



Zachęcamy do zapoznania się z nową rubryką poświęconą ekologii życia małżeńskiego – innymi słowy, jak żyć w zgodzie ze sobą, współmałżonkiem, dziećmi i naturą. Autorką jest Pani Weronika Rogacz – katoliczka, szczęśliwa żona i matka trójki dzieci, psycholog i doradca rodzinny. Wraz z mężem opracowała i prowadzi kurs nauczania objawowo-termicznej metody rozpoznawania płodności. To pytanie zadają sobie wszystkie pary, które stoją u progu małżeństwa lub dopiero wchodzą w życie rodzinne.

Spróbuj przypomnieć sobie początek związku. Jakie emocje ci towarzyszą? Najprawdopodobniej to radość i namiętność, jedność duszy i ciała. Intymność małżeńska przynosi przyjemność, on i ona pragną być razem przez cały czas, a rozłąka przynosi cierpienie. Z czasem coś się zmienia. Nie ma już tego zapału, emocje się wyciszają i zaczynają przeważać sprawy domowe.

***Dlaczego relacje stają się chłodne? Zastanówmy się nad tym!***

Życie małżeńskie jest jak puzzle, składa się z wielu elementów, które w całość łączy miłość. Jednym ze sposobów udowodnienia miłości jest intymność małżeńska. Jest to szczyt okazywania miłości współmałżonkowi, a jednocześnie jest to bardzo delikatna sfera. Nie jest to najważniejsze w małżeństwie, lecz niewątpliwie jest nieodłącznym elementem relacji małżeńskiej.

Jednak, jeżeli w intymnej sferze małżeńskiej pojawiają się problemy (np. małżonkowie nie mogą otwarcie rozmawiać o swoich pragnieniach lub nie mają szacunku do stanu, w którym znajduje się współmałżonek), wtedy nie będzie radości z intymnego spotkania. I zacznie się

wzajemne unikanie.

Jest to szczególnie bolesne dla mężczyzny, gdy żona nie chce z nim być. Mężczyzna staje się bardziej stabilny emocjonalnie, silniejszy, bardziej męski, gdy czuje, że jego żona pragnie bliskości z nim. Jest gotów dla niej zrobić wszystko. Miłość staje się jeszcze silniejsza, a życie szczęśliwsze.



### ***Co zabija to pragnienie bycia razem?***

#### **1. STRACH.**

Strach rodzi stosowanie antykoncepcji, gdy para za pomocą różnych środków i metod chroni się przed poczęciem dziecka. W miejscu, w którym panuje miłość i zrozumienie, pojawia się napięcie i nieufność. Kochający się ludzie zaczynają powierzać los dziecka pewnego rodzaju antykoncepcji. Zabija to związek – cicho i powoli, lecz stanowczo.

#### **2. SPONTANICZNOŚĆ.**

Spontaniczność w intymności małżeńskiej jest bardziej charakterystyczna dla mężczyzn. Kobieta potrzebuje czasu. Jej serce, jak kwiat, potrzebuje czułości, ciepła i uwagi. Ważne jest, by kobieta wiedziała, do której godziny ma przygotować swoje serce. W życiu małżeńskim ważne są chwile okresowej abstynencji seksualnej, co wnosi do relacji nutkę tajemniczości, szacunek dla swojej fizjologii, zaufanie i czułość. Zapytasz, co robić, żyjąc w świecie, w którym antykoncepcja jest normą, a wstrzemięźliwość stała się nie modna. Należy zauważyć, że na

Białorusi na 1000 par jest 570 rozwodów. Więc dlaczego metody współczesnego świata nie działają? Może dlatego, że ich fundamentem są pieniądze i biznes, a nie szczęście rodziny?

Jest jednak coś, co pomaga parom żyć świadomie i w zgodzie ze sobą i naturą razem do ostatniej chwili życia. Wiem to z własnego doświadczenia i doświadczenia w pracy z parami małżeńskimi.

### ***Są to metody rozpoznawania płodności (MRP).***

Dla mnie MRP jest darem, za który jestem nieskończenie wdzięczna Bogu. Życie w zgodzie ze swoim ciałem, w zaufaniu i szacunku z mężem jest jednym z głównych bonusów tej metody, a jest ich o wiele więcej! A więc wszystko po kolei.

MRP nie jest antykoncepcją, choć może się nią stać. Celem MRP jest odłożenie poczęcia lub zaplanowanie długo oczekiwanego dziecka.

MRP jest metodą naukową, a nie fikcją. Istnieją specjalne badania, które prowadzą wiodące światowe ośrodki.

MRP jest skuteczną metodą, która pozwala odłożyć moment poczęcia dziecka z dokładnością 99,6% (według WHO 2017) i zaplanować długo oczekiwanego poczęcie z dokładnością 70%.

MRP opiera się na obserwacji i poznawaniu funkcjonowania swojego organizmu. Kobieta poznaje swoją płodność, fizjologię i uczy się określać dni płodne w swoim cyklu. Uczy się prowadzić specjalną kartę obserwacji swojego cyklu.

MRP to ekologiczna metoda, która nie ingeruje w naturalne rytmy kobiety, ale pomaga poznać siebie.

MRP to sposób życia pary małżeńskiej, której relacje zmieniają się, odnawiają, napełniają się zaufaniem, szacunkiem i miłością. To jeden z moich ulubionych punktów. Ponieważ widzę, jak wyszkolone pary są szczęśliwe i przeżywają swój „miesiąc miodowy” przez całe życie, również jak ja i mój mąż.