

# Zbigniew Lew-Starowicz w Rzeszowie: Seks to zdrowie!

Natalia Chrapek

Dodano: 19-02-2020



Od lewej: Zbigniew Lew-Starowicz, o. Ksawery Knotz i Artur Sporniak. Fot. Tadeusz Poźniak

Lubię to! 72

Komentarze (0)

Twitter

Mail

Podziel się

## ZDJĘCIA



zobacz wszystkie >

W kulturze arabskiej mówi się, że udany seks to przedsmak raju. Potrafi pocieszyć, zmniejsza depresję, działa przeciwbólowo i jest chyba najlepszym środkiem nasennym. Uprawiany regularnie, spowalnia spadek funkcji poznawczych i reguluje gospodarkę hormonalną, a do tego zmniejsza ryzyko wystąpienia zawałów i udarów – mówił prof. Zbigniew Lew-Starowicz w środę, 19 lutego w Rzeszowie. Znany psychiatra i seksuolog wspólnie z ojcem Ksawerym Knotzem, teologiem oraz duszpasterzem małżeństw i rodzin, starał się wytłumaczyć publiczności w Filharmonii Podkarpackiej, co zrobić, aby seks był źródłem wielkiej radości i stanowił o sile człowieka, a nie był przyczyną jego słabości?

Otwarte wykłady i debaty organizowane od prawie czterech lat przez Wyższą Szkołę Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie zawsze cieszą się dużym zainteresowaniem. W przypadku śródownego spotkania z prof. Zbigniewem Lew-Starowiczem i ojcem Ksawerym Knotzem nie było inaczej – publiczność wypełniła salę koncertową Filharmonii Podkarpackiej po brzegi. Przy czym sam temat rozmów nie był tu bez znaczenia, bo eksperci rozprawiali o seksualności Polaków, a dokładnie prawdach i mitach z nią związanych. Goście tegorocznej edycji cyklu „Wielkie Pytania w Nauce” opowiadali więc jak cieszyć się seksem oraz, jak należy rozumieć seksualność w świetle etyki chrześcijańskiej? Śródowną debatę poprowadził Artur Sporniak, kierownik działu „Wiara” w „Tygodniku Powszechnym, a także autor bloga „Kościół - seks - moralność”.

- Jak religia wpływa na seks? – dopytywał już na początku spotkania prowadzący. –Czy może być afrodyzjakiem czy wręcz przeciwnie? – Wszystko zależy od tego, w jaki sposób ją przeżywamy – odpowiadał prof. Zbigniew Lew-Starowicz. – Jeśli wiara jest dla nas na co dzień źródłem lęku przed karcącym Bogiem, to dokładnie takie podejście przełożymy na naszą seksualność. Dzieje się tak zwłaszcza na południu Stanów Zjednoczonych, gdzie ludzie wyznają tzw. konserwatywny społeczny. Łatwo się domyślić, że odsetek osób borykających się z własną seksualnością wciąż wzrasta. Podobnie jak współczynnik oglądalności pornografii... Jeśli jednak wiara dostarcza nam radości i otwartości – zyska też na tym nasz seks i relacja z partnerem.

Obok religii, padło też pytanie o modlitwę podczas stosunku. Czy ta pomaga i pozwala jednocześnie na jeszcze intensywniejsze doznania z bliską nam osobą? - Zależy, co przez modlitwę rozumiemy – zastanawiał się ojciec Ksawery Knotz. – Jak mówimy o „Ojciec nasz” i „Zdrowaś Mario” to nie pomaga – wyjaśniał z uśmiechem. Natomiast jest pewna świadomość obecności Boga akurat w tej chwili, która dowartościowuje naszą więź i sprawia, że przeżywamy ją z wielkim namaszczeniem i miłością. Według kapucyna, cielesność w związku jest niesłychanie ważna, bo w czułości do drugiej osoby objawia się Bóg. Jej zaniedbywanie zakrawa już na problemy natury moralnej.

