

Małgorzata Lekan OP

Czula Ja

**O seksualności,
emocjach
i łagodności
dla siebie**

Wydawnictwo WAM

© Wydawnictwo WAM, 2026

Opieka redakcyjna: Kama Hawryszków
Redakcja: Zuzanna Marek
Korekta: Marta Koziak-Podczerwińska, Anna Suchańska
Projekt okładki, skład i opracowanie graficzne:
Karolina Korbut

PDF ISBN 978-83-277-4833-1

NIHIL OBSTAT
Prowincja Polski Południowej TJ,
ks. Jarosław Paszyński SJ, prowincjał,
Kraków, 25 listopada 2025 r., l.dz. 45/2025.

WYDAWNICTWO WAM
ul. Kopernika 26 • 31-501 Kraków
tel. 12 62 93 200
e-mail: wam@wydawnictwowam.pl

DZIAŁ HANDLOWY
tel. 12 62 93 254-255
e-mail: handel@wydawnictwowam.pl

KSIĘGARNIA WYSYŁKOWA
tel. 12 62 93 260
www.wydawnictwowam.pl

Druk i oprawa: OZGRAF • Olsztyn

Publikację wydrukowano na papierze Ecco book 70 g vol. 2.0
dostarczonym przez Antalis Poland Sp. z o.o.

Spis treści

Wstęp 7

- 1 Stworzona, by kochać. O seksualności 13
 - Czasy przemian – kontekst społeczny i kulturowy 16
 - Teologia ciała 24
 - Kobiety w Kościele 34
 - Jak „używać” seksualności? 41
- 2 Przyjaźnię się. O sztuce budowania wspierających relacji 67
 - Stworzone do relacji 71
 - Czym jest przyjaźń? 76
 - Imitacje przyjaźni 92
 - Etapy rozwoju przyjaźni 106
 - Ku czemuś więcej w przyjaźni 112
 - Dlaczego warto zawalczyć o przyjaźń? 123
- 3 Właściwie wybieram. O lęku i podejmowaniu decyzji 127
 - Lęk – co to takiego? 131
 - Jak obchodzić się z lękiem? 147
 - Podejmowanie decyzji 161
 - Wybieram – ku odważnemu działaniu 181
- 4 Przebaczam sobie. O trudnych emocjach 193
 - Problematyczne JA 196
 - Moja paleta emocji 209
 - Przebaczenie 230

Zakończenie 241

Wstęp

Jako wybrańcy Boży – święci i umiłowani –
obleczcie się w serdeczne miłosierdzie,
dobroć, pokorę, cichość, cierpliwość.
Kol 3,12

Piwonie. Kwiaty pełne czułości. Spoczywają miękko w ciemno-zielonym gąszczu liści, szczęśliwe, że są na swoim miejscu – że są sobą! Gdy wiatr zaprasza je do tańca, dają mu się prowadzić. Kiedy słońce zaczyna je promieniami, odpowiadają pąsem na płatkach. Łagodne, spełnione, otwarte. Przypominają mi twarze dojrzałych kobiet, które spotykam na drogach mojego życia i o których śmiało mogę powiedzieć, że znają swoją wartość. One już nie walczą, nie usprawiedliwiają się, nie mają oczekiwań wobec innych. Po latach poszukiwań, pracy nad sobą i zmagania o prawdę wreszcie zadomowiły się w sobie, odkrywając tym samym nowe prawo życia – łagodność.

Owa łagodność zaczyna się zaś wtedy, gdy z głębokim przekonaniem mogę powiedzieć: „Dobrze jest być tym, kim jestem!”. Ona też stanowi fundament harmonii świata natury. Niejako dzięki niej drzewa nie mają kompleksów z powodu swojej wysokości, a mchy nie narzekają, że posiadają zbyt wiele włosków. Wysokogórskie granie nie wyrzucają sobie, że są dostępne tylko dla kozic, szarotek i alpinistów, a potoki w dolinach – że ich przejrzysta woda jest zawsze zimna. Również wspomniane piwnie spokojnie odpoczywają w prawdzie o tym, kim są, a podobny aksamit wewnętrznego pokoju przenika też dojrzałe kobiety,

pilnie uczące się od natury przyjmowania siebie. Gdy bowiem rozkocham się w darze własnego życia – który przecież jest mi ofiarowany tylko raz – wszystko się zmienia: każdy dzień przepełnia zdumienie, każdy wschód słońca staje się początkiem przygody, a odejście z tego świata będzie jak zamknięcie drzwi, by wejść w nowe i wieczne „dziś”. Warto więc zapytać siebie – i zrobić to nie raz, nie dwa, lecz pytać nieustannie: czym wypełnić przestrzeń pomiędzy wejściem a wyjściem, między drzwiami narodzin a bramą śmierci?

