

Konrad Baran, *W sidłach cyberseksu. Zjawisko. Pomoc duszpasterska*, Wydawnictwo Serafin, Kraków 2019, ss. 240. ISBN 978-83-952878-2-4

Aktywność człowieka w Internecie, jak każda dziedzina ludzkiego życia, została naznaczona słabością, grzechem. Można wyróżnić wiele rodzajów niemoralnych działań związanych z płciowością w przestrzeni wirtualnej i sprowadzić je do wspólnego mianownika cyberseksu. Cyberseks bowiem to zewnętrzny sposób przeżywania seksualności za pomocą urządzeń elektronicznych. Tak definiuje to zjawisko we wstępie swojej książki (s. 7) br. Konrad Baran, kapłan z zakonu Braci Mniejszych Kapucynów, duszpasterz zaangażowany w Dzieło Pomocy św. o. Pio w Krakowie, będący obecnie w trakcie zdobywania uprawnień psychoterapeuty.

Książka otrzymała nagrodę Stowarzyszenia Wydawców Katolickich Feniks (w 2020 r.). Opiekę naukową nad pracą sprawował br. Mateusz Roman Hinc, doktor psychologii i psychoterapeuta. Książka prezentuje wyniki poszukiwań autora zebrane do jego pracy magisterskiej. Obszerna bibliografia, zawierająca najnowszą literaturę, przede wszystkim polsko- i anglojęzyczną, gwarantuje naukową rzetelność oraz aktualność prezentowanych badań i opinii.

Autor podejmuje temat cyberseksu w kontekście psychologicznym i duszpasterskim. We wstępie ukazuje najpierw skalę problemu, powołując się na różne statystyki. W rozdziale pierwszym (pt. „Psychologiczny kontekst uzależnienia od cyberseksu”) na początku zostają opisane biologiczne procesy związane z przeżywaniem seksualności. Następnie autor omawia różne psychologiczne teorie powstawania uzależnień. Z tymi ogólnymi analizami przechodzi do cyberprzestrzeni, ukazując specyfikę uzależnień na tym obszarze.

W rozdziale drugim (pt. „Uzależnienie od cyberseksu, zmiany funkcjonowania człowieka, diagnoza”) br. Konrad Baran kontynuuje opis specyfiki uzależnienia od cyberseksu. Wskazuje zmiany funkcjonowania człowieka podlegającego omawianej grzesznej aktywności i możliwość zdiagnozowania na tej podstawie uzależnienia. Omawia jego skutki i przedstawia różne zagrożenia funkcjonowania psychicznego i moralnego osoby będącej w nałogu.

Rozdział trzeci nosi tytuł: „Warunki duszpasterstwa osób uzależnionych od cyberseksu”. W rozdziale tym autor wskazuje najpierw normy etyczne dotyczące seksualności. W tym celu przyjęte zostają cztery podstawowe zasady moralności sfery seksualnej: miłości między dwiema osobami; wartości życia, czyli uszanowania prokreacyjnego znaczenia seksualności; godności człowieka i w końcu rozwoju osoby w każdej dziedzinie życia. W sprzeczności z tymi regułami autor widzi związane

nieodłącznie z cyberseksem: masturbację, pornografię i uzależnienie. Ich obiektywna ocena jako grzechów śmiertelnych może w konkretnej sytuacji zostać złagodzona ze względu na różne stany zmniejszonej odpowiedzialności moralnej. Swoją ocenę moralną masturbacji Konrad Baran opiera na dokumencie Kongregacji ds. Wychowania Katolickiego z 1983 roku: *Wytyczne wychowawcze w odniesieniu do ludzkiej miłości – zasadnicze cechy wychowania seksualnego*.

Jak pisze autor: „Celem każdego rodzaju duszpasterstwa, a zwłaszcza indywidualnego, jest osiągnięcie świętości chrześcijańskiej”, psychologia ma tu pełnić funkcję służebną, niedopuszczalne jest psychologizowanie wszelkich przeżyć, zwłaszcza duchowych (s. 136). Pomoc osobom uzależnionym od cyberseksu może jednak z konieczności wykraczać poza zwykłe duszpasterstwo, w kierunku uczestnictwa w terapii oraz w grupach samopomocowych. Duszpasterz powinien umieć taką potrzebę rozpoznać, sam wykazać się uporządkowaną sferą seksualną, znać nauczanie Kościoła, umieć integrować płciowość z innymi sferami osoby.