## Polacy lubią seks

Z badań opartych na reprezentatywnej próbie dorosłych Polaków, wynika, że nastawienie do seksu w naszym kraju jest pozytywne, nawet u seniorów po 70. roku życia. – Na przekór rozwodom, separacjom i burzliwym rozstaniom, o których trąbią w mediach, potrafimy się jeszcze nim cieszyć, również jako seniorzy – kontynuował Lew-Starowicz. – A nieaktywność seksualna u osób starszych wynika najczęściej tylko z tego, że nie mają już z kim dzielić swojego pożądania – dodawał, po czym przestrzegał, że namiętne uczucie trzeba pielęgnować i wciąż podsycać, bo nawet u młodych małżeństw może dość szybko wygasnąć. - Jeżeli kłóciecie się i rozchodzicie do różnych sypialni, uważajcie, bo po trzech tygodniach przerwy ośrodek pożądania do partnera lub partnerki zaczyna słabnąć – mówił. - Tutaj akurat przyda się religia – dopowiadał z uśmiechem Artur Sporniak.

Psychoterapeuta pytany o wpływ seksu na życie człowieka przekonywał, że intymna relacja to dla partnerów samo zdrowie, bo potrafi pocieszyć, zmniejsza depresję, działa przeciwbólowo i jest chyba najlepszym środkiem nasennym. Uprawiany regularnie, spowalnia spadek funkcji poznawczych i reguluje gospodarkę hormonalną, a do tego zmniejsza ryzyko wystąpienia zawałów i udarów. – Tysiące lat wcześniej, w kulturze chińskiej czy islamskiej mówiono już o prozdrowotnych właściwościach seksu, który sprzyja nawet długowieczności. Mahomet pisał, że akt seksualny rozjaśnia umysł, a Arabowie twierdzili, że udany seks to przedsmak raju. Jeśli nie uprawiamy miłości, musimy liczyć się z frustracjami, których wynikiem w przypadku kobiet jest napięcie, złość czy niska samoocena. Co do mężczyzn, to ci stają się agresywni, spada im poziom testosteronu i szybciej się starzeją – wyliczał.



Fot. Tadeusz Poźniak

- Zachęcam małżonków do współżycia – wtrącał ojciec Knotz. - Adam i Ewa nie trzymali się w raju tylko za rączki, ale również się kochali i współżyli ze sobą. Dlatego, że w człowieku od zarania dziejów istnieje ogromna potrzeba i gotowość do przeżywania więzi z bliską nam osobą w sposób wyjątkowy, niepowtarzalny. Im bardziej będziemy poznawać swoje ciało i im więcej będziemy o nim wiedzieć – nasza seksualność będzie nam służyć.

## Związek a seks

Z badań przeprowadzanych w siedmiu stanach USA, wynika, że typy związków przekładają się na jakość seksu między partnerami – odpowiadał Lew-Starowicz pytany przez prowadzącego o wpływ wieloletniej relacji na seksualność. – Badaniom poddano trzy grupy. Pierwsza to kochankowie bez zobowiązań. Druga to ludzie, którzy planują wspólną przyszłość, ale na razie tylko ze sobą mieszkają. Ostatnia to już partnerzy w związku małżeńskim. Wyniki pokazywały jasno, że najbardziej udanym seksem cieszyli się właśnie małżonkowie, zwłaszcza kobiety, które czuły się bezpiecznie i stabilnie. Single bez zobowiązań nie czerpały aż takiej przyjemności ze zbliżenia. Profesor tłumaczył, że po pewnym czasie u kobiet w takich związkach spada libido. Wzrasta dopiero wtedy, gdy mężczyzna zaczyna postrzegać swoją partnerkę jako wieloletnią towarzyszkę życia.

## Sztuka kochania

- Z seksem jest jak z tańcem – opowiadał pod koniec spotkania Lew-Starowicz. Są urodzeni mistrzowie, którzy zatańczą wszystko – od walca po oberki. Bywają też tacy, którzy muszą pójść do szkoły, aby móc się więcej nauczyć. Istnieje również grupa osób, która ma dwie lewe nogi do tańca i tutaj akurat nic nie pomoże – podsumowywał z uśmiechem seksuolog.

Tagi: Wielkie pytania w nauce, Wyższa Szkoła Informatyki i Zarządzania, Zbigniew Lew-Starowicz, Ojciec Ksawery Knotz, wykłady otwarte w Filharmonii Podkarpackiej, Seks, seksualność

Lubię to! 72

Komentarze (0)

Twitter

Mail

Podziel się