNOŚCI ZE ŚWIATEM UCZUĆ

Aby zrozumieć swoje zachowania, reakcje, tendencje seksualne, trzeba zrozumieć najpierw swój świat uczuć. Emocjonalność człowieka w sposób integralny jest bowiem połączona z seksualnością. Emocjonalność skonfliktowana wewnętrznie, nie zrównoważona, z największym prawdopodobieństwem wyrazi się także brakiem równowagi w zachowaniach seksualnych. Natomiast uczuciowość dojrzała zrodzi także dojrzałe, integralne zachowanie seksualne.

1. Seksualność a emocjonalność człowieka

Dojrzałość ludzka domaga się zintegrowania życia emocjonalnego z fizycznym działaniem seksualnym. Dopiero taka właśnie integracja pozwala właściwie pokierować własną seksualnością i wprzęgnąć ją we wszystkie relacje międzypersonalne, także w kontakt z Bogiem. Życie w czystości seksualnej (zgodnej ze swoim stanem życia) nie jest bowiem rezygnacją z własnej seksualności, ale włączeniem jej w relacje ze Stwórcą. Człowiek korzysta wówczas z niej jako z daru Bożego.

Dławienie uczuć, spychanie ich gdzieś w lochy podświadomości, powoduje nienaturalną oschłość emocjonalną. Oschłość ta uniemożliwia głębsze więzi międzyludzkie, które w znacznym stopniu budowane są właśnie na odniesieniach emocjonalnych. Człowiek oschły uczuciowo staje się nadmiernie skoncentrowany na samym sobie, zamknięty na innych, niezdolny do spontanicznego przeżywania i wyrażania siebie oraz tego, co przeżywa. Ta właśnie postawa emocjonalnej sztywności czyni człowieka niezdolnym do harmonijnego i integralnego działania seksualnego. Człowiek oschły uczuciowo w działaniu seksualnym będzie traktował drugiego człowieka jak przedmiot, na którym będzie rozładowywał swoje napięcia seksualne. Akt seksualny wówczas nie będzie najpierw "współ-życiem" w najgłębszym sensie tego słowa, czyli wspólnym życiem, ale będzie aktem przeżywanym w samotności, skoncentrowanym na indywidualnym przeżyciu zmysłowym. Zasadniczym odniesieniem w tak przeżywanym akcie seksualnym nie będzie drugi człowiek, ale własne przeżycie seksualne. Przeżycie zmysłowe będzie miało wówczas o wiele większe znaczenie niż przeżycie uczucia bliskości, jedności i odpowiedzialności za drugiego.

Wielka agresywność emocjonalna, negatywne nastawienie do innych przy jednoczesnej nadwrażliwości w odniesieniu do siebie, są najczęściej objawem zdławionej emocjonalności. Agresywność ta jest także wyrazem ludzkiej bezradności, która wyraża się w nieumiejętności opanowania podświadomych, kompulsywnych reakcji, także reakcji seksualnych. Kompulsywno-agresywna emocjonalność kształtuje w człowieku kompulsywną i agresywną seksualność. Seksualność nie jest już wtedy miejscem wyrażania uczuć miłości i oddania, ale miejscem rozładowania uczuć nienawiści i zamknięcia się w sobie. Siła kompulsji będzie w dużym stopniu zależeć od siły zdławienia uczuciowego.

Seksualność jest ogromną energią człowieka. Jeżeli energia ta ma być dobrze wykorzystana winna być zintegrowana z doświadczeniami pozytywnymi, z daniem życia w sensie symbolicznym i dosłownym. "Życie posiada własny, wewnętrzny dynamizm; dąży ono do rozwoju, do

znalezienia swego wyrazu, do spełnienia się. Wydaje się, że jeżeli tendencja ta zostaje udaremniona, wówczas energia skierowana w stronę życia ulega procesowi rozkładu i przemienia się w energię skierowaną ku zniszczeniu. (...) Destrukcyjność jest wynikiem nie spełnionego życia." Jednym z zasadniczych składników tego dynamizmu życiowego jest cała sfera emocjonalno-seksualna.

Kształtowanie seksualności człowieka polega właśnie na integrowaniu jej z postawami i uczuciami życzliwości, miłości, sympatii, oddania, ofiary, odpowiedzialności. "Płciowość winna być ukierunkowana, podniesiona i zintegrowana przez miłość, która jedna czyni tę płciowość prawdziwie ludzką. Przygotowana przez rozwój biologiczny i psychiczny, wzrasta harmonijnie i realizuje się w pełni jedynie przez osiągnięcie dojrzałości emocjonalnej, która przejawia się w miłości bezinteresownej i całkowitym oddaniu siebie samego."

Jeżeli ludzka seksualność nie jest w sposób świadomy, zamierzony i wolny zintegrowana z pozytywnymi uczuciami, wiąże się ona w sposób niemalże automatyczny z uczuciami negatywnymi: nieżyczliwością, antypatią, nienawiścią, egoizmem, nieodpowiedzialnością, zemstą. Agresywność w zachowaniach uczuciowych będzie owocować także w agresywnych zachowaniach seksualnych. Wielką formą agresji jest każda próba działania seksualnego z drugą osobą wbrew jej wolności: napastowanie seksualne, wymuszanie współżycia i innych gestów seksualnych, gwałt lub tylko jego próby. Dojrzewanie uczuciowe ma wyzwolić w człowieku zdolność do przeżywania i wyrażania pozytywnych uczuć.

2. Dojrzałość uczuciowa

Wychowanie do integracji seksualnej zakłada wychowanie do dojrzałości uczuciowej. Właśnie w rozwijaniu dojrzałości uczuciowej, która w sposób ścisły łączy się także z szukaniem dojrzałości duchowej, odnajdujemy drogę do integracji seksualnej.

Punktem wyjścia dla dojrzałości uczuciowej jest obiektywna ocena siebie samego i swojej aktualnej sytuacji psychicznej i emocjonalnej, która daje możliwość poznania drugiego człowieka. Nie można naprawdę oddać się osobie, której jeszcze się nie zna. Miłość bez poznania łatwo staje się iluzją miłości. Trzeba wiedzieć, kim się jest samemu, aby móc, odwołując się do doświadczenia poznania siebie, wiedzieć, kim jest osoba, z którą pragnę związać się dozągoną miłością. Wydaje się, iż wiele nieudanych związków małżeńskich wynika właśnie z braku uprzedniego dogłębnego wzajemnego poznania siebie. "Poznanie myślowe, to znaczy poznanie psychologiczne - pisze E. Fromm - jest niezbędnym warunkiem do osiągnięcia pełnego poznania w akcie miłości. Muszę obiektywnie poznać drugiego człowieka i siebie po to, aby móc wiedzieć, jaki jest naprawdę, albo raczej, aby przezwyciężyć złudzenia, irracjonalnie zniekształcony obraz, jaki sobie o nim wyrobiłem. Jedynie wtedy, kiedy znam obiektywnie jakiegoś człowieka, mogę poznać w akcie miłości jego najgłębszą istotę."

"Problem poznania człowieka jest analogiczny do religijnego problemu poznania Boga." Św. Ignacy w Ćwiczeniach duchownych

wprowadzając w kontemplację tajemnicy Wcielenia każe prosić najpierw o "dogłębne poznanie Pana, abym Go więcej kochał". Poznanie uprzedza miłowanie. Tylko w doskonałym doświadczeniu mistycznym, poznanie rozumem i sercem staje się jednym aktem. "Zwyczajne poznanie" ludzkie dokonuje się na drodze rozwoju, w stopniowym procesie.

Jest rzeczą ważną, aby być świadomym, że ludzki rozwój uczuciowy jest nieustannie "w drodze". W paradoksalny sposób moglibyśmy powiedzieć, że pierwszym znakiem dojrzałości uczuciowej - szczególnie młodego człowieka - jest poznanie i akceptacja własnej niedojrzałości emocjonalnej. To początek drogi do pełnej dojrzałości. Pełne niepokoju, nerwicowe traktowanie problemu własnej dojrzałości uczuciowej może oznaczać bardziej koncentrację na sobie niż rzeczywiste dążenie do dojrzałości i równowagi. Znakiem dojrzałości uczuciowej jest bowiem coraz większa zdolność wychodzenia z siebie, wykraczania poza swoje własne emocje, zdolność otwierania się na drugiego, zapominania o sobie, także w jakimś sensie zapominania o swojej niedojrzałości uczuciowej.

Nedojrzałość uczuciowa czyni człowieka niewolnikiem własnych uczuć. "Niewolnicy uczuć spędzają większość życia w służbie tychże uczuć. Zdarza się nawet, że poświęcają im całe życie, gdy tymczasem to one właśnie powinny pełnić funkcję służebną." Dojrzałość uczuciowa pozwala nam odrywać się od wszystkich naszych uczuć, zarówno pozytywnych (przyjemnych w odczuwaniu) jak i negatywnych (trudnych i bolesnych w przeżyciu). W dojrzałości uczuciowej kierujemy się bowiem nie tyle naszymi "dojrzałymi uczuciami", ale raczej rzeczywistymi (a nie tylko subiektywnie przeżywanymi) potrzebami i pragnieniami naszymi oraz naszych bliźnich. To dzięki wolności wobec uczuć stajemy się zdolni do odkrywania uporządkowanych i dojrzałych ludzkich potrzeb i pragnień.

Człowiek nie rozwija bowiem swojej sfery emocjonalnej przez zajęcie się wyłącznie swoimi uczuciami (dojrzałymi czy też niedojrzałymi), ale przez odchodzenie od siebie i przez angażowanie się w autentyczne relacje z innymi, poprzez zaangażowanie się w "ważne ludzkie sprawy". Mocne subiektywne przekonanie o własnej dojrzałości uczuciowej, z jednoczesną koncentracją i zamknięciem się w sobie, świadczy raczej o czymś zgoła przeciwnym: o nieznanym stopnia swojej niedojrzałości lub wręcz o jakimś zakłamaniu emocjonalnym i duchowym.

3. "Nikt nie jest dobrym sędzią we własnych sprawach"

Dojrzałość uczuciowa, konieczna do integracji seksualnej, domaga się uczuciowego otwierania się przed innymi. Wielu ludzi młodych pyta jednak ze zdziwieniem: "Dlaczego tak trudno się przełamać, by porozmawiać z osobą zaufaną o sobie i swoich przeżyciach?" (wypowiedź z ankiety).

Zauważmy najpierw, iż sfera emocjonalna człowieka jest wielkim darem. To zaś, co w człowieku jest darem, jest także jego zadaniem. Nie możemy rozwinąć naszej sfery uczuciowej, jeżeli jej nie doceniamy

lub ją lekceważymy. Także uczucia negatywne posiadają wielką wartość w naszym rozwoju emocjonalnym, ponieważ naprowadzają na te miejsca w nas, które wymagają uporządkowania i uzdrowienia wewnętrznego.

Poznanie własnej uczuciowości, rozpoznanie stopnia jej dojrzałości łatwiejsze jest w dialogu z doświadczonym i zaufanym człowiekiem. Samemu jest się najczęściej niezdolnym do obiektywnej oceny siebie i własnego świata uczuć. Dobrze nam znane przysłowie: "Nikt nie jest sędzią we własnych sprawach" zawiera jakąś głęboką prawdę psychologiczną o człowieku. Próba rozwiązywania własnych problemów samemu, zwłaszcza tych problemów, które rodzą wielkie nasze wątpliwości i wahania, jest bardzo ryzykowna. Taka próba nie daje żadnej gwarancji, że znalezione rozwiązanie jest rzeczywiście obiektywne. Trzeba być świadomym, że samą siłą woli, choćby największą, nie można uporządkować i uleczyć swoich porażeń uczuciowych. Konieczne jest zaangażowanie nie tylko woli człowieka, ale także uwzględnienie wszystkich praw, którymi rządzi się ludzka emocjonalność.

Dlaczego istnieje w człowieku tak dużo lęku przed otwieraniem się przed innymi i mówieniem o swoich - zwłaszcza przykrych - uczuciach? Wszystkie uczucia ukazują delikatność, kruchość i pewną bezbronność człowieka. By móc wejść w dialog z drugim człowiekiem na temat własnych uczuć, konieczna jest postawa zaufania i otwarcia. Zaufanie to zawiera w sobie pewne ryzyko. Wiąże się ono z możliwością niezrozumienia w tym, co dla człowieka jest najbardziej lękowe, obolałe, wstydlive. Uczucia (w szczególności uczucia związane seksualnością) naprowadzają człowieka na to, co w nim jest najbardziej intymne, delikatne, kruche.

Lęk, wstyd wobec własnych uczuć odsłania ludzkie postawy obronne. Człowiek, który doświadcza silnego lęku wobec własnych uczuć, zwykle był już wiele razy zraniony przez innych w sferze emocjonalnej. Mechanizmem zamknięcia broni się przed kolejnym zranieniem. Nieufność do drugiego, wyraża pewne przesłanie: "nie odsłoń ci moich uczuć, abyś mnie jeszcze raz nie zranił". Bieda ludzi zranionych uczuciowo wyraża się w tym, iż z powodu bariery lękowej nie są w stanie przyjąć pomocy innych, ponieważ łatwo podejrzewają, iż każdy, kto zbliża się do nich, jest dla nich zagrożeniem. Za lękiem przed własnymi uczuciami kryją się zwykle fałszywe pojęcia o sobie oraz o innych.

Typ wychowania, jaki jeszcze dziś panuje w wielu rodzinach, każe dławić uczucia, zwłaszcza uczucia "złe" i "brzydkie". Wielu rodziców i wychowawców pojmuje wychowanie dzieci przede wszystkim jako wpajanie mechanizmu dławienia uczuć. Głównym narzędziem takiego wychowania jest system zakazów i nakazów. Dorośli często mówią dziecku: nie wolno o "złych" i "brzydkich" rzeczach myśleć, mówić, nie wolno ich robić, nie wolno nawet odczuwać. Kiedy "zakazane rzeczy" pojawiają się w polu zainteresowań dziecka, dąży ono do jak najszybszego ich usunięcia. Często zakazy te dotyczą nie tylko zachowania moralnego, ale zainteresowań dziecka związanych z jego naturalnymi potrzebami i odruchami, szczególnie zaś z odruchami i odczuciami seksualnymi.

Pierwszym owocem takiej represji emocjonalnej jest nieświadoma postawa wrogości, ciągły smutek, zniechęcenie do życia, zgorzknienie, agresja. Aby móc uwolnić się od tyranii nagromadzonych - nieraz przez wiele lat - negatywnych uczuć, konieczną rzeczą jest pokonanie nieufności i obawy przed odrzuceniem. Lęk o siebie, opór wewnętrzny, który rodzi się w momencie otwierania się przed bliźnim, jest zjawiskiem pozytywnym, ponieważ potwierdza słuszność kierunku poszukiwania rozwiązań problemów emocjonalnych.

Trzeba zdawać sobie sprawę, że cierpienie związane z uwalnianiem się od tyranii uczuć jest jednak zjawiskiem przejściowym: "Każde negatywne uczucie można wykorzystać w rozwoju świadomości, w jej rozumieniu. Daje ci ono okazję, byś odczuł je i popatrzył na nie od zewnątrz. Początkowo będzie ci towarzyszyła depresja, ale związek między owymi negatywnymi uczuciami a depresją szybko zostanie rozcięty. Kiedy to zrozumiesz, będzie się pojawiać coraz rzadziej, aż w końcu zniknie."

Porządkowanie uczuć rozpoczyna się od wzbudzenia w sobie rzeczywistego pragnienia bycia uzdrowionym, przekraczania własnego egocentryzmu i podejmowania coraz pełniejszej odpowiedzialności za całe życie. Tylko dzięki takiemu pragnieniu człowiek będzie w stanie stawić czoło wszystkim negatywnym emocjom, które będą mu towarzyszyć w całym procesie dojrzewania emocjonalnego, koniecznego do integracji seksualnej.

4. Transcendencja siebie

Dochodzenie do dojrzałości osobowej - do integracji wszystkich sił i energii ludzkich, także do integracji energii seksualnych, wymaga od człowieka przekraczania siebie, ponieważ dojrzała "miłość jest wymagająca". Wychowanie do integracji seksualnej jest więc ściśle powiązane z wychowaniem do duchowego wysiłku i pracy nad sobą. Bez takiego wysiłku seksualność ludzka nie podda się ludzkiej woli. Integracja seksualna domaga się jednak "przekraczania siebie" nie tylko w okresie młodości, ale także we wszystkich późniejszych okresach życia.

"Przekraczanie siebie", "wysiłek duchowy", "praca nad sobą" - pojęcia te w pewnych środowiskach wychowawczych są dzisiaj niemożliwe. Jako swoistą reakcję na represyjne wychowanie z przeszłości, proponuje się coraz częściej wychowanie, które popada w drugą skrajność. Niektórzy rodzice - może rzadziej wychowawcy - uważają, iż należy pozwalać dziecku na wszystko. Niemal każdy zakaz czy nakaz natychmiast interpretuje się jako dławienie uczuciowe. Wielu współczesnych psychologów twierdzi, iż pełny rozwój uczuciowy człowieka jest możliwy tylko wówczas, gdy idziemy za wszystkimi swoimi "naturalnymi" impulsami, potrzebami i pragnieniami. Twierdzą oni także, że wszelkie pokonywanie siebie jest zawsze działaniem represyjnym, które dławi swobodny rozwój emocjonalny. Każde panowanie nad sobą nazywa się represją. Teorię tę stosują przede wszystkim do wieku rozwojowego łącznie z okresem dojrzewania.

Wszystkie emocje, szczególnie zaś emocje negatywne, są ślepe,

zmienne i właśnie dlatego nie możemy oddać naszego życia w "ich władanie". Jest prawdą, iż rozwój człowieka wymaga zaspokajania jego podstawowych potrzeb i pragnień. W rozwoju emocjonalnym szczególnie ważne jest zaspokojenie potrzeby miłości, życzliwości, ciepła, akceptacji. Z drugiej jednak strony trzeba mieć świadomość, że potrzeby te są zawsze zaspokajalne tylko do pewnego stopnia. Upływający czas sprawia, iż potrzeby te nieustannie odnawiają się w człowieku. Doświadczenie pokazuje, iż niemal wszyscy czujemy się nie dość kochani. Dotyczy to także młodych ludzi w okresie rozwojowym. Każdy potrzebuje więcej miłości, niż jej otrzymuje od innych. Stąd też nasze ludzkie potrzeby i pragnienia podlegają zawsze w jakimś stopniu frustracji, ponieważ nie mogą być zaspokojone "raz na zawsze" i "do końca". Tylko Bóg miłuje człowieka "do końca" i "raz na zawsze".

Frustracja z powodu niezaspokojonych w pełni potrzeb sprawia, że człowiek, także "mały człowiek", jakim jest niemowlę, posiada odruchy odreagowywania swych frustracji. Emocje negatywne, zwykle dobrze znane osobom dorosłym, istnieją już u małego dziecka: złość, zazdrość, gniew, smutek, obrażanie się, ucieczka w siebie, chore poczucie winy, pragnienia zemsty itp. Emocje te są niezależne od człowieka i posiadają charakter niszczący. Próbując zaspokoić te emocje człowiek wchodzi w logikę destrukcji siebie i otoczenia. Stąd też istnieje potrzeba jakiegoś "panowania" nad nimi. Tę logikę destrukcyjną można obserwować już u małych dzieci, które potrafią być okrutne wobec młodszych od siebie lub wobec zwierząt. "Na własne oczy widziałem zazdrość małego dziecka. Jeszcze nie umiało mówić - wspomina św. Augustyn w Wyznaniach - a poblądłe ze złości spoglądało wrogo na swego mlecznego brata". To dziecięce "okrucieństwo" nie jest wyłącznie owocem nieświadomości, ale także owocem sfrustrowanych potrzeb, zwłaszcza potrzeb emocjonalnych. Stąd też wrażliwość dzieci bywa zróżnicowana w zależności od stopnia zaspokojenia ich podstawowych potrzeb uczuciowych.

Teorie zachęcające do tego, aby pozwalać dzieciom praktycznie na wszystko nie uwzględniają także wrodzonych skłonności egocentrycznych człowieka ujawniających się od najmłodszych lat. Skłonności te przejawiają się w koncentrowaniu się na sobie i próbie skupienia wszystkiego i wszystkich wokół siebie; "wymuszenie płaczem nawet rzeczy szkodliwych, złośczenie się zażarte na własnych rodziców, próby bicia dorosłych za to, że nie spełniają ich rozkazów wtedy, kiedy ich spełnienie przyniosłoby dziecku szkodę." Tylko poprzez stawianie dziecku odpowiednich i dostosowanych do jego wieku wymagań, można mu pomóc pokonać skłonności narcystyczne oraz chęć agresywnego odreagowywania niezaspokojonych do końca ludzkich potrzeb. Bezpośrednie i natychmiastowe zaspokajanie każdego kaprysu dziecięcego wzmacnia jego narcystyczne tendencje i rodzi w nim przekonanie, że świat jest tylko dla niego.

Potrzeba pokonania siebie jest jakoś wpisana w naturę człowieka. "Tylko człowiek, który umie wymagać od siebie samego w imię miłości, może także wymagać miłości od drugich. Bo miłość jest wymagająca. Jest wymagająca w każdej sytuacji." W tej właśnie "wymagającej od

siebie" miłości rodziców dziecko odnajduje siłę do przekraczania siebie na miarę swojego wieku i do stopniowego wychodzenia ze swoich narcystycznych tendencji. Wzajemna ofiarna miłość rodziców jest zaproszeniem dla dziecka, aby uczyło się takiej samej miłości pokonując wrodzony egocentryzm. Przypowieść o ziarnie, które musi umrzeć by wydać owoc (por. J 12, 24) jest prawdą wpisaną bardzo głęboko w całą ludzką egzystencję, od najmłodszych lat aż do późnej starości.

Konieczność pokonywania siebie i swoich egoistycznych tendencji jest widoczna w sposób szczególny właśnie w dziedzinie seksualnej. Seksualność zdeintegrowana, odizolowana od miłości i odpowiedzialności staje się ślepym instynktem. Zaczyna funkcjonować "samoistnie" i staje się miejscem nienasyconego wprost pożądania. Taka seksualność "żąda" absolutnej przyjemności tylko dla siebie i próbuje podporządkować wszystko i wszystkich tylko sobie. Seksualność nieopanowana, niewychowana jest infantrylna jak małe niewychowane dziecko. Ślepotą instynktów seksualnych, funkcjonujących w izolacji od uczuciowości i duchowości człowieka, wyraża się także w tym, iż "nie zauważają one", że ich dążenia są autodestrukcyjne. Seksualność "rozwydrzona" niszczy samą siebie i sprawia, że z czasem już sama nie może funkcjonować.

5. Relacja z Bogiem warunkiem pełnej dojrzałości emocjonalnej i integracji osobowej

Życie emocjonalne człowieka nie zamyka się jedynie w relacjach międzyludzkich - w wymiarze horyzontalnym (ja - drugi człowiek), ale posiada także wymiar wertykalny (ja - Bóg). Relacja człowieka z Bogiem stanowi również integralną część relacji międzypersonalnych. Zaniedbanie czy zlekceważenie wymiaru wertykalnego, czyli odniesienia do Boga, jest istotnym okaleczeniem człowieka. Jest to podcięcie fundamentu moralnego, na którym mógłby on budować wszystkie odniesienia: do siebie, do bliźnich czy do świata. Kształtowanie dojrzałej emocjonalności musi uwzględniać więc tę głęboką niezbywalną potrzebę relacji z Bogiem. Człowiek nie może rozumieć siebie do końca bez przyjęcia Boga. Odrzucenie Boga zostawia w życiu jakąś ogromną pustkę, lukę. I luki tej nie da się niczym zapełnić. Dopiero doświadczenie Boga pozwala człowiekowi zintegrować całą złożoność ludzkiej osoby. Relacja z Bogiem jawi się więc jako istotny warunek pełnej dojrzałości emocjonalnej i integracji osobowej, w tym także integracji seksualnej. Jan Paweł II na Placu Zwycięstwa w Warszawie stwierdził z mocą, że "Chrystus jest kluczem do rozumienia tej wielkiej podstawowej rzeczywistości, jaką jest człowiek. Człowieka bowiem nie można do końca rozumieć bez Chrystusa."

Brak najgłębszego fundamentu osobowego, brak Boga w ludzkim życiu objawia się przede wszystkim w momentach głębokich kryzysów osobowych: choroby, depresji, zagrożenia śmiercią. Te momenty krytyczne odsłaniają ostateczną prawdę o ludzkim życiu. Całym swoim istnieniem człowiek woła do Boga i o Boga, aby On nadał sens całemu jego życiu we wszystkich jego wymiarach: życiu fizycznemu,

emocjonalnemu, duchowemu. Doświadczenie bezsensu w życiu człowieka prowadzi praktycznie do samozniszczenia. O wiele trudniej jest leczyć (tzn. przywracać pełnię życia) ludzi niewierzących, wyprowadzać ich z głębokich depresji i załamań psychicznych. Niewierzący z trudem znajdują źródło, z którego mogliby czerpać energię i motyw, aby podjąć trud życia. Człowiek nie może żyć bez przekonania, że jego życie posiada sens i cel.

Tradycja judeo-chrześcijańska łączy miłość Boga i miłość człowieka. Dwa przykazania: miłowanie Boga i miłowanie człowieka sprowadza do jednego: "Nie ma innego przykazania większego od tych" (Mk 12, 29-31). Ponieważ dwa przykazania stają się jednym, stąd też "sposób miłowania Boga odpowiada sposobowi miłości człowieka" i odwrotnie. Parafrazując św. Jana możemy powiedzieć, że "nie można kochać człowieka, którego się widzi, jeżeli nie kocha się Boga, którego się nie widzi" (por. 1 J 4, 20). Człowiek zaproszony zostaje do łączenia, integrowania doświadczenia miłości ludzkiej z doświadczeniem miłości Boga. To właśnie sam Bóg jako pierwszy odwołuje się do ludzkiej miłości, aby objawić nam swoją nieskończoną miłość. W szczególny sposób odwołuje się do miłości ojca i matki. Pan Jezus zachęca swoich uczniów: "Kiedy się modlicie mówcie: Ojciec nasz" (Mt 6, 9). "Miłości Boga - stwierdza E. Fromm - nie da się rozdzielić od miłości własnych rodziców. Jeżeli dany człowiek nie wyzwoli się z kazirodczego przywiązania do matki, klanu, narodu, jeżeli zatrzyma dziecięcą zależność od karzącego i nagradzającego ojca lub jakiegokolwiek innego autorytetu, nie potrafi rozwijać w sobie dojrzałej miłości Boga."

Najpełniejszym gwarantem dojrzałej miłości ludzkiej jest właśnie miłość Boga. Jeżeli nawet, biorąc pod uwagę chronologię doświadczenia ludzkiego, przeżycie ludzkiej miłości uprzedza doświadczenie miłości Boga, to jednak miłość Boga jest fundamentem i źródłem wszelkiej miłości. Ona jest pierwszym przykazaniem. To właśnie miłość Boga wprowadza ład i harmonię w ludzkie serce. Każdy człowiek ma tylko jedno serce i tym jednym sercem kocha wszystko i wszystkich. Seksualność człowieka jest wówczas na usługach serca. To przede wszystkim serce, miłujące Boga i bliźniego, integruje seksualność z całym życiem człowieka czyniąc z niej miejsce intymnego spotkania i dawania życia.

Podsumowując możemy powiedzieć, że to właśnie w doświadczaniu jedności dwu przykazań miłości najpełniej wyraża się i realizuje integracja osobowa, a w niej także integracja seksualna. Wszystko bowiem w człowieku jest wówczas podporządkowane jednemu: miłości.

C. WIĘZI MIĘDZYOSOBOWE

Po ukazaniu istoty integracji seksualnej oraz związku seksualności ze światem emocjonalnym, przejdźmy teraz do opisanego różnych rodzajów ludzkiej miłości. Integracja seksualna objawia się bowiem nie tylko w miłości małżeńskiej, ale także w innych rodzajach ludzkiej miłości. Integracja seksualna obejmuje bowiem całego człowieka i wszystkie jego więzi międzyosobowe. Ona łączy w jedno

wszystkie rodzaje miłości sprawiając, iż wzajemnie się dopełniają i wspomagają.

1. Trzy zasadnicze rodzaje miłości

W ludzkiej miłości możemy wyróżnić trzy zasadnicze "rodzaje" ("stopnie") miłości: bezwarunkowa akceptacja bliźniego, przyjaźń, miłość erotyczna.

Zauważmy najpierw, iż języki nowożytne są zbyt ubogie, aby opisać całe bogactwo w ludzkiej miłości. Wprawdzie do każdego z tych stopni możemy zastosować pojęcie "miłość", ale zawsze w innym znaczeniu. Bezwarunkowa akceptacja jest "miłością powszechną", która należy się każdemu człowiekowi. Także naszym nieprzyjaciołom. Przyjaźń jest miłością do ograniczonego kręgu (jednej lub kilku) osób, z którymi spotykamy się na pewnych płaszczyznach życia. Miłość erotyczna, to więź naznaczona wyłączością emocjonalno-seksualną z jednym wybranym człowiekiem. I chociaż w sensie ścisłym aktywność seksualna jest udziałem wyłącznie miłości erotycznej, to jednak każdy z wymienionych rodzajów miłości winien być naznaczony integracją seksualną. Brak integracji seksualnej powoduje zwykle, iż drugi człowiek (w każdym rodzaju miłości) staje się bardziej obiektem manipulacji i użycia, niż przedmiotem miłości i oddania.

Zaznaczmy jednak, że te trzy stopnie miłości nie dadzą się w jakiś sztywny i sztuczny sposób od siebie oddzielić, choć dadzą się wyraźnie scharakteryzować. Jeżeli nawet w jakimś stopniu przenikają się one wzajemnie, to jednak każdy z nich posiada pewne granice, które oddzielają je od innych przejawów miłości. Szczególnie trudno jest odróżnić od siebie poszczególne rodzaje miłości u początków ich rozwoju. Stąd też wielu długo rozeznaje swoje stany emocjonalne, zanim świadomie wejdą w relację z jakąś osobą z pełnym zaangażowaniem uczuciowym.

2. Bezwarunkowa akceptacja

Wychowanie do integracji seksualnej jest w jakiś sposób najpierw wychowaniem do bezwarunkowej akceptacji każdego człowieka. Zanim człowiek złączy się z drugim poprzez dojrzałą przyjaźń czy tym bardziej poprzez miłość małżeńską, uczy się przyjmować i kochać każdego człowieka. Ten pierwszy rodzaj miłości jest fundamentem każdej innej miłości ludzkiej.

Czym jest akceptacja i co ona oznacza? Jest potwierdzeniem dla wartości życia bliźniego. Akceptując bliźniego przekazujemy mu podstawową prawdę: "Twoje życie jest dobre. Ono posiada wartość. Ono ma sens. Ono jest celowe". Akceptacja wyraża obiektywną prawdę o człowieku, a nie tylko subiektywne przeżycia jednostki.

W całej historii ludzkiego ducha wielką nowością Ewangelii Jezusa jest przykazanie miłowania nieprzyjaciół (por. Łk 6,27). To Jezus jako pierwszy ostatecznie przezwyciężył swoim nauczaniem i życiem funkcjonujące od zarania dziejów ludzkości bezwzględne prawo "oko za oko, ząb za ząb". Jezus przez przykazanie miłości

nieprzyjaciół przekazuje swoim uczniom podstawową prawdę, że każde życie ludzkie posiada wartość i ma sens. Przykazanie to mówi również, iż żaden człowiek nie jest absolutnie zły. Potrzebę pełnej akceptacji drugiego człowieka wyraża także inne przykazanie Jezusa: "nie sądzcie, abyście nie byli sądzeni" (Mt 7, 1). W tym przykazaniu Jezus każe uczniom rozróżnić pomiędzy osobą a jej czynem. Uczniowie Jezusa nie mogą zaakceptować zła, które czyni osoba, ale mimo wszystko winni akceptować osobę, która je czyni. Nie umiając empatycznie przeżywać sytuacji drugiego, łatwo myli się wówczas złe czyny ze złym człowiekiem, grzech z grzesznikiem.

Nakaz akceptacji bliźniego, zwłaszcza nieprzyjaciela, nie dotyczy najpierw emocji, ale przede wszystkim decyzji woli. Kiedy człowiek zostaje zraniony "złym" czynem bliźniego, z psychologicznego punktu widzenia jest rzeczą naturalną, że spontanicznie rodzi się w nim uczucie wrogości i chęć odwetu. Chęć odrzucenia bliźniego za bycie odrzuconym przez niego. Im więcej w człowieku rozbicia, niezintegrowania, tym głębszy rodzi się w nim wewnętrzny uraz.

Akceptacja, w tym również akceptacja nieprzyjaciół, o której mówi Jezus, domaga się więc przewyciężenia postaw nienawiści, odwetu, zemsty, które rodzą się w człowieku niezależnie od jego "dobrej woli". Jeżeli te postawy nie zostają pokonane, ludzka osobowość (a w tym także i seksualność) może "scalać się" właśnie wokół tych negatywnych postaw. Seksualność będąc bardzo plastyczną, może bowiem łączyć się zarówno z miłością jak i nienawiścią.

Rodzi się jednak pytanie, co robić kiedy odruchowo budzą się uczucia niechęci, nienawiści, pragnienie zemsty? Najpierw trzeba uznać, że jest to "naturalna" (zgodna ze zranioną naturą człowieka) pierwsza ludzka reakcja na skrzywdzenie, jakiego doznaje się od innych. Nie należy się jej dziwić. Nie trzeba też czuć się winnym z tego powodu. Zanim cokolwiek zrobi się z tymi uczuciami, należy się na nie zgodzić. Są częścią "ludzkiego" sposobu reagowania. Zaprzeczanie takim uczuciom oraz spychanie ich gdzieś w lochy podświadomości nie jest żadnym rozwiązaniem, ponieważ te uczucia dalej "pracują". Jeżeli buntujemy się przeciwko tym uczuciom, one pracują "przeciwko nam", rozbijając nas wewnętrznie.

Zgodzić się na uczucia niechęci, czy nawet na pragnienie zemsty, nie oznacza bynajmniej postępowania zgodnie z nimi, ale integrowanie ich w nas. Zaakceptować te uczucia, zintegrować je w sobie, to przyjąć je jako "część naszego ludzkiego dziedzictwa", nie ulegając jednak ich presji. Akceptując nasze uczucia nieżyczliwości czy nawet wrogości do innych trzeba jednocześnie szukać źródeł tych uczuć w nas samych. Kiedy bowiem są one bardzo silne, wówczas ich źródłem jest nie tylko pojedyncze i nieraz przypadkowe zranienie przez drugiego, ale także urazy głęboko nieraz zakorzenione w ciągu całego naszego życia. W takiej sytuacji trzeba szukać w naszej historii życia innych ludzi, wobec których uczucia wrogości i niechęci są "uzasadnione" z powodu doznawanego od nich przez dłuższy czas skrzywdzenia. Jeżeli zraniony człowiek nie odkryje swych zranień i nie zintegruje ich wewnętrznie, wówczas postawę wrogości będzie łatwo przenosić na przypadkowych "niewinnych" ludzi.

Uczucia wrogości i niechęci, które odruchowo w nas się rodzą, są także świadectwem naszej kruchości emocjonalnej. Dojrzałość ludzka domaga się zintegrowania w nas tej właśnie kruchości. To właśnie dzięki zaakceptowaniu jej miłość ludzka staje się delikatna, czuła i wrażliwa.

W narzeczeństwie ludzi młodych, które zawsze jest szczególnie ważnym okresem dla integracji seksualnej w małżeństwie, jest rzeczą ważną poznanie granic własnej kruchości emocjonalnej oraz zdolność do wycucia tych granic u osoby płci przeciwnej. Poznanie ich jest wprost konieczne, aby nie stawiać człowiekowi, którego się kocha, takich żądań emocjonalnych, jakich nie jest on w stanie spełnić. Z drugiej strony zaś młodemu człowiekowi jest potrzebna świadomość własnych granic, aby nie dawał innym takich "obietnic emocjonalnych", których na etapie swojego rozwoju nie jest w stanie dotrzymać. Spójnych - zintegrowanych relacji narzeczeńskich, małżeńskich i rodzinnych młody człowiek uczy się akceptując ludzi, z którymi żyje na co dzień, zwłaszcza tych, którzy go ranią przypadkowo i nieraz wbrew własnej woli.

3. Przyjaźń

Innym ważnym elementem wychowania do integracji seksualnej w okresie dojrzewania, obok powszechnej akceptacji innych, jest wychowanie do przyjaźni. Zdolność do niej jest szczególnym darem okresu młodości. Przyjaźnie te budowane są często na ideałach młodzieńczych. Wierność tym ideałom zapewnia często także wierność towarzyszącym jej przyjaźniom. Przyjaźnie okresu młodości są pewnym "darem natury", dzięki któremu dojrzewa w człowieku zdolność do poświęcenia i oddania się w późniejszej miłości erotycznej. Stąd też przyjaźnie okresu dzieciństwa i młodości są szczególnie cenne dla integracji uczuciowej. Wychowanie do integracji seksualnej dokonuje się więc także poprzez stwarzanie dzieciom i młodzieży dobrego klimatu dla rozwijania się pomiędzy nimi relacji przyjaźni.

W przyjaźni chodzi o "coś więcej" niż tylko życzliwą akceptację i otwarcie na drugiego. Zakłada ona wspólną płaszczyznę spotkania. Rodzaj przyjaźni, jej głębia, trwałość zależą od płaszczyzny na jakiej spotykają się przyjaciele. Jeżeli symbolem zakochania i miłości jest zwrócenie się nawzajem ku sobie, "patrzenie sobie w oczy", to symbolem przyjaźni jest wspólne patrzenie "ramię przy ramieniu" we wspólnym kierunku, dążenie do jednego celu. Przyjaciele "coś" tworzą, budują razem. Im większa jest wspólnota myślenia, odczuwania i działania w tym wspólnym budowaniu, tym większa i głębsza jest przyjaźń. "Kochankowie zawsze rozmawiają o swojej miłości, przyjaciele bardzo rzadko o swojej przyjaźni. Kochankowie siedzą zwykle naprzeciwko siebie zaabsorbowani nawzajem swoją obecnością, przyjaciele obok siebie zaabsorbowani wspólnym obiektem zainteresowań."

Jedną z istotnych cech charakterystycznych dla przyjaźni jest otwarcie emocjonalne na innych. Możemy patrzeć we wspólnym kierunku nie tylko we dwoje, ale także w trzech, czterech, itd. Stąd też

prawdziwej przyjaźni obce jest uczucie emocjonalnej zazdrości. Przyjaciele nie ograniczają sobie wzajemnie wolności. Ich wspólny cel nie jest jedynie ich własnością. Może on stać się własnością wielu przyjaciół. Prawdziwa i czysta przyjaźń nie posiada więc charakteru wyłączności emocjonalnej, nie zakłada całkowitego oddania uczuciowego jednej osoby drugiej. I chociaż element emocjonalnego związania w przyjaźni jest bardzo ważny, to jednak nie jest to nigdy "związek miłosnej zależności". "Eros łączy oczywiście tylko dwoje ludzi. Ale ta cyfra nie jest bynajmniej konieczna w przyjaźni, ani najbardziej jej sprzyjająca." Dobrze również wyraża tę prawdę sentencja: "Przyjaciel mojego przyjaciela jest moim przyjacielem."

Przyjaźń trwa tak długo, jak długo "idzie się we wspólnym kierunku", jak długo trwają wspólne zainteresowania, cele. Kiedy jednak kończy się wspólna płaszczyzna spotkań, kończy się także w jakimś sensie przyjaźń. Stąd wiele dziecięcych przyjaźni wygasa w jakiś naturalny sposób, kiedy w okresie dojrzewania drogi wspólnych zainteresowań już się rozchodzą. Także wiele przyjaźni okresu młodości zmienia się w piękne wspomnienia, kiedy rozpoczyna się etap dojrzałego życia. Autentycznych przyjaźni, w których nie było jakichś nieuczciwych zachowań, nie wspomina się z rozżaleniem, ponieważ prawdziwi przyjaciele nie obiecują sobie dożgonnego i wyłącznego trwania przy sobie. I choć życie ich często rozłącza, to jednak wspominają się z wdzięcznością. Przyjaciół, którzy odeszli do innych przyjaciół, wspomina się może z pewną tęsknotą, ale bez rozżalenia.

Kolejną cechą przyjaźni jest bycie przy drugim w chwilach potrzeby. Przyjaźń nie sprawdza się najpierw w emocjonalnych odczuciach przywiązania i oddania, w chwilach nastrojowych uniesień, ale w chwilach krytycznych, kiedy jeden z przyjaciół potrzebuje pomocy. Im większej i głębszej potrzebuje pomocy, tym większy sprawdzian dla przyjaźni. Opuszczanie drugiego w chwilach trudności odsłania nieautentyczność deklarowanej uprzednio przyjaźni.

"Regułą dla przyjaźni jest brak jakichkolwiek z góry ustalonych reguł" - stwierdza prof. F. ArvesÓ. Zawieranie przyjaźni dokonuje się najczęściej w sposób spontaniczny. Nie można jej zaplanować w jakiś sposób racjonalny, "na chłodno". Nie można też zrobić osoby wybranej swoim przyjacielem "na siłę", wbrew jej wolności. Kiedy młody człowiek posiada wielkie głody emocjonalne, ponieważ nie otrzymał dość ciepła w środowisku rodzinnym, może wtedy w sposób niekontrolowany szukać tego uczucia właśnie w przyjacielu, próbując zagarnąć go tylko dla siebie. W takiej "przyjaźni" istnieje pewien mniejszy czy większy odcień zachłanności uczuciowej, która objawia się przede wszystkim w uczuciu zazdrości o spotkania, kontakty przyjaciela z "osobami trzecimi". Kiedy jeden z przyjaciół jest zazdrosny i próbuje pojąć emocjonalnie drugiego, zwykle dochodzi do konfliktu. Wspólna szczerłość wobec siebie, wzajemne zaufanie, krytyczny stosunek do własnego sposobu reagowania u obu przyjaciół, może pozwolić im przekroczyć ten konflikt. Przyjaźń może stać się wówczas szansą przekraczania swoich potrzeb i zranień uczuciowych. W ten sposób dokonuje się stopniowo integracja emocjonalna i duchowa wokół wartości, do których przyjaciele wspólnie dążą. Im dojrzałsi

i bardziej wewnętrznie zintegrowani są przyjaciele, tym owocniejsze staje się ich dążenie w jednym kierunku.

