
Ivan Štengl
GUBITAK I ŽALOVANJE

Razumijevanje procesa za usmjerenje pastoralnom djelovanju

*Loss and bereavement. Understanding the process leads
to adequate pastoral activities*

UDK: 393:234.2

253:159.942.3-052

Pregledni znanstveni članak

Primljeno 6/2011.

171

Služba Božja 2 | 11.

Sažetak

Globalna ali virtualna dostupnost svijeta, sekularizacija svetoga i individualizacija življenja, dostupnost neselektiranih informacija i fragmentarnost života predstavljaju kontekst u kojem se događa neadekvatna socijalna percepcija doživljaja konačnosti, ograničenosti i smrti, zbog čega čovjeku današnjice biva otežano ophođenje s njima kad postanu njegova osobna stvarnost. Uz tradirane oblike potpore, kodirane institucijama društva i religije, nude se alternativne mogućnosti suočenja gubitka i žalovanja, ne i sigurnost uspješnog zaključenja njihova procesa. Uz neizbježnu stvarnost njihove prisutnosti, pastoralna se praksa nalazi pred izazovom kritičkog propitivanja vlastite dušobrižničke skrbi i liturgijske prakse.

Ključne riječi: konačnost i smrt, proces žalovanja, neprimjereno žalovanje, religiozni i alternativni rituali žalovanja, pastoral ožalošćenih.

UVOD

Već nekoliko desetljeća starenje, umiranje i smrt ne nalaze svoje adekvatno mjesto u društvenoj percepciji. Izgleda da je takvom stanju pridonijelo više sinergijskih čimbenika: prije svega je to nova situacija blagostanja zahvaljujući tehničkim dostignućima i naizgled neograničenoj mogućnosti ekonomskog rasta, koji su omogućili euforično podizanje općeg samopoštovanja.¹ Na psihološkoj sceni ono je vidljivo posebno

¹ Usp. Heiko ERNST, *Psychotrends. Das Ich im 21. Jahrhundert*, Piper, München-Zürich, 1997., 71s.

u psihologijama i psihoterapijama s humanističkom matricom odnosno implicitnom antropologijom koja će veličati čovjekove (skriveno, potisnute, od društva kočene) mogućnosti (samo) ostvarenja. Zaokret se pokazao kao implicitna tendencija još u vremenima rađanja takozvanih suvremenih znanosti: čovjek otkriva sposobnost razumijevanja, kontrole i modificiranja prirode i svojih životnih okolnosti, toliko da se uspio uvjeriti, kako je razumijevanje, modificiranje i djelovanje prema zakonitostima upisanima u prirodu istovjetno sa stvaranjem; u tom je slučaju sve manje potreban priziv na božansko (i Bog), kad mu se pripisuju takvi atributi i moći zbog neznanja, osjećaja ograničenosti i konačnosti. S procesom sekularizacije religioznost doduše ne nestaje u potpunosti, ali odnos sa svetim biva fragmentaliziran, odnosno sveden sve više na imanentno duhovno, na onaj biljeg (arhetip) općeg i beskonačnoga na psihi čovjeka, bez preispitivanja postoji li ono stvarno ili ne. Spoznaja i sposobnost "pročišćuju" religioznost od neznanja i straha, i manipulacije koja se njima u prošlosti navodno služila. U "kompleksu od Boga" i maničnom osjećaju svemoći,² biva potisnuto odnosno pretvoreno u implicitni tabu sve što toj grandioznoj narcističkoj slici sebe ne odgovara, uključujući i činjenicu ograničenosti i konačnosti, te osjećaj tuge koji ih prati.³ Zato će i znanosti, sa svoje strane, pretvoriti činjenicu smrti u hladnu datost biološke prirode, osobu svesti na tijelo koje valja tretirati gotovo mehanički, stroj koji se daje eventualno reparirati.⁴

Kao što je slučaj sa religioznošću, i činjenica konačnosti zbog potiskivanja pronalazi zamjenske, nekad bizarne oblike pojavljivanja u svijesti: konačnost se i smrt u društvenoj percepciji nevoljko pojavljuju kao prirodni fenomeni. Oni su obavijani subrealnim – pune stupce "Crne kronike" u liku izvješća o nasilju pojedin(a)ca, ratnim razaranjima, prirodnim katastrofama, te bivaju predočeni kao nešto gotovo egzotičnoga

² Usp. Horst-Eberhard RICHTER, *Der Gotteskomplex. Die Geburt und die Krise des Glaubens an die Allmacht des Menschen*, Econ, Düsseldorf, München, ²2005.; usp. Thomas AUCHTER, Michael SCHLAGHECK (ur.), *Theologie und Psychologie im Dialog über den Wahn der Machbarkeit und die Kraft der Leidenschaft*, Bonifatius, Paderborn, 2007.

³ Usp. Ruediger DAHLKE, *Depression. Wege aus der dunklen Nacht der Seele*, Goldmann, München, 2006., 186-195.

