

Stipe Nosić

PLANIRANJE OBITELJI

Pojava i razvoj problema

Već odavno je poznato da novi život prirodnim putem nastaje tjelesnim sjedinjenjem muškarca i žene¹ ako su ispunjeni određeni uvjeti.² Iskustvo je međutim pokazivalo da iz svakog spolnog sjedinjenja nije nastajao život. Razlog za to nije međutim bio točno poznat, iako se stoljećima pokušavalo prodrijeti u tu tajnu. Tek u 17. st. zahvaljujući mikroskopu nešto se više spoznalo o tim činjenicama. Doznalo se da su nosioci života zapravo jajašce i spermij. No iako ljudi nisu znali za procese u svojim organizmima, već tisućljećima pokušavaju utjecati na svoju plodnost, tj. na ishod spolnog susreta.³

Što se tiče bračnog života i pokušaja utjecaja na bračnu plodnost, moramo naglasiti da problem nije bio ni izdaleka nalik današnjemu. U staro doba veliki životni problem bila je neplodnost i nju se pokušavalo riješiti. Rađanje djece značilo je za obitelj održavanje života, što je uostalom vrijedilo i za druge društvene skupine. Bogatstvo djecom značilo je istodobno privredno, političko i društveno bogatstvo. Djeca su, naime, vrlo rano uključivana u proizvodnju i značila su stabilnost obitelji. Brojna djeca za roditelje su značila mirnu starost. Veliko seosko dvorište, starija braća i sestre, dobri odnosi sa susjedima značili su da će i novo dijete imati dovoljno prostora za igru i rast.

Industrijalizacija i s njom povezan proces urbanizacije uzrokovali su, međutim, i drastične promjene u obitelji. Industrijsko društvo ne treba više čitavu obitelj. Isključuje djecu iz radnog procesa i uzima samo odraslu radnu snagu, ako je moguće bez obiteljskih veza, da bi tako bila što slobodnija za svoje radno mjesto.

¹ U novije vrijeme otkrivene su nove tehnike s pomoću kojih se i bez tjelesnog sjedinjenja — izvantjelesnom oplodnjom može začeti novi život.

² Npr. da je par spolno zreo, zdrav i dr.

³ Kontracepcijske metode već odavno su poznate i upotrebljavaju se. O njima pišu još stari egipatski papirusi.

U takvom društvu obitelj s većim brojem djece nije dobrodošla. Dijete općenito gubi priliku za normalan razvoj jer se uvjeti za život stvaraju prema ukusu starijih i za starije. U modernim gradskim stanovima ima sada mjesta samo za vrlo ograničen broj djece. Dječje sobe, ako su uopće planirane, vrlo su malene. Izvan kuće također nema za djecu mnogo mogućnosti za boravak i igru jer je ulica odmah uz kuću, a ona je za dijete opasna. Osim toga, porasla je potreba odraslih za odmorom, što kazuje činjenica da obitelji s djecom vrlo teško mogu unajmiti stan. Školanje djece postaje vrlo skupo i traje dugo. Djeca ne mogu, dakle, kao prije postati socijalna sigurnost roditelja.

Napredak medicinske znanosti znatno utječe na smanjenje smrtnosti dojenčadi i povećava plodnost brakova. S tim je u vezi i nagli porast broja stanovnika na Zemlji, koji se do 17. st. povećavao sasvim polako. Već u drugoj polovici 17. st. u nekim dijelovima Zemlje prenapučenost postaje problem i od tada, čini se, iz dana u dan postaje taj problem sve ozbiljniji.⁴ Pojednostavljeno, izgleda taj problem u statističkim brojkama ovako: na početku stoljeća bilo je na svijetu približno 1,6 milijardi ljudi; 1930. godine bilo ih je već dvije milijarde; 1961. svjetskog je stanovništva već oko tri milijarde, a u naše dane (za vrijeme Univerziteta u Zagrebu) već 5 milijardi. Sve te činjenice mijenjaju postupno stav bračnih drugova prema djeci. Na njih se počinje gledati isključivo kao na faktor koji stoji i koji ograničava slobodu kretanja roditelja. Stvara se novi mentalitet koji je sasvim protivan životu (»antilife mentality«), a pod njegovim utjecajem o djetetu se sve više govori kao o »posljedici«.