Podsumowując możemy powiedzieć, iż przyjaźnie okresu dojrzewania pomagają bardzo w budowaniu późniejszych trwałych, zintegrowanych więzi małżeńskich i rodzinnych. W przyjaźni młodzi ludzie uczą się otwartości, wzajemnego zaufania, wrażliwości, pomagania sobie zwłaszcza w chwilach kryzysów i słabości, przekraczania swojego egocentryzmu. Podkreślmy w sposób szczególny i to, iż przyjaźń jest szkołą bezinteresowności, która jest jedną z najważniejszych cech każdej miłości.

4. Przyjaźnie "przeciwko innym" i "przyjaźnie niepartnerskie"

Zastanówmy się teraz, jakie zagrożenie dla integralnego rozwoju młodego człowieka mogą mieć pewne "niedojrzałe przyjaźnie". Powiedzieliśmy, że jakość przyjaźni zależy od płaszczyzny spotkania i celu, który jednoczy przyjaciół. Doświadczenie przyjaźni może być pewnym zagrożeniem dla młodego człowieka wtedy, kiedy przyjaciele jednoczą się w "złych celach" i idą w "złym kierunku". W okresie dojrzewania młodzi ludzie, którzy wychodzą ze swoich środowisk rodzinnych z głębokimi urazami wobec świata dorosłych, mogą gromadzić się właśnie "przeciwko nim", aby szukać alternatywy dla swego dorosłego życia. Kiedy celem wspólnego spotkania jest "być przeciwko", wówczas taka przyjaźń posiada charakter negatywny.

Trzeba być jednak sprawiedliwym w ocenie takich przyjaźni. Również w nich istnieją elementy silnego powiązania emocjonalnego i jakaś wzajemna akceptacja. Tacy przyjaciele dają sobie - jak umieją - to, czego najczęściej nie otrzymali od dorosłych i właśnie dlatego są tak wrogo do nich nastawieni. Charakterystyczną cechą takich przyjaźni jest jednak wielka warunkowość akceptacji. "Krąg przyjaciół" gromadzący się przeciwko innym może przerodzić się w gang. Warunkiem przyjęcia do takiego "kręgu przyjaciół" jest wówczas wyznawanie tego samego "systemu wartości" i tych samych celów. Fundamentem przyjaźni budowanej przeciwko innym jest zawsze nienawiść, chęć niszczenia.

Niebezpieczne bywają także, nierzadkie wśród młodych, przyjaźnie niepartnerskie, w których jedna strona podlega drugiej. Jeżeli młody człowiek rezygnując w jakimś stopniu z bycia sobą poddaje się "przyjacielowi", wówczas trudno jest już mówić o przyjaźni. I choć w takiej "przyjaźni" istnieje również element wzajemnego przywiązania i uczuciowej bliskości, to powstaje ona jednak za cenę rezygnacji przynajmniej z części własnej wolności. Jest to swoista symbioza "silnego" ze "słabym". Taka przyjaźń może hamować wzrost osobowy. Młody człowiek zamiast uczyć się zmagania z przeciwnościami życiowymi, stawiać czoła "silniejszym od siebie", poddając się "przyjacielowi" może czuć się bezpieczny, choć zależny od niego.

Cena niepartnerskich przyjaźni jest zwykle bardzo wysoka. Jest ona bowiem dużym zagrożeniem dla integracji uczuciowej, a przez to zagrożeniem dla późniejszego życia małżeńskiego i rodzinnego; z jednej strony utrwalanie się kompleksu niższości i poczucia własnej

słabości u "słabszego", z drugiej zaś utrwalanie się mechanizmów manipulowania innymi u "silniejszego".

5. Miłość erotyczna

Miłość erotyczna - związek mężczyzny i kobiety - zakłada nie tylko spotkanie się na jednej płaszczyźnie życia i wokół jakiegoś jednego celu, ale integralne oddanie się sobie nawzajem. Cechą charakterystyczną miłości erotycznej jest także wyłączenie tak emocjonalne jak i fizyczne. Niemożliwe byłoby jednak pełne oddanie się emocjonalne i fizyczne bez wzajemnego oddania duchowego. Siłą ludzkiej miłości nie jest wyłącznie siła uczuć, a tym bardziej nie jest nią fascynacja seksualna. Siły emocjonalno-seksualne mają w sobie coś ze ślepych instynktów. Ich dążenia do wyłączności łatwo mogą się zmieniać w zaborczość. Miłość erotyczna pozbawiona duchowego korzenia, ofiary i odpowiedzialności łatwo się wypala pozostawiając po sobie uczucie rozczarowania, rozżalenia, bólu.

Aby ludzka miłość mogła być trwała, winna być dopełniona jednością i oddaniem się sobie wzajemnie na płaszczyźnie duchowej. To właśnie miłość erotyczna w jej najgłębszym wymiarze domaga się integracji wszystkich energii wokół "kochanej osoby". Integracja seksualna sprawia, iż możliwe staje się wzajemne oddanie we wszystkich płaszczyznach: duchowej, emocjonalnej i fizycznej. Istniejące zaś różnice między narzeczonymi, małżonkami, które są zjawiskiem naturalnym, nie stają się miejscem konfliktów i walki, ale wzajemnego dopełniania się i akceptacji. Słabości zaś stają się miejscem wzajemnej pomocy i przebaczenia sobie.

Czym jednak różni się miłość erotyczna od przyjaźni?

O ile przyjaźń bazuje przede wszystkim na posiadaniu wspólnych spraw, celów, wspólnych tajemnic, to miłość oparta jest o wzajemne posiadanie siebie. Przyjaciele zachwycają się przede wszystkim kontemplowaną "tajemnicą", poznawaną wspólnie "sprawą". Kochankowie natomiast zachwycają się sobą nawzajem. Księga Pieśni nad Pieśniami mówi: "O jak piękna jesteś przyjaciółko moja, jak piękna, oczy twe jak gołębice. Zaiste piękny jesteś mój miły, o jakże uroczy!" (Pnp 1, 15-16)

Miłość i przyjaźń nie wykluczają się bynajmniej. Mogą współistnieć i wzajemnie się ubogacać. Autentyczna miłość erotyczna różni się jednak w sposób zasadniczy od przyjaźni tym, iż jest dozgonna. "Dwóch rzeczy nie można próbować w życiu: miłości i śmierci" - mówi przysłowie. Nie ma miłości na próbę, nie ma miłości "na jakiś czas". Księga Pieśni nad Pieśniami stwierdza, że "jak śmierć potężna jest miłość, a zazdrość jej nieprzejednana jak Szeol" (Pnp 8, 6).

Kiedy dwoje ludzi, którzy przeżyli głębokie wzajemne oddanie się sobie zarówno w płaszczyźnie emocjonalnej jak i fizycznej, rozchodzi się po jakimś czasie, to zawsze po takim zerwanym związku pozostaje w nich jakaś głęboka rana. Po doświadczeniu prawdziwej miłości erotycznej nie można już rozejść się w sposób bezbolesny, nawet jeżeli obie strony zapewniają sobie wzajemnie o życzliwości i

przyjaźni. "Pozostaniemy nadal przyjaciółmi" - stwierdzenie to, choć wyraża dobrą wolę obu stron i należy je docenić, często bywa tylko pewną maską dla bólu rozstania. Nie ma powrotu od głębokiej miłości emocjonalno-seksualnej do spontanicznej i szczerej przyjaźni. Rozczarowanie swoją niemożnością kochania oraz żal do osoby za niespełnione oczekiwania dożgonnej miłości sprawia, iż tak przeżyta miłość pozostaje na długo bolesnym wspomnieniem. Taki właśnie rozpad trwających nieraz wiele lat więzi narzeczeńskich, (którym nierazko towarzyszy także współżycie seksualne), a tym bardziej rozwody małżeńskie, demaskują brak integralnie pojętego wychowania seksualnego, przynajmniej u jednej ze stron. Kolejne podejmowane próby "życia we dwoje" nie będą jednak skuteczne, o ile nie odkryje się rzeczywistych przyczyn "rozpadu" poprzedniego - poprzednich związków.

6. Miłość erotyczna a miłość powszechna

Może rodzić się pytanie, czy miłość erotyczna, która domaga się całkowitego oddania jednej osoby drugiej, nie zamyka człowieka na miłość powszechną? Owszem istnieje takie niebezpieczeństwo, ale tylko wówczas kiedy miłość erotyczna nie jest jeszcze zintegrowana z duchowym wymiarem ludzkiego życia i opiera się wyłącznie na instynktownej fascynacji emocjonalno-seksualnej.

Integralnie rozumiana miłość erotyczna jest wprawdzie wyłączna, "lecz kocha ona w drugim człowieku całą ludzkość, wszystko, co żywe. Jest ekskluzywna tylko w tym sensie, że mogą zespolic się w pełni i mocno tylko z jednym człowiekiem. Miłość erotyczna wyklucza miłość w stosunku do innych ludzi tylko w sensie erotycznego związku, pełnego związania się we wszystkich aspektach życia - ale nie bynajmniej w sensie głębokiej miłości braterskiej". Pełne doświadczenie miłości małżeńskiej pomaga człowiekowi w rozwoju miłości powszechnej. Wrażliwość na drugiego człowieka, zdolność do ofiary i poświęcenia zdobyte w miłości małżeńskiej, stają się trwałymi cechami człowieka także we wszystkich innych relacjach międzyludzkich.

7. Miłość Boga

Chociaż Bóg kocha człowieka zawsze miłością nieskończoną, która przekracza wszelkie ludzkie wyobrażenia i możliwości opisywania czy też klasyfikowania jej, to jednak człowiek może ją odkryć odwołując się tylko do miłości ludzkiej. Używając języka przyjętego w naszej pracy, możemy powiedzieć, iż miłość Boga jest najbardziej spójna w sobie, najpełniej zintegrowana. Ona bowiem w jednym "akcie miłości" łączy wszystko to, kim Bóg jest i co posiada. Tylko w miłości Boga nie da się wyróżnić poszczególnych płaszczyzn (np. fizycznej, emocjonalnej, duchowej), ponieważ Bóg jest nieskończoną jednością. I właśnie dlatego Miłość Boga będzie zawsze dla człowieka niedoścignionym wzorem i jednocześnie ostatecznym źródłem integracji w każdym wymiarze, także integracji seksualnej.

Odwołując się do ludzkiego doświadczenia miłości, możemy powiedzieć, iż Bóg kocha człowieka każdym rodzajem miłości: miłością bezwarunkowej akceptacji, miłością przyjacielską, miłością oblubieńczą. Podkreślmy jednak w sposób szczególny, iż Bóg kocha człowieka miłością oblubieńczą. Oblubieńcza miłość Boga jest jednak całkowicie różna od ludzkiej miłości. Człowiek może kochać tylko jednego człowieka miłością wyłączną, oblubieńczą. Bóg natomiast taką miłością kocha każdego. Serce Boga jest tak "wielkie", iż zdolne jest każdemu człowiekowi dać pełną miłość, miłość, do jakiej człowiek jest stworzony i jakiej pragnie.

Odpowiedź człowieka na miłość Boga może być ujęta także we wszystkich trzech rodzajach miłości międzyosobowej. Początkiem miłości człowieka do Boga jest "akceptacja Boga", otwarcie się na Niego. Miłość człowieka do Boga jest również miłością przyjacielską. To, czego pragniemy i szukamy w naszym życiu, jest wspólne człowiekowi i Bogu. Nasza miłość do Boga wyraża się w tym, że człowiek patrzy w tym samym kierunku co Bóg, że dąży do tych samych celów, do których On dąży. I wreszcie miłość człowieka do Boga posiada także charakter oblubieńczy. Ten trzeci rodzaj miłości może najbardziej nadaje się, aby wyrazić miłość człowieka do Boga. Do oblubieńczej miłości Boga w sposób szczególny zaprasza Jezus: "Kto kocha ojca lub matkę, bardziej niż Mnie nie jest Mnie godzien. I kto kocha syna lub córkę bardziej niż Mnie nie jest Mnie godzien" (Mt 10, 37). Jezus wzywa człowieka do takiego oddania się Jemu, które nie stawia na tym samym poziomie nic i nikogo. Bóg domaga się miłości wyrażonej wszystkimi sferami ludzkiej osobowości - miłości integralnej.

ROZDZIAŁ IV
WYCHOWANIE DO MIŁOŚCI

A. WYCHOWANIE DO MAŁŻEŃSTWA

Wychowanie do integracji seksualnej jest zawsze w jakiś sposób wychowaniem do małżeństwa, także wówczas, kiedy osoba - kierując się powołaniem - podejmuje życie w celibacie. Celibat bowiem nie tylko nie wyklucza zdolności do małżeństwa, ale wręcz ją zakłada. Pierwszym i najbardziej oczywistym sposobem dążenia do miłości jest jednak droga życia małżeńskiego i rodzinnego. Miłość erotyczna jest wielką, naturalną potrzebą człowieka. Nie da się jej nigdy zastąpić najsilniejszymi nawet przyjaźniami. W żadnej przyjaźni nie ma bowiem wyłącznego oddania się jednej osobie drugiej, które jest głębokim pragnieniem każdego ludzkiego serca.

1. Dojrzałe i szczęśliwe małżeństwo

Jednym z najważniejszych warunków dojrzałego przeżywania relacji narzeczeńskiej i małżeńskiej jest dobra znajomość siebie i drugiego, znajomość praw, którymi rządzi się męskość i kobiecość. Nie chodzi jednak wyłącznie o prawa wpisane w sferę erotyczną mężczyzny i kobiety, ale także o prawa życia emocjonalnego, psychicznego.

Wzajemne poznanie swojej płciowości w wymiarze emocjonalnym jest jednak niemałym wysiłkiem. Wiąże się z nim bowiem potrzeba dotknięcia tego, co we własnej seksualności (męskości czy kobiecości) jest ograniczone i zranione. Poznanie siebie i drugiego dotyczy nie tylko poznania pozytywnej strony płciowości, ale także ograniczeń i zagrożeń z nią związanych. Bardzo wiele trudności przeżywanych przez narzeczonych a później przez małżonków wynika najczęściej z braku zrozumienia swoich wzajemnych potrzeb, pragnień, oczekiwań w poszczególnych płaszczyznach: duchowej, emocjonalnej i fizycznej. Podkreślmy, że poznanie praw, potrzeb, pragnień, którymi rządzi się własna emocjonalność i emocjonalność osoby kochanej, jest jakimś podstawowym obowiązkiem osób, które przyrzekają sobie "miłość, wierność i uczciwość małżeńską aż do śmierci". Ta formuła przysięgi małżeńskiej odsłania ogrom wzajemnych zobowiązań, jakie wobec siebie podejmują mężczyzna i kobieta.

Jeżeli młodym ludziom brak jest dogłębnego wzajemnego poznania siebie, wówczas podchodzą do małżeństwa w sposób beztroski i naiwny. Takie właśnie podejście do małżeństwa powoduje często, iż krótko po zawarciu związku następują dramaty czy wręcz tragedie. Najboleśniesz jest jednak to, iż w tych dramatach i tragediach z konieczności muszą uczestniczyć dzieci. Brak wzajemnej pełnej miłości pomiędzy rodzicami dziecko przeżywa zawsze jako wielką krzywdę.

Formuła przysięgi małżeńskiej - "ślubuję ci miłość, wierność i uczciwość małżeńską aż do śmierci" - określa nie tylko fizyczny czas miłości, "aż do śmierci" fizycznej jednego z małżonków, ale w jakimś sensie określa również głębię duchową tej miłości; "aż do śmierci" znaczy również "aż do całkowitego zaparcia się siebie na wzór Chrystusa". Małżonkowie ślubują sobie bowiem taką miłość, jaką Chrystus umiłował swój Kościół.

Narzeczeństwo a później małżeństwo, jest stopniowym zlewaniem

się dwu różnych historii życia w jedną. Symbolem tego jest między innymi przyjęcie jednego nazwiska dla męża i żony. Biblia mówi: "Dlatego to mężczyzna opuszcza ojca swego i matkę swoją i łączy się ze swoją żoną tak ściśle, że stają się jednym ciałem" (Rdz 2,24). Stają się "jednym ciałem" nie tylko w sensie fizycznym, ale także w sensie emocjonalnym i duchowym. Dla małżonków chrześcijańskich złączenie dwóch odrębnych dotąd historii życia w jedną wspólną zostaje potwierdzone przysięgą sakramentalną.

Fascynacja emocjonalna, zakochanie, z którym w sposób naturalny łączy się fascynacja seksualna, nie wystarcza jednak do zbudowania tak trwałej więzi. Konieczna jest, jak to podkreślaliśmy już uprzednio, pewna dojrzałość duchowa, która staje się źródłem odpowiedzialności za siebie nawzajem, bezinteresowności, wielkoduszności, zdolności do przebaczenia sobie itp.

Fascynacja ludzką miłością jest zawsze wielkim darem natury, darem Boga. Jest niezwykłym źródłem ludzkiej energii. Młodzi ludzie winni korzystać z niej, aby podejmować trud przemiany siebie, trud dojrzewania emocjonalnego i duchowego. Fundamentem szczęśliwego małżeństwa jest zawsze osobista przemiana każdego z partnerów połączona ze wzajemnym poznaniem siebie i zaakceptowaniem się. Proces ten zakłada jednak gotowość umierania dla siebie - dla swoich potrzeb i swoich pragnień. Prawdziwa miłość wymaga trudu wychodzenia z siebie, otwierania się na drugiego, współodczuwania z kochaną osobą. Doświadczenie pokazuje niezbicie, iż emocjonalna i erotyczna fascynacja, pozbawiona duchowych fundamentów, jest uczuciem zmiennym i niestałym. Budowanie więc związku małżeńskiego tylko na niej nie gwarantuje mu trwałości.

2. Miłość nastolatków

Jaka jest wartość zakochania się i "chodzenia ze sobą" nastolatków, skoro związki te bywają najczęściej nietrwałe?

W okresie dojrzewania budzi się wielka wzajemna otwartość dziewcząt i chłopców na siebie. Rozpoczyna się ona zwykle od przyglądania się sobie z daleka. Chłopcu zwykle podoba się wiele dziewczyn, podobnie jak dziewczynie podoba się wielu chłopców. Z przyglądaniem się sobie wzajemnie złączona jest także pewna obawa, pewien lęk przed odrzuceniem. Jeżeli chłopcu podoba się dziewczyna, to wraz z pierwszym zachwytem rodzi się obawa, czy on się jej spodoba. Od siły lęków i obaw zależy w dużym stopniu, kiedy dochodzi do pierwszego bezpośredniego spotkania między nimi.

Jedną z podstawowych cech miłości nastolatków jest ich spontaniczność. Najczęściej nie rodzą się one z długiego poznawania siebie, ale powstają na bazie pierwszego odruchowego podobańca się sobie nawzajem. Stąd też pierwsze związki nastolatków rzeczywiście są mało trwałe, choć nie trzeba i tutaj robić zbyt ogólnych uogólnień. Zdarza się bowiem, że przeradzają się one w głębsze związki narzeczeńskie a później małżeńskie. Jeżeli od samego początku związek emocjonalny nastolatków jest traktowany "w miarę na serio", z takich związków mogą powstać później trwałe i mocne małżeństwa. Kiedy

chłopiec ma w życiu tylko jedną dziewczynę, która później staje się jego żoną, pokusa szukania innych kobiet w życiu małżeńskim jest o wiele mniejsza. I odwrotnie.

I chociaż związki nastolatków najczęściej bywają nietrwałe, to jednak nie są one bez znaczenia dla późniejszego trwałego już związku małżeńskiego. W tych pierwszych związkach nastolatki doświadczają smaku ludzkiej miłości, odkrywają siłę fascynacji i wzajemnego przyciągania siebie. Miłość nastolatków może być okresem ogromnie ważnym i cennym także dlatego, ponieważ pomaga im uczyć się wyjścia ku drugiemu, poświęcania się dla niego, ofiarności, bezinteresowności, wypowiedania swoich uczuć, wzajemnego przebaczenia.

Z drugiej jednak strony nietrwałość tych związków pokazuje niedojrzałość emocjonalną, która objawia się w zmienności uczuciowej. Zmienność ta rodzi zwykle wiele cierpienia. To właśnie doświadczenie cierpienia i bólu związane z doświadczeniem miłości może stać się dla nastolatków ważną "szkołą życia". Cierpienie młodego człowieka związane z jego pierwszą miłością przekonuje go, że sprawa miłości nie jest sprawą łatwą, że nie wystarczy się komuś spodobać lub w kimś się zakochać. Jeżeli miłość ma się stać trwałym doświadczeniem, trzeba podjąć trud wzajemnej pracy nad sobą. "Zdumiewa fakt, że o ile ludzie rozumieją konieczność włożenia wysiłku na przykład w zbudowanie domu czy w urządzenie mieszkania po to, by później zbierać owoce tego wysiłku, o tyle nie dostrzegają na ogół tej samej konieczności w odniesieniu do małżeństwa i życia rodzinnego".

Przygotowanie do życia w miłości domaga się od młodego człowieka ogromnego realizmu życiowego w ocenie siebie samego jak i drugiej osoby. Realizm ten pozwala odkryć swoje własne możliwości jak i ograniczenia. W sposób szczególny należy zwrócić uwagę na swoje zranienia uczuciowe. Gdyby młody człowiek nie uświadomił ich sobie, mógłby wówczas z własnych potrzeb, braków i zranień emocjonalnych budować w wyobraźni "projekty osoby", którą powinien spotkać. Zamiast nawiązywać kontakt z "osobami realnymi", może wówczas marzyć i planować, jak powinna wyglądać jego przyszła wybranka, jakie powinna mieć cechy, jak bardzo powinna go darzyć uczuciem, jakie powinna ofiarować mu oparcie itd. Kiedy jednak spotyka konkretną dziewczynę, konkretnego chłopca, rozbudowane wyobrażenia nie przystają do rzeczywistości. Doświadczą się wówczas bolesnego rozczarowania. I chociaż drugi człowiek jest zawsze ogromną pomocą w leczeniu niedojrzałości i zranień emocjonalnych, to jednak nie dokonuje się ono przez stawianie wymagań emocjonalnych, ale przez otwieranie się i budzenie w sobie zaufania do drugiego.

3. Niewyznana miłość

"Jak ocenić miłość, która nie została jednak wyznana przed osobą, którą się kocha w skrytości serca?" - pyta w ankiecie pewien nastolatek.

Doświadczenie zakochania, które nie zostaje wyznane przez długi okres czasu, z jednej strony wskazuje na rzeczywiste pragnienie

przyjmowania i dawania siebie w miłości, z drugiej strony jednak oznacza, iż zdolność ta naznaczona jest jeszcze lękiem przed odrzuceniem. Długotrwały i silny lęk przed wypowiedzeniem swoich uczuć zakochania wskazuje zwykle nie tylko na pewną młodzieńczą nieśmiałość, która jest normalnym odczuciem, ale także na głębsze zranienie emocjonalne.

Jeżeli strach przed odrzuceniem wygrywa przez długi okres czasu z pragnieniem wyznania miłości, wówczas młodemu człowiekowi grozi ucieczka w świat iluzji i wyobrażeń o miłości. Bojąc się człowieka realnego, człowieka "z krwi i kości", który posiada swoje zalety i wady, może marzyć o "idealnym kochanku", który w rzeczywistości nie istnieje. Kiedy wreszcie nastąpi przełamanie się wewnętrzne i zakochany młody człowiek wyznając miłość zaczyna dotykać realiów życia, wówczas następuje zwykle głębokie rozczarowanie. Ten drugi, "kochany" w wyobraźni nieraz przez długi okres, okazuje się bowiem w rzeczywistości zwyczajnym człowiekiem mającym wiele ludzkich ograniczeń i słabości. I chociaż młody człowiek ma prawo dłużej przyglądać się z pewnej odległości "wybranej osobie" zanim spróbuje nawiązać z nią kontakt, to jednak wydaje się, iż przedłużanie w lata tak przeżywanego miłości jest pewną formą ucieczki od realnego życia.

4. Przyjaźń między chłopcem a dziewczyną

Doświadczenie pokazuje, że nastolatki, chłopcy i dziewczęta, nie zawsze wchodzi od razu w związki mające charakter trwałego zaangażowania emocjonalnego. Nierzadko nawiązuje się spontanicznie więź "koleżeńskiego przymierza" - przyjaźń. To "koleżeńskie przymierze" może być budowane na bazie wzajemnej pomocy, wspólnych zainteresowań, wspólnego działania. Młodzi ludzie winni być jednak świadomi, że przejście od przyjaźni do miłości może dokonywać się w sposób spontaniczny, bezwiedny i niemalże nieświadomy. Winni więc uważnie obserwować, co dzieje się w świecie ich uczuć.

Autentyczna przyjaźń, szczególnie przyjaźń ludzi młodych, domaga się realizmu. "Kiedy dwie osoby, które odkrywają, że idą tą samą tajemną drogą, są płci odmiennej, przyjaźń zawiązująca się między nimi może się zmienić - i to w ciągu pierwszej pół godziny - w zakochanie. O ile nie są sobie wstrętne fizycznie i o ile jedno z nich lub oboje nie kochają już kogoś innego, jest rzeczą prawie pewną, że się na tym prędzej czy później skończy." W przyjaźni między chłopcem a dziewczyną konieczna jest duża wrażliwość, dzięki której obie strony będą w stanie nieustannie odczytywać wysyłane sobie wzajemnie znaki i sygnały. Winni też wypowiadać przed sobą to, co rodzi się w ich wzajemnej więzi. Byłoby bowiem krzywdzące, gdyby jedna ze stron przez dłuższy okres rozumiała związek tylko jako przyjaźń i "przymierze wzajemnej pomocy", natomiast druga strona traktowała go już jako miłość, oczekując trwałości i wierności rodzącej się więzi. Ponieważ dziewczyny zwykle łatwiej i szybciej przechodzą od uczucia przyjaźni do uczucia miłości, stąd też chłopcy przyjażniąc się z dziewczynami winni być uważni, aby swoim zachowaniem nie sprawiać wrażenia, że chodzi im o trwałą i wierną

związek. Dla chłopca przejściowe zaangażowanie emocjonalne, bez żadnych zobowiązań, może być wygodne.

Jednak "trzymanie przy sobie" dziewczyny przez dłuższy okres z jednoczesnymi zastrzeżeniami padającymi od czasu do czasu: "ja ci nic nie mogę obiecać na przyszłość", wydaje się być nieuczciwe.

Sz szczególnie nieuczciwe jest to wówczas, kiedy mężczyzna trzyma w niepewności kobietę przez wiele lat obiecując jej małżeństwo, aby w końcu ją zostawić. O ile bowiem w naszych warunkach kulturowych zawarcie związku małżeńskiego przez mężczyznę w wieku około trzydziestu lat, nie stanowi większego problemu, o tyle zawarcie małżeństwa dla kobiety w tym samym wieku może być już dość dużą trudnością.

5. "Dowody miłości"

Jak oceniać próby podejmowania działań seksualnych w związkach emocjonalnych nastolatków? Pierwszy etap zakochania posiada często charakter seksualnie bezinteresowny. Pragnienie działania seksualnego schodzi wówczas jakby na dalszy plan. W pierwszym planie jest pragnienie przebywania z osobą. Fascynacja emocjonalna w tym pierwszym okresie zakochania może nawet wpływać na obniżenie napięć i pożądań seksualnych.

Czas fascynacji wyłącznie emocjonalnej stopniowo mija i powoli rodzi się pragnienie wyrażania miłości także przez gesty i działanie seksualne. Także w związkach nastolatków rodzi się świadomość możliwości działania seksualnego. Spontanicznie powstają wówczas pragnienia takiego działania.

Siła pragnień seksualnych w związkach nastolatków będzie w dużym stopniu zależeć od wcześniejszego rozbudzenia seksualnego. Jeżeli seksualność nastolatka jest jeszcze uspiona, jeżeli nie było żadnych wcześniejszych prób działań seksualnych, wtedy potrzeba ta będzie zwykle bardziej wytonowana. Natomiast w sytuacji, kiedy seksualność młodego człowieka została już rozbudzona, szczególnie przez silny nierozwiązany problem autoerotyki, wtedy pragnienie wejścia we wzajemne kontakty seksualne może być o wiele większe. Koncentracja na sferze erotycznej obniża zwykle wzajemną fascynację emocjonalną.

Podkreślmy jeszcze raz znaczące różnice w podejściu do spraw seksualnych chłopców i dziewczyn. Chłopcy skoncentrowani bardziej na zewnętrznej stronie własnej seksualności częściej podejmują próby działań seksualnych w związkach nastolatków. Sposób traktowania spraw seksualnych będzie wówczas w znacznym stopniu zależał od przyjętego systemu wartości, którym oboje się kierują. Brak wewnętrznego przekonania o potrzebie wstrzeźliwości przedmałżeńskiej, przy jednoczesnym rozbudzeniu seksualnym, może sprawiać, że młodzi będą nawiązywać kontakty seksualne bardzo wcześnie.

Próby podejmowania działań seksualnych ze strony chłopców mogą wiązać się z obietnicami trwałości rodzącej się więzi. Nierzadko bywa, że chłopcy pragnąc podjąć współżycie seksualne z dziewczyną domagają się "dowodów miłości". Żądanie "dowodów miłości" chyba najwyraźniej demaskuje intencje chłopca. Brak uszanowania dla

sumienia drugiego stanowi poważne zakwestionowanie miłości. A ponieważ dziewczyna posiada zwykle potrzebę stworzenia trwałego i bezpiecznego związku, może dać się zwieść "wielkimi obietnicami".

Coraz częściej także ze strony dziewcząt zdarzają się próby podejmowania działania seksualnego w związkach nastolatków. Pokazują to także przeprowadzone ankiety. Dążenie do działania seksualnego ze strony dziewczyn posiada jednak zwykle inny cel. Najczęściej dziewczynom nie chodzi w pierwszym rzędzie o zaspokajanie ciekawości seksualnej, choć i u nich ciekawość ta odgrywa pewną rolę. Częściej jednak celem podejmowania inicjatywy współżycia seksualnego przez dziewczynę jest chęć związania swojego chłopca ze sobą. Takie próby bazują na przekonaniu, że fizyczne związki seksualne głębiej jednoczą. Wspólne przeżycia seksualne odbierane są jako "wspólna tajemnica". Dziewczyny prowokują współżycie seksualne szczególnie wówczas, kiedy czują, iż istniejący związek rozpada się. Propozycja współżycia ma wówczas na celu wzmocnienie więzi emocjonalnych. Współżycie proponowane przez dziewczyny bywa wówczas traktowane często jako "ostatnia deska ratunku" dla rozluźniającego się związku emocjonalnego.

Reakcja psychologiczna jest jednak zwykle zupełnie przeciwna od zamierzonej. Aczkolwiek chłopiec kierując się własną ciekawością seksualną, może ulec takiej propozycji, to jednak wspólne doświadczenia seksualne nie stają się wówczas wspólną jednoczącą ich "tajemnicą", ale raczej wspólnym "spiskiem". "Współżycie seksualne przed małżeństwem czy poza nim zawsze będzie interesowne, zawsze będzie kłamstwem, bo przecież w tych warunkach nie istnieje ta jedność, której zbliżenie seksualne powinno być znakiem."

Ponieważ seksualność chłopca jest zwykle skonfliktowana już o wiele wcześniej, dlatego też te nowe doświadczenia seksualne z dziewczyną rodzą w nim najpierw nie tyle głębsze przywiązanie do niej, ale przede wszystkim poczucie winy wobec siebie i wobec niej. Wyraża się ono w przekonaniu, iż wykorzystał dziewczynę, ponieważ był wobec niej nieuczciwy. I jest to prawdą. Wzajemne uczucie miast rosnąć i pogłębiać się, stopniowo wygasa.

Rozejście się nastolatków bywa mniej bolesne, jeżeli nie podejmowali oni prób działania seksualnego. Natomiast wówczas, kiedy chodzenie ze sobą było związane z działaniem seksualnym, rozstanie się bywa zwykle bardzo bolesnym poraniem. "Wspólny spisek", jakim było wspólne działanie seksualne, po rozejściu się młodych ludzi staje się bolesnym sekretem, który należy ukryć. W kolejny związek emocjonalny młody człowiek wchodzi z poczuciem winy i pewną obawą, aby jego partner nie dowiedział się "o tym".

Obserwacja życia pokazuje, że mężczyźni z nieuporządkowanym życiem seksualnym szukają zwykle dwóch typów kobiet. Pierwszy typ kobiet, z którymi nawiązują szybkie i łatwe kontakty seksualne, traktują bardzo przedmiotowo. Ale okazuje się, że to nie spośród tych "łatwych" kobiet wybierają partnerki na całe życie. Takie dwulicowe podejście do kobiety jest oczywiście krzywdzące dla obu stron: dla samych mężczyzn jak i dla kobiet. Największymi ofiarami takich związków małżeńskich są jednak dzieci. Ten typ mężczyzny nie

gwarantuje bowiem żadnej stabilności życia rodzinnego. Brak wierności seksualnej czyni bowiem męża (żonę) niezdolnym do głębokich więzi emocjonalnych ze swoimi dziećmi. Więzy te bywają wówczas płytkie i powierzchowne.

W Polsce nierzadkim zjawiskiem jest zawieranie związków małżeńskich pod presją czasu i środowiska społecznego. Młodzi "chodzący ze sobą" rozpoczynają życie seksualne bez liczenia się z oczywistymi jego konsekwencjami: z rodzicielstwem. Skutkiem podejmowania działania seksualnego jest, mówiąc prosto, poczęcie nowego życia. I fakt ten "zmusza" często młodych ludzi do zawarcia związku małżeńskiego w ciągu kilku miesięcy. Tak wiążą się ze sobą "aż do śmierci", chociaż najczęściej są nieprzygotowani nie tylko do życia małżeńskiego, ale do życia w ogóle. Tragiczne konsekwencje tego lekkomyślnego traktowania najpoważniejszych spraw ludzkiego życia, dają o sobie znać bardzo szybko. Kiedy małżeństwo zawierane jest pod presją opinii ludzkiej i czasu, wówczas bardzo łatwo staje się bolesną pomyłką.

6. Język ciała

"Czy pieszczoty są dozwolone? Czy można się całować?" - oto pytania, które często zadają młodzi ludzie. Możemy powiedzieć, iż osoby zakochane w sobie mogą uczyć się powoli i delikatnie korzystania z języka ciała, z języka dotyku. Dotyk jest rodzajem mowy, którą można posłużyć się dla przekazania własnych przeżyć. Sposób używania języka ciała, języka dotyku będzie w dużym stopniu zależał od głębi związku emocjonalnego. Język dotyku winien być używany stopniowo w miarę wzrostu wzajemnej relacji narzeczeńskiej tak, aby wyrażał on pełną prawdę o istniejącym związku.

Ale podobnie jak słowami, tak również i językiem ciała można kłamać. Kłamstwo języka dotyku polega na tym, iż opowiada on o tym, co po prostu nie istnieje w rzeczywistym związku emocjonalnym. Kiedy np. nastolatki podejmują współżycie seksualne, jest to oczywiście "jedno wielkie kłamstwo" ich wzajemnej relacji, ponieważ język współżycia mówi o wzajemnym dożgonnym oddaniu się, o odpowiedzialności za siebie nawzajem, za nowe życie, czego w ich akcie seksualnym po prostu nie ma.

Pod wpływem gwałtownego "rzucenia się w seks" wygasa zwykle fascynacja uczuciowa i rośnie pożądanie fizyczne. Kiedy fascynacja zmysłowa przerasta fascynację uczuciową, wówczas - przy minimalnej nawet wrażliwości duchowej - rodzi się u obu stron poczucie winy. Podświadomie czują oni bowiem, iż są po prostu nieuczciwi, zarówno wobec własnego sumienia jak też wobec "drugiej strony", nieuczciwi wobec rodzącej się dopiero wzajemnej miłości. Ich gesty seksualne kłamią, ponieważ przerastają ich wzajemną miłość oraz możliwość podjęcia wzajemnej odpowiedzialności za siebie i za nowe życie. Kłamstwa natomiast nigdy nie zbliżają ludzi do siebie, ale różnią ich między sobą i oddalają od siebie.

Sposób używania języka dotyku będzie w dużym stopniu zależał od wrażliwości seksualnej obydwu stron. Używając języka ciała trzeba

mieć świadomość, w jaki sposób dotyk wpływa na budzenie się potrzeb, pragnień i napięć seksualnych. Jeżeli u jednej ze stron istnieje ogromna pobudliwość seksualna, ponieważ sfera seksualna jest bardzo rozbudzona, wtedy język ciała powinien być używany bardzo delikatnie i bardzo ostrożnie.

Aby język ciała był prawdziwy, obie strony winny mówić o tej samej rzeczywistości. I tak na przykład dziewczyna szukając dotyku może szukać tylko czułości, ciepła emocjonalnego, natomiast obce może być jej dążenie do współżycia seksualnego. Natomiast chłopiec w tym samym czasie może szukać podniecenia seksualnego i mniej lub bardziej świadomie oczekiwać, że ten delikatny język ciała może przerodzić się w pełne współżycie seksualne. Nawet delikatne gesty ciała mogą być odbierane przez jedną stronę po prostu jako zaproszenie do głębszych kontaktów seksualnych, o ile brak jest wcześniejszego wyraźnego i jednoznacznego porozumienia w sprawie posługiwania się językiem ciała.

Przy braku pełnej harmonii emocjonalnej i duchowej język ciała może być bardzo dwuznaczny i niejasny. Stąd też może on być jedynie uzupełnieniem dla innych sposobów komunikowania się i wzajemnej jedności. Język ciała wyraża nie tylko jedność emocjonalną pomiędzy chłopcem a dziewczyną, ale także system wartości, którymi oni się kierują.

Na pytanie, które często jest zadawane przez młodych ludzi: "Czy wolno się całować?" nie ma odpowiedzi jednoznacznej i prostej. Wszystkie gesty winny być dostosowane do istniejącej więzi emocjonalnej oraz stopnia odpowiedzialności osobistej za siebie nawzajem i za nowe życie. Wraz ze wzrostem więzi emocjonalnej oraz wzrostem stopnia odpowiedzialności, język ciała będzie dostosowywał się do nowej sytuacji. Kiedy młodzi ludzie decydują się na związek narzeczeński, który posiada duże prawdopodobieństwo stania się małżeństwem, język ciała może być wyraźniejszy, jaśniejszy i częściej używany. Język ciała tego okresu może jakby zapowiadać pełne oddanie się sobie, które niedługo stanie się faktem. Ale również i w tym wypadku sposób używania języka ciała winien być połączony z panowaniem nad sobą, które każe liczyć się z wrażliwością seksualną obu stron i nie przekraczać granicy zbliżenia małżeńskiego.

Do dobrego korzystania z języka ciała konieczna jest wzajemna znajomość psychologii seksualnej oraz stopnia wrażliwości seksualnej własnej i drugiej strony. Wkraczanie narzeczonych w sfery erogenne, które stają się źródłem silnych napięć seksualnych, sprawia, że ich wzajemne spotkanie może być pełne napięcia nie tylko seksualnego, ale także emocjonalnego. I zamiast cieszyć się wzajemną obecnością, atmosferą serdeczności i wzajemnej życzliwości, wspólną wymianą myśli, będą wówczas raczej walczyć z niepokojem nie tylko seksualnym, ale także psychicznym.

Delikatne, dostosowane do wrażliwości seksualnej obu stron, posługiwanie się językiem ciała w okresie narzeczeńskim jest ważne, ponieważ w ten sposób przyszli małżonkowie uczą się podstawowej dla małżeństwa formy komunikacji, jaką jest kontakt fizyczny. W psychologii małżeńskiej podkreśla się, że we współżyciu małżeńskim

istotny jest nie tylko sam akt seksualny, ale właśnie dawanie sobie wzajemnego ciepła, oparcia, przekazywanie sobie życzliwości i uczuć językiem kontaktu fizycznego. Potrzeba komunikacji małżeńskiej językiem ciała jest jakby wpisana w ludzką seksualność. Podobnie jak człowiek w okresie dzieciństwa musi się dopiero nauczyć artykułować poszczególne słowa, zdania, aby móc płynnie mówić, podobnie również narzeczeni, później małżonkowie muszą stopniowo i powoli nauczyć się mówić własnym językiem ciała.

7. "Jesteś kimś jedynym w moim życiu"

"Niekiedy słyszy się opinie, iż przedmałżeńskie doświadczenia seksualne (szczególnie u mężczyzn) ułatwiają dopasowanie się seksualne w małżeństwie. Co sądzić o takich opiniach?" - pyta w przeprowadzonej ankiecie nt. wychowania seksualnego pewien nastolatek.

Można powiedzieć, że jest odwrotnie. Właśnie brak przedmałżeńskiego doświadczenia seksualnego z obydwu stron ogromnie ułatwia dopasowanie seksualne w małżeństwie. Wyłączność w miłości małżeńskiej w sposób szczególny obejmuje właśnie dziedzinę współżycia seksualnego. Ta najbardziej intymna forma komunikacji międzyosobowej w małżeństwie zostaje zarezerwowana dla tej jednej jedynej osoby, którą wybiera się jako towarzysza na całe życie. Brak potrzeby ukrywania czegokolwiek w dziedzinie seksualnej przed żoną czy mężem daje ich wzajemnemu spotkaniu niezwykłą emocjonalną i duchową przejrzystość. Zapewnienia: "Jesteś kimś jedynym w moim życiu" są wówczas wyrazem całkowitego wzajemnego oddania się sobie. Brak doświadczeń seksualnych ułatwia dopasowanie się seksualne w małżeństwie, ponieważ nie ma jeszcze wytworzonych odruchów seksualnych u obu stron. Pewna nieśmiałość, "nieumiejętność" działania seksualnego pomaga uwrażliwiać się na potrzeby seksualne drugiego.

Kiedy mężczyzna wchodzi w małżeństwo z dużym doświadczeniem seksualnym, wówczas współżycie małżeńskie może być nie tylko bardzo trudne, ale nawet bolesne dla obu stron, szczególnie dla kobiety. Akt seksualny, w którym najważniejsza jest sprawność techniczna, powoduje swoistą dehumanizację ludzkiej seksualności.

