

## **HISTORYCZNE I WSPÓŁCZESNE TENDENCJE W OCENIE ZJAWISKA MASTURBACJI**

**Ks. Andrzej Bohdanowicz**

Wydział Teologiczny Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza  
Poznań

### **Wstęp**

W dzisiejszych czasach coraz więcej czynników zagraża miłości. Życie publiczne owładnięte jest panseksualizmem, co powoduje, że zaciera się m.in. granica ludzkiej intymności. Obniża się średni wiek inicjacji seksualnej zarówno u chłopców, jak i u dziewcząt. W tym okresie młodzi ludzie odkrywają najczęściej masturbację, która, jak wynika z badań i opinii seksuologów, wcale nie jest jedynie „kłopotem” wieku dojrzewania. Jest to zjawisko, które – nie tylko współcześnie – budzi wiele emocji i rozmaitych opinii, szczególnie wśród lekarzy, pedagogów, psychologów czy teologów.

Niektórzy z nich ukazują masturbację jako normalną praktykę, dającą się usprawiedliwić od strony moralnej, wręcz „czynność higieniczną”, nawet gdy praktykują ją osoby dorosłe. Inni widzą w niej poważne nieuporządkowanie i oceniają ją jako zdecydowanie niemoralną. Zwolennicy takiego spojrzenia twierdzą, że masturbacja jest zagrożeniem dla prawidłowego rozwoju osoby, ponieważ skupia ją na niej samej, a tym samym nie pozwala otworzyć się na drugiego człowieka. Prowadzi ona do nieuporządkowania wewnętrznego i jako czysto fizyczne rozładowanie napięcia seksualnego, dokonujące się w oderwaniu od miłości i od drugiej osoby, jest dowodem ludzkiej niedojrzałości.

Także Kościół katolicki jasno wypowiada się w tej sprawie w oficjalnych dokumentach Urzędu Nauczycielskiego. Przypatrzmy się zatem nieco dokładniej zapowiedzianej w tytule artykułu kwestii.

## 1. Ocena zjawiska masturbacji w kontekście historycznym

Jeżeli chodzi o zagadnienie masturbacji czy samogwałtu, czasami określanego jako onanizm, to należy podkreślić, że sam problem nie jest wprost poruszony w Biblii. Seksualność opisywana w Piśmie Świętym odnosi się do drugiego człowieka. Termin „onanizm” został jednak zaczerpnięty z Pisma Świętego. Łączy się on z biblijnym imieniem Onana, syna Judy<sup>1</sup>. Hebrajski tekst mówi bardziej o marnowaniu nasienia i wylewaniu go na ziemię, jest to więc bardziej opis stosunku przerywanego niż masturbacji. To, że w Biblii nie ma wzmianki o samogwałcie, nie znaczy, że w tamtych czasach nie było znane tego rodzaju zachowanie. Etnologowie twierdzą, że samogwałt jest prastary i że istniał we wszystkich kulturach. Wśród chłopców w wieku 10–13 lat więcej niż 80% populacji praktykowało masturbację, a u starszych chłopców ponad 99%. Wśród dziewcząt statystyki są odpowiednio: 36% i 74%. Dziewczęta odkrywały samogwałt same i często przypadkowo, nie rozmawiając o tym z nikim, chłopcy zaś uczyli się od innych, masturbowali się w grupach, a nawet chwalili się tym<sup>2</sup>.

*W czasach przedhistorycznych utrata nasienia była zniewagą dla duchów przodków, a Żydzi i Persowie musieli już nawet po nocnej polucji poddać się obrzędowi oczyszczenia*<sup>3</sup>. W kulturach, w których istniał silny nacisk na rozród, potępiano samogwałt jako czyn prowadzący do niszczenia nasienia. Tak było w kulturze judaistycznej, gdzie wytrysk poza pochwą żony traktowano jako grzech ciężki. W średniowieczu wszelką aktywność seksualną uważano za grzeszną, a samogwałt potępiano bezwzględnie. W późniejszych latach sprawa ta ucichła aż do wieku XVII, gdy lekarze doszli do wniosku, że sperma i wy-

---

<sup>1</sup> Onan miał brata Era, który ożenił się z kobietą o imieniu Tamar. Gdy Er uczynił zło, Pan pozbawił go życia. Wówczas Juda kazał obcować Onanowi z wdową po bracie, aby wzbudzić dla niego potomstwo (prawo lewiratu). *Onan wiedząc, że potomstwo to nie będzie jego, ilekroć zbliżał się do żony swego brata, unikał zapłodnienia, aby nie dać potomstwa swemu bratu. Złe było w oczach Pana to, co on czynił i dlatego też zesłał na niego śmierć* (Rdz 38, 9-10).

<sup>2</sup> A. Zwoliński, *Seksualność w relacjach społecznych*, Kraków 2006, s. 343.