Zbog nabrojanih i drugih činilaca raste potreba da se ograniči broj porođaja. Toj potrebi na ruku ide medicinska znanost, koja pronalazi svu silu sredstava za sprečavanje začeca. U tom smislu pravu revoluciju predstavlja otkriće tzv. pilule.⁵ Pilulom se mijenja i ženin položaj s obzirom na njezinu plodnost. Odsada ona postaje neovisna o muževljevoj volji. S pilulom koju nosi u torbici sada može sama odlučivati o svojoj plodnosti. U međuvremenu je proizvedeno i na tržište pušteno više vrsta pilula, a osim njih postoje i drugi hormonalni preparati, npr. tromjesečne injekcije, pilula »iza« i dr. Postoje zatim mnoga mehanička (kondom, cervikalne kape, dijafragma, spirale i dr.) i kemijska sredstva te muška i ženska sterilizacija. Ali pronalaskom brojnih umjetnih sredstava za sprečavanje začeca nije riješen problem planiranja obitelji. To ostaje problem ne samo stoga što crkveni nauk ne prihvaća takva, umjetna rješenja. Mnogi, naime, parovi koji nemaju veze s Crkvom ili s bilo kojom religijom ne prihvaćaju ta sredstva stoga što im ne odgovaraju ili stoga što se plaše njihovih stvarnih ili mogućih loših posljedica.

Osim umjetnih sredstava postoje, međutim, i prirodne metode, s čijom se pomoći naravno može živjeti bračni život, a da ne bude začeca

⁴ Na problem prenapučenosti prvi je ukazao Thomas Robert Malthus (1766—1834). On je u svom djelu *Essay on the Principles of the Population* (London) objavio postavku da svjetsko stanovništvo raste brže nego proizvodnja hrane. Taj problem i nakon Malthusa uvijek iznova zaokuplja ljude. Povremeno se javljaju Malthusove pristalice (neomaltuzijanci), koji za rješavanje problema predlažu sasvim rigorozne mjere.

⁵ Pilula je sintetski preparat kojim se, zahvaljujući mješavini hormona, sprečava ovulacija. Na europsko tržište puštena je 1961. god. prva pilula »Anovlar«.

pod uvjetom da to bude u tzv. neplodne dane. Ovdje recimo samo to da su te metode u posljednje vrijeme sve popularnije i da je njihova primjena u skladu s crkvenim naukom.

Samo radi primjera spomenut ćemo da u novije vrijeme planiranje obitelji dobiva još jednu novu mogućnost. To je tzv. umjetna oplodnja, s čijom pomoći, uz različite kombinacije, bračni par koji nije mogao imati djecu može imati dijete. Tim pitanjem nećemo se ovdje posebno baviti jer je riječ o neredovitim slučajevima.⁶

Gledište Crkve

Crkva prati razvoj prilika na području planiranja obitelji i postupno oblikuje svoja gledišta u toj stvari. Danas je njezin stav sasvim jasan, iako se mora pripomenuti da on nije uvijek bio takav kao danas i da se razvijao usporedo s problematikom i novim spoznajama.