"Milczenie seksualne", brak głębokiego zaangażowania sfer erogennych w okresie narzeczeńskim daje możliwość koncentracji na tym, co w języku ciała jest najbardziej delikatne i subtelne. Mocne przeżycie seksualne powoduje zagłuszenie tej delikatnej mowy dotyku. Stąd też szybkie przejście do współżycia seksualnego może sprawić, iż narzeczeni, a później małżonkowie nigdy nie nauczą się subtelnej i delikatnej "rozmowy" przy pomocy języka ciała, dzięki której mogą sobie ofiarowywać wzajemną akceptację i miłość.

Milczenie seksualne kończy się jednak poprzez zawarcie związku małżeńskiego. Współżycie seksualne staje się wówczas językiem miłości. Harmonijne życie seksualne w małżeństwie jest ważnym, choć nie jedynym znakiem integracji seksualnej małżonków. Innym, może znacznie wyraźniejszym, jest ich dojrzałe i odpowiedzialne

rodzicielstwo, które dopełnia i jakby koronuje sens małżeńskiej integracji seksualnej.

8. Inicjacja seksualna

Inicjacja seksualna, pierwsze pełne współzycie seksualne, jest dla obu stron, mężczyzny i kobiety, zwykle głębokim i mocnym przeżyciem emocjonalnym. Jest bowiem wzajemnym odkrywaniem "pełnej tajemnicy seksualnej" przez całkowite przekroczenie progu naturalnej wstydlivości, jest pierwszym pełnym fizycznym "otwarcie się na drugiego".

Inicjacja seksualna na ogół wiąże się jednak z wieloma obawami i lękami, szczególnie ze strony kobiety. Podkreśla to w ankietach wiele dziewcząt. Stąd też w inicjacji seksualnej tak ważne jest doświadczenie bliskości emocjonalnej, poczucie bezpieczeństwa, które może dać tylko trwały związek małżeński. Może ona rzucić światło lub cień na całe przyszłe życie seksualne.

Jeżeli inicjacja seksualna podjęta jest w sposób przypadkowy pozostaje zwykle bolesnym wspomnieniem. Jest ona również przykrym doświadczeniem, kiedy staje się pewną formą manipulacji drugim człowiekiem (np. "upust" dany ciekawości seksualnej, sprawdzenie własnej męskości lub kobiecości, próba zatrzymania drugiej osoby przy sobie). Jest to wówczas perła wyrzucona na śmietnik wielu innych przykrych i bolesnych wspomnień. Im więcej nieprawdy jest w pierwszym współzyciu seksualnym, tym wstydliviej i boleśniej się je wspomina.

Zawsze wielką łaską jest, jeżeli młodzi małżonkowie mogą powiedzieć sobie poprzez pierwsze współzycie seksualne, które jest jednocześnie ich wzajemną inicjacją seksualną: "Jesteś kimś jedynym w moim życiu i pragnę, abyś nim pozostał". Inicjacja seksualna staje się wówczas niezwykłym darem, jaki mogą sobie ofiarować młodzi ludzie.

9. Wspólne otwarcie się na miłość Boga

Osoby, które w związku narzeczeńskim, małżeńskim pragną kochać ofiarnie i z całym oddaniem, szybko dochodzą do granic swoich ludzkich możliwości. Granice te zakreśla słabość ludzkiej natury: egoizm, zmienność nastrojów i uczuć, osobiste zranienia doznane w ciągu życia. Człowiek pragnąc kochać bliźniego całym sercem, dość szybko odkrywa w sobie samą jakąś fundamentalną niezdolność do całkowitego oddania się w miłości. Ma to miejsce szczególnie wówczas, kiedy miłość nie zostaje odwzajemniona. Uświadamiając sobie tę niezdolność, człowiek doświadcza wówczas potrzeby otwarcia się na transcendencję, otwarcia się na Boga, który mógłby go uzdolnić do prawdziwej miłości. Otwarcie na Boga jest otwarciem się na absolutną miłość. Uczestnictwo w miłości Boga daje możliwość wytrwania w każdej ludzkiej miłości: w miłości narzeczeńskiej, małżeńskiej, rodzicielskiej. Sam Bóg objawia się człowiekowi jako dawca i źródło naszej prawdziwej miłości (por. 1 J 4,16).

Dotykanie granic ludzkiej miłości dokonuje się także poprzez

rozczarowania miłością kochanej osoby. Realizm życia pozwala dość szybko odkryć, że "ten drugi", który "mnie" kocha i którego "ja" pragnę kochać, jest tak samo słabym, ograniczonym człowiekiem jak "ja sam". Jest rzeczą bolesną przekonać się w końcu, że człowiek, którego kochamy i który nas kocha, nie może do końca spełnić naszych pragnień i oczekiwań. I odwrotnie. Boli nas także świadomość, że my również nie możemy zrealizować wszystkich pragnień i potrzeb człowieka, który nam się powierzył i nam zaufał. To właśnie bolesne doświadczenie posiada swoje ogromne znaczenie dla rozwoju miłości narzeczeńskiej i małżeńskiej. Dzięki niemu małżonkowie mogą doświadczyć ograniczoności każdej ludzkiej miłości oraz potrzeby otwarcia się na źródło wszelkiej miłości: na Boga.

Tak więc nie tylko doświadczenie Boga prowadzi małżonków do pełniejszej miłości małżeńskiej, ale także doświadczenie miłości małżeńskiej otwiera ich na Boga. Małżonkowie żyjący prawdziwą miłością, w miarę wewnętrznego duchowego rozwoju dochodzą do przekonania, że ponad starania o wypełnienie swoich wzajemnych pragnień i upodobań winni postawić dążenie do wypełnienia pragnień Tego, od którego pochodzi także ich miłość małżeńska. I w ten sposób małżeństwo staje się miejscem szukania i znajdowania Boga i Jego woli. Bóg, który jest źródłem i gwarantem ich ludzkiej miłości, wzywa ich, aby razem zdążali do Niego. Według zamiaru Bożego małżeństwo jest drogą do Boga. Mąż dany jest żonie jako towarzysz w drodze do Boga. Tak samo żona dana jest mężowi jako pomoc w szukaniu Stwórcy. W życiu małżeńskim dążenie do Boga dokonuje się poprzez wzajemne oddanie się sobie. Żona szuka Boga nie tylko wspólnie ze swoim mężem, ale także w swoim mężu. I odwrotnie. Mąż szuka Pana Boga nie tylko razem ze swoją żoną, ale także w swojej żonie. Im prawdziwsza jest ich miłość, tym pełniej i głębiej prowadzi ona do miłości Boga odkrywanego w sobie nawzajem.

To wspólne zmierzanie do Boga winno wyrażać się również w konkretnych znakach. Z pewnością jednym z takich znaków może być wspólna modlitwa. Jeżeli małżonkowie wspólnie żyją, wspólnie się martwią, cieszą, cierpią, jeżeli wspólnie wychowują swoje dzieci, to przecież jest rzeczą bardzo naturalną, że mogą się wspólnie modlić. Wewnętrzna kruchość i ograniczenia człowieka sprawiają, że nawet najbardziej kochający się ludzie ranią siebie nawzajem. Nieporozumienia, różnice zdań, to "codzienny chleb" najlepszych nawet małżeństw. Wspólna modlitwa staje się dla małżonków miejscem wzajemnego przebaczenia sobie wszystkiego. Dobre małżeństwo nie unika konfliktów, ale podchodzi do nich w sposób dojrzały, rozwiązuje je poprzez wzajemne zrozumienie siebie i akceptację odmienności.

10. Płodność w miłości małżeńskiej

Wzajemne oddanie się sobie staje się w małżeństwie źródłem nowego życia. To nowe życie rodzi się jako owoc miłości i jest nieustannym "świadkiem" wzajemnej miłości małżeńskiej. Płodność fizyczna ma swój głęboki sens tylko wówczas, kiedy złączona jest z płodnością emocjonalną i duchową. "Zrodzenie co do ciała oznacza

początek dalszego <<rodzenia>>, stopniowego i wielostronnego rodzenia poprzez cały proces wychowania." Dziecko może wzrastać na dojrzałego człowieka, "nabierać mocy, napępniać się mądrością" (por. Łk 2, 40) tylko dzięki świadectwu wzajemnej miłości swoich rodziców. W psychologii rozwojowej podkreśla się, że zaburzenia w rozwoju emocjonalnym dzieci mają swoje źródło w braku miłości i bezpieczeństwa w rodzinie. Dziecko uczy się kochać swoje życie i oceniać je jako dobre i ważne, uczestnicząc we wzajemnej miłości swoich rodziców. Będąc świadkiem miłości rodziców zaczyna rozumieć, iż z miłością związany jest trud i ofiara. Naśladując wzajemne trudzenie się i ponoszenie ofiar swoich rodziców uczy się kochać.

Podkreślmy, iż płodność emocjonalna i duchowa domaga się wzajemnej miłości rodziców. Oddzielna miłość matki i ojca do dziecka nie tylko nie zaspokaja jego potrzeby miłości, ale może nawet głęboko ranić dziecko. Ma to miejsce szczególnie wówczas, kiedy rodzice skłóceni ze sobą rywalizują o uczucia dziecka. Rodzice wychowują swoje dzieci poprzez wzajemną miłość. Podobnie jak poprzez wspólny akt seksualny dają życie fizyczne, tak również poprzez wspólną miłość przekazują dziecku chęć do życia i wiarę w życie. Jeżeli dziecko nie jest kochane przez rodziców, nie ceni wówczas swego życia.

Wzajemna miłość rodziców staje się dla dziecka świadectwem prawdziwej miłości. Dziecku potrzebna jest zarówno miłość ojca jak i miłość matki. W miłości matki dziecko otrzymuje bezwarunkową akceptację, ciepło, życzliwość. W miłości ojca natomiast otrzymuje ono oparcie, poczucie bezpieczeństwa i wiarę w trwałość tej miłości. Ta wzajemna miłość, w której uczestniczy dziecko, posiada apostolski wymiar. Ona konieczna jest dziecku nie tylko w okresie wczesnego dzieciństwa, ale także w okresach późniejszych: w okresie dorastania i młodości.

Młody człowiek z niemałym trudem szuka autentycznych wartości. Przechodzi przez wewnętrzne kryzysy. We wzajemnej miłości swoich rodziców może on odnaleźć ogromne oparcie i poczucie bezpieczeństwa. Z pomocą miłości swoich rodziców może łatwiej stawić czoła wszystkim niebezpieczeństwom związanym z tym trudnym okresem, jakim jest wyjście z czasu dzieciństwa i wchodzenie w życie dorosłe.

Podkreślana przez młodego człowieka potrzeba niezależności wyraża najczęściej nie tyle chęć całkowitego oderwania się od rodziców i przekreślenia ich miłości, ale raczej potrzebę samodzielnego potwierdzenia się w życiu poprzez nawiązanie nowych, pozarodzinnych relacji oraz poprzez samodzielne działanie. W miarę dorastania dziecka jego zależność od rodziców winna stopniowo przechodzić od całkowitej zależności i posłuszeństwa do coraz bardziej samodzielnego i odpowiedzialnego decydowania o sobie.

"Wyjście dziecka z domu" jest dla rodziców, szczególnie dla matki, momentem trudnym i bolesnym. Ten ból i trud bywa uśmierzany wzajemną miłością małżeńską. Jeżeli jednak zostają zakłócone relacje między samymi rodzicami, to zawsze zakłócone są w jakiś sposób relacje między dziećmi a rodzicami. Utrudnione jest wówczas także wyjście dziecka z domu.

Poprzez wzajemną miłość rodzice przekazują dziecku nie tylko ludzkie wartości, ale także uczą je postawy głębokiego zaufania i powierzenia się Bogu. Wzajemna miłość rodziców jest pierwszym fundamentem prawdziwej miłości człowieka do Boga. Zranienie w zaufaniu do własnych rodziców rzuca zawsze jakiś cień na zaufanie człowieka do Boga.

Sam Bóg objawiając swoją miłość do człowieka odwołuje się do ludzkiej miłości, zwłaszcza do miłości rodzicielskiej. Biblia wiele razy mówi, że Bóg kocha nas jak matka i ojciec (por. Oz 11,1nn). Jezus każe nam nazywać Boga naszym Ojcem. Najpiękniejsza modlitwa, której nas nauczył, rozpoczyna się od słów: "Ojcze nasz". Kochający się wzajemnie rodzice dają więc dzieciom nie tylko świadectwo miłości ludzkiej, ale także świadectwo miłości samego Boga. Rodzice są dla dziecka obrazem Boga. Słowa Księgi Rodzaju: "Stworzył więc Bóg człowieka na swój obraz, na obraz Boży go stworzył: stworzył mężczyznę i niewiastę" (Rdz 1,27) zostają najpełniej wcielone w życie właśnie poprzez miłość rodzicielską. W obrazie własnych rodziców dziecko odnajduje obraz Boga. W ich miłości odkrywa zdolność do przyjmowania i dawania miłości innym.

11. Płodność przypadkowa i niechciana

Płodność fizyczna przypadkowa i niechciana, odizolowana od płodności duchowej i emocjonalnej, może stać się źródłem wielu cierpień i zranień nie tylko dla samych rodziców, ale przede wszystkim dla ich dzieci. Dzieci niechciane czują się głęboko skrzywdzone.

Skrzywdzenie poczętego z płodności przypadkowej i niechcianej człowieka idzie niekiedy tak daleko, iż zostaje mu odebrane życie. Aborcja ma miejsce najczęściej wtedy, kiedy fizyczna płodność jest przypadkowa i niechciana. Aborcja, jako rozwiązanie problemu niechcianej ciąży, bywa jednak brana pod uwagę przede wszystkim przez tych rodziców, którzy mają w sobie jakiś niedorozwój osobowy wyrażający się w niedorozwoju instynktu ojcowskiego i macierzyńskiego. Integralnie rozumiane wychowanie seksualne winno polegać także na rozwijaniu instynktu rodzicielskiego. Aborcja jest bardzo łatwym rozwiązaniem problemu przypadkowo poczętego życia. Powszechność tego zjawiska młody człowiek kojarzy często z jego małą szkodliwością.

Aborcja jest jednak nie tylko problemem pojedynczych osób czy też rodzin, ale także palącą kwestią społeczną i polityczną w wielu krajach. Jan Paweł II mówi o "dewiacji" prawa w wielu państwach, które stwierdza: "masz prawo zabijać, czy nawet powinieneś zabijać". "Niestety, w historii naszego stulecia taka dewiacja stała się rzeczywistością. W sposób demokratyczny dochodziły do władzy siły polityczne, które wydawały ustawy sprzeczne z prawem do życia, jakie posiada każdy bez wyjątku człowiek, a czyniły to w imię obłędnych racji, na przykład eugenicznych, etnicznych lub też innych. (...) Towarzyszy im, niestety, szerokie przyzwolenie lub zgoda opinii publicznej."

Proaborcyjne ustawodawstwo niektórych państw oraz "przyzwolenie opinii publicznej" sprawiają, iż wiele osób odbiera przerwanie ciąży jako "drobny zabieg". Tymczasem zabicie własnego dziecka jest jakimś zabiciem własnego rodzicielstwa - macierzyństwa, ojcostwa. Doświadczenie pokazuje, iż aborcja pozostawia głęboką ranę emocjonalną i duchową tak w życiu kobiety jak i mężczyzny biorącego w niej udział. Macierzyństwo i ojcostwo od chwili przerwania ciąży jest w jakiś dramatyczny sposób naznaczone śmiercią. Nie może ono odzyskać tej przejrzystości i czystości, jaka winna łączyć dziecko z matką - z ojcem. Dzieci żyjące w rodzinie, w której dokonano przerwania ciąży, w jakiś sposób żyją w cieniu śmierci swojego nienarodzonego rodzeństwa. Dzieje się tak nie tylko wówczas, kiedy wiedzą one o fakcie przerwania ciąży, ale także wówczas, kiedy ta "ciemna tajemnica" pozostaje sekretem rodziców.

Kiedy do świadomości i emocjonalności kobiety dochodzi w końcu przekonanie, iż odebrała życie własnemu dziecku, nawet jeżeli zostało ono poczęte w sposób przypadkowy, przeżywa nierzadko prawdziwy szok i koszmar. I w ten sposób wiele kobiet doświadcza tego, co w prostej sentencji zawarł założyciel Drogi Neokatechumenalnej, Kiko Argüello: "Chcesz mieć piekło na ziemi, zabij człowieka".

B. WYCHOWANIE DO CELIBATU

Po omówieniu zagadnienia wychowania do małżeństwa, przejdźmy następnie do problemu wychowania do celibatu. Powołanie człowieka do życia w miłości realizuje się bowiem nie tylko w miłości narzeczeńskiej, małżeńskiej, rodzicielskiej, ale także w celibacie przyjętym dobrowolnie ze względu na Królestwo niebieskie.

1. Celibat a powołanie do miłości

Celibat można określić jako formę kochania, która wyklucza jednak miłość erotyczną. Jeżeli człowiek rezygnuje z tak bardzo naturalnej formy kochania, jaką jest małżeństwo, to jego decyzja może być usprawiedliwiona tylko wówczas, kiedy podjęta jest ze względu na miłość pełniejszą. "Bez głębokiej miłości ku Chrystusowi celibat (...) traci całe swe znaczenie." Możemy powiedzieć, iż autentyczne pragnienie celibatu rodzi się nie z braku miłości, ale jest raczej owocem "obfitej miłości". Życie w celibacie nie może być wyrazem ucieczki i lęku przed ludzką miłością, wyrazem egoizmu, który nie chce podjąć się trudów życia małżeńskiego. "Wybór celibatu nie może wynikać z lekceważenia małżeństwa ani z takim lekceważeniem się wiązać."

Celibat obrany jako pełniejsza forma kochania, jest charyzmatem. Jest szczególnym powołaniem i darem samego Boga. Nie wszystkim ten charyzmat jest dany. Jezus powie, że "są tacy bezzenni, którzy dla Królestwa niebieskiego sami zostali bezzenni. Kto może pojąć, niech pojmuje!" (Mt 19, 12). Wartość celibatu wypływa więc z motywacji, dla której zostaje wybrany - dla Królestwa niebieskiego. Aby autentycznie żyć celibatem nie wystarczy więc przyjąć go jako warunku koniecznego,

np. do kapłaństwa, czy do życia zakonnego. Kapłan, zakonnik czy zakonnica winni odkryć w celibacie dar, którego pragną ze względu na Królestwo Boże. Aby celibat był autentycznym i prawdziwie świadczą o wartościach religijnych, nie może być nigdy zwykłą negacją lub ucieczką od seksualności.

Chociaż celibat jest szlachetnym zamiarem człowieka, który pokazuje jego wielką hojność wobec Boga i ludzi, to jednak jego realizacja często bywa daleka od idealistycznie pojmowanej czystości seksualnej. Decydując się na życie w celibacie "dla Królestwa niebieskiego" nie stajemy się przez to bezcielesnymi aniołami. Człowiek jako mężczyzna i kobieta posiada nadal te same potrzeby i ludzkie pragnienia. Decyzja życia w celibacie nie wyklucza ludzkiego pragnienia bycia jedynym w życiu wybranej osoby, pragnienia kochania także w sposób cielesny. Te uczucia i pragnienia człowieka nie są negacją życia w celibacie. Winny być jednak tak ukierunkowane, by nie blokowały nowej formy kochania i nie koncentrowały na sobie całej życiowej energii. Życie w celibacie nie oznacza wyzbycia się uczuć, pragnień i energii związanych z ludzką miłością i seksualnością, ale ich sublimację.

Oczywiście zakłada to odpowiednią formę wychowania. Człowiek pragnący podjąć drogę życia w ewangelicznej czystości winien być świadom swoich własnych zranień, ograniczeń w dziedzinie seksualnej, aby nie popaść w pułapkę jakiegoś romantycznego i nierealistycznego pojmowania celibatu, który bardziej może wyrażać ucieczkę od życia, niż stać się świadectwem Królestwa Bożego. Oczywiście nie znaczy to, że celibat jest przez wszystkich przeżywany bardzo problematycznie i konfliktowo. Istnieje wielu ludzi, którzy bez większych napięć, pełni pokoju i harmonii ducha realizują ideał bezżenności dla Królestwa niebieskiego. U takich osób obserwuje się jakąś wielką naturalność w traktowaniu wszystkich spraw życia, także spraw związanych z ludzką miłością i seksualnością.

2. Samotność w celibacie

Człowiek podejmujący celibat winien sobie uświadomić, że z jego stanem życia będzie związana samotność, nieraz bardzo bolesna. Ona właśnie może stać się miejscem szczególnego spotkania człowieka z Bogiem. O ile dla małżonków szczególnym miejscem spotkania z Bogiem jest ich miłość małżeńska i rodzicielska, to dla człowieka żyjącego w celibacie tym miejscem szczególnym jest wewnętrzna samotność. Celibat posiada wartość dla Królestwa niebieskiego tylko wówczas, kiedy w pustkę, jaka powstaje po rezygnacji z zawarcia małżeństwa i założenia rodziny, człowiek wprowadza Boga. "Człowiek bezżenny troszczy się o sprawy Pana, o to, jak się podobać Panu" (1 Kor 7, 32).

W celibacie człowiek dobrowolnie wyrzeka się należenia do jednej osoby: do jednej kobiety, do jednego mężczyzny, aby móc należeć tylko do Boga. Kiedy dwoje ludzi mówi sobie przed Bogiem: "biorę sobie ciebie za męża, za żonę i ślubuję ci miłość, wierność i uczciwość małżeńską", to tym samym wyrażają pełne oddanie się sobie nawzajem.

Nic ich odtąd nie może oddzielić "aż do śmierci".

Podobnie celibat dla Królestwa niebieskiego wyraża pragnienie bezwarunkowego oddania się Chrystusowi: "aż do śmierci". Wyrażenie "aż do śmierci" w celibacie, podobnie jak w małżeństwie, nie oznacza tylko samej śmierci fizycznej, ale także "śmierć" dla swoich najbardziej ludzkich potrzeb, pragnień związanych z ludzką miłością. Dokonuje się to jednak za cenę ofiary z siebie, ukrzyżowania siebie z Chrystusem. Dawniej dobrze wyrażał to symboliczny obrzęd nakrycia czarnym całunem osób składających wieczystą profesję zakonną. Świadome i dobrowolne przyjęcie celibatu z punktu widzenia ludzkiego jest jakimś "szaleństwem", "Bożym szaleństwem". Braku i pustki, jaka pozostaje po wyrzeczeniu się całkowitego należenia do jednej kobiety, do jednego mężczyzny nie można niczym i nikim zapełnić. "Dziewictwo jest bez wątpienia rezygnacją z formy miłości typowej dla małżeństwa, ale dzieje się to właśnie w celu głębszego podjęcia ofiarniczego otwarcia na innych, wpisanego w seksualność".

Dobra wspólnota czy też głębsze przyjaźnie mogą być wielką pomocą w zachowaniu celibatu, ale nie mogą usunąć z życia doświadczenia bolesnej samotności. Człowiek żyjący w celibacie winien więc kierować swoimi uczuciami i ofiarować je Bogu. I w ten sposób samotność, pustka powstała na skutek odmowy kochania ludzką miłością, staje się szkołą większej miłości Boga i ludzi. "Aby żyć sam na sam z Bogiem w celibacie musisz - stwierdza T. Merton - naprawdę żyć w samotności, a nie zniesiesz jej z pewnością, jeżeli tęsknota za nią zrodziła się z zawiedzionego pragnienia ludzkiej miłości. Mówiąc bez ogródek, próba spędzenia życia w klasztorze (celibacie) musi okazać się beznadziejna, jeżeli masz tam gryźć się myślą, że nikt cię nie kocha. Musisz umieć pomijać całą tę dziedzinę ludzkich uczuć i po prostu ukochać cały świat w Bogu obejmując wszystkich bliźnich tą samą czystą miłością, nie żądając od nich żadnych dowodów przywiązania i nie dbając o to, czy ich kiedykolwiek doznasz. Jeżeli sądzisz, że jest to łatwe, zapewniam cię, że się bardzo mylisz."

Jednym z poważnych zarzutów, z jakim spotyka się dzisiaj celibat jest to, iż zuboża on ludzką osobowość. Doświadczenie nie potwierdza jednak tych zarzutów. Celibat podjęty dobrowolnie i przeżywany ze względu na wyższą wartość, Królestwo Boże, nie tylko nie kępuje i nie zuboża miłości człowieka, ale czyni go bardziej wolnym i dzięki temu wzbogaca jego sposób kochania. Sobór Watykański II stwierdza, że "czystość w sposób szczególny daje wolność ludzkiemu sercu, by bardziej rozgorzało miłością do Boga".

Celibat "o ile spełnia ten niezbędny warunek, że przyjmuje się go w pokorze, radości i stałości ducha jako dar od Boga, a równocześnie przeżywa się jako ofiarę złożoną Bogu, nie tylko nie zuboża osobowości, nie przeszkadza w nawiązywaniu kontaktów oraz dialogu z innymi ludźmi, lecz przeciwnie - wzbogaca sferę uczuć, jednoczy ludzi w sposób braterski i prowadzi do pełniejszej miłości".

Wyrzeczenie się wyłącznej miłości do jednego człowieka, choć jest brakiem przeżywanym mniej lub bardziej boleśnie, nie posiada

tylko negatywnego charakteru. Jest ono bowiem jednoczesnym otwarciem się na miłość większą, bardziej powszechną. "Każdy, kto dla mego imienia opuści dom, braci lub siostry, ojca lub matkę, dzieci lub pole, stokroć tyle otrzyma i życie wieczne odziedziczy" - mówi Jezus (Mt 19, 29-30). Człowiek żyjący w celibacie dla Królestwa otrzymuje stokroć więcej braci, sióstr, dzieci nie tyle do posiadania, ile do miłowania (por. Mk 10, 29-30).

3. Istota wychowania do celibatu

Zauważmy najpierw, iż wychowanie do celibatu domaga się integracji seksualnej może w sposób bardziej radykalny niż wychowanie do małżeństwa. O ile bowiem można zawrzeć związek małżeński także wówczas, kiedy integracja seksualna jest może bardziej pragnieniem narzeczonych, niż zrealizowaną w rzeczywistości, o tyle ostateczne przyjęcie celibatu (np. przez święcenia kapłańskie czy też śluby wieczyste) domaga się bardzo wyraźnych znaków integracji seksualnej, przynajmniej w jej początkowej fazie.

Wychowanie do celibatu nie może być budowane na ucieczce od własnej seksualności czy też jej lekceważeniu. Nie może też wiązać się ono z wpajaniem lęku przed seksualnością płci odmiennej. Gdyby wychowanie do celibatu opierało się na jakiejś "strategii obronnej", której celem byłoby unikanie wszelkich trudności w tej dziedzinie, to wówczas ostateczna decyzja, np. przyjęcie święceń kapłańskich lub złożenie ostatecznych ślubów, mogłaby być podejmowana bez rzeczywistej świadomości, czym jest dojrzałe życie w bezżenności.

Jeżeli młody człowiek wystawiony w naturalny sposób na próbę, odstąpiłby od postanowienia życia w celibacie z powodu jakichś doświadczeń emocjonalnych czy seksualnych, to tym lepiej, jeżeli zrobi to przed podjęciem ostatecznej decyzji. Nie chodzi jednak o sztuczne wystawianie kandydata do celibatu na ryzyko, ale o życie w normalnych, ludzkich warunkach, w których spotykamy się zarówno z mężczyznami jak i kobietami.

Wychowanie do celibatu zakłada osobiste i głębokie angażowanie się w pełniejszą formę kochania. Z jednej strony chodzi o nawiązywanie bardzo intymnego, powiedzielibyśmy mistycznego kontaktu z Bogiem. Z drugiej zaś strony chodzi o rozwijanie pełniejszej, bardziej powszechnej miłości bliźniego. Miłość w celibacie jest powszechniejsza, gdyż nie jest zwrócona ku jednej tylko osobie. Celibat nie pozwala kochać drugiego człowieka miłością oblubieńczą, wyłączną. Szukanie i rozwijanie w sobie miłości wyłącznej do jednego człowieka jest zawsze pewną formą niewierności wobec celibatu także wówczas, kiedy nie jest ona związana z działaniem erotycznym i seksualnym.

Wychowanie do celibatu jest również wychowaniem do integracji seksualnej. I chociaż inne są zadania integracji seksualnej w małżeństwie, inne w celibacie, to jednak obie formy integracji domagają się od człowieka zaangażowania i pracy.

Wychowanie, czy może raczej samowychowanie, do celibatu nie będzie nigdy definitywnie zakończone. Celibat nigdy nie jest

wartością zdobytą raz na zawsze. Podjęcie ostatecznej decyzji życia w celibacie (święcenia kapłańskie, śluby zakonne) nie jest jednoczesnym zakończeniem wychowania do celibatu. Jest on wartością, którą realizuje się w nieustannych zmaganiach. "Nie jest to dar dany na początku życia duchowego raz na zawsze jako dojrzały i doskonały, ale jest to dar, który ma z dnia na dzień rozwijać się i doskonalić w ponawianych, być może ciężkich decyzjach. I w ten sposób coraz bardziej oczyszczać serce od niewystarczająco jeszcze wykrystalizowanych uczuć, by doprowadzić do całkowitego przyłgnięcia człowieka do Chrystusa przez miłość."

Dar celibatu, który człowiek pragnący służyć Bogu rozwija i doskonali z dnia na dzień, być może w ciężkich decyzjach, związany jest nierzadko z ludzką ułomnością i słabością. Człowiek decydujący się żyć w celibacie dla Królestwa niebieskiego nie przestaje podlegać pokusie koncentracji na swoich potrzebach, pragnieniach, wyobrażeniach seksualnych, pokusie powrotu do jakichś form autoerotyzmu, pokusie szukania kontaktów i doświadczeń erotycznych mających wypełnić samotność serca. Słabość i ułomność w dziedzinie celibatu jest dla człowieka często tym boleśniejsza, iż przychodzi jakby wbrew jego woli i wbrew pragnieniu coraz pełniejszego oddawania się Bogu. Najczęściej słabości w celibacie nie są jakby wprost szukane czy też zamierzone. Są one często wyrazem seksualnych zranień, które miały miejsce na długo przed decyzją życia w celibacie. Nierzadko bywa również i tak, że słabości w dziedzinie celibatu wynikają z innych głębszych zranień emocjonalnych wyniesionych również z wczesnego okresu życia. W takiej sytuacji rozwiązanie trudności w dziedzinie celibatu uzależnione jest od rozwiązania trudności zasadniczych.

W wypadku pojawiających się słabości i ułomności w dziedzinie celibatu konieczne jest dobre rozumienie siebie oraz zdrowa ocena własnego sumienia. Dziedzina seksualna jest podatna w sposób szczególny na psychologiczne poczucie winy. To dobre rozumienie siebie i zdrową ocenę własnego sumienia nabywa się w odpowiednio prowadzonym kierownictwie duchowym. Wielka szczerłość i otwartość w sprawach celibatu wobec kierownika duchowego (w wypadkach szczególnych także wobec przełożonych), jest dla człowieka pragnącego żyć w celibacie gwarantem uczciwego wcielania w konkretne życie wcześniej dokonanego wyboru. Encyklika Pawła VI *Sacerdotalis Caelibatus* zachęca młodych ludzi przygotowujących się do życia w celibacie, aby "wykształcili w sobie cnotę szczerłości właściwą świętej Ewangelii". Ta właśnie "cnota szczerłości" wyniesiona z okresu formacji, w razie pojawiających się trudności, będzie ogromną pomocą do stawiania sprawy jasno i otwarcie.

4. Pomoce do twórczego przeżywaniu celibatu

"Pamiętając o naszej ułomności towarzyszącej nieodłącznie rozwojowi czystej miłości od młodych lat aż do późnej starości nie możemy zapomnieć o zasadach ascetycznych ustalonych przez Kościół, których stosowania wymagają dzisiaj nie mniej niż dawniej

niebezpieczeństwa grożące czystości" (Pedro Arrupe). Ułomność towarzysząca nieodłącznie rozwojowi czystej miłości w dziedzinie celibatu nie może stać się powodem do rezygnacji i zniechęcenia, jak to nierzadko ma miejsce. Każda ułomność, także w dziedzinie celibatu, winna być wyzwaniem do wierniejszego korzystania z zasad wypracowanych w ciągu wieków przez pokolenia chrześcijan.

Pierwszym środkiem w rozwoju czystej miłości w celibacie jest głębokie życie modlitwy. Bez zażyłej, oblubieńczej więzi z Bogiem zachowanie celibatu staje się zadaniem przekraczającym siły człowieka. Doświadczenie pokazuje, że nic poza Bogiem nie jest w stanie ukoić do końca serca człowieka, które dobrowolnie pozbawia się miłości małżeńskiej i rodzicielskiej. Do dojrzałego zachowania celibatu niewystarczająca na dłuższą metę okazuje się, nawet idealistycznie pojęta, miłość bliźniego: przyjaźń, aktywność społeczna, działalność apostołska. Wszystkie te formy miłości są miejscem dawania siebie innym, ale one nie stają się nigdy same w sobie źródłem siły do zachowania celibatu. Tylko głębokie, intensywne życie modlitwy, mistyczne zjednoczenie z Jezusem Oblubieńcem może wypełnić ludzkie serce. Serce pełne miłości oblubieńczej do Chrystusa będzie w stanie panować nad nieustannie odradzającymi się potrzebami i pragnieniami związanymi z miłością erotyczną.

Innym bardzo ważnym środkiem do zachowania celibatu, jak już wspomnieliśmy, jest kierownictwo duchowe. Szczególnie w okresie formacji młody człowiek przygotowujący się do życia w celibacie nie umie jeszcze właściwie ocenić własnych przeżyć, rodzących się pragnień, potrzeb emocjonalnych i seksualnych, by nabrać do nich dystansu. Osoby pragnące żyć w celibacie są nierzadko, jak wielu innych ludzi, zranione w dziedzinie seksualnej. Dyskretna rozmowa z kompetentną osobą na temat własnych trudności i problemów może uchronić przed lękami lub też iluzjami, które tak łatwo wkradają się w tę ważną i delikatną dziedzinę życia ludzkiego, jaką jest ludzka miłość i seksualność. Adhortacja apostołska Jana Pawła II Pastores dabo vobis wskazuje na kierownictwo duchowe jako na zasadniczą pomoc w wychowaniu do celibatu: "Kierownik duchowy ma pomagać w samodzielnym podjęciu dojrzałej i wolnej decyzji (celibatu), której podstawą jest uznanie wartości przyjaźni oraz samokontroli, jak również akceptacja samotności oraz odpowiedni stan fizyczny i psychiczny."

Ale także po podjęciu ostatecznej decyzji kierownictwo duchowe jest wprost konieczne, szczególnie w sytuacji przeżywanych trudności i problemów w dziedzinie celibatu. Paniczny lęk przed rozmową na temat własnego celibatu jest zwykle znakiem represji seksualnej, która czyni człowieka niezdolnym do dojrzałego zachowania stanu bezżenności. Szczera rozmowa jest wówczas wprost konieczna. Pozwala ona uświadomić człowiekowi żyjącemu w celibacie bezsens dławienia swoich najbardziej ludzkich potrzeb i pragnień seksualnych. Człowiek żyjący w celibacie nie wyrzeka się swej seksualności jako takiej, ale wyrzeka się realizowania jej poprzez małżeństwo. Rozmowa człowieka zrepresjonowanego seksualnie z kierownikiem duchowym pokazuje mu, iż w rozwiązywaniu problemów seksualnych nie wystarczy jedynie odwołać

się do doraźnego wysiłku własnej woli. Konieczne jest sięgnięcie do najgłębszych przyczyn. Zdarza się bowiem, że zachowania seksualne mają swoje pozaseksualne korzenie.

Bardzo pomocnym środkiem w rozwoju czystej miłości od młodych lat aż do późnej starości jest także trud wiernego wypełnienia powierzonych obowiązków i zadań oraz przyjmowanie z pokorą ciężarów, które niesie z sobą samo życie. Wymaga to niewątpliwie od człowieka dużej wewnętrznej dyscypliny, ale właśnie ono pozwala nam ukierunkować wszystkie zasadnicze ludzkie energie ku służeniu Bogu i człowiekowi.

Szczególnie ważnym środkiem do zachowania i rozwoju czystości w celibacie jest pielęgnowanie życia wspólnotowego i głębokich przyjaźni. Sobór Watykański II podkreśla, że łatwiej jest zachować czystość, gdy panuje prawdziwa miłość braterska w życiu wspólnotowym. Istnieje ścisła współzależność pomiędzy rozwijaniem przyjaźni a wzrostem w czystości dla Królestwa niebieskiego. Przyjaźń w celibacie nie może jednak posiadać znamienia wyłączności. Nikogo nie chce posiadać tylko dla siebie ani też nikomu nie daje się zniewolić. Człowiek żyjący w celibacie jest wolny od związania się z jedną osobą, aby być pełniej dla wszystkich. Może z wielką wolnością, bez lęku i bez pewnej ciasnoty nawiązywać relacje ze wszystkimi, tak z mężczyznami jak i kobietami, nie kierując się jednak najpierw własnymi potrzebami i pragnieniami, ale przede wszystkim motywami Królestwa. Człowiek dojrzały żyjący w celibacie wolny jest również od złudnych iluzji, które bardzo łatwo tworzą się w dziedzinie ludzkiej miłości.

Osoba żyjąca w celibacie w relacjach z płcią przeciwną winna być świadoma tego, co dzieje się w świecie jej własnych uczuć jak i w świecie uczuć tych, z którymi jest związana. Niektórzy celibatariusze, podobnie zresztą jak ci, którzy żyją w małżeństwie, popełniają nieraz ten błąd, iż nie zdają sobie sprawy z uczuć, które budzą w innych swoim zachowaniem. Stwarzanie pozorów ofiarowania komuś stałego uczucia, zwłaszcza wówczas, gdy istnieje jakaś głęboka jego potrzeba, może być co prawda mało świadomym, ale jednak bardzo bolesnym zranieniem drugiego człowieka. Niespełnienie oczekiwań staje się wówczas źródłem wielkiego cierpienia. Stąd też człowiekowi żyjącemu w celibacie potrzebna jest ogromna przejrzystość we wszystkich relacjach międzyludzkich, zwłaszcza w relacjach przyjaźni z płcią odmienną, aby nie stwarzać złudnych oczekiwań zarówno u siebie jak u innych.

Człowiek pragnący żyć w celibacie winien integrować własną seksualność z życiem emocjonalnym i duchowym. Zrepresjonowana seksualność w celibacie jest bardzo niebezpieczna, ponieważ "wychodzi ona na powierzchnię", ale w innych, najczęściej nieświadomych formach. "Konflikty zdławione na polu seksualnym mogą przejawiać się także w zachowaniach nie-seksualnych. Seksualność, zanegowana lub nie uznana, daje znać o sobie poprzez nieświadome sposoby działania, to znaczy w zastępczej gratyfikacji i obronnej ucieczce." Tak na przykład oschłość emocjonalna podpierająca się zwykle prawem, nieludzkie wprost wymagania stawiane innym - rzadziej może sobie -

wielkie ambicje, zachłanność na dobra materialne, perfekcjonizm, który nie pozwala sobie samemu ani innym pomylić się w najdrobniejszej sprawie, kompulsywna potrzeba zewnętrznego porządku i nienagannej czystości zewnętrznej, mogą być przejawem zrepresjonowanych potrzeb i pragnień erotycznych i seksualnych.

Całkowity brak odczuć, jakichkolwiek pragnień, potrzeb, napięć seksualnych człowieka żyjącego w celibacie, może wiązać się także z jednoczesną drażliwością "na punkcie własnej osoby" i wielką potrzebą dominowania nad innymi, z drugiej strony zaś z odczuciami głębokich depresji, smutku i ciągłej frustracji. Ta niezaakceptowana, nieprzyjęta energia emocjonalno-seksualna może być skierowana tak przeciwko sobie jak i przeciwko drugiemu.

Podobnie jak w miłości narzeczeńskiej, małżeńskiej, tak samo w zachowaniu celibatu konieczna jest znajomość pewnych praw rządzących ludzką miłością i seksualnością. Wszelka zmiana na polu seksualnym wymaga czasu. Integracja seksualna w celibacie również wymaga czasu i jest nieraz długim procesem. Z im bardziej poranioną seksualnością młody człowiek rozpoczyna życie w celibacie, tym dłużej może trwać integracja. Decyzją woli można zainicjować zmianę, ale rzeczywista zmiana wymaga czasu. Posługując się obrazem możemy powiedzieć, że szybko można zmienić położenie steru statku, ale zmiana kierunku całego okrętu wymaga dłuższego czasu.

Osoby, które decydują się na życie w celibacie winny dobrze poznać prawa, którymi rządzi się ich seksualność oraz seksualność płci przeciwnej, aby w sposób świadomy i wolny mogły panować nad tymi odruchami, pragnieniami, potrzebami seksualnymi, które w nich nieustannie się odradzają, a z realizacji których dobrowolnie zrezygnowały dla Królestwa Bożego. Sublimacja energii seksualnej domaga się świadomości tychże energii i ich pełnej akceptacji w swoim życiu. Literatura pokazuje niekiedy celibatariuszy jako "stare panny" i "starych kawalerów", czyli jako ludzi zamkniętych w sobie, będących ciągle w złym humorze, suchych emocjonalnie, nietolerancyjnych, złośliwych, drobiazgowych i skrupulanckich.

Przyjęcie własnej sfery emocjonalno-seksualnej oraz otwarcie się na bliźniego, w tym także na osoby płci przeciwnej, jest źródłem rozwoju emocjonalnego. Delikatność, wrażliwość, zdolność współodczuwania, ofiarność - wszystko to rodzi się także jako owoc zintegrowanej seksualności.

Integracja seksualna nie musi łączyć się z fizycznym działaniem seksualnym, jak to próbują pokazać niektórzy psychologowie. W sposób powierzchowny i nieprawdziwy dopatrują się oni źródeł pewnej oziębłości emocjonalnej i zamknięcia w sobie w wyrzeczeniu się fizycznego działania seksualnego. Doświadczenie pokazuje, że osoby żyjące w czystości dozgonnej, a więc osoby, które w sposób świadomy i wolny wyrzekły się fizycznego działania seksualnego i oddania się emocjonalnego jednej osobie, są jednocześnie osobami w pełni dojrzałymi emocjonalnie, otwartymi, pełnymi poświęcenia i oddania, osobami zdolnymi do współodczuwania z innymi.