⁴ Usp. Fausto PETRELLA, *Turbamenti affettivi e alterazioni dell'esperienza*, Raffaello Cortina Editore, Milano, ⁵1997., 383s.

(na primjer smrt koja nastupi kao posljedica poremećaja hranjenja), ili poprime oblik masovnog okupljanja kojemu je smrt samo prilika za osjećaj pripadnosti. U prilog, kako smrt ne bi smjela biti prirodan i zato opće važeći fenomen, govori i njeno povezivanje na primjer s brutalnošću, ne bi li šokantno otupilo svijest, akomodiralo osjetljivost za strah pred njom, budući da je ona ovako prezentirana na ekranu – dakle, ipak fikcija, ne moja stvarnost.⁵ Kad pak ta “nestvarna” i potiskivana stvarnost postane osobna činjenica života, ne preostaje drugo doli pribjeći reziduima tradiranih načina njezina suočenja, kodiranim u institucionaliziranoj religiji, odnosno društvenim običajima: ovaj puta ipak po mjeri osobnih potreba pojedinca.⁶ Na tragu ovog posljednjeg, moguće je da se osoba ne pomiri s činjenicom definitivnog odlaska s ovoga svijeta kakvu naučava kršćansko uvjerenje, te mu postane prihvatljivija koja istočnjačka filozofija s idejom tek drugačijeg oblika života u ovoj stvarnosti.⁷ Društvena percepcija dakle ne ukida kodeks ophođenja sa smrću, ali ga protjeruje u privatno.

Društvenoj stvarnosti nasuprot, izgleda da kršćanstvo ne uspijeva pružiti promptnu alternativu; glede činjenice smrti teologija usmjerava pogled na čovjekovo konačno određenje koje je vječni život zaslugom Isusova uskrsnuća i odabire u tom smislu svetopisamske tekstove i molitvene obrasce, tako da ostavlja mali prostor naravnom, ljudskom procesu žalovanja; ožalošćeni mogu dobiti dojam da uz čvrstu ukorjenjenost u vjeri njihova žalost postaje bespredmetna, pa mogu osjetiti stid ili krivnju zbog (trenutne) neutješivosti. S druge strane, pastoralna praksa, prizivajući epizode žalovanja (Isus plače zbog gubitka prijatelja Lazara, Njegova duboka žalost pred odlazak u muku i smrt) u samom obredu oprostaja od preminule osobe, prigodnim će riječima “nadomjestiti” ono što navodno nedostaje liturgijskim tekstovima.

⁵ Usp. Margaret GIBSON, Death and mourning in technologically mediated culture, u: *Health Sociology Review*, 16 (2007.) 5, 415-424.

⁶ Usp. Mike BRENNAN, Mourning and loss: Finding meaning in the mourning for Hillsborough, u: *Mortality*, 13 (2008.) 1, 7-10.

⁷ Usp. Jenny HOCKEY, Closing in on death? Reflections on research and researchers in the field of death and dying, u: *Health Sociology Review*, 16 (2007.) 5, 443s.

1. SOCIJALNO REGULIRANJE OPHODENJA SA SMRĆU

Uz radost, strah i bijes, tuga spada među osnovne emocije, i nije specifično ljudska.⁸ Obično se povezuje sa stanjima poput: melankonija, jad, depresivnost, strah, nesigurnost, apatija, nemir, očaj, panika, sram, bezvoljnost, besciljnost, mučnina, osjećaj krivnje, tjelesna i duševna iscrpljenost. Zbog svog intenzivnog negativnog predznaka, može stvoriti u osobi toliko snažan naboj, da bi ona mogla reagirati na neprimjeren način, čak opasan po sebe i svoju okolinu, te je zato njezino izražavanje socijalno kodirano i podliježe strogom procesu socijalizacije. Socijalni kodeks ima kod toga dvostruku ulogu, uz onu prevencije eskaliranju destruktivnog ponašanja (ali i intenziviranju emocije i kognicije u koje se ožalošćena osoba može zatvoriti), predviđa se socijalna podrška osobi u njezinu procesu žalovanja kroz niz rituala: religioznog i socijalnog karaktera.⁹ Žalovanje kao reakcija na gubitak od najstarijih se vremena odvija u društvenom kontekstu, budući da je čovjek intrinzično socijalno biće. Gubitak stoga predstavlja mogućnost kidanja povezanosti, privrženosti, nestanak onih koji omogućuju suživot. U tom smislu, sa socio-biološkog stajališta gubitak predstavlja umanjenje raspoloživosti životnih resursa, zbog čega na primjer udovice budu dovedene u nepovoljan položaj.¹⁰ S razvojem socijalne mreže pomoći i dostupnosti sredstava za život, krug se ožalošćenih smanjuje, dok ne bude sveden na obitelj i prijatelje. Po sebi, društveni je kodeks dovoljno snažno razvijen mehanizam reguliranja osjećaja i ponašanja zbog gubitka da u većini slučajeva uspijeva apsorbirati težinu negativnih osjećaja i usmjeriti osobe na put zatvaranja procesa žalovanja, osim ako on uzme koji patološki smjer (npr. depresija, poremećaj sna, u ekstremnim slučajevima suicid, ubojstvo, nanošenje materijalne štete većeg razmjera kao podmetanje požara, razbijanje kuće i sl.).¹¹ Iako često praćeno tjelesnim reakcijama i tegobama

⁸ Usp. Thomas HÜLSHOFF, *Emotionen*, Reinhardt, München-Basel, ²2001., 86.

