ks. Marek Dziewiecki

Zniewolenie pornografią i drogi ocalenia

Enslavement to pornography and the ways of salvation

Summary

It is an extremely destructive phenomenon to involve not only a growing number of adults in pornography, but also a significant proportion of teenagers and even children. The earlier someone comes into contact with pornography, the faster the person becomes addicted and the more negative the psychological, moral, social and spiritual consequences of this enslavement become. Pornography interacts with the force similar to drugs. It distorts relationships with people of the other sex drastically. It leads to masturbation and erotomania. Usually, to recover from this addiction the help of specialists is required. The best method of prevention is sound education and vigilance on the part of parents. Sexual stimuli attract the most those who cannot cope with life and lack positive interpersonal bonds.

Key words: pornography, addiction, enslavement, education

Przewrotna promocja pornografii

Ludzie zdemoralizowani twierdzą, że pornografia stanowi problem jedynie dla osób, które są pobożne i mają skrupuły sumienia. Według ludzi wyuzdanych ten, kto nie widzi w pornografii przejawu niemoralności czy grzechu, może spokojnie po nią sięgać, bez obawy, że przyniesie mu to jakieś negatywne konsekwencje. Twierdzenie, że pornografia to jedynie problem przekonań religijnych i sumienia, to przejaw podwójnej manipulacji. Z jednej strony chodzi o sprawienie wrażenia, że przeciwnikami pornografii są jedynie ludzie pobożni czy wręcz dewoci. Z drugiej strony ci, którzy na pornografii zarabiają gigantyczne pieniądze oraz ci, którzy są wyuzdani, usiłują ukryć destrukcyjne konsekwencje pornografii, czyli fakt, że niszczy ona całego człowieka, a nie tylko jego sferę moralną czy religijną. Ludzie wyuzdani i zarabiający fortuny na pornografii, nie są jedynymi, którzy propagują tę nieludzką formę zła. Również „postępowi" seksuolodzy twierdzą, że pornografia nie szkodzi. Przeciwnie, według nich to niewinny i wręcz godny polecenia sposób na zaspokojenie ciekawości, rozładowanie napięć seksualnych czy nabywanie technik współżycia. To bodźce, które rzekomo nie wyrządzają nikomu krzywdy, ani nie prowadzą do cierpienia.

Tego typu przewrotne poglądy nie wynikają z analizowania faktów, lecz z ateistycznych i neopogańskich ideologii oraz z agresywnej ekspansji lobby pornograficznego. W rzeczywistości pornografii zaburza psychospołeczny rozwój człowieka, niszczy wrażliwość moralną, zabija sumienie, radykalnie oddala od Boga, wyklucza uczenie się miłości, uniemożliwia panowanie nad ciałem i popędem, czyni człowieka

niezdolnym do małżeństwa i rodziny. Sięganie po treści pornograficzne uniemożliwia uczenie się szacunku i odpowiedzialności w odniesieniu do samego siebie, do osób drugiej płci, do przyszłego małżonka. Niszczy naturalne poczucie wstydu. Łamie szacunek dla intymności. Staje się początkiem drogi do najcięższych grzechów. Zwykle wiąże się też z sięganiem po alkohol czy narkotyki, a także z przemocą, do molestowania seksualnego, pedofilii i gwałtów włącznie.

Pornografia ukazuje skrajnie zniekształcony, wyuzdany, nieludzki, bezwstydny obraz seksualności. Promuje drastycznie wypaczone, „rozrywkowe" więzi między mężczyzną a kobietą na zasadzie orgiastycznej zabawy, która do niczego nie zobowiązuje i które nie prowadzi do żadnych negatywnych konsekwencji. Pornografia odrywa współżycie seksualne od miłości, małżeństwa i rodzicielstwa, od wierności, odpowiedzialności, czułości, delikatności. Uczy naiwnego przekonania, że seksualność to łatwy sposób na osiągnięcie przyjemności – z kimkolwiek, jakkolwiek, gdziekolwiek i kiedykolwiek. W pornografii akt seksualny nie jest spotkaniem osoby z osobą, lecz spotkaniem popędu z popędem, albo przemocy i brutalności z uległością czy bezsilnością. Pornografia traktuje człowieka jako przedmiot zaspokojenia przyjemności, a nie jako osobę godną szacunku i miłości. Kto ogląda pornografię, ten zaczyna traktować drugiego człowieka jak rzecz, którą można się dowolnie posługiwać i w dowolny sposób bawić.