Na zakończenie całego rozdziału podkreślmy raz jeszcze, iż

wychowanie do integracji seksualnej jest zawsze wychowaniem do miłości. Seksualność przeżywana w sposób dojrzały jest "miejszem" przyjmowania i dawania miłości tak w stanie małżeńskim jak też w celibacie. W wychowaniu do miłości konieczne jest nie tylko uczenie "dawania siebie innym", ale najpierw uczenie "przyjmowania miłości innych". Istotą dobrze przeżywanej duchowości nie jest bowiem najpierw dawanie czegokolwiek Bogu, ale przyjmowaniem od Niego Jego miłości. Miłowanie Boga rodzi się "z obfitości serca", jako odpowiedź na przyjętą uprzednio miłość. Podobnie również jest w miłości ludzkiej. Stąd też wychowanie dziecka do miłości polega nie tyle na zobowiązaniu go do "kochania innych", ale najpierw na stworzenie mu klimatu miłości, akceptacji, poczucia bezpieczeństwa. Będąc kochane uczy się przyjmować miłość. Dopiero w takich warunkach pragnienie dawania siebie innym zrodzi się w nim spontanicznie, a seksualność w sposób naturalny będzie stawać się językiem miłości.

ROZDZIAŁ V
ZRANIENIA EMOCJONALNO-SEKSUALNE
I ICH UZDROWIENIE

A. ZRANIENIA EMOCJONALNO-SEKSUALNE I ICH SKUTKI

Doniosłość omawianego w tym rozdziale tematu wynika z jednej strony z ogromnych braków i zaniedbań w wychowaniu seksualnym w rodzinie, z drugiej zaś ze stosunkowo częstego wykorzystania seksualnego dzieci i młodzieży w okresie dojrzewania. Wychowanie do integracji seksualnej domaga się udzielenia pomocy wychowawczej osobom zranionym seksualnie, zarówno dla uświadomienia im samego zranienia jak też podjęcia próby jego leczenia.

Z procesem integracji seksualnej łączy się potrzeba dążenia do pełnej akceptacji własnej seksualności wraz z całą jej historią. Dotyczy to w sposób szczególny negatywnych doświadczeń seksualnych w okresie dzieciństwa i dojrzewania. Próba wykreślenia jakichś przeżyć, doświadczeń w tej dziedzinie jest przejawem nieakceptacji całej swojej seksualności.

Ze względu na niezwykle szeroki zakres tematu z pewnością nie jesteśmy w stanie zająć się nim w sposób wyczerpujący. Nasze rozważania będą tylko pewnym dotknięciem problematyki. Najpierw spróbujemy wyliczyć najczęściej spotykane zranienia w dziedzinie emocjonalno-seksualnej tak w dzieciństwie, w okresie dojrzewania jak i w życiu dorosłym.

1. Zranienia emocjonalno-seksualne w okresie dzieciństwa

Rozpocznijmy od opisu zranień emocjonalno-seksualnych najwcześniejszego okresu życia - od dzieciństwa.

a. Pierwszym i jednocześnie jednym z najgłębszych zranień emocjonalno-seksualnych dziecka jest nieakceptacja jego płciowości przez rodziców: odnoszenie się do chłopca jak do dziewczynki i odwrotnie. Taka nieakceptacja staje się często źródłem zachwiania całego rozwoju emocjonalno-seksualnego: braku pełnej identyfikacji seksualnej oraz prawidłowego ukierunkowania na płć przeciwną w okresie dojrzewania. Nieakceptacja seksualności dziecka może posiadać bardzo różne źródła, np. negatywne spojrzenie na ludzką seksualność lub jej lekceważenie, brak pełnej identyfikacji seksualnej samych rodziców. Głębia problemów wynikająca z tego typu zranienia uzależniona będzie od głębi samej nieakceptacji.

b. Innym skrzywdzeniem, choć może posiadającym mniejsze znaczenie od wymienionego poprzednio, jest traktowanie dziecka jako istoty aseksualnej: brak jakichkolwiek rozmów wychowawczych na ten temat, unikanie odpowiedzi lub też udzielanie odpowiedzi nieprawdziwych na pytania o zabarwieniu seksualnym, utrudnianie dziecku dostępu do potrzebnej mu informacji. Takie zachowanie połączone jest zwykle z negatywnym spojrzeniem na całą sferę seksualną, które niekoniecznie musi wyrażać się poprzez słowa. Ten brak jakiegokolwiek wychowania seksualnego sprawia zwykle, iż dziecko odkrywa własną płciowość o własnych siłach, z ogromnym lękiem i poczuciem winy stosując, zupełnie nieświadomie, "metodę prób i błędów".

c. Coraz częściej można spotkać także inne, wprost przeciwne

podejście do wychowania seksualnego, w którym - "z racji pedagogicznych" - dostarcza się dziecku bodźców seksualnych przekraczających jego emocjonalną wrażliwość, np. narażanie dziecka na oglądanie obrazów lub filmów pornograficznych, uczestniczenie dziecka w "swobodnych rozmowach" osób dorosłych. Taka laksystyczna czy nawet deprawacyjna atmosfera panująca w rodzinie lub w innym środowisku, w którym dziecko przebywa nawet tylko czasowo, jest także głębokim skrzywdzeniem. Dostarcza ona dziecku zbyt wielu wrażeń seksualnych, z którymi jego emocjonalność nie jest w stanie sobie poradzić. Ten typ skrzywdzenia rodzi często u dziecka - już w bardzo wczesnym wieku - obsesyjną koncentrację na fizycznej stronie ludzkiej seksualności, z której może rodzić się później postawa erotomańska.

d. Dla dziecka jest również rzeczą bolesną i krzywdzącą, jeżeli narażone jest na bycie świadkiem doświadczeń seksualnych osób dorosłych lub też wystawiane jest na sytuacje prowokujące silne bodźce seksualne, np. oglądanie nagości osób dorosłych, spanie dorastających dzieci w jednym łóżku. Dzieje się tak może nie tyle ze względu na brak odpowiednich warunków (np. mieszkaniowych), ale częściej przez zaniedbanie lub nieuważność rodziców. Naturalne traktowanie spraw seksualnych w rodzinie domaga się wzajemnej delikatności i dyskrecji. Wstydlivość bowiem należy do naturalnych odczuć seksualnych człowieka. I chociaż warunki materialne okazują się często barierą trudną do przeskoczenia, to jednak przy pewnej uwadze rodziców, nawet przy bardzo skromnych warunkach, można stworzyć zarówno dzieciom jak i rodzicom minimum koniecznej intymności w osobistych zachowaniach seksualnych.

e. Bardzo głębokim zranieniem w dziedzinie emocjonalno-seksualnej jest jakakolwiek forma wykorzystywania seksualnego dzieci przez dorosłych: próby działań seksualnych z dziećmi, namawianie do gestów seksualnych, wciąganie w oglądanie pornografii itp. Im bliższe są więzi emocjonalne dziecka z dorosłymi (rodzice, starsze wiekiem rodzeństwo, osoby z dalszej rodziny, wychowawcy), tym głębsze i bardziej trwale jest zranienie w tej dziedzinie.

Jakakolwiek próba ingerowania w sferę seksualną dziecka, jak również każdego młodego człowieka, jest zawsze głębokim skrzywdzeniem. Naruszanie wstydlivości dzieci i seksualne ich wykorzystanie jest szczególnym "przestępstwem przeciwko prawdzie osoby ludzkiej." "Dzieciom, które są najsłabszymi członkami naszej społeczności, trzeba zagwarantować poszanowanie wszystkich praw należnych osobie. Trzeba je darzyć miłością, otaczać szczególną opieką i szacunkiem. Wszelkie nadużycia wymierzone w ich godność są zbrodnią przeciwko ludzkości i przyszłej rodzinie."

f. Szczególnie wielką "zbrodnią" są wszelkie kazirodcze zachowania wobec dziecka. Jest to bez wątpienia najcięższe zranienie seksualne dziecka. Kazirodztwo jest tematem społecznie bardzo wstydlivym. Boją się o nim mówić wszyscy, zarówno ofiary jak tym bardziej sprawcy. Społeczeństwo udaje jakby problem nie istniał. Wiele przypadków kazirodztwa nie ujawnia się nigdy. W polskich opracowaniach temat ten jest najczęściej wstydliwie przemilczany, chociaż problem - jak pokazuje praktyka - ma miejsce.

Susan Forward w bardzo cennej książce pt. Toksyční rodzice pisze, iż "kaziroduztwo jest zapewne najbardziej okrutnym i najbardziej zaskakującym doświadczeniem człowieka. Jest ono zdradą najbardziej podstawowego zaufania między dzieckiem a rodzicem. Doprowadza do całkowitego spustoszenia emocjonalnego. Młode ofiary są całkowicie zależne od swoich napastników, gdyż nie mają dokąd ani do kogo uciec. Opiekunowie stają się prześladowcami, a rzeczywistość staje się więzieniem pełnym brudnych tajemnic. Kaziroduztwo zdradza samą istotę dzieciństwa - jego niewinność." Autorka wyróżnia także kaziroduztwo psychologiczne. "Ofiary psychologicznego kaziroduztwa mogły nawet nie zostać tknięte palcem lub też nie zostać napastowane seksualnie, jednakże doświadczyły zamachu na swoje poczucie intymności i bezpieczeństwa. Mam na myśli takie napastliwe działania jak podglądanie dziecka, które się ubiera lub kąpie, czy też robienie nęących lub seksualnie jednoznacznych uwag wobec dziecka. Dziecko cierpi wówczas z powodu tych samych psychologicznych symptomów, co prawdziwe ofiary kaziroduztwa."

Przytoczmy jeszcze jeden fragment książki S. Forward mówiący o bolesnych skutkach kaziroduztwa: "Každy dorosły człowiek, który jako dziecko był napastowany, przenosi z dzieciństwa w życie dorosłe poczucie, że jest beznadziejnie zły i prawdziwie zepsuty. Ofiara kaziroduztwa odczuwa wstręt na myśl o seksie. Współżycie seksualne wiąże się z niezatartym wspomnieniem bólu i zdrady." Psychologowie jednomyślnie stwierdzają, iż niezbędna jest profesjonalna pomoc dla osób dorosłych, które były seksualnie wykorzystywane w dzieciństwie lub w okresie dojrzewania.

2. Zranienia emocjonalno-seksualne okresu dojrzewania

a. Okres dojrzewania ujawnia najpierw, może mniej widoczne wcześniej, skrzywdzenia w dziedzinie emocjonalno-seksualnej okresu dzieciństwa. Brak silnych więzi uczuciowych z rodzicami, brak poczucia bezpieczeństwa, zaniedbanie wychowania seksualnego lub też wychowanie w atmosferze tabu i lęku staje się źródłem silnych napięć, obsesyjnych wyobrażeń seksualnych, kompulsywnej autoerotyki. Ma to miejsce częściej u chłopców. Zachowania autoerotyczne nierzadko zamykają młodego człowieka na innych, utwierdzając w nim z jednej strony kompleksy, poczucie niższości i niewiarę w siebie, z drugiej strony zaś chore ambicje, perfekcjonizm, ucieczkę w świat marzeń.

Nieakceptacja seksualności dziecka w okresie dzieciństwa najczęściej ujawnia swoje rozmiary i głębię właśnie w okresie dojrzewania. Przejawia się ona głównie w zachwianiu własnej identyfikacji seksualnej oraz w ogromnej trudności w dojrzałym wyborze partnera seksualnego.

b. W okresie dojrzewania młody człowiek nadal narażony jest na skrzywdzenia w dziedzinie seksualnej. Jedną z form skrzywdzenia tego okresu jest ingerencja rodziców w sprawy emocjonalno-seksualne nastolatków: próba kontrolowania ich kontaktów z płcią przeciwną, ironiczne aluzje lub też wyśmiewanie się z ich pierwszych sympatii, przykre aluzje do rozwoju seksualnego, które odbierane są jako

ingerowanie w intymną sferę dziecka.

"Prowadziłam w młodości - wyznaje w ankiecie pewna dziewczyna - osobisty notatnik, w którym zapisywałam i opisywałam chłopców, którzy mi się podobali. Ten notatnik znalazła moja siostra i przeczytała go mamie (mama traciła wzrok i nie mogła czytać). Pewnego dnia mama zawołała mnie i przy mnie kazała siostrze odczytać to, co napisałam. Było to dla mnie przeżycie niezapomniane. Mama zbesztła mnie energicznie i spaliła notatnik. Był to mój pierwszy i ostatni kontakt z mamą, jeśli chodzi o moją seksualność. Ona nie pytała mnie o nic, a ja nie miałam odwagi mówić. Dowiedziałam się o wszystkim w sposób brutalny od rówieśników. Rana, choć zablizniona, została."

c. Okres dojrzewania seksualnego jest czasem, w którym młodzi ludzie mogą sobie nawzajem głęboko ranić. Wzmoczona ciekawość seksualna połączona z brakiem silnego oparcia emocjonalnego w rodzicach może popychać nastolatków do wzajemnych kontaktów seksualnych zarówno pomiędzy osobami płci przeciwnej jak również osobami tej samej płci. Jakiegokolwiek doświadczenia seksualne z innymi w okresie dojrzewania zwykle głęboko ranią obie strony pozostawiając bolesne wspomnienia. Nie można ich w żaden sposób porównywać do niewinnych zabaw seksualnych najwcześniejszego okresu dziecięcego. Po zabawach seksualnych nastolatków pozostaje z jednej strony uczucie wstydu i lęku, z drugiej zaś strony wzrost chorej ciekawości i nierzadko jakaś fiksacja na fizycznej stronie seksualności. Także pojedyncze spotkania i gesty seksualne: współżycie, petting, zabawy homoseksualne podejmowane pomiędzy nastolatkami są dużym zranieniem w dziedzinie seksualnej, które wymagają później "uzdrowienia wspomnień".

d. Bardzo głębokim zranieniem seksualnym jest zawsze jakakolwiek forma gwałtu fizycznego a także każda próba stosowania przemocy seksualnej na osobach będących w okresie dojrzewania. Takie doświadczenia powodują ciężkie, głębokie urazy w późniejszym, dorosłym życiu. Wymagają one długiego leczenia i fachowej pomocy terapeutycznej.

Zwłaszcza nieświadome sobie dziewczyny-nastolatki swoim zachowaniem mogą nieraz prowokować takie właśnie brutalne zachowania seksualne niedojrzałych emocjonalnie mężczyzn. Wychowanie seksualne polega między innymi na świadomości nie tylko własnych reakcji seksualnych, ale także reakcji, jakie swoim zachowaniem można prowokować w innych.

3. Skrzywdzenia seksualne wieku dorosłego

W życiu dorosłym seksualność może również stać się miejscem zranienia i krzywdy. Prostytucja oraz każde inne współżycie seksualne z partnerem, z którym nie ma głębszej więzi emocjonalnej, jest zawsze jakąś formą skrzywdzenia dla obu stron. Bardziej narażoną na skrzywdzenie w dziedzinie seksualnej bywa kobieta, ponieważ ona jako pierwsza ponosi skutki nieuporządkowanego działania seksualnego.

Pozostawienie przez mężczyznę kobiety samotnej z dzieckiem jest zawsze ogromną krzywdą nie tylko dla niej, ale także dla dziecka.

Ponieważ jest to zjawisko powszechne w społeczeństwie, wydaje się być czymś normalnym. Są to najczęściej owoce nie tylko braku wychowania seksualnego, ale częściej może wychowania lękowego, które nie uczy najpierw odpowiedzialności za siebie i innych, a koncentruje się na tym, czego nie wolno. W wychowaniu seksualnym winno się z całą mocą podkreślać nie tylko to, czego nie wolno, ale jeszcze mocniej branie odpowiedzialności za swoją słabość. "Przypadkowe słabości" w dziedzinie seksualnej de facto nie są aż tak bardzo przypadkowe. Są one owocem nieodpowiedzialności. Jeszcze do niedawna swoista obłuda społeczna koncentrowała się na potępianiu samotnych matek, z wyrozumieniem traktując natomiast "męskie nieopanowanie".

Związek małżeński nie chroni ludzi przed możliwością wzajemnego krzywdzenia siebie w dziedzinie seksualnej. Traktowanie drugiego człowieka jak przedmiotu we współżyciu seksualnym jest bardzo raniące także w samym małżeństwie. Raniące bywa też nie liczenie się z potrzebami, pragnieniami i odczuciami seksualnymi współmałżonka. Wszelka forma brutalności również w małżeństwie jest przeżywana jako głęboka krzywda. Niewierność małżeńska jest również zawsze głębokim zranieniem nie tylko współmałżonka, ale i dzieci. Jest to bowiem rozbijanie własnej rodziny. Aborcja zarówno w małżeństwie jak i poza nim jest zawsze ciężkim i głębokim zranieniem instynktu macierzyńskiego i ojcowskiego.

Są to jedynie najważniejsze, opisane dość pobieżnie, zranienia w dziedzinie seksualnej, które wymagają uzdrowienia. Do uzdrowienia zaś konieczne są dwa warunki: osobiste zaangażowanie oraz szukanie kompetentnej pomocy.

4. Potrzeba uzdrowienia zranień seksualnych

Każde nieleczone zranienie emocjonalne, szczególnie wówczas, kiedy jest ono głębsze, z upływem czasu utrwała się i pogłębia. Utrwalanie się i pogłębianie zranienia seksualnego posiada zwykle charakter bardzo zindywidualizowany. Może przybierać ono różne kierunki.

Jednym z niebezpieczeństw nieprzewidywanego zranienia seksualnego może być postawa erotomana, który szuka wprawdzie ciągle nowych wrażeń i zewnętrznych bodźców seksualnych, ale nierzadko z dużym poczuciem winy, ukrytym głęboko lękiem i poniżaniem się we własnych oczach (nie zawsze jednak uświadomionym). I ta właśnie oscylacja pomiędzy chorą ciekawością seksualną a mniej lub bardziej ukrytym poczuciem winy i lękiem rodzi rozbijający, nerwicowy charakter seksualności. Ze względu na strukturę męskiej seksualności, typ erotomana częściej spotyka się wśród mężczyzn, choć zdarza się także wśród kobiet. Owocem tej postawy jest "zimny seks", brak delikatności, niekiedy wprost brutalność w zachowaniach seksualnych, przedmiotowe traktowanie siebie jak i drugiego człowieka.

Innym skutkiem nieleczonych zranień seksualnych mogą być trwałe zahamowania w sferze emocjonalno-seksualnej. Zahamowania te mogą ujawniać się w lękach przed działaniem seksualnym lub też w lękach przed osobami płci przeciwnej. Z zahamowaniami łączy się także

deprecjonowanie seksualności, które może stać się zasadniczą przeszkodą w pożyciu małżeńskim. Ten typ zranienia seksualnego częściej zdarza się wśród kobiet, choć występuje także wśród mężczyzn (np. impotencja). Dla osób z zahamowaniami emocjonalno-seksualnymi - szczególnie dla kobiet - współżycie małżeńskie jest tylko złem koniecznym. To niezadowolenie z pożycia małżeńskiego może rodzić ciągłą frustrację, upokorzenie, cierpienie.

Konsekwencją nieuzdrowionej seksualności może być także przekazywanie swojego zranienia "dalej" przez deprawowanie innych. Osoby, które w dzieciństwie lub w okresie dojrzewania zostały skrzywdzone - zdeprawowane, mogą posiadać w sobie skłonność do powtarzania tych doświadczeń z innymi. Człowiek skrzywdzony seksualnie, który swego skrzywdzenia nie leczy, naraża się na bycie krzywdzicielem. Deprawacja seksualna innych jest często tylko przekazywaniem doznanej deprawacji w okresie dzieciństwa i młodości. Zraniona podświadomość seksualna, kierując się zasadą pierwszych połączeń, popycha do powtarzania pierwszych zachowań seksualnych. Jedną z pierwszych i podstawowych trosk człowieka głęboko zranionego - skrzywdzonego seksualnie, winno być zatrzymanie na sobie łańcucha skrzywdzenia.

Mechanizmy seksualne, podobnie zresztą jak inne mechanizmy ludzkiej psychiki, kształtują się w ciągu całej osobistej historii. Jeżeli ktoś został głęboko zraniony w sferze seksualnej (mówiąc innym językiem - w dawaniu i przyjmowaniu miłości) wówczas pierwszą zasadą, którą rządzi się seksualność, nie jest miłość, ale egoistyczne żądanie przyjemności dla siebie. Za tym żądaniem przyjemności dla siebie kryje się mniej lub bardziej jawna nienawiść. O ile bowiem miłość obdarza drugiego, o tyle nienawiść ograbia. Jeżeli seksualnością nie rządzi miłość - dawanie, wówczas rządzi nią nienawiść - ograbianie.

W zranieniu emocjonalno-seksualnym płciowość przyjmuje na siebie inną rolę od zamierzonej przez Stwórcę. Zmysłowość seksualna, podobnie zresztą jak inne doznania zmysłowe (np. alkohol, jedzenie, narkotyki, środki audiowizualne) staje się sposobem uspokajania się, łagodzenia cierpienia wynikłego ze zranionej miłości. Współczesna kultura, szczególnie zaś kinematografia, bardzo często pokazuje ten niszczący i destruktywny charakter zimnego i brutalnego seksualizmu.

Dążenie do prawdziwej miłości domaga się troski o uleczenie własnego reagowania seksualnego i pokonania w sobie kierowania się najpierw zasadą przyjemności. Miłość wymaga przekraczania siebie, wymaga ofiarności. Tak właśnie należy rozumieć słowa Jezusa: "Kto nie bierze swego krzyża, a idzie za Mną, nie jest Mnie godzien" (Mt 10,38). Uleczenie wewnętrzne w wymiarze seksualnym ma za zadanie przywrócić seksualności jej właściwą rolę. Nie jest nią jednak uśmierzanie i rozładowywanie napięć psychicznych, ale przyjmowanie i dawanie miłości.

B. UZDROWIENIE ZRANIENÍ SEKSUALNYCH

Po ukazaniu najważniejszych zranień emocjonalno-seksualnych w

poszczególnych okresach życia oraz potrzeby ich uzdrowienia, przejdźmy następnie do refleksji na temat metod i środków ich leczenia. Na zakończenie rozważań tej części pracy przytoczymy świadectwo (napisane w formie listu) zmagania się młodego człowieka w walce o uzdrowienie głębokiego zranienia seksualnego, którego doświadczył w okresie dojrzewania.

1. Pomoc udzielana ludziom zranionym w dziedzinie seksualnej

Początkiem procesu uzdrowienia w każdej płaszczyźnie ludzkiego życia jest najpierw świadomość połączona z emocjonalnym przeżyciem własnego zranienia. Człowiek może poddać się leczeniu - uzdrawianiu tylko wtedy, kiedy czuje się chory, zraniony. I stąd też początkiem uzdrowienia w sferze seksualnej jest najpierw dostrzeżenie go i przyznanie się do niego.

W uzdrowieniu seksualnym ważną rzeczą jest odnaleźć najpierw źródła zranienia oraz osoby, z którymi jest ono związane. W odkrywaniu zranień i skrzywdzeń seksualnych konieczna jest zwykle pomoc kompetentnej osoby: kierownika duchowego, niekiedy terapeuty lub innej zaufanej osoby. Pomoc ta winna być dostosowana do głębi zranienia.

Jaki jest cel tej pomocy? Osoba, która pomaga w uzdrowieniu seksualnym pełni przede wszystkim rolę świadka. Przyjmuje ona najpierw zranionego w sposób bezwarunkowy, z całą życzliwością i dobrocią, wraz z wszystkimi jego lękami, nieufnością, poczuciem winy, ponizaniem siebie. W całej postawie świadka, w jego słowach, sposobie reagowania człowiek zraniony winien odkryć życzliwą akceptację, miłość i szacunek.

I to przesłanie "szacunku i życzliwości", które świadek przekazuje człowiekowi szukającemu uleczenia seksualnego, jest obietnicą, że on również może samego siebie przyjąć i zaakceptować w taki sam sposób. Nie musi się bać i wstydić samego siebie, podobnie jak "świadek" nie boi się i nie wstydzi ani jego samego, ani też jego problemów.

Celem zwerbalizowania swojego zranienia seksualnego przed osobą zaufaną jest pierwsze oddramatyzowanie problemu. I chociaż uleczenie pewnych zranień wymaga długiego nieraz czasu, to jednak człowiek zraniony seksualnie zaczyna uczyć się żyć ze swoim zranieniem, nie dramatyzując swojej sytuacji.

Jednym z ważnych celów pomocy w zranieniu seksualnym jest doprowadzenie człowieka zranionego do pełnej akceptacji całego jego życia. Uzdrowienie w wymiarze seksualnym domaga się bowiem akceptacji własnej seksualności taką, jaka ona jest "w danej chwili". Chodzi więc o wyzbycie się lęku, strachu czy jakiegoś upokarzającego poczucia wstydu w odniesieniu do tego, co ocenia się jako negatywne w przeżywaniu własnej płciowości. Akceptacja ta nie jest oczywiście rezygnacją ze zmagania się o "zdrowie emocjonalno-seksualne".

Osoba pomagająca zranionym w dziedzinie seksualnej winna posiadać pewien zakres kompetencji psychologicznych, doświadczenie życiowe a także pełne, integralne spojrzenie na ludzką seksualność.

Winna być jednak świadoma granic swoich kompetencji, aby nie podejmować się pomocy psychologicznej czy duchowej w sytuacjach, które przekraczają jej możliwości.

Pełna akceptacja osoby pomagającej w uzdrowieniu seksualnym jest także symbolem akceptacji samego Boga: jeżeli człowiek, który "mnie słucha", nie dziwi się moim problemom, odczuciom, głębi skrzywdzenia i nieuporządkowania seksualnego, ale przyjmuje z całą życzliwością, dobrocią i szacunkiem, to o ileż bardziej czyni to Ojciec niebieski (por. Mt 7,11).

Wypowiedzenie swoich słabości i ułomności seksualnych przed "świadkiem" jest także pewnym przygotowaniem do wypowiedzenia tych zranień, ułomności i słabości seksualnych przed samym Bogiem. Odkrycie Boga jako kochającego Ojca, który akceptuje człowieka ze wszystkimi słabościami, także ze słabościami w dziedzinie seksualnej, pozwala mu rozmawiać o nich szczerze i otwarcie. Nadzieję na uzdrowienie wewnętrzne otrzymuje się jednak nie tyle w relacji z człowiekiem, ale przede wszystkim w relacji z Bogiem. To sam Bóg daje człowiekowi zranionemu wewnętrzną siłę do pracy nad własnym uzdrowieniem.

Człowiek głęboko zraniony seksualnie, szczególnie wówczas kiedy swoje zranienie długo i lękliwie ukrywał, posiada zwykle bardzo zniekształcony obraz Boga. Nierzadko ludzie tacy widzą Boga przez pryzmat własnych odczuć. Swoją nieakceptację siebie łatwo przypisują także Bogu. Zdarza się, iż młodzi ludzie kojarzą pewne życiowe niepowodzenia, nieszczęścia z "karą Bożą" za grzechy seksualne.

Otwieranie się na bezwarunkową akceptację i miłość Boga, która leczy wszelkie zranienia, także zranienia seksualne, dokonuje się przede wszystkim poprzez modlitwę, refleksję i skupienie. Modlitwa jest przyjmowaniem miłości Boga, która prowadzi do wewnętrznego uzdrowienia. Z drugiej jednak strony fałszywe pojęcie Boga i grzechu w dziedzinie seksualnej może przejawiać się także w tym, iż człowiek lekceważy i banalizuje swoje zranienie. Brak uznania głębi własnego zranienia oraz jego skutków może być zasadniczą trudnością w uzdrowieniu seksualnym. Zauważmy, że Jezus spotykając się z jawnogrzesznicą, głęboko zranioną seksualnie, z jednej strony okazuje jej pełną miłość, życzliwość i szacunek, z drugiej jednak strony zdecydowanie i stanowczo wzywa ją do zerwania z grzechem seksualnym: "Idź, a od tej chwili już nie grzesz" (J 8, 11).

Wyrozumiałość, akceptacja, miłość i szacunek nie mogą być rozumiane jako lekceważenie zranienia oraz jego skutków. Jezus mówi: "prawda was wyzwoli" (J 8, 32). W zranieniu seksualnym konieczne jest poznanie całej prawdy: po pierwsze prawdy o własnej zranionej seksualności, o głębi i źródłach tego zranienia, z drugiej strony zaś prawdy o Bogu, który miłując człowieka leczy go i zbawia.

2. Wychowanie sumienia

Odkrywanie prawdziwego obrazu Boga jest jednoczesnym odkrywaniem prawdziwej hierarchii wartości, ustanowionej przez Boga. Przykazania Boże posiadają swoją kolejność i jest ona częścią Objawienia.

Człowiek nie ma żadnego prawa do przestawiania kolejności Bożych przykazań. Ustalenie hierarchii przykazań, to również ustalenie hierarchii zranień, słabości i grzechów.

Człowiek może poczuć się uzdrowiony w wymiarze seksualnym tylko wówczas, kiedy odkryje seksualność jako "szóstą" dziedzinę ludzkiego życia, zaś zranienie seksualne jako "szóste zranienie". Uzdrawienie w wymiarze seksualnym dokonuje się między innymi także przez odkrycie pierwszych pięciu wartości oraz pierwszych pięciu słabości i zranień ludzkich. Nie byłoby w człowieku zranienia "szóstego", gdyby nie było w nim zranień z pierwszych pięciu przykazań, nierzadko ważniejszych od "szóstego". Zranienie seksualne jest najczęściej tylko objawem innych, zwykle głębszych zranień. Nie może dokonać się w człowieku uzdrowienie w wymiarze seksualnym, jeżeli nie zostaną uzdrowione inne jego podstawowe płaszczyzny życia.

W jednej z książek dla młodzieży wydanej w Polsce, omawiającej także problemy seksualne, czytamy: "Jest to przykazanie dopiero szóste, ale w młodych, szalonych latach, gdy niebo płonie, to przykazanie staje się pierwsze. Od niego w pewnej chwili wszystko zależy, pewne <<być albo nie być>>." Aczkolwiek można rozumieć dobre intencje autora tego tekstu, to jednak dosłowne rozumienie go może wprowadzić młodego człowieka w błąd, ponieważ naprowadza na próby rozwiązania problemu "szóstego" w izolacji od wszystkich innych problemów. Problemy seksualne mają najczęściej charakter symboliczny, ponieważ są przejawem innych, bardziej podstawowych problemów. Im głębsza dezintegracja i poranienie w sferze emocjonalnej, psychicznej i duchowej, tym większa nieraz dezintegracja i poranienie dziedziny seksualnej.

Oczywiście należy wyraźnie stwierdzić, iż "szósty problem", "szóste przykazanie" wcale nie oznacza "mało ważne". Oznacza jednak, iż jest ono zwykle poprzedzone pierwszymi pięcioma. Rozwiązanie "szóstego zranienia" zależy z pewnością od rozwiązania pierwszego problemu: "Nie będziesz miał bogów cudzych przede Mną" (Pwp 5, 7). Kiedy Bóg nie jest na pierwszym miejscu, wszystko jest już nie na swoim miejscu. Wówczas rzeczywiście "szóste staje się pierwsze".

Pokonanie niedojrzałości i zranień seksualnych jest bardzo ważne, ponieważ jest oznaką prawdziwego wysiłku duchowego podejmowanego dla rozwoju całego człowieka, zarówno jego wymiaru duchowego jak i emocjonalnego. Lekceważenie niedojrzałości seksualnej, hedonistyczne szukanie doznań, jest zwykle znakiem lekceważenia własnego rozwoju wewnętrznego, znakiem zamykania się w sobie i braku otwierania się na drugiego człowieka. Istotnym celem seksualności człowieka jest bowiem przekazywanie miłości i życia.

Aby doprowadzać do równowagi zranioną seksualność konieczna jest także formacja sumienia, która pozwala człowiekowi zranionemu seksualnie ocenić uczciwie subiektywną odpowiedzialność za wszelkie słabości i grzechy w tej dziedzinie. Dokumenty Stolicy Apostolskiej zachęcają do "zachowania niezbędnej roztropności w osądzaniu subiektywnej odpowiedzialności osoby". Im większe i głębsze zranienie seksualne, tym większa winna być roztropność w osądzaniu subiektywnej odpowiedzialności. Nie pomagają do uzdrowienia przeżywanie

każdej najmniejszej słabości jako wielkiego, ciężkiego grzechu bez liczenia się z własnym uwarunkowaniem wpływającym ze zranienia. Lękowe powiększanie swojej ograniczonej i uwarunkowanej subiektywnej odpowiedzialności - "tak na wszelki wypadek" - nie pomaga w uzdrowieniu sfery seksualnej, ponieważ utrwała i pogłębia chore poczucie winy, na które sfera ta jest bardzo podatna.

Ale z drugiej strony trzeba być jednak świadomym, iż pomniejszanie swojej subiektywnej odpowiedzialności, szczególnie za rozwiązywanie problemu, może być także poważną przeszkodą w uzdrowieniu. Zwalnianie się z jakiegokolwiek odpowiedzialności subiektywnej i uzasadnianie swojej słabości i grzechów seksualnych wyłącznie swoim zranieniem może być czasami nieuczciwe. Psychologowie twierdzą, że nierzadko "ludzie chorzy w istocie rzeczy nie chcą naprawdę wyzdrowieć. W chorobie jest im dobrze. Oczekują ulgi, ale nie powrotu do zdrowia. Leczenie bowiem jest bolesne i wymaga wyrzeczeń." Ten opór przeciwko podjęciu leczenia obserwuje się także u ludzi zranionych seksualnie. Może szczególnie w dziedzinie seksualnej leczenie jest bardzo bolesne i wymaga wielu wyrzeczeń, gdyż w jego trakcie wyzwalają się w człowieku zranionym nagromadzone (nieraz przez wiele lat) lęki, poczucie winy, poczucie niższości, nienawiść do siebie i innych. Proces leczenia domaga się stawienia czoła tym wszystkim negatywnym uczuciom.

"Rozmawiałem jako psychoterapeuta z setkami ludzi - wyznaje K. Meissner. Ale widzę coś, co można nazwać oporem. Dlatego każdą psychoterapię zaczynam od pytania, czy ten człowiek chce podjąć samowychowanie w oparciu o moją pomoc. Podejmuję się pomocy, jeżeli pacjent <<za cholere chce być sobą, żabę psiakrew zje, ale chce być sobą>>. Musi być w nim determinacja do podjęcia często bardzo trudnej drogi rozwoju."

Człowiek szukający pomocy w problemach seksualnych winien być świadom potrzeby czasu i cierpliwości do uzdrowienia wewnętrznego. Jak leczenie każdej rany wymaga czasu, tak leczenie ran seksualnych również wymaga czasu. Im głębsze, bardziej dotkliwe są rany człowieka, tym więcej wymagają czasu i cierpliwości.

Bóg daje człowiekowi czas dla uzdrowienia. Przyjmując czas dany przez Boga, człowiek zraniony winien ofiarować sobie cierpliwość. Cierpliwość ta winna wyrazić się w pewnych konkretnych postawach wobec siebie samego: nie stawiać sobie nierealnych żądań, liczyć się ze słabością ludzkiej natury, która dała już wielokrotnie znać o sobie, stosować "metodę małych kroków", uczyć się przeżywać radośnie każde, nawet najmniejsze zwycięstwo nad sobą i przyjmować je jako obietnicę kolejnych zwycięstw, w momentach słabości i upadków powierzać się miłości Boga, nie sądzić innych i nie szukać winnych za własne złe samopoczucie.

Sztuczna próba przyspieszenia uzdrowienia seksualnego wynikająca z głębokiej nieakceptacji swojego zranienia, ze wstydu i zranionej miłości własnej, powoduje jedynie większą koncentrację na własnych słabościach i może uruchamiać w człowieku mechanizmy seksualne "lęku i ciekawości", "kary i nagrody", o których będziemy mówić w następnym rozdziale.

3. Przebaczenie w zranieniach seksualnych

Aby mogło dokonać się uzdrowienie seksualne trzeba mieć odwagę dostrzec doznaną krzywdę. Lekceważenie skrzywdzenia jest jedną z zasadniczych przeszkód w uzdrowieniu. Często człowiek zraniony lekceważy rany, które zadaje bliźnim, ponieważ lekceważy najpierw rany, które sam otrzymał od innych. Ofiary skrzywdzeń seksualnych łatwo mogą same przemieniać się w sprawców skrzywdzeń, o ile nie przyjmą i nie ulecą doznanych ran. Człowiek głęboko zraniony seksualnie winien pytać siebie, czy z osoby skrzywdzonej nie przemienia się - w sposób niemalże niezauważalny - w osobę krzywdzącą. Uzdrowienie w wymiarze seksualnym domaga się nie tylko uznania własnego skrzywdzenia (bycia skrzywdzonym), ale także uznania krzywdzenia innych (bycia krzywdzicielem), o ile oczywiście miało lub ma ono miejsce. Uznanie własnej winy w dziedzinie seksualnej oraz prośba o przebaczenie może być pomocą w zatrzymaniu rozwoju "rany seksualnej", a tym samym w zaprzestaniu dalszego krzywdzenia innych.

Kiedy człowiek uświadamiając sobie głębię swojego skrzywdzenia bardzo cierpi, wówczas odruchowo rodzi się w nim żal do tych, którzy - w jego odczuciu - mogą być źródłem tego cierpienia. Człowiek wierzący zaś, który uznaje Boga jako Pana swego życia, odruchowo może także oskarżać Jego za swoje cierpienia. Może bowiem sądzić, że Bóg dając mu życie skazuje go na cierpienie. Także w zranieniu seksualnym może rodzić się w człowieku żal do Boga z powodu doznanego zranienia.

Uzdrowienie zranień seksualnych dokonuje się więc najpierw przez "przebaczenie Bogu" faktu, że dar ludzkiej seksualności jest tak delikatny i kruchy. Człowiek zraniony może również niemal odruchowo oskarżać Boga o to, że "postawił go" w takich niesprzyjających okolicznościach życia, w których to zranienie się dokonało. Oskarżanie Boga wypływa z jednej strony z nieakceptacji kruchości ludzkiego istnienia, z drugiej zaś z fałszywego obrazu Boga. Kiedy obraz Boga w człowieku skrzywdzonym podobny jest do "reżysera w teatrze lalkowym", który osobiście wprawia w ruch każdą kukielkę, wówczas może mu się wydawać, że sam Bóg sprawił, że przydarzyło mu się takie właśnie bolesne doświadczenie.

"Przebaczyć Bogu" kruchość istnienia w wymiarze seksualnym, to uwierzyć, że wbrew głębi ludzkich zranień życie człowieka ciągle zachowuje swój sens. "Przebaczyć Bogu" to przyjąć zranione życie jako Jego dar i uwierzyć, że dawanie i przyjmowanie miłości w ludzkim życiu jest jednak możliwe. Zaufać Bogu w zranieniu seksualnym to uwierzyć, że Bóg rozumie cierpienie i przebacza winę.

Od "przebaczenia Bogu" człowiek zraniony przechodzi do prośby o Boże przebaczenie. O ile "przebaczenie Bogu" rozumiane jest w sensie analogicznym, (Pan Bóg przeciwko człowiekowi nie zgrzeszył), to przyjęcie Bożego przebaczenia należy traktować w sensie dosłownym. Uzdrowienie w dziedzinie seksualnej dokonuje się przez uznanie własnej winy oraz uznanie Boga jako Dawcy i Pana życia.

Niemożliwe byłoby uzdrowienie w wymiarze seksualnym bez

uprzedniego uznania własnej winy i odpowiedzialności za popełnione czyny. Do uzdrowienia zranień seksualnych konieczna jest więc uczciwa, ale jednocześnie bardzo trzeźwa i spokojna ocena własnej odpowiedzialności moralnej. W ocenie tej nie można kierować się chorym poczuciem winy. Tę trzeźwą i uczciwą ocenę zdobywa się nie tylko poprzez autorefleksję, kierownictwo duchowe, ale także dzięki modlitwie o poznanie własnych grzechów. Winę i odpowiedzialność, jaką człowiek odkrywa dzięki uczciwej ocenie sumienia, oddaje Bogu prosząc Go, aby mu ją przebaczył.

Kiedy człowiek prosi Boga o przebaczenie win w zranieniu seksualnym, wtedy Bóg z kolei zaprasza go do przebaczenia tym, którzy zawinili wobec niego. "I odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy naszym winowajcom" - każe Jezus modlić się swoim uczniom. Kolejnym krokiem uzdrowienia w wymiarze seksualnym jest więc przebaczenie ofiarowane bliźnim. Przebaczenie to jest niekiedy tym trudniejsze, że osobami raniącymi są nierzadko ci, z którymi zraniony jest mocno związany emocjonalnie.

Z jednoczesnym udzielaniem przebaczenia innym i prośbą o przebaczenie zranień seksualnych dokonuje się przebaczenie sobie samemu. Jest ono jakby uwieńczeniem uzdrowienia w wymiarze seksualnym. Ze względu na delikatność i intymność ludzkiej seksualności przebaczenie sobie zranień w tej sferze przychodzi nieraz z wielkim trudem. Łatwiej wielu ludzi wybacza sobie inne, znacznie nieraz poważniejsze i bardziej raniące słabości i upadki. Udzielić sobie przebaczenia w wymiarze seksualnym, to także zgodzić się na siebie z tą świadomością wiary, iż tam, gdzie "wzmógł się grzech, tam jeszcze obficie rozlała się łaska" (por. Rz 5,20).

Oczywiście przebaczenie sobie słabości, akceptacja siebie we własnym zranieniu, nie wiąże się z rezygnacją. Wprost przeciwnie, przebaczenie sobie słabości i zranień w wymiarze seksualnym domaga się wewnętrznej pracy i wysiłku dla uzdrowienia własnej seksualności. Uzdrowienie sfery seksualnej nie dokonuje się jednak przez jednorazowy zryw duchowy. Uzdrowienie to jest procesem. Posiada swoją dynamikę, swój rytm, swoje etapy.