U starim crkvenim dokumentima zastupano je mišljenje da je dobro donijeti na svijet što više djece. A planiranje u smislu ograničenja broja djece nije dolazilo u obzir. Bračni par nije svjesno smio utjecati na negativni ishod spolnog susreta. Novije prilike međutim, posebno medicinska otkrića, utječu na prilagodbu crkvenog stava. Najprije se za reguliranje broja djece dopušta održavanje od bračnih čina. Kasnije se dopušta, ako za to postoje opravdani razlozi, da bračni par prati prirodne mijene u ženskom organizmu i tako, s pomoću periodičkog održavanja, planira začće djeteta. Dopušta se, dakle, da bračni par ima spolni odnos za koji zna da neće uzrokovati začće jer i ne želi da bude začće. Ovdje je vrlo važan govor pape Pija XII primaljama 29. listopada 1951, u kojemu Crkva prvi put u povijesti dopušta da muž i žena utječu na ishod bračnoga spolnog susreta.⁷ Razlog za takvu Papinu odluku nalazimo u znanstvenom otkriću da se može otprilike utvrditi vrijeme ovulacije u ženskom ciklusu.⁸ Drugi važan datum jest ožujak 1963, kada papa Ivan XXIII osniva Komisiju za studij populacije, obitelji i nataliteta (Commissio pro studio, populationis, familiae et natalitatis). Zanimljiv je rezultat te komisije, jer u vezi s metodom planiranja obitelji nema jedinstvenog zaključka. Stajalište Komisije obično se dijeli na stav manjine i gledište većine njezinih članova. Manjina vidi kao zlo svaki zahvat koji ima svrhu sprečavanje začća. Većina naprotiv misli da biranje metode kojom će se odgoditi začće treba prepustiti bračnim parovima. Prema njihovu mišljenju, bračni par koji bi se koristio kontraceptivnim sredstvima ne bi se protivio rađanju. Njihov život trebalo bi promatrati kao cjelokupno usmjeren na rađanje, a ne bezuvjetno svakim bračnim činom.

⁶ Umjetna oplodnja u epruveti (*in vitro*) dijeli se na homolognu (od bračnih se drugova uzimaju gamete i uz pomoć tehničkih sredstava postiže se oplodnja) i heterolognu (u proces se uključuje treća osoba).

⁷ Usp. AAS 43 (1951), 835—854.

⁸ Tek tridesetih godina našeg stoljeća dobivene su važne spoznaje o procesima u ženinom organizmu za vrijeme mjesečnog ciklusa. Tada se prvi put (Ogino i Knaus) pokušalo utvrditi trenutak ovulacije, odnosno vrijeme u kojem je žena sposobna za začće. Usp. H. Knaus, »Eine neue Methode zur Bestimmung des Ovulationstermins«, u: *Zentralblatt für Gynäkologie*, 53 (1929) 193; K. Ogino, »Ovulationstermin und Konzeptionstermin«, *isto*, 54 (1930) 464.

II. vatikanski sabor naglašava odgovornost roditelja u planiranju obitelji, ali ne donosi konkretno rješenje u vezi s metodom, nego to pitanje ostavlja spomenutoj komisiji koja u to vrijeme još radi.⁹ Pitanje o metodi kojom treba planirati obitelj rješava tek papa Pavao VI enciklikom *Humanae vitae*, koju je nakon dugog pripremanja objavio u Vatikanu 25. srpnja 1968. Tamo se kaže da svaki bračni čin mora ostati otvoren prokreaciji.¹⁰ I isključuje se svaki zahvat koji bi imao svrhu onemogućiti rađanje novog života.¹¹ Enciklika kao princip za planiranje obitelji postavlja »odgovorno roditeljstvo«.¹² Time se zahtijeva da se djeca radaju s punom odgovornošću za njihov budući život i da se pri odluci roditi ili ne, odnosno začeti ili ne, odvagnu obiteljske i društvene prilike. Praktično to znači da bračni drugovi u svakom trenutku budu načisto o tome žele li začeti djeteta ili ne. Oni će, dakle, svoju odluku za određeni trenutak formirati uzeti u obzir svoju dob, zdravlje, ekonomsko stanje obitelji, eventualno dobro već rođene djece i štošta drugo.