Ciesząc się, że otworzyłaś tę książkę, chcę zaproponować ci w niej – podążając za głosem mądrych i szczęśliwych – wybór życia łagodnego i pokornego, innymi słowy: prawdziwego. Prawo łagodności, które jest zasadą takiego życia, ma swoje źródło głęboko w tobie samej. Nie da się go narzucić z zewnątrz niczym rozwiązania prawnego, przepisać i zażyć jak lekarstwa na receptę lub zastosować podobnie do wzoru matematycznego. Ono zaczyna się w relacji. Zawsze bowiem, gdy z wyrozumiałością i miłosierdziem spotykam siebie samą, rodzi się czułość – czułość, która nie ma nic z bezkrytycznego i nieodpowiedzialnego usprawiedliwiania, a której zdecydowanie bliżej do uczciwego spotkania się z prawdą o słabości i pięknie zarazem oraz o człowieczeństwie skierowanym w stronę tego, co nadprzyrodzone, które ty i ja w sobie nosimy.

Jak się czujesz z taką propozycją? Przyciąga cię? Budzi w tobie sprzeciw? A może chciałabyś z niej skorzystać, ale gdzieś w tle majaczą się wymagania dotyczące bycia twardą, zaradną, skuteczną i idealną, w jakich wiele z nas się wychowało? Albo zastanawiasz się, czy możliwe jest połączenie prawa łagodności ze zdrowym podejściem do słabości i grzechu? Tymczasem poszukiwana przez nas dojrzałość nie jest takim stanem naszego

człowieczeństwa, w którym przypominałybyśmy figury w muzeum – wypieszczone przez konserwatorów i chronione przed najmniejszą zmianą. To raczej dostrzeżenie, jakim rodzajem kamienia szlachetnego jestem, w jakich okolicznościach przyszło mi żyć oraz jakie czynniki i w jaki sposób na mnie wpływają: czy jestem granitem, wapieniem, czy może piaskowcem; żyję na pustyni, w górach czy u wybrzeży oceanu; kształtuje mnie mróz, upał, suchy wiatr czy ulewny deszcz. I choć wiem, kim jestem, to jeszcze nie wiem, kim się stanę, ale oczekuję tego w spokoju, mając świadomość, że nie da się przewinąć ani skrócić etapów tej drogi – można przejść je szybciej, ale nie sposób pominąć żadnego z nich.

Jak jeszcze mogę zachęcić cię do wspólnej wyprawy ku czułości i łagodności? Może niech zaproszeniem będzie też historia, która wydarzyła się naprawdę – i ma w sobie coś z zapachu piwonii.

Zbliżał się Dzień Matki. Siedmioletnia Hania, która szczerze kochała swoją mamę, wiedziała, że w tym roku to właśnie piwonie (ulubione kwiaty jej rodzicielki) będą wyrazem tego, co do niej czuje. Wszystko wcześniej zaplanowała i gdy w końcu nadszedł oczekiwany dzień, o świcie bezszelestnie wymknęła się z domu, uzbrojona w sekator. Podekscytowana ścinała gałązki, na których końcach unosiły się jeszcze zielone (choć już z różowym pąsem), skroplone rosą, okrągłe pąki piwonii. W bukiecie znalazły się wszystkie kwiaty z okazałego krzaka – oprócz jednego „niedorozwiniętego” (jak sobie tłumaczyła), który nie miał ani koloru, ani kształtu, a ponadto zbyt powoli piął się do góry na wykrzywionej lodydze. Hania niczym błyskawica wbiegła na trzecie piętro i z dumą wręczyła mamie naręcz zielonych piwonii. Wśród uścisków, całusów i słów wdzięczności dziewczynka dostrzegła na szczęśliwej twarzy mamy nieproszonego gościa – cień

konsternacji pomieszanej z bólem i stratą. Co prawda pojawił się on tylko na ułamek sekundy, by potem ustąpić miejsca potomkom czułości, ale Hania go zauważyła i zapamiętała. Choć wtedy nie przyćmił radości świętowania, to przez długie lata był dla niej wyzwaniem – wiele wysiłku i trudu kosztowało ją zrozumienie, jak te emocje, dające o sobie znać w różnych okolicznościach, łączą się z wazonem piwonii, które nigdy nie rozkwitły.

