
Katechezy dla narzeczonych

Tematy:

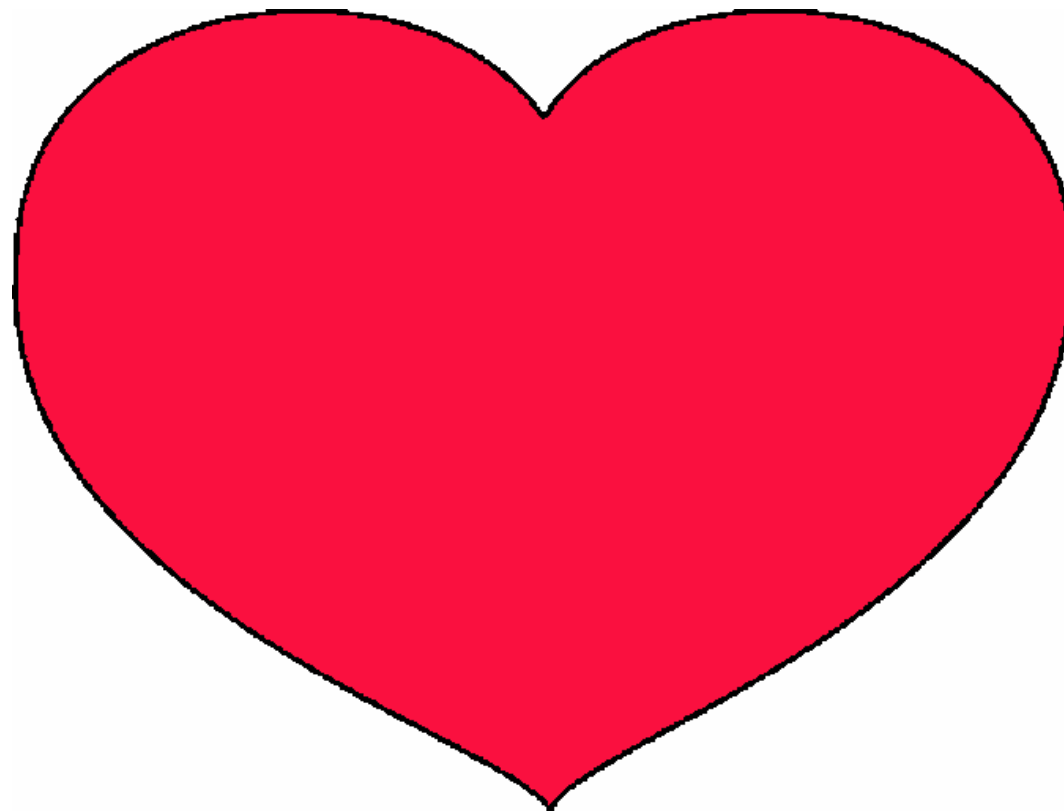
- Miłość małżeńska
- Etyka małżeńska
- Psychologia małżeństwa i rodziny
- Apostolstwo rodziny w Kościele
- Odpowiedzialne rodzicielstwo

Przysięga małżeńska

- Miłość
- Wierność
- Uczciwość
- Nie opuszczę Cię...



Miłość to...



Aspekty miłości

- Intymność
- Namietność
- Zobowiązanie

B. Wojcieszke, *Psychologia miłości*, GWP, Gdańsk 2012.

Sposoby okazywania miłości

Wyrażenia afirmatywne

Dobry czas

Podarunki

Drobne przysługi

Dotyk

G. Chapman, *5 języków miłości*, Esprit, Kraków 2014.

Hymn o miłości

Miłość cierpliwa jest, łaskawa jest.

Miłość nie zazdrości, nie szuka poklasku,
nie unosi się pychą; nie dopuszcza się bezwstydu,
nie szuka swego,

nie unosi się gniewem, nie pamięta złego;
nie cieszy się z niesprawiedliwości,
lecz współweseli się z prawdą.

Wszystko znosi, wszystkiemu wierzy,
we wszystkim pokłada nadzieję, wszystko przetrzyma.

Miłość nigdy nie ustaje... (1 Kor 13, 4-8)

Etyka

Bóg jest miłością

Naśladowanie Jezusa

Powołanie do czystości

Płciowość – integralność

Osoba jest celem, a nie środkiem

Czystość narzeczeńska

Czystość małżeńska

Cnota i łaska

Biblijne wezwanie do czystości

Nie zaprzედawaj kobiecie swej duszy,
by się nie wyniosła nad twoją władzę.

Nie wychodź na spotkanie kobiety rozpustnej,
byś nie wpadł w jej sidła.

Nie wchodź w zażyłość ze śpiewaczką, by jej zamiary cię nie usidliły.

Nie wpatruj się w dziewicę,

abyś przypadkiem nie wpadł w sidła kar z jej powodu.

Nie oddawaj się nierządnicom, abyś nie stracił swego dziedzictwa.

Nie rozglądaj się po ulicach miasta

ani nie wąłęśaj się po jego pustych zaułkach.

Odwróć oko od pięknej kobiety, a nie przyglądaj się obcej piękności:

przez piękność kobiety wielu zeszło na złe drogi,

przez nią bowiem miłość namiętna rozpala się jak ogień.

Z kobietą zamężną nigdy razem nie siadaj ani nie ucztuj z nią przy winie,

aby przypadkiem twa dusza nie skłoniła się ku niej,

byś przez swą namiętność nie potknął się aż do zagłady (Syr 9, 2-9).

Pan Jezus o VI przykazaniu

Słyszeliście, że powiedziano: Nie cudzołóż!

A Ja wam powiadam:

Każdy, kto pożądliwie patrzy na kobietę,
już się w swoim sercu dopuścił z nią cudzołóstwa.
Jeśli więc prawe twoje oko jest ci powodem do grzechu,
wyłup je i odrzuć od siebie.

Lepiej bowiem jest dla ciebie, gdy zginie jeden z twoich członków,
niż żeby całe twoje ciało miało być wrzucone do piekła.

I jeśli prawa twoja ręka jest ci powodem do grzechu,
odetnij ją i odrzuć od siebie.

