

**Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta**

**Katedra křesťanské výchovy**

**Diplomová práce**

**2011**

**Lucie Šustrová**

**Univerzita Palackého v Olomouci**  
**Cyrlometodějská teologická fakulta**

**Křesťanská výchova**

Diplomová práce:  
**Periodická abstinence jako výzva manželského  
života**  
Lucie Šustrová

**Vedoucí práce: Doc. Ing. Mgr. Petr Tavel, Ph.D.**

**Olomouc 2011**



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tato práce je spolufinancovaná z Evropského sociálního fondu a státního rozpočtu České republiky v rámci OP VK projektu Sociální determinanty zdraví u sociálně a zdravotně znevýhodněných a jiných skupin populace (CZ.1.07/2.3.00/20.0063).

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala  
samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne 8. listopadu 2011

.....

Lucie Šustrová

## **Poděkování**

Chtěla bych zde velice poděkovat:

vedoucímu práce panu doc. Ing. Mgr. Mgr. Petru Tavelovi, Ph.D. za to, že převzal záštitu nad vedením této diplomové práce a umožnil mi tak věnovat se tomuto tématu,

Mgr. Karlu D. Skočovskému, Ph.D. za jeho ochotu, podporu, trpělivost, cenné konzultace a za přínosnou konstruktivní strukturální a obsahovou kritiku diplomové práce,

manželským párům, za jejich otevřenost a ochotu podílet se na výzkumu, který je součástí této práce,

mému manželovi, rodině a přátelům, kteří mě při psaní a studiu podporovali.

# Obsah

Seznam použitých zkratk

<b>1</b>	<b>Úvod.....</b>	<b>7</b>
<b>2</b>	<b>Křesťanské manželství .....</b>	<b>9</b>
2.1	Manželství jako povolání .....	9
2.2	Manželská láska .....	10
2.3	Manželská láska a plodnost.....	11
2.4	Sexualita v manželství .....	13
2.4.1	Manželská čistota .....	15
<b>3</b>	<b>Odpovědné rodičovství .....</b>	<b>18</b>
3.1	Vymezení pojmu.....	18
3.2	Metody kontroly početí v učení katolické církve .....	20
3.3	Etický rozdíl mezi antikoncepcí a periodickou abstinencí.....	23
<b>4</b>	<b>Periodická sexuální abstinence jako kontrola početí .....</b>	<b>26</b>
4.1	Vymezení pojmu.....	26
4.2	Rozdělení a historie metod.....	26
4.3	Praktické požadavky metod.....	28
4.4	Proces přijetí PA.....	30
<b>5</b>	<b>Vliv periodické abstinence na manželský vztah.....</b>	<b>33</b>
<b>6</b>	<b>Výzkum: Zkušenost s metodami periodické abstinence .....</b>	<b>39</b>
6.1	Cíl výzkumu.....	39
6.2	Uspořádání výzkumu .....	40
6.3	Výzkumný soubor .....	41

6.4	Použité metody.....	42
6.4.1	Zpracování dat .....	43
6.5	Výsledky výzkumu.....	44
6.6	Diskuse .....	97
6.7	Doporučení.....	110
<b>7</b>	<b>Závěr .....</b>	<b>114</b>
<b>8</b>	<b>Seznam použité literatury.....</b>	<b>117</b>
<b>9</b>	<b>Seznam příloh .....</b>	<b>120</b>

## Seznam použitých zkratek

CENAP – Centrum naděje a pomoci

DCE – *Deus caritas est*

FC – *Familiaris consortio*

GS – *Gaudium et spes*

HV – *Humanae vitae*

KKC – Katechismus katolické církve

KKKC – Kompendium Katechismu katolické církve

LG - *Lumen gentium*

LPP – Liga pár páru

PA – Periodická abstinence

PPR – Přirozené plánování rodičovství



# 1. Úvod

Periodická abstinence (PA) je mezi věřícími manžely diskutovaným tématem. Osobně jsem se s ním setkávala velmi často u novomanželů, když jsem se jich tázala na krásu manželského života. (V té době jsem byla ještě svobodná.) Řada manželů mi vyprávěla o přirozeném plánování rodičovství (PPR), o kterém jsem ani ve škole neslyšela. Díky těmto rozhovorům jsem získala první informace se sdělením, že „*je to sice doporučení církve<sup>1</sup>, ale v reálném životě se metody PA nedají používat*“. Na mysl mi přišla otázka: „Proč církev učí něco, co člověk nemůže praktikovat?“ Odpovědi jsem hledala u kněží, ale žádná nebyla dostatečná. Proto jsem se rozhodla napsat tuto diplomovou práci, abych těm, kteří si kladou podobnou otázku, dala odpověď.

Téma PA je v dnešním světě důležité. Manželé mají sice nějaké povědomí o PPR z předmanželské přípravy nebo ze setkání mládeže, kde se o tom také hovoří, ale nikde není podáván, podle mého názoru, ucelený pohled, kde by byly jak klady spojené s PA, tak těžkosti, které mohou PA doprovázet. Církevní autority napsaly řadu dokumentů a encyklik pro manžely. Ne všechny manželské páry si dokážou správně vyložit slova v nich napsaná, nebo pro komplikovanost a náročnost této knihy a dokumenty ani nečtou. Také někteří zástupci církve nedokážou fundovaně odpovědět na dotazy manželů, se kterými se v sexuální oblasti setkávají. Žádný člověk nemůže obsáhnout všechno vědění na světě, ale přála bych si, aby tato práce byla určitým vhledem pro kněze do života manželů, kteří mají zkušenosti s PPR, ať už kladné nebo záporné. Pohled, který tato práce nabízí, není vyčerpávající, ale je cenný, protože může kněžím, instruktorům PPR a manželům pomoci, jak lépe pochopit situaci mnohých párů a nároky PPR. Přínos této práce vidím v podobě výzkumu, ze kterého si může každý, jak věřím, něco odnést do života.

Diplomová práce má 5 částí. Seznamuji v nich s tím, co je křesťanské manželství (2.), u kterého vysvětluji provázanost manželské lásky a plodnosti se sexualitou a manželskou čistotou, která je nezbytná při praktikování odpovědného rodičovství. Odpovědným rodičovstvím (3.) se zabývám v druhé části. Je zde zahrnut etický pohled na antikoncepci a periodickou abstinenci a také metody kontroly početí, jak o nich hovoří katolická církev. Periodické sexuální abstinenci jako kontrole početí (4.) je věnovaná třetí část této práce. Zde popisují historii a rozdělení metod PA, jejich nároky a způsob přijetí do manželského

---

<sup>1</sup> Ve skutečnosti se nejedná o doporučení, ale o konstatování faktu, že ne všechny způsoby kontroly početí jsou morálně správné.

vztahu. Čtvrtá část ukazuje, jaký má vliv periodická abstinence na manželský vztah (5.) a poslední je výzkumná část, kde se snažím přijít na to, proč je takový rozdíl v sexuálním prožívání u manželů používajících metody PA. V čem tkví jejich spokojenost, nespokojenost a důvody, které je vedly k volbě jiné metody kontroly početí, než je PA.

Díky druhu výzkumu, který jsem zvolila, přináší tato diplomová práce hlubší pohled do manželského soužití a prožívání manželského života s metodami PA. Obsahuje cenné zkušenosti, které při praktikování metod PA manželé získali.

## 2. Křesťanské manželství

### 2.1. Manželství jako povolání

Povolání je způsob života, ke kterému nás volá Kristus. Můžeme být povolání ke kněžství, k panenství nebo k manželství.<sup>2</sup> Záleží na každém člověku, jak upřímně hledá své pravé povolání v životě, a které si nakonec zvolí.

Člověk byl Bohem stvořen z lásky k jeho obrazu.<sup>3</sup> Byl stvořen jako muž a žena a dostal tak od Boha povolání být mužem a ženou a darovat se jeden druhému v lásce. Manželství je tedy přirozené povolání člověka. Katechismus katolické církve k tomu píše: „Povolání k manželství je vepsáno do samé přirozenosti muže a ženy, jak vyšli z rukou Stvořitele.“<sup>4</sup>

Člověk však na počátku odmítl Bohu svou poslušnost a dopustil se prvotního hříchu. Hřích se dotýká od té doby všeho, i manželského soužití. Původní Boží plán byl člověkem, který se dopustil hříchu, narušen. Od té doby společenství muže a ženy provází pokřivené vztahy, špatné nazírání na sexualitu, sobectví a chtivost.<sup>5</sup> Porodní bolesti, ve kterých žena od té doby musí přivádět potomky na svět, jsou také následkem hříchu.<sup>6</sup>

Kristus přišel narušený Boží plán napravit svým životem, smrtí a vzkříšením. Manželství povýšil na svátost a skrze tuto svátost dává manželům dostatek milosti v manželství vytrvat. Tato milost dává manželům také možnost pochopit, jaký byl původní smysl manželství.<sup>7</sup> Manželská láska se upevňuje ve svátosti manželské, kterou jsou manželé posvěceni, aby dokázali plnit své povinnosti v manželství, aby rostli k dokonalosti ve svatosti a dávali tak světu svědectví.<sup>8</sup> Protože Bůh stvořil člověka *„jako muže a ženu, jejich vzájemná láska se stává obrazem absolutní a nepomíjející lásky, jakou Bůh miluje člověka. A tato láska, které Bůh žehná, je určena k tomu, aby byla plodná a uskutečňovala se ve společném díle ochrany stvoření.“*<sup>9</sup>

---

<sup>2</sup> Nesmíme zapomínat na povolání ke svobodnému stavu ve světě, který zde má také své místo. Toto povolání ke svobodnému stavu je stejně důležité, jako ostatní povolání.

<sup>3</sup> Srov. Gn 1,27n.

<sup>4</sup> KKC 1603.

<sup>5</sup> Srov. KKC 1607.

<sup>6</sup> Srov. Gn 3,16.

<sup>7</sup> Srov. KKC 1615.

<sup>8</sup> Srov. HV 25.

<sup>9</sup> KKC 1604.

S Božím požehnáním a milostí manželé mají věrně vytrvat v lásce, přijímat od Boha s vděčností děti, vyučovat je evangeliu, dávat světu příklad křesťanské lásky a dokonalosti a touto cestou spolu kráčet ke svatosti, ke které jsou povoláni od chvíle, kdy se stali přáteli Kristovými a dětmi Božími.<sup>10</sup>

## 2.2. Manželská láska

Každý člověk, bez ohledu na to, jaké povolání si vybral (manželství, panenství, kněžství), je povolán k lásce. „*Láska je základní a přirozené povolání každého člověka.*“<sup>11</sup>

„Bůh je láska.“<sup>12</sup> Slovo láska se dnes hodně používá a dalo by se říci, že je zneužíváno, protože není vždy používáno ve významu, který mu náleží. Termín láska zde v této práci označuje lásku „*mezi mužem a ženou, v níž dochází k úzké součinnosti mezi tělem a duší a v níž se před lidskou bytostí otevírá příslib blaženosti.*“<sup>13</sup> Bůh vlévá lásku manželům do srdce a sám je touto silou obdarovává a posvěcuje je ve svátosti manželské. Slovo láska v tomto smyslu v sobě zahrnuje cit, vášně, touhu po odevzdání se milované bytosti, touhu učinit milovanou bytost šťastnou, nepřeje si nic jiného než opětování lásky.

V 1. listě Korinťanům (13,48) čteme, jaké vlastnosti má pravá láska: „*Láska je trpělivá, láska je ochotná, není závistivá, láska se nevychloubá, nenadýmá se, nedělá, co se nesluší, nehledá svůj prospěch, nerozčiluje se, nic nezazlívá, neraduje se z nespravedlnosti, ale raduje se z pravdy. Všechno omlouvá, všemu věří, ve vše doufá, všechno snáší. Láska nikdy nepomíjí.*“<sup>14</sup> Právě taková by měla být láska manželů, která postupně zraje a s věkem se mění.

Je nutné říci, jak zdůrazňuje papež Pavel VI. v encyklice *Humanae vitae*, že manželská láska je láska lidská, která zahrnuje celého člověka po jeho smyslové i duchovní stránce. Manželská láska není pouhý cit nebo pud, který časem pomíjí, ale je to „*úkon svobodné vůle. Jejím prostřednictvím má být láska (...) nejen udržována, ale má také růst.*“<sup>15</sup> K dalším podstatným charakteristikám manželské lásky podle Pavla VI. patří, že je

---

<sup>10</sup> Srov. LG 41.

<sup>11</sup> KKC 2392.

<sup>12</sup> DCE 2.

<sup>13</sup> DCE 1.

<sup>14</sup> Jeruzalémská bible.

<sup>15</sup> *Humanae vitae* 9, překlad K. Skočovský; Viz <http://teologietela.paulinky.cz/dokumenty/dokument/Humanae-vitae-1.html>.

úplná (tj. bezvýhradná), věrná a výlučná, až do smrti jednoho z manželů. V manželství se stává láska definitivní, neboť po uzavření svazku (za života partnera) není možnost další volby. Věrnost, která je součástí lásky: „*Je důsledkem toho, že se manželé sobě navzájem darovali.*“<sup>16</sup> *A jsou „povoláni stále zvětšovat svou jednotu věrností, s jakou denně plní svůj manželský slib vzájemného úplného sebedarování.*“<sup>17</sup> Věrnost je těžká, ale není nemožná a přináší manželům trvalé štěstí.<sup>18</sup>

Manželské společenství má zajistit pokračování života, proto poslední charakteristikou manželské lásky je, že je plodná.<sup>19</sup> Láska mezi manžely se dále rozšiřuje do jiných „*forem lásky mezi členy téže rodiny*“<sup>20</sup> a vytváří základ pro rodinné společenství.

### 2.3. Manželská láska a plodnost

Manželská láska v sobě zahrnuje úplné, věrné a plodné odevzdání se milovanému člověku se svou niterností i tělesností. V manželském slibu nepřijímá manžel jen manželčino srdce, ale také její tělo, a tedy i její schopnost předávat život. A také manželka přijímá manžela s jeho láskou i plodností.

Manželská láska je ze své podstaty plodná a má být plodná. Jak se píše v dokumentech druhého vatikánského koncilu: „*Manželství a manželská láska jsou svou povahou zacíleny k plození a výchově dětí. Děti jsou totiž drahocenným darem manželství a vrcholně přispívají k dobru samotných rodičů.*“<sup>21</sup> Jedná se o přirozenou vlastnost manželské lásky a manželé nemohou v této oblasti jednat podle své libovůle, ale musí se podřizovat Boží vůli, kterou mají stále hledat.<sup>22</sup> Láska manžely sbližuje, plodnost lásku zpřítomňuje a sexualita tyto dvě věci spojuje a realizuje. V encyklice *Humanae vitae* se o tom píše: „*Manželský styk totiž, zatímco svojí vnitřní povahou spojuje manžela a manželku nejužším poutem, činí je také schopnými zplodit nový život podle zákonů vepsaných do samotné přirozenosti muže a ženy. Jsou-li oba tyto podstatné aspekty – aspekt sjednocení a plození – zachovány, manželský styk si zcela uchovává smysl pravé vzájemné*

---

<sup>16</sup> KKC 1646.

<sup>17</sup> FC 19.

<sup>18</sup> Srov. HV 9.

<sup>19</sup> Tamtéž.

<sup>20</sup> FC 18.

<sup>21</sup> GS 50; srov. též HV 9.

<sup>22</sup> Srov. GS 50-51.

*lásky...*<sup>23</sup> Proto se nedá oddělit jedno od druhého, pohlavní styk by tak ztratil svůj pravý význam vzájemného úplného sebedarování.

Plodnost je dar darovaný člověku Bohem. Bůh řekl prvním lidem: „*Bud'te plodní, rozmnožujte se, naplňte zemi...*“<sup>24</sup> Člověk není vlastníkem plodnosti, nemá nad ní neomezenou moc, ale má být jejím odpovědným správcem: „Kdo se (...) těší z darů manželské lásky a zachovává přitom zákony plození, nepovažuje se za pána nad zdroji lidského života, nýbrž spíše za služebníka záměru Stvořitele. Jako totiž člověk nad svým tělem všeobecně nemá neomezenou moc, tak ji ze specifických důvodů nemá ani nad svými plodivými schopnostmi jako takovými, protože jsou svojí přirozeností zaměřeny k plození lidského života, který má svůj počátek v Bohu.“<sup>25</sup>

Lásku manželů a plodnost dnešní svět často odděluje. Láska je zde výrazem srdce a citu, plodnost podle tohoto názoru vyjadřuje pouhé tělo.<sup>26</sup> City a „srdeční“ záležitosti jsou nadřazovány nad přirozenost těla a ta je pak potlačována.

Paradoxem je, že tolik lidí se plodnosti brání a chce se jí „zbavit“ a na druhé straně je tolik lidí, kteří by si přáli být plodní, a není jim to umožněno. Profesorka filozofie Janet Smithová o antikoncepční pilulce a chirurgické sterilizaci řekla, že nemocní lidé berou tabletky a podstupují operativní zákroky, aby léčili nemoc těla. Plodnost není porucha funkce ani nemoc, a proto nepotřebuje „léčbu“. Léčit se má neplodnost. A ti, kteří mají oprávněné důvody vyhnout se početí, mají se naučit a pochopit Boží záměr a podílet se na něm.<sup>27</sup>

Výše zmiňované není nic proti odpovědnému rodičovství, které bude dále popsáno v 2. kapitole, nebo proti manželské sexualitě. Naopak je zde snaha vysvětlit, proč se tyto dvě věci nedají oddělit, aby se pak lidská sexualita uskutečňovala v plnosti člověka a odpovědné rodičovství bylo v souladu s úctou k člověku a Božímu záměru s manželskou láskou.

---

<sup>23</sup> HV 12.

<sup>24</sup> Jeruzalémská bible Gn 1,28.

<sup>25</sup> HV 13.

<sup>26</sup> Biologické zákony, podle kterých se řídí plodnost u člověka, „náležejí k lidské osobě“ (HV 10). Plodnost není něco „ne-osobního“. Není to pouhá biologie. Má bezprostřední vztah k Boží moci.

<sup>27</sup> Srov. WEST, Christopher. Dobrá zpráva o sexu a manželství : Odvážné odpovědi na nesmělé otázky. (2010), str. 147. dále jen - Dobrá zpráva o sexu a manželství.

## 2. 4. Sexualita v manželství

### Vztahový rozměr

Manželským spojením si manželé v ideálním případě vyjadřují lásku. Toto spojení samo o sobě je prázdné, pokud není projevem lásky a odevzdanosti. Sexuální spojení by nemělo být motivováno sobeckostí, ale touhou dávat se druhému a chtít dobro pro druhého. Láska „*uděluje patřičný obsah a hodnotu pohlavnímu styku.*“<sup>28</sup> Spojení muže a ženy v manželství je završeno v jejich tělesném spojení v pohlavním styku. „*Manželský styk, (...) svoji vnitřní povahou spojuje manžela a manželku nejužším poutem, činí je také schopnými zplodit nový život podle zákonů vepsaných do samotné přirozenosti muže a ženy.*“<sup>29</sup>

Sexuální spojení manželů v sobě zahrnuje plodivý a sjednocující význam. Má-li se zachovat pravdivost a morálnost spojení, neměly by se tyto dvě složky vylučovat. „Plodivý“ znamená „svoji přirozenou povahou otevřený život“, tj. uskutečněný způsobem, jakým se normálně předává život; plodnost zde není ničím úmyslně a vědomě potlačena. „Sjednocující“ – spojuje manžely v „jedno tělo“<sup>30</sup>.

Manželská sexualita není jen samotné manželské spojení muže a ženy v jedno tělo, ale také řada intimností a něžností, kterými si manželé sdělují lásku ve chvílích, kdy k manželskému splynutí z různých příčin dojít nemůže, nebo se může jednat i o předeheru manželského splynutí. Tyto něžnosti mají manželům pomáhat a ochraňovat je, aby spolu zůstaly v jednotě. O nutnostech a správnosti předávání těchto něžností, píše i dnes už blahoslavený papež Jan Pavel II. v knize *Teologie těla*: „*Projevy náklonnosti si manželé navzájem pomáhají, aby setrvali ve svazku a současně tyto projevy chrání v každém onen hluboký mír, jenž je v jistém smyslu vnitřní resonancí čistoty vedené darem úcty k tomu, co stvořil Bůh.*“<sup>31</sup>

---

<sup>28</sup> JAN PAVEL, II. *Teologie těla* : Katecheze Jana Pavla II. o lidské lásce podle Božího plánu.(2006), 10. října 1984. Dále jen - *Teologie těla*.

<sup>29</sup> HV 12, překlad K. Skočovský.

<sup>30</sup> Srov. Gn 2,24; Mt 19,5; Mk 10,8; Ef 5,31.

<sup>31</sup> *Teologie těla*, 21. listopadu 1984.

## **Psychologický rozměr**<sup>32</sup>

Muž i žena v manželství si během intimního spojení sdělují blízkost, náklonnost a lásku, ale každý z nich samotný sexuální akt jinak prožívá a vnímá. Každý z nich může mít jiné pohnutky k tomu aktivně začít manžela nebo manželku intimně stimulovat, aby došli k pohlavnímu styku. Různá vyžadovaná četnost pohlavního styku a sexuální motivace mohou být v manželství i zdrojem konfliktu. Ženy většinou preferují menší četnost pohlavních styků než muži, ale nemusí to být vždy pravidlem, záleží na každém jednotlivci a jeho temperamentu. Muži jsou vzrušivější, více se ve své fantazii oddávají sexuálním myšlenkám a jejich sexuální touha je vyšší.

Důvody, proč manželé se sexuální iniciativou začnou, jsou různé. Od předávání lásky partnerovi, dovršení pěkné chvíle, po uspokojení touhy. Muži, jak ukazují některé výzkumy, jsou častěji motivováni k sexuálnímu spojení uspokojením svých sexuálních potřeb, ženy potřebou cítit lásku. Pro ženy je před pohlavním stykem důležitá atmosféra, ve které se nacházejí, jaký byl celý prožitý den, a zda jsou s manželem v harmonii, nebo rozhádaní. Muži vyhledávají intimnosti pro akt samotný a upřednostňují spontánnost před promyšleným sexuálním stykem.

Na obě pohlaví působí i hormony, které ovlivňují jejich vzrušivost. Některé ženy jsou vzrušivější v období ovulace, tedy plodném období, a v neplodném období je jejich touha nižší. U některých žen byly pozorovány potíže při milostném styku, jako jsou nepříjemný pocit, bolestivost pohlavního styku. Přispívá k tomu např. i rozvoj tzv. premenstruačního syndromu (PMS), který se v různé intenzitě objevuje jen u jistého procenta žen. PMS se projevuje úzkostnými stavy, depresemi, migrénami a jinými příznaky, které mohou snižovat touhu ženy po milostném styku, nebo mohou také mít negativní vliv na jeho prožívání. Tyto i jiné poruchy u žen i mužů, u mužů se jedná hlavně o poruchy erekce, se však obvykle dají léčit.

Spokojenost manželů s jejich sexuálním životem záleží i na spokojenosti s jejich vztahem jako takovým. Ti manželé, kteří dokážou spolu komunikovat, vzájemně si pomáhají a řeší těžké situace, spolu v manželském loži daleko lépe souzní v intimnostech než ti, kteří se o svých starostech nebaví a doufají, že se vše vyřeší samo. Některé potíže

---

<sup>32</sup> SKOČOVSKÝ, Karel. D. Sexualita a manželská spokojenost při používání symptotermální metody přirozeného plánování rodičovství u religiózní populace (2004), str. 12. Dostupné z WWW: [http://teologietela.paulinky.cz/\\_d/Skocovsky-2004-Diplomka-Sexualita-a-manzelska-spokojenost-pri-pouzivani-PPR-2.pdf](http://teologietela.paulinky.cz/_d/Skocovsky-2004-Diplomka-Sexualita-a-manzelska-spokojenost-pri-pouzivani-PPR-2.pdf), dále jen - SKOČOVSKÝ, Karel. D. Sexualita a manželská spokojenost při používání symptotermální metody přirozeného plánování rodičovství u religiózní populace.



manželé sami vyřešit nedokážou, proto je zde na místě i zvážit navštívení odborníka jako psycholog nebo sexuolog. Manželské páry, které jsou spokojeny se svým sexuálním životem, mají daleko menší rozvodovost než ty, které spokojeny nejsou.

Rozdíly mezi mužem a ženou v sexuální oblasti manžely obohacuje i komplikuje jejich soužití. Dokážou-li manželé spolu dobře komunikovat, mohou i tyto potíže přeměnit na plodné zkušenosti, které mohou dále rozvíjet jejich manželský vztah.

#### **2.4.1. Manželská čistota**

Čistota patří k důležitým ctnostem. Řídí naše tužby, přání, myšlenky a jednání, „aby byly ve shodě s pravdou autentické lásky.“<sup>33</sup> Patří k plodům Ducha svatého.<sup>34</sup> Čistota člověka osvobozuje, zbavuje ho sobectví a učí milovat v pravdě a dokonalosti, jakou nás miluje syn Boží, Kristus. Čistotě je třeba se učit již od mládí. „Existují tři způsoby ctnosti čistoty,“ jak nás učí KKC, čl. 2349, „manželský, vdovský a panenský.“

Manželská čistota vrhá na sexualitu jiný pohled, pohled etický. „Čistota vyjadřuje zdařilou integraci pohlavnosti v člověku a tím vnitřní jednotu člověka v jeho tělesném a duchovním bytí.“<sup>35</sup> Pohlavnost se stává lidskou, jen „když je zapojena do vztahu osoby k osobě, ve vzájemném, naprostém a časově neomezeném sebedarování muže a ženy.“<sup>36</sup> Manželská čistota se týká manželů a jejich vzájemného vztahu. Důvěrný a intimní vztah manželů vyžaduje absolutní odevzdání se jeden druhému. „Skutky, jimiž manželé dosahují důvěrného a čistého sjednocení, jsou čestné a důstojné, jsou-li prováděny způsobem hodným člověka.“<sup>37</sup>

Manželskou čistotu můžeme lépe pochopit tak, když si uvědomíme vztah mezi manželským slibem a sexualitou v manželství jako jeho obnovováním. Manželé si u oltáře vyměnili slib a darovali se jeden druhému. Naplnění slibu a jeho dovršení se uskutečňuje ve splynutí jejich těl v „jedno tělo.“<sup>38</sup> Hříchem proti čistotě je tady vše, co tento slib

---

<sup>33</sup> Dobrá zpráva o sexu a manželství str. 80.

<sup>34</sup> KKC 1832.

<sup>35</sup> KKC 2337.

<sup>36</sup> Tamtéž.

<sup>37</sup> KKC 2362.

<sup>38</sup> Srov. Gn 2,24; Mt 19,5; Mk 10,8; Ef 5,31.

porušuje.<sup>39</sup> Patří sem nevěra (tj. porušení výlučného svazku), která zahrnuje cizoložství, mnohoženství, krvesmilstvo, dále také volná láska – vztah, kdy muž a žena sice spolu žijí ve vztahu zahrnující i intimnost, ale nechtějí svému vztahu dát oficiální právní formu, tzv. konkubinát. Masturbace a onanie je hřích proti čistotě a věrnosti. Po uzavření manželství má právo nakládat s tělem manželky jen její manžel a naopak. Rozluka – porušení smlouvy, že spolu zůstanou až do smrti. Kdo po rozluce právoplatně uzavřeného dokonatého manželství uzavře nové manželství, žije v trvalém cizoložství.

Manželská čistota nezahrnuje jen slib věrnosti, ale i úplné vzájemné sebedarování s plodností. Proto manželské čistotě odporuje i každé sexuální jednání, při kterém k sexuálnímu vyvrcholení dochází mimo normální pohlavní styk manželů.<sup>40</sup> Člověk, který záměrně potlačuje svou plodnost, se provinuje proti slibu a manželské čistotě. Manželská čistota se projevuje mimo jiné ve zdrženlivosti. „*Zdrženlivost je jedna část ctnosti čistoty, totiž návyk zdržovat se pohlavních styků, které nejsou správné.*“<sup>41</sup> (Nevhodné pohlavní styky byly jmenovány výše.) Člověk vstupující do manželství by měl mít k manželství dispozice. Kromě odpovědné lásky a společenství, které byly popsány v kapitole Manželství jako povolání, se jedná o ctnost sebeovládání. Bez této ctnosti muž ani žena nejsou schopni dostát svému manželskému slibu, protože nemají nad sebou dost sebekontroly a nedokážou tak odolat pokušení v pohlavní oblasti.

Manželská čistota je i součástí a předpokladem odpovědného rodičovství,<sup>42</sup> jak zdůrazňuje dokument druhého vatikánského koncilu *Gaudium et spes*.<sup>43</sup> Podobně hovoří i encyklika *Humanae vitae*: „*Sebeovládání je zvláště nutné pro zachování periodické zdrženlivosti. Ale tato ukázněnost, již září manželská čistota, nejenže manželské lásce neškodí, nýbrž jí propůjčuje vyšší hodnotu.*“<sup>44</sup> Ovšem neoprávněné odmítání manželského styku jedním z manželů manželky rozděluje, protože sjednocující rozměr manželského styku je bezdůvodným odmítáním narušen a manželé se dopouštějí hříchu proti čistotě a spravedlnosti. Manželský styk má být vždy uskutečňován se souhlasem obou manželů, ale má-li manžel nebo manželka oprávněnou touhu, měl by druhý manžel této

---

<sup>39</sup> Tento pohled je blízký učení Jana Pavla II. obsaženému v Teologii těla. U nás se toto vysvětlení objevuje např. v knihách od Ch. Westa a také v knize J. Kippleyho „Manželství je natrvalo“.

<sup>40</sup> Bližší vysvětlení populární formou viz např. Dobrá zpráva o sexu a manželství, str. 109133.

<sup>41</sup> Teologie těla, 29. srpna 1984.

<sup>42</sup> Definice odpovědného rodičovství viz kapitola 3.1.

<sup>43</sup> „To [uvést v soulad manželskou lásku s odpovědným sdělováním života] ovšem nelze uskutečnit, nepřestuje-li se poctivě ctnost manželské čistoty“ (GS 51).

touze vyhovět,<sup>45</sup> není-li přítomen nějaký závažný důvod proti; v tomto případě je vhodná dostatečná sebekontrola.

Sebekontrola (sebeovládání) se může člověk naučit. Není to jednoduché, ale je to možné. „*Těsná je brána a úzká cesta, jež vede k životu.*“<sup>46</sup> *Humanae vitae* manželům říká, že se mají s neklamnou vírou a nadějí zhostit náročného úkolu – manželského života v čistotě; posilou jim má být každodenní modlitba, účast na mši svaté, kde mají přistupovat ke stolu Páně, který jim dá v eucharistii potřebnou lásku a milost. Manželům, kteří stále s hříchem v této oblasti zápasí, je doporučeno Boží milosrdenství ve svaté zpovědi.<sup>47</sup>

---

<sup>44</sup> HV 21, překlad K. Skočovský.

<sup>45</sup> Srov. 1 Kor 7,1.

<sup>46</sup> Jeruzalémská bible, Mt 7,14.

<sup>47</sup> Srov. HV 25.

### 3. Odpovědné rodičovství

#### 3.1. Vymezení pojmu

Plodná manželská láska vede manžely k odpovědnému rodičovství. Správně prožívat a žít odpovědné rodičovství může jen ten, kdo tento pojem správně chápe. *Humanae vitae* uvádí tři hlediska, která spolu souvisí a je potřeba je správně vnímat.<sup>48</sup>

1. Odpovědné rodičovství znamená akceptovat biologické funkce plodnosti lidského těla, které jsou rozumem poznatelné a patří k člověku jako osobě.

2. Odpovědné rodičovství žádá, aby všechny vášně, respektive „vrozené impulzy a hnutí duše (...) byly ovládány rozumem a vůlí.“<sup>49</sup>

3. Odpovědné rodičovství praktikují ti, kteří při zvážení všech podmínek týkajících se „fyzické, ekonomické, psychologické a sociální“<sup>50</sup> stránky se rozhodnou mít hodně dětí, nebo na čas se početí dítěte, mají-li k tomu závažné důvody, vyhnout.<sup>51</sup>

Rodičovství v sobě tedy zahrnuje dvě skutečnosti: je společné a odpovědné. Společné rodičovství znamená, že se na něm podílejí manžel a manželka dohromady a jedná se tedy o společnou dohodu manželů na tom, zda chtějí zplodit potomka. Odpovědné rodičovství znamená uvědomovat si výsledky svého jednání (tj. pohlavního styku), které může být dobré, nebo špatné, odpovědné, nebo neodpovědné. Odpovědné rodičovství chce dobro pro manžely, pro jejich narozené děti, i pro ty, které mohou být zplozeny, a také pro celou rodinu, společnost i církev. Mít např. pohlavní styk v plodném období, když další těhotenství ohrožuje život nebo zdraví ženy, může být velmi neodpovědné, morálně špatné. Manželé by se měli rozhodnout „*majíce na paměti jak své vlastní dobro, tak dobro svých dětí, ať již narozených, nebo v budoucnu předvídaných; uváží též hmotné i duchovní podmínky doby a svého postavení v životě, a budou mít konečně i zřetel na dobro rodinného společenství, světské společnosti a samé církve.*“<sup>52</sup>

Jan Pavel II. definuje odpovědné rodičovství těmito slovy: „*Odpovědné rodičovství znamená duchovní hodnocení manželského styku ve shodě s pravdou ve svědomí a ve vůli obou manželů, kteří v tomto projevu náklonnosti, po zvážení vnitřních a vnějších okolností,*

---

<sup>48</sup> Srov. HV 10.

<sup>49</sup> HV 10.

<sup>50</sup> Tamtéž.

<sup>51</sup> Srov. HV 10.

*zvláště biologických, vyjádří svou zralou ochotu k otcovství a mateřství.*<sup>53</sup> S přihlédnutím k fyziologii člověka znamená odpovědné rodičovství respektování biologických funkcí, tady i plodnosti, lidskému tělu vlastních.

Odpovědné rodičovství se pojí „s úsilím a nasazením a uskutečňuje se za cenu určité askeze.“<sup>54</sup> Jde o regulaci plodnosti, která je morálně správná a neporušuje důstojnost člověka jako lidské osoby. Jedná se o „výraz vysoké etické hodnoty“<sup>55</sup>, která se nezaměřuje jen na omezení potomstva a už vůbec na jeho vyloučení, ale naopak žádá ochotu přijmout i početnější potomstvo.<sup>56</sup>

Odpovědné rodičovství zahrnuje společnou dohodu manželů. Najít někdy společnou řeč a shodu není jednoduché. Některé páry vstupují do manželství a už mají přesně stanoveno, kolik dětí chtějí mít, a odmítají jakoukoli změnu počtu, i když jim to jejich zdraví, psychický stav i materiální zabezpečení dovoluje. Stává se také, že v průběhu manželství muž nebo žena by rádi přijali další dítě, ale narazí na odpor od partnera, což také působí veliké bolesti a trápení v manželství. Pomůže zde modlitba a otevřenost vůči Bohu a hledání jeho vůle. Bez důvěry v Boha a otevřenosti se těžko hledá správné řešení a bolest, kterou si tím manželé působí, je o to větší, že ji nesou sami.

Vliv na ochotu přijmout další dítě může mít i nazírání na to, jak lidé dítě chápou. Nabízejí se dvě možnosti: 1. Dítě je chápáno pozitivně jako Boží dar a s radostí přijímáno. 2. Dítě je pro manžely břemeno, které musí snášet, a působí jim nepříjemnosti nebo různá omezení, nebo něco jiného, co nedokážou zvládat. Zde se na dítě nazírá negativně jako na komplikaci. Čeká-li manželský pár neplánovaně dítě, hodně záleží na způsobu jeho přijetí. Smíří-li se s tím manželé a přijmou ho jako dar, bude jim dělat radost, i když výchova nebude jako u každého dítěte jednoduchá, nepřijmou-li ho jako dar, budou v něm vidět stále jen problém a potíže. Ne všichni lidé si tyto aspekty uvědomují a je dobré je zvážit při rozhodování o potomku.

---

<sup>52</sup> Tamtéž.

<sup>53</sup> Teologie těla, 21. listopadu 1984.

<sup>54</sup> Srov. Teologie těla 5. září 1984.

<sup>55</sup> Teologie těla, 5. září 1984.

<sup>56</sup> Srov. HV 10.

### 3.2. Metody kontroly početí v učení katolické církve

V roce 1968 vydal Pavel VI. encykliku *Humanae vitae* (O správném řádu předávání života) a navázal tak na tradici církevních otců a papežů, kteří stejně jako papež Pavel VI. byli nuceni řešit otázky regulace plodnosti a manželské sexuality. Církev je strážkyní morálních norem, které mají být základem pro život každého křesťana. Normě podléhá i regulace plodnosti. Jaká je tato norma a jak správně plodnost regulovat podle učení církve, tím se bude zabývat tato kapitola.

Katolická církev není proti odpovědnému rodičovství, jak plyne z výše uvedeného, ale naopak uvědomělé a odpovědné plánování rodičovství podporuje. Také neupírá manželům možnost svobodně se rozhodnout, kdy chtějí mít dítě, kdy ne. „*Tento úsudek [zda mít nebo nemít další dítě] si musí koneckonců udělat manželé před Bohem sami.*”<sup>57</sup>

Regulovat plodnost jde dvěma způsoby. Užitím antikoncepce,<sup>58</sup> nebo používáním periodické abstinence. Obojí vede k stejnému cíli, kterým je snaha neotěhotnět. Katolická církev používání antikoncepce odmítá. Učí, že užití antikoncepčních prostředků, které mají vést ke zneplodnění pohlavního styku, je morálně špatné, protože: „*každý pohlavní styk musí zůstat otevřený předávání života.*”<sup>59</sup> Abychom pochopili toto učení, musíme se podívat na význam manželského pohlavního styku.

Manželský pohlavní styk má dva významy: 1. plodivý a 2. spojující. Manželský styk manžely spojuje v jedno tělo a při jeho uskutečňování se manželé sjednocují po všech stránkách tělesně i duševně. Plodivý význam souvisí s plodností. Plodnost můžeme chápat dvěma odlišnými způsoby:

1. Plodnost je Božím darem, který bychom měli chránit, poznávat a zachovávat neporušený, protože se díky tomuto daru můžeme podílet na stvoření se samým Bohem.

2. Plodnost je věc, druh funkce patřící k tělesným pochodům a je na vůli člověka, co s ní udělá. Ve druhém případě dochází k oddělení tělesné a duševní stránky člověka a k narušení jeho celistvosti. Důvody, proč církev odmítá antikoncepci, vycházejí i z významu pohlavního styku. Důvody jsou dva:

---

<sup>57</sup> GS 50.

<sup>58</sup> Termín antikoncepce zde znamená takové jednání, které má za úmysl zneplodnění manželského styku. Jednání je uskutečňováno „*před manželským stykem nebo při něm nebo při rozvíjení jeho přirozených následků.*”

<sup>59</sup> HV 11.

První je spojení manželské plodnosti a manželského slibu. Manželství bylo Kristem povýšeno na svátost, jak nás učí KKC<sup>60</sup>. Manželé si u oltáře předají slib, který je součástí manželské smlouvy a slib, a tím i tuto smlouvu naplní manželským spojením. Manželským spojením se tak uskutečňuje, vysluhuje, obnovuje a zpřítomňuje svátost manželství, která začala u oltáře slibem.

V manželském slibu se manželé bez výhrad přijímají a odevzdávají jeden druhému se svým tělem i duší. Manželským spojením dochází k naplnění těchto slov. Manželé se spojují v jedno tělo, a tak „vyjadřují svým tělem, co před tím vyjádřili u oltáře svou myslí a srdcem. A tím své manželství dokonávají, tj. završují, zdokonalují, zpečetují, obnovují.“<sup>61</sup> Od této chvíle „se svým tělem nenakládá volně manželka, nýbrž její manžel,“<sup>62</sup> a naopak. Při manželském spojení se pojí těla i (obrazně řečeno) duše v jedno. Proto je manželské splynutí pro manžely tak důležité, protože během milostného spojení upevňují svou jednotu po stránce tělesné a duševní, naplňují manželský slib, stávají se darem pro druhého.

Použitím antikoncepce dochází k porušení tohoto slibu, protože je zde přítomna výhrada. Nepřijetím jedné přirozené části osoby (vlastnosti, chování) nebo těla (plodnosti), dochází k odmítnutí celé lidské osoby. Biologické zákony, které řídí pochody v lidském těle (i pochody spjaté s plodností) „náležejí k lidské osobě“<sup>63</sup>. Oddělování a nepřijetí plodnosti je z pohledu muže důsledkem snahy dotýčnou změnit tak, aby vyhovovala mužským potřebám. „Přijímám tě, ale ne jako zdravou ženu s tvou plodností.“ Odporuje to vlastnostem pravé lásky, která byla popsána v kapitole 2.2. Špatnost antikoncepce je v tom, že odporuje manželské lásce.

Druhým důvodem je fakt, že se člověk sám staví do pozice, která mu nepřísluší. K tělesným funkcím, které se týkají oblasti manželského spojení, patří předpokládaná plodnost manželů. Plodnost patří k darům daným nám od Boha a manželé tento dar dávají sobě navzájem ve své celistvosti. Plodivá síla umožňuje manželům, aby se podíleli na stvoření nové bytosti spolu s Bohem. V tom je krása plodivé síly.

Snaží-li se muž nebo žena manipulovat se svou plodností, oddělují tak plodnost od osoby, jak bylo popsáno výše, a chovají se jako ti, kterým tělo a s ním spojená plodnost patří. Nikdo z nás si sám život nedal a nemůže ho ani předat, pokud si to Bůh nebude přát. Manželé mají s Bohem v této věci spolupracovat. Užitím antikoncepce manželé Boha

---

<sup>60</sup> KKC 1601.

<sup>61</sup> Dobrá zpráva o sexu a manželství, str. 19.

<sup>62</sup> Jeruzalémská bible, 1Kor 7,4.

ze svého vztahu vylučují a staví se na jeho místo. Správné chování manželů by mělo vést k ochraně svěřeného daru plodnosti, kterým není obdarován každý. I když manželé tímto darem nejsou obdařeni, je jejich spojení v manželském styku, jak píše encyklika *Humanae vitae*, „čestné a důstojné“<sup>64</sup> a platí o něm vše, co platí o manželích, kteří plodností obdařeni byli.