Co słyszysz w tej historii dla siebie? Ja odkrywam w niej wiele prawd, którymi będę chciała się z tobą podzielić w tej książce; ich symbolem są właśnie te przedwcześnie zerwane piwonie, które nie dostały szansy, by doświadczyć zachwytów nad własnym pięknem. Czasem silimy się na oryginalność i pomysłowość, zapominając, że wiele oznak naszego wewnętrznego kolorytu także potrzebuje czasu, by zakwitnąć. Gdy próbujemy obudzić je za wcześnie – co widać szczególnie w obszarze **seksualności** – paradoksalnie zatrzymujemy ich rozwój. Życiodajna czułość wymaga też poznania i wierności, o czym możemy się przekonać, budując relacje **przyjaźni**. Ona jest bowiem takim sposobem bycia z drugim człowiekiem, w którym szanuje się prawdę i się jej nie wstydzi, unika się zbyt szybkich deklaracji, a przywiązuje wagę do uczenia się stabilnej intymności. Czuła miłość wychodzi naprzeciw **lękom**, a także nie boi się podjąć ryzyka i skonfrontować ze zmorami własnej historii, gdy chodzi o podjęcie najważniejszych życiowych **decyzji**. W końcu także czułość jest najlepszym towarzyszem w mierzeniu się z własnymi porażkami i poczuciem winy. Niczym olej łagodzi ból ran i przyspiesza ich gojenie, gdy wyposażone w nią wchodzimy w proces **przebaczenia** sobie i innym.

10

Zapraszam cię więc do wspólnej CZUŁEJ podróży ku rozwojowi. Mam nadzieję, że przemierzając na nowo swoją historię – a w niej

trudne doświadczenia i zranienia, ale i dotąd nieodkryte zdolności czy obszary własnej kobiecości – odnajdziesz siłę, by żyć pełnią. Seksualność, przyjaźń, lęk i podejmowanie decyzji oraz przebaczenie sobie to tematy ważne dla każdej z nas; nie da się ich „odhaczyć” raz na zawsze, ale gdy podejmujemy je na każdym etapie życia, odsłaniają coraz to nowe możliwości rozkwitu w miłości do siebie, drugiego człowieka i Boga.

1

Stworzona, by kochać. O seksualności

Położ mię jak pieczęć na twoim sercu,
jak pieczęć na twoim ramieniu,
bo jak śmierć potężna jest miłość,
a zazdrość jej nieprzejednana [...].

Pnp 8,6

Gdy wiele lat temu podczas mojego pobytu w Stanach Zjednoczonych pojechałam do Ohio, by kontynuować naukę na Franciscan University of Steubenville, swoją uniwersytecką przygodę na tej Alma Mater zaczęłam od poznania campusu. Sprawdzałam, co i gdzie się znajduje, jak dojść do biblioteki, sal wykładowych, ale i do kaplicy wieczystej adoracji oraz strefy restauracyjnej. Moją podstawową lekturą w tych dniach były tysiące ofert, zaproszeń i propozycji wypełniających studenckie tablice ogłoszeń – na tej uczelni istnieje życie poza studiami! Fascynacja mieszała się we mnie z lekkim zagubieniem, więc z ogromną wdzięcznością przyjęłam pojawienie się wśród tych wszystkich plakatów i ulotek człowieka, który – dostrzegając moje zakłopotanie i zaskoczenie – wziął mnie na bok i cierpliwie zaczął tłumaczyć, o co w tym wszystkim chodzi.

Jak się potem okazało, był to nie kto inny jak franciszkanin o. Michael Scanlan – niezwykle szanowany, kochający żart i życie siedemdziesięcioletni weteran wojny w Wietnamie i prawnik po Harvardzie, wtedy kanclerz, a wcześniej wieloletni rektor i architekt reformy uczelni. Szczególnie zapraszał mnie na prowadzone wraz z Katheriną Zino (instruktorką tańca towarzyskiego) zajęcia, których celem było odkrywanie tańca jako

sposobu poznawania teologii ciała. Podczas lekcji tańca Fr. Mike i Katherina tworzyli pierwszą parę: ona uczyła kroków, on zaś okraszał jej wskazówki opowieścią o Bożym pomysle na naszą cielesność. Zajęcia przyciągały rzesze chętnych, co wcale nie dziwi, bo w nietypowy sposób pozwalały spotkać się z własną cielesnością i poznać twórczy aspekt seksualności.