<sup>3</sup> A. Radziejowska, *Intymności*, Warszawa 1992, s. 83.

dzielina pochwy powstają w mózgu, dlatego zaczęli ostrzegać, że masturbacja prowadzi do kompletnego skretynienia i takich chorób, jak reumatyzm, gruźlica, rzeżączka, niepłodność, ślepotą, hemoroidy czy obłąd<sup>4</sup>.

Samogwałt był także rozmaicie postrzegany w różnych narodowościach. Starożytni Grecy nie widzieli w masturbacji niczego złego. W literaturze, zwłaszcza w komediach attyckich, znajduje się wiele wzmianek na temat tego rodzaju praktyk. Ośrodek handlowy w Azji Mniejszej, Milet, był nawet znany z produkcji instrumentu erotycznego zwanego *olisbos*. Był to substytut sztucznego członka. Wyrabiano go z drewna bądź wypchanej skóry, a przed użyciem obficie smarowano oliwą z oliwek. Był używany do masturbacji przez kobiety, a także do uprawiania miłości lesbijskiej. Inaczej masturbację oceniał Talmud. Zabraniał on uprawiania jej przez mężczyzn, ponieważ ze wszystkich grzechów na świecie, którymi plami się mężczyzna, masturbacja plami go najbardziej. By chronić się przed nim, *mężczyzna nie powinien świadomie wywoływać u siebie wzrodu członka, rozmyślać na tematy seksualne, spać na wznak, przyglądać się kopulującym zwierzętom, dotykać genitaliów nawet w czasie oddawania moczu oraz nosić ciasnych kalessonów*<sup>5</sup>.

Dla Żydów samogwałt był grzechem cięższym niż łamanie Tory. Najważniejsze było dla nich płodzenie potomstwa, dlatego grzechem było nie to, że akt ten był dokonywany w oderwaniu od drugiej osoby, lecz samo marnowanie nasienia. Nasienie u Żydów to coś ważnego i utrzymującego życie, dlatego nie interesował ich samogwałt żeński. Tymczasem świat grecko-rzymski bardzo długo nie zajmował się tą kwestią. Nie widział w niej nic złego, podobnie jak w prostytutce czy homoseksualizmie. Ponieważ były one tolerowane, dlatego również samogwałt nie odgrywał większej roli<sup>6</sup>.

Problem marnowania nasienia przy masturbacji był jednym z istotnych czynników oceny autoerotyzmu w wielu kulturach świata. Starożytni Chińczycy i Hindusi, a także Grecy definiowali nasienie jako podstawową substancję lub płyn ustrojowy. Sam Hipokrates twierdził, że kobiety wysuszone z powodu braku nasienia cierpią, gdyż wówczas macica ich wędruje po całym ciele. Receptą na tę chorobę był stosunek i ciąża. Mężczyznom Hipokrates zalecał za-

---

<sup>4</sup> Por. tamże.

<sup>5</sup> A. Zwoliński, dz. cyt., s. 343.

<sup>6</sup> H. Haag i K. Elliger, *Zur Liebe befreit. Sexualität in der Bibel und heute*, Benziger 1998, s. 151–152.

trzymywanie nasienia, a ich aktywność seksualną uważał za szkodliwą, gdyż wysuszała ich z nasienia, co mogło prowadzić do śmierci w szale.

Poglądy wzorowane na założeniach Hipokratesa można było znaleźć jeszcze w dziele szwajcarskiego lekarza Samuela A. Tissota<sup>7</sup>, którego traktat na temat samogwałtu inspirował myśl medyczną do późnego wieku XIX. Dowodził on, że nasienie jest niezmaconą, skoncentrowaną energią życiową, która powstaje z krwi, by stworzyć nowe życie. Utrata uncji nasienia mogłaby osłabić bardziej niż utrata czterdziestu uncji krwi. Przekonanie o marnowaniu nasienia podczas masturbacji było niemal powszechne. Świadczą o tym zarówno pouczenia rabinów żydowskich, jak i teologów chrześcijańskich. Podobne tezy wysnuwali teologowie protestancy, oskarżający klasztory o sprzyjanie szerzeniu się masturbacji, gorszej niż porzucenie celibatu i życie w małżeństwie. Pewną zmianę w spojrzeniu na masturbację przynieśli pionierzy seksuologii. Havelock Ellis<sup>8</sup> w 1901 r. wprowadził pojęcie autoerotyzmu w miejsce samogwałtu, a Iwan Bloch<sup>9</sup> i inni zaczęli mówić o masturbacji jako poprzedniczej dojrzałej seksualności<sup>10</sup>.

