

# 20. Pęd do popędu

## 1. CELE LEKCJI – WYMAGANIA OGÓLNE

- docenienie ludzkiej seksualności.

## 2. TREŚCI NAUCZANIA – WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE

uczeń:

- po lekcji definiuje pojęcie masturbacji;
- po lekcji dostrzega, jakie jest podejście Kościoła i Pisma Świętego do grzechu masturbacji;
- stwierdza, że masturbacja jest egoistycznym działaniem człowieka;
- wymienia skutki uzależnienia od masturbacji;
- zauważa poszczególne etapy typowe dla masturbacji;
- zna sposoby walki z masturbacją.

## 3. POJĘCIA, POSTACI

- masturbacja,
- samogwałt.

## 4. WARTOŚCI

- uwrażliwienie uczniów na delikatną sferę seksualności człowieka.

## 5. SCHEMAT LEKCJI

- definicja masturbacji,
- odniesienie biblijne do grzechu onanizmu,
- analiza masturbacji w świetle problemu egoizmu ludzkiego,
- skutki i uzależnienie się od masturbacji,
- przedstawienie Jezusa jako wzoru w utrzymaniu poprawnej przyjaźni z ludźmi i ze sobą.

6. **PROPOZYCJA REALIZACJI****Wprowadzenie**

**Metoda – świadectwo.** Nauczyciel prosi ucznia o przeczytanie świadectwa Łukasza (załącznik 1).

Następnie pyta uczniów:

- a. Na czym polega problem masturbacji?
- b. Jakie skutki powoduje masturbacja?
- c. Dlaczego tak trudno jest zerwać z nałogiem masturbacji?

Podsumowanie: przez masturbację należy rozumieć dobrowolne pobudzenie narządów płciowych w celu uzyskania przyjemności cielesnej. Bez względu na świadomy i dobrowolny motyw użycia narządów płciowych poza prawidłowym współżyciem małżeńskim, masturbacja w sposób istotny sprzeciwia się ich celowości. Poszukuje się w niej przyjemności płciowej poza relacją płciową, a ta polega na pełnym dawaniu siebie i zrodzeniu nowego życia. Pismo Święte piętnuje grzech masturbacji. W Liście do Galatów jest zawarta przestroga dla tych, którzy dopuszczają się cudzołóstwa, nierządu, wyuzdania, że nie otrzymają miejsca w królestwie Bożym.

**Rozwinięcie tematu**

**Metoda – podwójny antytemat.** Nauczyciel dzieli uczniów na pięć grup. Każda z grup otrzymuje kartę pracy z tabelą oraz z dwoma antytematami (załącznik 2). Po zakończeniu pracy następuje prezentacja jej wyników.

Podsumowanie: masturbacja daje złudne poczucie wolności, odprężenia i szczęścia, ale jest ono chwilowe. Działanie oparte na samogwałcie rodzi się z egoizmu. Pożycie seksualne jest przeznaczone dla małżonków, używanie narządów płciowych do innych celów i poza małżeństwem jest niedozwolone. Samogwałt, czyli masturbacja, jest skierowany na zaspokojenie potrzeb seksualnych danej osoby. W rzeczywistości ogranicza wolność człowieka, który czuje się skrępowany swoim postępowaniem, nierzadko przybierającym postać nałogu. Człowiek zaczyna postrzegać swoje ciało i ciała innych w sposób przedmiotowy. Nie widzi w ciele człowieka piękna, jakim obdarzył je Bóg podczas stwarzania świata i odkupienia. Potwierdzają to słowa Pisma Świętego z 1 Listu do Koryntian: „Czyż nie wiecie, że ciało wasze jest przybytkiem Ducha Świętego, który w was jest, a którego macie od Boga, i że już nie należycie do samych siebie? Za wielką bowiem cenę zostaliście nabyci. Chwalcie więc Boga w waszym ciele!” (1 Kor 6, 19-20).

