

## Kompendium wiedzy o ludzkiej seksualności

A compendium of knowledge about human sexuality

KATARZYNA SACHA

AGATA CZEPCZARZ

JULIA SKOWROŃSKA

Interdyscyplinarne Koło Naukowe

Pedagogiki, Psychologii i Medycyny Prenatalnej i Perinatalnej,

Uniwersytet Opolski, Polska

Emilia Lichtenberg-Kokoszka. 2023. *Seks w konfesjonale. Bo nic, co ludzkie, nie jest nam obce*. Kraków: Impuls, ss. 302

Ludzka seksualność to we współczesnym świecie temat budzący wiele dyskusji, pytań i wątpliwości. Tymczasem dotyczy ona każdego człowieka, stanowiąc najbardziej delikatną i czułą, a równocześnie zaniedbaną i wypełnioną błędnymi przekonaniem sferę ludzkiego życia. Choć na półkach księgarskich można znaleźć wiele publikacji na jej temat, to jednak zawężają się one do jednej dziedziny wiedzy (psychologia, seksuologia, medycyna, teologia) lub przedstawiają podejście typowo naukowe lub poradnikowe. Jak się wydaje książka *Seks w konfesjonale. Bo nic, co ludzkie, nie jest nam obce* stanowi pod tym względem wyjątek. Będąc swego rodzaju kompendium wiedzy o ludzkiej seksualności, przedstawia prostym językiem teorie pochodzące z różnych dziedzin naukowych, łączy je z wymaganiami codziennego życia oraz normami religijnymi. Rozważania prowadzone są w sposób przemyślany i wyważony, nie narzucają czytelnikowi gotowych rozwiązań, lecz ubogacając jego wiedzę, zmuszają do samodzielnego myślenia i podejmowania decyzji.

Recenzowana książka składa się z *Wstępu*, ośmiu rozdziałów (podzielonych na podrozdziały) oraz bogatej *Bibliografii*. Większość rozdziałów i podrozdziałów, stanowiących vademecum wiedzy (medycznej, seksuologicznej i psychologicznej) z danego zakresu, kończy się odniesieniem do katolickich zasad etyczno-moralnych.

W publikacji odnajdziemy także liczne przypisy, uzupełniające tekst główny i odsyłające zainteresowanych czytelników do materiałów źródłowych.

Rozdział pierwszy: *Biomedyczne i psychospołeczne aspekty ludzkiej seksualności* składa się z sześciu podrozdziałów. Pierwszy z nich (*Seksualność*) przybliża złożoną strukturę seksualności i erotyzmu; różnice między seksualnością kobiet i mężczyzn; profile erotyczne oraz rodzaje libido, podkreślając równocześnie, że człowiek to coś więcej niż pierwotny popęd płciowy. Kolejne dwa podrozdziały (*Seksualność kobiety* oraz *Seksualność mężczyzny*) pokazują, jak bardzo sfera seksualna różni się u obu płci. Pierwszy z nich wskazuje ponadto na to, że kobiecy orgazm jest zjawiskiem najbardziej niezrozumiałym i zagadkowym oraz, że aż 83% kobiet ma problemy z jego osiągnięciem; podkreślono, jak wielkie znaczenie dla seksualności kobiety ma ich stan emocjonalny, zmęczenie fizyczne czy aktualny dzień cyklu miesięczkowego. Przybliżając męską seksualność wykazano, jak jest ona ważna; przybliżono czynniki, które wpływają na męskie reakcje seksualne, próg wrażliwości erotycznej, rodzaje erekcji i orgazmu. Podrozdział „*Seksualność człowieka w cyklu życia*” rozpoczyna się od uświadomienia czytelnika, że rozwój psychoseksualny rozpoczyna się już w prenatalnym okresie życia; przybliża specyfikę rozwoju seksualnego chłopców i dziewcząt (dzieci do 3. roku życia, między 5. a okresem dojrzewania, dorośli w wieku wczesnej, średniej i późnej dorosłości); podkreślając równocześnie, że u progu dojrzewania może wystąpić krótka faza homofilna; mężczyzna osiąga dojrzałość seksualną 8 lat szybciej niż kobieta; a seksualność człowieka dojrzałego i jego potrzeby w tym zakresie wcale nie kończą się wraz z nadejściem starości. Kolejny podrozdział – *Dojrzałość psychoseksualna* wskazuje na to, że ludzi można podzielić na dojrzałych, niedojrzałych oraz tych, którzy odrzucają swoją seksualność. Dojrzałość wiąże się z wewnętrzną siłą, poczuciem wartości, akceptacją płci i seksualności; niedojrzałość – z niską samooceną oraz życiem w świecie fantazji; jej negowanie – z trudnościami w relacjach interpersonalnych oraz spadkiem radości z życia. W publikacji wybrzmiało i to, że dojrzałość w sferze psychoseksualnej jest zarówno zadaniem, jak i celem, do którego należy dążyć. Ostatni podrozdział (*Pozaseksualne potrzeby zaspokajane podczas aktywności seksualnej*) wskazuje na powody, dla których ludzie uprawiają seks, szczegółowo omawiając kilkanaście z nich, podkreślając równocześnie, że ich niewłaściwe zaspokojenie w związku może być przyczyną niesatysfakcjonującego życia intymnego.