Im wcześniej, tym większe zranienia

Im wcześniej następuje kontakt z treściami pornograficznymi, tym mniejsza jest możliwość obrony przed nimi. Tym szybciej pojawia się uzależnienie. Tym większe będą szkody zdrowotne, psychiczne, moralne, duchowe i społeczne. W odniesieniu do niepełnoletnich pornografia działa aż tak skrajnie niszcząco, że kodeks karny chroni dzieci i młodzież przed kontaktem z nią. Artykuł 202, paragraf 2 kodeksu karnego brzmi: „*Kto treści pornograficzne prezentuje w taki sposób, że mogą je widzieć małoletni poniżej piętnastego roku życia, temu grozi kara więzienia do lat dwóch*". Uzależniające i demoralizujące działanie pornografii można porównać do działania narkotyków i do wchodzenia na drogę skrajnej demoralizacji. Nastolatek, który ma kontakt z pornografią, zaczyna tracić wolność. Podejmuje czynności, które stają się coraz bardziej kompulsywne, nałogowe, natrętne. Drastycznie zawęża swoje zainteresowania, pragnienia i aspiracje. Okazuje się niezdolny do budowania z osobami drugiej płci więzi czystych, opartych na miłości i odpowiedzialności. W innych ludziach widzi głównie ciało, które traktuje jak narzędzie do zaspakajania własnego, chorobliwie rozbudzonego popędu seksualnego.

Zło w skrajnej postaci

Pornografia otwiera drogę do erotomanii, do seksualnego molestowania słabszych, do nałogowej masturbacji, do przestępstw seksualnych. Czasem prowadzi do gwałtów. W czasie rozpraw przed amerykańskimi sądami większość gwałcicieli przyznaje, że nałogowo oglądali treści pornograficzne. Pornografia wciąga w zniewolenie, z którego jedynie nieliczni się uwalniają – po dramatycznych cierpieniach, po drastycznych krzywdach, wyrządzonych sobie i innym ludziom. Kto ogląda pornografię, ten odczuwa natrętną żądzę sięgania po kolejne dawki tego bodźca – coraz bardziej wulgarne, zawierające coraz więcej scen przemocy i patologii.

Człowiek uzależniony od pornografii staje się niezdolny do panowania nad swoim ciałem i nad popędami. Nie jest w stanie dochować wierności w małżeństwie. Okrada siebie z radości życia w teraźniejszości i drastycznie

zmniejsza szansę na pogodną przyszłość. Coraz częściej zwracają się do mnie z prośbą o pomoc nie tylko dorośli, lecz także niepełnoletni, którzy na własnej skórze doświadczają skrajnie bolesnych skutków uwikłania w pornografię. Czują się równie bezsilni, jak narkomanii wobec narkotyków. Doświadczają wstrętu do samych siebie i dręczących wyrzutów sumienia. Odczuwają obrzydzenie do życia na zasadzie bycia niewolnikiem pornograficznych bodźców czy sługą własnych popędów. Sami dotkliwie cierpią i niemniej bolesne cierpienia zadają innym ludziom, zwłaszcza osobom drugiej płci, gdy się z nimi wiążą.

Piekło na ziemi

Mimo oczywistych faktów, że pornografia przynosi skrajnie destrukcyjne skutki, ciągle jeszcze dominuje błędne przekonanie, że to uzależnienie jest nieporównywalnie mniej groźne, niż na przykład uzależnienie od narkotyków, alkoholu czy hazardu. Rzeczywistości nie da się jednak oszukać, ani zakrzyczeć. Badania dowodzą, że pod wpływem pornografii mózg człowieka zachowuje się podobnie, jak w przypadku niszczącego oddziaływania skrajnie silnych substancji psychotropowych. Bombardowany bodźcami pornograficznymi mózg ulega uszkodzeniom, które mogą być trwałe. W 2007 roku naukowcy z berlińskiego Instytutu Maxa Plancka ustalili, że w mózgu osób uzależnionych od pornografii występują takie same zmiany, jak w przypadku uzależnienia od kokainy, metamfetaminy czy kompulsywnego objadania się. Dokonuje się redukowanie substancji szarej w płatach czołowych mózgu, czyli stopniowy zanik tych komórek, które są odpowiedzialne za kontrolę zachowań i za racjonalne myślenie. Zaobserwowano ponadto, że uzależnienie od pornografii prowadzi do zmian morfologicznych, które upośledzają proces podejmowania świadomych decyzji. Dowiedziono też, że u osób uzależnionych od pornografii układ nagrody jest tak samo pobudzany, jak u osób uzależnionych od najsilniejszych narkotyków. Dzieje się tak na skutek wzmożonej produkcji dopaminy w mózgu.