**Metoda – błędne koło.** Uczeń otrzymuje kartę pracy z błędnym kołem (załącznik 3). Zadanie polega na wpisaniu w wolne pola nazw poszczególnych ogniw, które składają się na proces masturbacji. Po wykonaniu zadania następuje wspólne omówienie prac.

Podsumowanie: u dorastającej młodzieży w wyniku zmian fizjologicznych często dochodzi do pobudzenia seksualnego. Młodzi zaczynają w coraz większym stopniu odczuwać popęd seksualny. Jeśli nie potrafią nad nim należycie panować, może prowadzić do masturbacji. Zazwyczaj proces masturbacji rozpoczyna się od chęci rozładowania nerwowego napięcia, stresu, smutku, jest okazją do pozbycia się uczucia samotności i daje złudne doświadczenie szczęścia. Wyobraźnia podsuwa różne wyobrażenia seksualne. Jeśli są one podtrzymywane dobrowolnie i świadomie przez człowieka, stają się swego rodzaju tykającą bombą. Wiadomo, że ta przygoda dobrze się nie skończy, bo człowiek wszedł w dialog z pokusą. Kumulacja tych czynności doprowadza go do stanu, w którym poszukuje natychmiastowego wyładowania się poprzez masturbację. Zaraz po akcie samogwałtu pojawia się chwilowa radość, ale potem nadchodzi niepokój, na sile przybierają wyrzuty sumienia, narasta złość i izolacja. Aby rozładować niekorzystną sytuację i poprawić sobie humor, człowiek popełnia kolejne akty masturbacji. Może to doprowadzić do nałogu i braku kontroli nad swoją seksualnością. W konsekwencji zachodzi zjawisko błędnego koła.

### Zakończenie

Masturbacja jest działaniem, które odseparowuje ludzką seksualność od miłości i czystości typowej dla małżonków. Wprowadza nie tylko dysharmonię między człowiekiem a Bogiem, ale prowadzi też do uzależnienia, znacznie osłabia wolę człowieka, wzmacnia jego egoizm oraz wzmaga izolację wewnętrzną i zewnętrzną. Warto jednak pamiętać, że w każdym momencie życia, a szczególnie w trudnym, człowiek ma możliwość powrotu do Boga, który na niego czeka i na pewno nie będzie go brutalnie rozliczał z przeszłością. Trzeba tylko zaufać miłości Boga. Na nawrócenie nigdy nie jest za późno, ani za wcześnie.

### Notatka

Masturbacja jest aktem poważnie i wewnętrznie nieuporządkowanym. Polega ona na świadomym i dobrowolnym pobudzeniu swoich organów płciowych w celu zaspokojenia potrzeb seksualnych poza pożyciem małżeńskim. Zaburza jedność cielesno-duchową człowieka i koncentruje go na sobie. Przyczyn masturbacji można dopatrywać się w ucieczce od realnego świata, chęci rozluźnienia się, zaspokojenia rządz seksualnych. Samogwałt może przerodzić się w nałóg.

Nad masturbacją można zapanować, wystarczy efektywnie zarządzać czasem, uprawiać sport, nie wystawiać się na pokusy związane z nieczystością seksualną itp. I przede wszystkim modlić się i mieć ufność w Jezusie, który wszystko może. Na Nim i na Jego życiu człowiek powinien się wzorować na drodze do czystości.

### **Korelacja z edukacją szkolną:**

- a) etyka – wartość ludzkiej seksualności,
- b) wychowanie do życia w rodzinie – istota seksualności człowieka i jej aspekty, integracja seksualna,
- c) język polski – interpretacja wiersza L. Staffa *Modlitwa* w kontekście czystości.

## **7. INNE MOŻLIWOŚCI REALIZACJI**

*Metoda – dekalog kierowcy własnego ciała.* Uczniowie zapisują w dziesięciu punktach wskazówki, jakimi powinien kierować się człowiek w walce z masturbacją (zob. podręcznik, „Przeczytaj”).