Do XVIII w. nie było formalnego zakazu kościelnego w odniesieniu do masturbacji, chociaż już św. Tomasz potępił samogwałt. Holenderski lekarz Richard Bekker jako pierwszy porównał samogwałt z onanizmem. Potępił go również jako czyn moralnie zły, ponieważ stoi on na drodze pełnego dojrzewania człowieka. W 1786 r. pedagog i teolog Christian Gotthilf Salzmann napisał książkę o *Tajemniczych grzechach młodości*, w której samogwałt nazwał nałó-

---

<sup>7</sup> Około 1712 r. ukazał się w Londynie anonimowy traktat zatytułowany *Onania – albo ohydny grzech samogwałtu*. Broszurka okazała się niebywałym wydawniczym sukcesem, a jej przedruki w wielu językach zalały całą Europę. Dziesiąte wydanie opublikowane zostało w Stanach Zjednoczonych. Bardzo szybko oświecona opinia publiczna przyjęła do wiadomości i zaakceptowała fakt, że niewinne manipulacje męskim (albo żeńskim) organem płciowym są niesłychanie szkodliwe. W odpowiedzi na oczekiwania rynku wynalazcy konstruowali wymyślne urządzenia, uniemożliwiające dostęp do części intymnych w nieautoryzowany sposób. Były to rozmaite koszyczki i klatki na genitalia dla chłopców, pasy cnoty dla dziewcząt, skórzane uprząże i metalowe pułapki.

<sup>8</sup> Havelock Ellis, angielski psycholog i lekarz (1859–1939), badał wpływ seksualności na życie człowieka. Rozbił mit o tym, że kobiety nie mają popędu seksualnego oraz uznał za normalne zjawiska seksualizmu dziecięcego i masturbacji. Stwierdził też, że dziewczęta dojrzewają wcześniej, ale później rozpoczynają aktywność seksualną.

<sup>9</sup> Iwan Bloch, dermatolog (1872–1922), autor pierwszego systematycznego przedstawienia całej wiedzy seksuologicznej. W 1906 r. stworzył pojęcie „wiedza seksualna”. Propagował środki zapobiegania ciąży i chorobom wenerycznym, był przeciwny mizoginii (z grek. *misos* – ‘nienawiść’, *gyne* – ‘kobieta’ – nienawiść albo silne uprzedzenie w stosunku do płci żeńskiej).

<sup>10</sup> A. Zwoliński, dz. cyt., s. 344–346.

giem. Od tego czasu wszyscy autorzy świeccy czy kościelni bardzo rygorystycznie podchodzili do tego tematu. Samogwałt zaczął być widziany jako coś bardzo złego i określany grzechem ciężkim<sup>11</sup>.

## 2. Współczesne tendencje w ocenie zjawiska masturbacji

Poglądy i zdania na temat moralnej kwalifikacji masturbacji w dzisiejszych czasach są podzielone. Zjawisko to jest postrzegane inaczej niż kilkadziesiąt lat temu. Dawniej sądzono, że częsta masturbacja jest powodem zaburzeń, takich jak uszkodzenie mózgu, słabość, ślepotą, wyłysienie, epilepsja lub choroby psychiczne<sup>12</sup>. Współczesna ocena jest jednak zdecydowanie inna. Masturbacja jest poddawana wielokrotnej analizie. Biolodzy w latach 70. XX wieku szukali nawet praw rządzących doznawaniem rozkoszy seksualnej czy ich podstaw, aby udowodnić, że jest ona biologiczną rzeczywistością zakodowaną w ciele, próby te jednak nie przyniosły oczekiwanych rezultatów, czyli dowodów na istnienie biologicznej determinacji w tym zakresie<sup>13</sup>.

Dzisiejsza wiedza medyczna mówi, że samogwałt nie prowadzi do żadnych wariactw ani chorób psychicznych. Niektórzy seksuolodzy wręcz uważają, że ubogaca on młodego człowieka i stanowi ważny czynnik jego rozwoju seksualnego. Nie postrzega się już go jako stadium pośredniego w okresie dojrzewania, ponieważ wiadomo, że także dorośli się masturbują. Badania wskazują, że liczba osób uprawiających samogwałt wzrasta. Zostaje on często wyjęty z pojęcia wspólnego i uznany jako możliwość własnej, wolnej, autonomicznej seksualności. Szczególnie na Zachodzie mało dyskutuje się o samogwałcie, a także nie uznaje się często moralnych przeciwwskazań do jego stosowania. Twierdzi się, że jest on nieszkodliwy i nikt nie zostaje przez niego zraniony. Częste masturbowanie może jednak stać się nałogiem, tak jak np. picie alkoholu. Wówczas, zdaniem wielu terapeutów i seksuologów, należy do problemów osobowościowych i należy je osądzać tylko etycznie, a nie moralnie<sup>14</sup>.

---

<sup>11</sup> H. Haag i K. Elliger, dz. cyt., s. 152–153.

<sup>12</sup> Por. T. i B. La Haye, *Akt małżeński. Piękno miłości seksualnej*, Lublin 1991, s. 208.

<sup>13</sup> Por. A. Zwoliński, dz. cyt., s. 347.

<sup>14</sup> Por. H. Haag, i K. Elliger, dz. cyt., s. 154–156.

Młodzieńcza aktywność masturbacyjna nie jest już dziś często postrzegana przez seksuologów jako zjawisko patologiczne i uważa się, że nie prowadzi ona do negatywnych następstw. Podkreśla się jednak, że nie oznacza to, iż nie należy dążyć do samoopanowania, które pomaga w budowaniu relacji uczuciowych z drugą osobą<sup>15</sup>. Zwraca się uwagę, że masturbacja jest zjawiskiem powszechnym i trudno ją widzieć i oceniać w kategoriach grzechu ciężkiego.

