

O PLODOVIMA UPOTPUNJAVANJA I INTEGRACIJE PSIHOLOŠKOG I DUHOVNOG

ŠIMUN ŠITO ĆORIĆ

Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
Ivana Lučića 3
10000 Zagreb

Primljeno: 24. 1. 2002.
Izvorni znanstveni rad
UDK 159.9:2

Sažetak

Autor polazi od konstatacije da suvremena psihologija smatra nužnim uvažavati mogućnost integracije duhovnog i psihološkog. I psihologija i psihijatrija već od svojih početaka kao znanstvene discipline ističu važnost duhovnoga u čovjeku, a to posljednjih dvadeset godina prihvaća i biheviorizam. Psihologija, koja nastoji cjelovito pristupiti čovjeku, može religiji pomoći na području optimalnog prijenosa vrijednosti, na području savjetovanja, kod razlikovanja zdrave i patološke religioznosti, kod utvrđivanja autentičnosti mističnih i srodnih religijskih fenomena te poukom s obzirom na liderstvo i grupne djelatnosti. Duhovno pak pridonosi proširivanju područja znanstvene psihologije, otvorenijem školovanju psihologa, jasnijem razumijevanju kliničke problematike, psihičkih i ostalih bolesti, općem poboljšanju učinkovitosti i pristupačnosti psihologije i psihoterapije te proširivanju perspektiva. Za bolje razumijevanje odnosa psihološkog i duhovnog važan je i odnos transpersonalne psihoterapije i religioznog iskustva, te egzistencijalističke psihologije i terapije, kao i specifični doprinosi logoterapije, psihoterapije usmjerene na proces te hagioterapije.

Ključne riječi: psihologija, duhovnost, integracija psihološkog i duhovnog

*Trideset žbica ulazi u glavčinu,
ali praznina između njih stvara bit kotača;*

*Od gline nastaju lonci,
ali praznina u njima daje bit loncu.
Zidovi s prozorima i vratima tvore kuću,
ali praznina u njima pribavlja bit kuće.*

*Načelno:
materijalno krije upotrebljivost;
nematerijalno pribavlja suštinu.*

(G. Dürckheim/Laotse)

Određeno uvažavanje tematike o mogućnostima integracije duhovnog (ovdje shvaćenog kao fenomen religioznog iskustva u čovjeku) i psihološkog smatra se u suvremenoj psihologiji nužnim. Posebice se to može reći

za naše podneblje, gdje većina ljudi na ovaj ili onaj način drži do duhovne dimenzije, a znanstvena i primijenjena psihologija u nas tek počinju otvarati vrata integraciji psihološkog i duhovnog, što se na brojnim područjima suvremene psihologije, posebice u savjetovanju i psihoterapiji, danas smatra nezaobilaznim.

1. NA PUTU PREMA OPTIMALNOM UPOTPUNJAVANJU PSIHOLOŠKOG I DUHOVNOG

Interes za duhovne aspekte ljudske prirode i razvoja ima dugu i častnu povijest u

psihologiji i psihijatriji. Kao što smo već dosad na više mjesta vidjeli, sadržaj pojma duhovno, religiozno uključuje priznanje transcendentnog bića, snage ili realnosti veće od ljudske. To uključuje također pokušaj oblikovanja života (unutarnjeg i vanjskog) prema toj većoj sili (što ne mora uključivati pripadnost jednoj organiziranoj religiji).

»Self-reports« brojnih ljudi kroz stoljeća svjedoče da duhovni faktori utječu na emocije i ponašanje, društvenu prilagodbu, psihičko i fizičko zdravlje.