Za planiranje o planiranju obitelji važan je još dokumenat o zadaćama kršćanske obitelji u današnjem svijetu pape Ivana Pavla II *Familiaris consortio*, od 22. studenog 1981. U njemu se, kako ono samo kaže »na nov i snažniji način« potvrđuje nauk II. vatikanskog sabora i enciklike *Humanae vitae*.¹³ Iste pozicije, samo na pravni način izražene, nalaze se u *Karti obiteljskih prava*, koju je 22. listopada 1983. izdala Sveta Stolica.¹⁴

Značajka nabrojanih dokumenata, kao uostalom i svih dokumenata nakon Koncila, jest da ne govore jezikom koji je u Crkvi prije bio uobičajen — »dopušteno je« ili »nije dopušteno«. Rješenja su, doduše, i dalje principijelna, ali se više naglašava odgovornost savjesti. Svi ti dokumenti ističu odgovornost roditelja u planiranju,¹⁵ a taj princip dopunjuju još principom »otvorenosti« prema životu.¹⁶ To znači da odgovorno može planirati samo onaj koji poštuje i taj drugi princip, tj. ako ne upotrebljava nikakvu metodu koja bi se izravno suprotstavljala životu. Vodeći se tim principima, dokumenti odbacuju umjetne metode. Ne ulaze, doduše, u njihovu potanku ocjenu, ali kao negativno i protivno životu imenuju izravan pobačaj, sterilizaciju i druga umjetna sprečavanja začeca.¹⁷ A za ostvarenje odgovornog roditeljstva dokumenti predlažu prirodne metode.¹⁸

⁹ Usp. bilješku 14, *GS*, II. dio, kapitel 1.

¹⁰ Usp. *HV*, br. 11.

¹¹ Usp. *isto*, br. 14.

¹¹ Usp. *isto*, br. 14.

¹² Usp. *isto*, br. 10. Iako se dotada često govorilo o pojavi odgovornosti roditelja kod planiranja obitelji, »odgovorno roditeljstvo« (»paternitas conscia«) upotrebljava se ovdje prvi put u jednom crkvenom službenom dokumentu.

¹³ Usp. *FC*, br. 31.

¹⁴ Poznato je da *Karta* i *FC* dolaze kao plod Rimske sinode biskupa, održane od 26. IX do 25. X. 1980. godine.

¹⁵ Usp. *HV*, br. 10; *FC*, br. 28, 31 i *Karta art.* 3.

¹⁶ Usp. *HV*, br. 11; *EC*, br. 29.

¹⁷ Usp. *HV*, br. 14; *FC*, br. 30 i *Karta art.* 3.

¹⁸ Usp. *HV*, br. 16; *FC*, 32.

Prirodno planiranje obitelji

Prirodno planiranje obitelji jest pojam koji uključuje nekoliko različitih metoda planiranja. Sve one temelje se na činjenici da je ženina jajna stanica samo nekoliko sati nakon ovulacije sposobna za oplodnju.¹⁹ Na osnovi promjena koje se mogu opaziti na ženskom organizmu utvrđuje se vrijeme dozrijevanja jajašca (ovulacija). Tako se može reći da je prirodna metoda ona metoda koja kroz promatranje tjelesnih znakova daje mogućnost bračnom paru da odredi dane u ciklusu žene u kojima može doći do oplodnje. Zahvaljujući tome par može utvrditi kada može imati spolne odnose, a kada ne, već prema tome želi li začeti ili ga želi izbjeći.

a) Fiziološka osnova

Za bolje razumijevanje prirodnih metoda i za njihovo prihvaćanje potrebno je poznavati najosnovnije fiziološke procese muškog i ženskog spolnog mehanizma.