Konsekwencje uzależnienia od pornografii są wielorakie i wyjątkowo bolesne. Uzależnienie to prowadzi do nałogowej masturbacji, do erotomanii, do przestępstw seksualnych. Pornografia niszczy wolność człowieka równie radykalnie, jak narkotyki. Powoduje przerażającą wręcz destrukcję relacji mężczyzna-kobieta i to w tej sferze, która jest najbardziej intymna, w której najłatwiej o głębokie, nieodwracalne krzywdy i zranienia. Pornografia staje się początkiem przeklętej drogi do najcięższych grzechów. Często wiąże się pijaństwem czy z sięganiem po narkotyki, a także z brutalną przemocą – fizyczną, psychiczną, moralną. Pogłębiona wiedza na temat wymienionych tu konsekwencji oglądania pornografii nie jest niestety powszechnie dostępna, gdyż producenci materiałów pornograficznych inwestują ogromne pieniądze nie tylko w produkcję tego typu filmów i zdjęć, lecz także w publikacje książkowe, czasopisma, audycje telewizyjne, strony internetowe, a nawet podręczniki szkolne, w których blokowane są informacje o szkodliwości pornograficznych treści.

Drogi ocalenia

Sama wiedza o szkodliwości pornografii – podobnie jak sama wiedza o szkodliwości alkoholu czy narkotyków – to za mało, żeby skutecznie obronić siebie i innych ludzi przed kontaktem z wszechobecną obecnie i łatwo dostępną pornografią oraz przed uzależnieniami w tej sferze. Skuteczna profilaktyka zaczyna się wtedy, gdy wiemy, że seksualność bez miłości nikomu nie wystarczy do szczęścia. Im bardziej dziecko czy nastolatek doświadcza miłości rodziców, im bardziej osobiście i radośnie przeżywa przyjaźń Bogiem,

im większy ma kontakt ze szlachetnymi i szczęśliwymi rówieśnikami, im bardziej fascynuje się sportem, muzyką, poezją, spełnianiem swoich pasji, ideałów i aspiracji, tym bardziej staje się odporny na pokusę pornografii. Najbardziej skutecznie – jak w każdej dziedzinie – chroni człowieka serdeczna przyjaźń z Bogiem, doświadczenie miłości w rodzinie, kształtowanie prawego sumienia, mądra hierarchia wartości, nawiązywanie bliższych relacji wyłącznie ze szlachetnymi ludźmi, czyli z takimi, dla których człowiek jest nieskończenie ważniejszy niż chwilowa przyjemność.

Jeśli ktoś z nastolatków czy dorosłych popadł w uzależnienie od pornografii, to nie znaczy, że nie ma już dla niego ratunku. Po fazie negowania czy lekceważenia tego dramatycznego problemu, przychodzą skrajnie bolesne konsekwencje tego nałogu. Pojawia się coraz bardziej dręczący uzależnionego żal do samego siebie, zawstydzenie, pogarda w odniesieniu do własnej osoby, poczucie bezsilności, rosnąca frustracja. Pierwszym warunkiem ocalenia jest radykalna dyscyplina i czujność po to, żeby unikać wszelkiej okazji do kontaktu z pornograficznymi treściami. Nieraz konieczne okazuje się całkowita rezygnacja ze sprzętu elektronicznego czy z dostępu do Internetu, albo korzystanie z tych urządzeń jedynie wtedy, gdy obok jest inna osoba. Trzeba też – jak przy każdym zniewoleniu – stosować zasady programu HALT, czyli nie dopuszczać do tego, żeby być zbyt głodnym, zbyt podenerwowanym, zbyt samotnym czy zbyt zmęczonym. Każda bowiem silnie stresująca sytuacja prowokuje do szukania „ulgi" poprzez sięganie po pornografię.

Powyższe kroki są konieczne, ale nie wystarczające. Uwolnienie z pornografii wymaga zwykle skorzystania z profesjonalnej terapii, a także ze wsparcia grup samopomocy dla osób uwikłanych w nałogowe zachowania w sferze seksualnej. W każdym przypadku powrót do wolności wymaga radykalnego nawrócenia i radykalnej zmiany filozofii życia. Wymaga zwłaszcza rezygnacji z hedonizmu, wygodnictwa, lenistwa, gnuśności, mylenia radości z przyjemnością. Dobrą pomocą jest skorzystanie z zamkniętych rekolekcje i ze spowiedzi generalnej. Nieodzowne jest także dokonanie odważnego i uczciwego rozrachunku moralnego oraz ofiarne zadośćuczynienie osobom skrzywdzonym w czasie, w którym uzależniony trwał w pornograficznym zniewoleniu.