Ten fascynujący temat, jakim niewątpliwie jest seksualność, rzeczywiście otworzył się w moim życiu w nowy sposób właśnie podczas studiów na wspomnianym uniwersytecie, który jako uczelnia katolicka składa przysięgę wierności papieżowi. To zaś stwarzało przyjazne środowisko dla studiowania teologii, mogłam więc odprężyć się i nie tylko studiować, ale i całą sobą chłonąć tę świętą wiedzę. Moim ogromnym zaskoczeniem było to, że panowała tam absolutna fascynacja (jeszcze wtedy żyjącym) Janem Pawłem II oraz jego teologią ciała, w której zawarta jest też nauka o seksualności. Wcześniej studiowałam w Polsce i o tym aspekcie papieskiego nauczania nic nie słyszałam, a tu po prostu istny szal! Wynikał on – jak się potem okazało – między innymi z tego, że teologia ciała Jana Pawła II była odpowiedzią na rewolucję seksualną lat sześćdziesiątych i siedemdziesiątych XX wieku, która boleśnie przetoczyła się przez społeczeństwo amerykańskie. Pomyślałam wtedy, że mamy w Polsce ważną lekcję do odrobienia, i zyczajnie zabrałam się za tę „pracę” – w myśl zasady, że jeśli chcę, by coś się zmieniło, trzeba wdrażać zmiany najpierw u siebie.

CZASY PRZEMIAN – KONTEKST SPOŁECZNY I KULTUROWY

Aby podjąć szczerą refleksję o seksualności, myślę, że warto najpierw zobaczyć, w jakim punkcie mówienia o niej i jej

przeżywania jesteśmy. Obecny zaś stan nie wziął się znikąd – ma swoje konkretne korzenie, które pokrótce chciałabym nazwać.

American (bad) dream

Wszystko zaczęło się tak naprawdę na przełomie XIX i XX wieku, kiedy nastąpił ogromny boom cywilizacyjny. Wtedy to Karol Darwin sformułował swoją teorię dotyczącą ewolucji i doboru naturalnego, a w dziedzinie techniki pojawiły się najróżniejsze wynalazki, takie jak telegraf, telefon, żarówka, prądnica czy silnik spalinowy, co było początkiem między innymi masowej produkcji samochodów, a potem też samolotów. Odkryto także promieniowanie rentgenowskie, Mendelejew usystematyzował pierwiastki, Curie-Skłodowska opisała reakcje jądrowe, Pasteur zbadał pałeczki cholery i wścieklizny, a Einstein sformułował teorię względności. Także psychologia nie pozostawała w tyle – dotąd połączona z filozofią, zaczęła się usamodzielniać razem z odważnymi badaniami Pawłowa, Freuda, Junga czy Adlera. Rozkwit nastąpił również w dziedzinie demokracji społeczeństwa i urbanizacji.

Niestety, początek XX wieku dał powody nie tylko do zachwytu nad potęgą ludzkiego umysłu, ale też do zawstydzenia, jak bardzo błędzimy w naszym egoizmie. Przyznam, że swego czasu zaskakującym odkryciem był dla mnie fakt, że procesy eugeniczne (selekcjonujące ludzi na lepszych i gorszych) mają swoje korzenie w tym, co działo się ponad sto lat temu. Kuzyni Francis Galton i Karol Darwin zaproponowali selektywne rozmnażanie zwierząt i ludzi, by z pokolenia na pokolenie ulepszać gatunki w oparciu o cechy dziedziczne. Pozytywnym aspektem tej propozycji była zachęta do reprodukcji najlepszych osobników, ale jednocześnie powodowało to eliminację jednostek postrzeganych

przez twórców eugeniki jako mniej wartościowe. Pierwszym krajem, który wprowadził jej zasady, były Stany Zjednoczone, czego przykładem może być w latach dwudziestych XX wieku ograniczenie imigracji do 15%, by kontrolować udział „nieprzydatnych” osobników w puli genetycznej USA, a także sterylizacja Afroamerykanów. Potem eugenika rozlała się na inne kraje, w tym europejskie Niemcy, w których narodowi socjaliści dążyli do osiągnięcia „czystości rasowej” m.in. przez eliminację osób niepełnosprawnych lub chorych psychicznie. Bezpośrednim kontynuatorem tych działań był Adolf Hitler, który doprowadził do największej hekatomby XX wieku.

Ale wróćmy jeszcze na chwilę za Ocean Atlantycki, gdzie na wyspie Ellis Island, mieszczącej się u wejścia do Zatoki Nowojorskiej, odbywała się okrutna selekcja przybywających imigrantów. Dziś Amerykanom trudno przyznawać się do tych kart historii, a także do tego, co narzucano ludności afroamerykańskiej. Osobą, której nie można pominąć w tej opowieści, jest Margaret Sanger – feministka do dziś będąca bożyszczem dla głoszących niczym nieskrępowane hasła wolnościowe. Doświadczyla ona w swoim życiu wielu dramatów – urodziła się jako szóste z jedenaściorga dzieci swojej matki, która zmarła przy ostatnim porodzie (Margaret miała wtedy dziewiętnaście lat); wychowała się w rodzinie robotniczej; znała z autopsji ubóstwo. Jej działania były więc z pewnością w jakiejś mierze motywowane szukaniem rozwiązań i nowych możliwości dla kobiet. Niemniej jednak pierwszą konsekwencją jej zaangażowania w promowanie poglądów eugenicznych, którego skutki dotkliwie oglądamy w naszym świecie, jest powszechność aborcji i antykoncepcji. To właśnie Sanger jest uważana za „matkę pigułki antykoncepcyjnej”, do której zalegalizowania i masowej produkcji się przyczyniła.