Začete nastaje spajanjem muškog spermija i zrele ženske jajne stanice. Kod muškarca svakog se dana od puberteta do visoke starosti stvaraju spermiji. Kod žene dozrijeva, međutim, općenito otprilike svakog mjeseca samo jedna jajna stanica u jednom od jajnika. Već kod novorođene djevojčice, naime, nalaze se u jajnicima sve jajne stanice — otprilike u svakom jajniku 400 000 jajnih stanica — od kojih će u tijeku života samo oko 400 dozrijeti. Kada zrela jajna stanica napusti jajnik i uputi se jajovodom, ona živi još samo nekoliko sati i u to je vrijeme sposobna za oplodnju. Ako u tom vremenu ne bude oplodnje, ona umire. Tada počinje menstrualno krvarenje i proces zrenja jajne stanice počinje ponovno. Na te procese u ženinom organizmu utječu dva različita hormona koji se sinhroniziranim intenzitetom stvaraju također u jajnicima. Prvi se zove estrogen, a priprema tijelo žene na ovulaciju i stvara druge uvjete za oplodnju. Nakon ovulacije počnu stanice koje su dotad proizvodile estrogen proizvoditi drugi hormon, progesteron. Taj hormon ima zadaću pripremiti tijelo žene na moguću trudnoću i spriječiti dozrijevanje drugih jajašaca. On osim toga djeluje na promjenu cervikalne sluzi i pridonosi mnogim drugim promjenama. Utjecajem na temperaturno središte u mozgu utječe i na povećanje jutarnje tjelesne temperature žene.

Samo jedan spermij²⁰ uspije doći do zrele jajne stanice, prodrijeti u nju i spojiti se s njom, gdje u trenutku spajanja nastaje ustvari novi život. Spermiji, međutim, žive vrlo kratko ako se ne nađu u povoljnim uvjetima. A iznimno pogodan okoliš za njih jest utroba žene u vrijeme ovulacije, kada mogu preživjeti i nekoliko dana. Vrlo je ovdje važna sluz koju izlučuju žlijezde materničnog grlića. Sluz može hraniti spermije i čuvati ih u životu dok jajna stanica ne bude sposobna za oplodnju. Njezina

¹⁹ Iako se vrlo rijetko donose podaci o dužini života jajne stanice nakon dozrijevanja, zbog razumljivih teškoća s kojima je vezana ta spoznaja, većina stručnjaka navodi termin 6—12 sati. U novije doba donose još precizniji rok 6—8 sati. Usp. *Natürlich & (und) sicher: Leitf. zur natürl. Familienplanung/Arbeitsgruppe NFP, Ehrenwirth, München, 1987, str. 21.*

²⁰ U svakom ejakulatu ima ih od 200 do 700 milijuna.

uloga može, međutim, biti i ta da u vremenu kada trenutak ovulacije nije blizu spriječi kretanje spermija i pridonosi njihovu bržem umiranju.²¹

Te fiziološke činjenice upućuju na važan zaključak da je moguće da se oplodnja dogodi i u roku od nekoliko dana u jednom ciklusu, premda je jajna stanica sasvim kratko sposobna za oplodnju. Prirodne metode imaju svrhu utvrditi upravo to razdoblje u ciklusu žene u kojem je začeće moguće i tako bračnim parovima omogućiti da planiraju začeće.

b) Kratak prikaz poznatijih prirodnih metoda²²

Kalendarska metoda

Kalendarska ili, kako je još zovu, »ritmička« ili »metoda biranja vremena«, ipak je najpoznatija pod imenom »Ogino-Knausova metoda«. Ipak, metode tih dvaju znanstvenika razlikuju se u nekim pojedinostima. Japanac Ogino utvrdio je da se ovulacija događa 12-16 dana prije sljedeće menstruacije. Pod pretpostavkom da normalni ciklus iznosi 28 dana i da spermiji mogu preživjeti tri dana napravio je on pravilo: najkraći ciklus od dvanaest prošlih ciklusa minus devetnaest dana daje posljednji neplodni dan prije ovulacije; najduži ciklus minus deset dana daje prvi neplodni dan nakon ovulacije.

Prema proračunima Austrijanca Knausa, ovulacija se kod zdrave žene događa petnaesti dan prije sljedeće menstruacije. On je postavio sljedeće pravilo: najkraći ciklus minus osamnaest daje zadnji neplodni dan prije ovulacije; i najduži ciklus minus dvanaest daje prvi neplodni dan nakon ovulacije.