⁹ Usp. Mike BRENNAN, *Mourning and loss: Finding meaning in the mourning for Hillsborough*, 1-4.

¹⁰ Usp. David M. BUSS, *Evolutionäre Psychologie*, Pearson, München, ²2004., 151-177.

¹¹ Sklonost ekstremnim oblicima reakcije na separaciju i gubitak pokazuju osobe s karakternim crtama neurotičnosti i psihotičnosti, dok religiozno uvjerenje i prakticiranje ne pokazuju značajnu korelatnost s njima., Usp. Peter R. HILLS,

sličnima fenomenologije koje psiho-fizičke bolesti, žalovanje dakle ne valja shvatiti kao bolest.

2. SUOČENJE GRANICE, KONAČNOSTI I GUBITKA

Gubitak se ne događa nužno iznenada: moguće ga je predvidjeti; tako ni žalovanje kao reakcija na gubitak neće započeti tek kad se on efektivno dogodi. Sama osoba koja je pogođena mogućnošću okončanja života, ali i oni koji će osjetiti njezin gubitak, prolaze već sada svojevrсни proces žalovanja, i on slijedi sumarno nekoliko stupnjeva.¹²

Reakcija šoka i nevjerice. Prva je reakcija na (s)vijest o mogućnosti kobnog raspleta situacije izostanak emocija i misli; nekad se gubi dojam da se je u stvarnosti. Osobe uglavnom s nevjericom suočavaju nemilu informaciju i uvjeravaju se, kako je ona pogrešna, i tako strašna činjenica ne može se dogoditi baš njima.

Traženje krivca. Osobito ako je riječ o komplikaciji kod koje bolesti, ali i inače ako je ona terminalna, pogođena osoba (i rodbina) posumnjat će u dovoljan engagement liječnika, osoblja ili onih koji su bili bliski; rodbina ili prijatelji mogu na (kognitivno) magijski način pripisivati krivnju sebi, jer da su se oni na primjer dovoljno angažirali, dovoljno pažljivo pratili reakcije bolesnika ili da baš tog časa nisu bili odsutni, zasigurno se sve ne bi dogodilo. Osjećaj stida i krivnje zbog "trenutka slabosti" uvećava se s uvjerenjem da se zakazalo baš onda kad je osobi bilo najpotrebnije, da se baš onda ostavila samom.

Reakcijabijesa i opiranje. U ovoj se fazi nastavlja nemogućnost suočiti stvarnost, time što se pripisivanje krivnje proširuje na opću životnu situaciju: krivi postaju sudbna, a nekad se za situaciju usudi optužiti Bog, koji navodno nepravedno kažnjava. Rekcije pogođenih, kao što su bijes, žalost, zdvojnost, mogu biti nekontrolirane, sve do kobnih "acting-out" ponašanja, mogu povrijediti okolinu, makar nisu bile namijenjene "osobno".

Leslie J. FRANCIS, The relationships of religiosity and personality with suicidal ideation, u: *Mortality*, 10 (2005.) 4, 286-293.

¹² Usp. Michael KLESSMANN, *Pastoralpsychologie. Ein Lehrbuch*, Neukirchner, Neukirchen-Vluyn, ³2006., 359s.; za specifičnu situaciju oboljenja od karcinoma iz psihoanalitičke perspektive usp. Christiane MICHELBERGER, Der Tod als bevorstehende Wirklichkeit, u: Anne-Marie SCHLÖSSER, Kurt HÖHFELD (ur.), *Trauma und Konflikt*, Psychosozial-Verlag, Gießen, ²2000., 323-334.

Grozničavi, očajnički pokušaj promjene situacije. Kad se više nema argumenata za navodno nanešenu nepravdu a situacija se zaoštava, u pokušaju da se izbjegne ono najgore, sama osoba ili njezina okolina pokušavaju ostvariti trgovinu s liječnicima, sudbinom i Bogom. Obično se je spremno na visoke novčane naknade liječnicima ili Crkvi, zagovore svecima, hodočašća, svečana zavjetna obećanja.