4. Pomoc dzieciom - ofiarom deprawacji seksualnej

Rodzice lub opiekunowie, których dziecko uległo deprawacji seksualnej, winni najpierw zadać sobie pytanie, dlaczego właśnie takie bolesne doświadczenie przydarzyło się ich dziecku. Jakie są jego prawdziwe przyczyny? Czy jedną z przyczyn deprawacji nie było zaniedbanie wychowania seksualnego? Czy dziecko kierowane chora ciekawością seksualną nie dało się wciągnąć w pewną grę i prowokację ze strony sprawcy?

Podkreślmy najpierw z pewnym naciskiem, iż dziecku, które stało się ofiarą deprawacji seksualnej, konieczna jest pomoc osób dorosłych. Jest to bowiem doświadczenie zbyt głębokie i zbyt mocne, aby mogło sobie z nim poradzić samo. Aby pomoc taka była możliwa, konieczne jest najpierw podjęcie próby nawiązania głębokiej więzi emocjonalnej z dzieckiem: więzi zaufania i życzliwości. Tylko w

takiej atmosferze można będzie nawiązać z nim rozmowę na ten bardzo trudny dla niego temat.

Dziecko, które wypowiada przed człowiekiem dorosłym, do którego ma pełne zaufanie, swoje bolesne przeżycie, zaczyna je powoli oddramatyzowywać. Jest to ważny początek w próbie udzielenia dziecku pomocy. Poprzez serdeczny dialog z dzieckiem trzeba mu pokazać, iż przeżyte doświadczenia są najpierw jego wielkim skrzywdzeniem i nie powinno przyjmować na siebie odpowiedzialności moralnej za zaistniały fakt deprawacji, nawet jeżeli "dało się ono wciągnąć", kierując się ciekawością seksualną.

Jest rzeczą ogromnie ważną, aby wypowiedzenie przez dziecko przeżytych doświadczeń, dokonywało się w całkowitej wolności. Można mu delikatnie podpowiedzieć, proponować, ale w żaden sposób nie można naciskać na niego, aby wypowiedziało swoje przeżycia. Próba jakiegokolwiek nacisku przez oddziaływanie lękiem czy tylko poprzez usilne naleganie, powodowałaby skutek odwrotny do zamierzonego. Zamiast oddramatyzowywać doświadczenie, wręcz przeciwnie, potęgowałaby dramatyzację.

W każdej sytuacji trzeba rozeznaczyć, z kim dziecko mogłoby porozmawiać o swoim bolesnym doświadczeniu: z jednym z rodziców, z zaprzyjaźnionym wychowawcą, z kapłanem czy też z psychologiem. Rozmowa, o ile jest możliwa, jest pierwszym ważnym krokiem. Dalsze kroki będą zawsze uzależnione od środowiska rodzinnego, w którym ono żyje, od możliwości nawiązania z dzieckiem więzi emocjonalnej, od wielkości skrzywdzenia.

Zasadnicze leczenie dziecka zranionego w dziedzinie seksualnej dokonuje się przede wszystkim przez nawiązywanie z nim głębokiej i trwałej więzi emocjonalnej. Tylko w ten sposób można naprawić takie zło. Dziecku zranionemu seksualnie trzeba by poświęcić wiele troski, życzliwości, opieki tak, by możliwe było dla niego stopniowe pokonywanie wobec dorosłych urazu wynikającego z przeżytego zranienia. Poważne skrzywdzenia dziecka w dziedzinie seksualnej wymagają jednak bardzo profesjonalnej i dłuższej pomocy terapeutycznej.

5. Jezus źródłem uzdrowienia zranień seksualnych

W spotkaniach Jezusa z ludźmi uderza nas ogromna delikatność, z jaką przyjmuje On osoby chore, słabe, poranione (duchowo i cieleśnie). On nikogo nie oskarża. Nie potępia. Wszystkim okazuje szacunek, pełną życzliwość i akceptację. Jezus nie obawia się jednak pokazać chorym (na duszy i ciele) rzeczywistego źródła ich nieszczęścia, którym często jest także ich osobisty grzech. W postawie Jezusa mamy wzór, jak traktować własne zranienia oraz jak przyjmować ludzi zranionych przez życie. Przyjrzyjmy się przez chwilę jednemu spotkaniu Jezusa, które w kontekście naszych rozważań ma szczególne znaczenie: spotkaniu z kobietą cudzołożną (J 8,1-11).

"Wówczas (...) faryzeusze przyprowadzili do Niego kobietę, którą pochwycono na cudzołóstwie, a postawiwszy ją pośrodku, powiedzieli do Niego: <<Nauczycielu, tę kobietę dopiero co pochwycono na

cudzołóstwie. W prawie Mojżesz nakazał nam takie kamienować. A Ty co mówisz?>> Mówili to wystawiając Go na próbę, aby mieli o co Go oskarżyć."

Dla Jezusa miała to być pułapka, na którą być może Jego wrogowie długo czekali. Sądziło się, że będzie musiał dokonać wyboru pomiędzy wiernością Mojżeszowi a wiernością głoszonemu przez siebie miłosierdziu wobec grzeszników. Wbrew oczekiwaniu faryzeuszów Jezus nie dokonał jednak żadnego wyboru, ale "nachyliwszy się pisał palcem na ziemi." Jest to jedna z tych zaskakujących reakcji Jezusa, których w Ewangeliach mamy wiele. W tym geście pisania na ziemi możemy jednocześnie podziwiać delikatność i dyskrecję Jezusa. Jezus nie patrzy ani na zawstydzoną i upokorzoną kobietę, ani też na oburzonych faryzeuszów, którzy ją otoczyli. Jakby dla usprawiedliwienia swojego odwrócenia oczu od oskarżonej i oskarżycieli, Jezus "bawi się" pisząc palcem na ziemi. Ten odruch pisania palcem na ziemi, to bardzo ludzki odruch Jezusa. Sami robimy często podobnie. W kłopotliwej dla nas sytuacji zajmujemy się nieraz właśnie taką zewnętrzną mało ważną czynnością, np. bezcelowym rysowaniem i kreśleniem na papierze.

Niektórzy starożytni komentatorzy tego tekstu twierdzili, iż Jezus pisał grzechy seksualne tych, którzy oskarżali kobietę. Pisał je jednak - ich zdaniem - w taki sposób, iż każdy z nich mógł uprzytomnić sobie swoje własne grzechy. Także słowa: "Kto z was jest bez grzechu, niech pierwszy rzuci na nią kamień" wypowiedziane w tej konkretnej sytuacji oskarżenia kobiety o grzechy seksualne, zmuszały oskarżycieli, aby przypomnieli sobie wszystkie grzechy, również własne grzechy seksualne, chociaż Jezus w swojej wypowiedzi ich nie eksponuje.

Zauważmy, że Jezus swoimi słowami nie oskarża także faryzeuszów. Zachowuje się wobec nich tak samo dyskretnie i delikatnie jak wobec kobiety. "Powtórnie nachyliwszy się pisał na ziemi." Faryzeusze poczuli się zawstydzeni. Pierwszym powodem zawstyżenia nie były jednak najpierw ich grzechy, być może nawet ich grzechy seksualne, ale potępienie kobiety za te grzechy, które sami czynili. Wypowiedź Jezusa podobna jest do słów Natana powiedzianych Dawidowi po jego grzechu. Kiedy Dawid potępił surowo bogacza za skrzywdzenia biedaka, Prorok oznajmił mu wówczas: "Ty jesteś tym człowiekiem" (por. 2 Sm 12,7).

"Kiedy to usłyszeli, wszyscy jeden po drugim zaczęli odchodzić, poczynając od starszych." Przyszli razem. Kobietę oskarżali wspólnie. Odeszli pojedynczo. O ile potrafili opowiadać sobie wzajemnie o grzechu kobiety, to jednak nie byli w stanie opowiadać sobie wzajemnie o swoich grzechach - wyznawać je wzajemnie przed sobą.

"Pozostał tylko Jezus i kobieta stojąca pośrodku. Wówczas Jezus podniósłszy się rzekł do niej: <<Kobieto, gdzie oni są? Nikt cię nie potępił?>> A ona odrzekła: <<Nikt, Panie.>> "Rzekł do niej Jezus: <<I Ja ciebie nie potępiam>>".

W zranieniach seksualnych jest rzeczą ogromnie ważną, aby przezwyciężyć lęk przed ludzką opinią, wstydem. Wielu ludzi głęboko zranionych seksualnie nigdy nie szuka pomocy w swoich zranieniach tylko z powodu lęku przed opinią. Boją się być potępieni, odrzuceni,

boją się ludzkiego spojrzenia.

Kobiecie głęboko zranionej seksualnie Jezus pragnie powiedzieć: "Nikt z ludzi nie ma prawa cię potępić, ponieważ Ja ciebie nie potępiam. Jeżeli nawet ktoś ciebie potępia, nie obawiaj się tego. Czyni to bowiem bezprawnie". "Rzekł do niej Jezus: <<Idź, a od tej chwili już nie grzesz>>."

Kobietę cudzołożną w jej głębokim zranieniu Jezus bierze w obronę w podwójny sposób. Najpierw bierze ją w obronę przed ludźmi, którzy nie tylko swoim surowym potępieniem i osądem, ale także kamieniami, chcieli ją skrzywdzić. Jezus broni jej życia i ludzkiej godności. Bierze ją jednak w obronę także przed nią samą. Napomina ją prosto i jednoznacznie: "Od tej chwili już nie grzesz!". Tymi słowami pragnie jej uświadomić, iż źródłem jej cierpienia jest także jej własny grzech. Tym napomnieniem pragnie przywrócić tej kobiecie nadzieję na lepsze, odmienione życie.

To napomnienie Jezusa jest bardzo ważne. Nierzadko dzisiaj osoby zranione seksualnie (np. homoseksualiści) przedstawiane są wyłącznie jako ofiary społecznej nietolerancji ze względu na ich odmienną seksualność. Nie wspomina się przy tym ani słowem o potrzebie podejmowania odpowiedzialności za siebie i swoje czyny.

Scena ewangeliczna, którą rozważamy, zakończyła się szczęśliwie. Kamienie wypadły z rąk oskarżycieli. Ale jest wiele takich ludzkich sytuacji, które kończą się "kamienowaniem". Człowiek zostaje oskarżony, odrzucony, upokorzony, zniszczony. Również sam siebie oskarża, upokarza i niszczy. W tej sytuacji Jezus bierze na siebie grzech i wszystkie ludzkie zranienia, które z niego wynikają. Jezus pozwala, aby kamienie uderzały najpierw w Niego samego: "Lecz On się obarczył naszym cierpieniem, On dźwigał nasze bóle, On był przybity za nasze grzechy, zdruzgotany za nasze winy. Spadła nań chłosta zbawienna dla nas, a w Jego ranach jest nasze zdrowie" (Iz 53,4).

Uzdrowienie w wymiarze seksualnym dokonuje się przez to, iż człowiek zraniony pozwala, aby Jezus z nim, za niego i w nim dźwigał ciężar i ból zranienia. Oddaje jednak Jezusowi nie tylko zranioną seksualność, ale także całe zranione życie. "W Jego ranach jest nasze zdrowie". To właśnie oddawanie Jezusowi zranionego życia przywraca człowiekowi zdrowie. Przywrócić zaś zdrowie człowiekowi w zranieniu seksualnym, to pozwolić mu odzyskać płciowość jako miejsce wyrażania miłości i miejsce przekazywania życia. Zdrowie człowieka wyraża się w zdolności do przyjmowania miłości i dawania jej innym.

6. List do przyjaciela

Oto świadectwo, które napisał w formie listu pewien młody człowiek. Został on w okresie dojrzewania głęboko skrzywdzony na tle seksualnym przez swojego starszego wiekiem przyjaciela, który jest adresatem tego listu. Po wielu dniach osobistej modlitwy, milczenia i rozmów z kierownikiem duchowym w domu rekolekcyjnym uświadomił sobie nie tylko głębię swojego skrzywdzenia, ale także doświadczył nadziei na pełne uzdrowienie emocjonalne i duchowe. Poprzez niniejsze

świadczenie chciał podzielić się z innymi młodymi ludźmi - zranionymi podobnie jak on - nie tyle bolesnymi doświadczeniami, ale przede wszystkim rodzącą się w nim wiarą w prawdziwą przyjaźń i miłość, w przebaczenie Boże oraz w piękno ludzkiej seksualności.

Drogi Przyjacielu! Zapewne zdziwi cię mój list, który piszę do ciebie po tak długiej przerwie w naszej znajomości. Chcę, abyś wrócił ze mną do wydarzeń, które miały miejsce przeszło osiem lat temu.

Proszę cię, sięgnij pamięcią do czasów naszej przyjaźni. Ty byłeś już dorosłym człowiekiem, a ja prawie jeszcze dzieckiem. Ponieważ nie miałem oparcia w moim rodzinnym domu, szczególnie w moim ojcu, bardzo ceniłem sobie wówczas twoją przyjaźń. Starłem się naśladować ciebie w wielu ważnych dla mnie sprawach. Dziś wiem, że szukałem w tobie nie tylko przyjaciela, ale także i mocnego człowieka, wzoru prawdziwego mężczyzny.

Zechciej wrócić ze mną szczególnie do tych chwil, kiedy posłużyłeś się moim młodym ciałem do rozładowania twoich napięć seksualnych wykorzystując moją bezbronność, niemoc i głupotę. Dziwisz się, że piszę o tym po tylu latach, że jeszcze o tym pamiętam.

Tak. Pamiętam i wiem, że nigdy o nich nie zapomnę. Nie jest mi łatwo o tym wspominać, ale dla naszego wspólnego dobra muszę to zrobić. Zbyt długo męczyłem siebie i innych. Poniżałem własną osobę, ludzi mi bliskich, poniżałem ludzką miłość, własną seksualność. Nie ukrywam, że noszę do ciebie wielki żal. Żal za to, że mnie wykorzystasteś, poniżyłeś, że obrzydziłeś mi seks.

Zobacz. Miałeś prawie trzydzieści lat, byłeś już mężczyzną, podczas gdy ja zaczynałem dopiero dojrzewać. Byłem wówczas jeszcze prawie dzieckiem. Mam wielki żal do ciebie, że moje pierwsze doświadczenia seksualne były tak brutalne. Byłem młody, słaby, ciekawy życia i dlatego ci uległem. Wcześniej seks był dla mnie tematem tabu. Nie miałem jeszcze żadnych doświadczeń. Praktycznie nic o nim nie wiedziałem. Nie znałem jego sensu i znaczenia.

Nie bałem się ciebie. Nie bałem się, że możesz wyrządzić mi krzywdę. Jak mogłem się bać ciebie, skoro wzorowałem się na tobie niemal od samego dzieciństwa. Byłeś przecież dla mnie przez wiele lat autorytetem. Ty zabierałeś mnie na wycieczki rowerowe, na basen, na sanki i nigdy mnie nie skrzywdziłeś. Co więcej: wiele razy byłeś wprost moim obrońcą w szkole, na podwórku. Jak mogłem zatem przypuszczać, że mnie skrzywdzisz, gdy wciągałeś mnie w doświadczenia seksualne.

Myślałem, że ty nie chciałeś mnie skrzywdzić, zepsuć, poniżyć. Ty chciałeś dać sobie trochę szczęścia, a ja chciałem cię uszczęśliwić. Wiesz, że nie odczuwałem wówczas żadnej przyjemności. Robiłem wszystko, co mi kazałeś, ale wynikało to bardziej z obawy, aby nie wypaść w twoich oczach jako człowiek słaby, jako mięczak. Chciałem być wówczas mocny tak jak ty.

Czuję do ciebie wielki żal. Zobacz, piszę to po ośmiu latach od tych bolesnych doświadczeń i wszystko przeżywam tak, jakby miało to miejsce przed chwilą. Tak bardzo wryły się w moją pamięć te przykre doświadczenia.

Nasze doświadczenia seksualne miały miejsce zaledwie kilka razy.

Potem wszystko "wróciło do normy". Ani ty, ani ja nigdy nie wspominaliśmy o tym, co robiliśmy. Myślę, że dlatego, iż nawzajem wstydziliśmy się siebie.

Mam żal do ciebie, że te doświadczenia wpędziły mnie w kompleksy. Tak niewiele brakowało, abym mógł stać się dojrzałym mężczyzną. Od chwili naszych doświadczeń zacząłem wstydzić się mojego ciała. Przebierałem się zawsze po kryjomu. Nie ćwiczyłem na WF-ie. Wstydzilem się siebie, ciebie, ludzi, wstydzilem się Boga.

Widziałem w swym życiu wiele wspaniałych i wartościowych dziewczyn, ale nie mogłem się zdobyć z żadną z nich na dłuższą rozmowę, spacer, pójście do kina. Potwornie się bałem i wstydzilem. Czy zdajesz sobie sprawę, jak bardzo chciałem się wówczas zakochać, spotykać z dziewczyną? Po naszych wspólnych doświadczeniach czułem się zerem. Nie mogłem poczuć się normalnym młodym chłopcem. Mój lęk wobec dziewczyn spowodował, iż przez jakiś czas myślałem nawet, że jestem homoseksualistą. To moje myślenie bardzo mnie poniżało. Teraz wiem, że były to tylko moje lęki. Wiesz, ile razy zostawałem sam w czterech ścianach mojego pokoju, ponieważ bałem się pójść na prywatkę czy inne koleżeńskie spotkanie.

Ale najgłębszy żal czuję do ciebie dlatego, że te nasze niedobre doświadczenia oddaliły mnie od Boga. Wstydzilem się Boga i potwornie się Go bałem. Sądziłem, że On mną pogardza. Straciłem tyle lat. Czy zdajesz sobie sprawę, jak trudno jest mi dziś uwierzyć, że Bóg mnie kocha bezinteresowną czystą miłością? Jak trudno jest mi zaufać Bogu i uwierzyć, że On mnie nie zrani. Z powodu tamtych doświadczeń myślałem przez jakiś czas, że to On stworzył mnie homoseksualistą i wydawało mi się, że cieszy się moim cierpieniem.

Po długich rozmowach z człowiekiem, któremu mogłem całkowicie zaufać, po wielu dniach modlitwy i milczenia, po wielu godzinach samotnych spacerów, dziś wiem, że mam przed sobą szansę. Rodzi się we mnie wielka nadzieja. Wiem, że odrobię stracone lata. Czuję, że Bóg zaprasza mnie do wielkiego trudu i wysiłku. Jestem pewny, że mogę odzyskać godność w moich własnych oczach. Jestem przecież Jego dzieckiem. Wiem, że otrzymam siłę do tego, aby uwierzyć w piękno ludzkiego życia i miłości, w piękno ludzkiej seksualności.

Długo klóciłem się z Bogiem. Byłem wprost na granicy bluźnierstwa. Niestety, tak było. Mówiłem Bogu: "Dlaczego jesteś taki okrutny? Jak Ty ze mną postępujesz. To nie fair. Dlaczego tylko ja tak okrutnie cierpię." Dziś rozumiem, że to tylko ja byłem dla siebie okrutny. Nie mogłem sobie wybaczyć "tamtych" wydarzeń i dlatego oskarżałem Boga. Raniłem Go taką modlitwą. Sprawiałem Mu ból. Jestem jednak pewny, że On słuchał jej ze współczuciem i zrozumieniem. Ja nie rozumiałem siebie, ale On mnie rozumiał najlepiej.

Ostatnie dwa lata siedziałem jak na becze prochu. Ciągłe towarzyszył mi lęk, napięcie, poczucie zagrożenia. Nie miałem ochoty do życia. Chciało mi się umierać. Dziwiłem się, dlaczego inni są pełni życia, a ja jestem ciągle smutny i samotny. Byłem jeszcze za mało odważny, aby zaufać człowiekowi i wypowiedzieć to, co mnie tak bardzo bolało przez tyle lat. Dziś to zrobiłem. Uważam to za wielką łaskę. Jestem pewny, iż niedługo uwierzę do końca w miłość Boga i

ludzi. Przede mną jeszcze długa walka. Módlmy się za siebie nawzajem. Niech Bóg doprowadzi nas do takiej chwili, abyśmy mogli sobie popatrzeć w oczy i przebaczyć jeden drugiemu.

Dziś o jedno proszę Pana dla nas obu: aby podniósł na nas swe oczy pełne miłości i zapytał nas: "NIKT WAS NIE POTĘPIŁ?"

List ten nie został jeszcze wysłany. Ten młody człowiek uznał, iż na wysłanie go jest jeszcze za wcześnie. Odkłada to na czas późniejszy, aż okrzepnie jego nadzieja i wiara w miłość Boga i ludzi. Postanawia wysłać list dopiero wówczas, kiedy przeminie bolesny żal i spontanicznie zrodzi się uczucie przebaczenia.

Leczenia domagają się wszystkie zranienia emocjonalno-seksualne. Nie tylko "wielkie" deprawacje seksualne, ale również "drobne" skrzywdzenia wynikające choćby z braku głębszych więzi emocjonalnych z rodzicami w okresie dzieciństwa i dojrzewania. Uzdrawienia domagają się jednak nie tylko zranienia wczesnego okresu życia, ale także skrzywdzenia seksualne późniejszego okresu.

Wychowanie do integracji seksualnej winno liczyć się z kruchością i delikatnością emocjonalno-duchową człowieka. Tą właśnie kruchością i delikatnością naznaczony jest w sposób szczególny okres dzieciństwa i dojrzewania. Cechują go bezbronność i emocjonalna słabość "małego człowieka". Stąd też wychowanie do integracji seksualnej domaga się pewnego zabezpieczenia dziecka, aby nie było narażone na brutalne uświadomienie seksualne czy tym bardziej na seksualną deprawację przez dorosłych. Rodzice winni interesować się tym, jaką "atmosferę seksualną" tworzą środowiska, w których ich dzieci uczestniczą. Nie chodzi jednak o to, aby dzieci izolować, ale aby je uodparniać przez odpowiednie kroki pedagogiczne, szczególnie zaś przez rozmowy z nimi. Nie zawsze jednak, mimo najlepszej woli i wysiłkom, jest rzeczą możliwą uchronić dziecko, zwłaszcza w pierwszym etapie dojrzewania, od negatywnych doświadczeń seksualnych. W takiej sytuacji konieczne jest udzielenie mu pomocy. Zakres tej pomocy oraz sposób jej udzielenia winien być zawsze rozeznawany indywidualnie w każdym wypadku.

ROZDZIAŁ VI
ZAGADNIENIA SZCZEGÓLWE

A. CIEKAWOŚĆ SEKSUALNA

Zauważmy najpierw, iż bardzo wielu ludzi czuje się winnych wyłącznie z tego powodu, iż doświadczają, niezależnie od swojej woli, silnej "ciekawości seksualnej". Kierowani poczuciem winy często tę ciekawość dławią. Jeżeli natomiast jej ulegają, czują się bardzo zawstydzeni i upokorzeni. Wbrew podejmowanym wysiłkom oraz całej dobrej woli, którą wkładają w pracę nad własną czystością seksualną, ciekawość ta nie tylko nie ustaje, ale nawet rośnie, przeradzając się niekiedy w uciążliwe obsesje seksualne.

Integracja seksualna domaga się spokojnej, bezłękowej akceptacji własnej "ciekawości seksualnej". W samym zainteresowaniu płciowością nie ma nic "nieczystego". Samo w sobie jest ono czymś naturalnym. Kiedy rodzi się ono w okresie dojrzewania, jest przejawem prawidłowości rozwoju emocjonalno-seksualnego. Dzięki zainteresowaniu seksualnością możliwe jest zaspokojenie potrzeby informacji koniecznych do kierowania tą ważną dziedziną ludzkiego życia. Realizm w traktowaniu ludzkiej płciowości, która jest ślepyim instynktem, każe nam jednak rozeznawać, czy zaspokajanie każdej ciekawości seksualnej, z odwoływaniem się do "naturalnej potrzeby", nie staje się parawanem dla rozwijania w sobie nieuporządkowanych pragnień i dążeń seksualnych.

1. Ciekawość seksualna okresu dojrzewania

W jednej wypowiedzi ankietowej na temat problemów seksualnych pewien chłopiec pyta: "<<Czy pożądanie, pragnienie dziewczyny jest czymś normalnym w okresie dojrzewania, czy jest ono dewiacją?>> Za zadanie tego pytania zostałem przez wychowawcę nazwany świntuchem, a przecież wątpliwości te miały miejsce." W kontekście tej wypowiedzi postawmy nieco szersze pytanie: Czy ciekawość i zainteresowanie sprawami seksu, pragnienia seksualne, które budzą się w młodym człowieku, mogą być oceniane jako nieczyste lub złe?

Próbując odpowiedzieć na pytanie zadane przez chłopca z ankiety należałoby najpierw sprecyzować, co to znaczy "pożądanie i pragnienie dziewczyny"? Czy jest to pragnienie poznania, chodzenia z nią, słowem pewnego emocjonalnego zbliżenia się do niej, czy jest to silne pragnienie kontaktów seksualnych i seksualnego współżycia. Jeżeli np. bardzo młody człowiek, piętnasto-szesnastolatek, a więc człowiek, którego seksualność dopiero się budzi, nosiłby w sobie wielkie pożądania współżycia z dziewczyną, to możemy powiedzieć, iż jego pragnienia wynikają bardziej z przesyconej erotyzmem atmosfery, w jakiej wzrastał, niż z jego potrzeb rozwojowych. Zwykle jest to owoc oglądanej pornografii, która niedoświadczonemu młodemu człowiekowi obiecuje w działaniu seksualnym "raj na ziemi". Normalnie bowiem młody człowiek nie myśli i nie szuka w taki intensywny sposób seksualnego współżycia, ale bardziej pragnie emocjonalnej bliskości. Pragnienia seksualne budzą się stopniowo wraz z rozwojem bliskości uczuciowej.

Aby zrozumieć, na czym polegają właściwe zainteresowania

seksualne młodego człowieka, trzeba wyróżnić dwa rodzaje ludzkiej ciekawości: ciekawość intelektualną i emocjonalną. Ciekawość intelektualna jest stosunkowo łatwa do zaspokojenia poprzez dostarczenie jej określonej informacji intelektualnej. Natomiast ciekawość emocjonalna nie wygasa, także po dostarczeniu jej odpowiedniej "informacji emocjonalnej". Przykładem ciekawości emocjonalnej może być np. oglądanie zdjęcia ukochanej osoby. Chociaż dobrze pamiętamy jej twarz, to jednak chętnie przyglądamy się jej ciągle na nowo. Ciekawość emocjonalna praktycznie nie wygasa nigdy. Zmienia się dopiero wraz ze zmianą postawy emocjonalnej. W naszych zainteresowaniach najczęściej ciekawość intelektualna łączy się z ciekawością emocjonalną, choć w odniesieniu do różnych osób, problemów, przedmiotów zainteresowania akcenty obu ciekawości będą się zmieniały.

Zainteresowania seksualne młodego człowieka nie posiadają oczywiście charakteru ciekawości wyłącznie intelektualnej. Młody człowiek nie czyta o seksualności tak, jak czyta podręcznik do matematyki. Informacjami seksualnymi jest żywo zainteresowany. Budzą one w nim określone emocje. Ciekawość seksualna ma w sobie ogromny ładunek emocjonalny. Poznany od strony intelektualnej pewien mechanizm seksualny, np. mechanizm współżycia seksualnego, nie powoduje automatycznie wygaśnięcia ciekawości tego faktu.

Interesując się w sposób dojrzały seksualnością młody człowiek nie szuka najpierw wrażeń zmysłowych, ale przygotowuje się do życia małżeńskiego i rodzinnego. Takie zainteresowanie zostaje włączone w szeroki kontekst potrzeb i pragnień nie tylko własnych, ale także osoby, z którą pragnie wspólnie spędzić życie. Takie zainteresowania seksualne nie zamykają człowieka w sobie samym i w swoich doznaniach zmysłowych, ale wprost przeciwnie otwierają go na innych.

Nie budząc zbytnich lęków szczególnie u tych, którzy są do nich skłonni, trzeba jednak precyzować młodym ludziom, jakie zainteresowania seksualne nie tylko nie pomagają, ale wprost mogą przeszkadzać w integracji seksualnej. Z pewnością młodemu człowiekowi nie pomagają zainteresowania seksualne, które koncentrują się na doznaniach fizycznych. W świadomości nastolatka rośnie wówczas przekonanie, że doznanie zmysłowe jest zasadniczym celem życia seksualnego.

Nie wszystkie informacje seksualne potrzebne są człowiekowi w okresie dorastania. Kryterium do szukania wielu informacji winna być nie tyle rosnąca ciekawość seksualna, ale także pojawiające się zadania i obowiązki związane z własną seksualnością. Jeżeli np. piętnastolatek intensywnie interesuje się technikami współżycia, możemy powiedzieć, iż "wiedza ta" przekracza jego potrzeby wychowania seksualnego. Wydaje się, iż nie należy zbyt łatwo "uświęcać" każdego zainteresowania seksualnego. Jeżeli jednak młody człowiek w pewnej nieświadomości "wszedł w seks po uszy" nie należy zbytnio dramatyzować takiej sytuacji, ale pokazywać potrzebę porządkowania własnych zainteresowań seksualnych i dostosowywania ich do własnych potrzeb rozwojowych.

2. Zainteresowania "czyste" i "nieczyste"

Ocena tego co jest "czyste" a co "nieczyste" w zainteresowaniach młodego człowieka nie może być dokonana tylko przez osoby z zewnątrz: wychowawców, rodziców. Oni towarzyszą młodemu człowiekowi, ale nie mogą go zastępować w jego wolnych i świadomych decyzjach, zwłaszcza w decyzjach sumienia. Rodzice i wychowawcy pomagają jedynie młodemu człowiekowi zdobyć właściwe kryteria dla oceny własnego sumienia. Ocenę sumienia podejmuje on sam. Wychowanie seksualne jest także wychowaniem do prawidłowej oceny sumienia wszystkich zjawisk seksualnych: zewnętrznych zachowań i gestów oraz pragnień i odczuć wewnętrznych.

Nieraz najbardziej naturalne zainteresowanie własną seksualnością bywa u wielu młodych ludzi przeżywane z nieczystym sumieniem i z wielkim poczuciem winy, ponieważ sama seksualność kojarzy im się z czymś złym i nieczystym. Z drugiej jednak strony nierzadko zdarza się taka niewrażliwość sumienia, która bez żadnego poczucia winy pozwala człowiekowi "spokojnie" oglądać filmy pornograficzne, czytać literaturę erotyzującą.

Normy dla rozeznania w sumieniu tego, co "czyste" lub "nieczyste" w zainteresowaniach seksualnych młodego człowieka nie ustalają tylko sami rodzice i wychowawcy, ale są one "wpisane" w samego człowieka i w jego duchowość. Naszym zadaniem jest je odczytać i kierować się nimi. Dla chrześcijan normy te są także objawione przez Boga i przekazywane przez Magisterium Kościoła.

3. Sfera naznaczona lękiem

"Byłam wychowywana w rodzinie, w której zagadnienia życia seksualnego były tematem tabu, po prostu nie istniały. Doprowadziło to do ukształtowania we mnie ogromnej blokady do tych spraw. Zaczęłam funkcjonować jako <<ono>>. Istniały we mnie olbrzymie napięcia psychiczno-fizyczne, których nie potrafiłam zniwelować. Był też ogromny lęk przed mężczyznami" - wyznaje w ankiecie pewna młoda dziewczyna.

Jak można młodego człowieka wyprowadzić z tak lękowego przeżywania własnej seksualności?

Lęk i poczucie winy, jakie towarzyszy nieraz młodym ludziom w dziedzinie seksualnej, wynikają z całego wychowania seksualnego naznaczonego atmosferą milczenia i zakazu. To, co my nazywamy "brakiem wychowania seksualnego", jest de facto wychowaniem w atmosferze tabu. Brak wychowania seksualnego jest jednocześnie lękowym wychowaniem. Jeżeli o czymś nie można mówić, to właśnie dlatego, iż jest to "sfera naznaczona lękiem". Najbardziej naturalne i proste zjawiska seksualne mogą być wówczas przeżywane z ogromnym poczuciem winy, wstydu i nieakceptacji siebie. Nieakceptacja własnej płciowości i wszystkich najbardziej naturalnych jej przejawów nie ogranicza się tylko do sfery erotycznej. Jest to bowiem w jakimś sensie brak akceptacji całej swojej osobowości.

Wychowanie seksualne w atmosferze tabu wpaja młodemu

człowiekowi, iż wszelkie odczucia, pragnienia i myśli seksualne same w sobie są nieczyste i złe. Trzeba sobie uświadomić, że sam człowiek nie jest w stanie wyjść z takiego podejścia do spraw seksualnych, które zostało w nim zakodowane zwykle w ciągu długich lat wychowania rodzinnego. Nie wystarczy też posłużyć się bezosobową informacją zaczerpniętą z książek. Młody człowiek potrzebuje osoby doświadczonej w sprawach wychowania seksualnego, do której miałby zaufanie i przed którą mógłby się otworzyć. W szczerym i otwartym dialogu może dopiero przekonać się, że sprawy seksualne są ludzkimi sprawami, że są one dobre i piękne, że można o nich spokojnie myśleć i mówić oraz że należy się nimi interesować w takim zakresie, w jakim jest to potrzebne do własnego rozwoju. Wychowawca, kierownik duchowy, z którym rozmawia osoba załęczona własną seksualnością, winien dać jej świadectwo dojrzałej, otwartej i pełnej dyskrecji postawy wobec spraw seksualnych. Winien on być jednak bardzo czujny i delikatny, aby nie wchodzić w takie sfery jej życia seksualnego, o których nie chciałaby mówić w danej chwili. Najmniejsza próba nacisku mogłaby wzmocnić postawę lękową i obronną. Wychowawca lub kierownik duchowy winien stworzyć najpierw klimat ciepła, serdeczności oraz pełnej akceptacji, który pomoże osobie przekonać się, iż będzie dobrze zrozumiana, delikatnie potraktowana i dlatego nie musi się niczego obawiać.

4. "Złoty środek"

Wyróżniliśmy dwa krańcowe typy zainteresowań ludzką seksualnością: z jednej strony bezwiedne uleganie emocjonalnej ciekawości seksualnej, z drugiej zaś lękowe podejście do wszystkiego, co seksualne. Moglibyśmy zatem zapytać o "złoty środek" zainteresowania sprawami ludzkiej płciowości.

Wydaje się, że dojrzałe zainteresowanie seksualnością człowieka - "złoty środek" - nie leży między tymi skrajnymi typami zainteresowań: z jednej strony zainteresowaniem z poczuciem winy i lęku, a z drugiej strony łatwym, bezwolnym uleganiem chorej, czyli oderwanej od realnej miłości ciekawości seksualnej. Dojrzałe zainteresowanie ludzką płciowością przekracza tak pierwszą jak i drugą postawę. Z jednej strony przekracza lęk, chory wstyd i chore poczucie winy, które dramatyzują najbardziej naturalne przejawy ludzkiej seksualności; z drugiej jednak strony dojrzałe zainteresowanie seksualnością człowieka przekracza również chorą ciekawość, która szuka nieustannego podniecenia seksualnego. Chora ciekawość seksualna jest pewną formą podglądactwa. Dojrzałe zainteresowanie życiem seksualnym człowieka szanuje zdrowy i naturalny wstyd, szanuje intymność, jaką jest ono otoczone.

5. Pornografia na polskim rynku

"Według mnie bardzo dobrze się stało, że na polski rynek trafiła pornografia. Przez czterdzieści lat była zakazana i dopiero teraz człowiek może się dużo dowiedzieć o seksie" - pisze w ankiecie pewna młoda dziewczyna.

Jak ocenić traktowanie pornografii jako źródła informacji?

Wydaje się, że jest to zbyt wielki zachwyt łatwym dostępem do dość wątpliwej informacji, jaką jest pornografia. Nie propaguje ona bowiem najpierw informacji seksualnej, ale służy jedynie chorej ciekawości seksualnej. Ma ona zaspokajać "seksualne głody emocjonalne". Proponowane w pornografii zachowania seksualne izolują doświadczenia seksualne od doświadczeń emocjonalnych i duchowych. Ponadto pornografia najczęściej pokazuje "zdeprawowane zachowania seksualne"; seks, w którym nie ma miejsca na głębokie i wierne uczucie, jak również na macierzyństwo czy też ojcostwo. Jest ona propozycją seksualnego "wyżycia się".

"Jaki jest wpływ filmów pornograficznych na rozwój uczuciowy w okresie dojrzewania i później?" - oto pytanie, które stosunkowo często w różnych formach powtarza się w ankietach.

Pornografia, filmy erotyzujące posiadają bardzo negatywny wpływ na rozwój seksualny nastolatka. Powodują bowiem między innymi utrwalenie koncentracji na fizycznej stronie ludzkiej seksualności. Pornografia oddziela fizyczne działanie seksualne od doświadczenia miłości i rodzicielstwa. Proponuje bowiem łatwe i naiwne traktowanie działania seksualnego, za które nie bierze się żadnej odpowiedzialności zarówno we własnym życiu jak i w życiu innych. Negatywnym skutkiem pornografii jest także uruchomienie w wyobraźni pewnych bardzo silnych pragnień i wyobrażeń seksualnych, które stają się źródłem napięć i "zmysłowych głodów", a których człowiek nie jest w stanie w żaden sposób zaspokoić. Pożądanie seksualne bowiem, jak każda ludzka namiętność, jest niezaspokajalne. Można je tylko opanować. Podkreślmy także, iż pornografia pokazuje najczęściej seks o zabarwieniu deprawacji czy wręcz dewiacji seksualnych.

Również w stosunkach małżeńskich obrazy pornograficzne czynią niemałe spustoszenie, ponieważ stają się źródłem traktowania "drugiego" w sposób przedmiotowy. Wobec oczekiwania niezwykle indywidualnych przeżyć seksualnych, cały bogaty świat ludzkich uczuć, pragnień, problemów "drugiego" błędnie i schodzi na dalszy plan. Pornografia jest próbą odarcia człowieka z jego intymności. Jest to "seks publiczny", seks bez intymności, seks urzeczowiony i zimny, w którym nie liczy się miłość i wzajemne oddanie się osób, ale fizyczne przeżycie. O groźnych skutkach pornografii mówi dokument Papieskiej Komisji do spraw środków społecznego przekazu: "Pornografia stopniowo dławi wycucie moralne jednostki do tego stopnia, iż czyni ją osobowo i moralnie niewrażliwą na prawa i godność innych. Podobnie jak narkotyki, pornografia wytwarza uzależnienie i popycha osobę do szukania <<produktów>> coraz bardziej ekscytujących i perwersyjnych. Na skutek tego procesu wzrasta prawdopodobieństwo antyspołecznych zachowań jednostki."

Ponad pięćdziesiąt lat temu ksiądz Franciszek Sawicki pisał: "Zachowanie godności ludzkiej, czystości w życiu seksualnym wymaga wielkiego, nierzadko wprost heroicznego wysiłku, szczególnie w warunkach cywilizacji nowoczesnej, w środowisku o tak niebezpiecznym napięciu erotycznym." Słowa te, napisane pół wieku temu, nic nie straciły ze swej wartości, ale stały się jeszcze bardziej aktualne ze względu na znaczne nasilenie erotyzacji, szczególnie za sprawą

współczesnych środków społecznego przekazu.

"Informacje" istniejące w propozycjach pornograficznych nie wpływają z analizy psychologicznej czy duchowej człowieka, ale z analizy finansowej. "Seks jest traktowany i zreżymie wykorzystywany jako <<dobro konsumpcyjne>>, a zatem jako źródło zysków; przemysł pornograficzny (filmy, czasopisma itp.) stanowią <<złotą żyłę>> przynoszącą kolosalne dochody, podobnie jest ze środkami antykoncepcyjnymi i poronnymi." Victor E. Frankl tę <<złotą żyłę>> nazwie z humorem "tańcem dookoła <<złotej świni>>". Jan Paweł II w Liście do Rodzin zadaje z mocą pytanie tym, którzy pracują w dziedzinie pornografii i są za nią odpowiedzialni: "O jakąż prawdę może chodzić w filmach, przedstawieniach, w programach radiowo-telewizyjnych zdominowanych na przykład przez pornografię? Czy jest to właściwa służba człowiekowi?"

Zjawisko pornografii jest swoistym zerowaniem na ludzkich zranieniach emocjonalnych, które ujawniają się także w zranieniach w dziedzinie seksualnej. Wielkie głody i pożądania seksualne mają bowiem swoje źródło najczęściej w zranionej emocjonalności. Ludzie młodzi głęboko zranieni w dziedzinie seksualnej, postawieni wobec propozycji pornograficznych są bezradni i przedstawiciele pornograficznego biznesu doskonale zdają sobie z tego sprawę. Młody człowiek, rozbudzony seksualnie, może łatwo racjonalizować korzystanie z pornografii tłumacząc je potrzebą zetknięcia się z życiem dorosłym. Ale przecież i to, czym żyją dorośli, bywa infantylne.

6. Stosunek do ciała

Koncentracja na fizycznych doznaniach seksualnych sprawia, że ciało kobiety czy mężczyzny staje się przedmiotem seksualnego użycia. Nie tylko mężczyźni tworzący kulturę pornograficzną i korzystający z niej traktują kobiety w taki sposób. One same wchodząc w biznes pornograficzny (może rzadziej same korzystają z pornografii) traktują siebie podobnie. Produkuje się zresztą nie tylko pornografię dla mężczyzn o orientacji heteroseksualnej, ale także pornografię dla homoseksualistów. Kontakty seksualne, gdzie ciało kobiety lub mężczyzny traktowane jest w taki sposób, pozbawione są głębszych związków uczuciowych. "Zimny seks" połączony jest wówczas z pewnym cynicznym traktowaniem siebie nawzajem.

B. NIEKTÓRE MECHANIZMY EMOCJONALNE LUDZKIEJ SEKSUALNOŚCI

Integracja seksualna domaga się nie tylko silnej woli, aby móc opanować nieuporządkowaną presję seksualną, ale także dobrej znajomości mechanizmów, którymi się ona kieruje. Nie można bowiem zapanować na tym, czego się po prostu nie zna.

1. Nie uciekać od własnej seksualności

"Jak panować nad odruchami i pragnieniami seksualnymi rodzącymi

się w człowieku spontanicznie, niezależnie od jego woli?" Pytanie to powtarza nie tylko młodzież w przeprowadzonej ankiecie, ale wielu ludzi dążących do doskonałości chrześcijańskiej.