Ta metoda funkcionira samo kod žena koje imaju posve pravilne cikluse. Radi različitog trajanja ciklusa ona je vrlo nesigurna i ostaje premalo »slobodnih« dana; zato je već odavno napuštena.

Metoda cervikalne sluzi

Ta metoda poznata je i pod drugim imenima kao što su »Billingsova« (prema australskom liječničkom paru Johnu i Evalyn Billings), »ovulacijska«, »sluzna« metoda i dr. Ona se temelji na promatranju cervikalne sluzi na ulazu vagine i na procjeni njezine kvalitete. Prema toj metodi, vrijede sljedeći dani kao plodni ili moguće plodni: dani s krvarenjem, oni sa sluzi i tri dana nakon toga. Kao neplodni dani vrijede dani bez sluzi i dani nakon četvrtog dana s vrhuncem sluzi. Autori nisu jedinstveni u ocjeni osjećaja. Osim toga, relativno mnogo žena ne proizvodi karakterističnu sluz u vremenu prije ovulacije. Mnogi stručnjaci sumnjaju u pouzdanost te metode i predlažu njezinu upotrebu u kombinaciji s temperaturom.

²¹ Usp. P. Frank i E. Raith, *Natürliche Familienplanung: Physiologische Grundlagen, Methodenvergleich, Wirksamkeit; eine Einführung für Ärzte und Berater*, Springer, Berlin—Heidelberg—New York—Tokio, 1985, str. 32—34.

²² Prikaz prirodnih metoda napravljen je uz pomoć sljedeće medicinske literature: P. Frank i E. Raith, *Natürliche Familienplanung...* G. K. Döring, *Empfängnisverhütung: Ein Leitfaden für Ärzte und Studenten*, Stuttgart, 1983; J. Rötzer, *Natürliche Geburtenregelung: Der partnerschaftliche Weg*, Wien 1984.

Temperaturna metoda

S pomoću svagdanjeg mjerenja temperature buđenja određuje žena plodne dane. Ta metoda temelji se na dokazanoj vezi između rasta jutarnje temperature žene i ovulacije. Temperatura žene je niža u prvoj fazi ciklusa u usporedbi s drugom fazom ciklusa. S povećanjem progesterona povisuje se ženina temperatura i ostaje na višoj razini čitavu drugu fazu menstrualnog ciklusa. Stručnjaci se slažu u tvrdnji da je druga faza potpuno neplodna. Ako se koristi samo ta faza za odnose, govori se o »strogoj formi temperaturne metode«. U vremenu prije porasta temperature ne smiju se imati odnosi. U drugoj fazi ciklusa smije se imati odnos ujutro trećeg dana povećane temperature. Vrijednosti temperature moraju, međutim, biti najmanje 0,20 C više od prethodnih šest nižih vrijednosti. Ta je metoda pouzdana u njezinoj strogoj formi, a manje je pouzdana u njezinoj »proširenoj formi«, kod koje se za odnose koriste prvi dani ciklusa od početka do šestog dana prije najranijeg porasta temperature. Pouzdanost te metode može biti ometana mnogim faktorima. Mnogi, naime, drugi faktori mogu uzrokovati porast temperature, npr. alkohol, putovanje, prehlade, neredovito spavanje i dr. Radi toga mora žena raspoznavati smetnje, da ih ne bi zamijenila s porastom temperature kod ovulacije. Unatoč tih teškoća ta je metoda relativno pouzdana i osobito u novije vrijeme često se preporučuje zbog njezinih prednosti.

Simpto-termalna metoda

Kod te metode promatra žena istodobno promjenu temperature i cervikalne sluzi. S pomoću kombinacije tih dvaju simptoma određuje ona plodne odnosno neplodne dane. Postoji već više vrsta simpto-termalnih metoda, a razlike dolaze od različitih autora i njihovih proračuna. S tom metodom povezuju se imena stručnjaka: E. F. Keefea, J. Rötzera, J. Billingsa, P. Thyma, A. Flynna i drugih.