Lepiej bowiem jest dla ciebie, gdy zginie jeden z twoich członków,
niż żeby całe twoje ciało miało iść do piekła

(Mt 5, 27-32).

Wykroczenia przeciw VI przykazaniu

Rozwzięłość
Masturbacja
Nierząd
Pornografia
Prostytucja
Gwałt
Homoseksualizm
Cudzołóstwo
Rozwód
Poligamia
Kazirodstwo
Wolny związek
(KKK 2331-2400)

Nasza hierarchia wartości

Religijne
Duchowe
Witalne
Utylitarne
Hedonistyczne

Scheler Max, [w:] *Słownik filozofii*, KNW, Kraków 2009.

Co nas łączy? Co nas różni?

On	My	Ona
?	?	?

Płeć mózgu

Połączenia między półkulami (ciało modzelowate):

Prawa: funkcje wizualne, przestrzenne, emocjonalne, abstrakcyjne.

Lewa: funkcje językowe, praktyczne, konkretne.

11% więcej neuronów u kobiet w hipokampie:
język i słuch, pamięć emocjonalna.

2,5 razy większe u mężczyzn obszary związane z popędem
seksualnym.

Ekspresja agresji.

M. Artymiak, *Pomiędzy mężczyzną a kobietą*, Petrus, Kraków 2010.

A. Moir., D. Jessel, *Płeć mózgu*, MUZA, Warszawa 2014.

Typy osobowości

Towarzyski sangwinik

Perfekcyjny melancholik

Energiczny choleryk

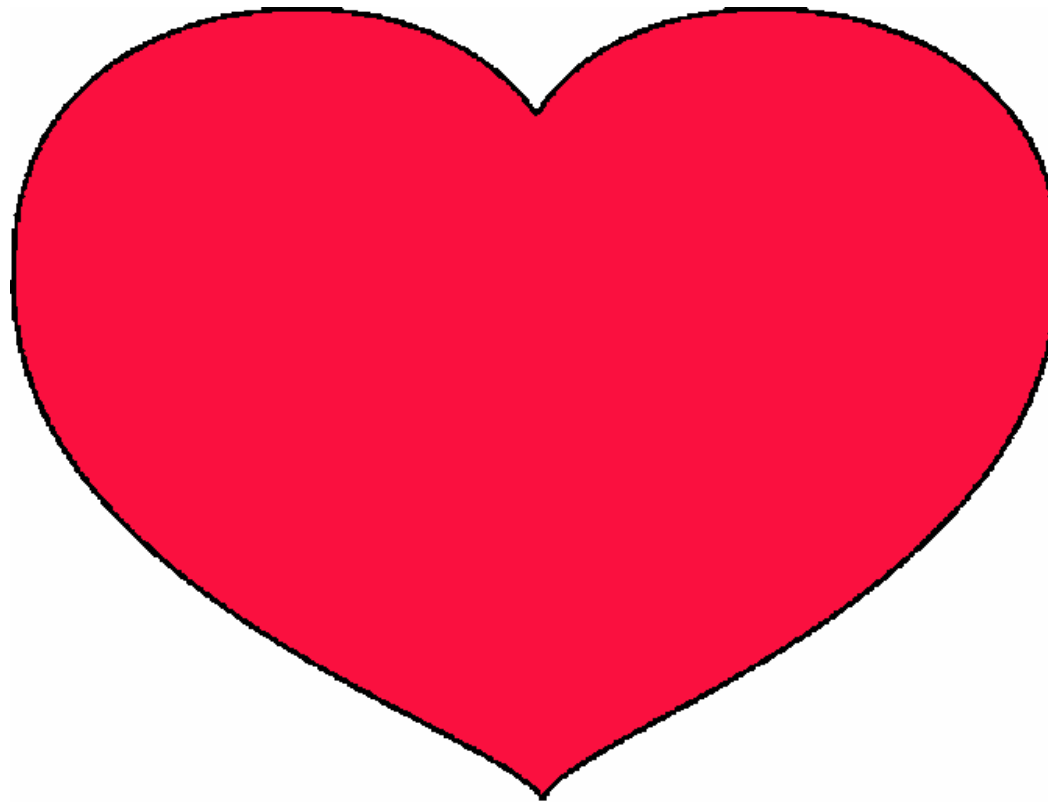
Spokojny flegmatyk

F. Littauer, *Osobowość plus. Jak zrozumieć innych, przez zrozumienie siebie?*,
Logos, Warszawa 1994.

Charakter

Wady

Zalety



Przyczyny konfliktów

Pieniądze, brak pieniędzy
Odmienne poglądy, różnice zdań
Błahe sprawy, drobnostki, sprawy nieistotne
Życie codzienne, obowiązki domowe, dzieci
Zła wola, złe samopoczucie
Alkohol
Różnice charakterów
Praca
Sprawy rodzinne
Bezrobocie
Religia, polityka, różnice światopoglądowe
Choroba
Brak zaangażowania w życie rodzinne

CBOS, Przemoc i konflikty w domu. Komunikat z badań, Warszawa 2012.

Przyczyny rozwodów

Niezgodność charakterów	– 17 389
Niewierność	– 4 528
Alkoholizm	– 2 965
Dłuższa nieobecność	– 1 075
Naganne zachowanie	– 868
Finanse	– 764
Światopogląd	– 287
Niedobór seksualny	– 231
Trudności mieszkaniowe	– 76
Z winy męża	– 10 282
Z winy żony	– 2 388
Małżeństwa w Polsce	– 8 961 300
Nowe małżeństwa	– 193 455
Rozwody	– 63 497

Główny Urząd Statystyczny, *Rocznik demograficzny*, Warszawa 2017.

Rozwiązywanie problemów

Pozycja wyjściowa

Opanowanie emocji

Otwartość na współmałżonka

Empatia

Komunikacja niewerbalna

Komunikacja zwrotna

Komunikacja typu „Ja”

Kompromis i współpraca

Przebaczenie

Apostolstwo rodziny w Kościele



Syn posłany przez Ojca

Tak bowiem Bóg umiłował świat,
że Syna swego Jednorodzonego dał,
aby każdy, kto w Niego wierzy,
nie zginął, ale miał życie wieczne.
Albowiem Bóg nie posłał swego Syna na świat
po to, aby świat potępił,
ale po to, by świat został przez Niego zbawiony
(J 3, 16-17).