Potem zmiany zadziały się falami – od rozkwitu rewolucji seksualnej, przez proces Roe vs Wade (1973 r.), który zalegalizował aborcję, po pojawienie się klinik aborcyjnych. W konsekwencji coraz powszechniejsze stawało się myślenie, że dzięki tym zmianom kobieta będzie nareszcie „wolna” i przestanie już ponosić konsekwencje za przygodne współżycie seksualne (co było bardzo źle postrzegane w konserwatywnej kulturze amerykańskiej tamtych czasów). Nikt się nie spodziewał, jak silnie destrukcyjne na poziomie ciała i psychiki będą skutki tych decyzji, i mimo że wskazywały na to prowadzone badania kliniczne, powszechne zachłyśnięcie się „wolnością” wygrało.

Kobiety mają głos!

A co działo się w Europie? Po I wojnie światowej pozycja kobiet w społeczeństwie zaczęła się radykalnie zmieniać. Na skutek powojennych przemian w wielu krajach kobiety uzyskały dostęp do studiowania na uniwersytetach, prawa wyborcze (czynne i bierne), a także możliwość podejmowania innych prac niż tylko jako pomoc domowa czy guwernantka. Na przykład w Rosji po rewolucji bolszewickiej wprowadzono równouprawnienie kobiet i zaraz potem (niestety!) zalegalizowano aborcję, a w latach czterdziestych z powodu braku mężczyzn (ci walczyli i ginęli na froncie, a komu udało się wrócić, był potem skutecznie rozpijany i demoralizowany przez państwo) kobiety przejęły stery: wsiadły na traktory, zajęły się pracą w fabrykach, zaangażowały w politykę i wzięły się na poważnie za odbudowę społeczeństwa – także przez rodzenie dzieci.

Niestety, dramat II wojny światowej znów zaburzył pozytywne zmiany i po sześciu latach konfliktu w Europie na jednego mężczyznę przypadały trzy kobiety. Po wojnie wiele z nich

zostało zwolnionych, by odstąpić miejsca pracy tym, którzy wrócili z frontu. Kobiety były więc ogromną i już znacząco wyemancypowaną siłą społeczeństwa, a jednocześnie doświadczaly jawnej dyskryminacji w życiu publicznym.

Za głos tego powojennego pokolenia kobiet można z pewnością uznać książkę *The Feminine Mystique* (*Mistyka kobiecości*) Betty Friedan, wydaną w 1963 roku w Stanach Zjednoczonych. Podobnym pod względem treści i znaczenia był nieco wcześniejszy tekst francuskiej feministki egzystencjalnej Simone de Beauvoir pt. *Le deuxième sexe* (*Druga płeć*), wydany w 1949 roku. Postulaty Friedan były w tamtych czasach czymś rewolucyjnym, przełomowym. Mówiła bowiem do swoich czytelniczek: „Kobieto, nie musisz być tylko kurą domową. Jeśli studiujesz, to nie robisz tego wyłącznie po to, by podtrzymać inteligentną konwersację w domu, ale masz prawo na przykład zostać na uczelni jako pracownik naukowy czy podjąć pracę zgodną z twoimi zainteresowaniami. Twoja rola życiowa nie ogranicza się jedynie do bycia towarzyszką zarabiającego męża i panią domu z ogródkiem na przedmieściach”*. Ponadto postulowała równouprawnienie finansowe kobiet, a także połączenie pracy z obowiązkami domowymi. Proponowała też redefinicję męskości jako partnerstwa wobec kobiecości, a nie dominacji. Być może dziś postulaty Friedan nie są tak inspirujące (bo w jakiejś mierze oczywiste), jak dla jej pierwszych czytelniczek, ale prawdopodobnie dzięki wielu tego typu małym krokom kobiety zyskują obecnie ogromne poczucie sprawczości – ze śmiałością zaczynają wychodzić z ciasnych ram świata patriarchalnego.

* Parafrazuję za: B. Friedan, *Mistyka kobiecości*, tłum. A. Grzybek, Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2012.

W Polsce kobiety uzyskały prawa wyborcze w 1918 roku, co było ściśle związane z odzyskaniem niepodległości. Stąd w dwudziestoleciu międzywojennym widzimy tak wiele kobiecych osobowości w kulturze, sztuce, polityce i różnych obszarach życia społecznego naszego kraju. Jednak kolejna wojna i czasy komunizmu nie pozostały bez wpływu na proces przywracania znaczenia kobiet. O tym, że wiele trendów społecznych pojawia się u nas „z poślizgiem”, świadczy chociażby fakt, że wspomniana książka Betty Friedan została wydana po polsku dopiero w 2012 roku (!).