Simpto-termalna metoda u smislu nekih od tih autora vrijedi kao najpouzdanija prirodna metoda.

Ta metoda, kao ni druge prirodne metode, nije povezana ni s kakvim lošim posljedicama.

c) Ocjena prirodnog planiranja

Izuzmemo li potpunu uzdržljivost, bračni par ima, dakle, dvije mogućnosti da planira obitelj: umjetne ili prirodne načine. Ankete pokazuju da je pri izboru metode vrlo važna njezina sigurnost, zatim da metoda nije štetna za zdravlje. Na treće mjesto dolazi želja da je ona ugodna kod primjene. Daljnji kriteriji koji utječu na izbor metode jesu: da je prihvaća partner, da ne treba neka neposredna priprema prije seksualnog sjedinjenja, da ne zadire u tjelesne procese, da je jeftina i da je moralno-religiozno prihvatljiva.²³ Slično zahtjevima anketiranih i Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) zastupa od prije nekoliko godina stajalište da je napogodnija metoda za planiranje obitelji ona koja najbolje odgovara sveukupnoj tjelesnoj, duhovnoj i kulturnoj situaciji bračnog

²³ Usp. *Natürlich und sicher...*, str. 13.

para; koja je sigurna i nema štetnih djelovanja; čije se djelovanje u svakom trenutku može prekinuti; koja je usvojiva, provediva i jeftina.

Svim tim zahtjevima najbolje odgovaraju prirodne metode. Noviji rezultati primjene tih metoda pokazuju da one vrlo rijetko zataje ako se pravilno primjene. Mnogi poznati stručnjaci uspoređuju njihovu pouzdanost s pilulom ako se uredno upotrebljava.²⁴ Traži se međutim, da braćni par ispravno primjenjuje prirodnu metodu kako bi postigao tako visok stupanj sigurnosti. To je dosada poznatim prirodnim metodama moguće samo pod uvjetom da žena nauči promatrati svoje tijelo i promjene na njemu, i da te promjene znade pravilno tumačiti. Za to joj je potrebna suradnja muža jer se sve te metode osnivaju na periodičkom suzdržavanju, a ono se, naravno, tiče oba partnera. Suradnja muža i sinkroniziranost braćnih odnosa sa željom para, bilo da žele začeti ili ga hoće izbjeći, nije potrebna samo u vrijeme odnosa ili samo u vrijeme suzdržavanja, nego čitavo vrijeme, dakle i za vrijeme praćenja promjena na ženinom tijelu. Važno je, naime, da muž prati ženino promatranje u ciklusu, da je podržava i podsjeća na taj posao. To je ujedno vrlo dobra odlika prirodnih metoda jer pridonose da i kod muža raste osjećaj odgovornosti, da lakše prihvaća uzdržljivost od seksualnog odnosa kad to zahtijeva zajednička odluka. Uspjeh tih metoda pretpostavlja, dakako i zajednički cilj partnera, tj. obostranu želju za začecem ili obostranu želju za izbjegavanjem začeca.

Dugo vremena bile su prirodne metode zapostavljene i u istraživanju, i u promicanju. Neki promatrači krive za takav razvoj događaja zanimanje industrijalaca, kojima one nisu bile zanimljive, budući da se na njima malo ili ništa moglo zaraditi.

U posljednje vrijeme te su metode sve prihvaćenije, za što postoji više objašnjenja. Naime, sve više braćnih parova, posebice žena, nije zadovoljno umjetnim metodama jer se zdrava žena ne miri više tako lako s činjenicom da svaki dan guta medikamente. Tako se najčešće govori o »umoru« što ga uzrokuje pilula. Osim toga, sa spoznajama o dugoročnom djelovanju umjetnih sredstava spoznaje se i o lošim posljedicama koje ona uzrokuju, pa se kod nekih parova pojačava strah od očekivanih ili stvarnih posljedica zbog primjene tih metoda.²⁵ S druge strane, sve se više usavršavaju postojeće i pronalaze nove, sigurnije i bolje prirodne metode za planiranje obitelji.

