

Posłuchaj

()

Podczas gdy większość artykułów na temat postu i abstynencji skupia się na wymogach, zwyczajach i tradycjach związanych z jedzeniem i piciem, w Tradycji istnieją również zwyczaje małżonków chrześcijańskich powstrzymujących się od aktu małżeńskiego zgodnie z życiem liturgicznym. Wiadomo, że praktykowano to co najmniej od czasów św. Pawła. Błogosławiony Apostoł radził parom chrześcijańskim, aby *nie* powstrzymywały się od objęcia małżeńskiego, chyba że za obopólną zgodą. Na długo przed tym, jak Naturalne Planowanie Rodziny (NFP) zaczęło być aktywnie nauczane i praktykowane przez wiernych, te zwyczaje abstynencji seksualnej same w sobie stanowiły swego rodzaju NFP.

Dla wielu tradycyjnych rodzin katolickich perspektywa posiadania dużej rodziny jest wysoce pożądana, choć nie bez obaw. Podczas gdy rodzice muszą być otwarci na życie, gdyby Bóg postanowił zesłać im dzieci – lub wiele dzieci – fizyczny, emocjonalny i finansowy ciężar rodzenia, karmienia piersią i wychowywania wielu dzieci w szybkiej kolejności może być znaczącym krzyżem do udźwignięcia. W rezultacie niektórym parom nawet wierni, tradycyjni księża katoliccy radzą, aby

czasami powstrzymały się od aktu małżeńskiego. Tę formę naturalnego planowania rodziny można włączyć do kalendarza liturgicznego Kościoła, tak jak robili to nasi przodkowie. Te zwyczaje nie tylko pomagały rodzinom w rozłożeniu dzieci w czasie, ale także pomagały im wzrastać w czystości i czystości. Jako taki, ten zapomniany zwyczaj należy nauczać dzisiejszych katolików.

## Wstrzymanie się od aktywności seksualnej w okresie Wielkiego Postu

Oprócz przestrzegania surowego postu wielkopostnego od wszelkiego mięsa i produktów zwierzęcych, wierni w średniowieczu powstrzymywali się również od stosunków seksualnych przez cały Wielki Post, [1] o czym świadczą zapisy urodzeń pokazujące drastyczny spadek urodzeń dziewięć miesięcy po Wielkim Poście. W Hiszpanii zwyczaj powstrzymywania się od stosunków seksualnych był szeroko praktykowany aż do połowy lat 1900. i nie zakończył się aż do zakończenia rządów Franco. Chociaż nie jest to część rzymskokatolickich zasad postu, Kościół prawosławny nadal wymaga powstrzymywania się od stosunków seksualnych w Wielkim Poście. Podobnie, ukraiński Kościół katolicki radzi :

> Od par małżeńskich oczekuje się powstrzymania się od uścisku małżeńskiego w ciągu czterech okresów postu kościelnego, a także w cotygodniowych postach w środę i piątek oraz w poście komunijnym. Ten aspekt reguły postu jest prawdopodobnie jeszcze bardziej ignorowany i trudniejszy dla wielu niż te odnoszące się do jedzenia. W uznaniu tego faktu niektóre źródła opowiadają się za skromniejszą, minimalną regułą: pary powinny powstrzymać się od uścisku małżeńskiego przed przyjęciem Komunii Świętej i przez cały Wielki Tydzień.

## Abstynencja przed Komunią Świętą

Często nieznany nawet bardziej pobożnym katolikom, Katechizm Soboru Trydenckiego napominał księży , aby namawiali wiernych do powstrzymywania się od stosunków seksualnych na trzy dni przed Komunią Świętą, aby bardziej poświęcić się modlitwie przed przyjęciem Ciała i Krwi Bożej:

> Ale ponieważ wszelkie błogosławieństwo ma być uzyskane od Boga przez świętą modlitwę, wierni mają być również nauczani, aby czasami powstrzymywać się od małżeńskiego długu, aby poświęcić się modlitwie. Niech wierni rozumieją, że (ta wstrzemięźliwość religijna), według właściwego i świętego nakazu naszych poprzedników, ma być szczególnie przestrzegana przynajmniej przez trzy dni przed Komunią, a częściej podczas uroczystego postu Wielkiego Postu.