Další důvod nemorálnosti antikoncepce souvisí s důstojností nenarozeného života. Církev jako ochránkyně života. Život, na kterém se manželé podílejí plodivou silou s Bohem je antikoncepcí ničen, např. některé druhy pilulek a nitroděložní tělíška ničí zárodek např. tak, že mu zahníždění znemožní.<sup>65</sup> Ničí ho i postkoitální antikoncepce a chirurgický potrat. Poslední dvě jmenované položky jsou přímé porušení pátého přikázání, které zní: „Nezabiješ!“ Církev užití těchto metod zakazuje, neboť „*potrat a usmrcení nemluvněte jsou hanebné zločiny.*“<sup>66</sup> „*Lidský život musí být absolutně respektován a chráněn již od okamžiku početí. Již od první chvíle její existence musí být lidské bytosti přiznána práva osoby, mezi nimiž je nezczitelné právo každé nevinné bytosti na život.*“<sup>67</sup>

Manželství bylo povýšeno Kristem na svátost. Manželská láska je určena k předávání života a k výchově dětí. Jednotu manželů podtrhuje definitivnost jejich rozhodnutí a věrnost, kterou si slíbili. Věrní svému slibu by měli manželé dodržovat učení církve, která učí, že: „*Vnitřně nemorální je každé jednání, například přímá sterilizace nebo antikoncepce, která před manželským stykem nebo při něm nebo při rozvíjení jeho přirozených následků má úmyslně za cíl nebo za prostředek zabránit početí.*“<sup>68</sup>

---

<sup>63</sup> HV 10.

<sup>64</sup> Srov. HV 11.

<sup>65</sup> Srov. SIELERT, Uve, et al. Sexuální výchova. Vyd.1. (1994), dále jen – Sexuální výchova.

<sup>66</sup> GS 51.

<sup>67</sup> KKC 2270.

<sup>68</sup> KKKC 498.



### 3.3. Etický rozdíl mezi antikoncepcí a periodickou abstinencí

Antikoncepce a periodická abstinence – PA – jsou dva odlišné přístupy, které mají společný cíl, ale využívají k němu různých prostředků. Jaký je mezi nimi rozdíl?

Morálnost skutku se posuzuje nejen podle jeho cíle, ale podle důvodu nebo úmyslu (např. finanční problémy, nemoc, sobectví) a prostředku (antikoncepční pilulka, kondom, PPR), který je k dosažení tohoto cíle (vyhnout se zplození potomka) zvolen. Aby byl skutek hodnocen jako morálně správný, je třeba, aby byl správný cíl i důvod a prostředek.<sup>69</sup>

**Antikoncepce** je **úmyslné** dočasné nebo trvalé **zamezení početí** formou mechanickou, chemickou nebo hormonální, která se uplatňuje před pohlavním stykem, během něj nebo po pohlavním styku. **PA nezabraňuje početí, protože nepůsobí neplodnost manželského setkání**, ale využívá biologických pochodů v ženském těle vlastních a přirozených. Na základě znalosti těchto pochodů **využívá ke kontrole početí neplodného období** ženy v jejím menstruačním cyklu.

1. Antikoncepce stojí proti všemu, co církev chrání, protože je proti manželské lásce, věrnosti, jednotě (tělesné i duševní), plodnosti (a někdy) i životu. Antikoncepce narušuje celkové pojetí manželského styku jako symbolu jednoty a obrazu Krista a církve. Užíváním antikoncepce se rozšířila ve větší míře nevěra, mimomanželské soužití a uvolnila se morálka. Ve vztahu, kde se používá antikoncepce, přestávají manželé vysluhovat svátost manželství svým manželským splynutím, které je narušeno vůlí člověka ovládanou plodivou silou, která mu byla dána jako dar od Boha. Tímto ovládnutím plodivé síly se staví na pozici samého Stvořitele a takové místo člověku nepřísluší.

Při užívání antikoncepce je bráněno přírodě, aby uskutečnila přirozený děj, a muž nebo žena se stávají předmětem touhy, nikoli jejím cílem. Antikoncepce ponižuje ženu, která přestává být manželkou a partnerkou a stává se věcí k ukojení touhy muže.

Jednu z forem antikoncepce tvoří sterilizace. Podstoupí-li muž nebo žena chirurgický zákrok, který je sterilizuje, a sterilita není vedlejším účinkem léčby, prohřešují se proti jednotě svého těla i proti svému protějšku, kterému při manželském slibu slíbili úplnou odevzdanost (tedy i s plodností). „*Lidé nemají nad údy svého těla jiného práva a moci než používat je k jejím přirozeným účelům, a nesmějí je zničit nebo zmrzačit, nebo jinak je učinit nezpůsobnými pro jejich přirozené funkce, jenom leda kdyby nebylo*

---

<sup>69</sup> Srov. KKC 1753.

možno jinak se postarati o blaho celého těla.“<sup>70</sup> Některé druhy antikoncepce, jedná se o některé tabletové formy antikoncepce, nitroděložní tělíska a o postkoitální antikoncepci, mají také, jak bylo uvedeno výše, pravděpodobně abortivní účinek.<sup>71</sup> Každý lidský tvor má právo na život. I nenarozené dítě v těle matky má svá práva.<sup>72</sup> Ničení těchto embryí abortivní antikoncepcí nebo přímo při potratových chirurgických zákrocích je nemorální, neboť i tyto děti mají právo na život.

2. Periodická abstinence bývá také označována za antikoncepční metodu ve smyslu regulace plodnosti, ale samotnou definici, která vymezuje pojem antikoncepce v této práci, nesplňuje.

V případě periodické abstinence dochází k využívání přirozených pochodů v lidském těle a nedochází k narušení jednoty (tělesné i duševní), omezení plodnosti a vylučování Boží přítomnosti. Z tohoto důvodu církev dovoluje manželům, kteří mají „*vážné pohnutky, aby mezi narozením dětí byl větší odstup z důvodu tělesného nebo duševního stavu manželů nebo z důvodů vnějších, církev učí, že tehdy je dovoleno přidržet se přirozených rytů, které mají vztah k plodivým funkcím.*“<sup>73</sup> V encyklice *Casti connubii*, vydané v roce 1930, můžeme najít podobné tvrzení. Nejednají „*proti přirozenému řádu ti manželé, kteří svého práva užívají způsobem správným a přirozeným, i když nemůže vzniknout nový život z přirozených příčin, tkvících v některé době nebo v některých závadách. Neboť při manželství samém a při užívání manželského práva jsou také ještě druhotné účely, jako je vzájemná pomoc, pěstování vespolečné lásky a utišení žádostivosti, manželům se nijak nezapovídá usilovat o tyto cíle, jenom když se řádně zachovává vnitřní povaha onoho úkonu a tudíž jeho náležité usměrnění vzhledem k prvotnímu cíli.*“<sup>74</sup>

Nemohou-li mít dítě ze závažných důvodů, v plodných dnech ženského cyklu abstinují – nemají pohlavní styk. V neplodných dnech se mohou plně věnovat jeden druhému. „*Občasná zdrženlivost, metody odpovědného plánování rodičovství na základě sebezpozorování a volby neplodných období jsou ve shodě s objektivním měřítkem mravnosti. Takové metody mají v úctě tělo manželů, povzbuzují jejich vzájemnou něhu a*

---

<sup>70</sup> *Casti connubii* 71.

<sup>71</sup> Viz <http://teologietela.paulinky.cz/Sexualita-Plodnost/text/Abortivni-ucinek-antikoncepce>, všechny údaje v tomto článku jsou podloženy.

<sup>72</sup> Srov. KKC 2270; 2271.

<sup>73</sup> HV 16.

<sup>74</sup> *Casti connubii* 60.

*podporují výchovu k ryzí svobodě.<sup>75</sup> Tento způsob regulace plodnosti je církevně dovolený, protože při něm nedochází k rozdělení dvou hlavních významů pohlavního styku.*

Periodická abstinence patří k „přirozeným“ (ve smyslu: biologickým) metodám kontroly početí. Během jejího užívání nedochází k ničení embryí, ani potlačování plodnosti, ale jedná se o soulad s funkcemi, které se dějí v ženském těle. V plodném období k početí nedochází, pokud se manželé dohodnou a nebudou mít období pohlavní styk. PA neporušuje a neničí celistvost člověka, nijak nezasahuje do jeho přirozených funkcí, ale naopak využívá fyziologii lidského těla.

Manželské spojení pojí manželé nejen mezi sebou, ale také s Bohem, protože se s Ním při manželském spojení spoluúčastní na stvoření (početí nového života). Zbavují-li se manželé plodivé nebo spojivé síly, dalo by se říci, že odmítají přítomnost samého Boha. Odříznutím plodivé síly nebo její omezení, degraduje manželské spojení na pouhý prostředek pro uspokojení potřeby a mění se tím i pohled na muže a ženu, kteří se stávají prostředkem k dosažení cíle, nikoli cílem manželského snažení. V tom je užívání antikoncepčních metod nemorální, že se člověk stává prostředkem, nikoli cílem manželského snažení a při odmítání plodivé síly manželé odmítají přítomnost i samého Boha.

Manželský styk po potlačení plodnosti přestává být plným výrazem manželské lásky, ale stává se jakousi její karikaturou.

---

<sup>75</sup> KKC 2370.

## 4. Periodická sexuální abstinence jako kontrola početí

### 4.1 Vymezení pojmu

Periodická sexuální abstinence, nebo také „přirozené plánování rodičovství“ (PPR) je metoda užívána ke kontrole početí, nepůsobící neplodnost pohlavního styku ani před, během nebo po pohlavním styku manželů, proto PPR nepovažujeme za antikoncepci. Podle WHO se PPR definuje jako: „*Metody plánování a předcházení těhotenstvím na základě sledování přirozeně se vyskytujících známek a symptomů plodných a neplodných fází menstruačního cyklu, s vyhnutím se pohlavního styku v plodné fázi, pokud je nutné se těhotenství vyhnout.*“<sup>76</sup>

PA má dvě složky: 1. Sledování a určování plodných a neplodných dnů během cyklu ženy. 2. Řízené chování manželů během cyklu: abstinence v plodných dnech, pokud si nepřejí otěhotnět, a pohlavní styky pouze v neplodných dnech. PA „nezakazuje“ styk v plodném období, ale člověk si musí být vědom, zda je schopen unést následky styku v plodném období, nebo nikoli, a to ještě před pohlavním stykem.

### 4.2 Rozdělení a historie metod<sup>77</sup>

#### Kalendářní metoda

Kalendářní metoda patří k nejstarším metodám PA vůbec. Základy byly položeny na začátku 20. století. Ve třicátých letech 20. století vědci zpozorovali a definovali vztah koncepce a ovulace. Kalendářní metoda vychází z toho, že žena má relativně pravidelný cyklus, což nemusí být vždy pravda. K ovulaci dochází přibližně 12–16 dnů před následující menstruací. Z toho vyplývá, že chtěli-li se manželé vyhnout početí,

---

<sup>76</sup> SKOČOVSKÝ, Karel. D. Sexualita a manželská spokojenost při používání symptotermální metody přirozeného plánování rodičovství u religiózní populace, str. 21.

<sup>77</sup> Historie byla zpracována z: SKOČOVSKÝ, Karel. D. Sexualita a manželská spokojenost při používání symptotermální metody přirozeného plánování rodičovství u religiózní populace, MATLOCHOVÁ, Blanka. Povědomí veřejnosti o metodách, (2006). Dostupné z WWW: <[http://is.muni.cz/th/72348/lf\\_b/bakalarska\\_prace.txt](http://is.muni.cz/th/72348/lf_b/bakalarska_prace.txt)>., dále jen - MATLOCHOVÁ, Blanka. Povědomí veřejnosti o metodách (2006)  
LÁZNIČKOVÁ, L.; CENAP, . Přirozené plánování rodičovství : Studie a podklady symptotermální metody. Brno : CENAP (2001), str. 29. dále jen – LÁZNIČKOVÁ, L.; CENAP, . Přirozené plánování rodičovství : Studie a podklady symptotermální metody (2001).

zdržovali se manželského styku ve dnech vypočítaných na základě délky předchozích cyklů.

### **Teplotní metoda**

První pravidla této metody vytvořil německý katolický kněz Wilhelm Hillebrand v roce 1935 a německý gynekolog doktor Döring teplotní metodu propracoval (1954). Metoda vychází ze sledování bazálních teplot v průběhu cyklu ženy. Teplota se v průběhu cyklu mění. Klesá a roste podle toho, v jaké fázi se žena nachází.

### **Billingsova hlenová metoda**

Billingsova metoda, které se říká také „ovulační“, představili manželé John a Evelyn Billingsovi v roce 1953. (Cervikální hlen byl již popsán doktorem J. T. Smithem v roce 1855.) Jejich spolupráce s doktorem Brownem byla velice úspěšná. Během ženského cyklu dochází ke změně hormonálních hladin. Zjistili, že hormony ovlivňují charakter cervikálního hlenu, podle kterého dokáže žena na základě jeho charakteru poznat, zda se nachází v plodném období.

### **Symptotermální metoda**

Symptotermální metoda sleduje několik příznaků najednou, které se mění v závislosti na cyklu ženy. Prvotní základy této metody byly objeveny v roce 1951 rakouským chirurgem Josefem Rötzerem, který je publikoval v roce 1965.<sup>78</sup> V České republice se metoda doktora Rötzera nevyučuje. Uvedena je zde pro úplnost a dále již rozváděna nebude.

Veřejnosti byla metoda doktora Keefeho, bez příznaků děložního čípku, prezentována už roku 1953.<sup>79</sup> V USA v roce 1962 doktor Keefe prezentoval celou metodu STM i se sledováním děložního hrdla. Děložní hrdlo se otevírá, uzavírá, měkne nebo tvrdne v souvislosti na menstruačním cyklu ženy. V plodném období je čípek měkký, otevřený a vysoko postavený, takže je stěží vyšetřitelný, v neplodném období naopak. Plodné období končí po třech po sobě jdoucích dnech, kdy je čípek tvrdý, uzavřený a nízko postavený.

Rok 1971 dal vzniknout v USA Lize pár páru – LPP, zabývající se šířením a výuce mladých manželů a snoubenců přirozeným metodám regulace plodnosti. Liga pár páru vznikla díky spolupráci lékaře Konalda A. Prema s manželkou Kippleyovými. LPP se rozšířila postupně do celého světa a působí i v České republice.

---

<sup>78</sup> MATLOCHOVÁ, Blanka. Povědomí veřejnosti o metodách (2006).

<sup>79</sup> LÁZNIČKOVÁ, L.; CENAP, . Přirozené plánování rodičovství : Studie a podklady symptotermální metody (2001), str. 29.

Gynekoložka Anna Flynnová vydala ve Velké Británii roku 1984 „Manuál přirozeného plánování rodičovství“ a založila tzv. birminghamskou školu PPR. Podílela se i na německém vládním projektu „Ministerstva pro mládež, rodinu, ženu a zdraví“<sup>80</sup> v roce 1981, který měl za cíl „vědecky přezkoumat přírodní metody“<sup>81</sup>. Centrum pracovní skupiny zabývající se touto problematikou bylo v Bonnu a dalo vzniknout tzv. Bonnské metodě.

U nás se tato metoda vyučuje v kurzech a publikovaných materiálech v rámci občanského sdružení CENAP v Brně, pod vedením MUDr. Lázníčkové<sup>82</sup> a další v publikaci Prof. MUDr. Šipra a jeho dcery MUDr. Heleny Šiprové s názvem „Přirozené a spolehlivé plánování rodičovství“<sup>83</sup>. Zde se jedná o stejnou metodu s mírně odlišnými pravidly.

### 4.3. Praktické nároky metod

Každá metoda PA má jiné nároky, které je potřeba dodržovat, chce-li se pár vyhnout otěhotnění. Náročnost jednotlivých metod je v tom, že vyžadují různé sledování příznaků, jejich vyhodnocování a s tím spojenou různou délku abstinence. Praktické nároky jednotlivých metod PA jsou popsány níže.

Pro lepší přehled o spolehlivosti všech metod zabraňujících početí se jejich účinnost udává v tzv. Pearl index. Pearl index, zjednodušeně řečeno udává, kolik žen ze sta za rok otěhotní, když budou zvolenou metodu „správně dodržovat“.

#### Kalendářní metoda

Kalendářní metoda stojí na pravidelnosti menstruačního cyklu. K ovulaci podle jejího výpočtu dochází vždy 14 dnů před menstruací. Žena by měla znát délku svého cyklu a vždy 14 dnů před očekávanou menstruací se vyhnout 2 –3 dny pohlavnímu styku. Potíže nastávají, nemá-li žena pravidelný cyklus a to většina žen nemá, pak tato metoda selhává. V dnešní době se považuje již za zastaralou a překonanou. Pearl index u této metody je 15–18,5.

---

<sup>80</sup> Tamtéž.

<sup>81</sup> Tamtéž.

<sup>82</sup> LÁZNIČKOVÁ, L.; CENAP, . Přirozené plánování rodičovství : Studie a podklady symptotermální metody (2001).

<sup>83</sup> ŠIPR , Květoslav; ŠIPROVÁ , Helena . Přirozené a spolehlivé plánování rodičovství (1995).

## **Teplotní metoda**

Používání této metody zahrnovalo každodenní měření bazální tělesné teploty ráno po probuzení před vstáním z lůžka a zapisováním zjištěné teploty do tabulky. Měření se provádí vždy ve stejnou dobu, ve stejné tělní dutině a stejným teploměrem. Před ovulací jsou teploty nižší, po ovulaci vyšší. Teplotu ovlivňuje řada faktorů, které mohou výsledky měření zkreslit. Jedná se například o: stres, alkohol, nemoc, nedostatek spánku, změna času měření aj. Tyto faktory jsou ale zcela individuální. Na některou ženu mohou působit, na jinou ne. Každá žena musí vysledovat, jak její tělo v takových situacích reaguje. Přísná teplotní metoda vyžaduje od manželů abstinenci až do doby, kdy je potvrzen vzestup teploty, tzn. po potvrzení ovulace. Spolehlivost přísné teplotní metody je vysoká (Pearl index o hodnotě 1–3). Vyžaduje však ze všech metod PA nejdelší období abstinence, což snižuje její přijatelnost.

## **Billingsova hlenová metoda**

Náročnost Billingsovy metody spočívá v každodenním sledování přítomnosti hlenu a jeho charakteru v okolí poševního vchodu. Ne každá žena má kladný vztah ke svému tělu.

Pro některou se sledování tohoto příznaku může jevit nepříjemné. Obecně platí, že sucho v okolí poševního vchodu znamená neplodné období a vlhko nebo mokro plodné období. Výsledky pozorování mohou být zkresleny zánětem rodidel, kdy je přítomen výtok, dvojitým hlenovým vrcholem – bývá u dlouhých cyklů, nebo sledováním hlenu ráno po nočním pohlavním styku – zde z ženy mohou vytékat ještě zbytky ejakulátu, které mohou být zaměněny za hlenový příznak. Hlen ovlivňují také některé léky, stres, chemické antikoncepční prostředky aj. Abstinence se pojí k přítomnosti hlenu a pocitu vlhka nebo mokra v rodidlech ženy. Spolehlivost je při zachování všech pravidel poměrně dobrá (Pearl index 3,1).

## **Symptotermální metoda**

Symptotermální metodu popisuje a učí řada autorů, jak již bylo řečeno výše. Všichni ale sledují minimálně dva ze tří příznaků, kterými jsou hlen, teplota a stav děložního hrdla přesněji řečeno: děložního čípku (cervixu).

Teplota se měří vždy stejným teploměrem ráno po probuzení, přibližně ve stejný čas a naměřená teplota se zapisuje do tabulky. Žena se musí měřit vždy na stejném místě. Má na výběr ze tří možností: ústa, konečník, pochva. Ovulace je potvrzena vzestupem tří teplot nad linii, kterou tvoří šest nízkých teplot (popis vyhodnocování podle jedné z variant STM). Teplota může být zkreslena nebo ovlivněna nemocí, stresem, alkoholem, změnou

teploměru nebo místa měření, dovolenou nebo změnou zaběhlého stereotypu, směnným provozem, aj.

Hlen děložního čípku se vyhodnocuje podle pocitu v rodidlech – vlhko, sucho, mokro a přítomnost hlenu v rodidlech, jeho charakter a vzhled. Vše se zapisuje do tabulky. Přítomnost hlenu plodného charakteru je bráno jako znak plodnosti. Hodnocení hlenu může být ovlivněno: spermatem po styku, léky, stresem, zánětem rodidel, chemickými antikoncepčními prostředky aj. Faktory, pod jejichž vlivem kolísá teplotní křivka nebo se mění charakter hlenu, nepůsobí na každou ženu stejně. Co u jedné ženy ovlivňuje teplotu, neovlivňuje charakter hlenu a naopak, díky tomu je symptotermální metoda spolehlivější než výše jmenované metody.

Spolehlivost symptotermálních metod je velmi vysoká. Pearl index symptotermální metody vyučované LPP není znám, protože nebyl doposud proveden v této oblasti spolehlivý výzkum, ale bude podobný bonnské metodě (záleží na konkrétních používaných pravidlech). Bonnská metoda vyučovaná u nás MUDr. Lázničkovou má Pearl index při správném užívání a dodržování všech pravidel 0,5.<sup>84</sup>

Abstinence je nutná vždy v plodném období. Délka abstinence závisí na vykládané symptotermální metodě a délkách cyklu. V České republice výzkum ukázal, že průměrná délka abstinence je 14,3 dne, což tvoří průměrně 50,2 % z cyklu ženy.<sup>85</sup>

#### 4.4 Proces přijetí PA

Periodická abstinence je jedna z možností, jak kontrolovat plodnost páru a splňovat vše, co se týká odpovědného rodičovství. Žádná metoda kontroly početí, ani PA, není vždy ve všem úplně ideální. Některé věci jsou lépe jiné hůře akceptovatelné, záleží na úhlu pohledu a na schopnosti páru se s problematikou vypořádat.

Proces přijetí probíhá u každého páru jinak a jiný je i výsledek, ale všechny páry procházejí třemi stadii: 1. Seznámení a učení se vybrané metodě, kdy sledují, zapisují a vyhodnocují příznaky, 2. učí se akceptovat požadavky a omezení, které po nich zvolená

---

<sup>84</sup> Diplomová práce: Sexualita a manželská spokojenost při používání symptotermální metody přirozeného plánování rodičovství u religiózní populace, Karel D. Skočovský str. 26.

<sup>85</sup> Srov. SKOČOVSKÝ, Karel D. . Akceptabilita metod přirozené kontroly početí: dimenze a determinanty [online]. [s.l.], 2007. 144 s. Dizertační práce. Filosofická fakulta Masarykovy univerzity. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/40240/ff\\_d/](http://is.muni.cz/th/40240/ff_d/), str. 23. dále jen - SKOČOVSKÝ, Karel D. Akceptabilita metod přirozené kontroly početí: dimenze a determinanty (2007).



metoda vyžaduje v běžném životě. Na schopnost akceptovat zvolenou metodu má vliv motivace manželů, jejich povahové vlastnosti, spokojenost s manželským vztahem a sexualitou. 3. poslední fázi tvoří spokojenost, nebo nespokojenost se zvolenou metodou. Nespokojenost může být u jednoho nebo u obou partnerů. Je-li nespokojenost mezi manžely tak veliká, nebo se liší do té míry, že nejsou zvolenou metodou schopni akceptovat, pak volí jiné metody kontroly početí. U manželů, kde hraje velkou roli náboženství nebo etické a morální zásady, může docházet k niternému konfliktu mezi vírou nebo postojem, potřebami a požadavky manželů a požadavky metody. Správné přijetí a začlenění všech požadavků metody vyústí ve spokojenost s touto metodou a pravidelné používání metody.<sup>86</sup> Ideálem by bylo, kdyby všechny páry byly se zvolenou metodou spokojeny, ale není tomu vždy tak.

V první a ve druhé fázi manželé potřebují podporu a pomoc od center nebo školitelů, aby jim pomohli překonat prvotní nejasnosti a utvrdili je ve správnosti jejich rozhodnutí. Manželé stojící před otázkou, jak správně uvést odpovědné rodičovství do praxe, si musí vybrat jednu z metod PA, aby své potomstvo mohli plánovat. Dobré je sehnat si o jednotlivých metodách potřebné informace, vybrat si jednu z metod, a pak kontaktovat školicí středisko nebo manželský pár, který se výuce dané metody zabývá. (U nás v České republice se vyučuje jen symptotermální metoda. Vyučuje ji LPP a sdružení CENAP pod vedením paní MUDr. Lázníčkové.) Oba manželé by, pokud jim to situace dovoluje, měli školením projít. Muž, aby věděl, proč a co žena musí sledovat, a mohl jí tak pomáhat s vyhodnocením výsledků a žena, protože se jedná o její tělo, které se musí naučit správně vnímat.

Ve třetí záporné fázi by měli manželé vyhledat odbornou pomoc nebo zkusit jinou metodu PA. Ve třetí kladné fázi by manželé neměli podlehnout stereotypu, aby se nedopustili chyby.

Další možné členění párů užívající PPR je podle jejich schopnosti přijmout společnou plodnost do manželského soužití. Začlenění plodnosti do manželského vztahu se projeví v postoji manželů. Postoje rozlišil Fehring na tři typy: Prvním typem jsou uživatelé, kteří se „v plodném období (...) cítí „ošizení“ o pohlavní styk.“<sup>87</sup> Myslí si, že je potřeba mít plodnost pod kontrolou a používají metodu PA jako jednu z metod antikoncepce. Druhým

---

<sup>86</sup> Tento odstavec vypracován podle: SKOČOVSKÝ, Karel D. Akceptabilita metod přirozené kontroly početí: dimenze a determinanty (2007), str. 55.

<sup>87</sup> SKOČOVSKÝ, Karel D. Akceptabilita metod přirozené kontroly početí: dimenze a determinanty (2007),

typem jsou manželské páry, které došly k poznání, že PA pozitivně působí na rozvoj komunikace, sebepoznání a sebekontrolu. Kladně přijímají období zdrženlivosti, která prohlubuje jejich intimitu. Třetím typem jsou manželé, kteří přijímají metody PA jako možnost být otevřeni Boží vůli. U těchto uživatelů užívání PA „posiluje vztah k Bohu nebo duchovním hodnotám“<sup>88</sup>. Aby manželé dobře přijali metody PA, měli by zvládnout dvě věci: „sexuální sebekontrolu a naplňování potřeby intimity“<sup>89</sup>. Tyto dvě věci na sebe navzájem navazují. Sebekontrola v sexuální oblasti umožňuje používání PA a prvky, kterými manželé naplňují potřebu blízkosti, jim pomáhají překonat toto období a pomáhají k navození blízkosti a rozvoji něhy v manželství.<sup>90</sup>

---

str. 56–57.

<sup>88</sup> Tamtéž.

<sup>89</sup> Srov. tamtéž.

## 5. Vliv periodické abstinence na manželský vztah

Z pohledu manželů má PA na manželský vztah jak pozitivní, tak negativní vliv. Pozitivní na PA je jeho necizorodost, protože během jeho používání není třeba užívat ani používat žádné cizorodé látky. Manželé volící metodu PA většinou odmítají jakékoli chemické a cizorodé látky obsažené např. v hormonální antikoncepci, které by ničily jejich zdraví. V tomto ohledu PA jejich požadavek splňuje, ale jako metoda, která je založena na fyziologii ženského těla, vyžaduje od manželů i více námahy než jen to, aby žena každý den spolkla jednu pilulku a nezapomněla na ni.<sup>91</sup>

Metody PA obsahují tři složky, které mohou mít na manželství různý dopad:

1. Sdílená odpovědnost – PA není věc jen ženy. Oba manželé dostali od Boha dar plodnosti a spolu se na něm podílejí. Také na PA mají oba svůj díl odpovědnosti. Jistá část odpovědnosti je jim společná a některá je specifická pro muže a ženu. Společná zodpovědnost plyne z plodnosti. Plodit a vychovávat děti je úkolem a posláním obou manželů. Bez zodpovědného přístupu v odpovědném rodičovství se tohoto úkolu oba manželé nemohou zhostit. Své specifické poslání má v PA muž i žena. Žena má na starosti sledování svého těla, zaznamenává si sledované příznaky, hodnotí a určuje plodné a neplodné období. Mužovo specifické poslání je vytvořit pro ženu zázemí, aby mohla všechny potřebné úkony provádět s pocitem podpory, vzájemného porozumění a pomoci. Může ženě pomoci při vyhodnocování, není-li si s něčím jistá, může kopírovat tabulky pro nové záznamy, pohlídat děti, než žena provede potřebné ranní úkony spojené s danou metodou, respektuje nutnou zdrženlivost v plodném období.

Pozitivní vliv sdílené odpovědnosti je v prohloubení komunikace mezi mužem a ženou, která vede k důvěře a pocitu blízkosti. Mezi manžely narůstá úcta k tělu, ke stvoření. Lépe poznávají, jak jejich těla fungují, a muž je schopen lépe reagovat na změny nálad své ženy, protože si je schopen odvodit, že to bude tím, že se jeho žena nachází např. v premenstruačním období.

Negativní vliv může tato oblast mít, když muž odmítne svůj díl odpovědnosti, se zvolenou metodou nesouhlasí, odmítá ženu podporovat nebo vše nechává na ní, a pak každé „pochybení“ a každou nečekanou změnu v cyklu dává za vinu právě jí. Odmítá se zapojit, a

---

<sup>90</sup> Viz kapitola 5.

<sup>91</sup> Viz kapitola Praktické nároky na PA.

protože nesleduje ženský cyklus, cítí se být manželkou manipulován, odmítán, má z toho špatnou náladu a vede to ke zbytečným konfliktům.

2. Sledování příznaků – Pozitivní v této oblasti je, že se žena lépe pozná po fyziologické stránce a po všech stránkách obecně. Prohloubí se úcta k jejímu tělu, protože při sledování příznaků dochází k sebepoznání a na základě sebepoznání může dojít k sebezpřijetí. Trpí-li žena nějakou gynekologickou chorobou, která se v cyklu projeví změnou některých příznaků, dá se účinněji léčit. Dochází-li u ženy ke změnám nálad během cyklu, může na to manžela upozornit, aby si změnu nálady nebral osobně. Aktivně zapojení muži, kteří mají přehled o fázích cyklu, si špatnou náladu své ženy dokážou sami vyhodnotit, změnit k ní své chování a nabídnout jí svou pomoc. Celkově metoda PA znamená pro muže lepší pochopení ženy jako takové. Přejí-li si manželé dítě, tak mohou požádat o adopci a nemusí sledovat plodné dny, sledování příznaků jim pomohou odhalit období plodnosti, ve kterém se mohou podílet na stvoření nového života se samým Bohem. Negativně mohou některé ženy vnímat sledování některých příznaků, např. sledování hlenu nebo měření teploty v pochvě atd. Sledování těchto příznaků může pro ně být nepříjemné nebo se jim může zdát nepřírozené, náročné nebo dokonce stresující při každodenních povinnostech manželů. Stresující může pro ženu být i hodnocení nějakého příznaku, při jehož hodnocení si není úplně jistá, např. hodnocení postavení děložního čípku.

3. Periodická abstinence – Pozitivní na periodické abstinenci je rozvoj nesexuálních projevů lásky mezi manžely, které ocení hlavně ženy. Rozvoj vzájemné úcty, lásky a zdrženlivosti. Muž, který je schopen se ovládat bez stěžování v plodných dnech, v očích své ženy stoupne, žena vnímá, jak je pro jejího manžela zdrženlivost náročná, a jak zodpovědně se v tomto chová k ní i k dětem (narozeným i možným). Manželská čistota, která se zdrženlivostí souvisí, jak již bylo zmíněno výše,<sup>92</sup> je nejlepším příkladem pro děti manželů, které vidí v rodičích kladný vzor. To platí i o předmanželské čistotě. S čistotou manželů souvisí i přístup manželů a jejich dětí k učení katolické církve.

Negativně mohou manželé vnímat na PA, že je jim upírána sexuální spontánnost. K sexuálnímu styku se mohou cítit nuceni v neplodném období a pocit ochuzení mohou pociťovat v období plodném. Abstinence v plodném období může být více či méně náročná pro oba manžele. Žena je v této době pro některé muže nejpřitažlivější a také v některých případech nejvíce po sexuálním spojení touží. Některé ženy mívají i problémy s dosažením vyvrcholení během neplodného období. Tyto problémy mohou vést k podrážděnosti,

sporům, k pokušení zkusit antikoncepci nebo jiný druh uspokojení mimo pohlavní styk včetně přerušované soulože.

Celková spokojenost s metodami PA může být kladně (nebo záporně) ovlivněna některými faktory.

**Znalost metody** – Dokonalé poznání a pochopení metody manželky spojí. Možnou počáteční nejistotu snižuje fakt, že se mnohou kdykoli obrátit na školicí centra. Manželé si mohou vybrat metodu, která jim bude vyhovovat, i když u nás jsou školicí centra jen na symptotermální metodu, není řečeno, že by manželé nemohli vyzkoušet jinou metodu. Důležité je, aby jim vyhovovala. A dobře se jí naučili. Nejlepší by bylo, aby žena ještě před manželstvím tuto metodu začala používat a zkusila si ji vyhodnocovat, získá tím potřebné zkušenosti a může si vyjasnit možné počáteční obtíže nebo nepochopení, které může konzultovat na školicím centru.

**Zkušenost s metodou** – Zkušenost se nedá ničím nahradit. Čím déle manželé zvolenou metodu užívají a čím déle se žena sleduje, tím má větší přehled o tom, jak její tělo funguje a mnohem lépe pozná výkyvy teplot, které si může naměřit. Už ze zkušeností ví, jak reaguje její tělo na sklenici vína nebo na stres, a co vše si může dovolit, aby svým chováním neovlivnila sledování tak, že by je mohla špatně vyhodnotit.

**Vnímaná spolehlivost metody a její faktická spolehlivost** – Důvěra v metodu ovlivňuje i celkový vztah k metodě a vnáší do vztahu nervozitu nebo klid. Zde mohou nastat potíže, že ač je metoda prezentována jako spolehlivá, žena jí může důvěřovat, ale už nemusí důvěřovat svému tělu. Může to být tím, že své tělo neumí číst, nebo extrémně reaguje na některé vlivy, které se postupem času dají zjistit, odbourat, omezit nebo je možné více se zaměřit na jiný sledovaný příznak (vezmeme-li v úvahu symptotermální metodu). Ví-li žena, že jí teplota neustále kolísá a neumí ji vyhodnotit ani za pomoci odborníka, nebo teplotě nedůvěřuje, může se více zaměřit na sledování hlenu a čípku. Faktická spolehlivost závisí na typu metody, kterou si manželé zvolili. Metody jednoho příznaku jsou méně spolehlivé než např. symptotermální metoda, která si ovulaci ověřuje ze dvou až tří příznaků.

**Postoj k případnému neplánovanému těhotenství** – Postoj k možnému nechtěnému těhotenství ovlivňuje vztah k PA. Manželé, kteří přijímají každé dítě jako dar a nebojí se otěhotnět, používají PA s větším klidem než ti manželé, kteří se každého

---

<sup>92</sup> Viz kapitola 2.2.1. Manželská čistota.

těhotenství děsí a přijímají dítě jako břemeno, které už nezvládnou. Síly jsou omezené, ale postoj je zásadní.

**Úroveň spolupráce mezi manžely** – Zdá se, že PA je čistě ženská záležitost, ale není tomu tak. Žena se sice sleduje a měří, ale muž je ten, který s touto metodou musí souhlasit také. PA je založená na spolupráci a dohodě manželů o používání té a té metody. Nedohodnou-li se manželé na dané metodě a nepřijmou-li ji za svou, že jsou spolupracovníky, může docházet ke konfliktům. Je dobré, aby muž nejen s metodou souhlasil, ale také aby se do ní sám aktivně zapojoval a pomáhal tak ženě, měl přehled o plodném a neplodném období své ženy a podle toho také jednal.

**Motivace k užívání PPR** – Důvod, proč se manželé rozhodli pro PA, je rozhodující. Má je motivovat k tomu, aby u metody ve chvílích těžkostí vytrvali. Záleží na tom, zda je motivace kladná nebo záporná. O kladnou motivaci se jedná, když např. manželé si zvolili PA s vědomím, že dělají dobrou věc, chtějí dodržovat, co hlásá církev, protože věří jejímu učení v této oblasti a považují to za správné. Negativní motivace je např. případ, kdy je jeden z manželů do PA nucen, nebo manželé mají pocit, že do používání PA byli církví donuceni. Žijí v domněnku, že kdyby tuto metodu nepoužívali, nebyli by „správní katolíci“. Může je pronásledovat pocit viny, že dělají něco, co se nepatří, nebo mít farizejský přístup k učení církve. Na motivaci navazuje znalost učení katolické církve.

**Znalost učení katolické církve a jeho zdůvodnění** – Učení katolické církve o PA a antikoncepci<sup>93</sup> vzbuzuje rozruch. Ne všichni manželé jsou ochotní učení katolické církve z různých důvodů přijmout. Katolická církev odsuzuje používání jakékoli antikoncepce, která před manželským spojením po něm nebo při jeho následcích vede k zabránění vzniku nového života.

Katolická církev učí, že je morálně nepřijatelná každá antikoncepce, protože ničí původní zamýšlený smysl manželství a manželského aktu. I když manželé sejdou v této oblasti z cesty a užijí metodu, která není morálně správná, je důležité, aby se nevzdali a stále usilovali přibližovat se a vrátit se k ideálu (a současně normě) manželské čistoty.

Manželé, kteří pochybují o učení katolické církve, by se měli sami začít církevními dokumenty zabývat, aby našli pravdu a nezůstávali v zajetí svých představ např. v tom,

---

<sup>93</sup>Termín antikoncepce zde znamená takové jednání, které má za úmysl zneplodnění manželského styku. Jednání je uskutečňováno, „před manželským stykem nebo při něm nebo při rozvíjení jeho přirozených následků.“

jak církev „neví, o čem hovoří“ aj. Pomocníky v jejich hledání by jim měli být také kněží. Ne každý kněz má ale fundované znalosti. A mnoho kněží se snaží těmto otázkám vyhnout. Proto by manželé měli sami kontaktovat nějaké fundované pracoviště, nebo se obrátit na jiného kněze o radu, kde by potřebného pomocníka našli.

**Pohled na antikoncepci** – Vnímá-li člověk antikoncepci abortivní i neabortivní jako špatnou, jak učí katolická církev, nebude ji chtít používat a potíže, které PPR může v některých fázích života přinést, přijímá jako výzvu a je motivován k jejich překonání. Začnou-li manželé používat v počátcích manželství jiný druh kontroly početí než PA, zvyknou si na něj a těžko si budou odvykat, nebo si s ním budou tu a tam „pomáhat“. Lidé, kteří jsou vnitřně přesvědčeni o špatnosti používání jiné metody kontroly početí, než je PA, budou metodu PPR hodnotit jinak než lidé, kteří tento názor nezastávají.

**Zvládání nároků PPR** – Z žijí-li se manželé s metodou PA, s jejími nároky a požadavky, mají to nejtěžší za sebou. Periodická abstinence, sledování všech příznaků a pocit vzájemné sdílené odpovědnosti je výsledkem přijetí PA tělesně i duševně do životního stylu manželů. Klady a zápory se zvládáním těchto nároků jsou popsány výše.

Oblasti, na které může mít používání PA pozitivní nebo negativní vliv:

**Komunikace** – Používání PA pomáhá ke zlepšení komunikace. Manželé se učí vnímat více jeden druhého a manželský sex přestává být tabu. Žena muže informuje, v jaké fázi cyklu se zrovna nachází, pokud manžel neumí manželčiny cykly vyhodnotit sám. Muž díky školení PA a sledování cyklu ví, proč má ženy někdy tak velké výkyvy nálad, že se její tělo nachází v době před menstruací. Zlepšení komunikace mezi manžely je jedno z největších kladů, které PA doprovázejí. Manželé spolu hovoří o intimních stránkách jejich manželství a vlastních potřebách, které se týkají nejen této oblasti. Ochota sdílet se není samozřejmostí. Pokud jeden z manželů tuto ochotu nemá, může nastat mezi manžely také konflikt v této oblasti. Bez ochoty komunikovat se manželství a už PA žít dají jen stěží.

**Intimita, sexualita** – Zdrženlivost může činit některým párům problémy. Hlavně muži bývají, ale není to vždy pravidlem, více manželského spojení „žádostivější“ a zdrženlivost jim může přinášet jisté nepohodlí. V tomto období je potřebná vzájemná komunikace, aby manželé věděli předem, co si smí a nesmí dovolit, aby nedošlo k přílišnému vzájemnému vzrušení a nenásledovalo pak velké zklamání, když žena řekne až v této situaci, že „to dnes nejde“. Předějte se tak konfliktům, nebo pocitu odmítání, které

by neměl ani jeden z manželů pociťovat. Zdrženlivost v sobě zahrnuje abstinenci od pohlavního styku, ale neznamená to, že by si manželé nemohli v tuto dobu lásku projevovat jiným způsobem, např. něžnostmi nebo hezkými slovy. Něžnosti v tomto směru jsou pro vztah a tuto dobu žádoucí a potřebné. Musí se dát jen pozor, aby se projevované něžnosti v plodném období, nezvrhly v nezvladatelné vášně.

Změny sexuality během cyklu ženy, mohou vést k potížím během intimního setkávání. Periodická abstinence využívá neplodného období, které může být u některých žen spojen s nepříjemným pocitem nebo nízkou sexuální aktivitou. Tyto potíže se ale dají obvykle řešit. Stačí vyhledat gynekologa, sexuologa nebo psychologa. Problém může být zdravotní, ale i špatný psychický stav ženy, problémy v manželství mohou vyvolat podobné potíže.

Celková spokojenost manželů s používáním PA závisí na schopnosti přizpůsobit se jeden druhému, na schopnosti projevovat si něžnosti a blízkost v období zdrženlivosti a na celkové motivaci, která manžely vedla k používání metody PA.

**Náboženský život** – Víra a sexualita u věřících párů by měla jít ruku v ruce. Společná modlitba manžely spojuje stejně jako manželský styk, ale na jiné úrovni a mnohem hlouběji, protože se týká jejich duší. Víra je mnohdy důvodem pro volbu PA. Modlí-li se manželé spolu a otevírají se tak Bohu a hledají-li jeho vůli, lépe přijímají těžkosti, které jim PA může přinést, i ochotu přijmout další dítě. Společnou účastí na eucharistii, která je zdrojem vzájemné lásky a milosti Boží pro každé manželství, jsou manželé posilováni a povzbuzováni samotným Kristem.

Užívání PA prohlubuje vztah k Bohu a úctu ke stvoření. Sexuálním spojením manželé vysluhují svou svátost manželství, která začala u oltáře. Manželskou čistotou a vzájemnou láskou a obětmi každodenního života manželé spolu směřují ke svatosti.