"Brat pewien zapytał brata Idziego - czytamy w Kwiatkach św. Franciszka z Asyżu - mówiąc: <<Ojczy, poucz mnie, jak można się ustrzec grzechu cielesnego>>. Odrzekł mu brat Idzi: <<Bracie mój, kto chce ruszyć ciężar wielki lub wielki kamień, powinien starać się ruszyć go raczej zręcznością niż siłą. Podobnie jeśli pokonać chcemy grzechy cielesne i zdobyć cnotę czystości, raczej możemy ją zdobyć pokorą i dobrym a rozumnym rządem duchowym niż surowością zarozumiałą i siłą pokuty.>>"

Ogromną pomocą w "ustawicznym rozwoju w opanowywaniu podniet, by dojść z czasem do prawdziwej miłości ofiarnej" jest dobra znajomość mechanizmów emocjonalnych, którymi kieruje się ludzka seksualność. Właśnie znajomość tych mechanizmów czyni nas "zręcznymi" w opanowaniu naszych spontanicznych odruchów i pragnień seksualnych. Im bardziej pomijamy i lekceważymy seksualność, tym bardziej staje się ona wymagająca i wręcz despotyczna.

Zdławienie pragnień i potrzeb seksualnych, próba wyeliminowania wszelkich odczuć w tej dziedzinie sprawia, iż ta niezwykła i wielka energia człowieka może wcielić się w inne pozaseksualne mechanizmy psychiczne. Energii seksualne przybierają wówczas formę niszczącą. W rzeczywistości bowiem nierozwiązane problemy seksualne mogą także objawiać się w postawach i zachowaniach nieseksualnych. Nieświadomość praw, którymi rządzi się ludzka płciowość, lub też lękowe uciekanie przed zetknięciem się z nią, może być więc źródłem wielu poważnych błędów i pomyłek, które nierzadko stają się miejscem bolesnego skrzywdzenia siebie jak i innych. Za nieświadomość lub naiwność w dziedzinie seksualnej wielu płaci bardzo wysoką cenę. Akceptacja własnej seksualności każe wyrzec się próby zniszczenia w sobie tego, co jest "prawem natury", czyli darem samego Boga. Wielka niezgoda na ogólne prawa, którymi rządzi się seksualność, wypływa przede wszystkim z niezgody na siebie samego. Integracja seksualna domaga się pojednania się z sobą, a w tym także z własną seksualnością oraz przyjęcie jej jako daru Bożego.

2. Poczucie winy i lęk w mechanizmie napięcia seksualnego

Silna koncentracja lękowa na wyobrażeniach, pragnieniach czy innych odczuciach seksualnych uruchamia w psychice człowieka funkcjonowanie mechanizmu, który moglibyśmy nazwać: mechanizmem kary i nagrody. Mechanizm ten z jednej strony podtrzymuje dramatyzujący lęk i chore poczucie winy, z drugiej zaś podsyca coraz bardziej nienaturalną ciekawość. Mechanizm kary i nagrody zamyka człowieka coraz szczelniej w kręgu jego trudności tworząc w psychice błędne koło.

Działanie mechanizmu kary i nagrody można obserwować szczególnie u ludzi młodych, którzy nie zostali wprowadzeni przez swoich rodziców czy wychowawców w sprawy seksualne w atmosferze serdeczności i zaufania, ale odkrywają je sami, nierzadko w wielkim poczuciu winy

i lęku bycia zdemaskowanym.

Pierwszym ogniwem błędnego koła karania i nagradzania siebie jest dramatyczne przeżywanie całej seksualności lub też pewnych jej przejawów: narzucających się obrazów i pragnień seksualnych, napięć fizycznych, zachowań autoerotycznych. Lękowa dramatyzacja może przejawiać się między innymi w ciągłym i silnym poczuciu winy, w stanach ciągłego niepokoju (w czasie występowania danego zjawiska seksualnego jak i po nim), w braku zdolności koncentracji i niemożności skupienia się, w zniechęceniu, w smutku psychicznym przechodzącym niekiedy w stan depresji. Tym trudnościom towarzyszy najczęściej paraliżujący lęk przed wypowiedaniem swoich trudności seksualnych oraz poczucie zagrożenia już na samą myśl, że inni mogliby się "o tym" dowiedzieć.

Silne poczucie winy odruchowo popycha człowieka z kolei do karania siebie, by w ten sposób "naprawić" naruszony porządek. Karanie to może przejawiać się między innymi w poniżaniu się we własnych oczach, w przeżywaniu jakiegoś wstępu do siebie, odruchowym podejmowaniu umartwień, mocnych postanowieniach ("już nigdy więcej <<tego>> nie zrobię"), w jakichś "praktykach pobożnych" lub też innego rodzaju "praktykach pokutnych". Przy ostrym występowaniu jakiegoś zjawiska seksualnego, najcięższą formą karania siebie mogą być nawet samobójcze myśli.

Psychika ludzka domaga się jednak pewnej równowagi wewnętrznej. Stąd też uleganie odruchom karania siebie uruchamia kolejne ogniwo błędnego koła, jakim jest "pocieszanie się". Mechanizm pocieszania budzi nową ciekawość seksualną i koncentrację na doznaniach, które są z kolei źródłem powtarzania utrwalonych wcześniej zachowań. Tak zamyka się błędne koło, z którego nie można wyjść uderzając tylko w bezpośrednio zwalczanie samego zjawiska autoerotycznego. Konieczne jest wyjście od przyczyn rodzących ten dramatyzujący lęk i niezdrową ciekawość seksualną. Uchwycenie opisanego mechanizmu oraz wyjście z błędnego koła jest łatwiejsze z pomocą człowieka doświadczonego, do którego ma się pełne zaufanie.

3. Dynamika napięcia seksualnego

"Jak radzić sobie z myślami, pragnieniami, wyobrażeniami różnych sytuacji erotycznych, które bardzo często powstają w moim umyśle?" - pyta w ankiecie pewien nastolatek.

Pytanie to w różnej formie powtarza się bardzo często w ankietach na temat wychowania seksualnego. Panowanie nad własną seksualnością ogromnie ułatwia dobra znajomość dynamiki napięcia seksualnego. Bodźcem do napięcia seksualnego jest zwykle obraz erotyczny w wyobraźni. Dłuższe zatrzymanie się na obrazie erotycznym powoduje podniecenie seksualne. "Ustawiczny rozwój w opanowywaniu podniet, aby dojść do prawdziwej miłości ofiarnej" polega więc najpierw na panowaniu nad własną wyobraźnią seksualną, aby nie dopuszczać do napięcia, które dla człowieka skoncentrowanego na swojej seksualności jest najczęściej bardzo trudne do opanowania. Czystość seksualna w każdym stanie domaga się umiejętności panowania

nad własną wyobraźnią seksualną oraz rodzącymi się z niej pragnieniami.

Ogromną pomocą do spokojnej, naturalnej kontroli własnej wyobraźni (należy odróżnić kontrolę obrazów od lękowego spychania ich do podświadomości) jest znajomość pewnych podstawowych praw, którymi rządzi się wyobraźnia w ogóle. Działanie wyobraźni człowieka możemy porównać do działania ekranu telewizyjnego, który nie posiada jednak żadnego wyłącznika. Ekran naszej wyobraźni nieustannie nadaje jakiś "program" do tego stopnia, iż nie zostaje wyłączony nawet w czasie snu. Właśnie sny ukazują, jak fantastyczne i niezwykle "programy" nadaje nasza wyobraźnia. Seksualność nieuporządkowana i skonfliktowana wewnętrznie ujawnia się także poprzez sny seksualne.

Główny problem wyobraźni ludzkiej polega na tym, iż nie możemy na nią oddziaływać wprost. Nie mamy bezpośredniego wpływu na nadawany przez wyobraźnię program nie tylko w czasie snu, ale także na jawie. Kiedy chcemy jedynie siłą woli zgasić jakiś obraz w wyobraźni, oddalić go, wówczas powraca on jeszcze częściej i z większą siłą. Jeżeli człowiek oddziaływuje w taki właśnie lękowy sposób na własną wyobraźnię przez bardzo długi okres czasu, to zachowanie to może stać się źródłem obsesyjnego powracania niechcianych obrazów, pragnień, myśli.

Pośrednie oddziaływanie na naszą wyobraźnię polega na tym, iż jeden obraz możemy zastąpić innym; emocjonalnie słabszy obraz może być zastąpiony obrazem silniejszym. Ponieważ wyobraźnia człowieka jest infantylna, trzeba z nią postępować trochę tak, jak doświadczona matka postępuje z małym dzieckiem. Kiedy dziecko płacze, a przyczyna płaczu jest błaha, wówczas matka miga przed jego oczyma jakąś kolorową zabawką. Dziecko zainteresowane zabawką odwraca spontanicznie swoją uwagę od tego, co było źródłem płaczu. Kiedy w wyobraźni powstaje obraz erotyczny trzeba wówczas próbować zastąpić go innym obrazem, silniejszym emocjonalnie. Nie jest to jednak proste, ponieważ obrazy erotyczne posiadają zwykle bardzo duży ładunek emocjonalny, szczególnie u osób posiadających problemy seksualne. Im większa koncentracja lękowa na sprawach seksualnych, tym trudniej zastąpić obraz erotyczny we własnej wyobraźni. Lęk bowiem, jak już mówiliśmy, w jakiś fatalistyczny sposób popycha nas w to, od czego chcemy na siłę uciec. "Im bardziej czegoś się boimy, tym łatwiej w to wpadamy".

Jest rzeczą ważną, aby w momentach pojawienia się w naszej wyobraźni obrazów i pragnień seksualnych zachować ogromny spokój ducha, uwolnić się od chorego poczucia winy, które w takich momentach każe nam przejmować się niechcianymi obrazami, pragnieniami czy fizycznymi napięciami. Im szybciej człowiek opanuje rodzący się niepokój i poczucie winy, tym łatwiej poradzi sobie z budzącą się spontanicznie ciekawością wobec powstałych obrazów, pragnień. Dopiero duży dystans, nawet wobec najbardziej natrętnych obrazów erotycznych i najsilniejszych pragnień rodzących się w sercu człowieka, umożliwia mu panowanie nad nimi. Głęboka świadomość wyższości ducha nad popędami, zdobywana bardziej intuicyjnie niż rozumowo, stanowi podstawę do dużego zdystansowania się wobec wszystkich "tworów

ludzkiej wyobraźni", nawet tych najbardziej chorych.

Zachowanie dystansu wobec własnych odczuć, myśli, pragnień w dziedzinie seksualnej staje się możliwe również dzięki dobrze uformowanemu sumieniu, które właściwie ocenia pojawianie się w wyobraźni obrazów i rodzących się mimo woli pragnień seksualnych. Nawet najbardziej sugestywne wyobrażenia, budzące się pod ich wpływem pragnienia, napięcia fizyczne - o ile nie są świadomie i dobrowolnie wywoływane oraz podtrzymywane przez człowieka - same w sobie nie są faktami grzechu, chociaż mogą odsłaniać głębokie nieraz problemy seksualne. Ocena moralna zawsze związana jest z działaniem świadomym i dobrowolnym. To, co ma być ocenione w sumieniu jako grzech, musi być podejmowane świadomie i z wolnością. Nie ma więc potrzeby czuć się winnym tylko z powodu niedobrowolnych pragnień, nawet najbardziej "nieczystych". Owszem, jest prawdą, że mogą one stać się źródłem grzechu, ale prawdą jest także i to, że mogą one stać się okazją do pokonania własnych słabości i zwycięstwa nad samym sobą. Dobra ocena sumienia wymaga pomocy doświadczonego kierownika duchowego. Stąd też dla wewnętrznego uspokojenia, uciszenia ważną rzeczą jest nie tyle spowiadanie się z niechcianych pragnień, myśli, odczuć seksualnych, ale wypowiedzanie ich wobec kierownika duchowego lub wobec innej osoby zdolnej pomagać w integracji seksualnej.

Opanowanie podnieć seksualnych, "aby móc dojść do prawdziwej miłości ofiarnej" wymaga od człowieka zachowania higieny własnej wyobraźni; polega ona na świadomym kontrolowaniu obrazów seksualnych pochodzących z zewnątrz. Ludzie pragnący zachować czystość w swoim stanie, winni sobie uświadomić ogromną szkodliwość karmienia własnej wyobraźni wszelkiego typu obrazami pornograficznymi. Trudno przecenić niebezpieczeństwo pornografii zarówno dla młodego człowieka, którego psychika jest bardzo wrażliwa i chłonna, jak również dla człowieka dorosłego, zranionego seksualnie. Nieraz nawet pojedynczy, sugestywny obraz seksualny, może być źródłem napięć i niepokoju przez dłuższy okres czasu.

Pan Jezus mówi: "Każdy, kto pożądliwie patrzy na kobietę, już się w swoim sercu dopuścił z nią cudzołóstwa" (Mt 5,28). "Pożądlive patrzeć" rozumiane jest tutaj jako rzeczywiste "wewnętrzne dążenie" do popełnienia grzechu także wówczas, kiedy fizyczne spełnienie go jest niemożliwe. "Pożądlive patrzeć", o którym mówi Pan Jezus, nie odnosi się na pewno do odczuć seksualnych, pragnień, napięć, z którymi człowiek się zmagają, a które to odczucia wynikają z nieuzdrowionych zranień emocjonalno-seksualnych.

Jak modlić się, kiedy przychodzą nam nieczyste myśli i pragnienia? Oto jaką odpowiedź daje Karl Rahner: "Ktoś kto żyje pod naciskiem uporczywych myśli i popędów, nie uczyni może dobrze, modląc się explicite, w potocznym znaczeniu tego słowa, o wyzwolenie od pokusy. W ten sposób bowiem jego uwaga będzie zagłębiała się jeszcze bardziej w splót owych popędów i myśli. W takim wypadku modlitwą powinna być pogodna ufność, spokój wolny od przygnębienia, i w tym duchu człowiek powinien spoglądać ponad widmami nocnych upiorów swego wnętrza ku wolnemu światłu Boga, ku swej pracy, przechodzić mężnie do porządku dziennego nad tym, co go trapi. [...] Ta taktyka duchowej

walki polega na patrzeniu na Boga."

Aby "przechodzić mężnie" nad tym, co trapi człowieka w dziedzinie seksualnej, potrzebna jest pokora uznania się za człowieka zranionego, który jednak nie leczy się sam, ale pozwala się leczyć Temu, który nie przyszedł do zdrowych, ale do "tych, którzy się źle mają" (Mk 2,17).

4. Aktywność ojcowska i macierzyńska a aktywność erotyczna

Każdy człowiek - tak mężczyzna jak i kobieta - posiada określoną ilość energii życiowej, którą może odpowiednio zaangażować bądź na polu aktywności seksualnej - erotycznej, bądź też na polu aktywności ojcowskiej lub macierzyńskiej. Aktywność ojcowską i macierzyńską rozumiemy tutaj w sensie najszerszym i najgłębszym. Chodzi bowiem nie tylko o rodzenie i wychowanie dzieci, ale także o każdą "miłość aktywną", która poświęca się dla drugiego.

Mężczyzna może realizować swoją męskość nie tylko poprzez fizyczną aktywność seksualną i ojcostwo fizyczne, ale także poprzez dawanie siebie drugiemu na polu społecznym, przez ojcostwo duchowe. Również kobiecość, bycie matką, może realizować się nie tylko poprzez fizyczną aktywność seksualną i fizyczne macierzyństwo, ale także poprzez macierzyństwo duchowe.

Dominacja fizycznej aktywności seksualnej, zarówno u mężczyzny jak i u kobiety, powoduje swoiste zatracenie instynktu macierzyńskiego u kobiety i ojcowskiego u mężczyzny. Możemy zaobserwować taką postawę u osób, które prowadzą szerokie i nieuporządkowane życie seksualne. Często niewierność małżeńska męża - ojca łączy się z brakiem głębszych więzi emocjonalnych z dziećmi. Ojciec jest jakby nieobecny w rodzinie. Traci niejako instynkt ojcowski. Podobne zjawisko obserwuje się także u kobiet, które - pochłonięte przez aktywność seksualną - tracą jakby instynkt macierzyński. W obecnej rozerotyżowanej "kulturze" zachodniej, skoncentrowanej na doznaniach seksualnych, obserwuje się swoistą utratę instynktu macierzyńskiego i ojcowskiego. Np. seks pornograficzny z założenia eliminuje doświadczenie macierzyństwa i ojcostwa. Zatrata instynktu rodzicielskiego jest najbardziej widoczna w masowo stosowanej w wielu krajach antykoncepcji i aborcji.

5. Dlaczego sfera seksualna interesuje nas, a jednocześnie budzi lęk?

"Dlaczego tak bardzo interesuje mnie moje ciało i ciało płci przeciwnej? Dlaczego boję się tej ciekawości?" - pyta młoda dziewczyna w ankiecie.

W każdym człowieku istnieje pewna naturalna wstydlivość w dziedzinie seksualnej. Wstydlivość ta jest ochroną tego, co w seksualności jest głęboko intymne i osobiste. Fenomen wstydlivości broni ludzką seksualność przed "łatwym dostępem" do niej "niepożądanych osób". Wstydlivość ukazuje, iż seksualność ludzka jest "miejscem strzeżonym". Stąd łamanie wstydlivości człowieka jest

zawsze bardzo poważnym naruszeniem ludzkiej godności. Każdy ma prawo do własnej intymności seksualnej.

Z drugiej jednak strony sprawy seksualne posiadają pewien element fascynacji, piękna emocjonalnego i estetycznego. Samo ludzkie ciało zawsze było źródłem kontemplacji twórczej, natchnienia artystycznego dla twórców wszystkich epok. Rolą naturalnej ciekawości, fascynacji seksualnej, jest wzajemne przyciąganie płci. Seksualność kobiety jest wielką "obietnicą" dla mężczyzny, a seksualność mężczyzny jest "obietnicą" dla kobiety. Obietnicą wspólnego, pełnego spotkania. "Obietnicą współżycia", czyli wspólnego życia. Spotkanie seksualne kobiety i mężczyzny jest "obietnicą", źródłem nowego życia.

Ale ten naturalny lęk (wstydlivość) jak i naturalna ciekawość (fascynacja seksualna) mogą łatwo ulec zachwianiu. Oddalanie się od tego, co naturalne w seksualności, zarówno z powodu chorego lęku z jednej, jak i chorej ciekawości z drugiej strony, powoduje swoiste nerwicowe rozbicie seksualności człowieka. Nienaturalny nerwicowy lęk w sprawach seksualnych owocuje zawsze chorą, nerwicową ciekawością (obsesyjnością) w tej dziedzinie. Funkcjonowanie seksualności człowieka jest wówczas zawsze jakoś rozbite. Naturalny lęk seksualny (wstydlivość) i naturalna ciekawość seksualna w dojrzałej osobowości nakładają się jakby na siebie. Uporządkowanie w dziedzinie seksualnej charakteryzuje się między innymi naturalną i bezlękową ciekawością seksualną. Stopień chorej ciekawości obniża się jednak w miarę obniżania się chorych lęków seksualnych. I odwrotnie. Obniżanie się chorych lęków, powoduje obniżanie się chorej ciekawości seksualnej.

6. Nadużywanie alkoholu a zachowania seksualne

Wielkim niebezpieczeństwem dla dojrzałych zachowań seksualnych jest nadużywanie alkoholu. Obok niszczenia zdrowia fizycznego również wielkim niebezpieczeństwem nadużywania alkoholu jest stopień wrażliwości emocjonalnej i duchowej człowieka. Człowiek nadużywający alkoholu traci wrażliwość na wyższe ludzkie potrzeby i odczucia: na miłość, szacunek, delikatność, poczucie cudzej i własnej godności, wstydlivość itp. Nadużywanie alkoholu wyzwala jednocześnie w człowieku najniższe instynkty: brak delikatności a nawet brutalność, używanie siły, pretensjonalność, drażliwość na własnym punkcie, chore ambicje itp. Alkoholizm jest zawsze jakąś formą ucieczki od życia: od zaangażowania w życie osobiste, życie rodzinne, formą ucieczki od odpowiedzialności za siebie i za innych. Pod wpływem alkoholu zarówno mężczyzna jak i kobieta zatracają instynkt rodzicielski: ojcowski i macierzyński. Obniża się wówczas poczucie odpowiedzialności za dzieci oraz zdolność do nawiązywania z nimi głębokich więzi emocjonalnych. Jednym z głównych następstw nadużywania alkoholu jest przecież rozbicie małżeństwa i rodziny.

Alkohol, zwłaszcza dla mężczyzny, jest często bezpośrednią przyczyną dezintegracji osobowej, w tym także dezintegracji na polu seksualnym, która polega na oddzielaniu samych działań fizycznych od doświadczenia miłości i odpowiedzialności. Działania seksualne pod

wpływem alkoholu stają się siłowe i brutalne. Wiele nadużyć i skrzywdzeń seksualnych, zwłaszcza wobec osób nieletnich, zostaje dokonanych właśnie pod wpływem alkoholu.

Dziecko wychowywane w rodzinie z problemem alkoholowym przejmuje sposób reagowania alkoholika. Podobnie jak jego rodzic, czuje się ono zwykle tak samo słabe, bezsilne, załężnione, niezdolne do nawiązywania głębszych więzi emocjonalnych zarówno ze światem dorosłych jak i swoich rówieśników. Dziecko alkoholika przejmuje także na siebie chore poczucie winy. Przy braku wychowania seksualnego to właśnie nieokreślone poczucie winy łatwo zostaje ulokowane w sferze seksualnej. Wówczas wszelkie lęki, obawy z dziedziny seksualnej są zwykle powiększane i wzmacniane przez poczucie winy przejęte od rodzica nadużywającego alkoholu.

7. Nieprzyzwoite żarty seksualne a poczucie humoru

Należy odróżnić poczucie humoru, dobry żart od nieprzyzwoitego czy wręcz cynicznego traktowania spraw seksualnych. Dobry humor, który może przecież zawierać także pewne drobne elementy seksualne, ("Nic, co ludzkie, nie jest nam obce"), nie szuka najpierw wrażeń i doznań seksualnych. Jest on raczej pewną formą rozładowania napięcia psychicznego w samym człowieku oraz w relacjach międzyludzkich. Sfera seksualna przez to, iż jest bardzo intymną, dyskretną i delikatną, rzeczywiście może łatwo stać się przedmiotem humoru. Dobry humor winien wyrażać jednak nie tylko własne uczucia, ale także uczucia innych. Nie może on obrażać uczuć ludzkich. Jest to istotna cecha dobrego humoru. Owszem, może je dyskretnie "dotykać", dawać do myślenia, ale nie może stać się źródłem przykrości i cierpienia dla innych. Dobry humor liczy się więc nie tylko z własnym stopniem wrażliwości, ale także ze stopniem wrażliwości otoczenia, który może być zupełnie różny od tego, który posiada się samemu.

Natomiast istotą nieprzyzwoitych żartów jest szukanie doznań seksualnych, które nie są już miejscem przekazywania miłości i życzliwości, ale są jedynie przeżyciem zmysłowym. "Słone żarty", nieprzyzwoite słowa są często także przypisaniem innym własnego spojrzenia na sprawy seksualne. Nieprzyzwoite żarty są także "dzieleniem się" własną, nieuporządkowaną seksualnością z innymi. Jest to zazwyczaj słowna pornografia. "Grube" seksualne żarty wyrażają nie tylko nieuporządkowanie w sferze seksualnej, ale objawiają także pewną niewrażliwość duchową i emocjonalną człowieka.

Wyrazem cynizmu w dziedzinie seksualnej są jednak nie tylko nieprzyzwoite żarty, "słone kawały", używanie słów, które określają w sposób wulgarny seksualność człowieka, ale także postawa wyzywającego odrzucenia ideałów w dziedzinie moralności seksualnej. Od cynicznego rozmawiania o sprawach seksualnych łatwo przechodzi się do cynicznego działania seksualnego, w którym drugi człowiek jest tylko przedmiotem użycia. Dojrzałość seksualna wymaga odcięcia się od atmosfery cynicznego i wulgarnego traktowania tej delikatnej dziedziny życia ludzkiego.

C. MASTURBACJA

Po przedstawieniu problemu "ciekawości seksualnej" oraz najważniejszych mechanizmów emocjonalnych, którymi kieruje się ludzka seksualność przejdźmy teraz do problemu masturbacji. Wejście w proces integracji seksualnej domaga się bowiem pokonania autoerotycznego zachowania, którym charakteryzuje się masturbacja. Właściwe traktowanie problemu masturbacji domaga się jednak uwzględnienia wieku, w którym ono występuje. Problem ten pojawia się bowiem nie tylko w okresie dojrzewania, ale już znacznie wcześniej. Nierzadko też u pewnych osób rozciąga się on także na życie dorosłe. Stąd należy osobno omawiać problem masturbacji: przed okresem dojrzewania (przed 12-14 rokiem życia), w okresie dojrzewania, po okresie dojrzewania (po 20 roku życia). W naszych rozważaniach zatrzymamy się jednak głównie nad kryzysem masturbacji w okresie dojrzewania.

1. Masturbacja przed okresem dojrzewania

W dzieciństwie, przed okresem dojrzewania, problem masturbacji może występować tak u chłopców jak i u dziewczynek. U chłopców jest ona zjawiskiem zwykle częstszym także ze względu na strukturę seksualności męskiej. W okresie dzieciństwa, przed okresem dojrzewania, masturbacja występuje przede wszystkim u tych dzieci, które żyją w dużych napięciach i stresach psychicznych. Wywołują je zwykle sytuacje konfliktowe istniejące w rodzinie oraz nieodpowiednia postawa wobec dziecka: stawianie dziecku surowych wymagań przerastających jego możliwości psychiczne a nawet fizyczne, znęcanie się czy też brutalne bicie dziecka, lęk i brak poczucia bezpieczeństwa, ciągle zagrożenie panujące w domu z powodu kłótni i nieporozumień między rodzicami, atmosfera oschłości emocjonalnej. Dzieci te posiadają zwykle zaburzone relacje emocjonalne zarówno z dorosłymi jak i z rówieśnikami. W takiej sytuacji emocjonalnej dziecko odkrywa masturbację najczęściej w sposób zupełnie nieświadomy i przypadkowy. Pełni ona wówczas rolę odruchowego rozładowania napięć nie tyle jednak seksualnych, ile raczej emocjonalnych.

Inną przyczyną masturbacji dzieci może być wprowadzenie w tę praktykę przez rówieśników czy też deprawacja ze strony osób dorosłych. Dziecko bezbronne wobec przewagi, jaką posiada nad nim człowiek dorosły, może łatwo podlegać deprawacji seksualnej. Nawet pojedyncze seksualne wykorzystanie dziecka przez osobę dorosłą powoduje zwykle koncentrację dziecka na sferze erotycznej, co może prowadzić do masturbacji.

Jak można pomóc dzieciom ulegającym masturbacji?

Kiedy rodzice zauważą masturbację swoich dzieci, winni przede wszystkim podejść do problemu bardzo dyskretnie oraz z całym spokojem: nie dramatyzować, nie działać lękowo i nie stosować jakichkolwiek kar. Naciski rodziców przez zwracanie dziecku uwagi, napominanie go, zawstydzanie, a tym bardziej stosowanie kar, powoduje zwykle głębsze jego zamknięcie się w sobie i utrwalenie nie tylko zjawiska masturbacji, ale przede wszystkim lękowego skoncentrowania

się na całej sferze seksualnej.

Pomoc, jakiej rodzice mogą udzielić dziecku w sytuacji masturbacji dziecięcej, będzie w dużym stopniu zależeć od kontaktu emocjonalnego, jaki uda im się nawiązać z dzieckiem oraz na ile dziecko potrafi się przed nimi otworzyć. Próbując nawiązać głębszy kontakt emocjonalny z dzieckiem, rodzice winni jednocześnie bardzo poważnie analizować własne oddziaływanie pedagogiczne na dziecko, by móc odpowiedzieć sobie na pytanie, czy swoim postępowaniem nie stwarzają oni atmosfery napięcia, lęku, braku poczucia bezpieczeństwa czy też oschłości uczuciowej. Pomoc dzieciom z trudnościami seksualnymi będzie mało skuteczna, jeżeli nie usunie się głównych źródeł napięć i stresów, które leżą u podstaw ich seksualnych zachowań.

2. Masturbacja w okresie dojrzewania

"Uprawiam samogwałt. Sprawia mi to wprawdzie przyjemność, ale potem mam wyrzuty sumienia. Chciałabym z tym skończyć, ale jest to silniejsze ode mnie" - jest to jedno z wielu wyznań czynionych tak przez chłopców jak i dziewczęta, które spotykamy w przeprowadzonych ankietach.

Jak wykazują statystyczne badania zjawisko masturbacji jest bardzo powszechne w okresie dojrzewania. W psychologii podkreśla się, iż zjawisko to nie jest jednak koniecznością okresu dojrzewania. Masturbacja u sporej części nastolatków bywa zjawiskiem bardzo sporadycznym i ograniczonym zaledwie do kilku przypadków. I stąd też twierdzenie niektórych autorów, iż masturbacja jest zjawiskiem nieuniknionym i koniecznym w okresie dorastania, jest nie tylko pewnym uproszczeniem, ale także niezbyt uczciwą informacją również z punktu widzenia psychologii. Twierdzenie, iż "nastolatek nie ma innego wyjścia dla zaspokojenia instynktu, jak posłużyć się własnym ciałem", traktuje człowieka jako niewolnika własnych odruchów seksualnych, nad którymi w żaden sposób nie może on zapanować.

Kryzys masturbacji okresu dojrzewania może mieć różne nasilenie. Jeżeli masturbacja zdarza się rzadko - np. kilka razy w roku, raz czy drugi w miesiącu - kryzys ten uważany jest za łagodny. Jeżeli natomiast zdarza się często - np. kilka razy tygodniowo lub nawet codziennie - jest to raczej ostry kryzys, który może mieć nawet nerwicowe podłoże. Im ostrzejszy kryzys masturbacji, tym większa potrzeba delikatności w traktowaniu tego problemu zarówno przez daną osobę jak również przez wychowawców. Ostrzejszy kryzys wymaga zwykle większej i bardziej uważnej pomocy osoby kompetentnej. W psychologii rozwojowej podkreśla się, że przedłużanie się problemu masturbacji poza okres dojrzewania oznacza często pewne trudności w nawiązywaniu relacji międzyludzkich, szczególnie zaś relacji z płcią przeciwną.

Natężenie kryzysu masturbacji w okresie dojrzewania w dużym stopniu będzie zależeć od głębi problemów, które mogą wyrażać się w zachowaniach autoerotycznych, od stopnia rozbudzenia seksualnego w okresie dzieciństwa oraz od głębi lęków i ciekawości seksualnej wniesionych w okres dojrzewania. Im większe były lęki i ciekawość

seksualna w dzieciństwie, tym zwykle większy i głębszy jest kryzys masturbacji tego okresu.

Kryzys masturbacji rozpoczyna się w różny sposób. Najczęściej jest to przypadkowe odkrycie. Bywa, iż młody człowiek zostaje zachęcony przez swoich rówieśników, coraz częściej także przez literaturę. Masturbacja, która rozpoczyna się przez jakąś formę kontaktu fizycznego, który we wczesnym etapie dojrzewania posiada charakter mniejszej czy większej deprawacji, jest zwykle znacznym zranieniem emocjonalnym, który może rzutować na dalszy rozwój psychoseksualny. Głębia zranienia zależy od wieku oraz intensywności i częstotliwości doświadczeń seksualnych.

Wyrażenie "kryzys masturbacji" jest bardzo dobrym określeniem dla tego zjawiska okresu dojrzewania. Wskazuje bowiem, iż winno być ono traktowane jako przejściowa i niedojrzała forma zachowania seksualnego. Najczęściej nastolatek czuje doskonale sam, iż masturbacja jest bardzo niedojrzałym rozwiązaniem jego trudności seksualnych. I chociaż zwykle nie może on w żaden sposób wyznaczyć sobie określonego czasu na uporanie się z tym problemem, to jednak jest rzeczą ważną, aby młody człowiek zdawał sobie sprawę, iż jest to zjawisko przejściowe i w ten sposób chciał je traktować.

Najczęstszym motywem masturbacji nie jest jakiś laksyzm moralny młodych ludzi i hedonistyczne podejście do życia, o co nierzadko bywają oskarżeni przez niektórych dorosłych. Takie oceny są zbyt uproszczeniem i często są bardzo niesprawiedliwe. Najczęściej młody człowiek nie akceptuje masturbacji, choć nie umie sobie jeszcze radzić z własnym napięciem seksualnym. Odruchy kompulsywne przekraczają zwykle zdolności psychicznego zmobilizowania się i siły woli. Opanowanie własnego napięcia seksualnego subiektywnie przerasta młodego człowieka. Sytuacja pogarsza się często, kiedy ze zjawiskiem masturbacji związane jest głębokie poczucie winy, lęk i wstyd. Trzeba sobie uświadomić, że źródłem napięć seksualnych dla młodego człowieka jest nie tylko jego intensywny rozwój seksualny czasu dojrzewania, ale także jego głębsze, pozaseksualne problemy.

"Wychowawca i wnikliwy doradca winien się starać zrozumieć przyczyny masturbacji, by pomóc dorastającemu człowiekowi pokonać niedojrzałość, która leży u podstaw takiego zachowania. Z wychowawczego punktu widzenia trzeba mieć świadomość, że masturbacja i inne formy autoerotyzmu są objawami o wiele głębszych problemów, powodujących napięcie seksualne, które wychowanek próbuje rozładować uciekając się do takiego zachowania". "Głębsze problemy, powodujące napięcie seksualne", które leżą u podstaw zachowań autoerotycznych, to najczęściej: konflikty istniejące w rodzinie, brak poczucia bezpieczeństwa, izolacja emocjonalna, brak relacji emocjonalnej z najbliższymi, szczególnie z rodzicami, brak relacji emocjonalnej z płcią odmienną, poczucie mniejszej wartości, zbyt wielkie wymagania stawiane przez rodziców, stany depresji i lęków, niewiara w siebie, nieakceptacja siebie samego.

"Wynika z tego konieczność ukierunkowania oddziaływań pedagogicznych bardziej na przyczyny niż na bezpośrednie zwalczanie tego zjawiska." Wydaje się, iż to stwierdzenie dokumentu Stolicy

Apostolskiej posiada ogromne znaczenie dla rozwiązania problemu masturbacji okresu dorastania. Chodzi o to, aby nie tyle zajmować się samym problemem masturbacji, ale zasadniczymi, najczęściej pozaseksualnymi, przyczynami samego zjawiska. Skoncentrowanie się na samej masturbacji, obserwacja tego zjawiska w celu bezpośredniego i szybkiego przezwyciężenia go sprawia, iż nie tylko się ono nie zmniejsza, ale utrwała się.

"W ukierunkowaniu oddziaływań bardziej na przyczyny niż na bezpośrednie zwalczanie zjawiska" chodzi najpierw o dążenie do obniżenia napięć emocjonalnych i psychicznych, które są najczęściej głównym źródłem napięć seksualnych. Stąd też, aby pomóc młodemu człowiekowi rozwiązać problem masturbacji, trzeba mu pomóc zobaczyć jego zasadnicze problemy życiowe, które stają się "głębszymi przyczynami leżącymi u podstaw" autoerotycznych zachowań, o których wspomina dokument Stolicy Apostolskiej. Kiedy zaś nastolatek rozwiązując zasadnicze problemy doświadczy wyraźnego spadku napięć emocjonalnych zwykle również doświadcza mniejszych napięć seksualnych. Często w takiej sytuacji kryzys masturbacji sam znika.

W jaki sposób zmniejszenie napięć emocjonalnych wpływa na obniżenie napięć seksualnych i na zdolność przezwyciężenia masturbacji dobrze pokazuje doświadczenie zakochania, jakie przeżywają niektórzy młodzi w okresie dojrzewania. Kontakt emocjonalny z płcią przeciwną staje się źródłem wielu pozytywnych uczuć. Pod ich wpływem znikają głębsze stany napięcia i stresów. Niektórym zdarza się, iż w tym czasie zakochania mija czasowo lub na stałe kryzys masturbacji. Są to zawsze reakcje bardzo zindywidualizowane. Nie są one stałą regułą. Nie można ich też w żaden sposób zaplanować. Jest to pewne zjawisko, które można obserwować tylko u niektórych. Problem masturbacji powraca jednak łatwo, kiedy zakochanie mija i kiedy ponownie narastają stany napięć i stresów emocjonalnych.

"Aby pomóc młodemu człowiekowi wyzwolić się z zamknięcia w sobie i poczuć się przyjętym do wspólnoty miłości, wychowawca powinien oddramatyzować fakt masturbacji, a także nie odmawiać wychowankowi szacunku i życzliwości." Wielu młodych ludzi przeżywa kryzys masturbacji w sposób bardzo bolesny i dramatyczny. Czują się upokorzeni i poniżeni najpierw we własnych oczach. "Onanizuję się, choć bardzo wstydzę się tego. Chciałbym z tym skończyć, ale nie wiem jak" - wyznaje bezradnie w ankiecie pewien chłopiec.

Ponieważ młodzi ludzie, bezradni wobec własnych problemów seksualnych, poniżają się we własnych oczach, dlatego też osobista rozmowa z wychowawcą, z kapłanem ma służyć między innymi przywróceniu im szacunku do siebie samych. Okazując im szacunek i życzliwość, pomagamy im jednocześnie odzyskać poczucie własnej godności. Szacunek starszego "brata", "siostry" winien być świadectwem szacunku samego Boga. Młody człowiek nie rozwiąże nigdy nie tylko problemu seksualnego, ale żadnego innego problemu, odwołując się najpierw do poniżania i pogardy dla siebie. Są to bowiem odruchy destrukcyjne i nie można na nich budować doświadczeń pozytywnych.

Stąd też zachęta do oddramatyzowania problemu masturbacji

posiada doniosłe znaczenie wychowawcze, ponieważ zaprasza rodziców, wychowawców i duszpasterzy, aby autoerotyczne, niedojrzałe zachowania seksualne młodego człowieka traktować jak inne jego ważne sprawy. Oddramatyzować problemy masturbacji to także odzyskać wiarę we własne ludzkie siły, wiarę w możliwość nawiązania głębokich relacji z innymi, otworzyć się na innych, pokonać koncentrację na sobie i swoich potrzebach. Niedojrzałość zachowań autoerotycznych polega właśnie na koncentracji na własnych doznaniach.

W przeszłości często straszono młodych ludzi wielkimi niebezpieczeństwami związanymi z masturbacją. Taki styl wychowania seksualnego wynikał nie tylko z braku odpowiedniej wiedzy o ludzkim rozwoju emocjonalnym, ale także z pewnej wizji wychowania w ogóle. Również dzisiaj istnieją jeszcze wychowawcy, którzy chętnie odwołują się do strachu, który - ich zdaniem - jest najskuteczniejszym środkiem wychowawczym. Nawet najlepsze zamierzenia i dobre intencje nie mogą jednak usprawiedliwić odwoływania się do lęku oraz przesadnego podkreślania niebezpieczeństw w wychowaniu seksualnym. W niedawno wydanej książce możemy znaleźć radę: "W walce z nałogiem onanizmu dużą pomocą mogą być silne emocje, np. strach przed karą Bożą czy mocne uczuciowe zaangażowanie w jakąś pracę." O ile drugie źródło silnych emocji (zaangażowanie w jakąś pracę) mogłoby okazać się pomocne, to należy wątpić w pomoc pierwszego źródła, jakim jest strach przed Bogiem. Trudno takie rady pogodzić z intencją omawianego przez nas dokumentu Stolicy Apostolskiej. Choć słowa: "nie dramatyzować masturbacji" z pewnością nie oznaczają lekceważenia tego problemu, na pewno są jednak zachętą, by wreszcie zakończyć posługiwanie się strachem (tym bardziej strachem przed Bogiem) w wychowaniu seksualnym.

Młody człowiek winien poważnie potraktować problem masturbacji, co wcale nie musi być związane z kierowaniem się strachem. Trzeba raczej odwołać się do poczucia odpowiedzialności oraz niezwykle silnego przeciwieństwa w młodym człowieku pędu rozwojowego, także w sferze emocjonalnej i duchowej. Żaden młody człowiek nie chce pozostać niedojrzałym, infantylnym. Chce wzrastać. "Nie znam człowieka - pisze K. Meissner - który uprawiając samogwałt nie chciałby się od niego uwolnić." Wystarczy więc pokazać masturbację jako seksualność niedojrzałą, aby zachęcić do wysiłku w pokonywaniu go. Jeżeli bowiem młody człowiek pragnie ukształtować w sobie dojrzałą postawę seksualną, konieczne jest pokonywanie koncentracji na sobie i swoich seksualnych doznaniach, by móc naprawdę otworzyć się na innych. Integracja seksualna domaga się więc wprzęgnięcia energii seksualnej w służbę miłości i dawanie życia.

Oddramatyzowanie problemu masturbacji nie może też łączyć się z naiwnym patrzeniem na to zjawisko i nie dostrzeganiem żadnych zagrożeń. Pewnym niebezpieczeństwem masturbacji, szczególnie wówczas, kiedy jest ona nie tyle wynikiem bezradności wobec własnego napięcia seksualnego, ale posiada hedonistyczny charakter i nie podejmuje się z nią walki, jest koncentracja na sobie samym i swoich doznaniach. Taka masturbacja utrwała niedojrzałe zachowania seksualne, które izolują zewnętrzne działanie od doświadczenia miłości i

odpowiedzialności.

Kryzys masturbacji może być jedynie epizodem okresu dojrzewania i nie pozostawić większych śladów w emocjonalności i w zachowaniach seksualnych, o ile rozwiązując go człowiek sięgnie do zasadniczych przyczyn oraz odwoła się do pomocy doświadczonej osoby, do której ma pełne zaufanie. Gdyby jednak młody człowiek, kierując się wstydem, poczuciem winy, lękiem o siebie i swoją opinię, zamknął się na jakąkolwiek pomoc z zewnątrz, wówczas kryzys masturbacji może stać się obolałym miejscem utrwalającym jego niedojrzałość oraz źródłem traktowania drugiego człowieka w sposób przedmiotowy już nie tylko w kontaktach seksualnych, ale we wszystkich innych relacjach.