Rewolucja seksualna

Jak już wspomniałam, tłem dla powstania teologii ciała Jana Pawła II była rewolucja seksualna czasów powojennych. Dziełem trafnie opisującym zmieniające się w tym aspekcie wzorce społeczne jest dwutomowy raport amerykańskiego zoologa Alfreda Kinseya, wydany kolejno w 1948 i 1953 roku. W tych dwóch opasłych tomszyczach Kinsey rzekomo udowodnił, że dziewięćdziesiąt procent mężczyzn zdradza swoje żony, a trzydzieści procent kobiet zdradza swych mężów. Niestety, mimo że naukowo sfalsyfikowano te badania, kij został wbity w mrowisko i w sposób metodyczny rozpoczął korozję podejścia do tej pięknej i zarazem delikatnej sfery. Wnioski Kinseya – przez wielu nazwanego „ojcem rewolucji seksualnej” – dotyczące seksualności były ogromnym szokiem, bo do tej pory nikt nie odważył się publicznie i w tak szczegółowy (wręcz wulgarny) sposób mówić o płciowości i seksie. Wywołały one nie tylko skandal, ale także sporo zamieszania i bałaganu w podejściu do ciała i seksualności.

Lustrem tych przemian społecznych była sztuka (co słychać na przykład w muzyce zespołów, takich jak The Beatles, The Rolling

Stones, The Animals, The Doors), a zmiana obyczajowości spowodowała powstanie różnych ruchów kontestatorskich (m.in. hipisi – dzieci kwiaty) oraz rozwój idei pacyfizmu, feminizmu czy walki z segregacją rasową (tu nie można pominąć wspnianych i odważnych działań Martina Luther Kinga, który w całym tym tyglu zmian walczył o wolność i godność każdego człowieka). W Stanach, a potem także w innych krajach zachodniego kręgu kulturowego, zalegalizowano antykoncepcję (lata 60.), a po jakimś czasie – na skutek wspomnianego już sfingowanego procesu Roe vs Wade (1973) – także aborcję. Rewolucja seksualna spowodowała wręcz epidemiczny rozwój chorób wenerycznych i drastyczny wzrost liczby rozwodów; w samym USA rozwiodło się około 50% małżeństw zawartych w latach siedemdziesiątych XX wieku. Ogólnie też od tego czasu zawiera się mniej małżeństw, bo nieustannie w cenie są wolne związki. Ważnym medium przekazywania postulatów rewolucji seksualnej był telewizor, z roku na rok obecny w coraz większej liczbie domów. Dziś Internet pełni tę samą rolę narzędzia przebudowy ludzkiego myślenia, a co za tym idzie – także działania.

Co na to wszystko Kościół?

No właśnie! Czy kiedy ten buldożer obyczajowy i kulturowy, jakim była rewolucja seksualna, wjechał na arenę świata, Kościół siedział skulony jak mysz pod miotłą? Otóż nie. Kościół, jak to zwykle bywa, najpierw chwilę się przypatrywał, by wiedzieć, z czym ma do czynienia – badał, analizował i modlił się, by potem dać mądrą odpowiedź.

22

Wypowiedział ją w dokumencie Soboru Watykańskiego II, noszącym tytuł *Gaudium et spes*, czyli konstytucji o Kościele i jego zadaniach w świecie; mówi w niej o znaczeniu i godności

małżeństwa oraz rodziny. Potem ukazała się encyklika Pawła VI *Humanae vitae*, która była tak odważnym i radykalnym (w dobrym tego słowa znaczeniu) teologicznym tekstem, że wielu liberalnie myślących teologów oficjalnie zadeklarowało niezgodę wobec tych treści. Mówiła ona jasno o zasadach moralnych w dziedzinie przekazywania życia ludzkiego. Potem posypały się inne dokumenty Kongregacji Nauki Wiary: *Quaestio de abortu* (1974) przeciwko przerywaniu ciąży, *Persona humana* (1975) o niektórych zagadnieniach etyki seksualnej, takich jak zapłodnienie in vitro czy homoseksualizm, *Quaecumque sterilizatio* (1975) przeciwko sterylizacji, a Jan Paweł II w latach osiemdziesiątych wydał adhortację *Familiaris consortio* mówiącą o zadaniach rodziny chrześcijańskiej oraz list apostolski *Mulieris dignitatem* o godności i powołaniu kobiety.