*„Používání PPR vyžaduje sebeovládání, důvěru v partnera, důvěru v Boha, upřímnou a otevřenou komunikaci a ochotu k oběti kvůli našemu partnerovi.“<sup>94</sup> Tyto „skutečnosti lásky neškodí. Jsou totiž projevem lásky.“<sup>95</sup> PA není jen výzkum, teorie, ale žitá praxe, která se více či méně jednotlivým párům daří či nedaří žít. PA je způsob života, který se manželé rozhodli žít ve spojení s vírou.*

---

<sup>94</sup> Dobrá zpráva o sexu a manželství, str. 169.

<sup>95</sup> Tamtéž.



## **6. Výzkum: Zkušenost s metodami periodické abstinence**

### **6.1 Cíl výzkumu**

Cílem výzkumu bylo zjistit, jaké různé zkušenosti mají manželské páry s periodickou abstinencí, zda je periodická abstinence pouze záležitostí žen, nebo manželé spolu spolupracují a jaký zaujmají k těmto metodám postoj. Součástí výzkumu bylo i zjištění názoru na učení katolické církve, jejich náboženská příslušnost a motivace, která je vedla právě k užívání této metody, případné užívání jiných alternativních metod. Zjišťována byla také celková spokojenost manželů s periodickou abstinencí, možné komplikace, se kterými se manželé setkali a možnosti, jak je řešit.

Různorodost zkušeností je dána postojem manželů, různým typem a přístupem k používané metodě, také věkem a sociálním zázemím manželů. Výzkum rozebírá několik kazuistik konkrétních párů a jeho cílem není zobecňovat zjištění a závěry na všechny uživatele, ale ukázat a do větší hloubky poznat zkušenosti s PA, které jsou různé. Uživatelé PA, obecně řečeno, tvoří velmi nejednotnou skupinu, používající ne vždy ověřené metody kontroly početí. Proto např. tvrzení „PPR nám selhalo“ nelze správně pochopit bez znalosti, jakou konkrétní metodu PA manželé používali. Např. při sledování jednoho příznaku je neplánované těhotenství častější na rozdíl při užívání symptotermální metody, kterou byli manželé řádně proškoleni.

Výsledkem práce by mělo být zamyšlení nad tím, jak dokážou periodickou abstinencí manželé žít ve skutečném životě, co jim činí potíže, čím je to zapříčiněno, a jak můžeme těmto manželským párům pomoci s přijetím metody PA. Zjištěné výsledky mohou sloužit pro lepší pastorační práci (kněžím, pastoračním asistentům) a poradenství (např. pro učitele periodické abstinence) jako pomůcka v jejich práci v oblasti plánování rodičovství.

## 6.2 Uspořádání výzkumu

Výzkum byl proveden kvalitativní formou s cílem dozvědět se co nejvíce o zkušenostech manželů s periodickou abstinencí a o potížích a radostech s touto problematikou spojených. Rozhovor byl z větší části řízený přesně danými otázkami, které byly otevřené a vyžadovali tak po dotazovaných plnou odpověď. Neodpověděli-li manželé dostatečně rozsáhle, nebo se dotkli důležitého tématu, byly jim kladeny doplňující otázky.

Dotazovanými byly manželské páry, které měly s PPR zkušenosti. Páry byly získávány formou známých kontaktů z okruhu farnosti a spolužáků ze studia na CMTF. První kontakt byl činěn telefonickou formou, kdy se dozvěděl jeden z manželů o pořádání výzkumu, který bude součástí diplomové práce, a byl požádán, zda by se tohoto výzkumu se svým partnerem, pokud PA používali nebo používají, nechtěli zúčastnit. Do výzkumu se dostali jen manželské páry, kde byli ochotni podstoupit výzkum oba manželé, aby bylo možno hodnotit prožívání PA z obou stran manželů. Páry byly vybrány tak, aby výzkum obsahoval jak začínající s PA, tak pokročilé uživatele, páry spokojené i nespokojené, aby bylo možné zachytit co největší šíři zkušeností s PA. S manžely, kteří souhlasili se na výzkumu podílet, jsem se konkrétně domluvila na termínu schůzky, která se konala u manželů doma. Rozhovor se nahrával na diktafon a manželé byli o tomto nahrávání informováni a souhlasili s ním. Rozhovory trvaly různě dlouho v závislosti na otevřenosti manželů, zanícenosti do problematiky, roli hrála i délka používání PA. Všechny manželské páry odpověděly na všechny otázky.

Z diktafonu jsem rozhovory přepisovala do počítače. Magnetofonové pásky byly po přepisu vymazány, aby nedošlo ke zneužití těchto informací. Pro zachování intimity manželských párů jsem manžele označila písmenem velké abecedy např. manželé A nebo pár A. Píši-li o jednom z manželů, jsou označeni např. muž A nebo žena A.

### 6.3 Výzkumný soubor

Dotazováno bylo 6 manželských párů ve věku od 25 do 55 let u mužů a od 25 do 53 let u žen. Všechny páry se hlásily ke katolické církvi. Délka manželského soužití se pohybovala od 4 měsíců do 29 let. Minimální dosažené vzdělání bylo středoškolské ukončené maturitní zkouškou. Páry měly 0–4 děti a všichni dotázaní byli v pracovním poměru nebo na rodičovské dovolené.

Pár	Pohlaví	Věk	Délka manželství	Délka užívání PPR	Počet dětí	Nejvyšší dosažené vzdělání	Zaměstnání	Náboženská příslušnost
Manželé A	Žena A	25	2 a čtvrt roku	9 měsíců	1	vyšší odborné	mateřská dovolená	Římskokatolická církev
	Muž A	25				středoškolské	ano	
Manželé B	Žena B	35	4 měsíce	4 měsíce	0	středoškolské	ano	Římskokatolická církev
	Muž B	32				středoškolské	ano	
Manželé C	Žena C	36	8 let	2 roky a 4 měsíce	3	vysokoškolské	mateřská dovolená	Římskokatolická církev
	Muž C	35				vysokoškolské	ano	
Manželé D	Žena D	26	3 roky	15 měsíců s přestávkami	0 + jedno na cestě	vysokoškolské	ano	Římskokatolická církev
	Muž D	30				vysokoškolské	ano	
Manželé E	Žena E	46	23 let	20 let	4	středoškolské	ano	Římskokatolická církev
	Muž E	50				vysokoškolské	ano	
Manželé F	Žena F	53	29 let	20 let	4	vysokoškolské	ano	Římskokatolická církev
	Muž F	55				vysokoškolské	ano	

## 6.4 Použité metody

Výzkumnou metodu v této diplomové práci tvoří strukturovaný rozhovor. (Přesné znění všech otázek se nachází v Příloze 1.) Okruhy otázek byly předem přesně stanoveny a manželské páry na ně odpovídaly. Okruhy otázek tvořili:

1. Otázky **obecného charakteru**, které měly za cíl zjistit věk uživatelů, náboženskou příslušnost, dosažené vzdělání, délku manželského soužití, počet dětí a zda jsou manželé zaměstnání.

2. Otázky týkající se **metody PPR obecně**. Zde byli manželé dotazováni na typ užívané metody, délku užívání, první informace o metodách PA a kde se metodě naučili. Zvolenou metodu měli oznámkovat a padl dotaz na to, zda používali i jinou metodu kontroly početí, jako např. kondom, pilulky aj. Důležité pro tento výzkum bylo i zjištění důvodu, proč se manželé pro PA rozhodli, popřípadě, proč od ní upustili, a subjektivní jistota ženy při určování plodného období.

3. Ve třetím okruhu otázek jsem se zaměřila na **spolupráci manželů**. Otázky byly kladeny na muže, jaký je jejich postoj k PA a jaká je podle nich jejich role v PPR, zda s manželkou spolupracují při této metodě a mají přehled o fázích cyklu jejich ženy.

4. Okruh otázek se zaměřil na **postoj k metodě**. Dotazovaní odpovídali na otázky týkající se pozitivního a negativního vlivu PA na jejich vztah, možnosti ohodnocení, které PA přináší, ale také nejtěžší stránky spojené s užíváním PA a jejich varianty možných řešení. V podotázkách byl zkoumán pojem přirozenosti, jak ho dotazovaní chápou, a jestli je pro ně přirozená metoda PPR, kondom nebo jiné antikoncepční metody. V tomto okruhu jsem se také ptala na subjektivní pocit spolehlivosti této metody a obtížnost sexuální zdrženlivosti. Ženy odpovídaly na otázky týkající se změny sexuální touhy a uspokojení během cyklu.

5. Okruh se týkal **postoje k učení církve a náboženské motivace**. Páry měly uvést, zda souhlasí s učením církve o antikoncepci, zda by se měl postoj církve změnit a proč, podle jejich názoru církev takovéto stanovisko zaujímá. Byly tázány na spojení víry a sexuality a také na roli kněží v této oblasti.

6. Alternativu tvořily otázky týkající se **přijatelnosti a morálnosti jiných metod kontroly početí**.

7. Okruh zjišťoval **vztah k těhotenství**, a jestli manželé zažili neplánované těhotenství.

8. V závěrečném okruhu byly dotazy, **co by doporučili** jiným manželům, kteří by s metodou PA chtěli začít, co učitelů pro zlepšení výuky PA a co kněžím. V úplném závěru dostali možnost volného doplnění tématu.

#### **6.4.1 Zpracování dat**

Možností, jak zpracovat získaná data, je velmi mnoho. Mohou se zpracovávat velmi složitým a náročným způsobem, nebo způsoby přehlednějšími, jednoduššími. Pro tuto práci jsem si zvolila druhou variantu. Aby různost odpovědí byla lépe patrná, jsou uvedeny výpovědi párů společně vždy za otázkou, která jim byla kladena. Za každou otázkou následuje souhrn a kategorizace. Způsob tohoto členění získaných dat použila i Hana Konečná, autorka knihy *Na cestě za dítětem*.<sup>96</sup>

---

<sup>96</sup>KONEČNÁ, Hana. *Na cestě za dítětem : Dvě malá křídla*. Praha : Academia, 2003. 318 s. ISBN 80-200-1055-6.

## 6.5 Výsledky výzkumu

Dotazované páry odpovídaly na 42 základních otázek. Některé otázky obsahovaly podotázky a ty byly kladeny v závislosti na tom, jak manželé odpovídali na základní otázky, a aby základní otázku dále rozvedli.

### A. Obecné informace o metodě

#### 1. Představa o pojmu PPR a jeho přirozenosti

**Otázka č. 7. Co vás napadne, když se řekne „přirozené plánování rodičovství“? Co to ve vás vyvolává?**

**Pár A:** *M - Co to vyvolá? Jako že si to naplánuji, v uvozovkách, kdy chci a kdy bych chtěl mít děti. Ž - U mě je to spíše spoléhání na tělo a na to, co v těle funguje. Ne na prášky nebo zásah doktora, ale na to, co prostě je dáno, jak je tělo zařízené, vybavené. Člověk spoléhá na tělo.*

**Pár B:** *Ž – Zodpovědný přístup k manželskému soužití, sexu, se zohledněním k tomu, jak ženské tělo funguje. M – Nevyvolá to ve mně nic, jenom mě napadne počítání plodných a neplodných dnů.*

**Pár C:** *Ž – Velký vzdor. M - U mě je to spíš taková nepochopená, nevyřešená otázka... Ž – A taky nezrealizovatelná metoda nebo doporučení církve, která se nedá realizovat, to manželství se už pak nedá realizovat... Manželství, kde už mají potom děti, (...), které ti dva chtěli, na kterém se pak dohodli, dál se pak už to nedá realizovat, do té doby třeba jo.*

**Pár D:** *M – ...metoda samotná, jednak věci kolem toho, propagace metody v různých kruzích. Ž – Je to spojeno s křesťanskými páry, ... PPR obecně nezahrnuje asi užívání nějakých umělých prostředků k zabránění početí. M – Představím si tu metodu plodných a neplodných dní, období zdrženlivosti a sexuální aktivity oproti tomu zajištění početí/nepočetí. Ž – Já to samý. V podstatě řízení početí nebo nepočetí, podle toho v jakém období se člověk nachází, s tím, že se nepoužívá umělých prostředků.*

**Pár E:** *Ž – Rozpor. Někdy to je pozitivní, někdy negativní. Máme oboje osobní zkušenosti. M – V podstatě my víme, o co jde. My jsme se s tím seznámili na kurzu, s cílem, že to můžeme používat..., ale že bych k tomu měl hned přiřazený nějaký konkrétní pocit, tak to já nemám. Ale vím, že to je věc, kterou jde hodnotit kladně i záporně.*

**Pár F:** *Ž – Pro mě skvělá možnost, jak plánovat děti. M – Taky.*

Manželé uvedli, že periodická abstinence u nich vyvolává asociaci plodných a neplodných dnů, spoléhání na funkci lidského těla, zodpovědný přístup k manželskému intimnímu životu, ale i nevyřešené otázky, se kterými manželé delší čas bojují. Také vzdor a rozpor. U manželů F to vyvolá pocit skvělé možnosti, jak plánovat děti.

**Otázka č. 24a. Je podle vás PPR „přirozené“?**

**Pár A :** Ž + M – *Ano.*

**Pár B:** Ž – *Myslím, že ano. I když je to těžké. M – Ten, kdo to slyší poprvé, si myslí, že to není přirozené. Až po vysvětlení se mu to zdá přirozenější, takže ano.*

**Pár C:** M – *Já bych řekl, že není, podle názvu jo, ale podle mě není. Já bych to řekl, jako ten M. O. V., že je to: „nepřirozené neplánování rodičovství“.* Ž – *Já bych to přejmenovala na fyziologické, to slovo přirozené opravdu není k tomu adekvátní, ale dala bych fyziologické, protože to vychází z fyziologie ženy a těch dvou. Ale není to přirozené ani pro ten vztah. M – No. Na tom PPR už ani ten teploměr, to není přirozené. Přirozené by bylo, kdyby to šlo samo od přírody. Jdu po lese a vidím, že začíná pučet nějaký strom, ta příroda se sama probouzí, nic k tomu nepotřebuje a já vidím, že přichází jaro. Když já potřebuji nějakou pomůcku, kterou někdo vyrobí, tak už to není přirozené. Je už to nějaká technika. Přirozené bych pochopil, kdybych nemusel nic zkoumat, byl by to nějaký fyzikální zákon, kdežto tady je potřeba něco zjišťovat, něčeho se dopátrávat.* Ž – *... To slovo přirozené mi tam nesedí.*

**Pár E:** M – *Je a není, jak se to vezme. Ž – Já taky bych řekla, že je i není, jak se to vezme. Taky bych mohla říct, že z nějakého pohledu není. Právě v tom jak řekl můj manžel, že v tom plodném období, je ta žena nejpřitažlivější a bylo by tak krásné, kdyby to ti dva mohli prožívat naplno, ale třeba nemůžou, v tom mi to přijde nepřirozený. Na druhou stranu, musím hodnotit i ty věci, o kterých už jsme mluvili.*

**Pár F:** Ž – *Já si myslím, že ano, ale ne přirozené do té míry, když člověk má ovulaci, tak má největší chuť na sex... já nevím, co je zde myšleno tím slovem přirozené. Přirozené je, že když má žena ovulaci, tak ten styk chce, když ale to dítě nechce, tak si ten styk musí odříct a musí se naučit ovládat a to je ta 1. B třída. 1. A třída je, že chceme dítě, můžeme ho mít a jsme v ovulaci. Tak to je 1. A třída a přijde dítě. Potom se musíme přimnout i 1. B třída, když to dítě nechceme, ale musíme mít rozum, protože ty ostatní děti by tím trpěly, že*

*bychom jsme se jim nemohli věnovat, ale nesmí v tom být sobectví, musíme být otevření...  
...alespoň si to já tak myslím. Já si myslím, že přirozené to je, ale ne kdyby si člověk řekl, že  
chce jenom jedno dítě a víc ne, tak by se mi to zdálo nepřirozené. M – No, v podstatě je to  
podobný. Ale je hodně důležité říci, co se tím přirozeným myslí. Pokud dostanu chuť na sex  
a řeknu si, teďka můžu, teďka nemůžu, tak je v tom něco trošku nepřirozeného, když pomínu  
ty okolnosti, že manželé nechtějí mít 10 dětí a jiné podmínky, tak je to něco méně  
přirozeného, ale je to přirozenější než ty ostatní metody. V tomto smyslu pro mě PPR  
přirozené je. Ž – Je to asi to nejlepší co je. M – Je to to nejpřirozenější z těch všech metod.  
Asi tak :o).*

Manželé D odpověděli současně na otázky 24 a 24b.

**Otázka č. 25b. Jak to slovo „přirozené“ chápete? Mohli byste to vysvětlit?**

**Pár A:** *M – Přirozené = normální . Člověk nějak funguje... Tělo nějak funguje a člověk  
do toho moc nevidí, že jo, ale je to přirozené, nikde to není něčím nahrazené, zastavené  
nebo přerušené. Funguje to běžně lidsky. Ž – Souhlasím.*

**Pár B:** *Ž - Všimá si toho, jak to ženské tělo funguje. Jak to v tom těle probíhá, je to tělu  
vlastní. M – Souhlasím se ženou*

**Pár C:** *Ž – Vycházející z podstaty člověka... mělo by to být v souladu s manželou, v souladu  
s tím vztahem jako takovým, patřící k člověku, patřící k životu. M – To je těžká definice. Nic  
mě nenapadá... přikláním se k manželce. Tak jak to je bez nějakých kudrlinek, bez nějakých  
příkras... Ž - ... možná bez nějakých technik. M – Přirozené samo o sobě.*

**Pár E:** *Ž - To přirozený беру v tom, že se využívá toho, co té ženě bylo dáno, jak to tělo  
funguje, pokud do toho člověk odborně nezasáhne. Žena byla stvořená tak, že ty hormony ji  
řídí celý cyklus a všechno tak plyne. Přijde plodné období, neplodné, menstruace a všechno  
se tak střídá pořád dokolečka. U každého je to jinak. Někdo to má po 28-mi dnech, někdo  
po 35. Ale vždycky nějaká ta pravidelnost by se v tom dala najít. ... M - ...přirozenost je  
něco co nám bylo dáno.. Ž - ...je to prostě v nás. M - ...to je přirozený. A nepřirozený by  
bylo, kdybych chtěl to tělo nějak upravit, třeba těma pilulkama. ... Druhá věc, co se týká  
přirozenosti a nepřirozenosti je, a to se netýká jenom člověka, to je všude ve světě, že  
v době, kdy je žena nejplodnější a to tělo se na to připravuje, tak je přirozený, aby se život  
předával, aby to bylo tak jako to bylo na počátku jaksi ustanoveno. Ž – Když to bereme  
po té duchovní stránce, že jsme si slíbili, že budeme vždy otevření a ty děti přijmeme, a*



*najednou je tady situace, kdy ji potřebujeme nějak ovlivnit tím, že se něčeho zřekneme, když to dítě teďka přijít nemůže, tak my se tomu teďka nějak vyhybáme úplně stejně, jako někdo, kdo bere tu antikoncepci. Já bych řekla, že v tomto směru, já nijak nenarušuju běh ženského těla, když to tou chemií, jak říkal můj muž, to už narušuju. Tam je v tom rozdíl. Jestli manželé využijí toho plodného období nebo nevyužijí, to je na jejich postoji. Ale tam se využívá toho, co bylo do té ženy normálně vloženo. S tou chemií.....ono to nějakým způsobem reguluje, až do té míry, že to tomu tělu škodí.*

**Pár F:** *Ž – Pro mě přirozené znamená, že tam není žádná umělá zábrana, chemie nebo kondom nebo něco takového. Je to tak, jak to je, všechno se odehrává... M -...Je to něco, co třeba není přímo chtěné, ale Bohem stvořené, takže využíváme toho co ten Bůh do nás vložil. V tomto případě je to přirozený. Reagujeme na cykly ženy... Ž -... Na možnosti stvořitele. M – Přesně tak. Ž – On nedal každý den plodný. Kdyby chtěl, tak by dal každý den plodný. Je to využití stvoření.*

Manželé D odpovídají na otázku č.24.a i 24.b současně.

**Pár D:** *Ž – To je dost těžká otázka. Jsou možné dva výklady toho slova přirozený: 1. Nepoužívání žádných umělých antikoncepčních prostředků, v tomto případě je PPR přirozený a 2. Přirozené chování, jako i sexuální a intimní chování, tak v tomto smyslu to není přirozené, protože se člověk nemůže chovat přirozeně tak, jak by ta chvíle nebo nálada vyžadovala, ale podle toho, jestli je v plodném nebo neplodném období. M – Souhlasím.*

Pojem přirozenosti měl z pohledu manželů více různých významů. Všechny páry vnímají pojem přirozenosti v metodách kontroly početí, jako něco, co je v souladu s lidským organismem, nijak nezasahuje do jeho fyziologie. Přirozenost metod PA je podle párů v tom, že se při nich neužívají žádné chemické prostředky, nezasahuje se do fyziologie člověka. Dalším významem slova přirozený je „spontánní“, ve spojení se sexuální touhou a možností mít pohlavní styk když po něm oba manželé touží. V tomto smyslu označují páry PA jako „nepřirozenou“. PA může být chápáno jako přirozená i nepřirozená metoda kontroly početí. Záleží na tom, jak manželé pojem přirozenosti vymezí.

**Otázka č. 24c. Je „přirozený“ kondom? Antikoncepční pilulka? Pokud ano/ne, v jakém smyslu?**

**Pár A:** M + Ž - *Není to přirozené. Ž - Je to bránění něčemu. M – V PPR, i když člověk ví, že miminko zrovna nechce, tak je to pořád takové otevřené. Víím, že ho zrovna mít nemůžeme mít nebo nechceme mít, ale když to přijde, tak přijde a my ho přijmeme.*

**Pár B:** Ž – *Kondom pro mě určitě ne. Určitě ne. M – Podle toho... Pro mě je kondom přirozený tehdy jsou-li věřící s nevěřícím... Pro mě je více přirozený kondom, než antikoncepce, ale pro dva věřící je to celé nepřirozené. Ž - ... Pokud chápu slovo přirozený jako ve významu přirozený, tak to pro mě není přirozené ... M - Vždyť to říkám. ... Pro mě kondom přirozený není, ale pokud jsou dva nevěřící nebo věřící s nevěřícím, tak je pro mě kondom více přirozený, než antikoncepční pilulka. Podle mě. Nepřirozený je proto, že zabraňuje početí. Ž - Je to něco, co mezi těma dvěma nemá co dělat. Je to nepřirozené se vším všudy.*

**Pár C:** Ž – *Pokud se bavíme jako o antikoncepční metodě, jako o nějaké bariéře, kterou máme nastavit, tak není nic přirozeného. Přirozené je jen spolu nebýt. Jediná přirozená metoda plánování rodičovství je: „Jsme spolu, chceme dítě, nejsme spolu, protože teď dítě nechceme.“ Není tam žádný prostor pro to být spolu, při tom se nevázat na to, zda chci nebo nechci mít dítě, ale chci se jenom setkat s manželem. Ten prostor tam je jen v pár dnech v tom PPR. Kondom pro mě není přirozený. M - Není přirozený, ale přípustný. S tohohle pohledu není pro nás ani PPR přirozený, protože už se tam něco sleduje, stresuje to člověka a už to není samo o sobě, už ho to nějak rozhazuje, ale jako právě proto si myslím, že člověk má rozum a každý nemusí být zralý na to přijmout neomezený počet teoretických dětí. Proto máme ten rozum a i ten kondom může být přípustný.*

*Antikoncepční pilulka? Ž – O té jsme ani neuvažovali. U kondomu jako takového nemůže nikdy dojít k tomu, že bychom usmrtili dítě. My se jenom vyhýbáme tomu, aby nedošlo k početí. Což je na stejné bázi jako PPR. Sledujeme dny, kdy se vyhýbáme početí. Ten kondom i to PPR jsou na tom úplně stejně. Vyhýbáme se, nevidím v tom rozpor. Když vezu děti autem, tak je dám do sedaček, abych se vyhýbala případné nehodě, přece je nenechám bez těch autosedaček, je to úplně stejné, ať je to v rovině plození dětí, nebo je to v rovině ochrany dětí. U pilulek tam není jistota. M – Tam už je ta chemie. Ž - Tam už je ta chemie a může dojít k oplodnění a vyloučení toho děťátka z těla matky, tedy potratu, který je hříchem a to pro nás není přípustný vůbec.*

**Pár D:** Ž – *To se zase vztahuje k té přirozenosti, jak si to člověk nadefinuje. Pro někoho není antikoncepce přirozená, protože do sebe člověk láduje něco umělého, zas na druhou stranu to dovoluje chovat se přirozeně v tom sexuálním životě. Pro mě to není přirozené k tomu, jak tělo funguje, na druhou stranu to je pro mě přirozené v tom, že se může člověk chovat přirozeně v tom sexuálním životě. Co se týče kondomu, tak já nevím, tam už je to složitější. Když to vezmu podle toho, jak jsme se chovali, tak použití toho kondomu není nic až tak nepřirozeného, protože tam nedochází k žádnému zásahu do těla, nedochází tam k ničemu jako u té antikoncepce, která je abortivní, prostě u toho kondomu k tomu oplodnění nedojde, což je přirozenější cesta prevence početí než ta antikoncepce.*

**Pár E:** Ž – *Z našeho duchovního pohledu je kondom lepší v tom, že nepoškozuje to případný oplodněný vajíčko. Není abortivní. Když to ty pilulky abortivní jsou. Já vím, že jich je několik druhů, které nejsou, třeba nedají možnost ani dozrát tomu vajíčku, že se to ovlivňuje někde v tom reprodukčním systému. Ten kondom je jakási zábrana, ale to vajíčko neničí.*

Takže kondom ani pilulka pro vás nejsou přirozené, ale kondom je pro vás přijatelný?

Ž – *Ano. Vy souhlasíte? M – Souhlasím*

**Pár F:** M - *Pro mě určitě není. Ž – Pro mě není. Pro mě je to jak sex v oblečení. :o) Sex přece má být vydanost úplná a kondom je oblečení, je to zábrana mezi náma ... to ne...*  
M – *Je to vlastně, není to úplné odevzdání se.*

Pro manželé A, B a F je kondom nepřirozená věc, která „mezi těma dvěma nemá co dělat“. Manželé F je používání kondomu „jako sex v oblečení“, při používání kondomu nedochází k úplnému odevzdávání. Pro manželé C je kondom jako antikoncepce nepřirozený, ale přípustný a antikoncepční pilulka je pro manžely nepřijatelná. Podobný názor jako manželé C má i pár E. Manželé D antikoncepci vidí jako nepřirozenou, jako něco, co se neshoduje s fyziologií člověka, ale umožňuje chovat se přirozeně v sexuálních projevech lásky. Kondom pro manžely D je přirozenější možností jak neotěhotnět, protože nezasahuje do těla člověka a nemá abortivní účiny, protože k početí nedojde.

## 2. Důvody volby PPR a první seznámení s metodou a její osvojení

### **Otázka č. 9. Kde jste se o ní poprvé dozvěděli?**

**Pár A:** Ž - *Společně jsme se o něm dozvěděli, až když jsme spolu chodili - a já něco málo ve škole, obecně. M – Společně na Kurzu partnerství u manželů V. na Diecézním centru života mládeže v Osové Bítýšce, všem doporučujeme.*

**Pár B:** Ž – *Já už ani nevím, asi z novin, je to dávno, tak 13 let. M – Já tak šest let zpátky před kostelem od kamaráda.*

**Pár C:** M – *Asi když jsme spolu začali chodit, tak jsme chodili na kurz, takže někdy v roce 2000. Ž – Spíše 2001, protože 2002 jsme se chtěli brát, tak jsme půl roku před tou svatbou počítám, jsme se o to začali zajímat a chodili jsme na nějaké vyhodnocování několika těch tabulek toho měření.*

**Pár D:** M – *To už asi dost dávno, pořád se tím masíruje mládež ve křesťanských kruzích. Ž – Nepamatuji si nějaký konkrétní okamžik. M – Je to určitě více než 10 let... Ž - ...řekla bych i 15.*

**Pár E:** Ž – *Já už jsem o tom slyšela jako by svobodná holka, takže já jsem si své cykly začala sledovat, i když to byly takové střípky, co jsem kde vyčetla, ale věděla jsem asi zhruba, jak to funguje. Jednak jsem i zdravotní sestra, takže i ve škole, i když musím přiznat, že se to tam zase až tak neprobíralo, což myslím, že je škoda. O PPR jsem se dozvěděla opravdu jenom z knížek. Když jsme potom spolu začali žít jako manželé, já jsem čerpala z těchto zkušeností, co jsem měla z toho vyčtený...a jenom já. Manžel o tom moc informovaný nebyl. Možná, že jsem mu dávala něco číst, teď nevím... M – V podstatě to byly střípky literatury co se k nám dostaly, ...*

A vy jste se o tom dozvěděl na tom kurzu a pak před tím od manželky? M – *Více méně ano.*

**Pár F:** Ž – *Já mám pocit, že zprostředkovaně od kněze, protože moje švagrová, když se vdávala, tak s ní měl pohovor nějaký kněz, který ji vysvětloval hlenovou metodu a já jsem se to dozvěděla. V té době jsem ještě nebyla vdaná a ona mi říkala, že si to můžu vysledovat, ještě než začnu žít sexuálním životem a vysvětlila mi tady tuhle hlenovou, sympatickou metodu, a že se dá vysledovat, kdy má žena ovulaci, takže jsem se to dozvěděla ještě za svobodna. M – Až v manželství.*

První informace o metodách periodické abstinence, získali dotázaní z různých předmanželských kurzů, kterých se zúčastnili, z časopisů, od kamarádů, kněží, rodiny nebo z přednášek, které byly na různých setkáních mládeže, ještě jako velmi mladí, a někteří si už ani na první informaci o PPR nepamatují.

**Otázka č. 10. Co vás vedlo k tomu začít PPR užívat? Proč jste se rozhodli pro PPR?**

**Pár A:** *M - Rozhodli jsme se proto, že jsme nechtěli užívat žádné antikoncepční prostředky. Ž - A je to hlavně levné :o))*

**Pár B:** *Ž – Podle toho, co už o PPR víme, a podle toho, co nám bylo sděleno a doporučeno, si myslím, že je to dobré. M – Protože chceme dítě.*

*A kdybyste dítě nechtěli, myslíte si, že byste začali PPR také používat?  
M + Ž – Určitě.*

**Pár C:** *M – ...My jsme chtěli žít podle učení katolické církve v plné výši, poslušnosti. Měli jsme tu dobrou vůli a nemáme důvody něco zpochybňovat, aniž bysme to vyzkoušeli... Jsme se s tím seznámili a poctivě jsme to zkoušeli a žili. Ž – Musím říct, že když jsme spolu chodili, a když... jsme věděli, že se chceme brát, začali jsme zjišťovat informace o PPR a bylo to pro nás jediné přijatelné řešení pro naše manželství. ... z hlediska doporučení církve...*

**Pár D:** *M – Bavili jsme se o tom jak plánovat to rodičovství. ...a přišlo nám, že toto je cesta, jak to udělat dobře. Ž – Přišlo nám to jako nejlepší způsob, abychom se cítili dobře i morálně. A měli jsme ten pocit, že to děláme správně. ...*

**Pár E:** *M – Ono zase těch metod pro nás přijatelných nebylo i oba dva jsme lidi, kteří žijeme v takovém kontaktu s církví a jsme věřící, tak jsme hledali něco, co bude odpovídat tady tomuhle tomu založení a v podstatě jsme měli metody, které byly, řekl bych na podobné bázi, a tady tato se nám zdála taková nejucelenější a zasahovala do všech různých symptomů, které se kontrolovali. Někde to bylo jenom část tadyhle toho. Kromě toho byly další metody založeny na antikoncepci a podobně, ale ty pro nás z hlediska našeho duchovního zaměření, nepřípadaly v úvahu.*

**Pár F:** *M – Než jsme měli první dítě, tak jsme nic nepoužívali, a potom bylo třeba, aby ty děti byli v dobrých odstupech. Ž – Ne že by jsme ty děti nechtěli, ale když jsme měli to první, tak jsme si řekli, že by bylo třeba, aby tam byl nějaký odstup.*

*Proč jste zvolili zrovna PPR a nevybrali jste si jinou metodu kontroly početí?*

*Ž – Já, protože jsem nikdy nechtěla polykat prášky... M – A kondom... :o) Ž - :o) ...kondom, no řekni to sám...M - ...to jsme považovali za nedůstojné. Ž – Kondom jsme považovali, za nedůstojný v manželském styku.*

Důvody vedoucí k užívání metody periodické abstinence byly různé. Manžele jmenovali morální a etický pohled na plánování potomků, odmítání užívání antikoncepčních prostředků, soulad s učením církve, či metodu označovali jako dobrou, nebo ji využívají ke zvýšení pravděpodobnosti početí dítěte, protože si přejí mít dítě. Manželé F považují užívání kondomu v manželském styku za nedůstojné.

### **Otázka č. 11. Jak a kde jste se PPR naučili?**

**Pár A:** *M – Já myslím, že se to pořád učíme. :o) Ž – Na Kurzu partnerství nám dali hodně dobré informace, že člověk pochopil, co která teplota znamená, ale mám pocit, že než člověk do toho úplně pronikne a než pochopí, jak to všechno funguje, aby to bral jako samozřejmé, tak to trvá hodně dlouho.*

**Pár B:** *Ž – Já jsem se o tom poprvé dozvěděla z novin, tam mě to zaujalo a na základě toho jsem si koupila knížku o PPR. A v rámci přípravy snoubenců jsme měli školení. M - Bylo to v Diecézním centru života mládeže v Osové Bítýšce.*

**Pár C:** *M – V Brně. Ž – V Centru pro rodinu.*

**Pár D:** *M – Literatura, člověk o tom něco slyšel od někoho, taky nějaká přednáška, ale to jsou takové všeobecné informace. Ž – ...a já jsem potom byla na konzultaci v Centru pro rodinu, koupila jsem si nějaké brožurky, takže jsem to sama studovala a byla jsem to i konzultovat. Byla to osobní školení, nejednalo se o nějaký delší kurz...*

**Pár E:** *Ž - ...ale v podstatě jsme se k tomu dostali až po třetím dítěti, protože my jsme viděli tu naši situaci docela zoufalou. My jsme sice děti chtěli, ale rozhodně jsme si to nepředstavovali, že to půjde jedno za druhým a trošku jsme byli z toho vyhukání, protože každé to těhotenství jsem měla rizikové a byly tam i obavy, jak to bude dál, jak to bude dále pokračovat. Jak jsme jezdili na manželské setkání, tak jsme se setkali s paní, která se tomu věnovala a ta nás navedla, a když jsme potom zjistili, že v Brně probíhá ten kurz, tak jsme se tam přihlásili oba. Protože jsme chtěli o tom vědět víc. V podstatě jsme do toho šli kvůli sobě s možností, že to budeme moci použít a rádi poradíme i jiným, pokud o to budou mít zájem. Sice to není o tom, že bych si na to otevřela živnost :o), ale pokud potkám*

*někoho, kdo by měl zájem, tak mu poradím ráda. Beru to tak, že něco jsem dostala, z něčeho můžu čerpat a můžu to předávat dál.*

**Pár F:** *Ž – Já jsem si přečetla knížku. Přirozené plánování rodičovství, myslím, že od Šipra. A ty? (obrací se na manžela) Asi zprostředkovaně ode mne. M – Ano. Ž – Manžel to potom nechával na mě, protože žena to musí cítit.*

Metodě samotné se manželé naučili většinou v kurzu pro snoubence v rámci předmanželské přípravy, samostudiem z knih, či osobními konzultacemi.

### 3. Typ užívané metody PA a zkušenost s alternativními druhy antikoncepce<sup>1</sup>

**Otázka č. 12. Jakou metodu / metody PPR užíváte/jste používali? (Sledování jen hleny, teploty, kombinací těchto dvou, nebo něčeho jiného.)**

**Pár A:** *Ž – My sledujeme hlavně teplotu, ale protože neumíme teplotu pořádně odečítat, a tak někdy, zřídka, velmi málo, hlen.*

**Pár B:** *Ž – Hlen. Plánovala jsem si měřit i teplotu, ale zatím jsem se k tomu nedostala.*

**Pár C:** *Ž - Kombinovanou, čípek spíš nárazově, spíš hlenovou a teplotní*

**Pár D:** *Ž – Nejdřív to byla ta symptotermální metoda, která, jak jsme zjistili, nám moc nefungovala, a potom, když jsme to používali znova. Když jsme se k tomu vrátili, už jsem moc nespolehala na tu teplotu, ale spíše sledování toho hleny a sledování pravidelnosti toho cyklu. ... myslím si, že se to jmenuje Billingsova metoda a ta se zakládá právě na pozorování toho hleny. Tato metoda mě vyhovovala víc, protože jsem zjistila, že ta teplota není žádný ukazatel, který by mně pomohl, a je to prostě pro mě obtížný, nepříjemný si to měřit každý den ve stejnou dobu, a stejně, jak se ukázalo, mi to nějak nepomáhalo, tak jsem se soustředila na ten hlen, využívala jsem toho, že mám pravidelný cyklus a mohla jsem taky odhadnout tu ovulaci.*

**Pár E:** *Ž – Tato metoda, kterou jsme užívali, byla symptotermální. My jsme to brali tak, jak nám to bylo řečeno, takže teplotu a pak z těch dvou symptomů sledování hleny nebo čípku, nám bylo řečeno, že je to jedno, že někdo dělá obojí nebo si můžeme vybrat. Já jsem si k té teplotě vybrala ten hlen. Já jsem si nebyla sama jistá při tom vyšetřování toho čípku, ale ten hlen byl dobře viditelný a sledovatelný, takže já jsem se docela dobře mohla podle toho orientovat.*

**Pár F:** *M – Já bych řekla, že ten hlen a vůbec jako ty symptomy. Třeba slabé bolesti v podbříšku a celkový pocit. M – Protivnost... :o) (hromadný smích) Ž – Prostě jsem to na sobě poznala. Žena je schopna to vysledovat, podle mě.*

V užívání metod převyšuje metoda symptotermální, užívají nebo užívaly ji 4 páry ze šesti. Pár A sleduje teplotu a hlen. Pár C trojkombinaci hlenu, teploty a někdy čípku a pár D od symptotermální metody upustil, protože mu nevyhovovala a zdála se nepřesná. Pár B zatím sleduje jen hlen (Billingsova metoda), ale žena má v plánu začít si měřit i teplotu a sledovat oba tyto příznaky (symptotermální metoda). Pár D nyní užívá Billingsovu metodu v kombinaci s kalendářní metodou. Pár E sleduje teplotu a hlen. Pár F sledoval až do přechodu hlen se subjektivními příznaky (Billingsova metoda) a kombinoval to s kalendářní metodou.

**Otázka č. 13. Používali jste/používáte i jinou metodu antikoncepce? (Pilulky, kondom, přerušovaná soulož.)**

**Pár A:** *M + Ž – Ne*

**Pár B:** *M + Ž – Ne*

**Pár C:** *Ž – V manželství samozřejmě pak už jo, ale používali jsme jenom kondom...*

**Pár D:** *M – Požívali jsme kondom. Ž – V různých obdobích.*

**Pár E:** *Ž - Ze začátku ne, ale teďka v posledních asi pěti letech používáme kondom, protože jsem onemocněla... Já si sice svůj cyklus sleduju, ale pro jistotu používáme kondom.*

Kondom máte pro pojištění, aby jste měla větší jistotu a používáte ho jen v těch plodných dnech nebo ho používáte během celého cyklu?

*Ž – Ze začátku po měsíčkách a pak když vím, že je to plodné období, tak už ho nepoužíváme a děláme to jako předtím a v neplodném období po celou dobu. Už nemůžeme s tím počítat, protože to dítě by bylo opravdu hodně postižené.*

**Pár F:** *Ž – Asi jednou nebo dvakrát jsme použili přerušovanou soulož a zjistili jsme, že je to až takové potupení manželského vztahu... Ta žena se cítí hrozně a domnívám se, že muž taky, protože jsme oba dva už to nikdy nepoužili. Oba jsme se na tom domluvili a řešili jsme to se zpovědníkem a pociťovali jsme, že je to něco proti Božímu plánu, že to takhle Pán Bůh nechce. Je to něco, co do toho vztahu absolutně nepatří. Vůbec by to náš vztah neposilovalo, ale naopak by ho to mohlo i zabít.*



Tři z dotazovaných párů uvedly, že během manželství používaly jako ochranu před početím kromě metody PA i kondom. Jeden pár vyzkoušel i přerušovanou soulož, ale po této zkušenosti se cítili manželé hrozně špatně, proto už tuto metodu nikdy nepoužili. Zbylé dva páry využívaly jen metodu PA.

#### 4. Spokojenost se zvolenou metodou

**Otázka č. 14. Kdyby jste měli spokojenost s touto metodou oznámkovat jako ve škole známkami 1-5, jakou známkou, by jste jí dali vy a váš manžel/manželka?**

**Pár A :** M + Ž – 2.

**Pár B:** M - 1-2, Ž – *Myslím si, že v jistých fázích je náročná... asi 2.*

**Pár C:** Ž – *To se takhle nedá říct.*

Známku teda udávat nebudeš? Ž - *Ne, protože takhle se to nedá hodnotit. Podle mě. Záleží na tom, na co chci tu metodu užívat. M - ...Pro začínající manželé bych dal za 1 a potom bych dal za 5...*

**Pár D:** M – 2 , Ž – 3

**Pár E:** M – *Vzhledem k tomu případu, co se nám stal, kdy jsme dodrželi všechny pokyny, co nám metoda určovala a přesto došlo k tomu, že manželka otěhotněla, bych lepší známku než 3 nedával. Ž – Taky bych to takhle hodnotila. ...*

**Pár F:** M + Ž – 1.

Spokojenost s metodou manželské páry měly známkovat známkou 1-5 jako ve škole. Čtyři páry byly s metodou celkem spokojeny a dávaly jí známky v rozmezí 1-3. Pár D považuje tuto metodu za náročnou. Žena D odmítla tuto metodu hodnotit známkou a muž D jimi užívanou metodu ohodnotil známkou 1 pro novomanželé a známkou 5 pro manžely v dalších fázích života. Oba manželé F byli s metodou velmi spokojeni.