Trzeba również odnotować, że uznaje się także złe strony takiego zachowania. Niekontrolowana masturbacja bowiem prowadzi często do zachowania obsesyjno-przymusowego. Oznacza to, że człowiek może być tak pochłonięty przez samogwałt, że opanowuje on jego umysł i wszelką aktywność. Innym negatywnym skutkiem jest niekontrolowane fantazjowanie, co prowadzi do życia w świecie nierealnym i odrywa od rzeczywistości. Czego by jednak nie powiedzieć na temat masturbacji, to większość lekarzy, naukowców i psychologów zgadza się, że nie wyrządza ona szkody biologicznej. Dr Herbert J. Miles pozwala na ograniczoną praktykę masturbacji młodym mężczyznom, u których popęd seksualny pod względem biologicznym osiągnął swój szczyt. Sądzi on, że całkowite potępienie samogwałtu jako grzesznego jest raczej arbitralne, nie-realistyczne i niezgodne ze stwórczym planem Boga. Podkreśla on jednak konieczność seksualnej samokontroli przed małżeństwem, aby nie skrzywdzić drugiej osoby, zaspokajając w ten sposób swoje potrzeby seksualne<sup>16</sup>.

Z punktu widzenia biomedycznego masturbacja w wieku młodzieńczym nie niesie ze sobą żadnego zagrożenia dla zdrowia i nie powoduje szkodliwych skutków ubocznych. Jednak ocena medyczna, uważająca masturbację za rzecz normalną, nie jest równoznaczna z jej oceną pozytywną<sup>17</sup>. Niektóre źródła podają, że jest ona bardzo użyteczna, ponieważ uczy, jak funkcjonuje ludzkie ciało i co jest dla człowieka przyjemne w sensie seksualnym. Podkreśla się, że robienie czegoś przyjemnego jest także bardzo dobre dla psychiki. Tak jak seks jest wyrazem miłości wobec partnera czy partnerki, tak masturbacja to sposób, aby pokazać, jak kocham samego siebie. Ludzie kochający samych siebie są najszcześliwsi i najzdrowsi ze wszystkich. Psychologowie twierdzą, że czło-

---

<sup>15</sup> Por. Z. Lew-Starowicz, K. Szczurba, *Nowoczesne wychowanie seksualne. Podręcznik dla młodzieży szkolnej*, Warszawa, 1995, s. 111.

<sup>16</sup> Por. J. Burns, *Poskramianie hormonów. Prosto z mostu o miłości i seksie dla współczesnej młodzieży*, Lublin 1992, s. 110–111.

<sup>17</sup> Por. J. Troska, *Moralność życia płciowego, małżeńskiego i rodzinnego*, Poznań 1994, s. 28.

wiek, aby wejść w udany związek, musi najpierw zadbać o samego siebie, czego najlepszym sposobem jest właśnie masturbacja. Jest ona tak samo normalna jak jedzenie, spanie czy załatwianie spraw fizjologicznych<sup>18</sup>.

W istniejącym sporze o ocenę masturbacji należy zaznaczyć także obecność przeciwnych opinii. Według nich samogwałt w żadnym przypadku nie może być uznany za zjawisko fizjologiczne i normalne. Nie jest też zaspokojeniem popędu seksualnego, ponieważ ten skierowany jest nie na własne ciało, lecz osobę płci przeciwnej. Fizjologia w tej dziedzinie domaga się partnerstwa heteroseksualnego. Zjawisko, które tak rażąco odbiega od tych norm, nie może być uznane za normalne i prawidłowe, niezależnie od stopnia jego rozpowszechnienia. Masturbacja często przeradza się w nałóg, prowadzi do przeciążenia układu nerwowego, utraty energii, znacznie osłabia wolę oraz silnie absorbuje uwagę i wyobraźnię. Odbija się to ujemnie na wynikach w nauce oraz na ogólnej żywotności i umysłowym rozwoju chłopaka lub dziewczyny. Bardzo ważną sprawą jest również wpływ masturbacji na pożycie małżeńskie. Nałóg ten wdrukowuje w system nerwowy wzór uzyskania satysfakcji seksualnej, przy którym nie ma miejsca na drugiego człowieka ani żadne do niego uczucia. Jeśli to zachowanie się utrwali, nielato będzie je wygasić i wytworzyć nowe, prawidłowe, wiążące satysfakcję cielesną z pożyciem heteroseksualnym i z uczuciem. Nawet jeżeli satysfakcja cielesna będzie miała miejsce i będzie istotną sprawą, to partner łatwo może zostać sprowadzony do roli narzędzia, które będzie cenione tylko wtedy, gdy dostarczy więcej satysfakcji niż sama masturbacja<sup>19</sup>.