Pan Jezus i Dwunastu

Powołanie

Formacja

Zesłanie Ducha Świętego

Misja

Rozwój Kościoła

Apostolstwo miłości

Przykazanie nowe daję wam,
abyście się wzajemnie miłowali
tak, jak Ja was umiłowałem;
żebyście i wy tak się miłowali wzajemnie.
Po tym wszyscy poznają,
żeście uczniami moimi,
jeśli będziecie się wzajemnie miłowali
(J 13, 34-35).

Powołanie świeckich

Ponieważ świeccy, jak wszyscy wierni, wezwani są przez Boga do apostołstwa na mocy chrztu i bierzmowania, dlatego mają obowiązek i prawo, indywidualnie lub zjednoczeni w stowarzyszeniach, starania się, by orędzie zbawienia zostało poznane i przyjęte przez wszystkich ludzi na całej ziemi. Obowiązek ten jest tym bardziej naglący tam, gdzie jedynie przez nich inni ludzie mogą usłyszeć Ewangelię i poznać Chrystusa. Ich działalność we wspólnotach eklezjalnych jest tak konieczna, że bez niej w większości przypadków apostołstwo pasterzy nie może być w pełni skuteczne (KKK 900).

Kerygmat

Bóg cię kocha!
Jesteś grzesznikiem!
Jezus cię zbawił!
Uwierz i nawróć się!
Przyjmij Ducha Świętego!
Wejdź do wspólnoty!

Katecheza

Sakramenty

Modlitwa

Lektura

Film

Zabawa

Rozmowa

Przykład

Wiara i rozum

Bóg istnieje.

Jezus z Nazaretu jest Synem Bożym.

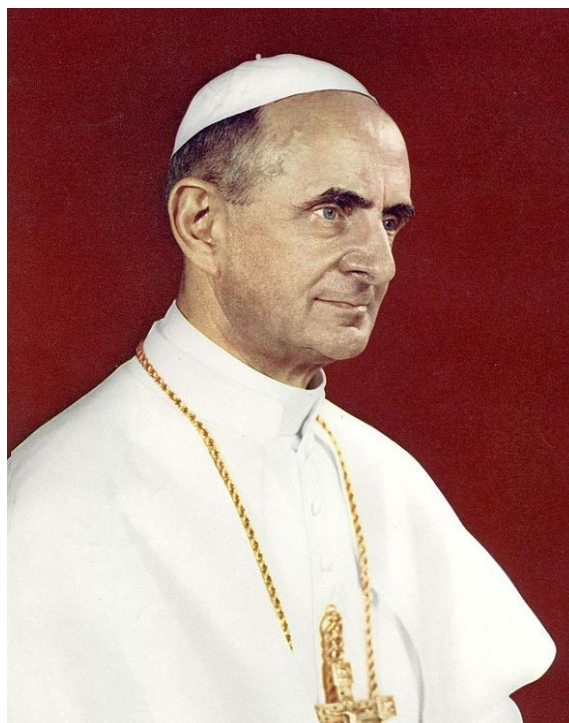
Duch Święty działa w Kościele – cuda.

Warto żyć „po Bożemu”.

Odpowiedzialne rodzicielstwo

Humanae vitae

Encyklika papieża bł. Pawła VI
o zasadach moralnych
w dziedzinie przekazywania życia 1968



Przekazywanie życia (HV1)

- Małżonkowie współpracownikami Boga-Stwórcy;
 - Doniosły obowiązek przekazywania życia;
 - Wolność i odpowiedzialność;
 - Radość i trudności;
 - Problemy moralne minionych epok;
 - Nowe zagadnienia współczesności.

Odpowiedzialne rodzicielstwo (HV 10)

- Znajomość i poszanowanie praw biologicznych;
 - Opanowanie popędów i namiętności;
 - Uwzględnianie warunków fizycznych, ekonomicznych, psychologicznych i społecznych;
 - Roztropny namysł i wielkoduszność;
- Poszanowanie obowiązków wobec Boga, wobec siebie samych, rodziny i społeczeństwa.

Nierozzerwalność podwójnej funkcji znaku w zbliżeniu małżeńskim (HV 12)

Stosunek małżeński z najgłębszej swojej istoty,
łącząc najściślejszą więzią męża i żonę,
jednocześnie czyni ich zdolnymi do zrodzenia nowego życia,
zgodnie z prawami zawartymi
w samej naturze mężczyzny i kobiety.
Jeżeli zatem zostaną zachowane
te dwa istotne elementy stosunku małżeńskiego,
a więc oznaczanie jedności i rodzicielstwa,
to wtedy zatrzymuje on w pełni swoje znaczenie
wzajemnej i prawdziwej miłości oraz swoje odniesienie
do bardzo wzniosłego zadania, do którego człowiek zostaje
powołany - a mianowicie do rodzicielstwa.

Niedopuszczalne sposoby ograniczania ilości potomstwa (HV 14)

1. Bezpośrednie naruszanie rozpoczętego już procesu życia, a zwłaszcza bezpośrednie przerywanie ciąży, choćby dokonywane ze względów leczniczych.
2. Bezpośrednie obezpłodnienie, czy to stałe, czy czasowe, zarówno mężczyzny, jak i kobiety.
3. Wszelkie działanie, które
 - bądź to w przewidywaniu zbliżenia małżeńskiego,
 - bądź podczas jego spełniania, czy w rozwoju jego naturalnych skutków
 - miałoby za cel uniemożliwienie poczęcia lub prowadziłoby do tego.