Depresivno prepuštanje situaciji. Pokušaji promjene pokazu se jednom uzaludnima, i u ovom stadiju se pogođene osobe počinju prepuštati situaciji. Ovu fazu obično karakterizira osjećaj nemoći, prebiranje po lijepim sjećanjima kojima se sadašnje negativno stanje stavlja nasuprot, čime se dodatno uvećava osjećaj nemoći i neutješivosti. Moguće je govoriti o regresivnim stanjima i povredi narcizma koje se očituje u (samo) oplakivanju zbog gubitka.

Vrijeme smirenja. Završni je stupanj ovog procesa očekivanje konačnog raspleta. Ako se smrt uspije prihvatiti, osobe mogu dobiti priliku izmirenja i mogućnost upriličiti zajednički oproštaj od dragih osoba i ovoga svijeta. U tom će kontekstu V. E. Frankl govoriti o ostvarenju vrednote stava, gdje osoba kojoj se više ni jedan drugi oblik vrijednosti ne nudi, doli onaj potvrdno prihvatiti sadašnji životni trenutak.¹³ Za osobe kojima se bliži neminovni rastanak od osobe koja u bolesti mnogo trpi može predstavljati veliku utjehu činjenica da je smrt jedna vrst oslobođenja.

3. PROCES ŽALOVANJA KOD GUBITKA

Kad gubitak postane stvarnost, započinje proces žalovanja u uobičajenom smislu. Tijek mu može varirati značajno od osobe do osobe, ali i zbog spleta okolnosti, kako se on dogodio; za razliku od prethodno spominjanog, može doći iznenada i nepredviđeno (npr. u slučaju prirodne katastrofe, prometne nesreće ili srčanog udara). Tako su okolnosti gubitka, pripravljenost na njega, karakterne osobine i sam socijalni kontekst značajne odrednice

¹³ Posebno bi ovdje valjalo uputiti na njegovu raspravu o prolaznosti, konačnosti i smrti, gdje smrt dobiva posebno mjesto u životu čovjeka. Ona je naime konačno očitovanje egzistencije, gdje prolaznost i mogućnost prestaju, jer moguće bude spašeno od prolaznosti za vječnost u sigurnu prošlost. Zato je "prošlost nešto što je istinski stvarno", Viktor E. FRANKL, *Nečujan vapaj za smislom*, Naprijed, Zagreb, 1987., 99 odn. tekst rasprave: 98-109.

tijeku i duljini procesa žalovanja.¹⁴ Njega pak valja razlikovati od patološkog tijeka žalovanja, o kojemu će biti riječi nešto kasnije. Jednako tako, taj proces nije nužno linearan niti mora sekvencijalno slijediti određene etape; usprkos individualnim otklonima, moguće je uočiti neke pravilnosti u procesu žalovanja. Oslanjajući se na klasika proučavanja procesa žalovanja (E. Kübler-Ross¹⁵), uz modifikacije, M. Dierich predstavlja na sljedeći način tijek procesa žalovanja.¹⁶

Vrijeme šoka, nesnalaženja i nesposobnost suočiti činjenicu gubitka. I kad se na koji način bilo spremno na odlazak drage osobe, postoji vjerojatnost da će prva reakcija biti nevjerica, šok, praznina i odsutnost kojeg osjećaja. Osoba može dati dojam distanciranja i bezosjećajnosti, odnosno trenutno potpuno klone ili ima osjećaj da će poludjeti jer ne može podnijeti toliku bol; slučaj je to posebno kad je prethodno razdoblje iščekivanja raspleta odnosilo mnogo energije ili je velik gubitak nadošao potpuno neočekivano.

Vrijeme kontroliranog osjećanja emocija. Obično traje do pogreba, a može se produljiti do otprilike mjesec dana nakon gubitka. Karakteriziraju ga povremene erupcije emocija, no čitava se situacija odvija kao u snu, uz ostalo zbog pripremnih radnji oko organizacije pogreba i frekventne prisutnosti osoba, zbog čega pozornost bude odvrćana od svjesnog doživljaja sebe. Društveni klišeji oko javnog žalovanja i ukopa, koliko god u novije vrijeme za mnoge predstavljaju samo teret, imaju ulogu socijalne podrške, trebali bi amortizirati snagu osjećaja i prijelaz u novi socijalni status. Uz geste i riječi utjehe, već sama prisutnost drugih može ublažiti šok i dojam da su ostali sami nakon gubitka; izrazi sućuti posreduju osjećaj pripadnosti i zajedništva, jer ih okuplja slično duševno stanje prema istoj osobi.

Svijest i doživljaj gubitka. Predstavlja razdoblje osobnog i stvarnog suočenja s gubitkom i uglavnom je najteži dio procesa žalovanja. Budući da se radi o procesu prijelaza, izmjenjivat će

¹⁴ Usp. Susie PAGE, Carol KOMAROMY, Professional performance: The case of unexpected and expected deaths, u: *Mortality*, 10 (2005.) 4, 294-307.