## 5. Spolehlivost a důvěra v metodu

**Otázka č. 15. Jak moc jste si (byla) subjektivně jistá, že dokážete správně určit začátek a konec plodného období? (Kdyby jste měla vyjádřit subjektivní jistotu, že dokážete správně určit začátek a konec plodného období v procentech, kolik by to bylo procent?)**

**Pár A :** Ž – *No... Moc ne... :o) ... je to tím, že z medicínského hlediska nejsem úplně zdravá. 60 – 70%? ... 70% určitě.*

**Pár B:** Ž – *Tak na 60%.*

**Pár C:** Ž – *Pokud bych přihlédla k té hlenové technice, tak tam to bylo celkem zjistitelný. Tam to bylo šikovný. Je mokro je plodno, je sucho, je neplodno, ale říkám, nedá se na to spolehnout. ... Tak na 85 % klidně, ale spíše o plodnosti. Jestli i ty ostatní dny jsou nebo nejsou plodný, to se těžko řekne...*

**Pár D:** Ž – *Právě ze začátku... přišlo mě, že to umím určit, připadalo mě, že jo. ...v tom dalším období, kdy jsme to používali, jsem to dokázala určit, ale nebyla jsem si jistá, že to funguje na 100 %. ... když jsme s tou metodou začínali, jsem tomu věřila víc a pak, ... jsme tomu věřili tak na 60 -70% ... Ze začátku jsem si věřila na 100 %, pak tak 60 - 70%.*

**Pár E:** Ž - *Myslím si, že při používání této metody jsem si byla jistější než prve. Svě tělo jsem lépe poznávala a až časem, létama člověk začne rozpoznávat jisté symptomy, které tam byly popsány, protože u každé ženy je to individuální. Jak se tam píše napětí v prsou, bolesti v podbřišku, nebo i jiné, bolesti hlavy ... ta žena to může sama odpozorovat. Objeví se to vždycky v tom období, pak to vymizí. Já si myslím, že i na základě těchto příznaků bych to dokázala na sobě vypořozovat, ... Když to vezmu i s těmi teplotami, které si měřím, tak procentuálně bych řekla, že si věřím na 95%.*

**Pár F:** Ž – *Naprosto jistá jsem si nebyla nikdy. Tak 75 %.*

Sto procentně si jistá nebyla žádná žena. Největší subjektivní jistotu měla žena E, která si věřila při používání symptotermální metody na 95%. Jinak se subjektivní jistota žen pohybovala od 60 do 75%. Na důvěře k metodě se i odrážel zdravotní stav dotazovaných. Žena A uvedla, že při hodnocení plodného a neplodného období si není moc jistá z důvodu toho, že není úplně zdravá: „*Nemám vše úplně v pořádku ...*“. Žena C považuje sledování hlenu za šikovnou techniku, ale nedůvěřuje ani jí. Tvrdí: „*... nedá se na to spolehnout.*“

Pár C dělí spolehlivost na otěhotnění a vyhnutí se těhotenství. V době kdy chce pár otěhotnět a zvolí tuto metodu, věří zvolené metodě na 100% a na dobu vyhnutí se těhotenství metodě důvěřuje jen na 20%. Kromě tohoto páru C, zvolenou metodu páry považují za spolehlivou.

**Otázka č. 25. Myslíte si, že metoda PPR, kterou nyní používáte/jste používali, je spolehlivá?**

**Pár A:** Ž – *Myslím si, že ano, ale hraje tam velké riziko, když nejsou v pořádku pohlavní orgány a nefunguje to všechno správně.*

Myslíš si, že u zdravých lidí to spolehlivé je? Ž - *Ano. U nemocných taky. Jen je kladen větší nárok na to, aby se správně pochopilo, kdy ty plodné dny jsou a kdy nejsou. Mohou být třeba o deset dní posunuté dopředu nebo dozadu.*

Deset dnů to je trochu velký rozdíl, ne? Ž – *To jsem možná trošku přehnala. Spolehlivá je, ale je potřeba sledovat dobře ty rozmezí :o)*

**Pár B:** Ž - *... když se to ti dva naučí správně používat a vnímat, tak ano. M – Jako na 100 %? Tak, ze tří čtvrtin.*

**Pár C:** ... Ž – *Já bych dala spolehlivost na otěhotnění 100% a na neotěhotnění bych řekla, že se na to můžeme spolehnout tak možná z 20 %.* M – *... jo, souhlasím.*

**Pár D:** M – *Spolehlivá 100% ne, ale z větší části jo.* Ž - *Je spolehlivá, ale ne 100%.*

**Pár E:** M – *Asi ve většině případů spolehlivá je...* Ž – *Já bych ji hodnotila jako spolehlivou. Ten index spolehlivosti tam taky je, nějaká procenta (nespolehlivosti) tam taky jsou a my jsme to zažili sami na sobě, že ta metoda zklamala. Ale zklame i to ostatní. ...asi ano.*

**Pár F:** Ž – *Já si myslím, že ano. A kdybych měla ten teploměr digitální na ruce, kde bych si to mohla ověřit kromě těch symptomu, tak si myslím, že by to bylo hodně dobré. Mně by vadilo to ranní měření teploty. To bych nezvládala, ale kdyby byl nějaký digitální teploměr na ruku, to by se mi líbilo.* M – *Svítila by ti tam červená nebo zelená :).* Ž – *No, mrkla bych jenom na ruku a věděla bych, kde jsem. :o)*

Kromě páru C, který hodnotí jimi užívanou metodu za 100% spolehlivou pro otěhotnění, ale jen 20% pro vyhnutí se těhotenství. Ostatní manželé hodnotí užívanou metodu jako spolehlivou, ale ne 100% spolehlivou.

## **B. Spolupráce a vliv na vztah**

### 6. Úloha mužů v PA

#### **Otázka č. 16. Jaká myslíte, že je role mužů v PPR?**

**Pár A:** Ž – *Muž s tím musí souhlasit i vnitřně souhlasit, aby to nebylo jen: „Jo tak ty chceš, tak já taky.“ Podporovat by ji měl. M - Podávat teploměr :o).*

**Pár B:** Ž – *Musí s tím souhlasit... M – ...musí s tím souhlasit ti dva. Kdyby si muž postavil hlavu tak... nic, že jo. Ž – Na to jsou potřeba dva, jeden nestačí. Není pak šance.*

**Pár C:** M – *Pokud se k tomu ti manželé rozhodnou, je to v tom respektování toho cyklu té ženy... muž by jí měl v tom podpořit, ale pokud sám od té ženy cítí, že ona je z toho vystresovaná, nemá cenu ji do toho tlačit a je to jasný.*

**Pár D:** M – *Velká :o). Nevím. Jsme se o tom bavili a říkali jsme si, že jsme to nevzali za úplně správný konec, že bych byl do toho zapojen nějak konkrétněji. Je to hlavně o tom, že je potřeba to nějak akceptovat, nebo jako přijmout nějak ten systém. Ž – Je to společné rozhodnutí, že jo. Když někdo řekne, že nehodlá abstinovat žádné období třeba, tak to nemůžou asi používat, ale potom v tom konkrétním sledování to už bylo na mně.*

**Pár E:** M – *Já jsem to viděl tak, že jestli my jsme byli na počátku schopni slíbit, že přijmeme dítě do našeho manželství. Na začátku je to lehce slíbené, ale je to takový závazek po celou tu dobu a aby to toto, když se bavíme o regulaci, nezůstávalo na manželce... Já jsem věděl, že se k tomu musím postavit tak, abych ji v tom zásadně nepodrážel. Abych tu věc znal trochu a mohl ji ze svého pohledu určovat nebo mít alespoň v tom základním nějak jasno. Proto jsme šli do toho kurz. To byla taková moje role. Abych ji v tom nenechal a pak, když něco nevyjde, tak to svaloval na ní, že ty seš za to vinna. Ž – ...já si myslím, že je dobře, že i ty muži jsou o tom informovaní z toho hlediska, že ví, co se děje a není to záležitost jenom té ženy. Stanou se jedním tělem a věci, které se týkají toho jednoho, se týkají i toho druhého, a proto jsem stála o to, aby manžel se mnou do toho kurzu šel a aby to slyšel. ... Já jsem za to vděčná, že do toho kurzu se mnou šel, a že si ho udělal. Kdyby se mě někdo na to ptal, jestli si to mají udělat oba, co bych jim doporučila, tak určitě oba. Oba mají na tom svůj určitý podíl, protože není to rozhodnutí ženy, jestli to dítě tady bude nebo nebude, na tom se podílejí oba dva.*

**Pár F:** M - *Nevím, asi schopnost se ovládat.*

Páry se shodly na tom, že role mužů v PA je hlavně v podpoře ženy v praktikování PA, a že se jedná o vzájemnou dohodu. Potřeba ovládat se byla mužem F hodnocena jako pomoc. Bez souhlasu muže by žena mohla PA praktikovat jen velmi těžce, i když sledování je už jen na ženě.

## 7. Spolupráce partnerů při PPR

### **Otázka č. 17. Spolupracujete/spolupracoval jste s manželkou při PPR? Jak?**

**Pár A:** *M – Já spolupracuji, podporuji, spíše je to víc na manželce, já ji mohu podporovat, ale to hlavní je na ní.*

**Pár B:** *M – Nepomáhám. Ž – Nepomáhá, ale víc ví, kdy jsou ty plodné dny. M – Možná, až budeme mít těch deset dětí, tak pak budu víc pomáhat :o)*

**Pár C:** *M – Spolupracoval jsem pasivně tím, že jsem se účastnil těch školení, ale že bych zapisoval něco do tabulky tak to ne. :o) Snažil jsem se porozumět té metodě, pasivní divák jsem u toho byl a respektoval jsem to do jistýho času. Ž – Věděl přesně, co jako dělám, proč se měřím, proč zjišťuju tu hlenovou metodu, co to má jako být.*

**Pár D:** *M – Ne, moc ne. Ž – Podpora to ano, řešili jsme to spolu, ale nějak nás to tehdy nenapadlo, že bychom to měli AŽ TAK řešit spolu, že by jsme to spolu vyplňovali, to nás nějak nenapadlo. To by jsme možná mohli změnit, kdybychom to ještě někdy používali.*

**Pár E:** *M – Ano určitě! :o) Ne, aby to nevyznělo nějak hloupě. Když jsem viděl ty štosy těch záznamů a tu její věrnost tomu, jak si to tam každý den dělá... Kdybych já měl tady toto dělat, tak bych toho nebyl schopen a nebyl bych tak věrnej. Když jsem viděl ten její podíl, tak mě vedl k tomu, abych já k tomu přistupoval taky tak nějak zodpovědně. V době, když jsme měli malé děti a manželka byla doma s něma a došly ji papíry, tak jsem je v práci nakopíroval. Ž – To je pravda ano. M – ...Nic méně, já jsem to chápal tak, že to nemůžu nechat jenom na ni, protože bych se zpronevěřil tomu, co jsem na začátku říkal, že v těchto zásadních věcech musíme stát při sobě a za jedno. Proto jsem jaksi věděl, že tam, kde bych mohl nějak pomoci nebo když se ukázala situace, že si (manželka) nebyla úplně jistá, tak jsme spolu seděli a hodnotili... Ž – V to má manžel pravdu. M - ..., „Co kdyby tady toto znamenalo toto a tato teplota byla takhle, a tady bylo málo spánku“... to vše se do toho promítá, takže čas od času jsme spolu i vyhodnocovali. Ž – To je pravda na to jsem zapomněla.*

**Pár F:** *M – Asi ne. Ž – Nevím, potřeboval vědět, kdy je ta ovulace, potřeboval to nějak sdělit, pokud jsme zrovna nechtěli dítě ze závažných důvodů. Někdy jsme to taky třeba riskli :o), řekli jsme si, že bychom snad ještě jedno dítě uživili. :o)*

Spolupráce mužů na PA probíhala podle dotazovaných podporou, přítomností na školeních o PA a snaze porozumět zvolené metodě. Muž B řekl, že manželce nijak nepomáhá, ale je informovaný o plodných dnech své ženy. Muž D ženu podporoval, ale moc spolu PA neřešili a přáli by si to změnit, pokud by se ke zvolené metodě vrátili.

**Otázka č. 18. Máte/ (Měl jste) obvykle přehled o tom, zda se žena nachází v plodném období?**

**Pár A:** *M – Ano, a když mi to manželka neřekne, tak jak kdy. Většinou ano.*

**Pár B:** *M – Ano, aniž by mi to řekla.*

**Pár C:** *M – To mě říkala manželka, ale že bych to z té tabulky poznal, tak to ne. Ono je to spíše o pocitech té ženy, já nevím, jestli tam ten graf úplně všechno řekne? Nevěděl jsem, nevěděl.*

**Pár D:** *M – Většinou jo.*

**Pár E:** *M – No, rámcově by se dalo říct, že ano, ale já jsem to kamufloval takovým dotazem: „ Jak jsme na tom?“ nebo něco v tom smyslu. Ne vždycky jsem byl úplně v obraze, protože jsem to vždycky nekontroloval, nebo do těch záznamů pravidelně nenahlížel. Vím, kde je má uložený, vím, že je tam takový štos papírů (rukama ukazuje množství), vím, co se tam všechno vyplňovalo a jak se to vyplňovalo, ale bych s tím žil do té míry, že je to moje tělo, tak to ne... tak to jsem zas tak nekontroloval. Ale rámcově jsem vnímal, že teď byly měsíčky, takže teď bude takový období, protože jsem znal tu teorii a zhruba jsem věděl, ale kdy přijde ten den a jak to vychází, kdy už se něco objevuje, tak jsem se musel mnohokrát ptát.*

**Pár F:** *M – Ano, většinou ano, tím, že mi to sdělila.*

Všichni dotázaní muži měli přehled, kdy se jejich žena nachází v plodném období. Někteří sice potřebovali ověřit informaci u ženy, nebo byli přímo na její informaci závislí, ale o plodném období měli alespoň tušení.

## 8. Obtíže s PA a jejich řešení

### **Otázka č. 20. Co je podle vás na používání PPR nejtěžší?**

**Pár A:** Ž – *U mě je nejtěžší hlídat, aby se člověk moc ráno nehýbal, protože když ráno dcerka brečí a chce mléko, tak potom člověk nemůže té teplotě věřit. Asi to, pohyb ovlivňuje teplotu. To je nejtěžší. Musím se hlídat. Není to takové, že mohu jít ráno hned na záchod, a pak se změřit.* M – *Já nevím, nedokážu posoudit.*

**Pár B:** Ž – *...zachovat v plodném období zdrženlivost, abychom se vzájemně nevyprovokovali.*

**Pár C:** M – *Pro ty co to žijí, je nejtěžší přijmout 5., 6., 7. dítě :o). Na tom PPR samotném... asi pro tu ženu to měření. ... potom ta zdrženlivost.* Ž – *Jak říkám pro chlapa je nejtěžší ta zdrženlivost, jak už jsem říkala a pro mě teď, kdy máme třetího pětiměsíčního syna je nejtěžší určitě, abych vstávala v pět hodin ráno, změřila se, vzbudím tím celou rodinu, ... takže další stres, k tomu kojím celou noc a tak dál, takže minimálně rok a půl po narození dítěte tahle metoda nepřichází vůbec v úvahu. Potom, až se ta žena srovná fyzicky a až se biologicky dá dohromady, ... zase vlivy a výkyvy té psychiky a těch okolních faktorů jsou tak velké, že se na tu metodu stejně nedá spolehnout, takže my ...se k ní nevrátíme.*

**Pár D:** M – *No, jsou tam období, kdy je nutná sexuální abstinence absolutní a to období není nijak krátké.* Ž – *V podstatě, že si chce člověk být jistý... nám ... to vychází 10-12 dní v jednom cyklu, což je docela málo.* M – *...To je jedna věc okolo toho používání a dál to riziko, že člověk buď rozšiřuje to plodné období, aby si byl víc jistej, ubírá toho neplodného období, nebo hold musí počítat s tím, že je tam ta vyšší pravděpodobnost otěhotnění a být schopen přijmout další děti.*

**Pár E:** Ž – *Přijmout to a zvyknout si. Protože nevím... ti chlapi si tu teplotu měřit nemůžou, takže je to na těch ženách. Těžko se zvykají na tu pravidelnost, kdy si měří tu teplotu. Je tam spousta věcí, které to můžou ovlivnit a ono je to odrazuje... Ale... nevím co bych ještě tady k tomu ... zvyknout si. Já už jsem si teda na to tak zvykla, že už mi to nepřijde nenormální...* M – *Já jsem to neměl tak těžký, protože jsme se na začátku pro to oba rozhodli a tu hlavní tíži nesla manželka... Já si myslím, že... v okamžiku, kdy ta žena jde do práce a přibude ji další stres ze zaměstnání, že mají čtyřletý dítě, musí ho odvést do školky, ráno to musí stihnout, teď třeba ještě směnuje ... jde na noční a pak nevím, ..., v takovém případě nést celou tu tíži a tu vytrvalost se vším co ta metoda vyžaduje, to vůbec není jednoduché.*

**Pár F:** *M – Pro mě jako pro chlapa asi to sebeovládání. :o) Ž – Pro mě samozřejmě taky, že si člověk vždycky nemůže dělat, co by chtěl. Musí se naučit ovládat, a pokud ne, tak aby tam nebylo ani to sobectví, prostě přijmout to, že kdyby přišlo dítě, tak ano, tak ho přijmeme. Ta otevřenost tomu životu. A pokud by to bylo katastrofické i pro ty další děti, že by byl další sourozenec, tak potom to sebeovládání. Muset se ovládat, nejde, abych měla vždycky vše.*

Pár A a C uvádí jako nejtěžší měření bazální tělesné teploty, která je hodně ovlivnitelná pohybem, stresem atd., a tak klesá možnost spolehnout se na výsledky naměřené teploty. Pár B, C, D a F uvádí jako nejtěžší období zdrženlivosti, kdy se museli vyhnout sexuálnímu styku. Manželům C dělá taky potíž představa přijmout víc dětí. A páru D si rozšiřuje plodné období na delší úsek, aby měli větší jistotu, že neotěhotní, tím pádem zachovávají delší dobu zdrženlivost, než bylo potřebné. Ženě E dělalo největší problém přijetí metody a zvyknutí si na každodenní měření. Muž E tuto metodu přijal a potíž by viděl v nesené odpovědnosti, kterou žena má, když se musí sledovat.

#### **Otázka č. 21. Myslíte, že se s těmito obtížnými stránkami PPR dá něco dělat? Co?**

**Pár A:** *Ž – Když je manžel doma, tak se dá dělat to, že vstane on a udělá mléko, a když jsem sama doma, tak asi nic. Tato věc nejde asi nijak jinak změnit. Když dcerka vstane, tak se jí musím věnovat. Teplota je až na druhém místě. Jestli se změřím nebo ne.*

Myslíte si, že kdybyste dcerku ještě neměla a měla jste se každé ráno měřit, bylo by to pro Vás jednodušší? I v tom, že se v posteli ráno nemůžete moc hýbat? *Ž – Ano. To se člověk podle mě naučí, že když ráno vstane, změří se a jde dál. To si myslím, že ano.*

**Pár B:** *Ž – Určitě... časem se dají ti dva postupně sladit a vylepší se komunikace... určitě je to na domluvě těch dvou lidí. Jak to každý vnímá a co je ochoten pro to udělat. Aby se vzájemně podporovali... M - ...a byli na stejné vlně. M – Může pomoci tím, že v plodném období přijde muž do ložnice v době, kdy bude žena už spát :o)*

**Pár C:** *Ž – Nežít ve stresu, nedávat si večer dvě deci vína, aby se ráno náhodou nenaměřila teplota o dva dílečky navíc... M - ...a pro chlapa začít žít celibátem. :o) Ž – Je to s nadsázkou řečený... :o) M - ...s nadsázkou jo.*

**Pár D:** *M – To nevím co třeba? Odstěhovat se na 14 dní. :o) Ž - :o) M – Nevím, v jakém smyslu by se s tím dalo cokoli dělat. Tak to je, tak je nastavená ta metoda. Můžou se dát dělat některé věci, jak to zvládnout hůř nebo líp, ale když je období abstinence, tak to nejde*



ukecat. Ž – Pro mě tak stejně. Jednak ta abstinence a potom to, že to není nic jistýho. PPR zahrnuje množství metod, a když budu mluvit o té symptotermální, tak si myslím, že to měření není účinný, protože... M – ...protože je tam spousta faktorů, které to ovlivňují. Ž – Protože je tam strašně moc faktorů, které to ovlivňují. Jsou tam i vypsané, ale to by člověk musel žít v naprosto sterilním prostředí a každý den vstávat ve stejnou dobu, jít stejně spát, nachlazení, požití alkoholu, únava, stres, všechno to může ovlivnit, tak mi přijde, že pořád je to něčím ovlivněné ta teplota. M – Ve chvíli, kdy se tam mají měřit rozdily v nějakých desetínách stupně, tak ta přesnost je úplně... Ž - ...a to jsme vlastně ani neměli dítě. Podle mě, když člověk ještě vstává v noci k dítěti, tak to kor nemůže fungovat. Někomu možná jo, ale mě s tou teplotou zahýbe hodně věci. To mně nevyhovovalo. U té Billingsovy metody mně přijde, že kdybych neměla pravidelný cyklus, tak bych to nemohla používat. Mě hodně pomáhalo to, že mě to přicházelo pravidelně, takže už jsem věděla, kde a jak to mám čekat a líp se mě to tím sledovalo.

Co si myslíš, že by se s tím dalo dělat? U té teplotní metody si říkala sterilní prostředí, myslíš si, že je to reálné? Ž – Ne, to není reálné. M – To je těžké, manželka chodívala několikrát týdně do práce ráno, některý dny zase odpoledne... Tak jak by se to dělalo? Že by se každý den nastavil na půl 6 budík. Jeden den jdeš večer někam ven, pak je člověk víc unavený, nebo je nachlazený a teplota je jinde. Takový pravidelný rytmus života, už aby jenom měření té teploty. Neznám nikoho, kdo by to uměl tak praktikovat, neumím si to ani představit. Ž – Já taky ne. M – Může být někdo, kdo vstává pravidelně do práce... Ž – U někoho to může být, že ho to neovlivňuje, že s ním tyto faktory nic nedělají, ale se mnou jo, a ty křivky se nedaly nějak spolehlivě sledovat.

**Pár E:** Ž – Já teď nevím, jestli je teď něco nového, protože jsem to v posledních letech zase až tak nesledovala, proto nevím, jestli něco nového je. Víím, že se dělají různé teploměry digitální. Jenomže tam jde taky o tu kvalitu. Výhoda je, že se nemusí měřit 5min, ale do doby, než to pípne, což bývá kolem minuty. Teď jsem ale slyšela o nějakém novém přístroji, který by měl na vysoké procento určovat plodné a neplodné dny té ženy. ... Určitě bych ocenila, aby se té ženě v tom nějak pomohlo, ale nevím jak. Možná tento přístroj, kdyby byl dobrý.

Vy jste nic nejmenoval. Co vám dělalo potíže? M – Já jsem žádné potíže nepociťoval, protože, když jsem se pro ni ze začátku rozhodl. Já jsem si nic neměřil, že bych někde něco zanedbal, že bych pak neuměl něco vyhodnotit... A

zdrženlivost vám nedělala potíže? M – Tak samozřejmě. To je něco, co tu metodu provází.

*Jsou dny plodnosti, plodné dny nebo neplodné dny a to já právě. Když jsem já tu metodu zezáátku přijmul a my jsme byli v situaci, kdy jsme ji museli přijmout, protože pro nás antikoncepce nepřipadala v úvahu, tak potom s tímto jsem se musel nějak vyrovnat. Samozřejmě byly situace, kdy jsme právně v této metodě naráželi. Já jsem narážel. Já jsem se s ní na začátku rozumově vyrovnal, ale pak byly situace, kdy to nebylo lehké. Tak to je to mínus té metody, o kterém se asi obecně hovoří. To je na té přirozené metodě to nepřirozený. Právě v té přírodě všechno funguje tak, že právě v té chvíli, kdy má žena plodné období, tak je nejpřitažlivější. V té době, když dojde ke spojení, tak dojde k početí. A právě v té době by se to nemělo konat. A to je ta nepřirozenost toho všeho.*

**Pár F:** *M + Ž – Asi jo, komunikovat.*

Hledaná řešení na největší potíže, spojené s PA, byla nalezena manžely tak na půl. Ženě A při potížích s měřenou teplotou, kterou ji hodně ovlivňuje pohyb, pomůže ranní přítomnost manžela, který ji může zastoupit v péči o dceru, než si požadovanou teplotu změří, ale manžel chodí do práce a není vždy doma, tak se nejedná o každodenní pomoc. Ostatní páry udávají ke zdrženlivosti řešení jako: vylepšení komunikace, muž aby chodil spát, až usne jeho žena, muž má začít žít celibát – uvedeno s nadsázkou, odstěhovat se na 14 dní po dobu plodnosti ženy. Potíže s teplotou vidí páry jako také těžko řešitelné, ale udávají, že by pomohlo vyhnout se stresu, nedávat si víno, chodit ve stejnou dobu spát, pár C uvádí žít ve sterilním prostředí. Řešení potíží s PA páry sice vyjmenovaly, ale berou je jako nespojitelné s životem.

## 9. Vliv PA na vztah, klady a zápory

**Otázka č. 22. Řekli byste, že má/mělo PPR na váš vztah celkově spíš negativní, nebo pozitivní vliv?**

Pár A odpovídá na otázku 22. a 23. zároveň a jeho odpovědi jsou uvedeny na konci otázky 23.

**Pár B:** *Ž – Myslím si, že spíše pozitivní, i když v našem vztahu se to zatím nijak zvláště neprojevovalo. Věřím tomu, jak nám to kněz vysvětloval, že... M - ...je to správná volba. Ž - ...pozitivně.*

**Pár C:** *Ž – Myslím si, že ve vztahu, když jsme spolu chodili a začali jsme se o tuto metodu zajímat, tak to bylo pro nás důležité. Poznali jsme, že ta těla fungují jinak, ... Takže nás to*

spojilo, obohatilo, ale v okamžiku, kdy jsme měli první dítě a stavěli jsme dům, potřebovali jsme nějakou prodlevu, tak už to nebylo vůbec aktuální..., když jsme chtěli druhé dítě, já jsem věděla, cítila jsem na sobě, kdy mám ty dny plodnosti. V té době jsme se na to zaměřili a miminko jsme počali, tak jak jsme chtěli, nebo hned ten další cyklus. To bylo bez problémů. M – Přesně tak. Ta metoda je dobrá pro tedy to poznání se těch fyziologických zákonitostí, jak je to propracované, ale ta spolehlivost, to je vždycky ten otazník.

**Pár D:** Ž – Nejsme schopni říci, jestli to má na náš vztah nějaký vliv. M - Intimní život manželů je důležitá složka toho vztahu a má svou dynamiku... PPR do toho vnáší ještě další faktor. Tady v tomto možná trochu negativní, ale na druhé straně jsme se na tom takto dohodli, že to takhle chceme dělat, je to dobrý způsob a že nám to stojí za to to takhle dělat, takže je tady i taková pozitivní část toho celého. Ž – Jo, musíme se o tom víc bavit, víc to řešit, ... Museli jsme se naučit více spolupracovat a více se přizpůsobovat, a to, co není dobrý, je ovlivňování toho intimního života. To nám nějak asi nijak nepřispělo v ničem.

**Pár E:** Ž – Abych to dala na váhu a řekla, jestli jenom pozitivní nebo jenom negativní, tak to opravdu nemohu dát! Ale já bych řekla, že jsme někde uprostřed a já bych se klonila spíše na tu pozitivní stranu, ale taky k tomu své připomínky mám a taky jsem některé věci vnímala hůř, takže... ..to bylo z toho to vzájemného nepochopení. Takže i když je tam možná ta spolupráce toho muže, tak já bych v našem vztahu ocenila trochu více spolupráce, kdyby bylo, ale to je už spíše naše věc. Jsem ráda, když někdo potvrdí, že jim to přineslo taky to pozitivní. M – Já si myslím, že kdybychom používali jenom metodu abortivní nebo tady těch pilulek, tak si myslím, že bychom na tom ve vztahu nebyli rozhodně líp. Ano tahle ta metoda nás sblížila v tom, že jsme museli táhnout za jeden provaz. Nebylo to vždycky jednoduchý. Někdy byly situace, že jsme se nebyly schopni vejít do těch tabulek. Pokud zrovna ta okolnost byla taková proti tomu... proti té nepřirozenosti, ale jako v zásadě si myslím, že pozitivnější metodu jsme zatím neviděli nevím, že by byla...

**Pár F:** Ž – Já bych řekla, že vysoce pozitivní, protože čeho je moc tak to není nikdy tak kvalitní. Když někdo každý den a bez omezení, tak tam už to nemůže být tak úžasné, jako když člověk po nějaké delší abstinenci se opět k sobě vrátí, tak to prožije s mnohem větší vděčností. Když je něčeho příliš, tak je toho příliš a tady to je člověk potom schopen prožít s větší hloubkou... nebo já nevím... M – Já to mám asi tak podobně. Má to své místo a nemůže to být pořád. Asi je to tak v pořádku.

Pár B vliv PA na vztah zatím nemůže hodnotit, užívají tuto metodu teprve krátce, ale berou to jako dobrou volbu pro jejich manželství a doufají, že se kladné stránky brzy na jejich vztahu projeví. Pár C vzpomíná na začátky s PA jako na něco pozitivního, co oba manželé obohatilo a vylepšilo jim komunikaci. Později této metodě přestali důvěřovat, ale vrátili se k ní při usilování o druhého potomka. Pozitivně vnímají účinky koncepce, ale o spolehlivosti pochybují a přijímají to negativně. Pár D negativně vnímá ovlivňování sexuality manželů, která je spojena s používáním PPR, ale kladně hodnotí, že se tomuto způsobu kontroly početí dohodli a musí spolu o tom komunikovat. Pár E nemůže jednoznačně říct, zda mu zvolená metoda přinesla pozitiva nebo negativa do jejich vztahu, ale kloní se spíše k pozitivům. Muž E řekl, že s pozitivnější metodou, než kterou manželé užívají, se zatím nesešel. Manželům F jimi zvolená metoda přinesla do vztahu velká pozitiva.

**Otázka č. 23. Přineslo PPR vám, vašemu partnerovi nebo vašemu manželství něco pozitivního? Myslíte, že PPR může manželství nějak obohatit?**

Pár A odpovídá na otázku č.22. A 23. současně a jeho výpověď je uvedena níže.

**Pár B:** *M – Ano, člověk si uvědomí, že v tom vztahu není jen sexuální rovina, ale i rovina duchovní a duševní.*

**Pár C:** *M+Ž – Ano. Ž - Minimálně úcta k tomu stvoření. M – Jeden o druhém ví, co asi prožívá. Vede to k té komunikaci, a když to řeknu blbě, k detailnějšímu poznání toho prožívání. Ž - Takový dar, že se ten člověk, že se ten muž dozví hodně o té ženě. Poznává svět, který vůbec neznal. Víc jí porozumí. Ví, že v takových a makových dnech je taková, je citlivější, je protivná zase, nebo jí něco bolí, bolí ji hlava, bolí ji břicho, když má měsíčky. Takže jí porozumí, což je nutné. M – Ano, no ...Ž – To je pro toho muže moc, moc obohacující pro oba, protože ví, že teď by ji měl spíše podpořit nebo podat jí Paralen a nechtít... M - ... třeba aby šla skládat uhlí ... Ž - ...no, ano být jí nablízku a pozná, že po ní nemůže chtít některé věci, ba ani nemůže po ní chtít to intimní setkávání v těch dnech, což ten chlap pochopí, že jo. Je tam taková úcta k tomu, jak nás Pán Bůh stvořil, že žena je taková něžná, krásná, zajímavá a muž je takový ochránce. M – Souhlas.*

**Pár D:** *Ž – Pozitivního, tu komunikaci a ten pocit, že to děláme správně, morálně že jsme v suchu :o) M – To ale není nic alibistického... Ž – ...alibistického ne. M – Je to o rozhodnutí, mám možnost to dělat tak, tak, tak a my jsme se na ty možnosti dívali a řekli*

*jsme si, že to asi není metoda úplně jednoduchá, ale... Ž - ..., ale přinese ti to ten dobrý pocit. Víš, že je to náročnější, ale máš pocit, že je to správně, tak máš z toho lepší pocit. V tom nás to obohatilo.*

**Pár E:** *Ž – Myslím, že určité obohacení tady v tom je, protože jinak by si člověk vůbec neuvědomoval, jak to funguje. Je to opravdu takovej zázrak, jak to všechno funguje dohromady. Když jsem chodila dělat přednášky na zdravotku a těm děvčatům jsem vykládala jenom, jak funguje ten ženský cyklus, sama jsem se od toho ponořila, že to opravdu beru jako zázrak. Jak je to všechno nachystaný, jak je to promyšlený, jak je to oplozené vajíčko ochraňovaný, pokud člověk do toho nějak nezasáhne. (...) Pozitivní nám přineslo to, že jsem to tělo poznala opravdu. Určitě jo. M – Pro mě už jenom ten fakt, že jsme byli oba na tom kurzu. To byl pro mě takový pozitivní okamžik. Důkaz toho, že chceme oba dva v tom manželství pokračovat při plném užívání toho, co manželství přináší a jsme k tomu zodpovědně připraveni. A není to jenom zodpovědnost její, tak jako to přináší ta antikoncepce, že žena jde k doktorovi, tam jí předepíše pilulky a muž se jenom zeptá: „bereš pilulky?“ „Beru.“ To je trošku něco jinýho, to je to pozitivum.*

**Pár F:** *Ž – Sebeovládání... Člověk si myslí, že kdyby si mohl užívat každý den a úplně bez omezení, tak by to bylo lepší. To je takový lacný názor a k tomu máme sklon někdy asi všichni. I my jsme si někdy říkali, to je blbý zrovna dneska nemůžeme a máme na to zrovna chuť. Žena když má ovulaci, tak na ten styk má větší chuť. Já bych tomu řekla, že to je taková 1. A třída. Máš na ten styk chuť a můžeš počít dítě, tak to je taková odměna Stvořitele. Je to tak, jak to má být. Z toho vztahu má vzejít nový život a tak je to úplně nejlepší. Když chceš mít ten styk a nechceš to dítě, tak to je taková 1. B třída. Nemáš tam to plodné období, kdy jsi na to načasovaná, takže... rozumíš. Těžké určité omezení to je, ale dá se to podle mě i u té ženy překonat. Třeba u té ženy nějaká počáteční nechut' se dá překonat, a potom se to úplně obrátí, jenom aby lidi neskládali zbraně. Když se dva vezmou a nemusí si vůbec nic hlídat a to dítě přijde, tak je to úplně to nejlepší co může být a pak už je to třeba plánovat. Není možné, aby ty děti měli třeba po deseti měsících. Ta rodina by byla zahlcena. Myslím si, že my bychom to takhle nechtěli. Po těch dvou letech se to dalo zvládnout. Kdybychom měli 4 děti po roce, tak by to bylo mnohem těžší, i pro ty děcka. Byli bychom daleko víc vyčerpaní a takhle to bylo krásné, krásné. :o)*

Pozitivní na tom pro vás je, že se člověk ovládá. Pokud chce tak může a pokud nechce tak nemusí a celkově to berete jako pozitivní, jako jedno velké plus? *Ž – Ano. M – Nijak výrazně nás to neomezovalo. A v podstatě jak jste řekla. Když jsme mohli nebo*

*chtěli, tak jsme to stejně sem tam porušili a v podstatě nás to zase až tak neomezovalo. Ž - My máme názor, že děti jsou víc než zlato, stříbro a drahé kamení. V tom případě, že by se stalo a počali bychom dítě, my jsme někdy hodně riskovali, říkala jsem si, je to plodné nebo už není, když to bylo blízko po ovulaci, tak jsme si říkali, že to risknem, a kdyby přišlo dítě, tak by to nebyla zase až taková katastrofa. Pán Bůh nám ho chtěl dát a on nám ho už potom nechtěl dát. My už jsme si od určitého věku vůbec nedávali pozor. Byli jsme ještě plodní, v podstatě až do teď a už od mých 45 nebo i míň jsme přestali sledovat a říkali jsme si, že kdyby bylo páte, tak to nevádí.*

*I v tomto věku? Ž – Samozřejmě. Ale myslím si, že v tomto věku se plodnost blíží nebo rovná nule. 53... :o)*

Pozitivně ovlivnilo PA všechny dotázané páry. Obohacení vidí manželé ve větší informovanosti obou partnerů o funkcích ženského těla, zlepšení komunikace, vnímání dvou rovin sexuální a duchovní, větší úcta ke stvoření, pocit, že učinili správné rozhodnutí a manželé F vidí pozitivum i ve zdrženlivosti.

### **Odpovědi páru A na otázky 22. a 23:**

*Ž – Myslím, že pozitivní. M – Já nevím, jestli má vůbec nějaký vliv. Jestli to je součástí nějakého žití... Když je to normální, když to řeknu takhle, jestli tam je vůbec nějaký vliv. Je normálnost pozitivní, nebo negativní? Je to pro mě normální.*

*PPR berete jako něco normálního, pozitivního. Čím PPR váš vztah obohatilo? M - Dobré je to, že když zrovna nechceme nebo nemůžeme mít miminko, tak se ten chlap musí nějak ovládat. Chlapi by třeba chtěli, že jo... ženám se nechce nebo nemohou, že jo... Je zde oboustranná tolerance. Někdy je to těžké, ale je to oboustranné. Ž – Obohacení je i v tom, že oba víme, že se můžeme bavit o čemkoli, že to není tabu. Nejsou mezi námi témata, o kterých bychom se nemohli bavit.*

*Myslíte si, že kdybyste PPR nepoužívali, tak byste se o některých tématech vůbec nebavili? Ž + M – Ano.*

Muž A bere PA jako něco přirozeného a nemá pocit, že by je to nějak obohatilo, protože to považuje za normální. Kladně hodnotí nutnou toleranci, otevřenou komunikaci na jakékoli téma, kterou by neměli, kdyby PPR nepoužívali.

**Otázka č. 24. Způsobilo používání PPR vám, vašemu partnerovi nebo vašemu manželství něco negativního?**

**Pár A :** *Ž + M – Ne.*

**Pár B:** *M + Ž – Ne.*

**Pár C:** *Ž – Toho se právě obáváme, aby nezpůsobilo do budoucna. M – Nám nezpůsobilo, takže nemůžeme říct. Nezpůsobilo, ale ten náš postoj je, že na něj teďka nespoleháme. (...)*

**Pár D:** *M – Všechny ty události kolem toho prvního těhotenství.*

**Pár E:** *Ž – Asi jo, možná ty věci, které jsem vnímala, že to všechno je i zodpovědnost jenom na mě, a když se stalo to, s čím jsem nepočítala, tak první reakce byla nepřátelská. Neříkám, že to bylo pořád takhle, ale ta první reakce byla nepřátelská. Všechno se to sesypalo na mou hlavu a já jsem z toho byla nešťastná, protože jsem věděla, že v tom sama namočená nejsem. Taková zodpovědnost rozhodnout jestli jo nebo ne, jestli můžem, nebo nemůžem, to se mi zdálo, že je toho na mě až příliš. To bych vzala jako negativum. M – Já bych řekl, že na jednu stranu je to metoda, která má hodně vysoký procento spolehlivosti, ale má taky dost přesný pravidla a ty pravidla byli někdy svazující. Když to vezmu v porovnání s pilulkou. Když pilulka selže, tak nevím kam jít ji reklamovat, když selže metoda, jak se stalo nám, tak my jsme to museli vzít tak, jakožto věřící lidi, Bůh je i nad metodou PPR. Bylo by smutný, kdyby to bylo obráceně. Takže pak to bylo na nás, jestli se s tím dokážeme vyrovnat a snažili jsme se. Asi ten nárok, který ta metoda vyžaduje a potřebuje.*

**Pár F:** *Ž – Já se domnívám, že ne. Co ty (obrací se na manžela)? Vyjádři se svobodně. M – Já si taky myslím, že ne. Ž – Mě úplně naopak.*

Negativní zkušenosti s PA uvádí jen pár D, kteří neplánovaně otěhotněli. Pár C má strach, aby k negativním zkušenostem nedošlo, proto metodu nepoužívají. Žena E uvádí jako negativní zkušenost pocit velké zodpovědnosti, který ležel při používání PPR jen na ni a muž E hodnotí negativně svazující pravidla, která jim selhala, a také neplánovaně otěhotněli. Manželů A, B a F užívání PA nepřineslo nic negativního. Manželé F uvádějí, že jim metoda nepřinesla nic negativního, ale právě naopak pozitiva.

## 10. Zdrženlivost

**Otázka č. 26. Je/byla pro vás obvykle zdrženlivost v plodném období obtížná?**

**Pár A:** *M – Asi ano. Ž – Pro mě to si myslím nebylo tak náročné, oproti manželovi.*

**Pár B:** *Ž – Nevíme. M – Není :o) Snažíme se o miminko.*

**Pár C:** *M – Pro mě ano. Ž – Mě to asi nevadilo. Jsem schopná, i když třeba přijde na mě chuť, že bych chtěla s manželem být, přiblížím se k němu a vidím, že je unavený, ...tak pro mě není v žádném případě problém se otočit na druhý bok a v klidu usnout. Což u chlapa je absolutně nemyslitelný, (...), a pro něho v tomhle stavu usnout je naprosto nemyslitelné, je to strašný problém. Cítím, že je to pro něj velká oběť, aby to oželel.*

**Pár D:** *M – Ano. Ž – Ano, k tomu není co dodat.*

**Pár E:** *M – Byla. Dalo by se říct, že byla, ale nebylo to pravidelně. Ž – Já bych to brala taky jako okamžiky. Protože, asi to souvisí s věkem, ale teď už to tak neprožívám intenzivně, jako jsem to prožívala, když jsem byla mladá. To jsem si říkala, že mě to trošku i vadilo a teď už je to za mnou, už mě to nevadí, asi jsem v jiné situaci. ... Ted' mě to tak ani nepřijde, ale kdybych se přenesl v čase do mladšího věku, tak tam to bylo někdy hodně těžký.*

**Pár F:** *Ž – Nemůžeme říct, že ne, ale byla přínosná. My jsme měli druhé nebo třetí dítě, a pak jsme nechtěli mít další, protože já jsem měla nějaké zdravotní problémy a fakt by bylo blbý, kdybychom měli další, ze zdravotních důvodů, tak jsme spolu půl roku, myslím, že to začalo postním obdobím, spolu neměli vůbec žádný sex. Pro mě to bylo krásný, že i manžel tady tohle to dokáže. Já nevím, jak jsi to prožíval ty? (Obrací se na manžela) Náš vztah to hluboce utužilo, ale ať se k tomu vyjádří manžel, protože my jsme o tom myslím nějak ani moc nemluvili. M – Já se přiznávám, že se na tu delší dobu abstinence nevzpomínám. Ž – Pro mě to bylo krásný. M – Vždyť láska se dá projevovat i jinými způsoby.*

Pro všechny páry je zdrženlivost v plodném období obtížná, výjimku tvoří pár B, který metody PPR používá k otěhotnění, nikoli k vyhnutí se početí. Pro manželé F byla zdrženlivost také obtížná, ale využili půl roční zdrženlivosti, aby se vyhnuli ze zdravotních důvodů možnému otěhotnění.