Od samog početka znanstvene psihologije, sve se više uviđa važnost duhovnog u čovjeku. Primjerice, William James posvetio je jedno od svojih glavnih djela fenomenu religioznog iskustva. Važne osobe u povijesti psihologije i psihijatrije izgradile su svoje vrijedne sustave i pod utjecajem religije ili sjemenišnog odgoja, kao Karl Rogers, Rollo May, Karl Menninger, Hobart Mowrer i neki drugi. Velika većina vodećih teoretičara i škola ličnosti u psihologiji priznaju centralnu važnost duhovnih aspekata u ljudskom razvoju, primjerice Carl G. Jung, Gordon Allport, Erik Erikson, Viktor E. Frankl, Lois Barclay Murphy, Lawrence Kohlberg, Erich Fromm, Abraham Maslow i brojni drugi, svaki na svoj način. Nije malo psihologa koji su svoje profesionalne karijere posvetili pastoralnom savjetovanju i puno utjecali na nj (Paul Pruyser, Howard Clinebell, Wayne Oates). Područje psihologije religioznosti sve se više proširuje i privlači sve više stručnjaka. Već prije više od dvadeset godina pokazala je široka popularnost knjiga S. Pecka¹ o toj tematici trajno javno zanimanje za plodove integracije u psihologiji na zajedničkim područjima.

Praktički, jedino je bihevizizam pod stroгим utjecajem vrijednosti J. B. Watsona i B. F. Skinnera bio u tome donedav-

no iznimka i ostao gotovo potpuno bez doprinosa svojih psihologa i psihijata na tom području. Područje pastoralnog savjetovanja bilo je oblikovano uglavnom psihoanalitičkim, humanističkim i egzistencijalnim psihološkim pristupima, pa donedavno nije bilo uopće tragova bihevizualne terapije u tekstovima za dušobrižničko savjetovanje.² Prije toga je P. Clement³ opisao čak aktivno neprijateljstvo u brojnim suvremenim psihološkim školskim programima prema religioznim vrijednostima i temama. S druge strane, teoretski i empirijski temelji psihologije religioznosti nisu donedavno posezali za izvorima bihevizualne psihologije.⁴

Međutim, u bihevizualnoj psihologiji stanje se promijenilo početkom 80-ih godina.⁵ Točnije, godine 1984. prvi je put na godišnjem simpoziju »Asocijacije za unapređenje bihevizualne terapije« (AABT) skupina psihologa bila zadužena da prezentira svoja mišljenja i istraživanja o integraciji duhovnih i bihevizualnih pristupa pri promjenama u ličnosti. Stručnjaci su se odazvali i bilo je to prvi put uopće da su bihevizualisti zajedno raspravljali o sljedećim temama: pitanju religioznosti u školovanju kliničkih bihevizualista, duhovnim aspektima boli i patnje, elementima podu-

¹ Usp. M. S. PECK, *People on the lie: The hope for healing human evil*, Simon & Suster, New York 1983.

² Usp. W. R. MILLER – K. A. JACKSON, *Practical psychology for pastors: Toward more effective counselling*, Prentice-Hall, Englewood Cliff, NY 1985.

³ Usp. P. CLEMENT, *Getting religion*, u: »APA Monitor« 9(1978)6, 2.

⁴ Usp. B. SPILKA – R. W. HOOD – R. L. GORSUCH, *The psychology of religion: An empirical approach*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NY 1985.

⁵ Usp. W. R. MILLER – J. E. MARTIN (ur.), *Behavior Therapy and Religion*, Sage Publ., Newbury Park 1988.

darnosti spiritualnosti i kognitivno-bihevioralne terapije i sl. Interes biheviorista bio je toliko velik da je odmah nakon toga, naravno i uz privolu samog Skinnera, pri AABT osnovan odjel pod nazivom »Posebna interesna skupina za duhovna i religijska pitanja u promjeni ponašanja«. Od tada se i u bihevioralnoj psihologiji povezao značajan broj stručnjaka koji pokušavaju tražiti najbolje odgovore na pitanje kako se duhovne i bihevioralne perspektive (u podučavanju, kliničkoj praksi, izobrazbi bihevioralnih terapeuta i sl.) mogu integrirati i kako jedna drugu mogu obogatiti.

1.1. Glavna područja međusobnog obogaćivanja

Načelno, **psihološko** (kao prvenstveni predmet psihologije) i **duhovno** (kao prvenstveni predmet religije), upozoravaju psiholozi, mogu se korisno upotpunjavati i integrirati, i to posebice:

- kad pokušavaju razumjeti čovjeka u tjeskobi i bolesti,
- u suočavanju s teškim životnim prilikama i nesrećama,
- u uspješnom suočavanju s teškim životnim prilikama,
- pri otkrivanju smisla čovjekova življenja i djelovanja,
- u pomoći pri čovjekovom nastojanju da ostvari sve svoje potencijale i razvije se u kompletnu ličnost,
- u postizanju općeg duševnog zadovoljstva i uspješnosti u životu, te
- u promjeni čovjekova ponašanja.