¹⁵ Publikacija je prevedena i u nas: Elisabeth KÜBLER-ROSS, *Razgovori s umirućima*, Oko tri ujutro, Zagreb, 1980.; usp. Emilio TIBERI, *Il primato delle emozioni*, Giuffrè Editore, Milano, 1988., 189-199.; usp. Michael KLESSMANN, *Seelsorge. Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens*, Neukirchner, Neukirchen-Vlvyn, 2008., 386-388.

¹⁶ Usp. Michael DIETRICH, *Handbuch Psychologie&Seelsorge*, Brockhaus, Wuppertal, 2000., 233.

se i emocije kao i njihov intenzitet, prebirati utisci i sjećanja. Gubitak je vrlo često obilježen osjećajem samoće, ugroženosti kojima nasuprot bude stavljeno idealiziranje preminule osobe; kod nekih se pojave osjećaji krivnje da se nešto propustilo ili krivo učinilo. Gubitak može stvoriti osjećaj napuštenosti i od samoga Boga; tako kriza zbog gubitka preraste u propitivanje vjere. Strah, odnosno bijeg od žalovanja može se uobličiti u trenutnu hiperaktivnost i manično traženje socijalnih kontakata, ne bi li se na taj način zavaralo mukotrпно vrijeme koje uzima proces žalovanja. Valja stoga naglasiti, kako osoba mora strpljivo dopustiti vrijeme žalovanja, ako želi uspješno zaključiti ovaj proces. Za neke će intenzivni trenutci odigrati značajnu ulogu u prihvaćanju svijesti da smrt predstavlja definitivni odlazak preminule osobe, i mogu po svemu sličiti regresiji; u čežnji za preminulom osobom naviru sjećanja na zajedničke trenutke: lijepi, teški a zajedno izneseni, kao i situacije koje se nisu razriješile, posebno vezane uz osjećaje krivnje odnosno predbacivanja. Da proces žalovanja ne mora biti linearan, osobi posvješćuje dojam vraćanja unatrag u situaciji na primjer blagdana, posjeta osoba i mjesta koje posebno povezuju uz preminulu osobu, dojam koji može obeshrabriti jer se odmaklo prema zaključivanju žalovanja.

Faza akomodacije. Ona može biti značajnim pokazateljem uspješnosti procesa žalovanja, a predstavlja prilagodbu osobe na novo stanje u psihološkom i društvenom smislu. Vrijeme je to za donošenje odluka glede nužnih promjena stjecajem okolnosti gubitka, i može se odnositi na: status, navike vezane uz posao, primarne i svakodnevne potrebe i briga o sebi, prijatelje, rodbinu, eventualne članove obitelji, dom i same sebe. Reorganizacija života značit će da se u sebi dopustila i prihvatila činjenica definitivnog odlaska, i da se nema osjećaj hendikepa i bespomoćnosti, posebno u situacijama (dužnostima) koje je do sad obavljala preminula osoba. Vanjski pokazatelji sposobnosti na odmak, odnosno da se nanovo dalo izazvati životom mogu biti naprimjer promjena stana ili njegovo funkcionalno preuređenje, tečaj kuhanja, uklanjanje pokojnikovih stvari koje se više ne koriste, i nadasve novi odnos prema živima, rodbini i zajedničkim prijateljima koji neće imati dojam da je preminula osoba uvijek prisutna s preostalom, a niti da govor o preminulome postane tabu, da se navodno ne bi ražalostilo tugujuću osobu; na neki se način tako stvara novi identitet koji se više ne oslanja na

onaj “zajednički” s preminulom osobom. Jedino se tako može dogoditi integracija gubitka u vlastiti identitet, (nanovo) uspješno osmišljen, a to zahvaljujući uz ostalo snazi dobivenoj iz stava vjere. Ovdje velika potpora vjernika: za razliku od drugih, on preminulu osobu ne mora predati zaboravu da bi mogao zatvoriti proces žalovanja, što bi moglo rezultirati osjećajem krivnje zbog izdaje i nevjere u odnosu na preminule; osobe koje više nisu dostupne sjetilima, i dalje je na neki način moguće sretati u vjeri, s time da se izgradi “unutarnja” slika preminuloga koja uključuje odmak, odnosno razlikuje se od one osobe koja se sretala u realnim okolnostima ovoga svijeta.

Valja još jednom naglasiti, kako proces žalovanja, i onda kad osobi daje sigurnost da se primiče svom kraju, ne valja shvatiti krivim ako se na kraće vrijeme vrata stari osjećaji. Iznimno je zato važna strpljivost i razumijevanje od strane okoline ali i u same osobe koja žaluje: bez požurivanja, predbacivanja i osjećaja ljutnje ili stida.