Moralna dopuszczalność korzystania z okresów niepłodności (HV 16)

Jeśli więc istnieją słuszne powody do wprowadzenia przerwy między kolejnymi urodzeniami dzieci, wynikające bądź z warunków fizycznych czy psychicznych małżonków, bądź z okoliczności zewnętrznych, Kościół naucza, że wolno wówczas małżonkom uwzględniać naturalną okoliczność właściwą funkcjom rozrodczym i podejmować stosunki małżeńskie tylko w okresach niepłodności, regulując w ten sposób ilość poczęć, bez łamania zasad moralnych, które dopiero co wyłożyliśmy.

Możliwość zachowania prawa Bożego (HV 20)

Nauka Kościoła o należytej regulacji poczęć, będąca promulgacją samego prawa Bożego, wyda się niewątpliwie dla wielu trudna; więcej nawet zupełnie niemożliwa do zachowania. Bo rzeczywiście, jak wszystkie rzeczy szlachetne i pożyteczne, tak i to prawo wymaga mocnych decyzji i wielu wysiłków od poszczególnych ludzi, od rodzin i społeczności ludzkiej. Co więcej, zachować je można tylko z pomocą łaski Bożej, która wspiera i umacnia dobrą wolę ludzi. Kto jednak uważniej się nad tym zastanowi, dostrzeże, że owe wysiłki naprawdę podnoszą godność człowieka i przysparzają dobra całej ludzkości.

Metoda objawowo-termiczna według prof. dra med. J. Rötzera

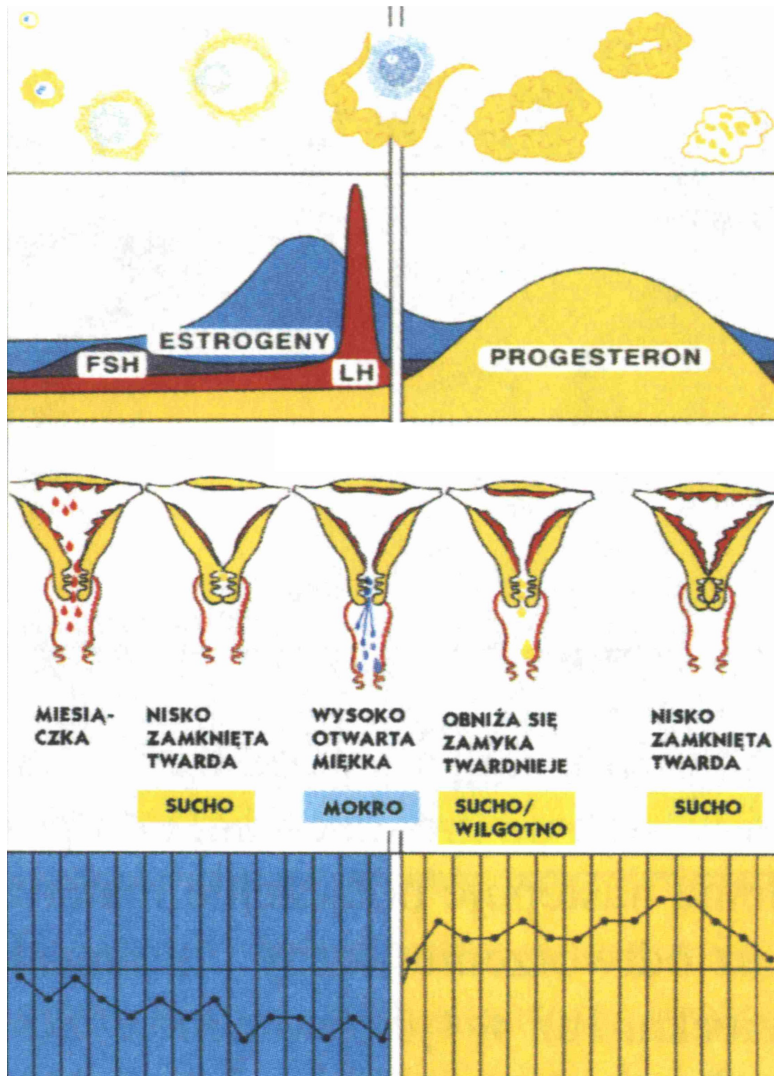


Płodność

Płodność kobiety jest cykliczna,
od osiągnięcia dojrzałości płciowej (ok. 12-15 roku życia)
do ok. 50 roku życia.

Płodność męczyzny jest stała,
od osiągnięcia dojrzałości płciowej (ok. 13-16 roku życia)
do późnej starości.

Fizjologia cyklu



Rozwój pęcherzyka i ciała żółtego

Poziomy hormonów

Błona śluzowa macicy

Szyjka macicy

PTC

Zasady mierzenia PTC

(podstawowej temperatury ciała)

Termometr, kartę obserwacji i długopis położyć w zasięgu ręki.
Temperaturę mierzymy zaraz po przebudzeniu, przed 7.30.
O tej samej porze (dopuszczalny przedział do 1,5 godz.).
Minimum 1 godzina biernego wypoczynku.
W tym samym miejscu na styku śluzówek:
w pochwie, odbytnicy lub pod językiem.
Każdy cykl notujemy na osobnej karcie.
Temperaturę zapisujemy zaraz po zmierzeniu.
Zaznaczamy zakłócenia, np. choroby lub zmianę termometru.

Zasady obserwacji śluzu

Obserwację prowadzi się kilka razy dziennie,

zwłaszcza wieczorem przy korzystaniu z toalety.

Należy dotknąć okolic zewnętrznych narządów płciowych papierem toaletowym, lekko nacisnąć i ocenić obecność oraz wygląd wydzieliny. Rozciągliwość można ocenić przez złożenie i rozłożenie papieru.

Mogą występować następujące odczucia:

sucho, niczego się nie obserwuje i nic nie odczuwa, wilgotno, mokro-ślisko, „naoliwienie”.

Można rozróżnić następujące cechy śluzu:

mętny, białawy, żółtawy, gesty (śluz gorszej jakości), jak surowe białko jaja, lub szklisty, płynny, rozciągliwy, dający odczucie: mokro-ślisko (śluz dobrej jakości).

Jeżeli w tym samym dniu obserwuje się śluz różnego typu oraz różne odczucia – notuje się cechy śluzu bardziej płodnego.