Jednakże zwyczaj ten istniał długo przed Soborem Trydenckim. Św. Augustyn opowiadał się za okresową wstrzemięźliwością wśród par małżeńskich, aby mogły poświęcić się modlitwie i duchowej gotowości. Powoływał się na 1 Koryntian 7:5, gdzie św. Paweł radzi małżonkom, aby czasowo powstrzymywali się od modlitwy: *Nie pozbawiajcie się wzajemnie, chyba że za obopólną zgodą i na jakiś czas, abyście mogli poświęcić się modlitwie*. Papież św. Grzegorz Wielki podobnie podkreślał konieczność czystości dla tych, którzy zbliżają się do świętych tajemnic. Nauczał, że osoby będące w związkach małżeńskich powinny praktykować wstrzemięźliwość przed uczestnictwem w Eucharystii, aby móc przystąpić do sakramentu z czystym

sercem.

Św. Jan Chryzostom, znany ze swoich elokwentnych kazań, zachęcał pary małżeńskie do powstrzymywania się od stosunków seksualnych w okresach postu i przed przyjęciem Komunii Świętej, podkreślając, że taka abstynencja pomaga w kultywowaniu samokontroli i duchowej gotowości. Podobnie nauczał św. Tomasz z Akwinu:

> Stan małżeński nie wyklucza doskonałości, ale jest jej przeszkodą, o ile jest sprzeczny z pewnymi aktami doskonałości… chyba że za obopólną zgodą małżonkowie oddadzą się na jakiś czas wstrzemięźliwości, „aby oddać się modlitwie” (1 Kor. 7:5) (II-II, Q.184, Art.6).

Tym, którzy twierdzą, że akt małżeński między małżonkami zawsze powinien być akceptowany i zawsze wolny od grzechu, papież Innocenty X w 1679 r. potępił następującą tezę: „Akt małżeński wykonywany wyłącznie dla przyjemności jest całkowicie wolny od wszelkich wad i powszednich wad”. Wszystkie dary i stany w życiu muszą być regulowane i podporządkowane prawom Boga i Kościoła.

## Naturalne planowanie rodziny jako abstynencja

W czasach współczesnych Naturalne Planowanie Rodziny, gdy jest praktykowane zgodnie ze szczegółowymi wytycznymi

określonymi przez papieża Piusa XII, jest inną formą abstynencji seksualnej w małżeństwie. Naturalne Planowanie Rodziny nigdy nie może być traktowane z takim samym nastawieniem jak sztuczna antykoncepcja. Jeśli tak się dzieje, jest to poważny grzech.

Papież Pius XII poruszył temat naturalnego planowania rodziny (NFP) w kilku przemówieniach, zwłaszcza w przemówieniach do Włoskiego Katolickiego Związku Położnych w 1951 r. Przyznał, że pary mogą stosować naturalne metody regulacji porodów w określonych warunkach, podkreślając zarówno powagę powodów, jak i ramy moralne, w których takie decyzje muszą być podejmowane. Oto kluczowe wymagania dotyczące prawidłowego stosowania NPR, zgodnie z zarysem papieża Piusa XII:

1. **Ważne powody** : Pary mogą stosować NPR jedynie z ważnych lub poważnych powodów, które według niego są związane z: problemami medycznymi lub zdrowotnymi (tj. jeśli ciąża stanowiłaby poważne ryzyko dla zdrowia lub życia matki), warunkami ekonomicznymi lub społecznymi (tj. jeśli para zmaga się ze skrajnym ubóstwem lub innymi poważnymi trudnościami w zapewnieniu utrzymania kolejnym dzieciom) lub problemami eugenicznymi (tj. jeśli istnieje duże prawdopodobieństwo przekazania poważnych schorzeń genetycznych lub chorób).
2. **Szacunek dla Bożego projektu** : Stosowanie NPR musi szanować naturalny porządek ustanowiony przez Boga. Oznacza to powstrzymanie się od sztucznej antykoncepcji i stosowanie wyłącznie naturalnych rytmów ciała w celu osiągnięcia lub uniknięcia poczęcia.
3. **Tymczasowe zastosowanie** : NPR nie powinno być przyjmowane jako stała lub nieokreślona praktyka, chyba że

istnieją poważne powody. Pius XII podkreślił, że tę metodę należy postrzegać jako odpowiedź na szczególne, wyjątkowe okoliczności.