3. Rozeznanie odpowiedzialności moralnej

Katechizm Kościoła Katolickiego stwierdza, iż "Magisterium Kościoła, zgodnie ze stałą tradycją, jak i wycucie moralne wiernych potwierdziły bez najmniejszej wątpliwości, że masturbacja jest aktem w sposób istotny i poważny nieuporządkowanym. Jakikolwiek byłby motyw, rozmyślne używanie zdolności seksualnych poza normalnymi stosunkami małżeńskimi, jest sprzeczny z ich istotą. Przyjemność seksualna jest bowiem wówczas poszukiwana poza relacją seksualną, której domaga się porządek moralny, a który realizuje się w kontekście prawdziwej miłości".

Stwierdzając z całą jasnością, iż masturbacja jest aktem nieuporządkowanym moralnie, Magisterium Kościoła zachęca jednak do wielkiej ostrożności w ocenie subiektywnej odpowiedzialności osoby: "W celu określenia słusznego osądu moralnej odpowiedzialności oraz dla celów duszpasterskich, trzeba liczyć się z niedojrzałością uczuciową, z siłą skłonności i przyzwyczajeniem, ze stanami niepokoju wewnętrznego lub z innymi faktami psychicznymi lub społecznymi, które zmniejszają, jeżeli nawet nie ograniczają do minimum moralne poczucie winy, moralną odpowiedzialność".

Przy ocenie osobistej odpowiedzialności moralnej jakiegoś czynu winniśmy brać pod uwagę dwa zasadnicze elementy: z jednej strony obiektywne zło czynu (materia grzechu), z drugiej zaś strony subiektywną odpowiedzialność osoby (świadomość i dobrowolność). Podstawowym błędem, jaki popełnia się w wychowaniu seksualnym dzieci i młodzieży jest mechaniczne utożsamianie obiektywnego zła pewnych zachowań seksualnych z jednoczesną pełną odpowiedzialnością subiektywną. Stąd też nierzadko zdarzają się mechaniczne stwierdzenia, iż określony czyn jest zawsze grzechem ciężkim, czy też przeciwnie jest zawsze grzechem lekkim. Takie stwierdzenia wynikają nie tylko z pewnych uproszczeń duszpasterskich, ale są także owocem lęków wewnętrznych przed wzięciem odpowiedzialności za ocenę moralną własnego sumienia. Stąd też osobom o nieufornym sumieniu wydaje się, że bezpieczniejsze jest sztywne, choć nie do końca prawdziwe, ogólne stwierdzenie, że dany czyn jest zawsze grzechem ciężkim czy też zawsze grzechem lekkim. Ogólne stwierdzenia, iż dany czyn posiada zawsze jednakową kategorię moralną ogromnie utrudnia wychowanie sumienia do właściwej oceny moralnej własnych czynów, ponieważ

zwalnia od osobistej odpowiedzialności w rozeznawaniu sumienia.

Przy ocenie moralnej grzechów seksualnych ważną rzeczą jest także uwzględnienie hierarchii przykazań. Przeakcentowana koncentracja na grzechach szóstego przykazania, powoduje groźne dla życia duchowego zaślepienie na grzechy pierwszych pięciu przykazań. Wielu ludziom - nie tylko młodym, skoncentrowanym na słabościach seksualnych, wydaje się w sposób naiwny, iż mają zasadniczo "jeden problem" w swoim życiu. Stąd tak ważne w ocenie moralnej grzechów seksualnych jest uwzględnienie faktu podkreślanego przez Wytoczne Wychowawcze Kongregacji do spraw Wychowania Katolickiego w odniesieniu do ludzkiej miłości, że odpowiedzialność za czyny seksualne winna naprowadzać na odpowiedzialność za rozwiązanie głębszych problemów egzystencjalnych. Nie można naprawdę zrozumieć istoty grzechów szóstego przykazania, jeżeli nie odkrywa się istoty grzechu przeciwko pierwszemu przykazaniu miłowania Boga i ludzi.

Odpowiedzialność moralną w dziedzinie seksualnej trzeba rozszerzyć z pojedynczych aktów słabości seksualnej także na bardziej ogólną odpowiedzialność za całe swoje życie: za coraz większą dojrzałość emocjonalną i duchową, za swoją wolność, za sposób traktowania drugiego człowieka. "Każdy człowiek winien zabiegać o to, by posiadać rzeczywiście wolność wewnętrzną, a więc by nie poddać się naciskowi ślepego popędu lub przymusu zewnętrznego." Rozszerzenie odpowiedzialności moralnej z pojedynczych grzechów seksualnych na odpowiedzialność za całe swoje życie wiąże się także z otwieraniem się na innych oraz z zaangażowaniem się w budowanie relacji międzyludzkich. Różne formy zaangażowania w relacje międzyludzkie pomagają ukazać ludzką seksualność jako miejsce dawania innym miłości i życia.

Każda ocena moralna własnego postępowania dokonuje się tylko we własnym sumieniu. Rozmowa z kierownikiem duchowym lub spowiednikiem służy jedynie potwierdzeniu przez Kościół "pracy sumienia penitenta". Kierownik duchowy nie może jednak podejmować za niego decyzji o stopniu jego subiektywnej odpowiedzialności. Kierownik duchowy jest "świadkiem" Kościoła pomagającym rozeznąć słuszność "pracy sumienia". Potwierdza lub kwestionuje osobistą uczciwość i roztropność penitenta. W rozeznaniu sytuacji penitenta kierownik duchowy nie może jednak opierać się tylko na własnym, subiektywnym osądzie, ale na wierze Kościoła.

Pomoc kierownika duchowego w rozeznaniu sumienia jest ważna. Brak bowiem potwierdzenia oceny własnego sumienia ze strony osoby kierownika duchowego lub spowiednika, może wprowadzać w sumienie młodego człowieka ciągłą wątpliwość i poczucie niepewności.

Zdarza się, iż przy braku wychowania seksualnego młody człowiek odkrywa masturbację nie zdając sobie sprawy z moralnego wymiaru swojego zachowania. Kiedy przypadkowo dowiaduje się, że "to jest grzech" spontanicznie zadaje pytanie: "Czy z masturbacji należy się spowiadać?" Odpowiedź brzmi: tak. Trzeba się spowiadać, jak z każdej innej ludzkiej ułomności. I chociaż nie jest ona pierwszą i najważniejszą słabością człowieka, to jednak jest wyrazem egotyzmu i koncentracji na sobie. Przy spowiadaniu się z grzechów natury

seksualnej dobrze jest posługiwać się prostymi i jednoznacznymi określeniami, bez uciekania się do eufemizmów, które nierzadko stają się powodem dodatkowych pytań ze strony spowiednika. Jasne i proste wyrażenia sprawiają, iż dodatkowe pytania w tak delikatnej materii stają się po prostu niepotrzebne. Obok "zewnątrznej materii grzechu" dobrze jest uświadomić sobie i wyznać na spowiedzi wielkość wewnętrznego zaangażowania nie tylko w pokonaniu niedojrzałej seksualności, ale także w pełny osobisty rozwój emocjonalny i duchowy.

4. Pomoc w kryzysie masturbacji okresu dojrzewania

W wielu publikacjach dla młodzieży - w imię "nie robienia problemu" - autorzy nie tylko banalizują problem masturbacji, ale mówią nawet, iż "może być ona przydatna, skoro chłopiec i dziewczyna mogą dzięki niej rozwinąć wyobraźnię i pociąg seksualny do płci przeciwnej". Takie interpretacje kryzysu masturbacji nie tylko całkowicie lekceważą etykę chrześcijańską i wymiar duchowy człowieka, ale są po prostu nieprawdziwe także z punktu widzenia psychologicznego. Rozwijanie wyobraźni seksualnej nie pomaga w rozwijaniu rzeczywistych relacji z płcią przeciwną, ponieważ koncentruje ona człowieka na własnych doznaniach i odczuciach zmysłowych. Aby móc pokonać kryzys masturbacji nie można jej racjonalizować, ale trzeba uznać ją jako przejaw niedojrzałości nie tylko seksualnej, ale także emocjonalnej i duchowej.

a) Podstawą w zmaganiu się z kryzysem masturbacji okresu dojrzewania jest założenie, iż młody człowiek pragnie przezwyciężyć tę niedojrzałą formę zachowania seksualnego. W rozwoju emocjonalnym takie pragnienie zwyczajnie jest obecne, choć nie należy z góry zakładać go jako oczywistego. U wielu młodych ludzi istnieje bowiem zbyt pasywne podejście do życia, które rzutuje także na bierność wobec wszystkich osobistych problemów, także seksualnych.

b) Aby młody człowiek mógł pokonać kryzys masturbacji, winien najpierw rozeznaczyć, co jest dla niego głównym źródłem napięć seksualnych; mniej lub bardziej świadomie szukane bodźce zewnętrzne czy też głębsze problemy pozaseksualne, które powodują w sposób kompulsywny napięcie seksualne, wobec którego czuje się on bezradny. Jeżeli napięcia seksualne powstają głównie pod wpływem głębszych problemów, wówczas "trzeba zwrócić uwagę bardziej na przyczyny, niż na bezpośrednie zwalczanie zjawiska masturbacji".

Nierzadko jednak napięcie seksualne, wynikające z głębszych problemów emocjonalnych, powiększane jest przez rozwijanie chorej ciekawości seksualnej. Do pokonania kryzysu masturbacji zawsze konieczna jest troska o higienę własnej wyobraźni, o której mówiliśmy już we wcześniejszych rozważaniach.

c) W przedłużającym się kryzysie masturbacji nie należy robić postanowień opierających się na nieakceptacji swojego zachowania, w których próbuje się rozwiązać problem samym aktem woli: "nigdy więcej". Niewiele pomaga także sztuczne wzmocnienie swojej woli poprzez "przysięgi" czy inne "dozgonne postanowienia". W pokonaniu

kryzysu masturbacji silna wola jest konieczna, ale nie wystarcza jednak subiektywne tylko przekonanie o jej posiadaniu.

Postanowienia winny dotyczyć bardzo krótkiego okresu czasu i być nieustannie ponawiane. Jak w wielu innych ludzkich problemach, tak samo i w tym wypadku trzeba "ciągle zaczynać od nowa". Prof. F. ArvesÓ radzi młodym ludziom, borykającym się z problemem masturbacji, umieścić w dyskretnym miejscu krótkie postanowienie: "dziś nie". Jest to postanowienie, które codziennie od nowa nabiera wartości. W ten sposób zmaganie się ze sobą w świadomości zostaje jakby rozłożone na poszczególne dni.

d) Do pokonania kryzysu masturbacji konieczne jest rzeczywiste oddramatyzowanie problemu, o którym wspomnieliśmy wcześniej. Rodzące się zniechęcenie, depresja, utrwalanie poczucia niższości, niewiara we własne siły czynią o wiele większe spustoszenie w emocjonalności młodego człowieka niż samo zjawisko fizyczne. Młody człowiek dręczący się kryzysem masturbacji winien odwrócić uwagę od problematyki seksualnej, żeby zająć się życiem. "Wychowawca powinien dopomóc [młodemu człowiekowi] we włączeniu się w społeczność, w otwarciu na innych, zainteresowaniu nimi, by mógł się uwolnić od tej formy autoerotyzmu, dążąc do miłości ofiarnej, właściwej dojrzałej emocjonalności."

Walka z kryzysem masturbacji przypomina często falowanie. Po dłuższej przerwie zjawisko znowu może powrócić. Jest rzeczą ważną, aby w takich momentach powrotu młody człowiek nie popadał w panikę i nie ulegał zniechęceniu. Każdą przerwę w masturbacji winien przyjąć jako obietnicę pokonania tego zjawiska w sposób definitywny. Winien uczyć się cieszyć z każdego, nawet pojedynczego pokonania skłonności autoerotycznych, szczególnie wówczas, kiedy posiada mało wiary w siebie i łatwo ulega zniechęceniu.

e) Jedną z najważniejszych pomocy w pokonaniu kryzysu masturbacji, szczególnie wówczas kiedy kryzys ten przedłuża się i posiada nasilony charakter, jest pomoc osoby posiadającej pedagogiczne przygotowanie i doświadczenie, do której młody człowiek miałby pełne zaufanie. Osobą tą może być kierownik duchowy, terapeuta albo pedagog. Aby takim odniesieniem mógł być własny ojciec lub matka, konieczne byłoby spełnienie pewnych warunków: ogromna wzajemna wolność wewnętrzna, wzajemne zaufanie, przygotowanie pedagogiczne rodzica oraz wcześniej prowadzone rozmowy na tematy seksualne. Doświadczenie pokazuje, iż rozmowy takie, choć są niezmiernie rzadkie, są jednak możliwe. Aby mogły mieć one pozytywne oddziaływanie na młodego człowieka, winny odbywać się w pewnej spontaniczności i nie mogą być prowadzone na siłę.

Pomoc udzielona w kryzysie masturbacji polega także na takim formowaniu sumienia, które pozwala młodemu człowiekowi czuć się przyjętym i kochanym przez Boga pomimo własnej słabości. Doświadczenie miłości Boga, akceptacji ze strony osób najbliższych oraz szacunek do siebie są źródłem siły do stawienia czoła nie tylko trudnościom w dziedzinie seksualnej, ale wszystkim innym wyzwaniom związanym z rozwojem duchowym i emocjonalnym okresu dojrzewania.

f) W kryzysie masturbacji potrzebne jest także "korzystanie ze

środków zalecanych przez chrześcijańską ascezę, jak modlitwa i sakramenty oraz angażowanie się w dzieła miłosierdzia". Są to konkretne środki dla realizowania dojrzałości i ofiarności nie tylko w sferze seksualnej, ale na wszystkich polach ludzkiego działania.

5. Masturbacja osób dorosłych

Jak pokazuje doświadczenie, problem masturbacji u wielu osób przeciąga się także poza okres dojrzewania. Dotyczy to zarówno żyjących w małżeństwie jak i w celibacie. Masturbacja osób dorosłych może mieć niekiedy charakter przypadkowych nawrotów pojawiających się w chwilach większych napięć psychicznych lub też może być niemal stałym zachowaniem. Zasadniczą przyczyną masturbacji u dorosłych są zwykle także głębsze nierozwiązane jeszcze problemy emocjonalne. Jest ona najczęściej reakcją na silne konflikty wewnętrzne: zamknięcie emocjonalne na bliźnich, zwłaszcza na osoby płci przeciwnej, depresja, poczucie niedowartościowania, brak sensu i celu życia, samotność. W tym właśnie znaczeniu dawni mistrzowie życia duchowego pisali, że "smutek jest źródłem pokus". Innym źródłem masturbacji może być fiksacja, która polega na utrwaleniu się zachowania autoerotycznego, jako podstawowego zachowania seksualnego.

Jeżeli w okresie dojrzewania nie pojawiał się kryzys masturbacji na skutek uprzedniej silnej represji seksualnej w okresie dzieciństwa i dojrzewania, to może się on zdarzyć w późniejszym wieku, już po 20 roku życia. Wówczas przejawia się on z większą siłą niż w okresie dorastania. Podobnie jak w ostrym kryzysie masturbacji w okresie dojrzewania, także wówczas potrzebna jest pomoc osoby kompetentnej. Ocena masturbacji przy opóźnionym rozwoju seksualnym oraz sposób udzielania pomocy są zwykle takie same jak w okresie dojrzewania.

I choć uporządkowane życie seksualne w małżeństwie najczęściej rozwiązuje problem masturbacji, to jednak i tak może on powracać w pewnych trudnych okresach życia, szczególnie wówczas, kiedy pojawiają się silne napięcia psychiczne, którym w okresie dojrzewania towarzyszyły zachowania autoerotyczne. Wielu osobom żyjącym w stanie bezzennym, które nie uleczyły jeszcze głębokich zranień emocjonalnych, masturbacja towarzyszy nieraz w sposób niemal trwały. Jest to pewien ciężar życiowy, który muszą dźwigać.

Kiedy w wieku dorosłym pojawia się problem masturbacji, nie należy jej dramatyzować. "Należy również zachować roztropność w osądzaniu subiektywnej odpowiedzialności osoby." Kompulsywna masturbacja wieku dorosłego wynika najczęściej z bezradności emocjonalnej wobec silnych napięć seksualnych. "Stała masturbacja u osób dorosłych może być wyraźnym znakiem wielu innych trudności oraz powodów życiowych. Ale kiedy dotyczy to osób, które szczerze i poważnie wysilają się w tym względzie należy uważać, że subiektywnie nie chodzi o wielki grzech, ale raczej jest to mieszanina cierpienia i egotyzmu, który nie został jeszcze przewyciężony. A więc należy przyjąć jako założenie moralne potrzebę zaakceptowania z cierpliwością tego, co nie może być uleczone z jednoczesnym usiłowaniem, z całą postawą szlachetności zdobywania coraz większej

dojrzałości, ofiarności na wszystkich innych polach działania." Możliwe jest więc szukanie ofiarnego oddania się Bogu i bliźnim także u człowieka, który w wieku dorosłym nie może rozwiązać problemu masturbacji, chociaż szczerze i z wysiłkiem walczy z nim. Rady i wskazówki dawane w takiej sytuacji będą w dużym stopniu podobne do tych, które udziela się młodym w okresie dojrzewania.

D. HOMOSEKSUALIZM

Po przedstawieniu problematyki masturbacji przejdźmy teraz do kolejnego trudniejszego znacznie problemu seksualnego, jakim jest homoseksualizm. Jest to problem trudny tak w psychologicznym opisie jak też w terapii. I chociaż ludzie posiadający rzeczywiste skłonności homoseksualne stanowią mały procent, to jednak jest to problem, o którym - szczególnie w ostatnich latach - dużo się mówi. Można by nawet mówić dzisiaj o swoistej "modzie homoseksualnej". Homoseksualizm jest przejawem seksualności rozbitej - niezintegrowanej. Wielu psychologów podejmuje jednak próby integrowania płciowości homoseksualistów nie poprzez uznanie "zбочzenia" oraz jego przezwyciężenia, ale poprzez dążenia do akceptacji społecznej środowisk homoseksualnych. Rozwiązanie tego problemu nie dokona się jednak na tej drodze. Konieczne jest uznanie zranienia homoseksualnego i podjęcie wysiłku jego leczenia.

1. Różne sposoby traktowania homoseksualizmu

Zauważmy, iż wiedza na temat homoseksualizmu w Polsce jest niewielka i powierzchowna. Dotyczy to zarówno środowisk świeckich jak również środowiska duszpasterskiego. Ten brak wiedzy łączy się zwykle z postawą potępienia i odrzucenia. Osoby homoseksualne wciąż są jeszcze przedmiotem złośliwych określeń, poniżania czy wręcz aktów przemocy. "Tego rodzaju zachowania, gdziekolwiek miałyby miejsce - stwierdza Kongregacja Nauki Wiary - zasługują na potępienie ze strony pasterzy Kościoła. Ujawniają brak szacunku dla drugich, godzący w podstawowe zasady, na których opiera się zdrowe współzycie obywatelskie". Osoby homoseksualne trzeba zaakceptować z całym szacunkiem, współczuciem i delikatnością. Należy unikać jakichkolwiek cech dyskryminacji.

Niską wiedzę o homoseksualizmie wykorzystują często środowiska radykalne, które narzucają innym swój własny punkt widzenia. Sposób przedstawiania problemu uzależniony jest wówczas nie tyle od badań i analiz egzystencjalnych (psychologicznych i teologicznych), ile od nietolerancyjnego światopoglądu oraz od wrogości wobec "odmienności tych ludzi".

Niektórzy w sposób skrajny przyjmują, iż problem homoseksualizmu należy rozważać wyłącznie w kategoriach zepsucia moralnego. Uważają, że jest on najpierw owocem przesyty seksualnego oraz demoralizacji społecznej. Według takich opinii zachowania homoseksualne wynikają wyłącznie z chęci znalezienia nowych wrażeń seksualnych. Dla oceny homoseksualizmu środowiska te stosują sztywno ocenę moralną

oraz utartą opinię społeczną. W ocenie tej lekceważy się natomiast osobiste uwarunkowania psychiczne i emocjonalne osoby ze skłonnościami homoseksualnymi. Potępienie tych osób łączy się często z próbą społecznej izolacji. Brak jest wówczas jakiegokolwiek próby wyjścia naprzeciw, zrozumienia czy tym bardziej chęci udzielenia im pomocy.

Drugie krańcowo różne podejście lansowane jest coraz częściej przez wiele środowisk laickich. Uważają one, iż homoseksualizm jest wprawdzie odmiennym, ale normalnym zachowaniem seksualnym. Problem stanowi jedynie brak pełnej akceptacji społecznej takiego zachowania. Drogą do rozwiązania problemu nie jest wówczas pokonywanie skłonności homoseksualnych, ale wyłącznie podjęcie walki o zaakceptowanie ich przez całe społeczeństwo, instytucje państwowe i przez Kościół.

W wielu krajach, szczególnie na Zachodzie, środowiska homoseksualne podejmują więc prawdziwą walkę o uznanie prawa do swobodnego wyrażania "miłości" homoseksualnej, do homoseksualnych "związków małżeńskich" i adopcji dzieci w tych związkach. Domagają się także, aby tzw. "małżeństwa homoseksualne" mogły korzystać z tych samych praw, z których korzystają małżeństwa oraz aby posiadały prawo do adopcji dzieci. "Wyzwolenie homoseksualistów spod ucisku społecznego" stało się w wielu krajach przedmiotem walki politycznej. W wyniku tej walki w 1994 roku Parlament Wspólnoty Europejskiej przyjął rezolucję wzywającą parlamenty wszystkich krajów Wspólnoty do zatwierdzenia tzw. "małżeństw" homoseksualnych oraz ich prawa do adopcji dzieci.

W odpowiedzi na tę sytuację w ostatnich latach ukazało się kilka ważnych wypowiedzi Magisterium Kościoła na temat homoseksualizmu. Do nich głównie będziemy odwoływać się w naszych rozważaniach. Wszystkie one charakteryzują się bardzo egzystencjalnym podejściem do problemu. Odwołują się nie tylko do Pisma św. i całej Tradycji Kościoła, ale także do współczesnych osiągnięć nauk o człowieku. Próbują uwzględnić wszystkie możliwe czynniki i okoliczności przy ocenie tego niezwykle trudnego zjawiska.

Czym jest homoseksualizm? Na to pytanie nowy Katechizm Kościoła Katolickiego odpowiada, iż "homoseksualizm oznacza relacje pomiędzy mężczyznami lub kobietami, które doświadczają w sobie wyłącznego i dominującego przyciągania w stosunku do osoby tej samej płci. Poprzez wieki i w różnych kulturach przejawia się on w bardzo różnych formach." I chociaż wzajemne przyciąganie osób tej samej płci w homoseksualizmie jest nieraz bardzo silne, to jednak nie jest ono wyrazem głębokiego pragnienia oddania się w miłości drugiemu, ile raczej zaspokojenia pewnej kompulsji emocjonalno-seksualnej. Skłonności homoseksualne są "fiaskiem spolaryzowanego zespolenia (mężczyzny i kobiety) i dlatego homoseksualista cierpi z powodu wiecznego osamotnienia, co odczuwa również przeciętny heteroseksualista, który nie umie kochać." Aby pokonać doświadczane osamotnienie homoseksualiści najczęściej szukają ciągle nowych partnerów. W Stanach Zjednoczonych połowa przebadanych homoseksualistów (w wieku do 37 roku życia) przyznaje się do co najmniej pięciuset różnych partnerów seksualnych.

Jeszcze do niedawna zdecydowana większość psychiatrów, psychologów i wychowawców wychodziła z założenia, iż "homoseksualizm jest zaburzeniem, wyrażającym się brakiem adaptacji do heteroseksualnych norm współżycia, przyjętych we współczesnej cywilizacji". Ostatnio jednak, pod wpływem silnych nacisków lobby homoseksualnego głównie w Stanach Zjednoczonych, Światowa Organizacja Zdrowia wydała oświadczenie, iż "orientacja seksualna [hetero czy homoseksualna] nie może być rozpatrywana jako zaburzenie". Ocena ta nie jest jednak owocem badań naukowych czy też pogłębionej refleksji nad ludzką seksualnością, ale jest wynikiem presji i konformizmu o podłożu politycznym. Oświadczenie to jest bardzo mylące, ponieważ wielu osobom posiadającym skłonności homoseksualne i pragnącym je przezwyciężyć, podważa celowość i sensowność ich wysiłku.

Po rezolucji Parlamentu Wspólnoty Europejskiej na temat homoseksualizmu Jan Paweł II w sposób jednoznaczny potwierdził dotychczasowe stanowisko Kościoła w tej sprawie. "Rezolucja - powiedział Papież - domaga się prawnego uznania nieładu moralnego. (...) Moralnie niedopuszczalne jest nadawanie sankcji prawnej praktyce homoseksualnej. (...) Parlament w sposób nieuprawniony nadał walor prawny zachowaniom dewiacyjnym, niezgodnym z zamysłem Bożym". Ojciec święty stwierdził również, iż "nie może stanowić prawdziwej rodziny związek dwóch mężczyzn lub dwóch kobiet, a tym bardziej nie można przyznawać takim związkom prawa do adopcji osieroconych dzieci. Dzieciom tym wyrządza się poważną krzywdę, ponieważ w <<rodzinie zastępczej>> nie znajdują ojca i matki, ale <<dwoch ojców>> albo <<dwie matki>>. Wyraził też nadzieję, iż "parlamenty krajów europejskich zdobędą się na dystans w stosunku do tej propozycji i (...) będą chronić rodziny."

2. Indywidualne traktowanie każdego przypadku

Każdy przypadek homoseksualizmu jak i samo podejrzenie o taką skłonność, winny być zawsze traktowane indywidualnie. Rozpoznanie zjawiska homoseksualnego oraz postawienie jednoznacznej diagnozy, szczególnie u ludzi młodych, nie zawsze jest rzeczą prostą i jednoznaczną. Niekiedy konieczny jest pewien czas obserwacji. Szczególnie w okresie dojrzewania, kiedy kształtuje się postawa seksualna człowieka, młody człowiek nie powinien sam sobie stawiać ostatecznej diagnozy o swoich skłonnościach seksualnych. Winien również unikać przyjmowania "takich wyroków" od osób niekompetentnych. W razie poważnych wątpliwości w sprawie swoich skłonności seksualnych winien zasięgać rady doświadczonego psychologa terapeuty. Tylko lekarz, doświadczony terapeuta może rozeznaczyć trudności w jego rozwoju psycho-seksualnym oraz polecić stosowanie odpowiednich pomocy i środków. Byłem wiele razy świadkiem utrwalania się lęków homoseksualnych u osób o normalnym rozwoju psycho-seksualnym tylko dlatego, iż nie otrzymały one odpowiedniej pomocy w chwilach trudności czy też osobistych wątpliwości i pytań.

3. Homoseksualizm rzeczywisty a pozorny

W rozeznawaniu skłonności homoseksualnych należy najpierw uwzględnić rozróżnienie pomiędzy homoseksualizmem rzeczywistym a pozornym. W homoseksualizmie rzeczywistym przekonanie subiektywne o swoich skłonnościach homoseksualnych nakłada się na "rzeczywiste odchylenie popędu płciowego wyrażającego się w skierowaniu pożądania seksualnego do osoby tej samej płci."

Homoseksualizm pozorny ma miejsce wówczas, kiedy subiektywnemu przekonaniu o własnych tendencjach homoseksualnych nie towarzyszą rzeczywiste głębokie skłonności homoseksualne, ale raczej są to lęki homoseksualne, tzn. lęki przed posiadaniem takich właśnie skłonności. Subiektywne przekonanie o tendencjach homoseksualnych może rodzić się w różny sposób, np. na skutek trudności w relacjach z płcią przeciwną, zahamowań w rozwoju psycho-seksualnym, przez zasugerowanie takich skłonności przez osoby posiadające pewien autorytet.

Przed "ostatecznym dokonaniem wyboru" partnera seksualnego, który dokonuje się w okresie dojrzewania, seksualność młodego człowieka jest bardzo wrażliwa na wszystkie bodźce seksualne, tak hetero jak i homoseksualne. Łatwe uleganie pobudzeniu przez bodźce homoseksualne może rodzić w świadomości nastolatka pytania, czy nie posiada w sobie takich właśnie tendencji. Innym źródłem pytań o swoją normalność seksualną mogą być jakieś pojedyncze, nierzadko przypadkowe, doświadczenia homoseksualne w dzieciństwie, w okresie dojrzewania lub później. I chociaż doświadczenia te mogą być przykrym i bolesnym wspomnieniem, to jednak nie rodzą one tendencji homoseksualnych. Mogą natomiast łatwo wywoływać lęki homoseksualne u osób, których emocjonalność jest bardzo delikatna i krucha. Podobnie również pewne wyobrażenia, marzenia homoseksualne nie muszą być od razu znakiem rzeczywistych skłonności homoseksualnych. Często są jedynie wyrazem niepewności siebie w dziedzinie seksualnej. Pytania o własną normalność seksualną rodzą się łatwiej u ludzi zamkniętych i wyizolowanych, którzy posiadają pewne zahamowania emocjonalne w relacjach międzyludzkich, szczególnie w relacjach z płcią przeciwną. Trudności nie oznaczają jeszcze tendencji homoseksualnych, ale jedynie pewne opory emocjonalne, które należy przezwyciężyć.

Zwróćmy jeszcze uwagę na niepewność w odniesieniu do własnego rozwoju psycho-seksualnego, którą stosunkowo często przeżywają, szczególnie chłopcy w okresie dojrzewania. Obserwując swoje skłonności seksualne i porównując z innymi swój rozwój fizyczny, przeżywają niekiedy wątpliwości odnośnie do swojej "normalności seksualnej". "Chyba nie jestem homoseksualistą, a jednak podobają mi się chłopcy. Dlaczego?" - pyta w ankiecie pewien nastolatek. Według prof. F. ArvesÓ, ostateczne utrwalenie się orientacji seksualnej może przeciągać się u pewnych osób aż do 25-go roku życia. Jeżeli u pewnych osób subiektywne przekonanie o własnym homoseksualizmie nie zostanie rozwiane, ale trwa dłużej, wówczas osoby te, kierowane ciekawością i lękiem, mogą podejmować pierwsze próby doświadczeń homoseksualnych. Powtarzane zaś przez dłuższy okres czasu

doświadczenia homoseksualne, mogą nie tylko utwierdzać przekonanie, ale także tworzyć rzeczywiste skłonności homoseksualne.

4. Przyczyny homoseksualizmu

I chociaż w pewnych wypadkach geneza psychiczna homoseksualizmu nie jest łatwa do wyjaśnienia, to jednak powszechnie przyjmuje się, iż "homoseksualizm ma uwarunkowania w nieprawidłowym rozwoju osobowości, przy czym czynniki środowiskowe odgrywają tu zasadniczą rolę." Najczęstszą przyczyną homoseksualizmu, według większości psychologów, są najprawdopodobniej niewłaściwe relacje pomiędzy rodzicami dziecka lub całkowita nieobecność jednego z rodziców, najczęściej ojca. "W wypadku chłopca jest to zwykle obojętny lub wrogo do niego nastawiony ojciec. Natomiast matka jest bardzo często zbyt zachłanna w stosunku do swego syna, pragnie go całkowicie uzależnić od siebie, izolując jednocześnie od ojca." "Nierzadko obok syna spotykamy matkę, której zdaje się zupełnie nie zależeć na tym, by jej syn stał się mężczyzną, i która niezmordowana i pełna ofiarnej troski, nie zaniedbuje niczego, co mogłoby przeszkodzić jej synowi w osiągnięciu męskości i w poślubieniu innej kobiety."

Inną przyczyną tendencji homoseksualnych może być także deprawacja homoseksualna. "W genezie homoseksualizmu podkreśla się między innymi rolę próby uwiedzenia lub uwiedzenie między 9 a 14 rokiem życia, to jest w okresie silnych napięć emocjonalnych i szybkiego uczenia się." Jeszcze inną przyczyną tendencji homoseksualnych może być silna nieakceptacja płciowości dziecka połączona z próbami wychowania go w odmiennej seksualności niż ono posiada. Głębia tendencji homoseksualnych uzależniona jest od głębi zaburzenia w wychowaniu.

Hipotezy o genetycznych uwarunkowaniach homoseksualizmu nie znalazły do tej pory należytego uzasadnienia. Podobnie stwierdza opublikowana niedawno "Encyklopedia wychowania seksualnego dla dorosłych": "Teorie biologiczne homoseksualizmu, które mówią o czynnikach genetycznych lub zachwianiu równowagi neurohormonalnej w okresie płodowym lub noworodkowym, nie sprawdziły się." Także zdaniem prof. F. Arvesóna nikt nie rodzi się z tendencjami homoseksualnymi. W jego opinii tendencje te powstają nie tyle pod wpływem zaburzonego wychowania seksualnego, ile raczej z zaburzonego wychowania osobowościowego. W każdym wypadku rozeznanie przyczyn skłonności homoseksualnych winno dokonywać się indywidualnie w dialogu z osobą mającą odpowiednie przygotowanie i doświadczenie psychologiczne.

Do takiej właśnie analitycznej postawy zachęca Kościół rodziców i wychowawców młodzieży, u których obserwuje się skłonności homoseksualne. "Zadaniem rodziny i wychowawcy jest przede wszystkim szukanie czynników popychających do homoseksualizmu: zobaczyć, czy jest powodowany przez czynniki fizjologiczne lub psychiczne, czy jest wynikiem złego wychowania lub braku normalnego wychowania seksualnego, zaciągniętych nawyków lub złych przykładów czy jeszcze innych czynników."

Kościół wskazuje dalej, jakie czynniki winno się uwzględnić przy szukaniu przyczyn tendencji homoseksualnych. "Szczególnie, poszukując przyczyn tego nieładu, rodzina i wychowawcy powinni brać pod uwagę elementy oceny, postawione przez Magisterium Kościoła, posługując się pomocą, jaką mogą zaoferować różne dyscypliny naukowe. Trzeba uwzględnić czynniki różnego porządku: brak uczucia, niedojrzałość, obsesje, nawyki, uwiedzenie, izolację społeczną, deprawację obyczajów, swobodę widowisk i publikacji. Jednakże spojrzawszy głębiej odkrywa się wrodzoną słabość człowieka jako konsekwencję grzechu pierworodnego; może ona doprowadzić do zagubienia zmysłu Boga i człowieka i mieć reperkusje w dziedzinie życia seksualnego."

5. Ocena homoseksualizmu

Kościół broni się tak przed naciskami zewnętrznymi jak i presją pewnych kościelnych środowisk, które chcą zmienić jego zasady moralne w traktowaniu homoseksualizmu. Zasady dla oceny homoseksualizmu pozostają jednoznaczne: "Opierając się na Piśmie świętym, które przedstawia relacje homoseksualne jako ciężką deprawację, Tradycja zawsze deklarowała, iż <<akty homoseksualne są wewnętrznie nieuporządkowane>>. Są przeciwne prawu naturalnemu. Zamykają drogę do aktu seksualnego, dzięki któremu rodzi się życie. Nie są owocem prawdziwego dopełniania się afektywnego i seksualnego. W żaden sposób nie mogą być zaakceptowane." Kongregacja Nauki Wiary stwierdza także, iż "skłonność osoby homoseksualnej, choć sama w sobie nie jest grzechem, to jednak stwarza mniej lub bardziej silną skłonność do postępowania, które z punktu widzenia moralnego jest złe. Z tego powodu sama skłonność musi być uważana za obiektywnie nieuporządkowaną."

Przypomnienie zasad, którymi Kościół zawsze kierował się w ocenie homoseksualizmu, nie oznacza bynajmniej jakiegokolwiek surowości czy też braku zrozumienia ludzi zranionych w ten sposób. Ostatnie dokumenty Magisterium świadczą o postawie zrozumienia, współczucia i chęci udzielania tym ludziom pomocy. "W sprawowaniu posługi duszpasterskiej, homoseksualistów trzeba przyjmować z rozważną łagodnością i wzbudzać w nich nadzieję, że kiedyś przezwyciężą swoje trudności i swoje wyobcowanie społeczne."

Magisterium Kościoła bardzo troszczy się także, aby podejmowana ocena moralna czynów homoseksualnych uwzględniała nie tylko zasady, ale także indywidualną sytuację. W osądzaniu winy należy starać się zrozumieć "homoseksualną predyspozycję zwracając uwagę na potrzebę roztropności w osądzaniu winy czynów homoseksualnych". Przy ocenie moralnej należy przyjąć "rozdzielenie pomiędzy predyspozycją lub skłonnością homoseksualną a czynami homoseksualnymi". Czyny homoseksualne będąc pozbawione "zasadniczej i niezbędnej celowości, są wewnętrznie nieuporządkowane i jako takie w każdym wypadku nie mogą być aprobowane". Ale w ocenie odpowiedzialności za swoje skłonności i czyny homoseksualne "należy się koniecznie odwołać do mądrej tradycji moralnej Kościoła, która ostrzega przed <<uogólnianiem>> subiektywnego osądu moralnego jednostki" oraz

przed mechanicznym przypisywaniem go także innym.

6. Jak przewycięzać skłonności homoseksualne

Rzeczywiste przewyciężenie skłonności homoseksualnych może zależeć od tego, jak głęboko są one zakorzenione w człowieku. W pewnych przypadkach, w których - szczególnie u ludzi młodych - przeważają bardziej subiektywne przekonania lękowe o własnych skłonnościach niż rzeczywiste tendencje homoseksualne, wyjście z problemu może okazać się szybkie i stosunkowo łatwe. W innych przypadkach, w których istnieją rzeczywiste głębokie skłonności, przewyciężenie ich może okazać się bardzo trudne. Wydawanie zbyt szybkich i nieuzasadnionych ocen, iż "nic nie da się zrobić" może być jednak krzywdzące, ponieważ przedwcześnie może człowiekowi odbierać nadzieję na wyjście z problemu. Ale krzywdzące może okazać się także robienie "tanich" obietnic na szybkie pokonanie problemu wówczas, kiedy jest on bardzo głęboki i trwały.

Pierwszym założeniem w dążeniu do przewyciężenia skłonności homoseksualnych jest rzeczywiste pragnienie zmagania się o własną dojrzałość seksualną. Nie chodzi tylko o deklaracje, ale o żywe, egzystencjalne pragnienie. Homoseksualizm "jest problemem, który - jeśli się zjawi - musi być podjęty tak przez wychowawcę jak i wychowanka w sposób w pełni obiektywny". Należy szukać przewyciężenia problemu także wówczas, kiedy jawi się on jako bardzo trudny i bolesny.

Obok rzeczywistego pragnienia pokonania problemu przez homoseksualistę konieczna jest także rzetelna pomoc psychologiczna i duchowa. "Osoba homoseksualna, jak zresztą każda istota ludzka, koniecznie potrzebuje pomocy na różnych poziomach jednocześnie". Jeżeli to konieczne, należy zasugerować "pomoc medyczną i psychologiczną ze strony osób świadomych i respektujących to, co naucza Kościół."

Obok kompetentnej pomocy konieczna jest pomoc osób najbliższych. Zwykle ujawnione skłonności homoseksualne rodzą głębokie uczucie wstydu i nieakceptacji siebie. Stąd też konieczną rzeczą jest stworzenie atmosfery pełnego zrozumienia, życzliwości, pełnego zaufania, aby mogło nastąpić niezbędne do rozwiązania problemu oddramatyzowanie własnych skłonności homoseksualnych.

Wzbudzanie nadziei w osobach o skłonnościach homoseksualnych, iż mogą przewyciężyć swoje trudności i przekroczyć wyobcowanie społeczne, winno jednak być naznaczone wielkim realizmem. Nie można im dawać ludzących obietnic łatwego pokonania tego problemu, szczególnie wówczas, kiedy tendencje są realne i głębokie. Powtarzające się ciągle rozczarowanie do siebie może stawać się źródłem zniechęcenia i rezygnacji z wysiłku zmierzającego do panowania nad swoimi skłonnościami oraz do przewyciężania tych tendencji.

Osoby posiadające silne skłonności homoseksualne trzeba przestrzegać zwłaszcza przed wciąganiem w takie praktyki nowych osób. Wciąganie w te praktyki ludzi młodych jest zawsze wielką krzywdą,

której często w żaden sposób nie da się już naprawić. O wiele łatwiej bowiem jest nieść "ciężar zranienia homoseksualnego" osobom, które nie posiadały żadnych fizycznych doświadczeń homoseksualnych. Osobom, które prowadzą czynne życie homoseksualne, należy uświadamiać, iż nawet pojedyncze doświadczenia homoseksualne czy jakieś drobne gesty podejmowane wobec ludzi młodych są, zwłaszcza dla tych ostatnich, zwykle głębokim szokiem, który pogłębia lęki seksualne powodując jednocześnie coraz większą koncentrację na fizycznej stronie seksualności.

Jakakolwiek zaś próba wciągania w praktyki homoseksualne dzieci lub też młodzieży w okresie dojrzewania jest zawsze "zbrodnią". To mocne stwierdzenie Międzynarodowej Konferencji nt. seksualnego wykorzystania dzieci winny wziąć sobie do serca szczególnie osoby ze skłonnościami do pedofilii.

Co robić, kiedy pomimo wielu prób przewycięzania problemu, skłonności homoseksualne pozostają i wydają się być trwałą tendencją człowieka? W Katechizmie Kościoła Katolickiego czytamy, iż "osoby z tendencjami homoseksualnymi są wezwane do czystości. Poprzez cnotę panowania nad sobą, wychowując się do wolności wewnętrznej poprzez pomoc innych, niekiedy także poprzez bezinteresowną przyjaźń, dzięki modlitwie i łasce sakramentalnej mogą i powinni stopniowo i stanowczo zbliżać się do doskonałości chrześcijańskiej. Takie osoby są (także) powołane, aby realizować wolę Bożą w ich życiu, a jeśli są chrześcijanami, do łączenia z Chrystusową ofiarą krzyża trudności, które mogą napotkać w następstwie ich uwarunkowania."