1.2. Pomoć psihološkog religioznom

Danas se općenito u psihologiji drži da u cjelovitom pristupu čovjeku, posebice čovjeku s problemima, nije moguće, ili gotovo da nije moguće, izostaviti duhovni

aspekt ličnosti. Očito, psihologija ima što dati religiji, a i religija psihologiji. Kad je riječ o onome što psihologija može dati religiji, onda navedimo barem četiri glavna područja.

1.2.1. Optimalan prijenos vrijednosti

Sve religije u svojoj biti manje-više sadrže poslanje prenošenja, to jest poučavanja i obdržavanja nedvojenih ljudskih vrijednosti. Sam taj proces ima svoje zakonitosti i u njem su vrlo važni primjereni načini tog prenošenja. Stoga, psihologija danas može rezultatima svojih istraživanja u tom procesu odgoja za vrednote značajno doprinijeti ispravnom i učinkovitom odnosu prema dimenzijama vjerskog razvoja kao i njegovom optimalnom usklađivanju sa sveukupnim (fizičkim, psihičkim, intelektualnim, emocionalnim i drugim) elementima ljudskog razvoja, potičući vjerske predvoditelje i ustanove na nezaobilazno uvažavanje specifičnosti svih razdoblja ljudskog života, od djetinjstva do starosti. Primjerice, tko želi uspješno poučavati djecu u vjeri, mora dobro poznavati i psihologiju djeteta.

1.2.2. Psihološko savjetovanje i psihoterapija

Bez dvojbe, brojne opće smetnje u duhovnom rastu čovjeka često su posebne teškoće kojih se osoba može riješiti uz pomoć psihologije, to jest najčešće pomoću psihološkog savjetovanja i psihoterapije. Duhovni čovjekov napredak zasigurno mogu kočiti ili spriječiti opsesije, fobije, depresija, problemi bijesa, neprimjereni osjećaji krivnje i srama, stres, nedostaci u međusobnim odnosima, ovisnosti u ponašanju, patnja, profesionalni defekti i bolesti i sl. Stoga je danas nezaobilazno da svećenici i ostali vjerski predvoditelji kojima ljudi dolaze sa svojim raznoraznim duševnim

problemima, posebice oni kojima vjernici dolaze s velikim povjerenjem na sakrament ispovijedi, budu poučeni o dimenzijama psihičkih opterećenja i bolesti, kao i o dometima psihološkog savjetovanja. Nužno je da vjerski službenik bude osposobljen vidjeti kad on može, a kad ne može pomoći čovjeku u nevolji, te da ga u potonjem slučaju znade uputiti dalje, na stručnu pomoć drugih struka.

1.2.3. Zdrava i patološka religioznost

Doprinos psihologije za pojedince vjernike i vjerske zajednice može biti u rasvjetljavanju zdravih dimenzija religioznosti u svagdašnjim prilikama i ponašanju, ali i u dijagnostičiranju, pa i liječenju devijantnih i patoloških oblika religioznosti, koje možemo susresti u samim religijskim sustavima, ali i iskusiti u ponašnjima pojedinih predvoditelja vjerskih zajednica, kao i u samih njezinih članova.

1.2.4. Autentičnost i dimenzije religijskih fenomena

Psihologijska istraživanja mogu pomoći religiji u utvrđivanju raznih dimenzija i autentičnosti mističnih pojava i srodnih religijskih fenomena, razlikujući ih znanstvenim argumentima od objašnjivih i normalnih, ali i od parapsiholoških i sličnih fenomena.

1.2.5. Načela zdravog liderstva i sudjelovanja u grupnim djelatnostima

Vjerski predvoditelji su već po svojoj službi voditelji brojnih zajednica i stalno po naravi svoga zvanja djeluju kroz grupne djelatnosti. Stoga je za uspješnost njihova poslanja nužno da se i oni »okoriste« barem glavnim psihološkim zakonitostima zdravog i uspješnog liderstva, te onim psi-

hološkim spoznajama koje značajno poboljšavaju, odnosno pogoršavaju međusobne komunikacije i odnose u grupnim djelatnostima.