Nazwisko:

Rok urodzenia:

Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza i wyższa temp.:

Dzień	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Data																														
37,5																														
37,4																														
37,3																														
37,2																														
37,1																														
37,0																														
36,9																														
36,8																														
36,7																														
36,6																														
36,5																														
36,4																														
Czas	7.00																													
Dzień	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Nazwisko:

Rok urodzenia:

Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza i wyższa temp.:

Dzień	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Data																														
37,5																														
37,4																														
37,3																														
37,2																														
37,1																														
37,0																														
36,9																														
36,8																														
36,7																														
36,6																														
36,5																														
36,4																														
Czas	7.00																													
Dzień	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

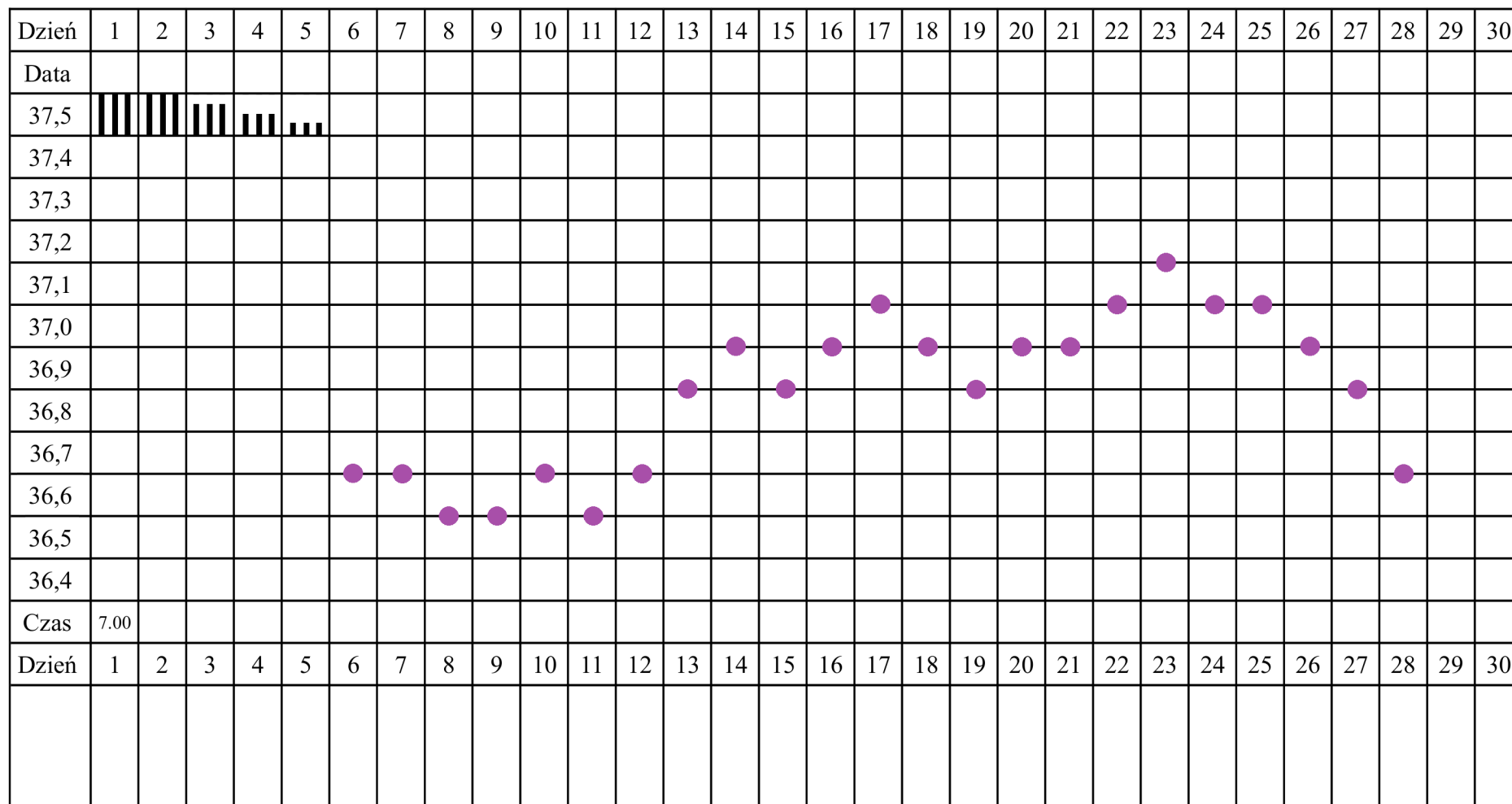
Nazwisko:

Rok urodzenia:

Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza i wyższa temp.:



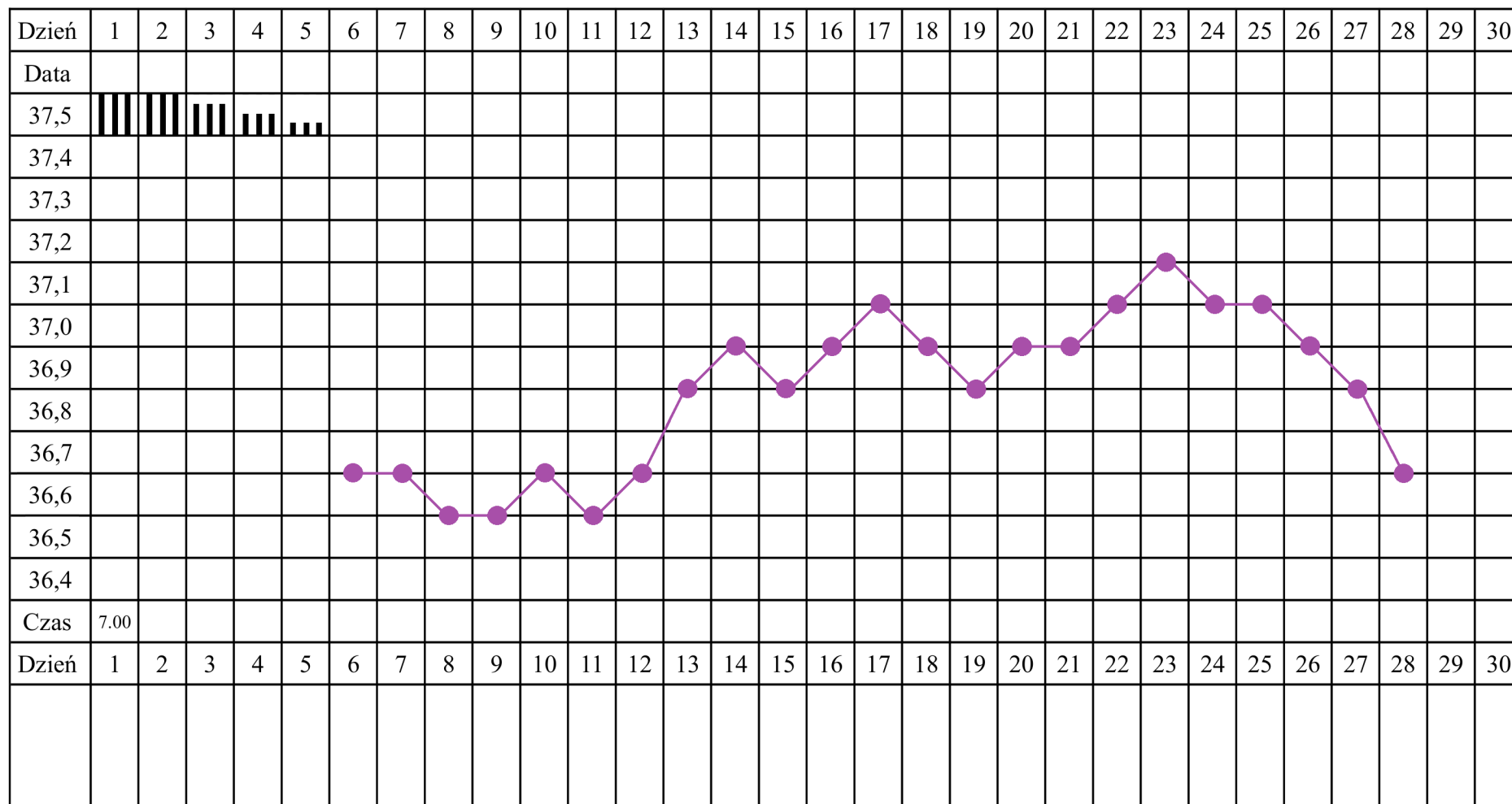
Nazwisko:

Rok urodzenia:

Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza i wyższa temp.:



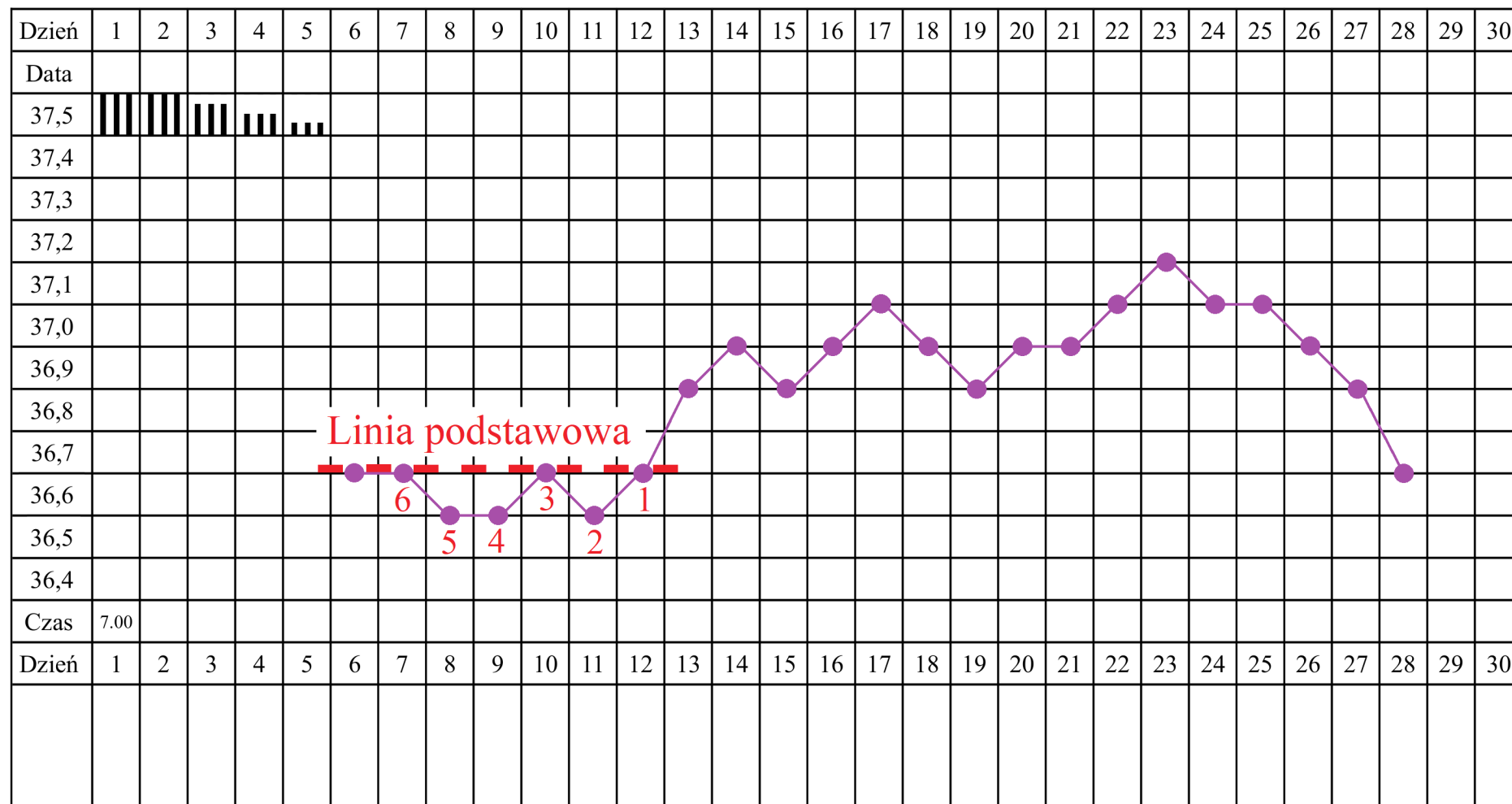
Nazwisko:

Rok urodzenia:

Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza i wyższa temp.:



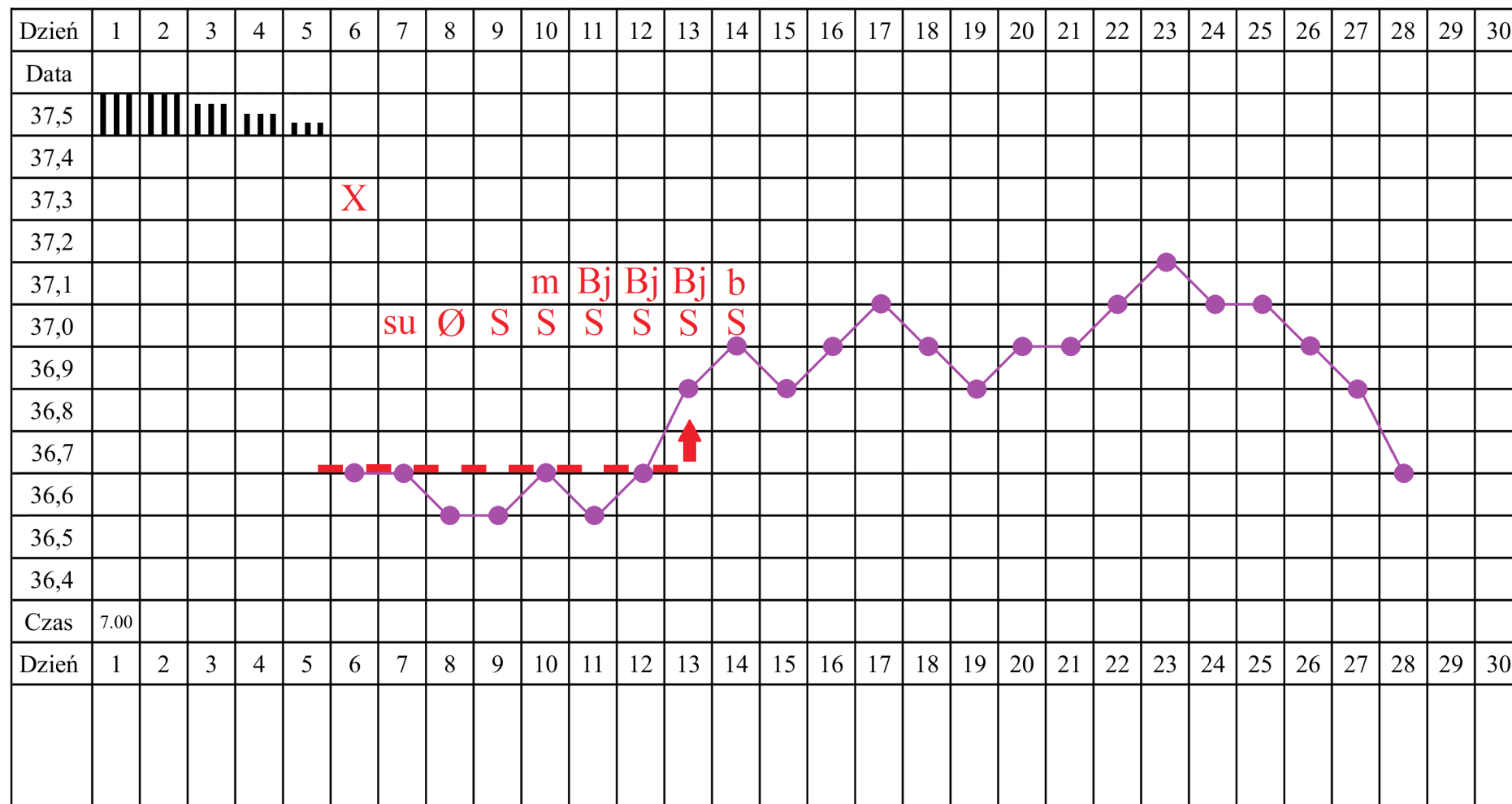
Nazwisko:

Rok urodzenia:

Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza i wyższa temp.:



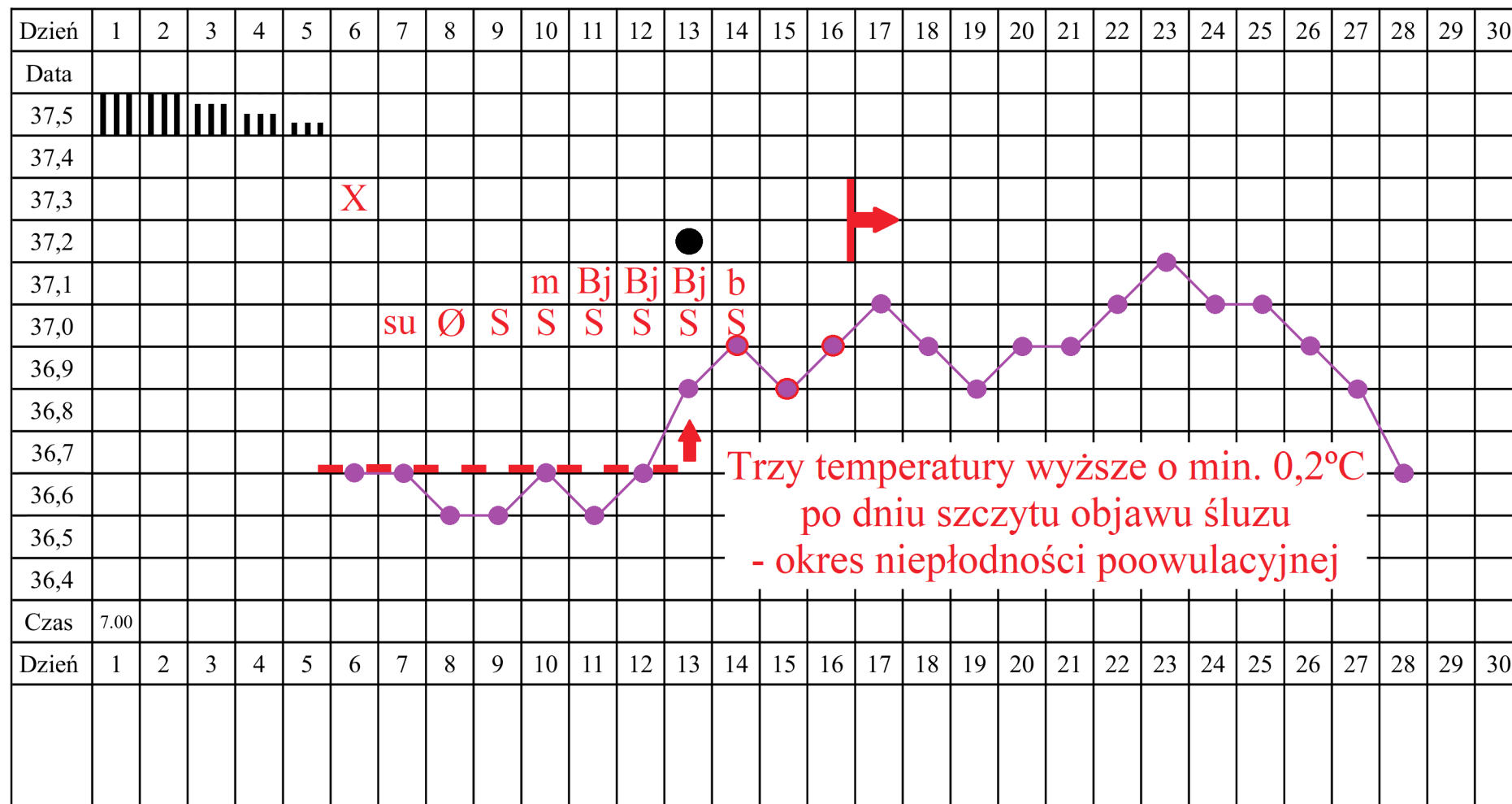
Nazwisko:

Rok urodzenia:

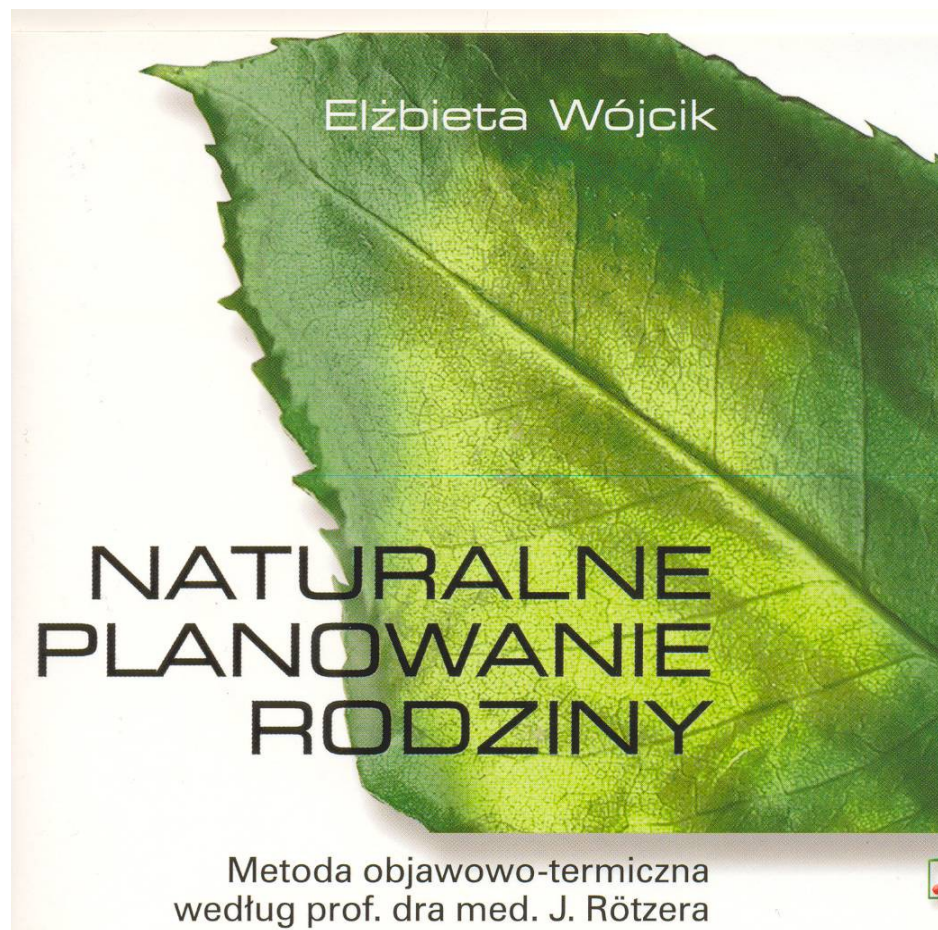
Liczba obserwowanych cykli:

Najkrótszy cykl:

Najwcześniejsza 1 wyższa temp.:



Więcej informacji na stronie
www.iner.pl



Kontakt:

Poradnia Życia Rodzinnego

Parafia pw. św. Józefa Oblubieńca NMP

Kraków – os. Kalinowe 5,

Dyżur: poniedziałek, godz. 16.00 – 18.00.

Poradnia Specjalistyczna „Miłość i Odpowiedzialność”
przy Bazylice Mariackiej w Krakowie, Plac Mariacki 7

Dyżur: środa, godz. 16.00-18.00.

Parafia pw. św. Stanisława Kostki,
Kraków – Dębniki, ul. Konfederacka 6

Dyżur: piątek, godz. 19.00 – 20.30.