Kolejny rozdział: *Aktywność seksualna w parze* rozpoczyna się od podrozdziału dotyczącego *Czułości*. Podkreślono w nim, że zbliżenie nie powinno stanowić jedynej jego formy, że sam seks to zdecydowanie za mało, aby zbudować trwałą relację. By ludzkie życie seksualne było w pełni satysfakcjonujące bliskie sobie osoby (już w okresie narzeczeństwa) muszą nauczyć się innych form jej okazywania, takich jak: czułe spojrzenia, kontemplacja, pieszczoty, przytulenie, pocałunki, słowa. Kolejny podrozdział (*Inicjacja seksualna*) wskazuje na doniosłość tego wydarzenia dla dziewcząt oraz różnice w jej zakresie między nimi a chłopcami; przybliża necking oraz petting; podkreślając równocześnie to, że współcześni młodzi ludzie kształtują swoje wyobrażenia na temat pierwszego zbliżenia na podstawie filmów, książek czy

pornografii, uzmysławia czytelnikowi, że jedną ze współczesnych form rozpoczęcia aktywności seksualnej jest inicjacja przez internet. Ważnym elementem niniejszego podrozdziału jest także dokładne omówienie konsekwencji współżycia przed zawarciem związku małżeńskiego. Kolejny podrozdział (*Seks małżeński*) akcentuje różnice w zakresie intymnych potrzeb kobiety i mężczyzny oraz to, że małżonkowie w czasie zbliżenia mogą okazywać sobie miłość w każdy sposób (nie zapominając jednak o tym, że celem współżycia nie jest sama przyjemność czy prokreacja, ale zbudowanie więzi oraz intymne spotkanie dwóch kochających się osób).

Rozdział trzeci przybliżając *Inne formy zaspokajania potrzeb seksualnych*, szeroko opisuje problematykę masturbacji – jej przyczyny, typy, konsekwencje; pornografię oraz jej negatywne skutki; sexting, cyberseks oraz seks przez telefon wyróżniając przy tym rodzaje ich uczestników oraz związane z nimi trudności w relacjach interpersonalnych (będące zarówno przyczyną, jak i konsekwencją podejmowanych zachowań); modne współcześnie „przyjaźń z bonusem” czy poliamorię, utrudniające tworzenie trwałych relacji oraz różne formy prostytucji (w tym sponsoring, czy prostytucję homoseksualną).

Rozdział *Mentalne ekspresje seksualności* w sposób niezwykle ciekawy ukazuje *Fantazje, Natrętne myśli* oraz *Sny erotyczne* stanowiące przejaw zarówno lęków, jak i pragnień (niekoniecznie seksualnych). Wskazuje, jak należy postępować w ich przypadku oraz to, jak je interpretować w aspekcie etyczno-moralnym.

W rozdziale piątym dokładnie opisano *Nieprawidłowości w sferze seksualności*. Rozpoczęto od omówienia (fizycznej, psychicznej i społecznej) *tożsamości płciowej* oraz zaburzeń w ich zakresie; nieprawidłowości w ramach *orientacji seksualnej* (homoseksualizm, lebianizm, biseksualizm, orientacja autoerotyczna), a zakończono przybliżeniem kilku najczęstszych *parafilii*. Przybliżono proces kształtowania się tożsamości płciowej, podkreślając równocześnie, że orientacja seksualna nie jest wynikiem wyboru (człowiek nie ma na nią wpływu), ale raczej zostaje mu dana i zadana równocześnie. Wskazano także na stanowisko Kościoła, dotyczące omawianych nieprawidłowości.