**Otázka č. 27. Pro koho myslíte, že je/byla obtížnější: pro vás nebo vašeho partnera?**

**Pár A:** Ž - Pro manžela. M – Pro mě.

**Pár B:** M – Tak nepříjemné to bude...

**Pár C:** Ž – Pro manžela. M - Pro mě.

**Pár D:** M – Já nevím, jestli to jde říct. Ž – Pro oba. To spíš byly situace, kdy to nekorespondovalo s tím, co jsme právě prožívali. Byly chvíle, kdy to vyplynulo nějaký hezký moment, ale už jsme s tím museli počítat dopředu, že to nepůjde, a zas naopak ty neplodný dny se do toho nutil, protože si říkal jejda, už nám zbývají jenom dva, tak jdem na to, protože pak 14 dní nic nebude.

**Pár E:** Ž – To já nevím. My jsme spolu o tom nikdy až tak nemluvili. Já mám pocit, že můj muž nepatří k těm, kteří by v tomto směru byli aktivní. :o) ... Nevím. Nedával mi to tak najevo, pokud to tak cítil. Já za něj nemluvím. Mluví sama za sebe. Pokud se chce k tomu nějak vyjádřit? Já jsem žila v domnění, že mu to nevadí. M – Byly okamžiky, kdy to bylo pro mě obtížný, ale v zásadě u nás platí, že manželka to ode mě necítla, (...), nedával jsem jí to pocítit, asi tak nějak.

**Pár F:** M – To je těžko říct. Já nevím. Ž - Já nevím. Samozřejmě si člověk řekl, že to asi nezvládne, ale pro mě to zase až tak... M – ...až tak to nebylo těžké. Ž - My jsme si tu něžnost projevovali jinak. Nedokážu říct, pro koho to bylo těžší, protože nejsem (obrací se na manžela) ve tvé kůži... takže nevím, ale vzpomínám si, žes mi jednou řekl, že, když je člověk mladej a má na ten sex velkou chuť tak nemůže a když je starej, tak už na něj zase nemá chuť, když už může :o) nějak tak to bylo, to si vzpomínám, ale jak říkám, nikdy nás to výrazně neomezilo. Ale asi tak na stejně.

Manželky A a C uvedly, že zdrženlivost je těžší pro jejich muže než pro ně samotné. Manželé D pocítují obtížnost ve zdrženlivosti stejně, ale udávají, že vždy záleželo na situaci, ve které se vyskytovali. Manželé B neví, nemají zkušenosti, protože metodu PPR užívají jako pomoc při koncepci. Manželé E se o tom spolu nikdy nebavili a manželka E tvrdí, že ji to muž nikdy nedával najevo, což její manžel E dosvědčuje a dodává, že to pro něj těžké bylo. Manželé F nedokáží hodnotit, ale myslí si, že obtížnost byla u obou stejná, i když si lásku projevovali i jinak než jen sexuálním spojením.

**Otázka č. 28. Dá se sexuální sebekontrola nějak naučit?**

**Pár A :** Ž – Ano. Je to jako se sebekontrolou u jiných špatných vlastností, kdy se člověk musí naučit sebekontrolě. Proto asi ano. M – Ano

**Pár B:** M – Manželka říkala, že ano... :o) Ž – Já si myslím, že by se mohla naučit, ale to je pouze teorie a já jsem jenom ženská. :o) M - ...já si myslím, že ano, ale je to běh na dlouhou trať.

**Pár C:** M – Naučit... Když si člověk zvolí to manželství a je s tou ženou dnes a denně, (...), ...takže je to daleko horší, než když jsou chlapi za zdmi kláštera, kdy..., tu ženskou třeba nevidí, ten celibát, nebo ta sexuální sebekontrola je pro ně jednodušší, ... Asi cvičit se to dá. Není to něco, z čeho by ten chlap umřel, je to v tom, že jsme nastavení hold tak, že ten sexuální pud je hodně silný. Ž – Je to tak, vidím to u svého manžela. Pokud ten muž nežil ještě dosud sexuálním životem, vlastně neví, o co přichází a na co se má těšit, ale v okamžiku, kdy vstoupí do manželství, ten prožitek je tak silný, že ho touží stále opakovat a to silněji je u těch mužů než u těch žen ..., proto pro ženatého muže je zdrženlivost opravdu velmi náročný koníček.

**Pár D:** M – Určitě to je o tom tady toto. Ž – Mně se zdá, že bylo daleko těžší se kontrolovat před svatbou, kdy bylo všechno zakázaný. Kdo začíná se sexuálním životem po svatbě, má celkem velký trénink a pokud je nějaký problém nebo omezení, tak to není nikdy tak těžký jako před tím, když jsme spolu chodili.

**Pár E:** M – To bude asi dost individuální u někoho to jde, pro někoho to může být problém. Ž – Podle mě to záleží na té lidské výbavě. ... Je to v jeho přirozenosti a já to nepovažuji za něco špatného. Jestli se to dá naučit? Dá se to naučit. Dá se to naučit láskou a projevem úcty a vzájemného respektu. To se dá naučit i výchovou. Když ty děcka to vidí i v té rodině, že se maminka s tatínkem vzájemně respektují, mají k sobě lásku, tak si to přenesou do svých partnerských vztahů.

**Pár F:** M – Jo, já bych řekl, že jo. Jednak výchovou... Ž – Já bych řekla, že tam je důležité, kam až zajít v nějakých něžnostech. Manžel je tady v tomto úplně perfektní, teda jestli to můžu říct za tebe, on přesně věděl, ... nešel nikdy tak daleko v těch něžnostech, abychom se pak do sebe už nedokázali odtrhnout. Prostě věděl a pak stop a raději jsme se otočili každý na jiný bok a spát. :o) Abychom se nepokoušeli vzájemně. M – To jo :o). Ž – Protože se nějak rozdivočít, a pak to stopnout to už nejde. To se musí velice zlehka a jemně a nepřehánět to. Potom třeba tu pozornost zaměřit na něco jiného.

Toto jste se museli naučit, nebo jste to už uměli? *M – To jsme se museli naučit. Ž – To jsme se naučili, když jsme spolu chodili. Naučili jsme se to v době známosti, protože jsme spolu chodili šest a půl roku,...* *M – Určitě, no. Ale také ta výchova. Člověk byl vzdělávaný nějak křesťansky, a pokud něco nevěděl, tak si to musel naučit, dohledat, co je dovolený a co není dovolený. A co se ještě připouští.* *Ž – Přesně tak. M – Člověk se musel podle toho řídit. Ž – Je to takový mechanismus, který, když se nastartuje, tak se stěží zastaví v tom sexu. Proto je potřeba ten mechanismus nestartovat až tak, aby ho člověk pak nebyl schopen zastavit. Pak už ta vůle... to už je těžké, to už snad ani nejde.*

Manželé se shodují, že sexuální kontrole se dá naučit. Pár C si myslí, že se to dá cvičit, ale je to velmi náročné. Pár D si myslí, že obtížnější byla pro ně sebekontrola před svatbou než v manželství. Manželé E a F si myslí, že se dá sexuální zdrženlivosti naučit, ale je to hodně o výchově, jakou měli v mládí. Manželé F uvádí, že se sami sebekontrola naučili v období známosti a v manželství už z toho jen vycházeli.

## 11. Změny sexuality během cyklu

**Otázka č.29a.** **Některé ženy prožívají výrazné změny sexuální touhy a uspokojení během svého cyklu (například zvýšení touhy v plodném období), jiné nikoli. Jaké je to u vás?**

**Žena A:** *U mě taky. Asi to není u mě tak silné, ale pociťuji to. Člověk musí být vnímavý ke svému tělu, aby to pocítil, protože to není tak razantní, ale je.*

**Žena B:** *Taky pociťuji změnu touhy v plodném období.*

**Žena C:** *U mě to není určitě závislé na tom, v jaké jsem fázi cyklu, u mě je to dané tím, jestli je rodina v pořádku, v pohodě, jestli jsme s manželem v pohodě, jestli jsem během dne zažila něco krásného nebo jestli mi manžel pomáhal nebo pro mě něco hezkého udělal, potom jsem večer naladěna daleko víc k tomu, abychom se setkali, než když je kolem stres a tak. Není to u mě určitě daný dnem cyklu.*

**Žena D:** *Ž – Nevypozorovala jsem.*

**Žena E:** *Ž – Jo je to tak. Řekla bych, že se to s tím shodovalo. Ted' už je to jinačí, jak jsem řekla, že je to u mě ovlivněno i tou nemocí. Není to prožívání tak silný, rozpoznatelný, jako v době, když jsem byla mladá .*

**Žena F:** *Ž – Ano, to jsem pociťovala vždycky.*

Žena A, B, E, F pociťují nebo pociťovaly změny sexuální touhy během cyklu, žena C má sexuální touhu závislou na atmosféře, ve které prožila celý den a není to u ní odvislé na dnech v cyklu a žena D změny nevyozorovala.

**Otázka č. 29b.** **Některé ženy nemají např. problém se sexuálním uspokojením v neplodném období, pro jiné je pohlavní styk v tomto období často nepříjemný nebo velmi obtížný. Jaké je to u vás?**

**Žena A:** *Rozdíl pociťuji, ale že by to bylo nepříjemné... to ne.*

**Žena B:** *Nemám žádné problémy.*

**Žena C:** *Ne, nemám s tím potíže, dokonce jednou i během menstruace přišla chuť a bez problémů.*

**Žena D:** *Ne. Ale těžko jsem to mohla vyzozorovat, když jsme se v plodném období nemilovali, tak je těžko poznat, jestli je to lepší.*

Když tuto otázku přenesete na období, kdy jste si přáli otěhotnět?  
**Muž D –** *To nebylo zase tak statisticky významné období, aby se to dalo poznat.*  
**Žena D –** *No, je pravda, nebylo to tak dlouhý období. Nikdy jsem sama na sobě nic takového nepozorovala.*

**Žena E:** *Ž – Ne v tomto jsem nikdy problémy neměla, když jsem byla mladá. Problémy se objevili až teď, ale to já nepřipisuju tomu přirozenému, ale té nemoci.*

**Žena F:** *Ž - Ne. Já si myslím, že ta počáteční nechut'... Já jsem tomu říkala, jestli si vzpomínáš (otáčí se na manžela) lechtivý dny. On na mě šáhnul a já jsem mohla vyletět z kůže :o). Ale to se dá překonat po chvilce. To je jen ze začátku. Já vím, že mě to vždycky manžel pomohl překonat a pak ani na to uspokojení to nemělo vliv.*

Ty jsi pociťovala nechut'?  
**Ž -** *Ne nechut', ale strašné lechtání ze začátku... M – Byla hrozně lechtivá :o) Ž - ...no :o) ...a to mě dělalo strašně zle. Manžel po mě rukou přešel a já jsem mohla vyletět z kůže. :o) A já jsem vždycky říkala bacha, mám lechtivý období, to jsou hormony. Manžel musel zvolit jinou taktiku, ale já jinak dobrý. :o) Ono to bylo tak nějak těsně před menstruací. Myslím dva nebo tři dny... M – Tři. Ž – Kdy mě to všechno hrozně lechtalo. Tak jako přehnaná citlivost, ale to se dá překonat, tak během 5 – 10 minut, ale ten to muž musí vědět, že jsi v lechtivém období. M – Jo, jo to znám :o)*

Žádná z dotazovaných žen neudávala, že by manželský styk v neplodném období, byl pro některou z nich nepříjemný. U ženy E se problémy objevily až nyní s příchodem nemoci. Žena F těmto dnům říká „lechivé dny“, protože v nich prožívala zvýšenou citlivost kůže na doteky. Ale nechut' jako takovou neuvádí.

Manželům A, C a D byly kladeny doplňující otázky v pocíťování a prožívání rozdílů při používání/nepoužívání PA a srovnání s jinou antikoncepcí.

**Pár A: Používáte PPR hned od svatby nebo jste ho začali používat až po dítěti? Pocíťujete nějaký rozdíl v sexuálním prožívání před PPR a nyní?**

Ž – Až po dítěti. Ž + M - Asi ne.

**Pár C: Jak se změnilo vaše sexuální prožívání po tom, co jste přestali PPR užívat? Když porovnáš sexuální spojení a prožívání s PPR a v době, kdy jste to už nepoužívali. Je tam nějaký rozdíl?**

Ž – Já si vzpomínám, že nejkrásnější chvíle byly vždycky, když jsme usilovali a otevřeli jsme se tomu, že bychom chtěli miminko a věděli jsme, že oba teď jsme v tom období, kdy chceme miminko, že se na něj těšíme a pracujeme na miminku. To byly nejhezčí dny. V těch dnech jsem úplně vnímala tu Boží přítomnost. Jsme se vlastně vždycky modlili v tu dobu, vlastně vždycky i před tím naším setkáním jsme to Pánu Bohu odevzdávali s tím, ať se stane jeho vůle. Jsem cítila tu transcendentálnost, kdy my dva a Bůh teď spolupracujeme na tom, aby vznikl nový život. V té hlubině toho prožitku až do té duchovní hlubiny to bylo pro mě určité to nejkrásnější. M - Souhlas, pak ještě když byla těhotná. :o) Ž – :o)Pak když jsme zjistili, že čekáme miminko, tak takový oddech, že už jsme těhotní a nemůžeme otěhotnět znovu, že jsme chráněni těch devět měsíců. M – To je nejlepší antikoncepce. Ž – To je přirozená antikoncepce.

**Pár D: Jak se změnilo vaše sexuální prožívání po té, co jste přestali PPR používat?**

Ž – Určitě ano. M – Třeba v té větší volnosti, to určitě

**Pár E: Pocíťujete rozdíl v sexuálním prožívání při PPR bez kondomu a s kondomem?**

Ž – Rozdíl je velký. Je to trošku jinačí. Manžel ať to řekne za muže sám. Mě to prostě přijde nepřirozené. Toto je něco co má svou váhu. My jsme se takhle rozhodli, protože jsme manželé a předpokládám, že pokud není nějaký jiný důvod, proč bychom spolu intimně nežili... já si to prostě neumím představit, a i když to není to úplně to super, tak já se svým mužem chci být a myslím si, že je důležité, aby i ten vztah intimní trval. Přesto, že to

*přineslo horší prožívání, tak já to tady toto pomím. Není to, že bych řekla: „Když to musí být tady s tímto (kondomem), tak to já teda nechcu.“ Nebo že bych se vymlouvala na bolest hlavy, jak to některé ženy dělají, to ne. M – Ze začátku jsem to vnímal dost, protože jsem tam vnímal tu nepřirozenost. Nicméně, při vědomí toho, že by se stalo, že by při její léčbě otěhotněla jsem věděl, že nemůžu hledět na sebe na svoje, ...jak bych to řekl... ukojení, jenom na sebe, ale moje zodpovědnost je i tady v tomto případě a musím to nést jako takovou, nechci říct obět, ale jako takový svůj podíl na tom. Manželka je v léčení a my si nemůžeme dovolit řešit otázku těhotenství. Takže jsem v podstatě tady toto přijal. Musím říct, že postupem se ten rozdíl v tom jestli s kondomem nebo bez kondomu, že se mě jako vymazává, ale samozřejmě zůstává.*

***Manželé F na otázku: Jaký je rozdíl v sexuálním prožívání s užíváním PA a nějakého druhu antikoncepce, odpovídají nepřímo v otázce 13.***

*Ž – Asi jednou nebo dvakrát jsme použili přerušovanou soulož a zjistili jsme, že je to až takové potupení manželského vztahu. Ta žena se cítí hrozně a domnívám se, že muž taky protože jsme oba dva už to nikdy nepoužili. Oba jsme se na tom domluvili a řešili jsme to se zpovědníkem a pociťovali jsme, že je to něco proti Božímu plánu a že to takhle Pán Bůh nechce. Je to něco, co do toho vztahu absolutně nepatří. Vůbec by to náš vztah neposilovalo, ale naopak by ho to mohlo i zabít.*

Pár A rozdíl v sexuálním prožívání před PPR a s PPR nepocituje. Pár D si užívá po odstoupení od metody PA větší volnosti v oblasti sexuality a pár C velmi silně vnímá chvíle, kdy přestali PA používat pro vyhnutí se početí a otevřeli se pro přijetí potomka. Tyto chvíle vnímají jako nejhezčí. Manželé E vnímají rozdíl velmi silně. Ale mají pocit, že nemají jiné řešení. Manželé F se při používání přerušované soulože cítili „hrozně“ a nikdy více ji nepoužili.

## **C. Morálka, víra a PA, antikoncepce**

### 12. Postoj k učení katolické církve o PA a antikoncepci

**Otázka č. 30. Souhlasíte s učením katolické církve, že používání „umělé“ antikoncepce je špatné?**

**Pár A:** *Ž – Jo. M – Ano.*

**Pár B:** *Ž – Obecně ano. Ale záleží na konkrétních případech. Myslím si, že se na to pak musí nahlížet individuálně, každý je jiný. M – Souhlasím se ženou.*

**Pár C:** *Ž + M – Nesouhlasíme. Ž – Ne, ale pozor nesouhlasím s učením církve, že ochrana je zlá věc, ale souhlasím s tím, že antikoncepce - tablety - jsou zlá věc. U ochrany máme rozdílný názor. M – Přesně, my už to máme prodiskutovaný.*

**Pár D:** *M – V podstatě ano, ale svět není černobílý. Nedá se říct, že používání umělé antikoncepce je špatné, protože koneckonců i PPR je antikoncepční metoda, která se snaží zabránit otěhotnění. Ž – Já si myslím, že to církev přímo takto neříká, že užívání umělé antikoncepce je špatné. Myslím si, že je to mnohem složitější, jak říkal manžel, že to není tak černobílý. Myslím si, že je tolik individuálních případů a situací, kdy člověk musí volit mezi něčím a něčím a nelze říct, že si volí to špatné, protože si vybere dejme tomu tu metodu, která se nazývá umělá antikoncepce.*

**Pár E:** *Ž – V tom směru, že to ničí ten započatý život tak ano. M - V podstatě ano, ale je třeba rozlišovat. (...)*

**Pár F:** *Ž – Já naprosto. Protože to chrání zdraví ženy. M – Jednak zdraví a jednak z morálního hlediska. Ono to potom všechno na sebe navazuje. Když беру prášky, tak si potom můžu dovolit kdykoliv a i s jiným manželem třeba. Ž – Ano, potom tam nemusí být ani ta věrnost.*

Páry A a F souhlasí s učením katolické církve, že užívání umělé antikoncepce je špatné, páry B, E a D souhlasí, ale některé případy by nehodnotily černobíle a pár C souhlasí, že je špatná pilulka, ale nesouhlasí s tím, že je špatná „ochrana“ (kondom).

**Otázka č. 31. Myslíte, že by se zamítavý postoj katolické církve vůči umělé antikoncepci měl změnit?**

**Pár A:** Ž – *Myslím si, že ne. M – Myslím, že ne. On ten svět jakoby čeká, jaký postoj bude těch křesťanů, protože oni vždy něco brání. Ostatní to berou vždy v pohodě a ti křesťané drží v uvozovkách nějaké ty hranice. ... takže ne!*

**Pár B:** M – *Ne. Ž – Kdyby řekli ano, tak se všechna morálky proboří, proto ne.*

**Pár C:** M – *Tady v tomto smyslu, jak jsme říkali, tak asi jo. Myslím, že je třeba povýšit ten vztah nad tady tohle. Ten vztah tím chtě nechtě tady tím trpí, když se řídíme podle tabulek a ne podle toho, jak to ti dva prožívají, tak je to takový umělý. Byl bych určitě pro a myslím si, že dříve nebo později k tomu nakonec dojdou.*

**Pár D:** M – *To je těžké. To by jsme si museli přesně říct, jaké je to stanovisko církve a co by se nám na tom konkrétně nelíbilo, ale myslím si, že je to dobře, že církev tady toto řeší a že nějak hodnotí v obecné rovině přijatelnost nebo morální kvalitu těch různých možností zabránění početí a na tom asi není co měnit, ale přijde mě, že je ještě kus cesty k tomu, jak to prezentovat lidem a jak potom řešit konkrétní jednotlivé případy, kdy je člověk donucen situací hledat nějaké kompromisy. Ž – Já si myslím, že jedna věc jsou obecná stanoviska, která se prezentují někde v médiích nebo v dokumentech a pak situace, kdy se člověk přijde poradit konkrétně za nějakým knězem. Pokud ho beru jako zástupce církve, tak ten jejich postoj je docela chápavý. Proto si já nemyslím, že by církev se stavěla nebo říkala, že je to všechno špatný. M – Principiálně si myslím, že církev neříká něco, s čím bych nesouhlasil. Je to těžký. Církev je církev a neříká to proto, že si to někdo někdy jen tak vymyslel. Ty obecné principy jako co je lepší, než nějaké jiné řešení, jsou v podstatě dobrý a já s něma souhlasím. Otázka je – Jsou lidé, kteří mají nějakou situaci, kdy různými okolnostmi si vybírají řešení, které není tak průzračně čisté, nebo to nejlepší, co církev nabízí, a tady je otázka, jestli by se měla církev posouvat v hodnocení konkrétních lidí... A já si myslím, že by měla. A i co jsme se s někým bavili, tak víme, že se to děje. Není to o tom, že by církev ustupovala ze svých pozic pod tlakem veřejnosti, to ne, tam není kam ustupovat. Ž – Jak se vyvíjí společnost a přicházejí problémy, které je nutno řešit, tak se musí vyvíjet i jejich reakce, ale myslím si, že by se ten základní postoj neměl měnit.*

**Pár E:** Ž – *V podstatě asi neměl. Vidím tam určitý posun k tomu, aby to ti lidé chápali, aby to nebylo tak striktní. Ale ta laťka by měla být vysoko. A jestli se něco najde, tak to řešit individuálně s citlivostí a ohledem na ty jedince. Ale v podstatě nemělo. M – Souhlasím.*



**Pár F:** *M – Já si myslím, že ne. Ž - Já si taky myslím, že ne. M – I kdyby byla vyvinuta nějaká pilulka, která nepůsobí žádné zdravotní problémy, tak tady v tom je to riziko z toho morálního hlediska. Proto ne. Ž – Souhlasím.*

Páry A, B a F by církevní postoj k umělé antikoncepci neměnili, pár C ano a považuje to za neudržitelné a pár D je na vážkách, ale přiklání se k tomu, že ze základu není co změnit, jen individuálně hodnotit různé případy a lépe prezentovat stanovisko církve, protože postoj kněží na tuto problematiku je různý. Pár E si myslí, že v podstatě by se stanovisko církve měnit nemělo, myslí si, že už církev jistý posun v této oblasti udělala, ale některé případy by měla hodnotit zvlášť.

**Otázka č. 32. Proč si myslíte, že katolická církev takový postoj zaujímá? Jaké má k tomu důvody?**

**Pár A :** *M - Chránění důstojnosti toho manželství, partnerského vztahu. Ž – Aby se nenarušovalo Boží stvoření, to co Bůh vymyslel a stvořil. Všema těma práškama (antikoncepčními pilulkami) se to zastavuje a strkají se do stvoření prsty...*

**Pár B:** *Ž – Je to otázka pravidel morálky, tradice a způsobu života. Kdyby se umělá antikoncepce povolila, tak se celý svět úplně posune někam jinam... M - ...přesně tak se to celé podělá... a naruší to ženské tělo... Ž - Umělá antikoncepce je i kondom, že jo a ten nic nenarušuje... M – Ano, ale pořád to není přirozené. Bylo by víc nevěř. A otočil by se celý svět.*

**Pár C:** *Ž – Protože to rozhodnou lidi, kteří žijou v celibátu. Jsem si 100 % možná na 1000 % jistá, že kdyby v těch synodách a na těch nejvyšších církevních místech, kde sedí biskupové, arcibiskupové a kanovníci, všichni v celibátu, seděli tátové od jednoho, dvou, třech, čtyřech dětí a stanovovali by tam ty zákony tak v životě, nikdy by nemohli trvat a netrvali na tom, aby křesťané dodržovali PPR, ale s úplnou samozřejmostí, ...by tam zcela jistě napsali bariéru, kondom, který nikomu neškodí a je to bariéra jen kvůli tomu, aby nebyly další děti.*

Důvodem, proč církev zaujímá takový postoj je podle vás, že to dělají lidé v celibátu? *Ž – Samozřejmě. M – Myslím si, že obecně se o tomto tématu vůbec nemluví a tyto pány faráře a celibátníky to netrápí, oni to nepotřebují, řeknou si, tak je tady Humanae vitae, tak podle toho pojedem. Já jsem pravidelný návštěvník bohoslužeb, ale já*

si nevzpomínám, že bych za posledních 35let vyslechl od nějakého fundovaného faráře nějaké fundované kázání týkající se tady této problematiky, oni sami si říkají: „Manželům sami do té postele nepolezem. My s tím sami nemáme žádnou praktickou zkušenost.“ Myslím si, že by se to mělo v první řadě komunikovat v té církvi, a pak je to tím, jak říká žena, že církevní mantinely dělají lidi, kteří prostě to sami nežijí. To je problém. Ž – Navíc mám pocit, že tím, že kněží a řeholníci nežijí ten intimní život, tak mají pocit, vidím v tom takový podtext, mají pocit z lidí, kteří žijou ve vztahu s ženou, že se spolu milují každých 5 minut co se vidí, že na sebe hned skočí... M - :o) Ne, opravdu, oni neví, jaká je ta sexuální touha a jak to funguje v tom normálním vztahu a v té normální rodině. Aby se nechovali jako zvířata, což si oni možná trochu myslí, proto my jim řekneme, aby spolu byli jenom tehdy a tehdy, protože oni jsou jako ti zvířata, oni si dají ten kondom, aby nemuseli přijmout tu zodpovědnost. M – Tolik nepřeháněj. Ž – Ne! Ten kondom si oni dají proto, aby se spolu mohli milovat kdy chtějí... M – ...od rána do večera. Ž – To možná dělají ti lidi o svatební noci nebo první část toho manželství, ale v okamžiku, jak naběhnou nějaké povinnosti, přijde stavba, studium, miminko, tak je ten vztah někde úplně jinde, ten vztah dostane úplně jiný rozměr, a hlavně ta sexuální stránka není vůbec rozhodující mezi těmi manžely. Rozhodující je, jak se spolu baví, jestli se spolu cítí, jestli jeden pro druhého umí něco pěkného udělat. Tady si myslím, že to zkresluje, že si o nás myslí, já bych na to řekla vystihující sprostý výraz, protože jsem v takovém vzdoru vůči PPR. Myslí si, že jsme spolu co chvíli a oni nás musí omezit, abychom se nechovali jako ty zvířátka. Tak tenhle ten pocit mám, protože kdyby tomu bylo jinak, tak by s náma o to normálně mluvili a fundovaně. Kněží, kteří jsou v našem věku, myslíme si, že jsou to lidi s nohama na zemi, přemýšlí reálně, jsou to lidi, kteří nám u zповědi říkají, podívejte se, pokud se na tom shodnete, je to v pořádku. Jak to říká manžel, už vám do postele nelezem, to si musíte vyřešit vy. My vám nebudeme nic nakazovat, přikazovat.

**Pár D:** M - Hlásat to, co je dobrý a správný. Ž – Hlavně je v tom ten základní prvek, a to je ochrana života. Církev se snaží vždycky chránit život. Možná to souvisí i s těmi situacemi, které ti lidé řeší. Pokud jde konkrétně o nějaké zdravotní problémy, tak se musí člověk zamyslet nad tím, že řeší život nejen eventuelně toho dítěte, ale i té matky, takže s tohohle hlediska...

**Pár E:** Ž – Protože život je Boží dar. Nikdo si ten život sám sobě dát nemůže, proto ho nemůže ani... Já vím, že jsou vraždy, ale nikdy si nemůže ten život dát a nikdo s ním nemůže

*manipulovat, jak se mu zlíbí a jestli to dělá, tak je v tom sobectví. A já si myslím, že tady tohodle si můžu na té církvi cenit, že tady tohle to je tak vysoko. M – Souhlasím.*

**Pár F:** *Ž – Protože je Matka. Protože jí jde vždy o dobro dětí a teď se ukazuje, že by církev nikdy nedovolila něco, co by vedlo k poškození někoho. A tady to poškozuje jednak vztah, manželství a jednak zdraví té ženy a ta žena je v ohrožení života. Mně to říkal i doktor. Já jsem šla s vysokým tlakem, bylo to v době, kdy jsem měla problémy s přechodem, a doktorka mě naordinovala prášky, které se používají i jako antikoncepce, ale jsou trochu silnější. A ten doktor mi řekl, že tam měl řadu mladých žen, které to brali jako antikoncepci a měli trombózu, embolie,... a až jsou v ohrožení života... oni mě kvůli tomu hnali na cétečko mozku. Tak jsem si říkala, že ještě že jsem to nikdy nebrala a okamžitě jsem to přestala brát. I ty dva měsíce co jsem to užívala, jsem si říkala, že jsem si to měla prvně ověřit v tom, co to se mnou všechno udělalo. Takový prášky chemický a co to se mnou udělalo. Ony dokážou to lidské tělo úplně rozhodit. M – Rozhodí úplně ten hormonální systém. Ž - Pak jsem se poradila jinde, protože moje lékařka to předepisuje úplně na potkání, tak jsem se poradila jinde a užívám nějaký výtažek ze sóji. Velice mi to pomohlo, jsem spokojená a vůbec žádnou chemii nepotřebuju. Půl roku jsem se z toho dostávala z té chemie. Musela jsem brát prášky na tlak. Měla jsem 160 na 110 z těch patáků. Jsem ráda, že je to pryč, že je to za mnou. Nikomu nedoporučuju. A ta církev, úplně jsem za to vděčná, že ta církev... a je to také v Bibli a ta církev se řídí podle toho co je z Božího poselství a v tom Božím poselství není nikdy nic proti člověku a lidi se sami zabíjejí. Že si myslí, že je lepší dovolit si všechno, mít všechno co chci a tím se sami zabijí. Zabíjí je jejich vlastní nespoutanost nezdrženlivost.*

Manželé A, B, D, E, F se shodují, že postoj katolické církve vůči antikoncepci je takový proto, aby se zachovala důstojnost manželství, byl chráněn život, „nestrkaly se prsty do stvoření“ a existovala nějaká morálka. Pár C si myslí, že církev zaujímá takovéto stanovisko proto, že církevní zákony schvalují lidé žijící v čistotě, kteří nemají ponětí o reálném životě manželů a jejich problémech v této oblasti. Manželé F vyjadřují svou vděčnost církvi, která je pro ně matka, protože si uvědomují všeho, co antikoncepce přináší.

### 13. Víra a sexualita

**Otázka č. 32d.** Souvisí nějak vaše víra s tím, jak žijete svůj sexuální život? Má vaše víra na váš sexuální život nějaký vliv, nebo jsou to dvě nezávislé oblasti?

**Pár A:** M + Ž – Ano souvisí. Má vliv.

**Pár B:** Ž – Myslím si, že víra souvisí s naším sexuálním životem i to PPR je určitě těžší pro nevěřícího pochopit než pro věřícího. M - Určitě, protože, kdybych byl nevěřící, tak to vůbec nemusím dělat to PPR ve smyslu přirozeně „nemít dítě“.

**Pár C:** M - Prolíná se to. Ž – Prolíná se to. Úplně přirozeně se to prolíná. **PŘIROZENĚ SE TO PROLÍNÁ!** (zdůrazňuje) Když cítíme, že chceme spolu být, tak se třeba pomodlíme a jsme spolu, nebo se nemodlíme. M – Počkej, zas tak svatí nejsme. :o) Ž – Když jsme plodili děti, tak jsme se spolu modlili. M – To jo, to je pravda.

Tohle vidím jako dobrý nápad. Ž – Ano, je to společenství a ty přizveš Pána Boha. Je to nádherný tvůrčí úkon, protože Pán Bůh, když tvořil svět a my tady s ním můžeme něco tvořit, je to jako ten okamžik, kdy on sám tvořil svět, vytvářel člověka, zvířata, všechnu tu krásu a ty zákonitosti, my jsme tam s ní v tu chvíli. M – Jako spolupracovníci. Ž – Ano, jako spolupracovníci. M – To se nedá ani domyslet. Ž – Je to přitom strašně svobodný. My se k tomu rozhodujeme a to se mi na tom líbí. My jsme se rozhodli a jdeme na to. My jsme se rozhodli a to srdce a ta duše je otevřená a teď řekneme: Pane, přijď. To je něco nádherného, to se nedá slovy popsat ani domyslet, jak říká manžel, to se nedá vůbec domyslet, protože jsme u zrodu malinkýho človíčka, vlastně věčnosti, protože je v něm věčná duše, takže to je úplně nádherný

**Pár D:** M – Nevím. Ž – Ale má. Mě přijde, že hodně velký, ale možná takhle to nedokážeme specifikovat. Je to otázka trochu široce položená. Naše víra má vliv úplně na všechno. M – To jo, vlastně kvůli tomu jsme se rozhodli dělat tady to PPR. Ž – Tady nejde jen o to PPR, ale celkově o to, co pro tebe znamená sexualita, proč čekat s milováním až do manželství, já si myslím, že ta otázka je položená takhle. Víra ovlivňuje strašně moc věcí - i pohled na manželskou věrnost. M - ... Pokud je člověk věřící a dívá se na tu sexualitu a chápe ji tak, že byla stvořená a dána člověku, tak to samozřejmě ovlivňuje. Ž - Je těžké říci, v čem víra sexualitu ovlivňuje, správně to vystihnout. Protože to podle mě ovlivňuje úplně zásadně už od té podstaty, jak člověk vyvíjí ten svůj přístup k té sexualitě.

**Pár E:** Ž – Souvisí dost podstatně. M – Souvisí. To bychom se nemuseli ohlížet ze začátku na to, jakou metodu si zvolíme, kdyby náš sexuální život nesouvisel s naší vírou. To je

*určující! Já metodu PPR znám. Naučil jsem se ji pro sebe, a kdyby o to někdo stál, tak mu to vyložím, ale nejsem propagátorem. Pokud budou manželé ochotni žít podle Božího zákona, tak se dostanou blízko tady k tomu. PPR by nemělo odporovat tomu, co Bůh se sexualitou zamýšlel. Ovšem dodržet vše, co s PPR souvisí, není vždy jednoduché.*

**Pár F:** *M – Určitě spolu souvisí, to nejde oddělit. Ž – Víra sex spolu souvisí. Když víme, že sex je od Boha a jak je krásnej, tak ten sex žijeme v té víře. My se v tom sexu setkáváme s Bohem. Protože Bůh je láska a tady tohle je vyjádřením nejvyšší lásky mezi manžely a Bůh tam je, je to takový nepatrný obraz Boží lásky. To odevzdání se i to riziko, že přijde... to není riziko, ale požehnání. I kdybychom to dítě nechtěli, tak si říkám bacha na naše sobectví. Člověk je strašně sobeckej, člověk je sobeckej až do chvíle, kdy umře a zůstane ležet na prkně, tak pořád jsme sobci. M – Já to tak hezky nedokážu říct a možná jsem to tak hluboce ani neprožíval, ale je to tak. Ž – Je to potvrzení manželské smlouvy. Já se ti odevzdávám, ale pokud by tam byl kondom, tak já se ti odevzdávám kromě své plodnosti a pokud je něco, co ti nedám, tak to není obnovení manželského slibu. M – Pokud tam je taková blbost jako je kondom, tak tam se objevuje to sobectví, je to tak a cítíme to asi tak oba. Ž – A je to ztrapnění celého toho slynutí. My jsme to tedy nikdy nezkusili, ale nikdy bychom to zrušit nechtěli. Ne! To je něco tak nepřirozenýho, já bych nemohla.*

Víra ovlivňuje sexuální život všech manželských párů, právě proto se některé páry B, D a E rozhodli pro užívání PPR. Manželům D ovlivňuje víra všechny úhly pohledu v sexuální oblasti. Manželé F přijímají sexualitu jako Boží dar, kde se setkávají se samým Bohem.

**Otázka č. 38. Jakou roli hraje vaše víra v rozhodování mít či nemít další dítě? Modlíte se/modlili jste se např. za správné rozhodnutí v této oblasti?**

**Pár A :** *Ž – Víra hraje velkou roli a modlili jsme se. M - Ano*

**Pár B:** *Ž – Víra roli... My už jsme pro děti rozhodnutí dávno. M - Nedokážu posoudit. M – Zatím ne (zatím jsme se nemodlili), můžeme začít. Ž – Je to dobrý nápad, asi začneme.*

**Pár C:** *M – Počet dětí bereme rozumově, je pěkné zplodit děti, ale je taky potřeba je nějak uživit, vychovat a věnovat se jim. ...naše síly jsou omezené. Ž – ... Snažíme se všechny prostředky a fyzickou i psychickou sílu naladit tak, abychom s těmi silami na ten život vyšli. I když musím přiznat, že u nás došlo k jakési proměně na základě naslouchat Bohu,*

*přijmout a objevit jeho vůli, tak my jsme po druhém dítěti už neplánovali další, měli jsme tuto kapitolu úplně uzavřenou. Během minulého roku jsme, to musím říci, abychom nebyli jenom proti církvi, že díky papežské návštěvě, kdy já jsem měla možnost a milost se toho nějak přímo účastnit, tak jsme došli postupně k proměně a k touze po dítěti, do které jsme dorostli zase oba dva. Museli jsme do toho oba dva dorůst, tak jsme do toho oba dva dorostli přes to, že to byla úplně uzavřená kapitola a my jsme se naposled otevřeli přijetí dalšího potomka, ale museli jsme dotoho dorůst. ... je to určitě rozměr hledání té lidské cesty každého z nás, je úplně nad všechno, o čem jsme si dneska vůbec povídali ve vztahu k Bohu, mezi těmi manželi, ale i hledání naší manželské cesty, kterou u nás Bůh vidí. Tohle je odpověď na všechny tyhle otázky o kterých jsme si teď mluvili. Dívat se na jeho oči, dívat se na Hospodina, mít ucho u jeho rtů a snažit se uslyšet a uvidět tu cestu ve svém životě.*

**Pár D:** *M – Víra v tom taky hraje důležitou roli, protože život je dar od Boha. Je to to, s čím jsme šli do toho manželství, jako pokračování života, že ty děti chceme od Boha. Protože děti ještě nemáme a čekáme naše první, tak jsme to takhle ještě ani neřešili. Modlitby a prosby o vnuknutí, jestli máme mít ještě děti, nebo už ne, jsme neřešili, protože jsme ve stadiu, kdy ještě ano. Ž – Souhlasím s tím, co říkal manžel.*

**Pár E:** *Ž – Spolu asi ne, ale já sama jsem k tomu přistupovala tak, ať to Pán udělá podle sebe. Já jsem v tom otevřená byla. To je potom trochu jiná situace, když někdo po tom děťátku touží, tak oni jsou potom tak semknutí, že se oba manželé spolu za to modlí. M – My jsme byli ze začátku tak poznamenaní těma třema dětma, že jsme si mysleli, jaksi, že tato věc, tato záležitost, uvažovat o tom, jestli má pán pro nás připravený ještě 4, 5 dítě nás nepadla a ani jsme o ní nepřemýšleli, protože jsme si mysleli, že jsme dost zatěžkáni těma třema a naše situace, kdy jsme byli v očekávání třetího dítěte a neměli jsme vyřešenou bytovou záležitost byla pro nás dosti obtížná. Proto jsme se do těch úvah ani nepouštěli. (...)*

**Pár F:** *Ž – My jsem to nechávali hodně na Pánu Bohu. Teda to čtvrtý, to jsem se svobodně rozhodli, že ano, a pak jsme si říkali, že i pátý bychom vzali, ale ne hned, tak jsme několik let používali PPR. To období jsem si rozdělili na dobu, kdy ne a to jsme si dávali hodně pozor a toho sexu bylo i méně, možná manželovi to i vadilo. M - :o)Ž – Po těch třech letech jsme si řekli, že bychom to třetí dítě i nějak uživili a i do toho panelákového bytu bychom nějak uskladnili ty děcka a i ony byly pro a dali jsme tomu trochu volnější formu. Od těch mých dejme tomu 40-ti let jsme to už nehlídali. A ten přechod jsem měla v 52 a těch 12let nic. Ta plodnost klesla na tolik, že to dítě už žádné nepřišlo. Lidi o tom možná ani neví, ale*

*opravdu ta plodnost u těch žen po pětatřicítce hodně poklesne a už se nemusí obávat. A pokud nějaký to dítě přijde, pokud by to pro ty děti nebyla katastrofa, tak proč ne. M – Tam už to nebylo tak striktní. Nějaký ten cyklus se sledoval, ale jinak se to nehlídalo. Ž – Já jsem se potom přestala úplně sledovat. M – Já jsem to poznal sám taky. Ž – No, to taky.*

V rozhodování o přijetí dalšího potomka hraje víra důležitou roli u páru A a D, pár B byl pro děti rozhodnut bez ohledu na víře, ale modlitba na tento úmysl se mu zalíbila a manželé to považují za dobrý nápad. Pár C počet dětí hodnotí rozumově a podle sil, kterých se jim dostává, ale mají i velkou osobní zkušenost s Božím působením, které změnilo úplně jejich názor a oni dorostli do touhy přijmout třetí dítě. Manželé E začali PPR používat v době, kdy už měli tři děti a o dalším ani neuvažovali, proto se těmito myšlenkám nevěnovali, ale žena E přiznává, že se za otevřenost modlila, i když to bylo jen v soukromí bez manžela. Manželé F nechávali vše na Pánu Bohu a jsou otevření i pro příchod pátého dítěte, které už nepočali.