## **8. ALTERNATYWNE TEKSTY DO WYKORZYSTANIA**

### ***Modlitwa o uzdrowienie z masturbacji***

*Duchu Święty, który widzisz całą moją przeszłość. Ty najlepiej znasz moje słabości i upadki. Przychodzę do Ciebie z raną masturbacji. Uzdrow mnie, proszę, z tych poniżających czynów, za które z serca przepraszam i proszę o wybaczenie. Pomóż mi nie tylko za każdym razem wyznawać ten popełniony jeszcze grzech na spowiedzi św., ale też przebaczać go sobie samemu/samej. Naucz mnie szacunku do mojego ciała, które jest Twoją Świątynią. Napełnij mnie na nowo poczuciem intymności, wstydlivosti i czystości. Pomóż mi otwierać się na innych i im pomagać. Przenikaj Bożą miłością moje ciało, serce i całą moją płciowość. Duchu Święty, umacniaj mnie w chwilach pokus i naucz mnie odwracać od nich uwagę. Amen.*

Źródło: <http://blog.wiara.pl/5pako5/2012/02/03/modlitwa-o-uzdrowienie-z-masturbacji>

(dostęp: 15.06.2014).

## 20. Pęd do popędu

### Załącznik 1

#### **Masturbacja = nieszczęście**

Samogwałt stał się moim życiowym nieszczęściem. Nie podejrzewałem, że „niewinne” zabawy ciałem rozpoczęte w wieku 12 lat mogą kończyć się tak źle. Miałem nieszczęście doświadczyć wielu złych rzeczy w życiu – nie wyłączając papierosów i alkoholu – jednak moją życiową tragedią jest samogwałt. Tak, „samogwałt” – żadne tam „onanizowanie się” czy „masturbacja”, jak mówią pseudopsychologowie w pismach typu „Bravo”. Te terminy nie oddają tego, co się czuje wtedy, gdy się to robi. Jedynie słowo „samogwałt” oddaje prawdziwy charakter tego czynu. Moje nieszczęście rozpoczęło się w wieku 12 lat, gdy chodziłem do szóstej klasy szkoły podstawowej (pisma typu „Bravo” przyciągają dzieci, bo starszej młodzieży nie przekonują już ich wysrane z palca argumenty przemawiające za „pozytywnymi konsekwencjami” samogwałtu). Moje „niewinne” zabawy ciałem stały się przyczyną wielkiego zniewolenia. Dzisiaj mam już 20 lat. Kto mógłby przypuszczać, że w wieku 20 lat można czuć się staruszkiem, który, zmęczony życiem, z całego serca pragnie dla siebie jak najszybszego końca, bo nie potrafi sobie poradzić ze swoim problemem?! Samogwałt uzależnia i zniewala, niszcząc zdolność do miłości. Pan Jezus powiedział: „Będziesz miłował bliźniego swego, jak siebie samego”, ale jak tu miłować bliźniego, gdy nie potrafimy miłować i szanować samego siebie? Potęga tego uzależnienia polega też na tym, że jest „wstydlivy” i trudno się do niego przyznać, cóż dopiero rozmawiać o nim z kimś bliskim. Od ośmiu lat jestem uzależniony od samogwałtu. Zacząłem jako chłopiec, a jako mężczyzna nie potrafię zadać śmierci tej hydrze. Widzę i czuję, jaki jestem słaby. Teraz dopiero doceniam czystość czy niewinność. Im dłużej walczę, tym jestem bardziej przekonany, że potrzebna jest modlitwa i wstawiennictwo innych u naszego Pana. Wtedy On w całej głębi swojego Miłosierdzia „schyli się nade mną i wydobędzie mnie z dołu zagłady”. Proszę o modlitwę za mnie.

Łukasz

Źródło: <http://adonai.pl/czystosc/?id=115> (dostęp: 10.06.2014)

## Załącznik 2

Uzupełnij tabelę

Co można zyskać na masturbacji?	Co wtedy jednak się traci?

### Załącznik 3

## BŁĘDNE KOŁO MASTURBACJI

W puste pola wpisz etapy procesu masturbacji.