4. NESPOSOBNOST TUGE I NEMOGUĆNOST ZATVARANJA PROCESA ŽALOVANJA

Tugovanje može krenuti krivim smjerom, tako da njezin proces bude ili otežan ili nikada se adekvatno ne završi.¹⁷ Postoji čitav niz čimbenika koji ga mogu otežavati, počevši od crta osobnosti (npr. sklonost depresiji), iskustva osobne povijesti (koji prethodni težak gubitak ili više njih odjednom), zatim su to okolnosti u kojima se gubitak dogodi (iznenadna smrt u prometnoj nesreći), i ne manje važni prethodno spominjani društveni činitelji (smrt i tugovanje ne nalaze svoje prirodno mjesto u društvenoj zbilji). J. W. Worden navodi shematski četiri patološka oblika žalovanja.¹⁸

Kronično tugovanje. Sama osoba i njezina okolina svjesne su da nema napretka u procesu žalovanja, a određeni događaji ili

¹⁷ Usp. Michael LINDEN, Reaktionen auf belastende Lebensereignisse und Anpassungsstörungen, u: Fritz HOHAGEN, Thomas NESSELER (ur.), *Wenn Geist und Seele streiken. Handbuch psychische Gesundheit*, Südwest, München, 2006., 250-261.; usp. Thomas HÜLSHOFF, *Emotionen*, 91s.; usp. Martin E. P. SELIGMAN, *Erlernte Hilflosigkeit*, Beltz, Weinheim-Basel, 1999., 166-172.

¹⁸ Usp. J. William WORDEN, *Savjetovanje i terapija u tugovanju. Priručnik za stručnjake u području zaštite mentalnog zdravlja*, Slap, Jastrebarsko, 2005., 88-95.

mjesta koja prisjećaju na izgublenu osobu dodatno posvješćuju ovu činjenicu. Ovu vrst tugovanja karakterizira nesposobnost prihvatiti nepovratni gubitak (npr. spontani pobačaj, nesreća ili bolest malog djeteta), može se dogoditi kod zbunjujućih i višeznačnih okolnosti gubitka (sumnja da se donijela kriva odluka, krivnja za smrt kod terminalne bolesti, samoubojstvo djeteta predoziranje), kod patološke navezanosti koja ostavlja dojam da se nije sposobni nastaviti živjeti i zadovoljiti značajne potrebe, budući da manjkaju svakidašnje vještine suočavanja života delegirane na preminulu osobu.

180

Odgodeno tugovanje. Događa se u osoba koje vjerojatno i inače imaju teškoće u izražavanju emocija, i javlja se u liku nedovoljno izražene tuge u vrijeme samog gubitka, jer tuga doživljena na primjer kao neprikladna za situaciju, zbog manjka socijalne podrške u vrijeme gubitka ili zato što se preuzela odgovornost za druge osobe u žalosti (npr. djecu), pa se ona javi mnogo kasnije, odnosno biva potiskivana na dulje vrijeme. Nekad prethodno iskustvo velikog gubitka i pomisao na intenzitet ondašnjih osjećaja može zakočiti sadašnju sposobnost na žalovanje; ona se može javiti i u slučaju da osoba podsvjesno procjeni, da bi stvarno osjećanje žalosti za nju bilo nekontrolirano i nepodnošljivo.

Pretjerano tugovanje. Ono se može shvatiti kao nasuprotna reakcija prethodnoj. Osoba se osjeća preplavljena intenzivnom tugom i može pokazivati socijalno neprihvatljive načine ponašanja. Ovaj neprimjereni oblik tugovanja može prerasti u konklamirani poremećaj, osobito veliku depresivnu epizodu, anksiozni poremećaj sa snažnim obilježjem tjeskobe, fobiju od smrti praćenu osjećajem krivnje da se ne zaslužuje živjeti (nakon što se npr. izgubila voljena osoba po procjeni ožalošćene daleko bolja od nje), socijalnu fobiju i agorafobiju, dok neki razviju simptomatologiju sličnu onoj u PTSP-a. Manični tipovi reakcija (suprotno od depresivne), zatim zloporaba alkohola i droga slijedom gubitka voljene osobe mogu se jednako smatrati oblicima pretjeranog, odnosno otežanog žalovanja.

Prikriveno tugovanje. Budući da osoba izbjegava i potiskuje, odnosno ne uspijeva na izravan način suočiti gubitak, žalovanje traži alternativne putove svog izraza, time što razvija „zamjenske“ simptome u dimenziji koja je različita od emocionalne, a da su trajanjem i intenzitetom ekvivalentni emocionalnoj reakciji. Slučaj je to u osoba čija je struktura osobnosti toliko krhka da

bi doživjela dezintegraciju kad bi suočila stres zbog gubitka, te pribjegava narcističkoj zaštiti sebe. Potisnuto se tugovanje očituje uglavnom u dva oblika; jedan od njih je stvaranje tjelesnih simptoma, često u obliku kojeg od somatoformnih poremećaja (npr. snažna lokalna ili difuzna bol, tzv. faksimilska bolest, gdje se stvore simptomi bolesti slični onima koje je pokazivala preminula osoba)¹⁹ i drugi je oblik neprimjereno, često antisocijalno ili delikventno ponašanje. Introjekcija simptoma bolesti preminule osobe zbog simbiotske veze može pronaći svoj izražaj u obliku na primjer poremećaja hranjenja.

