

---

## Occasioni preziose

**Autore:** Raimondo Scotto

**Fonte:** Città Nuova

Siamo sposati da circa 4 anni e abbiamo due bambini. Adesso però vorremmo aspettare un poco prima di avere altri figli. Abbiamo già cercato di usare i metodi naturali per regolare le nascite, ma ci siamo accorti di non conoscerli bene. In attesa di partecipare a un apposito corso, vorremmo praticare l'astinenza dalla vita sessuale. Cosa ne pensate?. A. e S. - Veneto Grazie per la vostra lettera, che è stata per noi un vero dono in quanto ci ha stimolati ad una nuova riflessione sui metodi naturali. La fertilità umana oggi appare in preoccupante declino. Svariati fattori concorrono in varia misura a determinare tale fenomeno: biologici, ambientali, culturali, ecc.; tra questi ci sembra importante quella mentalità che vede la fertilità come una specie di malattia da cui difendersi o come un diritto da pretendere ad ogni costo. L'approccio naturale alla fertilità, donando la consapevolezza del suo importante valore umano, libera da paure e pretese di ogni tipo e facilita il rispetto della persona nella sua intima unità di spirito e corpo, mai riducibile solo ad un insieme di meccanismi biologici. L'uso dei metodi naturali inoltre, se dettato da scelte d'amore e non di egoismo, può essere un dono per gli sposi, soprattutto perché crea occasioni per crescere nel dialogo e per dare spazio ai valori dello spirito, così soffocati oggi dal consumismo e dal materialismo. Ci rendiamo conto, però, di come sia arduo nella vita moderna imparare con precisione i ritmi della propria fertilità, trovare il tempo per frequentare dei corsi, ecc., ma l'unità tra voi certamente vi aiuterà a trovare la soluzione. Qualche breve periodo di astinenza potrebbe essere utile, mentre imparate l'uso dei metodi naturali, ma generalmente non dovrebbe durare troppo, proprio per la ricchezza, ancora tutta da scoprire, racchiusa nel dialogo intimo di due sposi. Questo periodo può aiutarvi a non mettere al centro la gratificazione dei vostri impulsi, ma il dialogo, e a trovare nuove forme di affettività per dimostrarvi il vostro amore. I periodi di astinenza per scelta o per necessità (malattie, lontananza da casa, ecc.) non possono mai diventare una scusa per amare di meno, ma un'occasione per amare di più, facilitando così il passaggio da una sessualità vista esclusivamente come bisogno ad una sessualità dono, che si arricchisce di tenerezza e di attenzioni all'altro. Tuttavia, poiché ogni coppia ha un progetto unico ed originale da realizzare, sarebbe utile il confronto con una famiglia matura o con un sacerdote per comprendere meglio qual è la strada più adatta per voi, che sappia armonizzare la vostra fertilità con la necessità di un'unità di coppia sempre da rinnovare. [mr.scotto@focolare.org](mailto:mr.scotto@focolare.org)