Pozostawanie w nałogu może prowadzić do poważnych konsekwencji. Poczucie zniewolenia utrudnia dochodzenie do pełnej dojrzałości uczuciowej, oprócz tego może spowodować zaburzenia w kontaktach z płcią odmienną, a także zmniejszać zdolność pełnego przeżywania radości ze współżycia w małżeństwie<sup>20</sup>. *W psychologii rozwojowej podkreśla się, że przedłużanie się problemu masturbacji poza okres dojrzewania oznacza często pewne trudności w nawiązywaniu relacji międzyludzkich, szczególnie zaś relacji z płcią przeciw-*

---

<sup>18</sup> Por. J. Goldman, *Seks: co, jak, dlaczego? Przewodnik dla nastolatków*, Warszawa 1999, s. 40–41.

<sup>19</sup> Por. K. Wiśniewska-Roszkowska, *Seks i moralność*, Kraków 1988, s. 122–124.

<sup>20</sup> Por. M. i W. Grabowscy, A. i M. Niemyscy, M. i P. Wołochowiczowie, *Zanim wybierzesz. Przygotowanie do życia w rodzinie*, Warszawa 1994, s. 95–96.

na<sup>21</sup>. Samogwałt może być groźny, ponieważ uprawiający go człowiek zamyka się w świecie iluzji. Dojrzałość osobowości to umiejętność życia w świecie rzeczywistym, to zdolność kochania ludzi i służenia im takimi, jakimi są naprawdę. Jeżeli człowiek zaczyna uprawiać samogwałt w młodym wieku, istnieje niebezpieczeństwo, że jego sposób przeżywania płciowości nie będzie skierowany na związek z drugą osobą, lecz tylko na własną przyjemność.

Masturbacja jest również działaniem w odosobnieniu, dlatego może wpłynąć na zwiększenie się lęku przed kontaktem z innymi ludźmi. W ten sposób tworzy się błędne koło: samogwałt pogłębia samotność i wyzwala niepokój, który człowiek próbuje zagłuszyć właśnie przez masturbację<sup>22</sup>. Rozpoczęta w młodym wieku przynosi ona ryzyko zamknięcia płciowości genitalnej, która skierowana będzie nie na kontakt z drugą osobą, ale na odczuwaną przyjemność. Niedojrzałość uczuciowa polega na tym, że ktoś chce być kochanym, ale nie czyni wysiłku, by kochać i nie chce być odpowiedzialnym wobec drugiej osoby<sup>23</sup>.

Autyzm autoerotyzmu polega na tym, że pragnienia miłości i władania realizują się w obrębie własnego ciała. Władanie jest tu pełne, ale miłość skarłowaciała, istotą miłości jest bowiem wyjście poza granice swojego ciała. W autoerotyzmie genitalia stają się przedmiotem, którym odpowiednio manipulując, człowiek doprowadza się do dającego rozkosz wyładowania seksualnego. Przedmiot ten daje satysfakcję władzy, zależy bowiem od naszej woli, ale jednocześnie przynosi rozczarowanie miłości, gdyż będąc źródłem przyjemności, pozostaje jednak w granicach swego ciała i tym samym nie daje szans realizacji postawy „do”, która możliwa jest jedynie w relacji z otaczającym światem. Typowe dla autoerotyzmu jest życie w świecie marzeń, a więc struktur czynnościowych o niskim współczynniku prawdopodobieństwa realizacji. Człowiek uprawiający samogwałt staje się sam dla siebie przedmiotem własnej miłości, lęku czy nienawiści. Już sam fakt odcięcia możliwości ekspansji uczuciowej w świat otaczający i szukania przyjemności w granicach własnego ciała wystawia system samokontroli na działanie silnych emocji. Pod ich wpływem jego autoportret ulega oscylacjom o zbyt dużej amplitudzie między biegunem dodat-

---

<sup>21</sup> J. Augustyn, *Integracja seksualna*, Kraków 2004, s. 241.

<sup>22</sup> Por. J. Vanier, *Mężczyznę i niewiastę stworzył ich do życia w prawdziwej miłości*, Kraków 1984, s. 93.

<sup>23</sup> Por. D. Ange, *Twoje ciało stworzone do miłości*, Poznań 1996, s. 65.



nim a ujemnym, tj. miłości i nienawiści do samego siebie. Autoerotyzm obarczony jest silnym poczuciem winy i negatywnym widzeniem siebie<sup>24</sup>.

Niebezpieczeństwem masturbacji jest koncentracja na sobie samym i swoich doznaniach. Taka postawa utrwała niedojrzałe zachowania seksualne, które izolują zewnętrzne działanie od doświadczenia miłości i odpowiedzialności<sup>25</sup>. *Ilekróć doznanie seksualne poszukiwane jest samo dla siebie, tylekróć, według stanowiska psychologii seksualnej, jest wyrazem niedojrzałości*<sup>26</sup>. Jeśli człowiek podda się tym skłonnościom, jeśli doznania staną się celem samym w sobie, to także jego wolność ulegnie ograniczeniu. Skupienie się wyłącznie na zadowoleniu seksualnym czy na uczuciach seksualnych może stać się prawdziwą niewolą, podobnie jak alkoholizm<sup>27</sup>. Wraz z pierwszym doznaniem zadowolenia płciowego np. w wyniku samogwałtu, w życie emocjonalne młodego człowieka wkracza niepokój, wynikający z pojawiającego się i stopniowo coraz silniej narzucającego się natręctwa, ciągłego poszukiwania zadowolenia. Stopniowo wewnętrzna wolność staje się coraz bardziej ograniczona<sup>28</sup>.