#### 14. Morální přijatelnost alternativních metod

**Otázka č. 33. Je podle vás používání neabortivní antikoncepce (kondomu aj.) morálně přijatelné?**

**Pár A:** *M – To je těžká otázka... ..Nedokážu jednoznačně říct, nevím. Já bych řekl, že ne. Ž – Přikláním se.*

**Pár B:** *Ž – Jak se to vykládá, tak ne. Já to беру tak, že je to potřebné posuzovat podle jednotlivých lidí a proč to dělají... Pro mě osobně spíše ne, musely by nastat takové důvody, kdy ano, ale zatím takové důvody nenastaly. M - Taky ne.*

**Pár C:** *M + Ž – Ano*

**Pár D:** *M – Ano, ale záleží na okolnostech. Byli jsme v situacích, kde jsme to shledali morálně přijatelné. Ž – Ano.*

**Pár E:** *Ž – Morálně přijatelné... já bych řekla, že se to nedá říct zase tak obecně. Jsou situace, kdy to morálně přijatelné je.*

Souhlasíte? *M – V podstatě ano. Ž – ... když katolická církev to postaví takhle vysoko, tak chrání lidský život a manželům dává, ..., to požehnání, právě tady z tohohle, tak si myslím, že je to správně. Ale jestli se oni dostanou do situace, což život přinese, tak pak*

*je tady práce těch pastoračních asistentů a těch kněží, kteří si s nima sednou, proberou tu situaci a řeknou..., jak se ta situace bude řešit. Třeba trošku jinak, ale to není na základě jejich sobectví, ale na základě něčeho do čeho se ti lidi dostali a někdy ne svoji vinou. Tady si myslím by se to mělo rozlišovat, ale ta laťka, ta by měla zůstat vysoko.*

**Pár F:** *Ž – Pro nás ne, ale chápu některé lidi... Já bych ten kondom vzala tam, kde je to menší zlo. M – Kondom je neabortivní, zabraňuje početí, je to menší zlo... Ž – Jako menší zlo ano, ale pro mé svědomí je to nepřijatelné. Chápu, že pro někoho to může být nějaká volba. Já to neodsuzuju. Nevím z jakého důvodu to kdo používá, ale... M - ...třeba ze zdravotních důvodů, ale nesmí tam být to sobectví. Ž – Třeba když je manžel na montážích a vidí se jednou za měsíc a vždycky by to vyšlo na to plodný období a oni by nikdy spolu nemohli nic mít, tak tam je to pro mě taková volba menšího zla, takže bych se tady k tomu takhle striktně nestavěla. Tady těmto lidem bych třeba, když jsou takovéto okolnosti, je třeba hodnotit případ od případu. My jsme nikdy od sebe takto odloučení nebyli, takže nemůžu hodnotit. Nevím, nevím, ale my jsme ty tipy, že bychom spíše riskovali narození toho dítěte. :o)*

Manželé A, B i F nepovažují požívání neabortivní antikoncepce jako morálně přijatelné, i když uvádějí, že někdy se musí posoudit okolnosti a pro manželé C, D a E je neabortivní antikoncepce morálně přijatelná.

**Otázka č. 34. Je podle vás morálně přijatelné používat antikoncepční pilulku jakožto antikoncepci (tj. nikoli jako léčbu)?**

**Pár A:** *M + Ž – Ne*

**Pár B:** *Ž - Ne, ony jsou na různé bázi a já bych měla strach, že zničím sebe, protože nevím, co to dělá v mém těle, natož co to dělá s vajíčkama... M – Ne.*

**Pár C:** *M + Ž – Ne.*

**Pár D:** *M – Pro nás asi ne, pro nás by to nebylo morálně přijatelné ta antikoncepce s abortivním účinkem, ale dovedu si představit situace lidí, kdy by to bylo minimálně k diskusi. Ž – Já souhlasím s manželem. Pro nás ne, ale neznamena to, že odsuzujeme páry, které mají nějaké konkrétní důvody a řeší to tímto způsobem.*

**Pár E:** *Ž – Jako antikoncepce ne. M – Ono je to jak už jsme říkali. Proto ne.*



**Pár F:** *Ž – Pro nás ne. M – Pro nás ne. Je to stejně jako s tím kondomem, akorát je to orální a tady to ohrožuje navíc zdraví. Ne.*

Morálně nepřijatelné je pro všechny dotazované páry užívání potenciálně abortivní antikoncepce.

**Otázka č. 35. Někteří lidé se domnívají, že přinejmenším některé druhy hormonální antikoncepce mohou způsobovat potrat (smrt embrya před zahnížděním). Co si o tom myslíte vy?**

**Pár A:** *Ž – Já myslím, že když je to antikoncepce, tak ne. Já si myslím, že když to bere, tak ani nedojde k oplodnění, protože se vajíčka netvoří. M – Hlavně když to dlouho užívá a pak chce otěhotnět, tak to tělo je rozhozené a samo tělo vyvolá samotný potrat embrya. Nevyvolá to samotný ten lék přímo, ale tím, že to mraky let žena bere. Jinak nevím, nejsem doktor.*

**Pár B:** *Ž – Já si myslím, že to není ještě všechno pořádně probádané, co to způsobuje, je to možné. M – Přesně.*

**Pár C:** *Ž - Ta jistota tam není a ve spleti mnoha informacích častokrát nepravdivých nebo polopravd... Takhle, abych to řekla jednoduše. Já nemám jistotu, že můj gynekolog, který mi předepisuje lék, která by mi předepsal antikoncepci, že mi říká skutečnou pravdu o tom léku, jestli není podplacen nebo jestli nějakým způsobem nenadřazuje nějakou z farmaceutických firem od které může za to mít třeba zájezd někam, zda mi právě o tomto léku neříká právě to, co já chci slyšet a já bych chtěla slyšet pravdu, a to já se nikdy nedozvím, co je pravda. Nemůžu věřit tomu, že neužívám neabortivní prostředek, proto to neužívám vůbec. M – Souhlasím. Do té chemie nevidíme.*

**Pár D:** *Ž – Co si o tom myslíme? To je fakt, buďto to způsobuje, nebo to nezpůsobuje, je jedno, co si o tom myslíme. Tady si člověk musí vyhledat ty informace. Z tohoto důvodu je pro nás hormonální antikoncepce nepřijatelná, protože některé druhy, já jsem si teda myslela, že všechny, ale dobře, tak ne všechny, způsobují potraty těch embryí. M – Mohou způsobovat. Ž - ..mohou způsobovat.*

**Pár E:** *Ž – Ano, děje se to. Jsou skutečně takové tablety. Ono jich je hodně druhů, ale ve většině případů je to tak. (...) Já mám jen o tom všeobecný přehled. Já jsem se o to nějak nezajímala. Ale pokud to zničí ten nastávající život, tak je to špatně. M – Ano, souhlasím.*

**Pár F:** *M- Ano. Ž – Ano, to je naprosto nepřijatelné. Ta žena je chodící hřbitov. Tam jsou neustále nějaké zárodky, kterým se brání při zahnízdění... ne, ale fakt. Ten člověk musí být strašně smutný. Ať mi nikdo neříká, že se to nějak na tu duši nepromítá. To je strašný. Ona musí být nervózní, tam ten život je neustále vypuzován. Ta žena, kdybych s ní mluvila, tak mi musí říct nutně říct, že se v ní děje něco nekalého. Ono to musí mít na ní zpětně vliv. Ona musí mít špatnou náladu a musí být smutná a mít deprese, to přece není ono. M – Určitě, tak jak říkala ženy.*

Pár A se domnívá, že žádné druhy hormonální antikoncepce potrat nezpůsobí, protože k oplodnění nedojde, ale užívání poškozuje ženu. Pár B řekl, že to není probádané a je vše možné, pár C uvádí, že existuje spousta polopravd a nedá se informacím ani od lékařů v této oblasti věřit, proto nemohou posoudit zda to ten abortivní účinek nemá. Pár D si myslel, že všechna hormonální antikoncepce způsobuje potrat a je potřebné si vždy zjistit potřebné informace, ale fakt jestli potrat způsobuje nebo ne je daný bez ohledu na jejich názor. Páry E a F jsou přesvědčeny, že hormonální antikoncepce způsobuje potrat. Žena F označuje ženu, která hormonální antikoncepci používá, za „chodící hřbitov“ a myslí si, že se to musí promítat do ženiny psychiky.

## 15. Těhotenství

### **Otázka č. 36. Zažili jste někdy při používání PPR neplánované těhotenství?**

**Pár A:** *Zatím ne. :o)*

**Pár B:** *Ž - :o) Doufáme, že v našem případě zažijeme. :o)*

**Pár C:** *Ž – Bohu díky ne.*

**Pár D:** *Ž – Ano, to jsme zažili.*

36a. Myslíte, že to bylo při správném používání metody, tj. zachovávali jste úplnou sexuální zdrženlivost v plodném období? *Ž – Podle toho, jak jsme to uměli vyhodnotit, tak ano.*

**Pár E:** *Ž – Ano.*

36a. Myslíte, že to bylo při správném používání metody, tj. zachovávali jste úplnou sexuální zdrženlivost v plodném období? *Ž – Myslím si, že naše chyba v tom tentokrát nebyla, co se týká předposledního těhotenství. Co se týká posledního těhotenství, tak to byla chyba moje, ale ne úmyslně, protože mě zradil teploměr a nevím, mohl tam být i vliv té*

nemoci a té léčby předchozí, takže tam já bych to takhle nemohla hodnotit a ostatní věci... my, jak jsme to prožili, tak jsme vám řekli, jak jsme to vzali. Prostě to tak přišlo. Proto říkám, ti manželé, pokud to i používají, tak by k tomu měli přistupovat tak, že pokud je to jen trošku možný, ať zůstávají otevření s tím, že ano můžete to nějakým způsobem ovlivnit, ale pokud se to stane a vy přesto otěhotníte, tak by jste to dítě přijmout, nebo ho donosit a dát do adopce i to je možný, ale řekněte mi, která matka tohle dokáže.

**Pár F:** Ž – Ano.

36a. Myslíte, že to bylo při správném používání metody, tj. zachovávali jste úplnou sexuální zdrženlivost v plodném období? Ž – Jak už jsem říkala, to byl syn, ten nás překvapil pátý den a tam jsem nepocítovala žádné příznaky, že bych měla ovulace. Pravděpodobné je, že ty spermie byly dlouho živé a až přišla ta ovulace, tak byly ještě živý :o) a jsme vděční, že máme chlapečka. Zřejmě u nás na začátku toho plodného období byli u nás chlapečkové. Pak už jsme se tomu vyhýbali a hned po menstruaci jsme to považovali za plodné období až do ovulace. Já jsem měla hodně krátké cykly. To zase někdo zas tak krátké cykly nemá. Já jsem měla tak 20-22 dní. Tam to bylo těch 11-12dní nic, pak teda ten 13., 14. den pozor, a pak už bylo neplodné období. Teda nic moc. Zaručeně neplodných zbylo kolik? No týden určitě a my jsme potom zdravě riskovali. :o)

Pár A a C nezažili během užívání PA neplánované těhotenství, pár B doufá, že zažijí a pár D, E a F zažil i přesto, jak sami manželé hodnotí, že dodrželi zdrženlivost v plodném období. Žena E dodává, že jednou otěhotněla díky její chybě. Manželé F byli za toto těhotenství vděční, protože se jim narodil chlapec.

### **Otázka č. 37. Plánujete v současnosti mít další dítě?**

**Pár A:** Ž – Plánujem a necháváme tomu zatím volný průběh. M – Přesně tak.

**Pár B:** M + Ž – Ano.

**Pár C:** Ž – Ne, právě že neplánujem. M – Neplánujem :o)

**Pár D:** M – Máme jedno na cestě.

**Pár E:** M+ Ž – Ne.

**Pár F:** M – Už ne. Ž – V našem věku už ne. My už máme vnoučata. :o) Už ne. My už jsme za zenitem. Manžel teda ne, ale já už jo. :o) M – Já taky. :o)

Dítě plánuje a přeje si mít pár A a B, páry C a E už neplánují a pár D má zrovna jedno na cestě. Manželé F dítě mít nemohou, protože žena je již po menopauze.

**Otázka č. 39. Jste rozhodnutí používat PPR i dále?**

**Pár A:** *M + Ž – Ano.*

**Pár B:** *M + Ž – Ano.*

**Pár C:** *M – Ne.*

**Pár D:** *M – Asi ano. Ž – Myslím si, že jsme teď na mnohém lepší cestě k tomu, aby to fungovalo. Tím nechci říct, že věřím, že to bude fungovat na 100 %, ale mám mnohém reálnější představy o tom, co to obnáší.*

**Pár E:** *Ž – Ano, pokud budu v reprodukčním cyklu. M – Nemáme jinou přijatelnou metodu, tak ano (ale v kombinaci s kondomem- viz výše).*

**Pár F:** *Ž – Tak my, pro nás už je to bezpředmětné. My už si můžeme užívat úplně v klidu. :o) Ale říkám. My bychom klidně i to páté přijali. My jsme měli pro něj dokonce nachystané i jméno. Ale nikdy nepřišlo, takže máme vnoučata a radujeme se z těch vnoučat. Asi to tak mělo být, že nám chtěl Pán Bůh dát ty čtyři. Jedno jsme vlastně potratili, to nám bylo taky líto, protože nám řekli, že už nebudeme mít žádné dítě. Když přišlo to druhé, tak jsme se strašně radovali, protože jsme se báli, že by už nepřišlo žádné. To bylo štěstí.*

Pouze jeden pár se už k metodě PA nechce vrátit a to pár C. Pár E metodu bude i nadále používat, ale ze zdravotních důvodů v neplodných dnech použije i kondom. Pár D se chce k metodě PPR vrátit a doufá, že se mu povede lépe než prve. Páry A, B a F by chtěly metodu PA používat i nadále, ale pro pár F je to již bezpředmětné, neboť jsou již v postklimakterickém stádiu.

## 16. Doplnění

Doplnění týkající se celé problematiky jsou již bez komentáře. Zde měli manželé možnost říci, co ještě nebylo řečeno a považovali to za potřebné sdělit.

### **Otázka č. 19. Jaký máte k PPR postoj?**

**Pár A:** M + Ž - kladný

**Pár B:** M – *Vzpřímený... V. říkali, nebo jsem to tam špatně pochopil,...ale mluvili o tom, že se PPR používá, když to dítě nechceme, ale to podali špatným způsobem.... Jde o to, že když se to dítě narodí, počne, i přes používání PPR, tak ho musíme chtít vždycky. Jde v této metodě hodně i o manžela, protože i on se musí namáhat.*

**Pár C:** M – *Postoj. Já bych řekl tak. Páni faráři o tom raději nemluví, protože ví, jaká je situace mezi těmi manželi a já mám k tomu takový postoj, že velmi brzo se ten oficiální názor církve nějak posune, ale víme, že v církvi všechno trvá dlouho a ještě déle než v normálním světě, takže možná to nebude ze našich životů, ale myslím si, že z hlediska nějakého globálního světonázoru je to docela neudržitelné stát si za něčím, co už vlastně v tom moderním světě v tom civilizovaném světě, v té normální světské společnosti, se už vlastně vůbec nenosí. Jak řekla manželka, pro poznání těch plodných dnů dobrý, ale vyhnout se děťátku touto metodou je to k ničemu. Ž – Já si myslím, že ta metoda je v plenkách teprve. Až budou běžně ke koupi testy, které naprosto spolehlivě budou oznamovat ano, teď máš dva, tři dny, kdy seš plodná, a nebude to z toho cyklu čtrnáct dní nebo tři týdny, kdy máte stále stres, jestli náhodou neotěhotníte, protože pro nás už je to dneska stres, máme pocit, že ty tři děti jsou akorát a přede mnou, před námi je ještě minimálně 10 – 15 let, kdy se budeme stresovat, permanentně, jestli nebudem těhotní, takže až bude tahleto metoda vyladěná, kdy budu přesně vědět, teď nejsem plodná a celou dobu budeme spolu a pak čtyři dny si řeknem, tak teď ne, tak klidně budu tu metodu ctít a budeme jí tolerovat, a rádi ji budeme užívat, protože je řekněme nejzdravější, je nakloněna tomu manželství, ale nesmí to být tři týdny v tom měsíci, kdy je člověk „ohrožen“ tím těhotenstvím, protože to není plánování, je to vyhýbání se těhotenství.*

**Pár D:** M – *Metoda, která funguje a nefunguje, sedí asi ne každému. Někomu to vyhovuje, někomu ne, je to jako by taková metoda, která je posvěcená a doporučovaná církví, někdy teda až moc potlačovaná a někdy až neobjektivně prosazovaná, což mi přijde, že je ku škodě. Ž – Je pravdou, že by nám to ušetřilo asi hodně, spoustu stresů, které jsme měli,*

*kdybych já nebyla tak ovlivněná a tak strašně bych tomu nevěřila ze začátku, protože já jsem tady ze všech těch kurzů, školení a literatury, kde se tvrdilo, jak je ta spolehlivost téměř 100% a vyrovná se hormonální antikoncepci, tak jsem s tím počítala, že to bude fungovat, a pak vlastně to první těhotenství bylo pro mě hodně překvapivé, hodně stresový a nebyla jsem na to fyzicky ani psychicky připravena, takže mě přijde, kdybych ze začátku věděla, že se na to nemám tolik spoléhat, tak bych byla potom lépe připravena.*

Po stránce biologické v neplodném období je riziko otěhotnění nízké, takřka nulové, ale otěhotnění je možné zvláště na začátku cyklu. Myslela jsi na to, že tato metoda je „stále otěhotnění otevřená“? *Ž – Brala jsem v úvahu, že je to možné, ale v podstatě jsem PPR brala jako metodu, která nám pomůže oddálit to početí na dobu, kdy to budeme chtít naplánovat. Od toho je to plánování rodičovství a my jsme se po svatbě rozhodli, že naplánujeme dítě až za 2-3 roky, že ho nechceme hned. Počítala jsem, že s pomocí této metody bude možný tady toho dosáhnout. Rozhodně jsem si nemyslela, že otěhotním ve třetím cyklu. Když to bylo v neplodných dnech. M - A taky tři měsíce po zahájení sexuálního soužití v podstatě. V tom to je, že člověk se v tom období snaží ty věci dělat dobře. Jestli manželka to před svatbou půl roku sledovala, jestli byla na nějakém kurzu a konzultaci, měla to všechno načtený..., pak s tím člověk nepočítá, že to může tak jednoduše nefungovat. M – Mě to připadá, že v té naší situaci, kdy po třech měsících jsme otěhotněli, a mnoha jiným párům se nedaří otěhotnět a nám se to povede v neplodných dnech, to byl šok, to bylo něco, s čím jsme nepočítali.*

Byla jsi i v manželství někde konzultovat své cykly, hlavně ze začátku? *Ž – Ne, já jsem tam byla ze začátku, a pak jsem to měla načtený a mě to nepřipadalo nějak složitý. Zdálo se mně, že jsem schopna to určit.*

**Pár E:** *M – Pro nás to bylo v té době jaká si záchrana. My jsme byli v situaci, že jsme po třech letech manželství měli tři děti a byli jsme postaveni před situaci, která se musela řešit a nenašli jsme v té době nic lepšího a v té době po tom kurzu, kde jsme se s tou metodou pořádně seznámili a nebyly to jenom střípky z nějakých článků. Individuálním přístupem těch lektorů a zkoumáním a vyhodnocováním technického zpracování těch záznamů. Dostali jsme na tom kurzu záznam, a tam bylo: Určete, kde se tady nachází plodné období a jestli manželé mohou být spolu. To nám v té chvíli toho začátku pomohlo, že jsme měli něco, o co jsme se mohli opřít. Pro nás, jak už jsem řekl, žádná antikoncepce nepřicházela v úvahu tenkrát a teď ten kondom tady je s ohledem na tu nemoc, jinak by jsme byli tady s touto metodou jako na začátku, tak i dnes. I když víme, že tato metoda má*

svoje negativa a když pomínuto to, že nám ta metoda nepojistila to, co jsme chtěli, ačkoli jsme dodrželi všechna pravidla, tak my by jsme se stejně asi nikam jinam neposunuly. Já jsem na ten kondom přistoupil jen proto, že jsem viděl, že je tady jiná situace. Její léčka a její injekce, které bere, jsou dost drahý a nemá je každý, kdo má tu nemoc, tak v podstatě po té naší zkušenosti, že se ta metoda v našem případě nezachovala jako 100%, tak to bylo nutno takto řešit. Řekli jsme si, že po čas určitého období budeme používat kondom, ale není to tak, že bychom si řekli, že metoda už je pasé a budeme používat kondom. Základní a nosný je stále ta metoda. Pro zvýšení jistoty v tom určitém segmentu používáme ten kondom. Ž – Vnímám to stejně.

**Pár F:** Ž – Já osobně jsem za to velice ráda, že bych nechtěla brát žádné hormonální tabletky a vím co to mojim kamarádkám všechno způsobovalo. Já jsem za to vděčná, žádná žilní trombóza, nezkažená játra, žádná hrůza z nějakých mrtvic a podobně. Nechtěla bych to užívat. M – Já určitě taky. Tak to má být, je to normální, přirozené.

#### **Otázka č. 42. Co byste k tématu dodali? Leží vám ještě něco na srdci?**

**Pár A:** M – Ne, ne. Ž – Ať se ti to podaří

**Pár B:** M + Ž – Ať se ti to podaří.

**Pár C:** Ž – Ač jsme celou dobu, nebo já ač jsem celou dobu mluvila většinou proti PPR, tak si moc vážím práce, kterou na vývinu a sestavení téhle té metody kdokoli kdekoli v historii pracoval, že se toho nesmírně vážím a jsem ráda, že na tom pracují a budu jim moc držet palce, aby metodu dovedli do dokonalosti, aby byla žitelná pro manželské páry nejen pro začátek manželství, ale v průběhu celého manželství až do ukončení plodnosti ženy, aby byla vyšpičkováná, aby to neomezovalo ty lidi, aby byla skutečně přirozená. M – Souhlasím.

**Pár D:** M – Asi jsme se setkali spíše z vyprávění o lidech, kteří propagují tady tuhle tu metodu, kteří měli lidsky a profesionálně nepřijemný přístup ke klientům, což mě překvapilo. To že je to nějak zaměřené pro křesťany, kteří se snaží tam jít a dělat to proto, aby neměli hřích, tak to neznámá, že by to nemělo být na nějaké lidské a profesionální velmi dobré úrovni. Ať to vedou věřící lidi, ale ať to dělají taky dobře.

S tímto přístupem ses přímo setkal? Kde to bylo? M – Nevím, kdo nám to říkal. Ž – To jsme slyšeli od ostatních lidí, my sami jsme se s tím nesetkali. M - (na manželku) Tak tys taky říkala, že ses tam setkala, že tam měla pohovor s nějakou asistentkou...

Ž - ...ne úplně kvalifikovanou, bych řekla, která byla ještě sama svobodná a tuto metodu nepoužívala, což je hodně zvláštní.

Myslíte si, že učitelé PPR by sami tuto metodu měli používat - i ty slečny, které jsou nezadané? Ž – To ne, ale myslím si, že by to měl učit někdo, kdo s tím má zkušenosti. Ať tam nechodí nějaké slečny, které mají měsíční školení, ta si mohu taky projít, ale ať tam je nějaká žena, která žije v manželství a má s tím nějaké zkušenosti. Mě přišlo, že i když jsem byla na té konzultaci, tak ta spokojenost nebyla úplně 100%. Na některé otázky ta slečna moc nevěděla, co říct. Některé otázky ona může těžko vyhodnotit, když není ani lékařka a nemá zkušenosti. Pokud tady toto téma je víc přirozené plánování rodičovství jako přirozená metoda, tak bych ocenila víc, aby ti, kdo to PPR učí, ať už v církvi nebo nějaká centra, aby předávali víc ten pohled globální. My jsme oba o této metodě věděli už dlouho, ale byly to jen takové útržky. Toto je správně, takováto metody, toto jen smíte... Chybělo mi tam to, že je to vlastně postoj k tomu rodičovství, a je jedno, jestli používáme tu nebo onu metodu, ale když to nevyjde, to neznamená, že se něco pokazilo, ale že s tím člověk musí počítat, pokud chce prožívat víru z určitého hlediska, myslím tím prožívání sexuality ve spojení s vírou. V životě jsou i situace, kdy nebudou moci používat jenom tady tuhle přirozenou metodu a aby se necítili nějak provinile, ale aby s tím i počítali, že jsou v životě různé fáze, kdy to nejde. A právě tady tento pohled globální mi chyběl. Přijde mně, že já jsem v tom úplně neviděla ten aspekt, že i když plánujeme ty děti nějak, tak se to nemusí povést tak, jak my to úplně plánujeme. Já jsem to potom vnímala jako úplnou nespravedlnost, že jsme si řekli, že plánujem a používáme povolenou metodu, a teď to najednou nefunguje. Mělo by se více mluvit o těch reálných zkušenostech, co dělat, když to právě nevyjde, neboť se to nestalo jenom mně, ale i jedné mojí blízké kamarádce, které se pak narodilo miminko a je hrozně šťastná. Víím, že pro ni ten začátek toho těhotenství byl pro ni docela dost těžký a obřečela to, protože taky tomu věřila a nebyla na to připravená. Proto si myslím, že by se to mělo brát více globálněji a upozorňovat na rizika a situace, říkat zkušenosti jiných lidí a ne jenom říkat: „Tady tahle metoda, ta funguje takhle...“ a tak. Vííc ze široka. M – Co mě teda vadilo, byl ten schematizující postoj na těch mládežnických setkáních, moc černobílé vidění těch věcí. Ž – To jsem se snažila vyjádřit tím, co jsem říkala, to je přesně ono. M – Sexuální život před manželstvím nula, po manželství jedna, antikoncepce NE, to prostě nikdy, to neexistuje, to je zlo. To mně troch vadí, protože tak může být hřích používat PPR. Protože jestli ti dva se rozhodnou pro to, aby neměli děti vůbec nikdy, tak je to hřích jak vyšítej. Ž – Přesně, to já jsem tak trochu žvatlala kolem, ale snažila jsem se říct, že by se to mělo spíše zaměřovat na ten postoj k plození těch dětí,



na ten přístup, jaký člověk má v hlavě. Člověk si může říct, že teď je třeba nechce, ale nikdy by neměl mít ten postoj úplně odmítavý. Já sama za sebe jsem nebyla připravená na některé věci a pomohlo by mně, kdyby mi to někdo vysvětlil. My jsme používali PPR jako antikoncepci a nechtěli jsme zatím děti a najednou, když to těhotenství přišlo, tak jsem zažila strašný šok ze selhání a ze začátku jsem se k tomu nebyla schopna stavět vůbec pozitivně, ale já to nesvaluju na nikoho jiného, to byla moje chyba, že jsem to měla tak nějak nastavené. Možná by to více pomohlo, kdyby se to více zaměřilo na ten postoj a na to vnímání, než plně na tu metodu, která se bude používat, protože se může stát, že někdo má ten cyklus tak nepravidelný a takové problémy, že tady tuto metodu nebude moci nikdy používat a hřeší, když někdo jiný, tomu to vychází přesně všechno do těch okýnek, a nemá s tím problém? Za to nikdo nemůže, jak mu funguje nebo nefunguje tělo. Tohle je přesně to, co říká manžel, že by to nemělo být černé ani bílé, ale tak nějak ušité na míru tomu páru.

**M** – Ale tímto nechci, aby se to začalo relativizovat, že vlastně o nic nejde a ta církev k tomu vlastně taky nějak dospěje za pár roků a ten kondom to zase není až tak zlé. Jsou věci, které jsou v té obecné rovině takové, nebo takové a záleží pak na jejich použití, ale abortivní antikoncepce je už ze své podstaty špatná, jestliže způsobuje smrt zárodku, je špatná, ale zase můžou být okolnosti takové, které tady toto trošku zlehčí výsledek takového počínání. To neznamena, že by se mělo přehodnocovat to, jestli je ta antikoncepce sama o sobě špatná, nebo není, prostě je a asi s tím nic neuděláme. Tady není kam ustupovat a nemyslím si, že by ty hranice byly ustanoveny nějak špatně. Je třeba to pak vyhodnocovat v jednotlivých případech.

**Pár E:** M + Ž - Ne.

**Pár F:** Ž - Já bych k tomuto tématu dodala, že pokud by i to PPR selhalo, tak ať to ti lidi berou tak, že jim Pán Bůh tak důvěřuje, že jim chce svěřit další dítě. A na tom trvám, co říkal Komenský, že: „Dítě je nad zlato stříbro a zlatý kamení.“ Je to obohacen, není to, že selhala metoda PPR. To je klenot, který se tam nějakým způsobem dostal. :o) To není nikdy katastrofa. My máme známé, žijí na horách a mají 9 dětí a ty děti jsou nádherný. Samozřejmě, že je to pro ně obtížný. Jedno mají těžce postižený a ostatní jsou zdraví, ale my vidíme, jak ta rodina stojí při sobě, jak je to nádherné a jak jim Pán Bůh žehná. To jsou prostě krásný děcka a ta rodina žije, to je prostě nádherný. A ten pán nám říkal, my jsme tam teďka byli, že lidi se strašně diví, jak můžete mít těch devět dětí, tak on jim vždycky říká: „Kdyby naši předkové neměli těch 9, 13 dětí, tak my bychom tady nebyli.“ Takže ten život je potřeba ctít a ne bránit se mu. Spíše se bránit svému vlastnímu sobectví. Takže PPR

*je krásná metoda, ideální metoda i pro vztah i pro všechno a já si osobně myslím, že je to cesta ke štěstí i pro nevěřící. Lepší je, když je ten člověk věřící, protože si to dává dohromady s Božím stvořením s tím Božím stvořitelským úmyslem, když není věřící, tak si to takhle nemůže spojit. Jenom jako tu přírodu, matka příroda, ale takhle my to máme s úmyslem Boha Stvořitele. M – Já bych dodal jen to, že to PPR je to nutné brát, že je to na plánování rodiny, že se to dá i přehnat v tom, že se to může zvrhnout v to sobecké, tak jako používání kondomu nebo něčeho jiného, že by to brali striktně, i když těma přirozenýma metodami by to dítě neměli. Taky to odporuje tomu manželskému slibu. Je to prostředek, je to dobrý prostředek na plánování dětí i regulace počtu, ale nesmí tam být to sobectví. Je tam to riziko, že tam to sobectví bude vždycky. Ž – Vtom je to riziko. Že bychom si my zbožní křesťané řekli, tak metoda PPR, a my budeme takoví sobci, že si pořídíme jedno dítě a pak budeme používat ctnostně metodu PPR, tak bacha na to. To je vlastně křesťanské sobectví. Jak říká manžel. Na to bacha. M – Přesně v tom smyslu... Ž - ...aby tam byla otevřenost toho života.*

## 6.6. Diskuse

Z výzkumu vyplývá, že manželská spokojenost uživatelů metod PA není vždy ve všem stejná. Je to dáno jejich věkem, zkušenostmi kladnými i zápornými, které ovlivňují závěrečné hodnocení. Věřili-li manželé zvolené metodě, přijímají ji lépe, než manželé, kteří ji nedůvěřují a mají obavy z neplánovaného těhotenství, někdy vážné. V diskusi bych chtěla shrnout postoje jednotlivých manželských párů a uvést možné důvody a příčiny, proč jsou konkrétní páry s metodou PA spokojené nebo nespokojené. U jednotlivých potíží bych chtěla navrhnout postup možného řešení těchto problémů v pastoraci.

### Manželé A

Tito manželé jsou mladým párem. Mají jedno dítě. Žena je na mateřské dovolené a muž je zaměstnán. Metodu se naučili na předmanželském kurzu, ale i po tom, co metodu PA tři čtvrtě roku užívali, si myslí, že se jí stále učí. Pro její používání se rozhodli proto, že nechtěli užívat žádné antikoncepční prostředky. Symptotermální metoda, kterou užívají je pro ně „přirozená“, protože podle nich vychází z fyziologických dějů lidského těla. Muž svou ženu v PA podporuje a vnitřně s metodou oba souhlasí.

Zdrženlivost je pro manžele obtížná, hlavně jak udávají, pro manžela. Muž přijímá zdrženlivost jako výzvu a hodnotí ji kladně, protože jim do vztahu přináší oboustrannou toleranci. Změnu touhy během cyklu žena pocítuje, ale neovlivňuje to její prožívání během sexuálního styku. Manželé celkově přijímají zvolenou metodu jako přijatelnou, normální, protože vychází z funkce ženského těla. Jinou metodu kontroly početí nikdy nepoužili. Kondom ani antikoncepční pilulky manželé A nepovažují za přirozenou metodu kontroly početí a antikoncepční pilulka pro ně není ani morálně přijatelná. Ohledně morální přijatelnosti kondomu v některých případech váhají, ale s učením katolické církve souhlasí a nemyslí si, že by se mělo nějak změnit. Oba manželé se k metodě PA staví kladně, metoda jim nepřinesla nic výrazně negativního. Pozitivně hodnotí rozvoj komunikace, protože se že díky PPR mohou bavit o všem a nic v jejich vztahu není, jak říkají: „*tabu*“. Zdrženlivostí se rozvinula vzájemná tolerance a i v tom vidí manželé velké obohacení. Přejí si další dítě, ale nechávají tomu, jak sami říkají: „...*volný průběh*.“ Manželé se spolu modlí i za poznání, zda mají přijmout další dítě.

Problém: Symptotermální metodu považují za spolehlivou u zdravých jedinců, u nemocných lidí uvádějí, že je to víc náročné na sledování. Subjektivně si žena moc jistá není. Největší potíže dělá ženě sledování teploty, protože dítě, které mají, vyžaduje

pozornost a ona nemá čas na změřeni, když není manžel doma a nemůže ji zastoupit.

Doporučení: Pro větší jistotu bych doporučila konzultaci u zkušenějších manželů nebo u instruktorů metody. Zde bych mohla ženě A doporučit, aby zkusila vstát dříve nebo, což se mě zdá přijatelnější, používala digitální rychloběžku což je teploměr, který teplotu změří během cca 15 sekund, nebo digitální teploměr. S digitálními teploměry u metod PPR nejsou sice dobré zkušenosti, protože některé teploměry teplotu „nedoměří“. Ale dá se tomu předejít. Měření teploty na digitálním teploměru ukazuje blikající kontrolka. Tato kontrolka někdy bliká, i když už teploměr dal zvukový signál pro odečtení teploty. Proto při měření digitálním teploměrem je potřeba tuto kontrolku sledovat, nebo nechat i po zvukovém signálu teploměr v dutině a počkat, až teploměr zvukový signál vydá opakovaně. Jinou variantou je také porovnání teplot klasických a digitálních teploměrů. Podle své vlastní zkušenosti vím, že je možné digitální teploměr používat a při porovnání s obyčejným teploměrem se teplota shoduje. Samozřejmě záleží na typu teploměru. Je potřeba si ho nejprve odzkoušet. Výhoda některých digitálních teploměrů je, že poslední naměřenou teplotu uchovávají v paměti a po zapnutí se poslední naměřená teplota znova zobrazí, než je teploměr připraven pro opětovné použití. Toho se dá využít při ranním měření, když by při rozsvícení světla hrozilo probuzení spící rodiny.

Souhrn: Podle mého názoru se manželé se zvolenou metodou dobře sžili a nečiní jim žádné větší potíže. Oba se na zvolené metodě podílejí a žena má ve svém muži oporu a pomoc. Celkový kladný postoj pomáhá manželům vyrovnat se s obtížemi, jako je např. zdrženlivost, která je pro ně, i přes svou nesnadnost, obohacením a výzvou.

### **Manželé B**

Jsou svoji teprve 4 měsíce a vzhledem k jejich prozatímní bezdětnosti a vyššímu věku využívají PPR k otěhotnění. Oba manželé jsou zaměstnaní a mají středoškolské vzdělání. PPR začali využívat z důvodu kladného hodnocení okolí a přání, aby se jim narodilo dítě. Metodě se naučili na předmanželském kurzu. Využívají zatím hlenovou metodu, ale do budoucna plánuje žena sledovat i teplotu. Muž sám udává, že manželce nepomáhá, ale s metodou souhlasí a dodává, že se bude více angažovat, až budou mít více dětí.

I když manželé nepoužívají metodu k oddálení těhotenství, ale k otěhotnění, přiznávají, že se jim na PA jeví nejtěžší zdrženlivost, i když ji zatím nebyli, z výše uvedených důvodů, nuceni praktikovat. Potíže se zdrženlivostí by žena řešila, zatím jen teoreticky, komunikací a myslí si, že časem se vše urovná a manželé si na vše zvyknou. I při krátkém sledování svého těla žena na sobě vnímá změny sexuální touhy během cyklu,

ale ty jí nedělají žádné potíže během manželského spojení.

Manželé vnímají metody PPR jako přirozené, to podle nich znamená respektující pochody, které jsou lidskému tělu vlastní. Nepoužívali nikdy jinou kontrolu početí a kondom a antikoncepční pilulku vnímají jako něco nepřirozeného. Hormonální antikoncepci vidí jako morálně nepřijatelnou, ale u kondomu uvádí, že je sice morálně nepřijatelný, ale nastanou-li vážné důvody pro jeho použití, je možný. S učením katolické církve v zásadě souhlasí a neměnili by je, ale jednotlivé případy manželů by hodnotili individuálně.

Pozitivní a negativní dopad PPR na jejich manželství se zatím nedá hodnotit, protože metodu požívají jen krátce, a to k otěhotnění. Manželé sami doufají, že metody PA jim přinesou do jejich vztahu pozitiva a obohacení. Sexuální život a víru spolu propojují, ale společně se za poznání, kolik dětí by měli mít podle Božího plánu, zatím nedomlil.

Doporučení: Manželům bych mohla doporučit, aby už nyní začali spolu o PA více hovořit, aby si ujasnili všechny věci s PA spojené. Žena by mohla svého manžela v budoucnu, pokud to okolnosti dovolí, více zapojit, aby nedošlo k tomu, že veškerá odpovědnost bude jen na ní.

Manželé byli zařazeni do výzkumu, aby byl patrný rozdíl ve zkušenosti s PPR u novomanželů, kteří s metodou začínají, a manželů, kteří mají s metodou bohaté zkušenosti.

### **Manželé C**

Žijí v manželství od roku 2002, oba vystudovali vysokou školu a žena je nyní na mateřské dovolené se třetím dítětem. Muž pracuje. Metody PA pro ně představují nevyřešenou otázku. O metodě PPR (symptotermální metodě) dozvěděli poprvé na předmanželském kurzu a naučili se ji v Centru pro rodinu. I když metodu PA používali do narození prvního dítěte, něco málo přes dva roky, nakonec od metody upustili z důvodu toho, že se jim zdála nespolehlivá. Manželé nyní používají kondom. Další děti už neplánují, ale přiznávají, že se může stát, že do tohoto rozhodnutí mohou oba dorůst.

Problém 1.: Pro ženu není, jak uvádí, metoda pro vyhnutí se otěhotnění spolehlivá a nevěří ani kondomu na 100 %. Muž metodě také nedůvěřuje, ale oba se shodují, že pro naplánování otěhotnění je velmi dobrá. U manželů se objevuje velká obava před dalším těhotenstvím a pocit, že je to nad jejich síly. Žena je přesvědčena, že se nemůže už spolehnout na nic, a proto s manželem používají kondom jen v neplodných dnech, které ona určuje pomocí symptotermální metody.

Doporučení 1.: Manželům bych doporučila, aby zkusili zajít na kurz symptotermální metody. Doporučila bych jim Bonnskou metodu, která je jedna z nejspolehlivějších, a aby kurzem prošli oba manželé. Mohou se dozvědět spoustu nových informací, které před devíti lety, kdy kurzem prošli, nebyly ještě dostupné a může je to někam posunout, zvláště, vnímá-li manžel C tuto otázku stále jako nevyřešenou. Dobré je seznámit se s výsledky solidních studií spolehlivosti PPR a rozlišení mezi spolehlivostí při “správném” a “typickém” používání. Tyto údaje jsou dostupné i na českém internetu, např. i na Wikipedii (heslo “přirozené plánování rodičovství”).<sup>97</sup>

Problém 2.: Manžel byl, co se spolupráce týká, jak sám přiznává, spíše „*pasivním divákem*“. Svou ženu v PA podporoval tím, že se spolu se zúčastnili kurzu, kde se snažil metodě porozumět. Tabulky se ženou ale nevyplňoval a nehodnotil. Že se jeho žena nachází v plodném období, mu musela sdělit.

Doporučení 2.: Z rozhovoru není patrné, jaká byla komunikace mezi manželky v období, kdy symptotermální metodu využívali. Manžel neměl přehled o cyklu ženy, nevěděl, kdy je plodné a neplodné období, protože s tabulkou nepracoval a byl tak odkázán na její sdělení.

Jeden z problémů může být v tom, že žena řekla svému muži o plodném období až ve chvíli, kdy už byli připraveni na vzájemné spojení, nebo se muž mohl díky pozdním informacím cítit manipulovatelný, nepřijatý nebo odmítaný.

Problém 3: Nejtěžší bylo pro manžele skloubit běžný život s metodou. Žena měla potíže s měřením a výslednými teplotami, které velmi ovlivňoval stres, víno atd.

Doporučení 3.: Řešení těchto potíží vidí manželé (s nadsázkou) v životě bez stresu, který je nereálný. Ženě je možné doporučit sledovat plodnost i nyní při používání kondomu (i když ten může do jisté míry ovlivňovat hlenový příznak), protože čím déle je bude sledovat, tím lépe pozná zmíněné reakce na stres, nevyspání, alkohol atd. Sledováním při používání kondomu nic neriskuje, nemusí mít obavy a může ji to přinést cenné informace, aby začala znovu svému tělu věřit.

---

<sup>97</sup> *Wikipedia.org : Přirozené plánování rodičovství* [online]. 20. 7. 2007, 23. 5. 2011 [cit. 2011-09-29].

Wikipedie. Dostupné z WWW:

[http://cs.wikipedia.org/wiki/P%C5%99irozen%C3%A9\\_pl%C3%A1nov%C3%A1n%C3%AD\\_rod%C4%8Dovstv%C3%AD](http://cs.wikipedia.org/wiki/P%C5%99irozen%C3%A9_pl%C3%A1nov%C3%A1n%C3%AD_rod%C4%8Dovstv%C3%AD).

Velmi důležité může být v takové situaci sledování děložního čípku jako doplňujícího příznaku. Ten není ovlivněn stresem a může poskytnout větší jistotu v náročnějších obdobích, např. po porodu, při kojení atp.

Problém 4: A pro muže byla na PA nejtěžší zdrženlivost, kdy ve chvíli, kdy by si přáli být spolu, tak nemohli a kdy se jim nechtělo, tak „*museli*“, jak uvádějí. Manžel si myslí, že se zdrženlivost dá cvičit. Změna sexuálního prožívání během cyklu se ženy netýká, potíže ho nepocit'uje a manželům nevadilo mít i pohlavní styk během menstruace.