Kolejny rozdział (*Sytuacje trudne*) podejmuje niezwykle delikatne kwestie, takie jak: *Uzależnienie od seksu, Wykorzystanie seksualne, Zdradę* oraz *Samotność*. Omawia typy uzależnień oraz proces ich rozwoju; przemoc seksualną wobec dzieci i dorosłych oraz jej krótko- i długotrwałe następstwa; przyczyny rozwoju „gotowości do zdrady” oraz seksualność osób samotnych (w tym celibatariuszy). Rozdział ten pokazuje, jak delikatna jest ludzka seksualność, jak ważne jest właściwe o nią dbanie i jak łatwo można niewłaściwym postępowaniem zniszczyć życie drugiego człowieka.

Rozdział podejmujący kwestie *Płodności małżeńskiej* w konkretny i rzeczowy sposób przedstawia *Metody regulacji poczęć* w tym Naturalne Metody Planowania Rodziny (wielo- i jednowskaźnikowe, kalendarzyk małżeński, stosunek przerywany oraz nowoczesne metody planowania rodziny) i antykoncepcję (środki mechaniczne, chemiczne, wkładki wewnątrzmaciczne, środki hormonalne, postkoitalne, sterylizacja); *Aborcję* (wraz z jej konsekwencjami dla matki, ojca oraz kolejnych lub posiadanych już dzieci), a także *Niepłodność* (w tym metody jej leczenia takie jak naprotech-

nologia czy techniki wspomaganego rozrodu). Ponieważ podejmowane w niniejszym rozdziale zagadnienia stanowią temat wielu dyskusji teologicznych i świeckich, autorka umieściła w nim również odniesienia do etyki chrześcijańskiej.

Ósmy rozdział, podejmujący kwestię *Tajemnicy wiary*, omawia pojęcie *Grzechu, Sakramentu pokuty i pojednania*, roli *Spowiednika* oraz *Kruchość człowieka*. Rozdział ten wskazuje na to, że Kościół zbudował bardzo spójny, choć wymagający system zasad odnoszący się do moralności człowieka. Podkreśla równocześnie, że jako ludzie jesteśmy słabi i wciąż znajdujemy się na drodze do doskonałości; że wciąż upadamy, podnosimy się, rozwijamy.

Reasumując, książka „*Seks w konfesjonale. Bo nic, co ludzkie, nie jest nam obce*” to doskonała propozycja dla tych, którzy szukają dobrze merytorycznie opracowanych informacji na temat ludzkiej seksualności, ukazanej z perspektywy kobiecej i męskiej, medycznej, i psychologicznej, teoretycznej i praktycznej, teologicznej oraz świeckiej. Publikacja ta niewątpliwie pozwala zwiększyć poziom świadomości społeczeństwa w tym zakresie, i choć przekazuje fachową wiedzę (zajmując ponad 300 stron), ze względu na zrozumiały dla każdego styl pisarski, czyta się ją z ogromnym zaciekawieniem i dużą przyjemnością. Zawarte w niej treści ubogacają posiadaną przez czytelnika wiedzę; umożliwiają poznanie własnej seksualności oraz seksualności płci przeciwnej, pozwalając tym samym na uniknięcie nieporozumień w relacjach interpersonalnych i intymnych związkach; rozwiewają wiele wątpliwości, dotyczących ludzkiej seksualności, czy interpretacji etyczno-moralnej; motywują do refleksji.

Recenzowana przez nas książka powinna trafić w ręce każdego odpowiedzialnego za wychowanie seksualne i etyczno-moralne młodego pokolenia (w tym także do osób duchownych) oraz małżonków (i narzeczonych), którzy pragną, by ich relacja intymna była przejawem autentycznej bliskości, a równocześnie, by była zgodna z etyką chrześcijańską. To bowiem „Bóg stworzył seksualność, a zatem jest ona dobra, bo Bóg jest dobry”.

**KATARZYNA SACHA** – magister pedagogiki (specjalizacje: pedagogika opiekuńczo-wychowawcza z terapeutyczną oraz resocjalizacja). Zainteresowania naukowe: psychologia, pedagogika, religioznawstwo, Płodowy Zespół Alkoholowy, rodzicielstwo zastępcze.

**AGATA CZEPCZARZ** – studentka V roku kierunku lekarskiego Uniwersytetu Opolskiego. Zainteresowania naukowe: ginekologia, położnictwo, neonatologia.

**JULIA SKOWROŃSKA** – studentka V roku kierunku lekarskiego Uniwersytetu Opolskiego. Zainteresowania naukowe: ginekologia, położnictwo, choroby autoimmunologiczne.