Masturbacja również często wywołuje ipsację, czyli zamknięcie się w sobie, zakorzeniając i utwierdzając w danej osobie egocentryzm, prowadzący do egoistycznego patrzenia na świat i przeciwnego miłości odnoszenia się do ludzi. Ponadto psycholodzy stwierdzają, że uprawianie masturbacji powoduje szkodliwe rozkojarzenie i rozlazłość psychiczną tak w dziedzinie intelektualnej, jak i wolitywnej, ponieważ osłabia energię i zdolność do podejmowania decyzji. W ten sposób masturbacja nabiera negatywnego znaczenia społecznego, ponieważ formuje w społeczeństwie egoistów, niezdolnych do sprawnego podejmowania właściwych ocen i decyzji<sup>29</sup>.

W obszernej monografii poświęconej objawom lęku prof. Antoni Kępiński opisuje to przeżycie jako niespokojne napięcie wewnętrzne, które w większym stopniu staje się paraliżujące. Autor podkreśla, że długotrwałe trwanie w stanie lękowym prowadzi do zaburzeń w rozwoju osobowości. *Człowiek żyjący*

<sup>24</sup> Por. A. Kępiński, *Z psychopatologii życia seksualnego*, Warszawa 1973, s. 55–59.

<sup>25</sup> Por. J. Augustyn, dz. cyt., s. 247.

<sup>26</sup> K. Meissner, B. Suszka, *O małżeństwie*, Poznań 2001, s. 87.

<sup>27</sup> Por. K. Meissner, *Płciowość człowieka w kontekście wychowania osoby ludzkiej*, Poznań, s. 13.

<sup>28</sup> Por. tamże, s. 29.

<sup>29</sup> Por. W.B. Skrzydlewski, *Palące problemy seksualności*, Kraków 2003, s. 69.

w stałym lęku wyraźnie karłowacieje<sup>30</sup>. Samogwałt, oceniany dawniej jako dewiacja, zdaniem Bernarda Haeringa jest symptomem psychicznego zaburzenia, tak jak gorączka bywa symptomem choroby. Symptom ten może wskazywać na problematyczną rzeczywistość. Jest on wyrazem zamknięcia w sobie, któremu towarzyszy egocentryzm. Syndrom masturbacyjny należy traktować szczególnie poważnie, gdy zdradza narcyzm, czyli zakochanie się we własnym ciele, co często wiąże się z psychicznym zamknięciem. Zazwyczaj główną winę w takim przypadku należy przypisywać nie dorastającemu człowiekowi, lecz tym, którzy dziecku i młodemu człowiekowi odmówili akceptacji i miłości oraz nie ukazali ideałów wyzwalających człowieka. Dorastającym osobom należy okazywać zrozumienie i uczyć, że muszą podjąć konieczność panowania nad swoim popędem seksualnym i że zdolność do tego jest miarą dojrzałości<sup>31</sup>.

Masturbacja, jak się okazuje, nie jest tylko problemem indywidualnym, ale również politycznym. W Ameryce w latach 60. XX stulecia w kontekście tego, co zaczęto nazywać *wojnami kulturowymi*, masturbację całkowicie i na różnych poziomach włączono w sferę polityki. Zanim Amerykanie dowiedzieli się, że Biały Dom posiada jakieś poglądy na kwestię masturbacji, wiadomo było, że nie podziela ich Jocelyn Elders, naczelna doradczyni do spraw zdrowia. Jej twierdzenia, jakoby masturbacja miała wywierać pozytywny wpływ na zdrowie publiczne, ujawniły różnice z kierunkiem polityki Billa Clintona i jego własnymi przekonaniem. Nie był to główny powód, dla którego Clinton ją zwolnił, jak również nie jest prawdą, że Elders chciała wprowadzić masturbację do szkół jako element wychowania seksualnego. Do tej pory żaden ze znaczących polityków nie zdecydował się na publiczną obronę masturbacji jako praktyki moralnie niewinnej oraz niegroźnej społecznie. Wojny kulturowe nadal prowadzone są w mediach, a masturbacja znajduje się w samym sercu zmagania pomiędzy liberalnym indywidualizmem a tymi, którzy się go obawiają<sup>32</sup>.

Stojąc na stanowisku dzisiejszej medycyny, mówiącej, że autoerotyzm nie powoduje żadnych schorzeń ani cielesnych, ani umysłowych, należy uwzględnić, że samogwałt sprowadza często taki stan, który metaforycznie można nazwać schorzeniem osobowości lub chorobą duszy. Konsekwencją tego jest

---

<sup>30</sup> Por. K. Meissner, *Plciowość człowieka*, s. 17.