Oczywiście w rozdziale tym nie omówiliśmy wszystkich możliwych szczegółowych zagadnień, których znajomość może być niekiedy konieczna do wychowania seksualnego. Szerokie omawianie różnych dewiacji seksualnych, które nierzadko ujawniają się już w okresie dojrzewania, wykracza poza ramy niniejszej książki. W takich sytuacjach może okazać się rzeczą konieczną korzystanie z kompetentnej pomocy psychologicznej i kierownictwa duchowego. Rodzice zaś duszpasterze i wychowawcy, którzy żyją z nim na co dzień, winni szukać fachowej informacji, aby dobrze go rozumieć i wyjść mu naprzeciw z życzliwością, ale także dostosowaną do jego sytuacji pomocą pedagogiczną.

ZAKOŃCZENIE

Istotą wychowania seksualnego jest zintegrowanie energii seksualnych z całą osobowością człowieka - zarówno z jego emocjonalnością jak i sferą duchową. Moim zamiarem było ukazanie przede wszystkim integracji seksualnej od strony pozytywnej. Niemniej jednak w niektórych miejscach ukazywałem również zagrożenia związane z brakiem kształtowania ludzkiej seksualności. Zlekceważenie integracji seksualnej sprawia często, że płciowość człowieka staje się "bożkiem", któremu poświęca się wszystko. Usprawiedliwione zostają wówczas najbardziej prymitywne i nieuporządkowane odruchy, dążenia i działania seksualne. W ten sposób następuje proces przeciwny do integracji: dezintegracja nie tylko seksualna, ale także osobowa. Seksualność zaczyna funkcjonować jako "samoistna siła", której wszystko zostaje podporządkowane, także sens własnego i cudzego życia. Aby się przekonać, jak bardzo niszczącą siłą jest "zdezintegrowany", czyli "wyizolowany" z całego osobowego życia, seksualizm, wystarczy nawet pobieżna obserwacja wielu ludzkich sytuacji.

Integracja seksualna w dzisiejszej polskiej rzeczywistości jest dla wielu młodych ludzi procesem bardzo trudnym. Przede wszystkim ze względu na poważne braki w wychowaniu seksualnym zarówno w rodzinie jak też w szkole i w parafii. W Polsce rodzice najczęściej nie rozmawiają ze swoimi dziećmi na tematy seksualne w okresie poprzedzającym okres dojrzewania jak również w trakcie samego dojrzewania. Na kilkaset rozmów przeprowadzonych z młodymi ludźmi spotkałem jedynie kilka wypadków, w których rodzice podejmowali dojrzałe rozmowy ze swoimi dziećmi na tematy seksualne tak w okresie dzieciństwa jak i w trakcie samego dojrzewania seksualnego. Seksualność dzieci i młodzieży rozwija się najczęściej w sposób przypadkowy: poprzez przypadkowo zdobywane informacje, przypadkowe doświadczenia i przeżycia seksualne. Całą sferę własnej płciowości, jej funkcjonowanie, jej podstawowe mechanizmy młody człowiek odkrywa wówczas w skrytości i lęku, z ogromnym nieraz poczuciem winy.

Celem książki nie jest pouczanie, a tym mniej moralizowanie Czytelnika. Chciałem jedynie pobudzić do refleksji nad wychowaniem do integracji seksualnej rodziców, duszpasterzy, wychowawców oraz samą młodzież. Ten ważny problem nie może być bowiem rozwiązany samodzielnie tylko przez jedną ze stron. Za wychowanie seksualne nie są bowiem odpowiedzialni jedynie rodzice i wychowawcy. Jest to zadanie, które może być spełnione tylko wspólnymi siłami, przez młodzież, ich rodziców i wychowawców. Z jednej strony niemożliwe jest wychowanie seksualne bez aktywnego udziału młodzieży, bez ich samowychowania seksualnego. Z drugiej strony jednak młodzi ludzie winni uznać, że sami sobie nie dadzą rady z ukształtowaniem własnej seksualności i winni prosić o pomoc ludzi posiadających większe doświadczenie w tej dziedzinie.

Jeżeli w obecnej sytuacji w Polsce istnieje nawet wiele braków w zakresie wychowania seksualnego w rodzinie, w szkole oraz w pracy duszpasterskiej, to jednak nie nadrobimy tej zaległości poprzez

utyskiwanie i narzekanie jedni na drugich: młodzież na rodziców, rodzice na Kościół, Kościół na szkołę, szkoła na młodzież itd. I chociaż każda ze stron winna zrobić sobie dobry rachunek sumienia ze swoich zaniedbań i błędów, to jednak nie powinniśmy rozpoczynać rozwiązywania problemu wychowania seksualnego od wysuwania wzajemnych zarzutów czy pretensji.

Wprowadzenie katechezy do szkół - przy wszystkich niedogodnościach z tym faktem związanych - posiada tę wielką zaletę, iż oddziaływanie na młodego człowieka może być bardziej spójne. Szkoła, dzięki współpracy młodzieży, wychowawców, rodziców i duszpasterzy, może stać się ważnym miejscem autentycznego, integralnego wychowania seksualnego. W wychowanie to winni włączyć się w sposób szczególny rodzice, zwłaszcza ci, którzy zdobytą wiedzę i doświadczeniem mogliby służyć nie tylko swoim dzieciom, ale także szerszemu gronu młodzieży.

Rodzice i wychowawcy winni zdać sobie sprawę, iż aktualne oddziaływanie na jednostki w wychowaniu seksualnym nie wystarcza. Konieczne jest najpierw stworzenie pewnego sprzyjającego wychowaniu seksualnemu klimatu w całym środowisku młodzieżowym. Tylko w ten sposób można przeciwstawić się atmosferze, jaką wokół "seksu młodzieżowego" tworzą niektóre laickie środowiska z pomocą środków społecznego przekazu (np. tygodniki wydawane dla młodzieży z bardzo mocnym akcentem erotyzującym). Środowiska te lansują seksualizm odarty z wymiaru duchowego, a nieraz także i z wymiaru emocjonalnego.

Takie traktowanie płciowości dezintegruje nie tylko seksualny wymiar człowieka, ale także całą jego osobowość. Jest rzeczą bolesną, kiedy widzi się, jak środowiska te "bawią się" ciekawością seksualną młodzieży, robiąc w sposób nieuczciwy pieniądze na ich trudnościach czy emocjonalnym i duchowym zagubieniu. "Czyż nie służą temu właśnie pewne <<programy cywilizacyjne>> współczesności? <<Grają>> one na słabościach człowieka i czynią go coraz słabszym i bezbronny" - pisze Jan Paweł II w Liście do Rodzin.

Poprzez bezpośrednie spotkania z młodzieżą, organizowanie poradni młodzieżowych z kompetentną pomocą psychologiczną i duchową, stwarzanie okazji do rozmów z wychowawcami, duszpasterzami i rodzicami, poprzez czasopisma i publikacje książkowe, filmy, programy telewizyjne i radiowe trzeba tworzyć sprzyjający klimat do całościowego, integralnego wychowania seksualnego, w którym wymiar religijny i emocjonalny będzie obecny w sposób wyraźny i jednoznaczny. Taka postawa wymaga jednak znacznie większego zaangażowania tak rodziców, wychowawców, duszpasterzy jak i samej młodzieży. W sposób szczególny należało by zaprosić do współpracy w zakresie wychowania seksualnego wszystkie ruchy młodzieżowe, które - dzięki bezpośredniemu kontaktowi z dziećmi i młodzieżą - mogą mieć wielki wpływ na kształtowanie ich postaw i zachowań.

Wychowanie seksualne wymaga więc nie tylko wiedzy, ale przede wszystkim serca. Integracja seksualna w swej istocie jest bowiem kształtowaniem ludzkiego serca. W rozwiązanie problemu wychowania seksualnego w Polsce trzeba włożyć dużo serca wszystkich zainteresowanych stron. Szczery dialog rodziców, duszpasterzy i

wychowawców z nastolatkami, jak również rodziców z wychowawcami i duszpasterzami, winien pobudzać wszystkich do szukania dojrzałego, integralnego rozwiązania zasadniczego problemu każdego człowieka, którym jest przyjmowanie i dawanie innym autentycznej miłości.

BIBLIOGRAFIA

Niniejsza bibliografia zawiera pozycje pomocne do poszerzenia zagadnień omawianych w książce. Choć jest ona stosunkowo obszerna, nie jest jednak wyczerpującą i kompletną. Zostały uwzględnione przede wszystkim pozycje, jakie ukazały się w Polsce w ostatnich latach, a które wydają się być pomocne w dalszym pogłębianiu omawianych tematów. W bibliografii podajemy publikacje odnoszące się nie tylko wprost do wychowania seksualnego, ale również traktujące o rozwoju emocjonalnym i duchowym człowieka.

Bibliografia w niniejszym wydaniu Integracji seksualnej nie zawiera podziału na "pozycje dla rodziców i wychowawców" oraz "pozycje dla młodzieży". Takie podział jest bowiem zwykle umowny i nieco sztuczny. Zarówno dorośli mogą bowiem wiele skorzystać czytając pozycje dla młodzieży, jak również wiele pozycji dla dorosłych może z dużym pożytkiem czytać także i młodzież.

W bibliografii podaliśmy także książki, które - choć nie zawsze uwzględniają katolickie rozwiązania etyczne - kompetentnie jednak omawiają zagadnienia seksualne z biologicznego i psychologicznego punktu widzenia. Podane na początku wybrane dokumenty Stolicy Apostolskiej mogą służyć jako zasadnicze kryterium dla oceny etycznej podawanych przez autorów treści.

1. DOKUMENTY STOLICY APOSTOLSKIEJ

Deklaracja Kongregacji Nauki Wiary o przerywaniu ciąży, Rzym 1974.

Jan Paweł II, Familiaris Consortio. Adhortacja o zadaniach rodziny chrześcijańskiej w świecie współczesnym, Rzym 1981.

Jan Paweł II, List do Rodzin, Rzym 1994.

Jan Paweł II, Mężczyznę i niewiastę stworzył ich. Odkupienie ciała a sakramentalność małżeństwa, Rzym 1986.

Jan Paweł II, Pastores dabo vobis, Rzym 1992.

Jan Paweł II, Telewizja w rodzinie: kryteria właściwego wyboru programów. Orędzie na XXVIII Światowy Dzień Środków Społecznego Przekazu 1994 r., "L'Osservatore Romano", wydanie polskie, 4(1994), s. 7.

Jan Paweł II w Polsce, Przemówienia i homilie, PAX, Warszawa 1989.

Katechizm Kościoła Katolickiego, Rzym 1992, nr 2331-2400.

Kongregacja Nauczania Katolickiego, Wskazania wychowawcze dla formacji do celibatu kapłańskiego, Rzym 1974.

Kongregacja Nauki Wiary, List do Biskupów Kościoła katolickiego o

- duszpasterstwie osób homoseksualnych, Rzym 1986.
- Paweł VI, *Humanae Vitae*. Encyklika o zasadach moralnych w dziedzinie przekazywania życia ludzkiego, Rzym 1968.
- Paweł VI, *Sacerdotalis Caelibatus*. Encyklika o celibacie kapłańskim, Rzym 1967.
- Persona Humana. Deklaracja Kongregacji Nauki Wiary o niektórych zagadnieniach etyki seksualnej, Rzym 1975.
- Wytyczne Wychowawcze Kongregacji do spraw Wychowania Katolickiego w odniesieniu do ludzkiej miłości, Rzym 1983.
2. KSIĄŻKI I OPRACOWANIA
- Abeln R., Kner A., *Poszukaj samotnego. O dramacie osamotnienia i jego przezwyciężaniu*, Wydawnictwo Benedyktynów, Tyniec 1993.
- Arthus A., *Wyjaśniamy dzieciom tajemnice życia. Książka dla rodziców*, Warszawa 1973.
- Augustyn J., *Miłość w życiu ludzkim*, WAM, Kraków 1992.
- Augustyn J., *Wychowanie do integracji seksualnej*, Wydawnictwo M, Kraków 1995.
- Barnes R., *Nie jesteś moim tatusiem. Czyli o problemach, które mają dzieci z podzielonych małżeństw*, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1994.
- Beck Lester F., *O dojrzewaniu seksualnym*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1985.
- Beer U., *A jednak miłość*, Ossolineum, 1991.
- Bilewicz J., *A jednak dziewictwo ma sens. Rozważania o czystości, miłości, życiu duchowym*, Katowice 1991.
- Billing E., Westmore A., *Metoda Billingsa: sterowanie płodnością bez pomocy środków farmakologicznych i mechanicznych*, PAX, Warszawa 1986.
- Billings J., *Dar życia i miłości*, Księgarnia św. Jacka, Katowice 1991.
- Bly R., *Żelazny Jan. Rzecz o mężczyznach*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 1993.
- Bochwic T. M., *Lęk u dziecka*, PZWL, Warszawa 1991.

- Boczkowski K., Homoseksualizm, PZWL, Warszawa 1986.
- Braun-Gałkowska M., Miłość aktywna, PAX, Warszawa 1980.
- Burney P., Miłość, Wydawnictwo Siedmioróg, Wrocław 1993.
- Burns J., Poskromienie hormonów, Wydawnictwo Pojednanie, Lublin 1992.
- Cameron-Bandler L., Gordon D., Lebeau M., Know how. Jak rozwiązywać codzienne i niecodzienne problemy, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.
- Cameron-Bandler L., Ku harmonii w miłości. Jak pogłębić to, co w życiu najpiękniejsze, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.
- Cameron-Bandler L., Lebeau M., W niewoli uczuć, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1992.
- Campbell R., Twój nastolatek potrzebuje ciebie, Towarzystwo Krzewienie Etyki Chrześcijańskiej, Kraków 1991.
- Campbell R., Twoje dziecko potrzebuje ciebie, Towarzystwo Krzewienia Etyki Chrześcijańskiej, Kraków 1990.
- Chauchard P., Życie seksualne, PAX, Warszawa 1973.
- Chlewiński Z., Dojrzałość: osobowość, sumienie, religijność, W Drodze, Poznań 1991.
- Christenson L. i N., Przyjaźń, miłość, małżeństwo, PAX, Warszawa 1990.
- Clair Barry St., Jones B., Miłość. Jak sprawić by trwała?, Pojednanie, Lublin 1993.
- Clair Barry St., Jones B., Seks, pojednanie, Pojednanie, Lublin 1992.
- D'Arcy P., Listy do Sary, PAX, Warszawa 1985.
- D'Heilly A., Miłość i sakrament, PAX, Warszawa 1977.
- Daniel-Ange, Homoseksualizm. Czym jest? Do czego prowadzi?, Wydawnictwo M, Kraków 1993.
- Daniel-Ange, Twoje ciało stworzone do miłości, W Drodze, Poznań 1994.
- Daniel-Ange, Twoje ciało stworzone do życia, W Drodze, Poznań 1994.
- Deklaracja międzynarodowej konferencji nt. seksualnego wykorzystania

- dzieci przez prostytutkę i pornografię, "L'Osservatore Romano", wydanie polskie, 11/1992.
- Dobson J., Co każda żona chciałaby, aby jej mąż wiedział o kobiecie, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1992.
- Dobson J., Emocje. Czy można im ufać?, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1992.
- Dobson J., Jak budować poczucie własnej wartości w swoim dziecku?, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1993.
- Dobson J., Miłość na całe życie. Jak zbudować małżeństwo, które przetrwa całe życie?, Wydawnictwo Rodzinny Krąg, Warszawa 1993.
- Dobson J., Miłość potrzebuje stanowczości, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1993.
- Dobson J., Uparte dziecko - od narodzin do wieku młodzieńczego, Wydawnictwo ALFA-OMEGA, Warszawa.
- Dobson J., Zmęczonym rodzicom, Wydawnictwo Rodzinny Krąg, Warszawa 1993.
- Dodds Bill, Tato w katolickim stylu, WAM, Kraków 1994.
- Dodziuk A., Pokochać siebie, Intra, Warszawa 1992.
- Dominian J., Cykle afirmacji ludzkich, PAX, Warszawa 1979.
- Drescher J. i B., Gdybyśmy zaczęli od nowa, PAX, Warszawa 1992.
- Encyklopedia wychowania seksualnego dla dorosłych, Polska Oficyna Wydawnicza BGW, Warszawa 1993.
- Encyklopedia wychowania seksualnego dla nastolatków, Polska Oficyna Wydawnicza BGW, Warszawa 1991.
- Erotyka w aspekcie zdrowia psychicznego, praca zbiorowa pod red. Grzywak-Kaczyńskiej M., PAX, Warszawa 1973.
- Faber A., Mazlish E., Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały? Jak słuchać, aby dzieci do nas mówiły?, Wydawnictwo Media Rodzina of Poznań Inc. Poznań 1993.
- Fallaci O., List do nienarodzonego dziecka, Wydawnictwo Dolnośląskie, Wrocław 1993.
- Fijałkowski W., Biologiczny rytm płodności a regulacja urodzeń, PZWL, Warszawa 1980.

- Fijałkowski W., Dar rodzenia, Warszawa 1983.
- Fijałkowski W., Ku afirmacji życia, Wydawnictwo TUM, Wrocław 1993.
- Fijałkowski W., Miłość w spotkaniu płci, PAX, Warszawa 1977.
- Fijałkowski W., Neugebauer K., Stelmaszczyk A., Nowe spojrzenie na erotyzm człowieka. Dar jedności, ODiSS, Warszawa 1988.
- Fijałkowski W., O miesiączkowaniu i jego zaburzeniach, PZWL, Warszawa 1986.
- Fijałkowski W., Seks okiełznany? Twórcze przeżywanie płci, Wrocław 1991.
- Fischaleck F., Uczciwa kłótnia małżeńska, PAX, Warszawa 1990
- Forward S., Toksyczni rodzice, Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza, Warszawa 1992.
- Frankl V. E., Egzystencjalna pustka, w: "Życie i Myśl", 5/1973, s. 47.
- Frankl V. E., Psychoterapia dla każdego, PAX, Warszawa 1978.
- Freud Z., Życie seksualne człowieka, SFINKS, Warszawa 1990.
- Fromm E., O sztuce miłości, PIW, Warszawa 1973.
- Fryling A. i R., Poradnik dla rodziców, Areopag, Katowice 1992.
- Garczyński S., Współżycie łatwe i trudne, Iskry, Warszawa 1978.
- Gasidło W., Z zagadnień etyki małżeńskiej i rodzinnej, Kraków 1990.
- Getz Gene A., Miara męczyzny, Towarzystwo Krzewienia Etyki Chrześcijańskiej, Kraków 1989.
- Godlewski J., Życie płciowe człowieka, PZWL, Warszawa 1975.
- Gordon Th., Wychowanie bez porażek. Rozwiązywanie konfliktów między rodzicami a dziećmi, PAX, Warszawa 1991.
- Gordon Th., Wychowanie bez porażek w praktyce. Jak rozwiązywać konflikty z dziećmi?, PAX, Warszawa 1994.
- Grabowscy M. i W., Niemyscy A. i M., Wołochowicz M. i P., Zanim wybierzesz. Przygotowanie do życia w rodzinie, Warszawa 1993.

- Grzywak-Kaczyńska M., Trud rozwoju, PAX, Warszawa 1988.
- Gueneau M., Zawód: rodzice, PAX, Warszawa 1978.
- Guitton J., Kobieta, miłość, rodzina, PAX, Warszawa 1978.
- Guitton J., Rodzina i miłość, PAX, Warszawa 1973.
- Hansen A., O sztuce wypoczynku, IWZZ, Warszawa 1983.
- Hauck P., Depresja. Dlaczego powstaje i jak ją przezwyciężyć, Książka i Wiedza, Warszawa 1992.
- Hauck P., Jak kochać i być kochanym, Książka i Wiedza, Warszawa 1993.
- Heron Benedict M., Modlitwa o uzdrowienie, Wydawnictwo M, Kraków 1992.
- Hugget J., Dorastanie do miłości, Wydawnictwo Areopag Katowice 1992.
- Ilg Frances L., Ames Louise Bates, Bacer Sidney M., Rozwój psychiczny dziecka. Poradnik dla rodziców, psychologów i lekarzy, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1992.
- Imieliński K., Miłość i seks, IWZZ, Warszawa 1984
- Imieliński K., Zaburzenia psychoseksualne, PZWL, Warszawa 1973.
- Imieliński K., Życie intymne człowieka. Psychofizjologia, PZWL, Warszawa 1974.
- Imieliński K., Życie seksualne, PZWL, Warszawa 1973.
- Jackiewiczowa E., Nie wierzę w bociany. Rozmowy z dziećmi o sprawach płci, PZWL, Warszawa 1974.
- Jaczewski A., O dojrzewaniu, WSiP, Warszawa 1974.
- Jaczewski A., Wstęp do dorosłości, WSiP, Warszawa 1990.
- Jaczewski A., Żmijewski J., Książka dla chłopców, PZWL, Warszawa 1973.
- Jedliński K., Jak rozmawiać z tymi co stracili nadzieję, Intra, Warszawa 1992.
- Jessel C., Szczęście we troje, Jacek Santorski & Co, Agencja Wydawnicza, Warszawa 1993.
- Kępiński A., Z psychopatologii życia seksualnego, PZWL, Warszawa

1982.

Kobierzycki T., Poza miłością i wolnością. Syndrom uzależnienia psychologicznego, Wydawnictwo BIS, Warszawa 1992.

Kobieta, mężczyzna, dziecko, praca zbiorowa pod red. Sternadla Z., PZWL, Warszawa 1991.

Kobyłecka W., Jaczewski A., O dziewczętach dla dziewcząt, PZWL, Warszawa 1976.

Korczak J., Jak kochać dziecko, Jacek Santorski & Co, Agencja Wydawnicza, Warszawa 1992.

Kornas-Biela D., Wokół początku życia ludzkiego, Wydawnictwo Nasza Księgarnia, Warszawa 1993.

Kościół a problemy etyki seksualnej. Komentarz do Deklaracji Persona Humana, PAX, Warszawa 1987.

Kozakiewicz M., Zanim przekroczysz próg, Towarzystwo Planowania Rodziny, Warszawa 1977.

Kozakiewicz M., Zanim staniecie się kobietami, Towarzystwo Planowania Rodziny, Warszawa 1977.

Król-Fijewska M., Stanowczo, łagodnie, bez lęku, Intra, Warszawa 1992.

Krzysztoporska H., Droga człowieka do życia na świecie, WAM, Kraków 1987.

Kwiek M., Abyśmy się wzajemnie miłowali. Pomoce do katechezy dzieci i rodziców, Wrocław 1992.

Kwiek M., Wychowanie do miłości. Katolicki poradnik dla rodziców, Wrocław 1991.

LaHaye T. i B., Akt małżeński, Wydawnictwo Pojednanie, Lublin 1991.

Laskowski J., Małżeństwo i rodzina, PAX, Warszawa 1979.

Laskowski J., Odpowiedzialny wybór małżonka, Oficyna Przeglądu Powszechnego, Warszawa 1992.

Lawson M., Skipp D., Seks i te rzeczy, Wydawnictwo Pelikan, Warszawa 1991.

Leclercq J., Małżeństwo z miłości, PAX, Warszawa 1974.

- Leonard A., Jezus i twoje ciało. Etyka seksualna dla młodzieży, Wydawnictwo Towarzystwa Naukowego KUL, Lublin 1992.
- Lestapis S. de, Małżeństwo, PAX, Warszawa 1979.
- Lewis C. S., Cztery miłości, PAX, Warszawa 1973.
- Linn D., Linn M., Uzdrawienie ludzkich zranień poprzez pięć etapów przebaczenia, Wydawnictwo M, Kraków 1993.
- MacDonald G., Wzorowy ojciec, Towarzystwo Krzewienia Etyki Chrześcijańskiej, Kraków 1991.
- Majdański K., Wspólnota życia i miłości. Zarys teologii małżeństwa i rodziny, Pallotinum, Poznań 1979.
- Maliński M., Zanim powiesz Kocham, Księgarnia św. Wojciecha, Poznań 1987.
- Mandel B., Terapia otwartego serca, Naucz się doceniać prosty, lecz niezwykły cud życia, Wydawnictwo Rebirthing, Opole.
- Marcol A., Katolicka etyka seksualna, Wrocław 1989.
- Martini C. M., Wiara, celibat, służba, WAM, Kraków 1993.
- May Rolo, Miłość i wola, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 1993.
- McDowell J., Day D., Jak być bohaterem dla swoich dzieci?, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1993.
- McDowell J., Lewic P., Dawać, brać, kochać, Towarzystwo Krzewienia Etyki Chrześcijańskiej, Kraków 1991.
- McDowell J., Nie! Pomóż swojemu dziecku pokonać presję seksualną, Pojednanie, Lublin 1992.
- McDowell J., Seks, wina, przebaczenie, Pojednanie, Lublin 1992.
- McDowell J., Tajemnica miłości, Towarzystwo Krzewienia Etyki Chrześcijańskiej, Kraków 1992.
- McDowell J., Ucałowania, tata, ALFA-OMEGA, Warszawa.
- McDowell J., Wakefield N., Zdziwiający wpływ tatusia, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1993.
- McGinnis A. L., Sztuka motywacji, czyli jak wydobyć z ludzi to, co w nich najlepsze, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1992.

- McGinnis A. L., Sztuka przyjaźni, czyli jak zbliżyć się do ludzi, na których ci zależy, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1993.
- Meissner K., Odkryć sens własnej płciowości, w: "List", 6/1993.
- Meissner K., Przyjmować ludzi takimi, jakimi są, w: "W Drodze", 6\1993.
- Meissner K., Suszka B., A tak już nie są dwoje, lecz jedno ciało. Rozmowy z narzeczonymi i młodymi małżeństwami, Oficyna Współczesna, Wrocław 1991.
- Meissner K., Suszka B., Twoja przyszłość, W Drodze, Poznań 1991.
- Meissner K., Suszka B., Twoje życie, Hlondianum, Poznań 1991.
- Mellody P., Toksyczna miłość i jak się z niej wyzwolić, Jacek Santorski & Co, Agencja Wydawnicza, Warszawa 1992.
- Miłość, małżeństwo, rodzina, praca zbiorowa pod red. Adamskiego F., WAM, Kraków 1978.
- Nagel E. i L., Gdzie ty, tam i ja, PAX, Warszawa 1979.
- Nassalski O., Jak pracować nad charakterem, Księgarnia św. Jacka, Katowice 1990.
- Nedoncelle M., Wartość miłości i przyjaźni, Wydawnictwo M, Kraków 1993.
- Neil A. S., Summerhill, Almaprint, Katowice 1991.
- Neuerer M. von, Podradnik dla rodziców i wychowawców. Materiały pomocnicze do użytku wewnętrznego duszpasterzy rodzin - na prawach rękopisów, Kraków 1979.
- Niebrzydowski L., Płaszczyński E., Przyjaźń i otwartość w stosunkach międzyludzkich. Studium psychologiczne, PWN, Warszawa 1989.
- Nitecka E., Pietkiewicz-Rok E., Staszewska D., Miłość od poczęcia, Wydawnictwo Pusty Obłok, Warszawa 1987.
- Obuchowska I., Jaczewski A., Rozwój erotyczny, WSiP, Warszawa 1982.
- Okoński W., Największa tajemnica, Pallotinum, Poznań 1979.
- Pieper J., O miłości, PAX, Warszawa 1993.
- Półtawska W., Przygotowanie do małżeństwa, WAM, Kraków 1993.

- Powell J., Dlaczego boję się kochać?, Wydawnictwo Księży Marianów, Warszawa 1993.
- Powell J., Jak kochać i być kochanym, Wydawnictwo Diecezjalne Pelplin 1990.
- Powell J., Miłość bez warunków, Wydawnictwo TUM, Wrocław 1993.
- Powell J., Pełnia człowieczeństwa, pełnia życia, Wydawnictwo Księży Marianów, Warszawa 1993.
- Powell J., Poczulem jego dotyk, Wydawnictwo TUM, Wrocław 1993.
- Praszki R., Zmieniać nie zmieniając. Ekologia problemów rodzinnych, WSzIP, Warszawa 1992.
- Prekop J., Mały tyran, Jacek Santorski & Co, Agencja Wydawnicza, Warszawa 1993.
- Pro i contra w planowaniu rodziny, w wychowaniu seksualnym, praca zbiorowa pod red. Kozakiewicza M., Książka i Wiedza, Warszawa 1989.
- Przetacznikowa M., Na przełomie dzieciństwa i młodości, Książka i Wiedza, Warszawa 1972.
- Przyszłość ludzkości idzie przez rodzinę, praca zbiorowa pod red. Szewczyka W., Wydawnictwo Michalineum, Warszawa 1992.
- Quoist M., Rozmowy o miłości, Wydawnictwo Sióstr Loretanek, Warszawa 1990.
- Rahner K., Mój problem, PAX, Warszawa 1985.
- Ralph M., Mężowie, żony, rodzice, dzieci. Fundamenty rodziny chrześcijańskiej, Wydawnictwo M, Kraków 1993.
- Ravaglioli A. M., Droga we dwoje, Wydawnictwo M, Kraków 1993.
- Rosenberg M., Jak wymyślono homoseksualistę, w: "W Drodze", 6/1992.
- Rostowski J., Zarys psychologii małżeństwa, PWN, Warszawa 1987.
- Samotność i osamotnienie, praca zbiorowa pod red. Szyszkowskiej M., IWZZ, Warszawa 1988.
- Sawicki F., Bóg jest miłością, Wydawnictwo Diecezjalne Pelplin 1990.
- Sawicki F., Fenomenologia wstydlivosti, Wrocław 1986.

- Schooyans M., Aborcja a polityka, Instytut Jana Pawła II KUL, Lublin 1991.
- Schwengeler B.i Y., Wychowanie - udręka czy przyjemność?, Wydawnictwo Ewangeliczne, Poznań 1990.
- Seamands D. A., Uzdrawienie zranionych uczuć, Towarzystwo Krzewienie Etyki Chrześcijańskiej w Krakowie.
- SŠve A., Spróbuj pokochać siebie naprawdę, Wydawnictwo Sióstr Loretanek, Warszawa 1992.
- Skrzydlewski W. B., Chrześcijańska wizja miłości, małżeństwa i rodziny, WAM, Kraków 1982.
- Skyunner R., Cheese J., Życ w rodzinie i przetrwać, Jacek Santorski & Co, Agencja Wydawnicza, Warszawa 1992.
- Sławiński S., Dojrzewać do miłości: rozmowy o samowychowaniu, PAX, Warszawa 1990.
- Sławiński S., Rozważania o wychowaniu, PAX, Warszawa 1983.
- Sławiński S., Ślubuję ci miłość. Przygotowanie do życia w małżeństwie, PAX, Warszawa 1986.
- Ślipko T., Zarys etyki seksualnej, Kraków 1978.
- Sovernigo G., Poczucie winy, Wydawnictwo M, Kraków 1983.
- Strojnowski J., Eros i człowiek, ZNAK, Kraków 1976.
- Sujak E., Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie, Księgarnia św. Jacka, Katowice 1971.
- Sujak E., Małżeństwo, Księgarnia św. Jacka, Katowice 1989.
- Sujak E., Poradnictwo małżeńskie i rodzinne. Książka dla doradców i duszpasterzy, Księgarnia św. Jacka, Katowice 1988.
- Sujak E., Rozważania o ludzkim rozwoju, Znak, Kraków 1978.
- Szczepanowicz M., Miłość możliwa jest, WAM, Kraków 1992.
- Terruwe Anna A., Baars Conrad W., Integracja psychiczna, W Drodze, Poznań 1987.
- Tęsknota i głód. O ludziach żyjących w związkach niesakramentalnych. Red. M. Paciuszkiewicz, Oficyna Przeglądu Powszechnego, Warszawa 1993.

- Toulat J., Sztuczne poronienie, wyzwolenie czy zbrodnia? Editions du Dialogue, Paris 1978.
- Trobisch I., Być kobietą, PAX, Warszawa 1983.
- Trobisch W., Kochałem młodą dziewczynę, Biblioteka chrześcijańska, nr 19, 1970.
- Trobisch W., Którędy do małżeństwa, Kościół Chrześcijan Baptystów, Warszawa 1975.
- Van de Velde Th. H., Zniechęcenie w małżeństwie, Wydawnictwo Planeta, Warszawa 1993.
- Vanier J., Augustyn J., Depresja, uczucia, lęk, Wydawnictwo M, Kraków 1992.
- Vanier J., Mężczyzną i niewiastą stworzył ich do życia w prawdziwej miłości, WAM, Kraków 1987.
- Wędrując ku dorosłości. Przygotowanie do życia w rodzinie dla uczniów starszych klas szkoły podstawowej, praca zbiorowa pod red. Król T., Warszawa-Kraków 1994.
- Wheat E., Miłość i małżeństwo. Poradnik nie tylko dla młodych małżeństw, Wydawnictwo ALFA-OMEGA, Warszawa.
- Wieck W., Mężczyzna pozwala kochać. Głód kobiety, Książka i Wiedza, Warszawa 1993.
- Wielowieyski A., Przed nami małżeństwo, ZNAK, Kraków 1972.
- Winnicot D. W., Dziecko, jego rodzina i świat, Jacek Santorski & Co, Agencja Wydawnicza, Warszawa 1993.
- Wiśniewska-Roszkowska K., Ciąża - nowy człowiek w twoim życiu, Wrocław 1986.
- Wiśniewska-Roszkowska K., Problemy współczesnego erotyzmu, ATK, Warszawa 1986.
- Witczak J., Ojcostwo bez tajemnic, Towarzystwo Rozwoju Rodziny, Warszawa 1992.
- Witek S., Miłość chrześcijańska w życiu człowieka, ATK, Warszawa 1983.
- Woititz J. G., Wymarzone dzieciństwo. Jak wychowywać szczęśliwe dziecko unikając błędów naszych rodziców, Gdańskie Wydawnictwo

- Psychologiczne, Gdańsk 1993.
- Wójcik E., Rodzina katolicka, WAM, Kraków 1985.
- Wojciszke B., Psychologia miłości. Intymność - Namietność -
Zaangażowanie, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1993.
- Wojtyła K., Miłość i odpowiedzialność, Wydawnictwo Towarzystwa
Naukowego KUL, Lublin 1982.
- Wojtyła K., Osoba a miłość, Dajmion, Lublin 1991
- Wrisht Norman H., Konflikty? Jak rozumieć współmałżonka nie zgadzając
się z nim, Oficyna Wydawnicza Vocatio, Warszawa 1992.
- Wychowanie w rodzinie chrześcijańskiej, praca zbiorowa pod red.
Adamskiego F., WAM, Kraków 1984.
- Zabrodzka H., Gdy dziecko schodzi na złą drogę, WSzIP, Warszawa 1974.
- Zienkiewicz A., Miłości trzeba się uczyć, WAM, Kraków 1988.
- Znaki miłości - nie tylko dla narzeczonych, wybór i opracowanie:
Dudzis K., Fijałkowski W., Madej A., Wydawnictwo Diecezjalne
Pelplin 1990.

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE.....

ROZDZIAŁ I

ROZWÓJ SEKSUALNY W OKRESIE DZIECIŃSTWA I DOJRZEWANIA.....

A. ROZWÓJ SEKSUALNY DZIECKA PRZED OKRESEM DOJRZEWANIA....

1. Kiedy zaczyna się rozwój seksualny dziecka?.....
2. Pierwsza identyfikacja seksualna - przejście od matki do ojca.....
3. Wychowanie dziecka przez samotną matkę.....
4. Pomędzy wczesnymi latami dzieciństwa a okresem dojrzewania.....
5. Ochrona dziecka przed deprawacją seksualną.....

B. ROZWÓJ SEKSUALNY W OKRESIE DOJRZEWANIA.....

1. Czas przejścia z dzieciństwa do życia dorosłego..
2. Okres dojrzewanie seksualnego.....
3. Zainteresowania seksualne.....
4. "Dlaczego trzeba panować nad popędem seksualnym?.
5. Przyjmowanie i dawanie miłości.....
6. "Bunt" młodych ludzi w okresie dojrzewania.....
7. Wolność nastolatków.....
8. Potrzeba sukcesu w okresie dojrzewania.....
9. Czas narodzin wielkich ideałów.....
10. Rola okresu dojrzewania dla całego życia człowieka.....

ROZDZIAŁ II

WYCHOWANIE SEKSUALNE.....

A. POTRZEBA WYCHOWANIA SEKSUALNEGO.....

1. Co to jest wychowanie seksualne?.....
2. Pierwsze wychowanie seksualne.....
3. Konflikt dziecka z własnym ciałem.....
4. Zaangażowanie we własne dojrzewania seksualne...
5. Wychowanie seksualne w "naszych czasach".....

B. WYCHOWANIE SEKSUALNE PRZED OKRESEM DOJRZEWANIA.....

1. Rola rodziców w wychowaniu seksualnym swoich dzieci.....
2. Zabawy seksualne małych dzieci.....
3. Przekazywanie dzieciom informacji seksualnych...
4. Jak rozmawiać z dziećmi o seksie?.....
5. Co robić, kiedy dziecko nie pyta o sprawy seksu?.....
6. Kłopotliwa sytuacja.....

C. WYCHOWANIE SEKSUALNE W OKRESIE DOJRZEWANIA.....

1. Przygotowanie dziecka na okres dojrzewania seksualnego.....
2. Szukanie pomocy.....
3. Kiedy kończy się wychowanie seksualne?.....
4. Trudności rodziców w wychowaniu seksualnym

- swoich dzieci.....
- 5. Trudności dzieci w rozmowach z rodzicami na tematy seksualne.....

ROZDZIAŁ III

INTEGRALNE SPOJRZENIE NA LUDZKĄ SEKSUALNOŚĆ.....

A. ISTOTA INTEGRACJI SEKSUALNEJ.....

1. Integracja seksualna w świetle pojęcia integracji u G. W. Allporta.....
2. Początkowe etapy integracji seksualnej w okresie dzieciństwa i dojrzewania.....
3. Co jest istotą seksualności człowieka?.....
4. Seksualność jako zadanie człowieka.....
5. Trzy przejawy ludzkiej seksualności.....
6. Zasadnicze różnice między seksualnością kobiety i mężczyzny.....
7. Pełna miłość.....
8. Współczesne dowartościowanie sfery seksualnej...

B. ZWIĄZEK SEKSUALNOŚCI ZE ŚWIATEM UCZUĆ.....

1. Seksualność a emocjonalność człowieka.....
2. Dojrzałość uczuciowa.....
3. "Nikt nie jest dobrym sędzią we własnych sprawach".....
4. Transcendencja siebie.....
5. Relacja z Bogiem warunkiem pełnej dojrzałości emocjonalnej i integracji osobowej.....

C. WIĘZI MIĘDZYOSOBOWE.....

1. Trzy zasadnicze rodzaje miłości.....
2. Bezwarunkowa akceptacja.....
3. Przyjaźń.....
4. Przyjaźnie "przeciwko innym" i "przyjaźnie niepartnerskie".....
5. Miłość erotyczna.....
6. Miłość erotyczna a miłość powszechna.....
7. Miłość Boga.....

ROZDZIAŁ IV

WYCHOWANIE DO MIŁOŚCI.....

A. WYCHOWANIE DO MAŁŻEŃSTWA.....

1. Dojrzałe i szczęśliwe małżeństwo.....
2. Miłość nastolatków.....
3. Niewyznana miłość.....
4. Przyjaźń między chłopcem a dziewczyną.....
5. "Dowody miłości".....
6. Język ciała.....
7. "Jesteś jedynym - jedyną w moim życiu".....
8. Inicjacja seksualna.....
9. Wspólne otwarcie się na miłość Boga.....
10. Płodność w miłości małżeńskiej.....
11. Płodność przypadkowa i niechciana.....

- B. WYCHOWANIE DO CELIBATU.....
1. Celibat a powołanie do miłości.....
 2. Samotność w celibacie.....
 3. Istota wychowania do celibatu.....
 4. Pomoce do twórczego przeżywaniu celibatu.....

ROZDZIAŁ V

ZRANIENIA EMOCJONALNO-SEKSUALNE I ICH UZDROWIENIE.....

A. ZRANIENIA EMOCJONALNO-SEKSUALNE I ICH SKUTKI.....

1. Zranienia emocjonalno-seksualne w okresie dzieciństwa.....
2. Zranienia emocjonalno-seksualne okresu dojrzewania.....
3. Skrzywdzenia seksualne wieku dorosłego.....
4. Potrzeba uzdrowienia zranień seksualnych.....

B. UZDROWIENIE ZRANIENÍ SEKSUALNYCH.....

1. Pomoc udzielana ludziom zranionym w dziedzinie seksualnej.....
2. Wychowanie sumienia.....
3. Przebaczenie w zranieniach seksualnych.....
4. Pomoc dzieciom - ofiarom deprawacji seksualnej..
5. Jezus źródłem uzdrowienia zranień seksualnych...
6. List do przyjaciela.....

ROZDZIAŁ VI

ZAGADNIENIA SZCZEGÓLOWE.....

A. CIEKAWOŚĆ SEKSUALNA.....

1. Ciekawość seksualna okresu dojrzewania.....
2. Zainteresowania "czyste" i "nieczyste".....
3. Sfera naznaczona lękiem.....
4. "Złoty środek".....
5. Pornografia na polskim rynku.....
6. Stosunek do ciała.....

B. NIEKTÓRE MECHANIZMY EMOCJONALNE LUDZKIEJ SEKSUALNOŚCI.....

1. Nie uciekać od własnej seksualności.....
2. Poczucie winy i lęk w mechanizmie napięcia seksualnego.....
3. Dynamika napięcia seksualnego.....
4. Aktywność ojcowska i macierzyńska a aktywność erotyczna.....
5. Dlaczego sfera seksualna interesuje nas a jednocześnie budzi lęk?.....
6. Nadużywanie alkoholu a zachowania seksualne.....
7. Nieprzyzwoite żarty seksualne a poczucie humoru.....

C. MASTURBACJA.....

1. Masturbacja przed okresem dojrzewania.....
2. Masturbacja w okresie dojrzewania.....
3. Rozeznanie odpowiedzialności moralnej.....

4. Pomoc w kryzysie masturbacji okresu dojrzewania.....	
5. Masturbacja osób dorosłych.....	
D. HOMOSEKSUALIZM.....	
1. Różne sposoby traktowania homoseksualizmu.....	
2. Indywidualne traktowanie każdego przypadku.....	
3. Homoseksualizm rzeczywisty a pozorny.....	
4. Przyczyny homoseksualizmu.....	
5. Ocena homoseksualizmu.....	
6. Jak przewycięzać skłonności homoseksualne?.....	
ZAKOŃCZENIE.....	
BIBLIOGRAFIA.....	