Doporučení 4.: Potíže s přijetím zdrženlivost má hodně párů. Záleží, jaká je jejich motivace k užívání PPR a jak dokáží přijmout plodnost do manželství. Jedná se často o dlouhodobý proces. Manželům bych doporučila více se dozvědět o tzv. tvořivé zdrženlivosti.<sup>98</sup> A také by neměli zapomínat na společnou modlitbu, účast na mši svaté a jiných duchovních programech, které manželé spojí po jiné stránce než tělesné a dodají jim pocit vzájemnosti a síly vytrvat v jejich nelehkém úkolu. Společná modlitba, užívání svátostí jsou také zdrojem vzájemné lásky a síly pro znovu objevení správné cesty.

Slovo „přirozené“ manželé chápou dvěma odlišnými způsoby: za prvé jako něco co vychází z podstaty člověka. PPR pro ně v tomto ohledu „přirozené“ není, protože už i teploměr berou jako něco, co je „nepřirozené“. Antikoncepční pilulku vidí manželé jako nepřijatelnou pro jejich vztah a morálně nepřijatelnou. Užívání kondomu je pro manžely morálně přijatelné, i když tato metoda pro ně jako bariérová antikoncepce „přirozená“ není. Jeho „přirozenost“ (v druhém smyslu, jak ho chápou) vidí manželé v tom, že mohou být spolu vždy, když jim to čas a pěkné chvíle umožní.

Problém 5: S učením katolické církve manželé souhlasí v tom, že „*antikoncepce je (obecně) zlá věc*“, ale nesouhlasí, že „*kondom je zlá věc*“. Myslí si, že v tom by se měl názor katolické církve změnit a podle jejich názoru se tak i stane. Důvodem, proč církev takového stanovisko zaujímá je podle jejich názoru fakt, že církevní usnesení vytvářejí lidé, kteří žijí v celibátu a neví nic o reálném životě manželů a jejich těžkostech.

Doporučení 5.: Znat důvody toho, co katolická církev učí o odpovědném rodičovství a antikoncepci je pro věřícího křesťana důležité a umožňuje předcházet možným

---

<sup>98</sup> K tomuto tématu doporučuji článek napsaný manžely Oscarem a Susan Staudtovýmiz LPP - Tvořivá zdrženlivosti, viz: STAUDT, Oscar; STAUDTOVÁ, Susan. *Lpp.cz : Tvořivá zdrženlivost* [online]. 2005 [cit. 2011-09-29]. Liga pár páru. Dostupné z WWW: <http://www.lpp.cz/?a=20&id=38>.

nedorozuměním. Není-li v okolí žádná fundovaná osoba, která by učení církve dokázala manželům srozumitelně vysvětlit, mohou se poohlédnout po knihách a publikacích, které se tomuto tématu věnují a napsali je lidé nebo manželské páry žijící PPR. Píší v nich o svých těžkostech i radostech.<sup>99</sup>

Problém 6: Žena si myslí, že metody PA „jsou ještě v plenkách“ a je potřeba pracovat na nějakém přístroji, který by jim spolehlivě řekl, kdy je a kdy není plodné období, aby nemuseli žít ve zdrženlivosti dva až tři týdny a stále provázení nejistotou, že otěhotní.

Doporučení 6.: Bonnská symptotermální metoda PPR je v současnosti nejpropracovanější metoda ve světě, který vychází z fyziologie ženského těla a má k dispozici metodiky používání i u žen, které chodí na směny, mají nepravidelný cyklus apod. Myslím si, že v této oblasti přirozeného sledování není možný posun. Jiná věc je vývoj přístroje, který by ženám pomáhal určit začátek a konec plodného období. Vyvíjejí se a jsou i k dostání různé ovulační testy a moderní přístroje na určování plodného a neplodného období, které by žena mohla vyzkoušet, kdyby měli manželé zájem. Jejich cena je však často velmi vysoká a spolehlivost o něco nižší než u klasické symptotermální metody. Dají se ale použít jako doplňující prostředky.

Manželům C metoda přinesla do vztahu i pozitivní věci: rozvoj komunikace a vzájemné porozumění. Muž se hodně dozvěděl o tělesných funkcích ženy i její psychice. Díky používání PA a pochopení ženského těla mají manželé větší úctu ke stvoření. Negativa spojená s dlouhodobým užíváním PA neudávají, ale obávají se, aby je nepotkaly, proto metody PA už neuvívají. Víra a jejich sexuální život se podle jejich názoru prolíná. Žena uvedla, že při plození dětí se i před manželským spojením modlili, aby pozvali Boha do jejich spojení. Děti manželé už neplánují, mají pocit, že „*tři jsou tak akorát*“. Počet dětí berou rozumově, ale díky návštěvě papeže Benedikta XIV. v Brně jim byla dána touha, přijmout třetího potomka, i když v té době už další dítě neplánovali.

---

<sup>99</sup> WEST, Christopher. *Dobrá zpráva o sexu a manželství* (2010), HEALYOVÁ, Mary. *Muži a ženy jsou z ráje : Průvodce Teologií Jana Pavla II.* (2009), nebo KIPPLEY, John F. *Manželství je natrvalo : Základy křesťanského manželství* (2001). Ze slovenských autorů to jsou např. KNOTZ, Ksawery. *Sex, ako ho nepoznáte*(2010), DOYLE, Fletcher. *...aby smebohijedno : Zdravý sexuálny život v manželstve* (2007).



Souhrn: Celkový postoj manželů k PA je negativní. Žena nevěří svému tělu, bojí se, že by případné další dítě už nezvládli řádně vychovat, uživit a dopřát mu vše co, by si přáli. Díky tomuto postoji byla žena stresována při užívání PA a manžel, když viděl její stav, přistoupil na bariérovou antikoncepci. Myslím si, že v jejich manželství došlo i k neporozumění učením církve a k tomu, že kněží v jejich okolí jim nedali jasnou odpověď na jejich dotazy nebo je neodkázali na odborníky v této oblasti. I přesto, že se manželé spolu modlili a vnímají přítomnost Boha a jejich spoluúčast na zplození dětí, situaci PPR sami manželé hodnotí jako nevyřešenou a myslím si, že je to jejich velká bolest, se kterou zápasí.

### **Manželé D**

Žijí v manželství necelé tři roky, oba vystudovali vysokou školu, nyní jsou zaměstnáni a čekají první dítě. O existenci metod PA se dozvěděli před 10-15lety na kurzu někde v křesťanských kruzích. Samotné metodě se žena D učila z knih a byla i na konzultacích v Centru pro rodinu. Rozhodli se pro metodu PPR, protože si byli morálně jistí, že je to tak správně. Metodu užívali rok a tři měsíce. Zažili neplánované těhotenství, i když metodu užívali poctivě, ale spontánně potratili. Po následných zdravotních problémech metodu přestali užívat.

Problém 1: Manželé používali symptotermální metodu, která, jak uvádějí, jim nefungovala, a pak používali Bilingsovu metodu s kalendářní. Žena sledovala hlen v kombinaci s délkou cyklu, který měla pravidelný. Manželé D si myslí, že metoda, kterou používali, je spolehlivá, ale ne 100%. Žena D si byla ze začátku, při určování plodného a neplodného období, jistá svým subjektivním určením na 100 %, po neplánovaném těhotenství už jen 60-70 %. Žena uvedla, že aby si byli s manželem jistější, prodlužovali si období zdrženlivosti. Měření teploty vidí žena D u sebe jako něco nereálného, protože nevstává každý den ve stejnou hodinu a teplotu jí ovlivňuje mnoho faktorů. Při sledování hlenu a délky cyklu si je jistější. Muž D zapojen po PPR moc nebyl. Ženu sice podporoval, řešili spolu některé věci, ale aby se plně na PPR podílel to ne. Manželé D sami hodnotí, že by se tato stránka u nich měla/mohla změnit.

Doporučení 1.: Jako velice cenné vidím u ženy, že když jí nevyhovovala symptotermální metoda s měřením teploty, sama si našla informace a začala používat jinou

metodu, se kterou byla spokojenější. (Je ovšem třeba dodat, že čistě hlenová metoda je méně spolehlivá než metoda symptotermální.) Prodlužování období zdrženlivosti není vždy dobrým řešením pro zvýšení subjektivní jistoty ani pro manželský vztah. Doporučovala bych manželům, aby s cyklem zašli konzultovat cyklus, ve kterém došlo k neplánovanému těhotenství a tím si tak ujasnit případné nejasnosti. Žena D přistupovala k metodě jako k antikoncepci.

Problém 2: Manželé se k metodě staví jako k něčemu „*co funguje, nefunguje*“ a je hodně „*protlačováno*“ v církevních kruzích špatným způsobem. Negativní zkušenost pro ně bylo první těhotenství, protože přineslo stres z nečekané události a následně potratu a pocit zklamání, protože této metodě žena D plně důvěřovala.

Nejvíce pobouřilo ženu D přístup, jakým jí byla metoda prezentována. Myslela si, že bude stejně účinná jako hormonální antikoncepce, a fakt, že to tak není, jí zklamal. Myslí si, že kdyby jí bylo řečeno, že spolehlivost je jen 80%, tak by s tím více počítala a nebyla by pak tak zaskočena.

Doporučení 2.: Zvýše uvedeného vyplývá, že je nutné zlepšit prezentaci metod PA. Manželské páry by měly být lépe informovány a součástí výuky by mohla být i odpověď na otázku, jak se vyrovnat s neplánovaným těhotenstvím. Žádná z metod kontroly početí nemá 100% spolehlivost. Všechny mohou selhat. Dokonce i manželský pár, který podstoupil sterilizaci, může otěhotnět. Je potřebné mít toto vždy na paměti.

Problém 3: Nejtěžší bylo pro manželé období zdrženlivosti. Východisko z potíží manželé nevidí. Uvádějí s nadsázkou, že by se měl muž během plodného období odstěhovat. Ví, že se pravidla metody nedají změnit a naučit se zdrženlivosti je potřebné, chce-li člověk tuto metodu praktikovat. Daleko těžší byla pro manželé zdrženlivost před manželstvím.

Doporučení 3.: Zdrženlivost je těžká pro většinu manželských párů. Záleží, jak k manželské zdrženlivosti přistupují a jaký je jejich motiv. Manželům bych doporučila to samé jako páru C u problému č. 4 na straně 101.

Problém 4: Manželé D vidí PA přirozenou v tom, že při jejím používání nepoužívají žádné umělé prostředky. Nepřirozenost je, podle manželů D v tom, že se nemohou chovat spontánně při prožívání své sexuality. Kondom manželé hodnotí jako něco přirozenějšího než jiný druh antikoncepce. Antikoncepční pilulka je pro manžely morálně nepřijatelná.

U kondomu uvádí manželé, že podle nich mohou být situace, kdy je morálně přijatelný, jako v jejich případě. S učením církve v zásadě pár souhlasí a neměnil by ho, ale myslí si, že svět není tak černobílý a je třeba, aby církev uměla reagovat na starosti a problémy dnešního světa. Zároveň podotýkají, že je rozdíl mezi tím, co církev hlásá, a jak k tomu přistupují jednotliví kněží, když k nim jdou manželé pro radu.

Doporučení 4.: Možná by bylo dobré, aby si manželé prohloubili znalosti učení katolické církve, aby lépe poznali a porozuměli církevnímu učení. Doporučení se zde týká také vzdělání a formace kněží, aby byli schopni manželům pomoci na cestě jejich růstu v této oblasti.

Souhrn: Manželé nejsou radikálně proti metodám PA a v budoucnu by se chtěli k metodě PA vrátit. Negativně pociťují i ovlivňování jejich sexuálního života zdrženlivostí. Pozitivně hodnotí zlepšení komunikace, vzájemné spolupráce a pocit, že jednájí morálně správně. Sexualitu a víru mají spolu úzce spojenou a toto spojení ovlivňuje všechny jejich postoje v sexuální oblasti. Za vnuknutí, zda mají mít manželé další děti, se zatím nemodlili, protože jsou, jak sami říkají, ve stadiu, kdy ještě děti mít chtějí.

Manželům je možné doporučit, aby absolvovali společně kurz PPR na symptotermální metodu, protože jak již bylo uvedeno výše, Billingsova metoda se v ČR nevyučuje. I když nebudou symptotermální metodu používat, můžou potřebné informace využít při používání Billingsovy hlenové metody, protože symptotermální metoda sleduje krom teploty a čípku také hlen. Muž pozná více fungování ženského těla i metodu samotnou a může být pak své ženě při vyhodnocování pomocníkem. Všechny životní zkušenosti, které díky metodě PA manželé zakusili, ať kladné nebo záporné, je podle mého názoru nasměřovaly správným směrem. Chtějí spolu více komunikovat na toto téma a žena chce více zapojit manžela. Začíná se u nich měnit i postoj, který původně k metodě měli. Je důležité, aby si uvědomili, že při manželském styku je s nimi Bůh, který jim i přes neplodné období a dodržení všech pravidel, může svěřit nový život. Pokud budou stále otevření pro přijetí každého dítěte, budou tuto metodu využívat s větším klidem a pohodou.

## Manželé E

Manželé žijí spolu 23let, mají čtyři děti a oba jsou zaměstnaní. O metodách PA se dozvídali prve jen z článků v novinách a až později, když už měli tři děti, tak absolvovali kurz PPR a zúčastnili se studie, která v té době probíhala v ČR. Symptotermální metodu užívají 20let a před tím zkoušeli i jiné, metody kontroly početí, které vycházely z fyziologie těla ženy, ale blíže je nespécifikovali. Metoda PPR je pro ně rozporuplná, protože jim přinesla kladné i záporné zkušenosti. Zvolili si jí, protože je to jediný způsob regulace plodnosti, který je slučitelný s jejich vírou. U symptotermální metody žena E sledovala teplotu a hlen. Subjektivně si při používání této metody byla jistější než u jiných druhů kontroly početí, které byly na podobné bázi. Procentuálně žena udává, že si věřila na 95%. Celkově zvolenou metodu hodnotí jako spolehlivou. Nejtěžší bylo pro manžely přijmout metodu PA a zvyknout si na ni. U ženy se to týkalo hlavně měření teploty a u muže zdrženlivosti. Postupem času se manželé s těmito potíži vyrovnali. Řešení těchto problémů vidí v přijetí metody a v rozvoji technických možností, které by ulehčily ženě každodenní měření teploty. Problémy se změnou sexuální touhy a sexuálním uspokojením ženy neměla. Změny na sobě pozorovala, ale potíže jí to nedělalo až do doby její nemoci. Nyní problémy v této oblasti má.

Otázku přirozenosti PA rozdělují manželé do dvou částí: 1. přirozené ve smyslu nezasahující do fyziologie ženského těla, zde PA pro manžely přirozené je a 2. přirozené v oblasti spontánního chování manželů, které je pro manžely nepřirozené. Manželé nyní používají metodu PA a k ní používají kondom v neplodných dnech, protože žena onemocněla a její léčba by v případě otěhotnění zapříčinila těžké postižení plodu. Kondom ani antikoncepční pilulka pro ně nejsou přirozené věci, ale kondom je pro manžely přijatelný. Z morálního hlediska je antikoncepce pro manžely nepřijatelná a kondom v některých případech, kdy se jedná o zdraví ženy nebo dítěte, přijatelný.

S učením katolické církve manželé souhlasí. Zaujímají názor, že „*laika by měla být vysoko*“. U manželů, kteří jsou zdraví, nevidí důvod, aby žili v tomto řádu, ale u manželů se zdravotními problémy by posuzovali jednotlivé případy zvlášť. Církevní učení by neměnili, protože si myslí, že by každý lidský život měl být chráněn. Symptotermální metodu vnímají jako záchranu, protože vlivem špatného užívání jiných metod PA manželé měli tři děti po třech letech manželství a nevěděli, jak mají plodnost regulovat. Proto společná účast na kurzu PPR byla pro ně, jak říkají vysvobozením.

Oba manželé vnímají pozitivně společnou účast na kurzu PA, poznání funkcí lidského těla. Víra velice ovlivňuje jejich sexuální život. Muž E uvedl, že kdyby víra v jejich životě

nehrala roli, nepoužívali by metodu PA, která není vždy jednoduchá, ale jinou formu kontroly početí. Společně se při rozhodování o možnostech přijetí dalšího dítěte nemodlili, protože měli pocit, že dětí už mají dost. Žena přiznává, že se snažila být vždy v tomto otevřená a modlila se za to, ale bez manžela.

Problém 1.: Negativně vnímala žena zodpovědnost, kterou měla při určování plodného období a mužovu nepřátelskou reakci, když došlo k něčemu nepředvídanému. Manžel na metodu PA přistoupil a rozumově se s ní ztotožnil, ale hned ji plně nepřijal. Byl sice se ženou na kurzu PA, a věděl, v jaké fázi cyklu se jeho žena nachází, ale do záznamů pravidelně nenahlížel a pro jistotu se vždy ženy ptal. Až po čase, když viděl snahu své ženy, tak se změnil jeho přístup a začal jí pomáhat při vyhodnocování, když si nevěděla rady. Manželka měla pocit, že veškerou zodpovědnost nese na sobě sama. Reagovalo-li její tělo jinak než obvykle, nebo se zpozdili měsíčky, docházelo mezi manžely ke konfliktu.

Doporučení 1.: Neúplné zapojení manžela do PPR přineslo manželům mnoho bolesti, která v manželství ještě, podle mého názoru přetrvává a není úplně vyřešena. Doporučila bych manželům, aby se zkusili o těchto otázkách promluvit a zkusili si odpustit to, co ještě odpuštěno nebylo a vyvolává v nich bolest. Manželé se spolu nemodlili za oblast PPR, ale modlili se každý zvlášť. Mohli by zkusit společnou modlitbu za uzdravení těch chvil, kdy se zranili v této oblasti.

Problém 2.: Manželé zažili během užívání PA neplánované těhotenství. Protože byli zařazeni do výzkumu, byl jejich záznam, kdy došlo k otěhotnění podroben kontrole a zjistilo se, že otěhotněli, i když dodrželi všechny pokyny, které metoda udává. Neplánované těhotenství vzali pozitivně a udávají, že jim přineslo jen samé klady a pomohlo vyřešit rodinnou situaci. Nyní ze zdravotních důvodů další děti neplánují.

Doporučení 2.: V tomto případě se s ním manželé vyrovnali dobře a další doporučení zde není zapotřebí.

## Manželé F

V manželství žijí 29 let, oba vystudovali vysokou školu a narodily se jim čtyři děti. Metoda PA byla součástí jejich manželství 20let. PPR je pro manžely F skvělou možností jak naplánovat rodinu. Poprvé se o této možnosti dozvěděla žena, ještě jako svobodná dívka, od své švagrové, která byla na předmanželské přípravě u kněze. Začala se sama sledovat, přečetla si knihu a seznámila s touto metodou svého manžela. Metodu PA si oba manželé zvolili, protože nikdy nechtěli užívat antikoncepční pilulky a kondom považují za nedůstojný manželského spojení. Žena používala hlenovou metodu a sledovala i příznaky, které byli u ní spojeny s probíhající ovulací. Zvolenou metodu považuje žena za spolehlivou a myslí si, že kdyby měla digitální teploměr, který by jí řekl, jakou má teplotu, byla by tato metoda ještě spolehlivější. Při určování plodnosti si nebyla nikdy 100% jistá, ale věřila si na 75%.

Manžel vidí roli mužů ve schopnosti se ovládat, kterou se naučili v období známosti a výchovou. O plodnosti ženy se dozvídal z komunikace mezi manžely. Žena si nikdy žádné záznamy nevedla, krom zápisu data menstruace, proto byl muž závislý na komunikaci partnerů. Nejtěžší byla pro manžely v době užívání PA sebeovládání. Problémy spojené se zdrženlivostí řešili komunikací a lásku si sdělovali i jinak než jen milostným sexuálním spojením. Změnu sexuální touhy žena na sobě vždy pociťovala. Potíže s uspokojením v neplodné období žena neměla, ale pociťovala na sobě zvýšenou citlivost pokožky a každý dotek byl pro ni lechtivý.

Metodu PA považují za nejpřirozenější ze všech metod PA. Přirozená pro ně je, pokud se jedná o funkci lidského těla. Nepřirozená pro spontánní rozvoj sexuálního spojení manželů. Z jiných metod kontroly početí zkusili přerušovanou soulož. Cítili se po ni velmi špatně a už vícekrát ji nepoužili, protože si myslí, že je to něco, co je neslučitelné s Božím plánem. Antikoncepce a kondom je pro svědomí těchto manželů nepřirozená a morálně nepřijatelnou věcí, ale chápou páry, které tuto metodu volí jako menší zlo.

Církev je, podle manželů F, matka a snaží se chránit člověka, proto se staví proti antikoncepci. S učením církve manželé souhlasí, neměnili by ho a jsou za ně vděční. Manželé se cítí být PA obohaceni. Myslí si, že i když PA manžely v sexuálním životě v určitou dobu omezuje, tak pak to má velmi kladný vliv na prožívání jejich sexuality. Zastávají názor, že čeho je příliš, tak pak to není tak kvalitní. Nějak výrazně se manželé omezení necítili a projevovali si lásku jinými způsoby.

Obohacení manželé vidí v poznání funkcí ženského těla. Negativa při užívání metody PA, manželé nezažily. Neplánované těhotenství zažili manželé F jedenkrát. Žena neměla

žádné příznaky ovulace. Domnívá se, že manželovy spermie byly v tu dobu velice živé a přežili v těle déle než jindy. Těhotenství manželé přijali s radostí a byli vděční, protože se jim narodil chlapec. Manželskou sexualitu vnímají jako dar od Boha. Sexualita a víra je u manželů silně propojena. Počet dětí nechávali na Bohu, snažili se, aby nebyli vždy hned za sebou, a když přišla nemoc, kdy by další dítě mít nemohli, vyhnuli se manželskému spojení ze zdravotních důvodů na půl roku.

Shrnutí: Manželé přijali PA do vztahu s velkou důvěrou v Boží prozřetelnost. Díky dlouhé známosti se naučili sebeovládání, ze kterého těžili ve svém manželství. Neplánované těhotenství přijali s radostí, protože zastávají názor, že: *„Děti jsou nad zlato, stříbro a zlaté kamení.“* I nyní v době po přechodu ženy jsou otevření pro početí dalšího potomka, kterého si přáli, ale už nepočali. Myslím si, že pozitivní přístup manželů k PA, dětem a umění předávat si lásku jinak než sexuálním stykem, vneslo do jejich manželství tolik pozitivních zážitků. Těžkosti, které s PA taky prožili, přijali jako formu pokání a povýšili je na vyšší duchovní úroveň.

## 6.7 Doporučení

Tato kapitola obsahuje doporučení pro ty, kteří chtějí s PA začít – začátečníky, pro vyučující, kteří se věnují vzdělávání manželů v oblasti PA, a pro kněze, kteří se s těmito problémy setkávají při různých příležitostech ve svých farnostech i mimo ně.

Doporučení vychází z výzkumu, který byl popsán v kapitole 6 na straně 34 – 82. Výsledné návrhy na zlepšení některých problematických oblastí vychází přímo z potřeb a subjektivního vnímání jednotlivých manželských párů používajících metody PA.<sup>100</sup>

### A. Začátečníkům

Všem párům, které chtějí začít metodou PA používat. Manželské páry doporučují:

1. Vyhledat dostatek potřebných informací týkajících se PA (internet, knihy, atd.).
2. Teoretické informace doplnit svědectvím a zkušenostmi zkušeného manželského páru.
3. Rozhodnutí o užívání některé z metod PA musí být svobodné a dobrovolné. Je dobré se předem ujistit o stejném názoru a ochotě spolupracovat v této oblasti.
4. Motivace, tj. důvod, proč používat právě metodu PA. Dobrá motivace pomáhá lépe snášet prvotní potíže spojené s PA.
5. Dobře se zvolenou metodu naučit. Dobré je nechat se proškolit manžely, kteří jsou k tomu kompetentní, nebo navštívit nějaké školicí středisko zabývající se metodami PA.
6. Vždy být otevření možnému početí.
7. Nenechat se odradit. Nevzdávat to.
- 8.

Metodu PA doporučují uživatelé nejen novomanželům, ale všem, kteří ji ještě nezkoušeli, protože se o sobě manželé mohou hodně dovědět a lépe se poznat po fyziologické stránce. Jeden z párů metodu PA nedoporučuje manželům, kteří se staví k těhotenství negativně.

Čím déle manželé metodu PA používají, tím lépe jí dokáží aplikovat na jejich manželský sexuální život. Dostatek kvalitních informací o PA je pro manžely nezbytný.

---

<sup>100</sup> V kapitolách pod názvem: Začátečníkům, Učitelům Pa, Kněžím, uvádím pouze závěry, které z výpovědí vyplývají. Plné znění otázek a odpovědí je obsaženo v příloze č. 2 – Manželé doporučují – otázky a odpovědi.



Tyto informace se netýkají jen samotné zvolené metody (spolehlivosti, délky zdrženlivosti a způsobu vyhodnocování), ale taky postoje církve, ke které se manželé hlásí.

## **B. Učitelům PA**

Všem, kteří se věnují metodám PA a jejich šíření mezi manželskými páry, snoubenci nebo mládeží.

1. Manželské páry dávají přednost vyučujícímu manželskému páru před jednotlivci.
2. Umět se podělit o osobní zkušenosti s metodou PA a to bez ohledu, zda zkušenost byla kladná nebo záporná.
3. Požadují objektivitu, pravdivost a chápavost.
4. Učitelé PA mají být odporníky v dané oblasti, mají se stále vzdělávat a nestavět své informace „jen na jedné přečtené knize“.
5. Říkat vždy pravdivé a úplné informace.
6. Měli by umět dobře vysvětlit nejen pravidla metody PA, ale také její morální aspekty.
7. Žít v kontaktu s uživateli PA, mít zpětnou vazbu.
8. Umět nabídnout i alternativy ve shodě se svým svědomím.
9. Objektivnější způsob propagace metod PA s uváděním uživatelského index<sup>101</sup> spolehlivosti.
10. Zdůraznit to, že je dobré, naučit se a vyzkoušet si metody PA hned na začátku manželství, kdy mají dostatek prostoru pro zžití se se zvolenou metodou PA.
11. Zaměřit se na mladé lidi, učit je zdrženlivosti a úctě k sexu, vysvětlit jim klady, které sebou nese sebeovládání a metody PA.

---

<sup>101</sup> Uživatelský index udává, kolik páru ze sta otěhotnělo při běžném užívání metody. (Jsou v něm zahrnuti i chyby manželů, kterých se během používání a vyhodnocování metody PA dopustili).

## C. Kněžím

Zde jsou obsaženy přání a očekávání manželů, které jsou adresovány kněžím a církvi. Manželé doporučují:

1. Církev by měla podporovat výuku PPR a informovat o těchto metodách snoubence a mládež.
2. Metodu PPR přednášet objektivně, bez stanoviska, které by odrazovalo.
3. Přítomnost fundovaných lidí na teologických fakultách, kteří by nastávající kněze školili v této problematice. Proškolit již vystudované kněze tak, aby dokázali manželům pomoci, nebo aby je dokázali odeslat na fundovaná pracoviště, která se zabývají PA.<sup>102</sup>
4. Církev v čele s kněžími, by měla, podle manželů, více hovořit o sexuální etice.
5. Kněz by měl mít kolem sebe společenství manželů, kteří jsou ochotni s ním hovořit o tom, jak žijí manželé svou manželskou sexualitu, aby měl reálnou představu o těchto věcech. Přínosem může být zpětná vazba na danou problematiku a dvojitý pohled manželský a kněžský. Informace získané z literatury jsou cenné, ale osobní zkušenost mají, podle manželů, větší hodnotu.
6. Více se věnovat sexuálním otázkám hlavně ve spojení s mládeží. Církev by měla být protikladem pře-sexualizované společnosti a měla by umět ukazovat cestu nepoučené mladé generaci. Vše souvisí s výchovou, ale mluví-li se o sexu např. v kázání, mají pak rodiče na co navázat.

Co manželé od kněží očekávají:

1. Mohou poskytovat informace a odkazovat na osoby, které jsou kompetentní k radám v oblasti PA.
2. Zdůrazňování a vysvětlování církevního hlediska, se kterým se sexualita a manželství pojí.
3. Pochopení a zájem.
4. Že manželům ukážou cestu, když z ní sejdou.
5. Nebudou se vyhýbat tématu, jako je antikoncepce, PA a sexuální etika.

---

<sup>102</sup> Kontakty na pracoviště zabývající se problematikou PA v ČR jsou obsažena v příloze č. 3.

6. Že budou ochotně hovořit o oblastech sexu s mladými, ještě než vstoupí do vztahu či manželství.
7. Uspořádají pro manžely nějaký seminář, biblickou hodinu nebo přednášku.
8. Chápavost, aby neodsuzovali člověka a dokázali manželům poradit.
9. Obezřetnost v případech, kdy za nimi přijdou manželé, aby jim dali „povolení k užívání antikoncepce.“
- 10. Jednotu!**

Doporučení, které je určeno kněžím obsahuje i Vademekum pro zpovědníky v některých otázkách manželské morálky. Od kněží lidé očekávají, že budou hlásat jednotně církevní učení týkající se antikoncepce a věcí s ní spojených. Chybí-li kněžím jednota v hlásání církevního učení a v přístupu ve zpovědi, vyvolává to u věřících zmatek, nejednotu a pohoršení.<sup>103</sup> Doslova zde čteme: „*Od kněží se očekává, že – v dokonalé věrnosti učitelskému úřadu – budou jak při katechezi a přípravě na manželství, tak poučování a udílení svátosti smíření používat jednotní kritéria o mravní hříšnosti antikoncepce.*“<sup>104</sup> Nesmějí, z lásky k duším, slevit z Kristova učení spásy v žádném bodě.<sup>105</sup> Úkolem biskupa je starat se o tuto kněžskou jednotu.<sup>106</sup> Kněžská služba není jednoduchou záležitostí. Je mnoho věcí, které musí kněží vědomostně obsáhnou, ale přesto bych byla rády, kdyby se alespoň nad těmito doporučeními pozastavili a snažili se alespoň o vzájemnou jednotu v hlásání církevního učení, které je v této oblasti tolik potřebné. Lidé kněžím velmi důvěřují, a dají na jejich slova, proto na jejich vzdělání v oblasti PA, sexuální morálky, stejně jako na jejich jednotě záleží.

---

<sup>103</sup> Srov. Papežská rada pro rodinu. *Vademekum pro zpovědníky v některých otázkách manželské morálky*.

Praha : Sekretariát České biskupské konference, 12.2.1997. 24 s. Č.16, dále jen *Vademekum pro zpovědníky v některých otázkách manželské morálky*.

<sup>104</sup> Tamtéž.

<sup>105</sup> FC 33

<sup>106</sup> Srov. Vademekum pro zpovědníky v některých otázkách manželské morálky č. 16.

## 7. Závěr

Tato práce se zabývala tématem přirozeného plánování rodičovství (PPR) a periodické abstinence (PA), které je diskutované v mnoha kruzích a je velmi důležité pro život věřících manželů, kteří chtějí žít podle evangelia a doporučení církve.

Cílem diplomové práce bylo zjistit, zda je možné žít PA v běžném životě, zda a jak dokáží manželské páry žít periodickou zdrženlivostí. Jaká je u manželů náboženská motivace při rozhodování se pro PA a způsob spolupráce při užívání těchto metod. Jestli je možné církevní učení a doporučení týkající se PPR skloubit s životem manželů, a jaké důvody vedou manželské páry k ustoupení od zvolené metody. Různorodé zkušenosti uživatelů, které byly zjištěny během výzkumu, jsou závislé na délce užívání a celkovému postoji a přístupu k PA.

Teoretickou část jsem rozdělila na čtyři části. V první jsem se snažila přiblížit, co je to křesťanské manželství (2.) a v čem je výjimečné. Povolání k manželství je jednou z cest, jak dojít ke svatosti, žijí-li manželé pravdivě svůj manželský slib, s ním spojenou manželskou lásku, čistotu a plodnost. Ukázala jsem zde, provázanost manželské lásky a plodnosti se sexualitou a manželskou čistotou, která je nezbytná při praktikování odpovědného rodičovství. V druhé části jsem definovala termín odpovědné rodičovství (3.), zabývala jsem se etickým rozdílem antikoncepce a periodické abstinence a také morálností jednotlivých metod kontroly početí z hlediska učení a doporučení katolické církve. Ve třetí části jsem se zaměřila na periodickou sexuální abstinenci, jakožto na kontrolu početí (4.). Přiblížila jsem zde historii jednotlivých metod PA, jejich spolehlivost, nároky a způsob přijetí do manželského vztahu. Poslední čtvrtá část má poukázat na to, jaký vliv má periodická abstinence na manželský vztah (5.).

Hlavní praktickou část diplomové práce tvořil výzkum, kde jsem se snažila přijít na to, proč je takový rozdíl v sexuálním prožívání u manželů používajících metody PA. V čem tkví jejich spokojenost, nespokojenost a důvody, které je vedly k volbě jiné metody kontroly početí než je PA. Odpovědi na výše položené otázky jsem zjišťovala kvalitativním způsobem, formou řízeného rozhovoru. V rozhovoru bylo položeno 42. základních otázek (některé obsahovaly ještě podotázky). Rozhovory byly nahrávány, následně přepisovány do PC a analyzovány.

Výzkumný soubor tvořilo šest manželských párů různého věku (od 25 do 55 let), vzdělání (SŠ, VŠ, VŠO), s různou délkou manželství (od 4 měsíců do 29 let), i s různými zkušenostmi s PPR (pozitivními i negativními). Některé páry PPR z důvodu negativní zkušenosti již nepoužívají. Všichni dotázaní se hlásili ke katolické církvi. Pestrost souboru je velice přínosná, neboť jsem mohla porovnat manželské páry, které s PA teprve začínají s těmi, kteří PA používaly celý život a nyní jsou již v po klimakterické době.

Různorodost věku i délka manželského soužití daly možnost ukázat různé zkušenosti manželů s PA. Z hodnocení výsledků vyplynulo, že PPR v dotázaných vyvolává asociaci zodpovědné přístup k manželskému intimnímu životu, ale u některých i nevyřešenou životní otázku. Přirozenost metod PA vnímají manželé dvojím způsobem. PA může být chápáno jako přirozená i nepřirozená metoda kontroly početí. Záleží na tom, jak manželé pojem přirozenosti vymezí. První význam slova - „přirozenost“, pro manželské páry znamená něco, co nezasahuje do lidské fyziologie. V tomto ohledu PA je přirozenou metodou. Druhým významem slova - „přirozený“ je „spontánní“, ve spojení se sexuální touhou a možností mít pohlavní styk kdykoli. V tomto ohledu PA není pro manžely přirozenou metodou. Tímto pohledem nazírají manželé i na přijatelnost antikoncepční pilulky, která je pro všechny páry a jejich manželství nepřijatelná a nepřirozená metoda kontroly početí, na rozdíl od kondomu, který přes svou nepřirozenost je vnímán třemi páry ze šesti jako přípustný. Manželské páry, které vyzkoušeli během manželství i jiné metody kontroly početí než jen PA sdělily, že s metodou PA bylo jejich sexuální prožívání lepší než s jinou antikoncepční metodou.

Při používání PA je velice důležitá motivace. Motivace manželských párů, která je vedle k používání metod PA, byla různá. Od morálního a etického hlediska, odmítání užívání antikoncepčních prostředků, až po touhu být v souladu s učením katolické církve. Neboť víra ovlivňuje sexuální život všech dotázaných manželských párů. S učením katolické církve někteří manželé nesouhlasili, jiní jsou za církevní učení vděční. Rozdílnost názorů je dána negativními zkušenostmi, které prožili, způsobem, jakým manželé přijali plodnost do svého manželského vztahu, a další řadou faktorů, které byly popsány v 5. kapitole.

Stejně důležitá jako motivace je i spolupráce manželů ve výběru, pro ně spolehlivé metody, a následném užívání metody. Spolupráce muže se ženou byla v podpoře a ve vyřčeném souhlasu, bez kterého by se PA dalo praktikovat jen s těžší. Nejčastěji manželé používali metodu symptotermální a hlenovou, u kterých se subjektivní jistota žen,

že správně určí plodného období, pohybovala průměrně od 60 do 75 %. Za spolehlivou považuje zvolenou metodu pět párů ze šesti a pouze jeden pár se nechce k používání PA vrátit.

Z hodnocení výsledků vyplynulo, že manželé považují PA jako pozitivní a přínosnou pro jejich vztah. Tento názor zastávají i manželé, kteří PA již nepracují. Přínos pro jejich manželství vidí páry ve větší informovanosti obou partnerů o funkcích ženského těla, ve zlepšení komunikace, ve vnímání dvou rovin lidské bytosti a to tělesné - sexuální a duchovní, větší úctě ke stvoření a v pocitu, že učinili správné rozhodnutí, když se rozhodli pro používání metod PPR.

Jako problematické jmenovali někteří manželé sledování teploty, potíže s vyhodnocováním, těžkosti s PA při zdravotních komplikacích a také problémy s přijetím metody. Možné řešení výše jmenovaných těžkostí vidí ve vylepšení komunikace mezi manžely a technickém pokroku, který by se zabýval touto oblastí. Během používání PA tři páry ze šesti neplánovaně otěhotněly, ale pouze jeden pár neplánované těhotenství uvedl jako negativní zkušenost. Oblast zdrženlivosti, která je také negativně, je pro některé manžely problém a pro některé, výzvou. Uvědomují si nutnost zdržovat se pohlavního styku během plodného období, nemohou-li přijmout další dítě, ale i tyto těžkosti přijímají některé páry jako součást života a možnost naučit se sebekontrolu, která pro ně představuje kladnou stránku věci.

Diplomovou práci na téma „Periodická abstinence jako výzva manželského života“ jsem si vybrala proto, abych zjistila a ukázala, zda je možné PPR žít v běžném životě, jaké s sebou nese úskalí, ale i požehnání. Zvolit si PA jako styl života znamená říci ANO manželské sexualitě v pravdě a v plnosti stvoření. A i když se nejedná o lehkou cestu, dá se po ní v manželství kráčet. Přínos této diplomové práce vidím v tom, že obsahuje široký pohled na život manželů, žijící PA. Díky kvalitativnímu přístupu, rozhovoru, který se zabýval zkušeností manželů do hloubky, bylo možné zjistit více informací týkající se života s PPR a názory manželů na řešení potíží s PA nebo vztahu k církevnímu učení.

Informace, které jsem se díky výzkumu dozvěděla, bych chtěla poskytnout učitelům PA, aby díky zjištěným skutečnostem dokázali manželům lépe poradit, i kněžím, kteří se věnují pastorační práci manželů, popřípadě těm, kteří by chtěli se o PA více dozvědět.

## 8. Seznam použité literatury

### A. *Dokumenty církve*

BENEDIKT XVI. *Encyklika Deus caritasesest : Bůh je láska*. Praha : Paulinky, 2006. 63 s. ISBN 80-86949-03-6.

*BIBLE : Písmo svaté Starého a Nového zákona*. Praha : Česká biblická společnost, 1996. 1290 s. ISBN 80-85810-11-5.

*Dokumenty II. Vatikánského konsilu*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2002. Gaudium et spes, s. 173-265. ISBN 80-7192-467-9.

*Dokumenty II. Vatikánského konsilu*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2002. Lumen gentium, s. 29-100. ISBN 80-7192-467-9.

JAN PAVEL II. *Familiaris consortio : O úkolech křesťanské rodiny v současném světě*. Praha : Zvon, České katolické nakladatelství a vydavatelství, 1992. 101 s. ISBN 80-7113-161-X.

JAN PAVEL II. *Teologie těla: Katecheze Jana Pavla II. o lidské lásce podle Božího plánu*. Praha : Paulinky, 2006. 599 s. ISBN 80-86025-99-3.

*Jeruzalémská bible : Písmo svaté vydané Jeruzalémskou biblickou školou*. Vyd.1. Praha, Kostelní Vydří : Krystal OP, Karmelitánské nakladatelství, 2009. 2229 s. ISBN 978-80-7195-289-3, ISBN 978-80-87183-10-6.

*Katechismus katolické církve*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2001. 793 s. ISBN 80-7192-488-1.

*Kompendium Katechismu katolické církve*. Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, 2006. 209 s. ISBN 80-7195-079-3.

Kongregace pro nauku víry. *Donum vitae : Dar života*. Šlapanice : OLPRINT, 1996. 43 s.

Kongregace pro nauku víry. *Donum vitae : Dar života*. Brno : Hippokrates, 2007. 43 s. ISBN 978-80-903949-0-2.

PAVEL VI. *Encyklika Humanae vitae : O správném řádu předávání lidského života* [online]. První pracovní překlad. [s.l.] : Překlad Karel D. Skočovský, 2011 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW: <http://teologietela.paulinky.cz/dokumenty/dokument/Humanae-vitae.html>.

PIUS XI. *Casti connubii. O křesťanském manželství*. Olomouc : Lidové knihkupectví v Olomouci, 1935. 65 s.