4. **Intencja moralna** : Intencja pary musi być moralnie uczciwa. Decyzja o unikaniu ciąży nie powinna wynikać z egoizmu lub odrzucenia prokreacyjnego aspektu małżeństwa, ale powinna być motywowana wyżej wymienionymi poważnymi obawami i kierowana modlitewnym rozeznaniem.
5. **Otwarte na życie** : Nawet stosując NPR, pary muszą pozostać otwarte na możliwość życia. Pius XII podkreślił, że akt małżeński jest z natury prokreacyjny i jednoczący, a celowe działania mające na celu rozdzielenie tych dwóch celów są moralnie niedopuszczalne.

Potwierdzając te zasady, papież Pius XII starał się zrównoważyć zaangażowanie Kościoła w świętość małżeństwa i prokreacji ze współczuciem dla par, które stają w obliczu prawdziwych trudności. Dlatego naucza:

> Poważne motywy, takie jak te, które nierzadko wynikają z medycznych, eugenicznych, ekonomicznych i społecznych tak zwanych „wskazówek”, mogą zwolnić męża i żonę z obowiązkowego, pozytywnego długu na długi okres lub nawet na cały okres życia małżeńskiego. Z tego wynika, że przestrzeganie naturalnych okresów niepłodności może być zgodne z prawem z moralnego punktu widzenia: i jest zgodne z prawem w wymienionych warunkach. Jeśli jednak według rozsądnego i słusznego osądu nie ma takich poważnych powodów, osobistych ani wynikających z okoliczności zewnętrznych, wola uniknięcia płodności ich związku, przy jednoczesnym dalszym

> zaspokajaniu w pełni ich zmysłowości, może być jedynie wynikiem fałszywego docenienia życia i motywów obcych zdrowym zasadom etycznym.

Dzięki takim okresom abstynencji od stosunków seksualnych małżonkowie mogą się jednak do siebie zbliżyć. Niestety, w czasach papieża Piusa XII długoletni zwyczaj powstrzymywania się od aktu małżeńskiego przed Komunią Świętą i przez cały Wielki Post dawno zanikł. Jednak przywracając te okresy postu i zwyczaje tamtych czasów, pary mogłyby praktykować NPR, stosując niezbędne dyspozycje, a jednocześnie wiążąc je z Rokiem Liturgicznym.

## Jak czystość pomaga w życiu małżeńskim i samotnym

Chociaż nie wszyscy są powołani do celibatu, wszyscy są powołani do czystości. Doktor Anielski naucza:

> „Czystość jest cnotą, która łagodzi apetyt na przyjemności weneryczne według osądu rozumu, oświeconego wiarą, tak aby apetyt ten nie sprzeciwiał się duchowemu dobru człowieka” (II-II, Q.151, Art.1).

A czystość można rozwijać poprzez umiarkowanie przyjemności seksualnych, nawet w małżeństwie. I zamiast po prostu brać na siebie decyzję, kiedy powstrzymać się od takich przyjemności, dziedzictwo Kościoła w postaci postu i abstynencji

zapewnia odpowiednie okresy, aby całkowicie powstrzymać się od takich przyjemności i zwiększyć modlitwę, cierpliwość, pokorę i czystość.

Dla wielu walka z grzechami ciała będzie obecna w silniejszym lub mniejszym stopniu przez całe życie, niezależnie od stanu życia. Ale ci, którzy często nadal popadają w te grzechy, narażają się na ryzyko rozwoju ślepoty na te grzechy i zatwardziałości serca, jak ostrzega Katechizm Soboru Trydenckiego:

> Ale nawet jeśli cudzołożnik może uniknąć kary śmierci, nie uniknie wielkich cierpień i mąk, które często spotykają takie grzechy jak jego. Zostaje dotknięty ślepotą umysłu, najsurowszą karą; traci wszelki szacunek dla Boga, dla reputacji, dla honoru, dla rodziny, a nawet dla życia; i tak, całkowicie porzucony i bezwartościowy, nie zasługuje na zaufanie w żadnej ważnej sprawie i staje się niezdolny do wypełniania jakiegokolwiek rodzaju obowiązku.

Życie jednak nie jest tylko ciągłą walką o unikanie grzechu – jest okazją do praktykowania cnoty i wzrastania w łasce Bożej. Robimy to, postępując w czystości, która jest również nakazana mocą Szóstego Przykazania, jak stwierdza Katechizm Rzymski:

> Teraz przechodzimy do wyjaśnienia pozytywnej części przykazania. Wiernych należy nauczać i usilnie napominać,

> aby z całą troską pielęgnowali wstrzemięźliwość i czystość, oczyszczając się ze wszelkiej zmazy ciała i ducha, doskonaląc uświęcenie w bojaźni Bożej [II Kor. viii. 1].