<sup>31</sup> Por. A. Marcol, *Etyka życia seksualnego*, Opole 1998, s. 147.

<sup>32</sup> Por. T. Walter Laqueur, *Samotny seks. Kulturowa historia masturbacji*, Kraków 2006, s. 351.

przede wszystkim osłabienie woli, które odbija się negatywnie zarówno na życiu religijnym, jak i moralnym. U ludzi obciążonych tym nałogiem własne „ja” staje się wprost absolutem, stąd skłonność do samotności, zgryźliwości i asocjalności. Z tego powodu rodzi się również bunt przeciwko wszelkiemu przymusowi lub ograniczeniu i prawu, które przeciwstawia się ich życzeniom. Ponosząc ciągłe klęski mimo chęci zaprzestania nałogu, pacjent ulega przekonaniu, że jest niezdolny do osiągnięcia zwycięstwa. Widząc swoją bezsilność i to, że jego słabości woli nie da się usunąć, nie kwapi się do pracy także w innych dziedzinach, przez co choruje na brak jakiegokolwiek energii<sup>33</sup>.

Szkodliwość samogwałtu nie polega na tym, że człowiek z tego powodu ciężko zapada na zdrowiu, ale że ma on destruktywny wpływ na jego osobowość. Po pierwsze, człowiek uprawiający masturbację wykształca i utrwała w sobie fałszywe nawyki reagowania seksualnego. Utrudnia to pełne i prawidłowe przeżywanie współżycia małżeńskiego. Po drugie, samogwałt często przeradza się w nałóg, co oznacza, że człowiek stopniowo traci kontrolę nad samym sobą. Powoduje również cofanie się, a w najlepszym przypadku zatrzymanie się w rozwoju. Tymczasem rozwój człowieka, a zwłaszcza mężczyzny, oznacza również, a może przede wszystkim, coraz wyższy stopień panowania nad swoimi odruchami, instynktami i emocjami<sup>34</sup>.

Masturbacja jest błędnym i niedojrzałym sposobem przeżywania własnej seksualności, odrywa ją bowiem od jej naturalnego kontekstu, czyli od więzi małżeńskiej i od płodności. Powoduje również nadmierną koncentrację na własnym cielesnym i popędzie fizycznym, co prowadzi często do uzależnienia i nałogu. Blokuję motywację do rozwoju i szukania radości życia, a także staje się narzędziem zamknięcia w sobie oraz sprzyja izolacji i samotności, zamiast być pomocą w szukaniu kontaktu z drugim człowiekiem. Powoduje również napięcia psychiczne, niepokoje, poczucie winy moralnej. Często masturbacja staje się ciężarem psychicznym. W wielu przypadkach jest ona formą somatyzacji, czyli wyrażania za pośrednictwem ciała frustracji i napięć, których dana osoba sobie nie uświadamia i których nie potrafi rozwiązać. W niektórych przypadkach masturbacja może być raczej przejawem stresów i rozczarowań życiowych niż nadmiernej koncentracji na popędzie seksualnym<sup>35</sup>.

---

<sup>33</sup> Por. Z. Kozubski, *Podstawy etyki płciowej*, Poznań 1955, s. 130.

<sup>34</sup> Por. S. Sławiński, *Dojrzewać do miłości*, Warszawa 1990, s. 121.

<sup>35</sup> Por. M. Dziewiecki, *Cielesność, płciowość, seksualność*, Kielce 2000, s. 128–130.

Jak widzimy, problem oceny skutków masturbacji nie jest prosty i jednoznaczny. Doświadczenie terapeutyczne pokazuje, że u pewnych osób tego rodzaju praktyka przedłuża się tylko dlatego, ponieważ dana osoba nie otrzymała odpowiedniej pomocy. Ogromne poczucie winy, lęk, poniżanie samego siebie, próby siłowego rozwiązania problemu z pewnością nie przyczyniają się do poprawy sytuacji i zaprzestania tej praktyki. U osoby stosującej ją może wręcz narastać obsesja w tym obszarze. Taki sposób podejścia do problemu masturbacji pogłębia go jeszcze bardziej, dlatego do rozwiązania go konieczne jest najpierw jego oddramatyzowanie. Chodzi o to, aby nie tyle zajmować się samym problemem masturbacji, ale raczej zasadniczymi, często pozaseksualnymi przyczynami tego zjawiska.