5. ZAKLJUČNE I PASTORALNE PRIPOMENE

Istraživanja glede uloge religioznosti u životu pojedinca s psihološkog stajališta relativno su novog datuma i okreću se osobi u kriznim situacijama života.²⁰ Religioznost ulazi na mala vrata na društvenu scenu: ne više kao društvena realnost s općim konsenzusom, nego kao mogući, jer kod pojedinca toliko učestali fenomen, percipiran kao religiozni ali ne nužno (naime, ima svoj legitimitet kao mogućnost zadovoljenja 'potrebe', bez da se specificira njezina narav), znak je da trend odbacivanja institucije religije ne uspijeva proizvesti adekvatnu alternativu uvriježenim institucijama religije i društva, ali ona se niti trudi jasno odrediti dimenzije ljudske egzistencije.²¹ Povratak "religioznih" sadržaja na društvenu scenu tako valja shvatiti kao znak "triježnjenja" nakon opijenosti vlastitom veličinom i samodostatnošću nasuprot svemu što je religijsko nekad nepotrebno pripisivalo božanskome. Valja se stoga kratko prisjetiti potreba koje je religija generacijama kroz povijest

¹⁹ Usp. Massimo BIONDI, Angela PESCI, *Psicosomatica del lutto*, u: Massimo BIONDI (ur.), *La psicosomatica nella pratica clinica*, Il Pensiero Scientifico Editore, Roma, 1992., 374-377.

²⁰ Usp. Sebastian MURKEN, Heinz RÜDDEL, *Wie kann Religiosität gesundheitsfördernd sein?*, u: Hans-Christian DETER (ur.), *Psychosomatik am Beginn des 21. Jahrhunderts. Chancen einer biopsychosozialen Medizin*, Hans Huber, Bern itd., 2001., 540-542.

²¹ Usp. Ivica ŽIŽIĆ, *Liturgija između obreda i obrednosti*, u: *Živo vrelo*, 27 (2010.) 10, 3s. čitatelj se upućuje i na preostala dva tematska doprinosa navedenog broja; usp. još Martin URBAN, *Warum der Mensch glaubt. Von der Suche nach dem Sinn*, Piper, München-Zürich, 2007., 211ss.

uspijevala nuditi sadržaje i socijalnu podršku kroz kodiranje emocija, kognicija i ponašanja.

Prije svega, religija nudi smisleno tumačenje svijeta i čovjekova položaja u njemu, naspram osjećaju kaosa, vlastite ograničenosti i samoće, bespomoćne izloženosti kompleksnoj, nepredvidivoj i nekontroliranoj životnoj okolnosti, ali ih čovjek doživljava kao reminiscenciju u trenutku krize, baš tada potisnuto pronalazi mogućnost pojaviti se svijesti. Religiozni tekstovi, molitve i rituali prate osobu dajući podršku u procesu suočavanja i elaboracije gubitka, te pomažu prijelaz u novi socijalni, životni status.²² Vjerska predodžba na primjer zagrobnog života pomaže umanjiti osjećaj nepovratno izgubljenoga, tješi uvjerenjem da pokojnik nastavlja živjeti u stanju koje je za njega daleko bolje od ovozemne stvarnosti, daje mogućnost održati neku vrst nastavka povezanosti s pokojnikom, zahvaliti mu ili moliti za oprostjenje, i daje nadu ponovnog viđenja u zajedništvu s Bogom kojemu vjernik konačno teži. K tome, kroz svoje rituale religija nudi mjesto i legitimnost jakim osjećajima žalosti, uzajamne podrške, zajedništva i intime, i uz njih vezane obrasce socijalno prihvatljivog ponašanja kroz koje će čitava skupina osoba prepoznati i izraziti vlastite.

Traženje smisla i društvena podrška u situacijama životnih kriza ne spadaju više isključivo u domenu religije, no potreba za njima je jednako prisutna.²³ Odavde i nejasnoće i nelogičnosti u definiranju potrebe kao religiozne ili ne, trenutnog oslanjanja na tradiranu religioznu praksu makar se inače ne prakticiraju institucionalni oblici vjerničkog izražavanja.

Za razliku od prethodnih vremena, dok su se vjerska i politička zajednica gotovo preklapale, crkveni službenik i zajednica vjernika ne participiraju na životnim događanjima pojedinca, osim u posebnim prilikama. Budući da zbog religioznog individualiziranja i deinstitucionaliziranja nisu (više) navikli na takve obrasce ponašanja i da sam religiozni izričaj postaje nerazumljiv i stran jer inače nije prakticiran, sve je veći broj onih kojima tradirani vjerski oblici socijalne podrške u

²² Usp. Andreas LOB-HÜDENPOHI, Sinnfrage und Transzendenzerfahrung, u: Rainer KROCKAUER, Stephanie BOHLEN, Markus LEHNER (ur.), *Theologie und soziale Arbeit. Handbuch für Studium, Weiterbildung und Beruf*, Kösel, München, 2006., 52-55.