Najsilniejszą motywacją, dla której powinniśmy to zrobić, są słowa samego Pana: *Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą* (Mt 5,8). Jak przypomina nam św. Jan Chryzostom:

> „Ci, którzy kochają czystość, których sumienia są całkowicie czyste, zachowują swoje serca w czystości. Żadna inna cnota nie jest tak konieczna, aby zobaczyć Boga”. [2]

Spośród uczniów czystość Pana była najbardziej naśladowana przez św. Jana Ewangelistę, który był wiecznym dziewicą. Ks. Alban Butler w swoich *Żywotach Świętych* opowiada o trzech głównych powodach, dla których był szczególnie kochany przez Pana, a trzeci z nich, jego dziewicza czystość, powinna zaszczepić w nas wielkie pragnienie, aby wytrwać w czystości przez resztę naszego życia, jeśli my również mamy nadzieję zobaczyć Pana:

> Nasz Boski Odkupiciel miał do niego szczególne uczucie ponad resztą apostołów; tak bardzo, że gdy św. Jan mówi o sobie, mówi, że był „uczniem, którego Jezus miłował”; i często wspomina o sobie przez tę jedyną cechę; czego nie

> czynił z dumy, aby się wyróżnić, ale z wdzięczności i czułej miłości do swego błogosławionego Mistrza. Jeśli zbadamy przyczyny tej szczególnej miłości Chrystusa do niego, która nie była ślepa ani nierozsądna, pierwszą była niewątpliwie, jak zauważa św. Austin, miłość, którą ten uczeń żywił do Niego; po drugie, jego łagodność i pokojowe usposobienie, przez które był niezwykle podobny do samego Chrystusa; po trzecie, jego dziewicza czystość. [3]

Aby naprawdę posunąć się naprzód w czystości, dusza musi uciekać się do postu. Św. Tomasz z Akwinu, wyjaśniając potrójny cel postu, wspomina o jego roli w powstrzymywaniu pożądania:

> Po pierwsze, aby okiełznać pożądliwości ciała, dlatego Apostoł mówi (II Kor. vi. 5-6): „W poście, w czystości”, ponieważ post jest strażnikiem czystości. Bo według Hieronima „Wenus jest zimna, gdy nie ma Ceres i Bachusa”, to znaczy, pożądanie jest chłodzone przez wstrzemięźliwość od jedzenia i picia (II-II q147 a1).

Podobnie, skromne ubieranie się i powstrzymywanie się od odwiedzania miejsc, w których ludzie są skłonni ubierać się nieskromnie, jest kolejną obroną przed pokusami seksualnymi. Zarówno Najświętsza Maryja Panna, jak i św. Jan Apostoł dostarczają godnych wzorców do naśladowania. A nawet ci w życiu małżeńskim są powołani do praktykowania czystości i odrzucania wszystkich nienaturalnych grzechów seksualnych. Poszczenie, jak czynili nasi przodkowie, może pomóc nam osiągnąć ten stan czystości.

## Wniosek

Post to coś więcej niż Wielki Post, a abstynencja to coś więcej niż tylko powstrzymywanie się od jedzenia nawet w każdy piątek przez cały rok. Nasze katolickie dziedzictwo jest pełne prawie połowy roku poświęconej abstynencji i jednej trzeciej roku poświęconej postowi. Dołącz do Bractwa św. Mikołaja i zobowiąż się do przestrzegania niektórych z tych zapomnianych okresów. Dowiedz się więcej i przyłącz się do sprawy !

---

[1] James A. Brundage, *Law, Sex, and Christian Society in Medieval Europe*, (University of Chicago Press, 2009), 158.

[2] Cytat z *„Drogi”* Josemaríi Escrivá, 119.

[3] Butler, *The Lives of the Fathers, Martyrs, and Other Principal Saints*, tom 12.



Copyright Mavientura Projects e.K> 

[redacted]

**Kartą, paypalem lub bezpośrednim przelewem**.

# Datki

Jak podobał Ci się ten wpis?

Kliknij na gwiazdkę, by go ocenić!

Oceń

Średnia ocena / 5. Policzone głosy:

Jeszcze bez oceny. Bądź pierwszy!

Jeśli podobał Ci się ten wpis ...

Obserwuj nas na mediach społecznościowych!

***Related***