Rozdział czwarty nosi tytuł: „Środki i strategie do zastosowania w duszpasterstwie”. Autor, opierając się na wspomnianym już dokumencie *Wytyczne wychowawcze...*, przypomina tu, że grzeszne zachowania seksualne często wskazują na głębsze problemy osoby, praca duszpasterska powinna koncentrować się na przyczynach zaburzeń, a nie na skutkach. Należy „oddramatyzować” słabości seksualne, jednocześnie nie bagatelizując ich, co nie pozwala koncentrować się tylko na tej sferze aktywności.

Pomoc duszpasterska wymaga środków w trzech wymiarach życia: wspólnotowym, duchowym i ascetycznym. Po pierwsze, potrzeba pomocy w budowaniu zdrowych relacji. W wymiarze duchowym zaś duszpasterz powinien prowadzić osobę do coraz większej wiary w bezwarunkową miłość Boga. Jest to pomocne także w przyjęciu bólu psychicznego związanego z porzuceniem nałogu, zaakceptowaniu swojej grzeszności i zbawienia w Chrystusie. Służą temu codzienna modlitwa i lektura Pisma Świętego.

W wymiarze ascetycznym autor akcentuje potrzebę gotowości do przemiany i poddania się łasce na tej drodze, zamiast zaufania we własne siły. Wspomina o konieczności poznania samego siebie, w czym może pomóc prowadzenie dziennika. W końcu nieodzowna jest praca nad sobą. Chodzi tu o wytrwałość i cierpliwość. Jako praktyczne wskazówki K. Baran podaje osobom uzależnionym także usunięcie wszelkich treści erotycznych z komputera, zmianę czasu i miejsca korzystania z Internetu, ćwiczenie umiejętności sublimacji seksualności. W pracy duszpasterskiej konieczna jest pomoc osobie uzależnionej w formacji jej sumienia.

Książka nie ma niestety formalnego zakończenia, widać także trudność w podzieleniu obszernego materiału na rozdziały, podejmują one czasem to samo zagadnienie jako kontynuację tematu rozpoczętego wcześniej. Wydaje się, że dla lepszej przejrzystości można byłoby podzielić treść pracy na większą liczbę rozdziałów, zwykle opisują one bowiem kilka ważnych problemów. Autor pragnie, aby jego książkę traktować jako wstęp do dyskusji, a nie dogmatyczną wykładnię (s. 8). Myślę, że oprócz tematu samej pomocy osobom uzależnionym szczególnie cenna byłaby dyskusja słu-

żącą sprecyzowaniu zagadnień z ostatniego paragrafu dotyczącego formacji sumienia, gdzie autor dotyka problemu przyjmowania Komunii Świętej w sytuacji nałogu czy tłumienia wyobrażeń erotycznych. Wobec przyjętej w pracy perspektywy pastoralnej, a nie tylko psychologicznej, niedosyt pozostawia zasygnalizowanie życia sakramentalnego jako środka łaski, które przynosi przecież leczącą bliskość Boga i wolność w Chrystusie.

Mimo tych drobnych mankamentów książka jawi się jako ważna i cenna pozycja, na polskim gruncie teologicznym i duszpasterskim ma charakter pionierski. Nie tylko stanowi zasygnalizowanie pewnego zjawiska jako problemu duszpasterskiego, ale także dostarcza kompendium podstawowej wiedzy na jego temat. Może pomóc w uporządkowaniu wiadomości osobom, które pomagają ludziom uzależnionym, dostarczyć wielu wskazówek rozpoczynającym pracę duszpasterską. Przy tym książka nie jest specjalistycznym podręcznikiem operującym hermetycznym językiem. Jej ogromną zaletę stanowi interdyscyplinarność, pomagająca także w praktycznej integracji wszystkich sfer osoby.

Krzysztof Niewiadomski
Wyższe Seminarium Duchowne Braci Mniejszych Kapucynów
Kraków