Odzyskiwanie wolności i czystości to proces trwający do końca życia doczesnego. Uwolnienie z pornografii wymaga nie tylko radykalnego zamknięcia złej przeszłości. Wymaga niemniej radykalnej czujności w teraźniejszości, tu i teraz. Istotą tej czujności nie jest przeżywanie obaw czy lęku w obliczu pornograficznych zagrożeń. Dojrzała czujność to wzrastanie w miłości – do Boga, do samego siebie i do bliźnich, zwłaszcza do osób drugiej płci. Z pornografii nie można uwolnić się ze strachu, z zawstydzenia, z lęku przed piekłem czy przed drastycznymi konsekwencjami trwania w nałogu. Uwolnić się można jedynie w oparciu o miłość, z szacunku do samego siebie i do bliźnich. Skuteczną pomocą w trwaniu na drodze czystości jest włączenie się do którejś z katolickich grupy formacyjnych oraz bezwzględne respektowanie wszystkich przykazań Dekalogu. Warunkiem respektowania szóstego przykazania jest bowiem wierne respektowanie pierwszych pięciu przykazań. Trwałe odzyskanie wolności i czystości jest niemożliwe dla tych, którzy nie przyjmują miłości i nie odpowiadają miłością na miłość. Jedynie miłość skutecznie chroni wolność i czystość człowieka.

Bibliografia

Carnes P., *Od nałogu do miłości,* Media Rodzina, Poznań 2009.
Dziewiecki M., *Człowiek uzależniony*, Rajmedia, Warszawa 2020.
Maltz W. i L., *Pułapka porno. Jak uwolnić się z uzależnienia od pornografii*?, Media Rodzina, Poznań 2018.

Zniewolenie pornografią i drogi ocalenia

Streszczenie

Wyjątkowo destrukcyjnym zjawiskiem jest uwikłanie w nałóg pornografii nie tylko coraz większej liczby ludzi dorosłych, lecz także znacznej części nastolatków, a nawet dzieci. Im wcześniej ktoś zaczyna mieć kontakt z pornografią, tym szybciej popada w uzależnienie i tym bardziej negatywne okazują się konsekwencje psychiczne, moralne, społeczne i duchowe tego zniewolenia. Pornografia oddziałuje z siłą podobną do narkotyków. Drastycznie wypacza relacje z osobami drugiej płci. Prowadzi do popadania w masturbację i erotomanię. Zwykle wyjście z tego nałogu wymaga pomocy specjalistów. Najlepszą metodą zapobiegania jest solidne wychowanie i czujność ze strony rodziców. Bodźce seksualne najbardziej pociągają bowiem tych, którzy nie radzą sobie z życiem i którym brakuje pozytywnych więzi międzyosobowych.

Słowa klucze: pornografia, nałóg, zniewolenie, wychowanie

Ks. dr Marek Dziewiecki – wykładowca w Wyższym Seminarium Duchownym w Radomiu, doktor psychologii, autor książek i artykułów z zakresu wychowania, małżeństwa i rodziny, komunikacji międzyludzkiej, a także profilaktyki i terapii uzależnień.
ORCID: 0000-0001-9581-8857

s. Bernadeta Pawłowska

Duszpastersko-katechetyczna posługa nauczania bł. ks. Bronisława Markiewicza w kształtowaniu chrześcijańskich postaw dzieci i młodzieży

Pastoral and catechetical teaching ministry of Bl. Fr. Bronisław Markiewicz in shaping the Christian attitudes of children and youth

Summary

One of the conditions for an effective influence on the attitude of children and youth is the personality of the catechist. An example of an educational influence on young people was the activity of Fr. Bronisław Markiewicz in the area of former Galicia. Blessed Fr. Markiewicz emphasized the importance of the family and social environment in shaping the personality and religious life by introducing the basic truths of faith. The guidelines provided for parents, educators and catechists were to help shape the mature attitude of young Christians. He proposed an interesting project of “attracting” young people to the Church. It consisted in the proper organization of free time through play, sport, interest groups. A special role and importance in the process of educating Fr. Markiewicz ascribed to catechists, educators who actively participate in the process of shaping their own personality as well as their pupils’.

Key words: catechesis, Christian education, shaping attitudes, educational activity