W dokumencie *Persona humana* pada według mnie ważne pytanie, które do dziś nie straciło na aktualności. Cytuję: „Doszło [...] do tego, że także wśród chrześcijan nauczanie, normy moralne i sposoby postępowania dotąd wiernie zachowywane, w krótkim okresie czasu zostały gwałtownie zakwestionowane, i wobec tylu rozpowszechnionych poglądów przeciwnych nauce otrzymanej od Kościoła, wielu stawia sobie dziś pytanie, co należy obecnie uznawać za prawdę”^{*}. Czyż nie jest tak, że aktualnie w naszym kraju doświadczamy podobnego zamieszania w podejściu do ludzkiej seksualności? Nasiliło się zepsucie obyczajów, którego najpoważniejszą oznaką jest nadawanie przesadnego znaczenia seksualności, co przeniknęło także do wychowania i skaziło moralność. Co zatem jest

^{*} Kongregacja Nauki Wiary, *Persona humana*, Watykan 1975, nr 1. Zobacz: https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_con_cfaith_doc_19751229_persona-humana_pl.html [dostęp: 6.12.2025].

prawdą? Jak myśleć o człowieku? Sądzę, że warto posłuchać naszego rodaka – Jana Pawła II, który choć przez lata żył za żelazną kurtyną, to swoim naukowym i filozoficznym umysłem, a także sercem otwartym na Ducha Świętego, potrafił trafnie i głęboko analizować i nazywać rzeczywistość, a ostatecznie też odnajdywać prawdę.

TEOLOGIA CIAŁA

Gdy Karol Wojtyła został papieżem, jako następca św. Piotra wyznaczył sobie cel, by regularnie nauczać wiernych poprzez cotygodniowe katechezy. Teologia ciała to zatem nic innego jak około sto trzydzieści katechez środowych, które papież wygłosił w latach 1979–1984 (z przerwą na rekonwalescencję po zamachu na jego życie), a które po czasie zostały zebrane, wydane i opatrzone tym słynnym tytułem.

George Weigel, który w latach dziewięćdziesiątych wydał słynną biografię Jana Pawła II *Świadek nadziei*, tak skomentował tę teologiczną spuściznę Wojtyły: „Teologia ciała jest jedną z najodważniejszych rekonfiguracji teologii katolickiej w ciągu wieków”. Uznał ją też za „rodzaj teologicznej bomby zegarowej, której wybuch, z dramatycznymi konsekwencjami, nastąpi gdzieś w trzecim tysiącleciu Kościoła”^{*}. W tym cytacie znajdujemy słowo klucz, jakim jest „rekonfiguracja” – bo Jan Paweł II tak naprawdę nie powiedział niczego nowego, a jedynie zebrał i skomentował to, co Biblia i teologiczna tradycja Kościoła mówiły od dawna. Co więcej, zgadzam się z Weiglem, że teksty papieża to tykająca bomba zegarowa, która – jeśli się ją przyswoi,

^{*} Por. G. Weigel, *Świadek nadziei. Biografia Papieża Jana Pawła II*, Wydawnictwo ZNAK, Kraków 2005, s. 433.

czyli pozna i wdroży w życie – zacznie w swoim czasie promieniować nową jakością wiary i życia codziennego.

Co konkretnie zapisał Jan Paweł II w swojej teologii ciała? Spróbujmy zobaczyć to razem krok po kroku.

Początek w Trójcy

Podstawą całej teologii ciała jest nauczanie o Trójcy Świętej, a dokładnie o tym, co dzieje się między Bogiem Ojcem, Bogiem Synem i Bogiem Duchem. W Bogu istnieje wspólnota Osób (*communio personarum*), wspólnota miłości, w której nie ma przerw w miłowaniu – dzieje się ona od zawsze i na zawsze. Co więcej, miłość Trójcy jest płodna: Ojciec kocha Syna i Syn kocha Ojca, aż do uosobienia się w Duchu Świętym. Przypomina to *perpetuum mobile*: jedna Osoba, kochając drugą, podtrzymuje Ją przy życiu i jednocześnie odwiecznie Ją rodzi. A skoro mamy być na Boży obraz i podobieństwo, nie można nam zejść na niższy poziom w myśleniu o swoim człowieczeństwie. Z tego punktu powinno brać początek nasze myślenie o seksualności.

Jesteśmy stworzeni!