### 3. Głos Kościoła w odniesieniu do masturbacji

Na tle współczesnych tendencji w ocenie zjawiska masturbacji warto jeszcze, choć w skrócie, przedstawić stanowisko Kościoła w tej kwestii. Masturbacja stanowi poważny nieporządek pod względem moralnym i jako taka jest czynem wewnętrznie złym. Takie stanowisko Kościoła zostało jednoznacznie wyrażone w roku 1975 w Deklaracji Kongregacji Nauki Wiary *Persona humana. O niektórych zagadnieniach etyki seksualnej*. W dokumencie tym czytamy m.in.: *Urząd Nauczycielski Kościoła – przy nieziennej tradycji – jak i moralne wyczucie chrześcijan bez wątpliwości stanowczo utrzymują, że masturbacja jest aktem wewnętrznie i poważnie nieuporządkowanym. Zasadnicza postawa tej prawdy leży w tym, że bez względu na motyw działania, świadomy i dobrowolny użytek władzy seksualnej poza prawidłowym życiem małżeńskim w sposób istotny sprzeciwia się jej celowi. Brakuje tu bowiem relacji seksualnej, jakiej domaga się porządek moralny; takiej mianowicie, która urzeczywistnia w kontekście prawdziwej miłości pełny sens wzajemnego oddania się sobie i przekazywania ludzkiego życia. Do tej zatem prawidłowej relacji należy odnieść ocenę wszelkiej świadomej i dobrowolnej działalności seksualnej*<sup>36</sup>.

Tak jasno wyrażone stanowisko Kościoła w tej sprawie nie oznacza jednak, że ocena moralna konkretnego czynu masturbacji jest sprawą prostą. Magi-

---

<sup>36</sup> Kongregacja Nauki Wiary, *Persona Humana. O niektórych zagadnieniach etyki seksualnej*, Rzym 1975, n. 9.

sterium Kościoła zwraca uwagę na osiągnięcia nauk o człowieku, które rzucają światło na sprawę dobrowolności i pełnej świadomości spełnianych czynów, stąd też przy ocenie danego czynu autoerotyzmu zalecana jest duża ostrożność. We wspomnianej wyżej Deklaracji *Persona humana* czytamy m.in.: *Dzisiejsza psychologia dostarcza w sprawie masturbacji licznych ważnych i pożytecznych wskazówek, w oparciu o które należy wydawać bardziej właściwy sąd o odpowiedzialności moralnej i odpowiednio kierować działalnością duszpasterską. Psychologia może też dopomóc w zrozumieniu, w jakiej mierze niedojrzałość młodzieńczego wieku – niekiedy przeciągająca się poza ten wiek – lub brak równowagi psychicznej czy też nabyte przyzwyczajenie mogą zaważyć na sposobie działania człowieka, zmniejszając dobrowolność czynów i sprawiając, iż subiektywnie nie zawsze zaciąga się ciężką winę. Jednak w ogólności nie powinno się domniemywać braku poważnej odpowiedzialności; jeśli to ma miejsce, to kwestionuje się u ludzi samą możliwość działania w sposób moralny*<sup>37</sup>.

Także *Katechizm Kościoła Katolickiego* w omawianej kwestii zajmuje jednoznaczne stanowisko. Przez dobrowolne pobudzanie narządów płciowych poszukuje się przyjemności płciowej poza relacją osobową, która powinna wyrażać pełny sens wzajemnego oddania się małżonków sobie i być znakiem otwarcia się na przekazanie nowego życia. Jednak *Katechizm* podkreśla także, że *w celu sformułowania wyważonej oceny odpowiedzialności moralnej konkretnych osób i ukierunkowania działań duszpasterskich należy wziąć pod uwagę niedojrzałość uczuciową, nabyte nawyki, stany lękowe lub inne czynniki psychiczne czy społeczne, które zmniejszają, a nawet redukują do minimum winę moralną*<sup>38</sup>.

Skoncentrowanie się na samym problemie masturbacji w celu szybkiego przezwyciężenia go sprawia, że nie tylko się on nie zmniejsza, ale wręcz utrwała. Należy najpierw zwalczać bardziej przyczyny niż samo zjawisko. *Z wychowawczego punktu widzenia trzeba mieć świadomość, że masturbacja i inne formy autoerotyzmu są objawami o wiele głębszych problemów, powodujących napięcia seksualne, które wychowanek próbuje rozładować, uciekając do takiego zachowania. Wynika z tego konieczność ukierunkowania oddziaływań pedagogicznych bardziej na przyczyny niż bezpośrednio zwalczanie tego zjawiska*<sup>39</sup>.

<sup>37</sup> Tamże.

<sup>38</sup> KKK, nr 2352.

<sup>39</sup> Kongregacja ds. Wychowania Katolickiego, *Wytyczne wychowawcze w odniesieniu do ludzkiej miłości*, Rzym 1983, n. 99.

## HISTORICAL AND CONTEMPORARY TRENDS IN ASSESSING MASTURBATION

### Summary

Masturbation is still a controversial issue among researchers. A historical view, presented in this article, provides us with a wide range of interesting facts concerning its assessment from a medical, philosophical and religious perspective. Similarly, modern psychology, pedagogy and other disciplines dealing with mankind try to perceive masturbation in a wider, anthropological context. Therefore, moral assessment of masturbation has to be based on a comprehensive approach to a man, because only in such perspective one can form justifiable judgments on such delicate matters. Catholic Church explicitly expressed its opinion on moral assessment of masturbation in a range of documents issued by the Teaching Office of the Church.

**Key words:** masturbation, addiction, sexuality, immaturity.

*Translated by fr. Andrzej Bohdanowicz*