Zahvaljujući primjeni tih metoda ponovno dolazi u svijest da braćni odnos, plodnost i trudnoća idu skupa i da se ta tri stanja, koja su se tako često umjetno razdvajala, mogu razdvojiti bez upotrebe nekih umjetnih sredstava. Potrebno je samo da žena prati promjene na svom tijelu i da nauči tumačiti znakove koje ono daje. Među tim znakovima najvažniji su: promjena jutarnje temperature, promjene cervikalne sluzi i promjene grlića maternice. Osim njih postoji još mnoštvo sitnijih znakova koji su od žene do žene različiti. Ako žena nauči čitati te znakove i točno ocijeniti faze u ciklusu, može točno utvrditi kada je i kada nije plodna. Kao pomoć postoje već razrađene i isprobane formule na osnovi kojih se

²⁴ Usp. G. K. Döring, *nav. dj.*, str. 27; P. Frank i E. Raith, *nav. dj.*, str. 67.

²⁵ Ovdje treba napomenuti da su mnogi proizvodi stavljeni u promet, iako nisu bila dovoljno poznata njihova dugoročna djelovanja.

vrlo približno može utvrditi početak i kraj plodne faze u ciklusu.²⁸ Na toj osnovi žena može sa suprugom uskladiti svoje spolne odnose prema želji da li namjerava začeti ili ne. Prirodne se metode, dakle, mogu koristiti radi izbjegavanja ili postizanja začeća. Ta činjenica prednost je prirodnih metoda pred umjetnima. Naime, par koji želi začeće imat će odnose u vremenu koje je najpogodnije za začeće. Na taj način može planirati i prikladan termin za rođenje djeteta. To je, međutim, važno stoga što je određeni postotak žena neplodan, ne zbog stvarne neplodnosti, nego zbog toga što s bračnim drugom ima spolne odnose u razdoblju ciklusa u kojemu ima vrlo malo ili nimalo vjerojatnosti za začeće. Utvrdili smo da je sve veća popularnost prirodnih metoda. Moramo, međutim, reći da još uvijek postoji mnogo predrasuda koje usporavaju njihovo širenje. Još ih se uvijek poistovjećuje s Ogino-Knausovom metodom, iako se pretpostavlja da je primjenom te metode više djece rođeno nego se izbjeglo začeća. Često je i mišljenje da su prirodne metode komplicirane i da nisu dostupne neukim ženama, a upravo je činjenica dokazana u praksi da ih bolje shvaćaju žene koje prirodnije žive (čak i nepismene). Između ostalih pogrešnih predrasuda jest i pretpostavka da prirodne metode dolaze u obzir samo za žene u kojih je ciklus posve normalan i stalan i da ih se ne može primjenjivati za vrijeme dojenja i u prijelaznim godinama. A zapravo je činjenica da prirodne metode upravo za te žene i u to vrijeme imaju velik uspjeh i da za njih upravo prirodne metode radi zdravstvenih razloga predstavljaju pravo rješenje.

Nije nevažna ni činjenica koju pokazuju mnoge statistike, da bračni parovi u slučaju neuspjeha prirodnih metoda spremnije prihvaćaju na sebe obvezu rađanja i odgoja novog djeteta od parova koji upotrebljavaju umjetne metode.

Na kraju valja reći da, iako crkveni dokumenti preporučuju prirodne metode, ipak ne jamče automatski njihovu moralnost. I njihovom se upotrebom može griješiti; npr. ako ih bračni par upotrebljava da zbog egoističnih motiva izbjegne začeće.

²⁸ Usp. prikaz o prirodnim metodama.