Kolejna prawda o człowieku ukazuje, że jest on stworzeniem. Bóg stworzył nas w sposób zaplanowany, logiczny i celowy. Świat – ze wszystkim, co na nim żyje – został stworzony dla niego samego, a nie dlatego, że Bogu czegoś brakowało: chwały, uwagi, publiczności czy rąk do pracy. Stąd każde stworzenie – a przede wszystkim człowiek! – jest chciane i kochane przez Stwórcę. Istnieje dlatego, że Bóg mnie chce, ze wszystkimi moimi wymiarami i złożonościami. Każdy z nas narodził się, najpierw i przede wszystkim, z miłości Boga. On nie myśli o nas jako o problemie czy zadaniu do wykonania; nie stworzył nas przypadkowo. Początkiem

ciebie i mnie jest działanie Jego miłości. Powstaliśmy z niczego w sensie materialnym, ale z miłości w sensie intencjonalnym.

Człowiek – a konkretnie ja i ty! – jest kulminacją, inaczej koroną stworzenia, stąd uosabia i kontynuuje akt stwórczy Boga. To zaś dotyczy nie tylko spraw duchowych, ale i cielesnych. Nasza seksualność to dar Boga, który podzielił się z człowiekiem swoją twórczą mocą miłości. I Jan Paweł II odważnie to podkreśla, przypominając, że człowiek jest zwieńczeniem stworzenia i że został stworzony z miłości i do miłości – nie wolno nam godzić się na bycie niczym mniejszym!

Jedna natura, dwa wcielenia

Idąc dalej, warto na nowo uświadomić sobie, że Bóg wchodzi z człowiekiem w relację przymierza – partnerską, pomimo nierówności natur. Jan Paweł II, powołując się na różne motywy biblijne, wykazuje, jak bardzo Bogu zależy na tym, by człowiek zrozumiał i przyjął Jego otwartość i bliskość. Bóg jest cały nastawiony na przyjaźń.

Co więcej, Stwórca dał nam rozum, wolną wolę i zdolność do miłości. A to z kolei oznacza, że jako ludzie jesteśmy powołani do tego, by kochać – mamy to niejako w genach! Nie ma przecież miłości, gdy brakuje wolności i rozumowego przyłgnięcia do drugiej osoby. Człowiek jako jedyne stworzenie na świecie może być wolny i rozumny w miłości, poddając jej zasadom swoje instynkty i całą sferę biologiczną. W tym kryje się nasze podobieństwo do Stwórcy, że w sposób wolny możemy podjąć powołanie nie tylko do życia we wspólnocie z drugim człowiekiem, ale i do komunii, zjednoczenia.

Jan Paweł II podkreśla też, że ludzka natura jest jedna, lecz wcielona na dwa sposoby: męski i kobiecy. A skoro jest jedna,

to nie ma wśród ludzi lepszego i gorszego „gatunku” – jesteśmy wobec siebie równi. Niestety w naszej kulturze (także na naszym polskim podwórku) nadal mocno trzyma się przekaz, że kobieta jest „tą gorszą”. To nie tylko niezwykle raniące (bo ma swoje bolesne konsekwencje), ale i również „heretyckie”. Przełomowość teologii ciała polega więc na wydobywaniu prawdy o tym, że kobieta i mężczyzna to dwa „wcielenia” jednej ludzkiej natury. Obydwie płcie są tak samo ważne i potrzebne – nie ma tu rozróżnienia na „gorsze” i „lepsze”, one są po prostu inne. Bóg dał taką samą godność kobiecie i mężczyźnie.

Żeby w całości poznać naturę ludzką, trzeba także uznać, że ten „drugi” jest nam dany i zadany. Jeśli nie poznajemy drugiego człowieka na drodze miłości, zamykamy się w sobie i nasze życie staje się bezproduktywne, ucieka nam. Jeżeli natomiast kochamy, to choć przy tym także coś (a czasem wiele) tracimy, taka strata ma głęboki sens kierujący nas ku pełni człowieczeństwa i życiu wiecznemu, w myśl ewangelicznej zasady: „Jeżeli ziarno pszenicy wpadłszy w ziemię nie obumrze, zostanie tylko samo, ale jeżeli obumrze, przynosi plon obfity” (J 12,24).

Męskość i kobiecość rozumiana według zamysłu Boga daje też człowiekowi nowe poczucie sensu swojego ciała*. Dodatkowo otwiera na drugiego człowieka i zakopuje topór wojenny, który dały ludzkości do rąk totalitaryzmy. Komunizm i hitleryzm traktowały walkę klas i ras, ludzi lepszych i gorszych, jako siłę napędzającą społeczeństwo, a Jan Paweł II w swoich

* Por. słowa Jana Pawła II: „Męskość i kobiecość oznacza dwoistą postać konstytucji somatycznej człowieka [...], oznacza również [...] nowe poczucie sensu własnego ciała: poczucie, rzecz można, wzajemnie wzbogacające”, [w:] tegoż, *Mężczyznę i niewiastę stworzył ich. Odkupienie ciała a sakramentalność małżeństwa*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2008, s. 34–35.