## B. Ostatní zdroje

- DOYLE, Fletcher. ...*aby smebolijedno : Zdravý sexuálny život v manželstve*. Bratislava : Lúč, 2007. 206s.
- HEALYOVÁ, Mary. *Muži a ženy jsou z ráje : Průvodce Teologií Jana Pavla II*. Praha : Paulínky, 2009. 119 s. ISBN 978-80-86949-70-3.
- KIPPLEY, John F. *Manželství je natrvalo : Základy křesťanského manželství*. Olomouc : Matice cyrilometodějská, 2001. 143 s. ISBN 80-7266-075-6.
- KNOTZ, Ksawery. *Sex, ako ho nepoznáte*. Pezinok: Familiaris, 2010. 206 s.
- KONEČNÁ, Hana. *Na cestě za dítětem : Dvě malá křídla*. Praha : Academia, 2003. 318 s. ISBN 80-200-1055-6.
- Papežská rada pro rodinu. *Vademekum pro zpovědníky v některých otázkách manželské morálky*. Praha : Sekretariát České biskupské konference, 12. 2. 1997. 24 s.
- SIELERT, Uve, et al. *Sexuální výchova*. Vyd.1. Praha : TRIZONIA, 1994. 279 s. ISBN 80-85573-36-9.
- SKALICKÝ, Karel. *Radost a naděje*. Řím : Křesťanská akademie, 1968. 418 s.
- SKOČOVSKÝ, Karel. *Abortivní účinky antikoncepce*. [online]. [s.l.] : [s.n.], 2011 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW: <http://teologietela.paulinky.cz/Sexualita-Plodnost/text/Abortivni-ucinek-antikoncepce>.
- SKOČOVSKÝ, Karel D. *Akceptabilita metod přirozené kontroly početí: dimenze a determinanty* [online]. [s.l.], 2007. 144 s. Dizertační práce. Filosofická fakulta Masarykovy univerzity. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/40240/ff\\_d/](http://is.muni.cz/th/40240/ff_d/) , WWW: <http://teologietela.paulinky.cz/d/Skocovsky-2004-Diplomka-Sexualita-a-manzelska-spokojenost-pri-pouzivani-PPR-2.pdf> .
- SKOČOVSKÝ, Karel. D. *Sexualita a manželská spokojenost při používání symptotermální metody přirozeného plánování rodičovství u religiozní populace* [online]. [s.l.], 2004. 89 s. Diplomová práce. Filozofická fakulta Masarykovy univerzity v Brně. Dostupné z WWW: <http://teologietela.paulinky.cz/d/Skocovsky-2004-Diplomka-Sexualita-a-manzelska-spokojenost-pri-pouzivani-PPR-2.pdf>.
- STAUDT, Oscar; STAUDT, Susan. *Lpp.cz : Tvořivá zdrženlivost* [online]. 2005 [cit. 2011-09-29]. Liga pár páru. Dostupné z WWW: <http://www.lpp.cz/?a=20&id=38>.
- ŠIPR , Květoslav; ŠIPROVÁ, Helena. *Přirozené a spolehlivé plánování rodičovství*. Vydání první. Brno : GLORIA ve spolupráci s Institutem pro odpovědné rodičovství, 1995. 118 s. ISBN 80-901834-0-9.
- ŠIPR, Květoslav. *Přirozené plánování rodičovství*. Vydání 2. Praha : Avicentrum, zdravotnické nakladatelství, n. p., 1975. 72 s. ISBN 735-21-08/31.
- ŠPIDLÍK, Tomáš. *My v Trojici*. Velehrad : Refugium Velehrad-Roma s.r.o., 2000. 145 s. ISBN 80-86045-53-6.



LÁZNIČKOVÁ, L.; CENAP, . *Přirozené plánování rodičovství : Studie a podklady symptotermální metody*. Brno : CENAP, 2001. 37 s.

MATLOCHOVÁ, Blanka. *Povědomí veřejnosti o metodách přirozeného plánování rodičovství* [online]. [s.l.], 2006. 66 s. Bakalářská práce. Lékařská fakulta Masarykovy univerzity. Dostupné z WWW: [http://is.muni.cz/th/72348/lf\\_b/bakalarska\\_prace.txt](http://is.muni.cz/th/72348/lf_b/bakalarska_prace.txt).

MATYÁŠ, Emanuel, et al. *Pohledy na přirozené plánování rodičovství*. Olomouc : Centrum pro rodinný život, 1990. 133 s.

PESCHKE, Karl-Heinz. *Křesťanská etika*. Praha : Vyšehrad, 2004. 695 s. ISBN 80-7021-718-9.

WEST, Christopher. *Dobrá zpráva o sexu a manželství : Odvážné odpovědi na nesmělé otázky*. Praha : Paulínky, 2010. 260 s. ISBN 978-80-86949-86-4.

*Wikipedia.org : Přirozené plánování rodičovství* [online]. 20.7.2007, 23. 5. 2011 [cit. 2011-09-29]. Wikipedie. Dostupné z WWW: [http://cs.wikipedia.org/wiki/P%C5%99irozen%C3%A9\\_pl%C3%A1nov%C3%A1n%C3%AD\\_rodi%C4%8Dovstv%C3%AD](http://cs.wikipedia.org/wiki/P%C5%99irozen%C3%A9_pl%C3%A1nov%C3%A1n%C3%AD_rodi%C4%8Dovstv%C3%AD).

## **9. Seznam příloh**

Příloha č. 1 - Otázky ke strukturovanému rozhovoru pro uživatele PA

Příloha č. 2 – Manželé doporučují - otázky a odpovědi

Příloha č. 3 - Kontakty na učitele PPR

## **Příloha č. 1 - Otázky ke strukturovanému rozhovoru pro uživatele PA**

### **Obecné otázky**

1. Jak dlouho žijete v manželství?
2. Kolik máte dětí?
3. Kolik je vám let?
4. Jaké je vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
5. Jste zaměstnán/á?
6. Jaká je vaše náboženská příslušnost (k jaké církvi se hlásíte)?

### **Metoda PPR**

7. Co vás napadne, když se řekne „přirozené plánování rodičovství“? Co to ve vás vyvolává?
  8. Jak dlouho PPR používáte (nebo jste používali)?
    - 8.b Proč jste od ní upustili, jaké byly vaše důvody?
  9. Kde jste se o ní poprvé dozvěděli?
  10. Co vás vedlo k tomu začít PPR užívat? Proč jste se rozhodli k PPR?
  11. Jak a kde jste se PPR naučili?
  12. Jakou metodu / metody PPR užíváte/jste používali? (Sledování jen hlenu, teploty, kombinací těchto dvou, nebo něčeho jiného.)
  13. Používali jste/používáte i jinou metodu antikoncepce? (Pilulky, kondom, přerušovaná soulož.)
  14. Kdyby jste měli spokojenost s touto metodu oznámkovat jako ve škole známkami 1-5, jakou známkou by jste jí dali, vy a váš manžel/manželka?
- Žena:** 15. Jak moc jste si (byla) subjektivně jistá, že dokážete správně určit začátek a konec plodného období?

### **Spolupráce**

16. Jaká myslíte, že je role mužů v PPR?

**Muž:** 17. Spolupracujete/spolupracovali jste s manželkou při PPR? Jak?

18. Máte/ (Měl jste) obvykle přehled o tom, zda se žena nachází v plodném období?

### **Postoj k metodě**

19. Jaký máte k PPR postoj?

20. Co je podle vás na používání PPR nejtěžší?

21. Myslíte, že se s těmito obtížnými stránkami PPR dá něco dělat? Co?

22. Řekli byste, že má/mělo PPR na váš vztah celkově spíš negativní, nebo pozitivní vliv?

23. Přineslo PPR vám, vašemu partnerovi nebo vašemu manželství něco pozitivního?

Myslíte, že PPR může manželství nějak obohatit?)

24. Způsobilo používání PPR vám, vašemu partnerovi nebo vašemu manželství něco negativního?

*24a. Je podle vás PPR „přirozené“?*

*24b. Jak to slovo „přirozené“ chápete? Mohli byste to vysvětlit?*

*24c. Je „přirozený“ kondom? Antikoncepční pilulka?*

*Pokud ano/ne, v jakém smyslu?*

25. Myslíte si, že metoda PPR, kterou nyní používáte/jste používali, je spolehlivá?

26. Je/byla pro vás obvykle zdrženlivost v plodném období obtížná?

27. Pro koho myslíte, že je/byla obtížnější: pro vás nebo vašeho partnera?

28. Dá se sexuální sebekontrola nějak naučit?

29a. Některé ženy prožívají výrazné změny sexuální touhy a uspokojení během svého cyklu (například zvýšení touhy v plodném období), jiné nikoli. *Jaké je to u vás?*

29b. Některé ženy nemají např. problém se sexuálním uspokojením v neplodném období, pro jiné je pohlavní styk v tomto období často nepříjemný nebo velmi obtížný. *Jaké je to u vás?*

### **Postoj k učení církve; náboženská motivace**

30. Souhlasíte s učením katolické církve, že používání „umělé“ antikoncepce je špatné?

31. Myslíte, že by se zamítavý postoj katolické církve vůči umělé antikoncepci měl změnit?

32. Proč si myslíte, že katolická církev takový postoj zaujímá? Jaké má k tomu důvody?

*32a. Myslíte, že by církev měla hovořit o sexuální etice? (Měli by kněží o ní něco říkat např. v kázání?)*

*32b. Měla by církev podporovat výuku PPR?*

*32c. Co v oblasti antikoncepce a sexuální etiky očekáváte od kněží? Mohou nějak manželům pomoci?*

*32d. Souvisí nějak vaše víra s tím, jak žijete svůj sexuální život? Má vaše víra na váš sexuální život nějaký vliv, nebo jsou to dvě nezávislé oblasti?*

33. Je podle vás používání neabortivní antikoncepce (kondomu aj.) morálně přijatelné?

34. Je podle vás morálně přijatelné používat antikoncepční pilulku jakožto antikoncepci (tj. nikoli jako léčbu)?

35. Někteří lidé se domnívají, že přinejmenším některé druhy hormonální antikoncepce mohou způsobovat potrat (smrt embrya před zahnížděním). Co si o tom myslíte vy?

### **Těhotenství**

36. Zažili jste někdy při používání PPR neplánované těhotenství?

*Pokud ano: 36a. Myslíte, že to bylo při správném používání metody, tj. zachovávali jste úplnou sexuální zdrženlivost v plodném období?*

37. Plánujete v současnosti mít další dítě?

38. Jakou roli hraje vaše víra v rozhodování mít či nemít další dítě? Modlíte se/modlilili jste se např. za správné rozhodnutí v této oblasti?)

### **Závěr**

39. Jste rozhodnutí používat PPR i dále?

40. Co byste doporučili manželům, kteří s PPR chtějí začít?

41. Co byste doporučili učitelům PPR?

42. Co byste k tématu dodali? Leží vám ještě něco na srdci?

## **Příloha č. 2 – Manželé doporučují - otázky a odpovědi**

### **40. Co byste doporučili manželům, kteří s PPR chtějí začít?**

**Pár A:** *M - Sežeňte si veškeré informace... Ž – ...kupte teploměr a tabulky a jděte do toho :o)*

**Pár B:** *Ž – Aby poznali nějaké lidi nebo člověka, kteří tuto metodu užívají a umí to vysvětlit. M - ... někoho, kdo už to zná a umí vysvětlit.*

**Pár C:** *Ž – Ať začnou. M – Ať klidně začnou. Ž – Pokud nemají žádné děti, můžeme vřele doporučit jakémukoli vztahu před manželstvím se měřit. M – Nedoporučujeme to ve vztahu, kdy ti manželé si říkají: „Hlavně ať neotěhotníme. Když to ty lidi začne stresovat a začne to hrát tak důležitou roli, že jsou z toho oba hotoví a vztah jde do háje, to rozhodně nedoporučujeme. Ž – Ještě bych to doporučila manželům, co to třeba nezkoušeli vůbec a mají třeba jenom jedno dítě a chtěli by mít další, tak si myslím, že je vhodná doba na to, aby se ta žena o sobě hodně dozvěděla a ten muž o ní, aby tímto do vztahu přinesla požehnání a vědomosti jednoho o druhém. To určitě. Ale určitě bych to nedoporučovala manželům, kteří mají dvě děti a už nechtějí mít další děti.*

**Pár D:** *M – Ať se snaží získat o PPR co nejvíce informací nejen z knih, ale i od lidí a nenechají se odradit přístupem lidí, kteří o tom nemají ani páru. Ž – Dobře se to naučit. To může být taky problém, že se to člověk špatně naučí a přizpůsobit své očekávání taky tomu. Je to možnost, jak to dítě naplánovat na později, nemít ho hned, ale taky vědět, že na to nemohou úplně spoléhat a tak k tomu přistupovat.*

**Pár E:** *Ž – Já bych se zeptala na to, co je k tomu vede. Pokud by mi tu situaci popsali tak, že bych viděla, že je to určitý pro ně určitý způsob, jak spolu žít dál, a jak se i naučit jinému způsobu prožívání toho manželství, tak bych je v tom podpořila. Doporučila bych jim tu naši metodu, ale s tím, že bych jim ukázala i ty jiné možnosti, aby si oni sami mohli sami zvolit a pokud by tam byli jiné... já bych jim nedokázala doporučit tu hormonální antikoncepci z toho důvodu, že vím, že to přináší víc negativních věcí, než o kterých se mluví, a na to bych je upozornila, aby o tom věděli. Užívání kondomu... to by muselo být opravdu individuální s čím by přišli. M – Pokud by někdo přišel, že s tím chce začít, tak já bych mu doporučil, aby tu metodu dobře poznal ne jen z literatury, ale i z osobního přístupu někoho, kdo s tím má zkušenosti. Druhá věc, aby to byla záležitost těch dvou, aby s tím jen nepřišel a ten druhý trhal partu. To musí být záležitost obou dvou. Pokud to*

nebude v plné míře, tak se jim bude stávat to, co se nám stalo, že manželka narážela na to, že já jsem ji třeba obviňoval.

**Pár F:** Ž – Pokud ta žena má pravidelný cyklus, tak by to pro ni neměl být problém. Pokud nemá, tak aby se raději měřila. To je potom asi nutný, aby to nedělali tak lajdácky jako my. My jsme to dělali „baj oko“, protože já jsem měla velmi pravidelný cyklus tak jsem to mohla sledovat i podle té kalendářní metody a podle těch symptomů, jsem to poznala. Aby to nevzdávali. Je to nejlepší metoda jaká existuje. Já nepovažuji, jak jsem četla dokonce v jednom časopise, že antikoncepční pilulka je objev 20. století, tak já si to vůbec nemyslím. Strašně moc lidí to poškodilo, hlavně těch, kteří to užívají celý život. A nikomu bych to nedoporučovala. M – Určitě bych jim tady tuto metodu plánování rodičovství doporučil. Je to spjaté s tou výchovou, pokud je tady ta výchova před manželstvím tak to na sebe navazuje. Tady toto je pak pro ně přirozené. A pro ty, co by s tím chtěli nově začít tak, aby... se nechali proškolit v nějakém centru... Ž - ... já vím, ale když si zvykneš na něco, zvykneš se vůbec neomezovat, jestli si pak zvykneš? M – To já nevím. Tím si nejsem úplně jist. To souvisí s tou výchovou a sebevýchovou. Ž – Se sebevýchovou ano. S tím musí člověk vnitřně souhlasit. Pokud si člověk myslí, že ho to strašně omezuje, tak si myslím, že by snad ani neměl. Když si bude říkat, že si tady ani nic neužije. :o) M – Já si myslím, že i ti lidé, co používají i nějaké jiné metody, tak taky nemají spolu každý den sex. Možná ze začátku ano, to já nevím, ale pak tam musí být vždycky nějaká prodleva a tak jde jen o to načasovat tu prodlevu vždy na tu správnou dobu do PPR. Ž – To máš pravdu.

#### **41. Co byste doporučili učitelům PPR?**

**Pár A:** M – Je pěkné, když jsou to dva manželé, kteří říkají vlastní zkušenost, že to není jen jeden člověk, který to odpřednáší... Ale podělí se i o vlastní zkušenost, jestli se jim to „povedlo nebo nepovedlo“. Nejedná se jen o suché přednesení, ale dají do toho i kus svého života, který s tím prožili... Je samozřejmě rozdíl, jestli to říkají skupince lidí do 10 nebo přednáškovému sálu. To je pak něco jiného. Ž – Já si taky myslím, že je důležité, aby říkali svou vlastní zkušenost. Základní teplota není stejná u všech. Když se tuto metodu budu učit z letáčku, tak si řeknu: „Jé, základní teplota je u každého 36,6 °C.“ při tom u někoho to může být 36,8 °C u někoho 36,9 °C, jo, že ty teploty jsou různé. Myslím si, že by i to mohli ti manželé zdůraznit. Každý je jiný a každý bude mít tu křivku jinou. To si myslím, že je důležité. Upozorňovat na individuální rozdíly.

**Pár B:** *M - Ať to umí dobře podat. Ž – Ať vysvětlí více do hloubky ne jen metodu, ale také proč je dobré ji užívat.*

**Pár C:** *M – Aby nestresovali manželé tím, že jedině PPR je schůdné, aby jim nabídli alternativu. Jestli jim to umožňuje jejich svědomí samozřejmě. Ž – Já bych doporučila, aby říkali pravdivé informace, aby hodně mluvili s lidmi, kteří to PPR používají, nestavěli na tom, že si přečetli jednu knihu od pana XY nebo dvě, ale šli mezi lidi a pakliže jsme učitel PPR, stále znovu třeba jednou za měsíc požádali nějaký pár, aby jim podal svědectví o tom, jak jim to jde, a aby jim nezamlčovali to, že jim to nefungovalo, že to tamhle selhalo, proč to selhalo, aby byli zkrátka pravdiví, ať se zjistí cokoli.*

**Pár D:** *M – Objektivitu, chápavost... Ž – Mě obecně PPR třeba už ani nějak nevadí, už jsme se s tím tak szili, že bychom to v budoucnu opět začali znova používat, ale vadí mě konkrétně přístup těch lidí propagující tu symptotermální metodu. Protože se to propaguje jako něco přesného a podle mě to není objektivní. Podle mě ty výzkumy, které tam mají, jak to lidem funguje, jsou podle mě neobjektivní, protože spousta lidem, kterým to nefunguje, jim to podle mě nešli říct, nebo to nějak neřešili. Z našeho okolí známe hodně lidí, kteří nechtěně otěhotněli hned po svatbě, protože používali tady tuhle tu metodu. Taky si myslím, jak jsme se bavili o té víře, jakou v tom hraje roli, chtěla bych k tomu dodat, že jsem na to nebyla připravena, že do toho musím jít hodně i s tou vírou a počítat i s tím, že k tomu otěhotnění může dojít i dřív, nebo že to nemusí fungovat a být na to mnohem více připravená. Ne prezentovat to, že tato metoda je spolehlivá, můžete si to naplánovat, protože není! Myslím si, že se oni tváří jako velcí křesťani, ale v samotné prezentaci té metody, když si přečteš ty jejich brožurky, tak tam nic o křesťanství není, nějaký zásahy z hůry tam není. Není to sloučením víry a metody. Je to čistě vědecká metoda nepřírozeně přesně se tam počítá ta teplota a ten hlen, až se mě o tom těžko říká, že je to nějaká přirozená metoda, protože mě to nepřijde úplně přirozené a rozhodně tam není nic ohledně prožívání z hlediska víry. Mě přijde, že si tohle tak trošku odporuje. Na jedné straně se oni vychloubají vědeckou přesností té metody, a na druhou stranu očekávají, že ti lidé, kteří ji budou používat, budou s vírou očekávat to, že možná nebude fungovat, což mě přijde v dost silném protikladu.*

Očekávala bys tedy od učitelů PPR více pravdivosti v tom, že tato metoda může selhat? Ž – Ano. Tam v té brožurce je napsané, že když to nezafunguje, tak jsme to špatně určili my, takže to byla moje chyba. Součástí té metody je, i jak je těžké určit ty plodné a neplodné dny v porovnání s tím, že když vezmu hormonální antikoncepci, tak součástí té



metody je, že já si vezmu pilulku a to je všechno, co se ode mě vyžaduje. Součástí této symptotermální metody nebo nějaké jiné metody přirozeného plánování rodičovství je, že musím strašně pečlivě sledovat a vyhodnocovat ty ukazatele, a pokud je to tak náročné, že se tolik lidí splete, tak je to taky součástí té metody, jak je to snadné nebo neskonné vyhodnotit. Podle mě je to takový alibismus to vyhodnotit a říct, tak tady to nefungovalo v pěti případech z deseti z toho ve čtyřech případech jste to vy špatně určili, což je taky součástí té metody.

**Pár E:** Ž – Co učí učitelé... my jsme měli učitelku a já jsem k ní neměla žádný výhrady, já jsem to od ní vzala. Spoustu věcí my objasnila, podpořila mě tak, že jsem získala tu jistotu i to odhodlání se do toho nějak zakousnout a víc se s tím seznámit, takže já ji nemůžu vůbec nic vytknout. M – Ti, kdo budou tuto metodu vyučovat, ať kladou důraz na to, ať si to ti manželé zkusí ihned na počátku a můžou, když ještě nejsou v těžkých tlacích, jako jsme byli my, se učit vyhodnocení, když ještě o tolik nejde. Když manželé se vezmou, pokud budou rok spolu a najednou se straně, že otěhotní... myslím si, že většina manželů to plánuje, že by nějaké to dítě chtěli. Ať si to zkusí a zaměří se v tom prvním roce na takové ty hraniční dny. Ať si je ověří a jestli tam jim to začne fungovat, můžou mít první dítě, a pak se k tomu mohou vrátit. Ž – Tady bych upozornila na to, že to nemusí být po každém dítěti stejné. M – Ať si to ale vyzkouší!... Ž - ...Je to dobrá věc si to vyzkoušet. Jestli se jednou dostanou do situace, kdy se budou muset zcela vážně zamyslet nad tím, jestli mít každý rok další dítě nebo budou žít trošku i normálním životem, než je těhotenství a kojení :o), tak by se měli nějakou tu metodu naučit.

**Pár F:** Ž – Učitelů, já to pořád říkám, ale aby se zaměřili na tu prevenci u těch mladých, u těch hodně mladých. Aby jim vysvětlili, že jim tady tato metoda kromě toho, že jim přinese to, že se budou muset naučit ovládat a občas žít zdrženlivě jako by omezení, ale má nesmírně velký kladný vliv na vztah těch manželů, to omezení, tak jako se člověk naučí postit, tak mu strašně potom chutná jídlo, když je hostina. Když mlsá pořád, tak mu to vůbec nepřijde, je přemlsaný. Tak je to i se sexem. Mám období pústu a mám období hojnosti a obojí využívám naplno a obojí mě obohacuje. Když to naučí učitelé ty děcka ještě před tím, než vstoupí do manželství nebo než začnou žít svůj sexuální život, tak jim umožní šťastný život. Člověk si tím strašně moc problému odbourá a já si myslím, že se dá s PPR úplně šťastně žít. A ten vztah je krásný, je hluboký a je tam to sebeovládání. Tak jako když člověk žije křesťanským životem a má postní dny, tak je to taky krásný. Je čas modlitby, čas postu, a pak je zas čas hojnosti, čas užívání si. Obojí je důležité pro člověka. Nemůžu říct,

*že pro mě je příjemnější čas hojnosti a užívání, tak si to protáhnu na celý život, tak bude člověk nešťastný, protože tam nemá čas pústu a zdrženlivosti. M – Nemám co dodat. Je to moc krásně řečený. Souhlasím s tím.*

### **32b. Měla by církev podporovat výuku PPR?**

**Pár A:** *Ž – Já myslím, že jo. M – Ano.*

**Pár B:** *M + Ž – Ano.*

**Pár C:** *Ž – Ano, jo. Myslím si, že je dobré, aby církev říkala, že se lidi mají zajímat o PPR, je to dobrá věc, seznámit se s ním, určitě ano. Ale říkám znovu. Nestavět to ve zповědi, že jenom PPR, nestavět to jako jediná přípustná varianta antikoncepční. M – Souhlasím. Určitě seznámit a nabídnout alternativu. Dát těm lidem, říct jim: „Hele, prvně jste vy dva a potom to ostatní.“*

**Pár D:** *M – Ano proč ne, ale taky jsme si říkali, že by bylo dobré, aby se to dělo nějak objektivněji. Přijde mi, že je to věc, která se do těch mladých hrne pod tlakem, že je to jediná možnost dokonalá a z praxe vím, že to tak není. Taky to strážlivě přiznat, že to může fungovat a někomu nemusí fungovat. Taky zajímavé u té metody je, že člověk se to má učit za běhu a má se to naučit velmi rychle. V křesťanských kruzích, pokud jsou dva lidé, kteří spolu nežijí před manželstvím a začnou spolu žít a zrovna na začátku je to období, kdy chtěou, aby to fungovalo nejlépe, ale ty zkušenosti s tím mají nejmenší, se sexem obecně i s používáním a fungováním té metody a v tomhle je to taky velmi křehké. Ta metoda není jen účinná sama o sobě, ale podle toho, jak ji člověk dokáže na sebe aplikovat, a to vše na začátku manželství, na začátku sexuálního života a nezákušenost s touto metodou to je hodně rizikových faktorů, a proto ta metoda nemusí zafungovat.*

**Pár E:** *Ž – Jo. M – Církev by tuto metodu měla přednášet bez stanoviska, aby to byla jen jedna z variant, aby to neodrazovalo. Pokud jsou lidé věrni svému přesvědčení, tak si správnou variantu najdou. Ž – Sexualita je součástí manželství. Nemělo by se to vyučovat jako předmět, ale fundovaní lidé, pracující s manžely nebo mládeží by o tom měli vědět. M – Bylo by dobré, aby na teologických fakultách byl odborník, který by se věnoval výuce novokněží v této oblasti.*

**Pár F:** *Ž – Určitě. Já si myslím, že by kněží měli být na to vyškolení, aby to radili ve zповědi. Protože, když přijde někdo s nějakým hříchem, který se dopustil přes tady tohle to, tak on musí být tak poučený, že jim řekne: „ Podívejte se, udělejte to tady takhle, že jste v plodném období, poznáte takhle a nemusíte používat prášky nebo kondom.“ M - Asi umět*

to nemusí, protože to může být některým nepříjemný, ale aby o tom věděl a uměl ty lidi nasměrovat na někoho, kdo to umí. Aby věděl, že něco takového existuje. Ž – A odkázal je na třeba centra pro rodinu, to ano. Myslím si, že ta centra pro rodinu dělají dobrou práci.

**32a. Myslíte, že by církev měla hovořit o sexuální etice? (Měli by kněží o ní něco říkat např. v kázání?)**

**Pár A:** Ž – Klidně, myslím, že to není na škodu. Pro manželé by to bylo připomenutí a mládež by měla o čem přemýšlet, slyšeli by i postoj církve, byli by informováni.

Myslíte si, že kněz, který nemá z manželstvím přímou zkušenost, má do toho co mluvit, má co předat? M - Kněz by měl být soudný a měl by se učit od manželů. Neměl by se bát ... Jestli má nějaké známé manželé, měl by za nimi přijít a ne zeptat se jestli může kázat o tomto a tomto, ale přijít si pro nějaký nápad nebo radu, nebo něco takového..., protože ti manželé to vidí zase z jiného, manželského pohledu. Měl by mít kolem sebe společenství, ze kterého může potřebné zkušenosti získat, ale ne že za nimi přijde, oni si postěžují a on jim to z kazatelny zase vrátí :o)) to ne :o) Kněz do toho může vnést zase svůj jiný pohled. Že jo? Ž – Ano.

**Pár B:** Ž – Asi úplně ne, poslouchám po kouskách zrovna přednášku od K. o encyklice *Humanae vitae* a ten nabádal manželské páry, aby když umí o etice hovořit, aby o ní mluvily, protože, když o tom začne hovořit kněz, tak reakce na to od páru je: „Ty nám to závidíš, nebo ty nevíš o čem mluvíš...“ Dostává se v tom okamžiku do negativního náhledu, že neví, o čem mluví. Proto si myslím, že by měl hovořit rámcově, ale ne do hloubky. M – Lepší by bylo, kdyby byl kněz a měl kolem sebe manžely, ale do kázání by to nebylo dobré. Spíše nějaké výukové hodiny mimo mši... do kázání ne.

**Pár C:** M – Já myslím, že jo, určitě, ale myslím, že pro ně samotné je to velký problém, protože i s tou encyklikou (*Humanae vitae*) mají vnitřně problém, tak se tomu raději vyhýbají. Kdyby to bylo něco, jako *Nepokradeš*, tak je to jasné a můžou na to kázat hodiny a hodiny, ale tomuto najde se jich pár, kteří tomu třeba fandí, ale pak bude daleko větší skupina, která nemá od těch manželů zpětnou vazbu, jak to v tom manželství chodí. Ž – Na to bych chtěla navázat. Přesně jak mluví manžel. Jak my chodíme ke kněžím na různá duchovní cvičení, tak by kněží, bez přehánění, měli chodit na konzultace k manželům, jak žijí svůj vztah, aby měli zcela reálný a pravdivý svědectví o tom, jak to s PPR v tom manželství a v té rodině chodí. Aby měli o čem přemýšlet a o čem kázat. Můžu tisíckrát poslouchat něco ve zpovědi, ale to není pořád to ono. Setkávat se s manžely, naslouchat jim. Otevřeně kněžím říci, heled'te se: „ V pondělí přišel manžel támhle odsud, byl skoro

do šesti v práci, já jsem vařila, starala se o děti a tak dál. Než jsme se dostali do postele, bylo půl deváté. Oba zhuntovaní a na nějaké setkávání ani pomyšlení. V úterý to samé, středa atd...“ A najednou by přišel ten kněz k reálnému poznání, že ti manželé se setkají během toho týdne možná jednou, a to jsou stejně ještě unavení a že vlastně, kdybych se v tuto chvíli řeklo, tady máš PPR, tady je ta tabulka, tak se nesetkají vůbec. Setkají se možná za tři týdny a budou možná vzpomínat, budou oba „zaprášení“ a budou si říkat: „Kdy vlastně my dva jsme se naposledy setkali?“ Opravdu si myslím, že kněžím chybí konzultace s manžely, kteří by jim otevřeně řekli, jak to je, a byli ochotni a schopni vypovídat to svoje životní svědectví a taky bohatství, protože mezi těmi manželi je ten vztah obrovská hodnota, na které pracují od začátku manželství až vlastně do smrti jednoho z nich a pracují na nějakém vztahu, na nějaké kráse a je škoda, kdyby to ti kněží neměli slyšet tady tahleta svědectví, aby o té sexuální stránce měli pravdivý obraz. Cíleně se manželů zeptat: „Jste ochotna, jste ochoten,“ a normálně si sednout a naslouchat, a pak by se děly hodně velké změny, podle mě.

**Pár D:** M – Tak nevím, jestli zrovna v kázání, ale klidně třeba taky. Měli by o ní hovořit ti, kteří o tom trochu víc ví. Ono je to těžký. Ti kněží s tím nemají žádné osobní zkušenosti, což se jim často vytýká, což je pravda, co se tohoto týče. Druhá věc je, že se baví s mnoha lidmi a lidé mají v nich velkou důvěru. My jsme schopni se o tom bavit jen s několika páry. Kněží mají možnost se o tom pobavit a řeší to s ním desítky lidí oproti nám. Mají tím větší rozsah zkušeností a všeho. Záleží samozřejmě kněz od kněze, jak to bere. Ale po tom má i co říct těmto lidem. Jestli je to v kázání nebo někde jinde, na tom nezáleží. Ž – Možná líp se takovéto věci řeší v osobním kontaktu nebo v nějakém spolčů než v kázání, ale pokud někdo cítí, že by to bylo potřeby tak proč ne, ale taky si myslím, aby to byl někdo, kdo si o tom něco načte, ale taky aby měl praktické zkušenosti, aby o tom mluvil s lidmi a věděl jak to je v životě, aby to nebyl jen někdo, kdo si o tom něco načte a pak káže znalosti, jak by to mělo fungovat, protože ta praxe je jiná a on by měl vědět něco ze zkušeností těch lidí, něco i o té praxi.

**Pár E:** M – Ano a ne jen o ní. Samotná sexuální etika nestačí. Ž – Chybí to i ve výchově. Řada rodičů o tom nemluví a mládež se o tom dozvídá necitelným způsobem. Mělo by se o tom hovořit i v církvi, třeba v náboženství nebo by se o tom měla dozvědět i z jiných církevních kruhů. M – Církev nemá odborníky v této oblasti. Je spousta kněží, kteří nechtějí vstupovat manželům do ložnice. Fundovaných kněží v této oblasti je málo.

**Pár F:** *M – Určitě. Ž – To by měli velice! To mě strašně chybí a hlavně mladá generace je úplně nepoučená a to je velmi vážné. M – Jak se poučují ve škole to nevím, ale tady tohle od kněží chybí. Ž – Kněží tady o tomto obecně nemluví, oni se tady toho bojí. Kněží co se týká umělé antikoncepce, tak říkají pryč od Koreje :o) Je to takový problém, že hodně lidí to užívá a oni se jim to bojí zakázat, že by odešli, že by v kostele už vůbec nikoho neměli. M – Nejlepší jsou ty malé skupinky mladých, spolča, kde je na to prostor. Zde by se o tom mělo mluvit a vysvětlit jim to. Já chápu, že v tom kostele v tom kázání se o tom asi blbě mluví, ale ty základní věci o té morálce by se tam měli říkat. Ž – Ano i ty nepříjemné věci. Například V. Č. to tady dokázal, dokázal o tom mluvit úplně otevřeně. Bylo to na mších pro mladé a mluvil o tom, jak to má být, než začnou žít sexuálním životem v manželství a bylo to velmi poučné jak pro mladé, tak i pro nás a byli tam i babičky. M – Ony mají zase vliv na své vnuky. Ž – Přesně tak a tohle nám tady chybí. M – Hlavně se dá na to navázat. Když ten kněz něco řekne, tak se mladí ptají, a nebo se dá na to navázat. Ž – Já když jezdím s děčkama na tábory, tak tam děláme work shopy a tady tuto otázku tam probíráme. Ty děcka to hrozně zajímá a my jim to chceme předat jak je to pěkné a správné. M – Řekni o tom knězi... Ž – To je ale negativní zkušenost... dobře. Jeden pan farář v přípravě na biřmování řekl, že si mají biřmovanci vybrat témata, které by chtěli probírat. Holky ze S. Říkaly, že by chtěli probírat otázky ohledně sexu v biřmování a on řekl, že ne. Odmítl je a pak to hodnotil tak, že holky ze S. Chtěli mluvit o sexu, tak neví jestli chtějí jít k biřmování nebo mluvit o sexu, takže nic. S biřmování sešlo, ty holky nešly ani k biřmování a odešly. M – Kdy jindy se ale ti mladí o tom mají dozvědět? Ž – Kdy jindy, než když jsou svobodní se mají naučit žít tu sexualitu, když celá společnost je přeseexualizovaná. Naučit se, že je sex dobřej, pěkněj a krásnej a ti mladí to chtějí a potřebují slyšet i s té dobré stránky a ne jenom z té negativní, jak to slyší z té společnosti. Já si myslím, že by se to mělo nějak... Biskupská konference by se měla domluvit a každý biskup by si měl svolat své kněze a tam je poučit, jak o tom mají mluvit. Jak páter Jan. My jsme spolu chodili a on nám řekl: „ Podívejte se. Období známosti jsou lítací dveře. Můžete vcházet, můžete vycházet, ale jakmile se vezmete, tak je tam kulatá klika a už nemůžete odejít. A aby, jste to mohli mít, jako lítací dveře, tak dvě věci nesmíte udělat. Nesmíte se zavázat tělesně a majetkem. Tělesně se zavázat znamená mít spolu sex a majetkem, nedávejte si drahý dary, nebudete moci pak z toho vztahu odejít, protože budete zavázáni majetkem.“ Tohle to nám páter Jan. Poradil a my jsme se toho s manželem drželi zuby nehty a prožili jsme nádherné období známosti. Já jsem nežila v neustálém strachu, že jsem těhotná. Manžel se naučil sebeovládání, což se nám potom hodilo do manželství, protože když je ženy v devátém*

měsíci těhotenství, tak spolu nemůžou nic mít, když má menstruaci, v plodném období... On se to naučil v během těch šesti let chození a já jsem se to taky musela naučit. Žena se taky musí umět ovládat a toho muže nedráždit, když to nejde a je1. A :o). Ten páter Jan nám dal moc. On vždycky přišel na spolčo mladých a tohle nám řekl a my si to do dneška pamatujeme. M – To už je kolik? Ž – 40let.

### **32c. Co v oblasti antikoncepce a sexuální etiky očekáváte od kněží? Mohou nějak manželům pomoci?**

**Pár A:** Ž – Obrovská pomoc je, když se dělají různé kurzy pro manžely, semináře nebo přednášky, které dělají odborníci nebo taky jiní manželé. M + Ž - Od kněží nic neočekáváme :o) Ž- ... asi to církevní hledisko, aby vysvětloval... M - ...zdůrazňoval.

**Pár B:** Ž – Myslím si, že mohou poskytnout informace a odkaz na lidi, kteří s tím mají dobré zkušenosti a o tom něco ví a mohou poradit... M – Asi tak...

**Pár C:** Ž – Jo, že by přišel vozit kočárek. M – :o) To si myslí, že je to hodně nadnesený... Ž – Trošku to nadnáším. M – Ale spíše si myslím to, jak jsi to řekla v té odpovědi před tím. Měli by být duchovní cvičení pro kněze, kde by jim přednášeli manželé. Možná něco takového už je. Nějaké manželské setkání a vím, že někteří kněží tam jezdí, ale asi to tam není úplně tak, jak jsme to teďka tady popisovali, ale měli by ti kněží daleko víc nahlédnout pod pokličku toho manželství. Hodně kněží to vidí jenom tady z toho úhlu vatikánského, ale ten život je opravdu daleko pestřejší. Ž – Podle mě byl kdysi na intimní setkávání muže a ženy v církvi hozen takový dekl, že je to špatný. Samo o sobě, že je to špatné. „Tady o tom se nemluví.“ To jsme slyšovali od mé maminky, které je 60 a ona mi řekla: „Tady o tom se se mnou nikdo nebavil. Nikdy. Musela se k tomu dopídit sama.“ My jsme ještě ta generace, kdy se s námi už začínalo malililinko bavit, kdy mi maminka podstrčila knihu, neříkala mi: „Podívej, žena má plodné a neplodné dny. Muž je jiný, má tu chuť. Budeš muset tak a tak.“ Nikdy v životě. To bych byla rudá až na zadku, jak se říká lidově. To je věc, která přetrvává z minula. Sex špatný - hřích. Ted'ka my jsme ta generace, kdy se to začíná pomalinku otvírat, kdy se ta církev o to začíná zajímat, kdy alespoň něco doporučila v téhle oblasti. Doporučila PPR - není to podle nás nejlepší, ale je vidět, že se alespoň zajímá o tuhle oblast a věřím tomu, že třeba za 50 let, možná dřív, kdy bude v církvi daleko více jáhnů, tak ta situace bude v církvi absolutně neudržitelná. Jáhni, dneska už ženatí, přicházejí s kněžími do daleko užšího kontaktu. Prostě mu řeknou, tohle je nemyslitelný, neudržitelný, tenhle ten názor je pro manželé žijící v křesťanském vztahu absolutně nenásledováníhodný, nebo nenásledováníhodná metoda. Tím pronikáním laiků do církve, což je věc určitě dobrá,

*se podle mě i ti kněží polidští. Oni jsou teďka na stojáncích, takoví svatí panáčci, je na nich ještě z minula, jak říkám, takový ten pel nedotknutelnosti. To si myslím, že časem pomine a mnohem víc, třeba Jan Pavel II. tím, že blahořečil a potom svatořečil lidi, co žili v manželství, tak už začínáme mít před očima svatý vzory lidí, kteří žili v manželství, což je moc důležitý. Už tam nebudou jenom ti řeholníci a řeholnice, kteří žili v celibátu, což pro nás je odlidštěné. Je to o zájmu a myslím, že by měli mít zájem kněží už ve formaci pro kněze i ty bohoslovce už na té vysoké škole měli být běžně kurzy, které budou dávat vdané ženy a ženatí muži a budou se bavit otevřeně o těchto otázkách, aby chlapci mladí nevstupovali do služby, aniž by byli dotknuti tady tím běžným sexuálním životem manželů.*

Manželům tedy podle vás, budou moci pomoci, až projdou tady tímto kurzem, jinak pomoci nemohou? *M – Mohou, mají ten odstup, ale když se bavíme konkrétně tady o tom sexuálním stýkání, tak si myslím, že tady je zatím pole neorané. Kněží nám pomáhají v mnoha směrech a tak dále, ale myslím si, že tomuto tématu se systémově vyhýbají, protože sami v něm nejsou pevní a já co znám kněze nějak blíž a dobře, se kterými si povídáme a chodíme k nim ke zpovědi, tak jejich stanovisko je: „Nelezu manželům do postele. Já vám poradím v jakýchkoli otázkách. Jak se modlit, jak se nemodlit, jak číst Písmo svaté, jak vést spolča...“, ale aby nám poradil v této oblasti, tak to nechává na nás. Ž – Když přijdu a řeknu: „Jak nemám zplodit dítě? Kdy, pane faráři, když má manžel... jak to máme udělat, abychom neměli to dítě?“ Chodíme tam s jakýmkoliv problémy. Třeba jak nekrást. Tak se na to nedívej. Jak se nemám zakoukat do sousedovy manželky – tak se na ní nedívej, že jo, nebo poradí mi něco, nějak. V této oblasti mi neporadí. Dá mi tabulky, nebo řekne, nastuduj si to, ale sám mi k tomu nemůže nic říct, protože je nahranej.*

**Pár D:** *Ž – Pochopení a zájem. My jsme se nikdy nesetkali s tím, že by nás někdo odsoudil za naše rozhodnutí, my jsme měli asi vždycky štěstí na kněze, kteří byli vždy velmi chápaví, ale umím si představit, že se dá narazit na kněze, kteří jsou dost odtržení od reality, proto pochopení a aby byli obeznámení se skutečným životem.*

**Pár E:** *M – Měli by ukazovat cestu, ale konkrétní radu stejně nikdy nedají. Ž – Kněží je hodně věcí skryto a nevidí do toho soužití, což je pro ně těžké, pokud nemá všeobecné vzdělání o tom, jak to funguje. Hodně lidí chodí ke kněží, aby jim dali povolení k antikoncepci. Pokud ten kněz do toho nevidí, nemůže říct, udělejte to nebo to. Měl by jim říct: „Mějte k sobě lásku, úctu, respekt a podle toho se dál rozhodněte. Komunikujte spolu a modlete se.“*

**Pár F:** *Ž – My už jsem něco řekli a radila bych, aby to radili mládeži dokud ta mládež ...  
M - ...ještě nežije v manželství i během předmanželské přípravy. Ž - Aby ta mládež věděla,  
jak se mají chovat před manželstvím, ještě v době chození. Podle mě je ten úkol těch kněží  
tady v tomto. Potom, jak se už ten člověk zachová a jak prožívá svoje manželství, tam už  
těžko ten kněz může něco měnit. Může jim dát radu, ale ti lidi už jsou v takovém vztahu, že  
raději odejdou úplně z kostela a od víry, pokud jim kněz šáhne na něco, na co jsou zvyklí a  
vyhovuje jim to. Začít prevencí u mládeže.*



## **Příloha č. 3 - Kontakty na učitele PPR**

### **LPP - Liga pár páru České republiky, o. s.**

David a Michaela Prentisovi

Fügnerova 143/9

272 01 Kladno

tel.: 312 686 642

E-mail: [lpp@lpp.cz](mailto:lpp@lpp.cz)

### **CENAP – Centrum naděje a pomoci Brno**

Vedoucí: MUDr. Ludmila Lázničková

Adresa: Vodní 13, 602 00 Brno

Email : [cenap@cenap.cz](mailto:cenap@cenap.cz)

WWW: [www.cenap.cz](http://www.cenap.cz).