²³ Usp. Michael KLESSMANN, *Seelsorge. Begleitung, Begegnung, Lebensdeutung im Horizont des christlichen Glaubens*, 15.

vrijeme žalosti postaju breme i izazivaju nelagodu, te su skloni otkloniti ga. U tom smislu, ako se već i traži vjernički obred ukopa, suprotno njegovoj temeljnoj nakani da je čin zajednice vjere, on se trebao dogoditi u krugu najuže rodbine i prijatelja; s druge pak strane, žalost može poprimiti masovni oblik osjećaja pripadnosti kojemu je smrt tek i samo povod.²⁴ Pastoralni djelatnik, i sam tek parcijalno uključen u događanja oko smrti osobe, a u pastoralnoj "osjetljivosti" naspram želja ožalošćenih, nekad je spreman na prilagodbe tekstova i samog vjerskog obreda uklapanjem glazbenih, literarnih i retoričkih sadržaja koji vjerskom činu nisu ni primjereni.

Poseban izazov pastoralu ožalošćenih predstavljaju dosad kršćanstvu neuobičajene prakse, kao što je odgoda pogrebnih obreda, na primjer u slučaju čekanja na dolazak rodbine i prijatelja iz daljine, te želja ožalošćenih da se ritual oprostaja odvija izvan groblja ili kultnog mjesta. Sve češći običaj kremiranja odvaja oproštaj od polaganja posmrtnih ostataka (pepela) u zemlju, čiji teološki smisao predstavlja okosnicu kršćanskog pogreba. Jednako valja suočiti želju preminuloga ili ožalošćenih, pepeo položiti u zajedničku grobnicu (npr. zbog troškova, što nekad govori o povezanosti s preminulim), ili prosipati ga u prirodu u znak jedinstva s njom, čime se gubi do sada tako značajan vidljivi znak sjećanja na preminulu osobu, kao što je to grobni spomenik. Ima zatim zahtjeva da se urna ukopa izvan groblja (npr. u privatnom vrtu) ili čuva u vlastitu domu, kako bi bila izložena u posebne trenutke kao mjesto okupljanja (npr. za godišnjicu smrti). Motivi ovakve prakse mogu biti daleko od kršćanskog teološkog shvaćanja i ophođenja s idejom tijela, njegova integriteta i konačnosti, a mogu ukazati i na (ne)sposobnost ožalošćenih za uspješno zaključenje procesa žalovanja.²⁵

U svakom slučaju, proces sekularizacije sakralnoga je nezaustavljiv, kao i njegova njegova deinstitucionalizacija i privatizacija u općem procesu globalizacije (uključujući i

²⁴ Usp. Paul PARIN, Die Angst der Mächtigen vor öffentlicher Trauer, u: Paul PARIN, Goldy PARIN-MATTHEY, *Subjekt im Widerspruch*, Psychosozial-Verlag, Gießen, 2000., 96ss.

²⁵ Usp. Leonie KELLAHER, David PRENDERGAST, Jenny HOCKEY, In the shadow of the traditional grave, u: *Mortality*, 10 (2005.) 4, 237-250.

vjersku).²⁶ Na općem planu ponude tumačenja i ophođenja s činjenicom prolaznosti dovodi u dilemu, kako izvršiti vjerski čin da on ne izgubi na svojoj izvornosti, a opet da uspije na primjeren način posredovati vjerski sadržaj, podršku i utjehu. Prepoznatljiv je trend, odvojiti značajne i krizne trenutke života od socijalne i religiozne podrške. I tako, kao što se dogodilo s nestankom institucija socijalne podrške (poput rituala inicijacije), ni Crkva neće moći pružiti alternativu progresivnoj individualizaciji, osjećaju usamljenosti i ostavljenosti.

LOSS AND BEREAVEMENT

Understanding the process leads to adequate
pastoral activities

Summary

Global but virtual access to the world, secularization of the sacred and individualization of living, availability of unselected information and fragmentation of life, are the context in which an inadequate social perception of the experience of finitude, confinement and death takes place. Consequently, today's man finds it difficult to deal with them when they become his own reality. Along with traditional forms of support, coded by social and religious institutions, alternative possibilities for facing the loss and bereavement are offered, though not the safety of successful closing of their process. Aware of unavoidable reality of their presence, pastoral practice is challenged by questioning its own pastoral care and liturgical practice.

Key words: *finality and death, process of mourning, inappropriate mourning, religious and alternative rituals of mourning, pastoral of mourners*

²⁶ Usp. Kathleen GARCES-FOLEY, *Death and religion in a changing world*, M. E. Sharpe, New York, 2006.