

## 禁欲はやさしい心を育てます

1997年4月25～27日にオーストラリア、ヴィクトリア州、Templestowe で開催されたthe Annual Conference of the OMR & RCA および Billings Ovulation Method Council of Victoria のNicholas Tonti-Filippini氏による基調講演から。

自然な家族計画 (NFP) は知識であり、多大な利益を目的とした市販製品ではないため、医学雑誌およびマスメディアからあつという間に嘲笑の対象にされてしまいました。近代的なNFPはリズムという迷信に基づくものでないにもかかわらず、NFPにはしばしば「リズム法」というレッテルが貼られます。しかし、カップルが**妊娠の回避**を望むのであれば、あらゆる形のNFPで若干の禁欲が必要となります。禁欲および性への責任という概念に対しては、文化的な拒絶反応があります。良かれ悪しかれ、禁欲の能力を欠くのは男性側であることが非常に多いようです。

女性に **基本的不妊パターン**、また排卵が近付いてくるにつれて必ず起こる変化を認識させること、特にその女性の **ピーク徴候** と **生殖器官の健康** を反映する **変化全般のパターン** を覚えさせることは、非常に大変な仕事です。その女性を愛する男性にとっては知識を共有し、重要性を理解し自制心を持って応えることが、両者の尊重につながります。

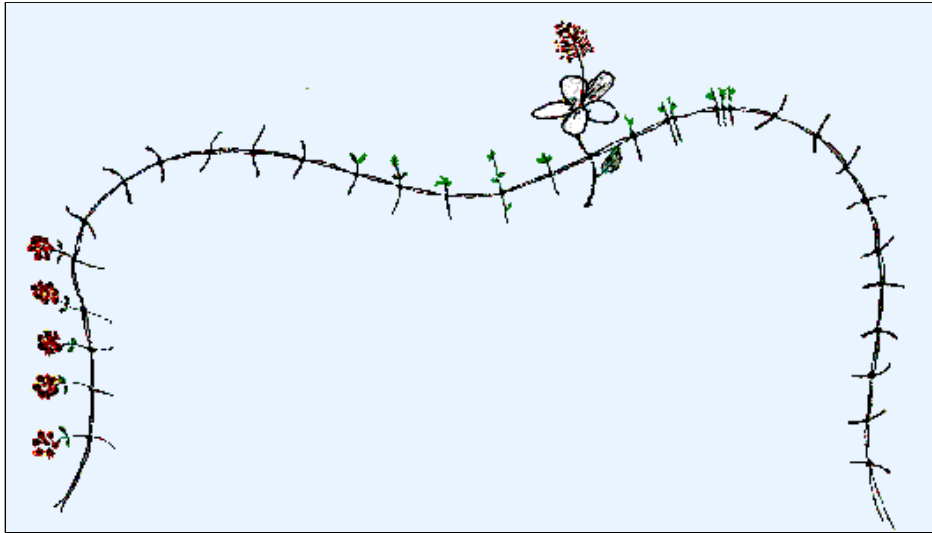
男性は禁欲によって女性の求めていることに敏感になるようです。それは、禁欲によってその女性を一人の人間として注目するようになるためです。禁欲によって自由で、簡単に

禁欲のないロマンスはほとんどありません。禁欲のない性的経験にはすきつとした気持ち良さがありません、それは本来、禁欲中に回復するものです。努力によって得られるもの、欲してそして拒否されるものは、そうであるからこそ価値があるのです。

**女性の周期**とその不規則性を認識することによって、男性は女性自身、そして女性の反応をより深く理解することができます。女性が感情的に高揚したり沈んだりすることを知れば、その女性との生活はさらにエキサイティングなものとなります。うんざりするほどの男性ホルモンの濃密さと依存性は、歌ったり泣いたりする気持ちの高揚によって補われます。

人々が禁欲を理由に自然な家族計画を拒否するのであれば、あらゆる場面で何回も起こる禁欲の必要性を、彼らはどう抑えているのかという疑問が生じます。良い関係での禁欲は愛情と尊敬の表現であり、愛情を性行為以外の行為で発展させ、性よりも貞節が大切であることを証明してくれます。禁欲は私たちにとって本来とても重要なものなのです。

この粘液記録はピリングズ排卵法を何年にもわたって教えているカップルが作成したものです。



女性は月経を表すために赤い花を、乾いた日を示すために乾いたつるを、粘液の分泌が始まった時には緑の葉がついたつるを、周期中もっとも受胎の可能性が高いピーク日には美しい花を用いています。この花は彼らにとっては子どもを意味しています。緑の葉はピーク後3日間続き、ひき続き受胎が可能であることを示しています。