1.3. Pomoć duhovnog psihološkom

Kad je riječ o mogućim doprinosima religije psihologiji, tj. o plodovima određene integracije duhovnog sa psihološkim, onda treba istaknuti ono što se obično u suvremenoj psihologiji ističe kao obogaćenje za psihologijsku praksu, posebice u psihološkom savjetovanju i psihoterapiji pri uvažavanju i pri integraciji duhovnog u psihološko.

1.3.1. Proširivanje psihološkog pristupa

Već je Lang⁶ obogatio terapijski pristup čovjeku u nevolji s otada najčešće korištenom trihotomijom kognitivnih, bihevioralnih i fizioloških aspekata problema. Dodavanje četvrte, duhovne dimenzije u čovjeku može samo značajno obogatiti mogućnosti psihologije da razumije, predvidi, modificira takve kompleksne fenomene kao što su, primjerice, alkoholizam, anksioznost ili depresija.

1.3.2. Proširivanje područja znanstvene psihologije

Uvažavanje, istraživanje i uključivanje duhovnih i religioznih pitanja u krilu znanstvene psihologije, nužno proširuje i njezine vidike i preispituje dosadašnje njezine pretpostavke. To je zasigurno obogaćujuće i za »duhovne« fenomene, i za samu psihologiju, i za potrebnu razinu njenih istraživanja.

⁶ Usp. P. LANG, *The mechanics of desensitization and laboratory study of human fear*, u: C. M. FRANKS (ur.), *Behavior Therapy: Appraisal and status*, McGraw-Hill, New York 1969.

1.3.3. Otvorenije školovanje psihologa

Afirmacija »duhovnog ponašanja« kao legitimne forme ljudskog izražavanja i iskustva potaknut će još bolje školovanje psihologa i na tom polju, što znači da će on biti još kompletniji u svojoj stručnosti. Istraživanja prije dvadesetak godina pokazala su da oko 50% američkih psihologa i psihoterapeuta bihevioralnog usmjerenja »ističu svoju vjeru u Boga«, kao i oko 90% njihovih klijenata.⁷ Stoga se danas nevažavanje i neintegriranje duhovnih aspekata smatra »većim deficitom« u školovanju psihologa.

1.3.4. Pomoć religioznim i nereligioznim psiholozima u dodiru s kliničkom problematikom

Veća otvorenost u školovanju pripremit će također stručnije savjetnike i psihoterapeute za rad s većinom vlastitih klijenata, za koje njihova vjera ima važno, ako ne i središnje, mjesto u svagdašnjici. Odatle proizlazi posebna zadaća za religiozne psihologe: kako svoju duhovnu dimenziju koristiti u svom zvanju na korist i svoju i svojih klijenata? Jednako kao i ona za nereligiozne psihologe: kako religioznost svojih klijenata koristiti za psihoterapeutske ciljeve, to jest da im se bolje pomogne? Utješno je što velik broj psihoterapeuta u psihoterapiju uključuje takve duhovne dimenzije, a sve više znanstvenih institucija školuje psihoterapeute i za tu zadaću.

1.3.5. Ne samo psihičke bolesti

Za liječenje psihičkih poremećaja i bolesti psihologija i psihijatrija imaju svoje metode i svoje lijekove. I kad od toga izliječe klijenta ili mu ublaže tegobe, u njemu i nakon toga može ostati bolestan duh, to jest nezdravo i zlo (u religijama se obično

kaže – *grješno*) ponašanje koje se najčešće očituje: kad su ljudi srditi, ljubomorni, sebični, lijeni, oholi, kad kleveću i lažu, kad preziru druge, kad ih izrabljuju, kad nanose štetu, mrze itd. Religioznost klijenta može se »aktivirati« i ona može pripomoći da se čovjeka izliječi barem od akutnih takvih opterećenja i zala.

1.3.6. Poboljšanje efektivnosti i pristupačnosti psihologije i psihoterapije

Više istraživanja je pokazalo⁸ da su duhovno orijentirani klijenti značajno stalniji u svom napretku ako je on dodatno motiviran i povezan s njihovim centralnim vrijednostima i vjerom.

1.3.7. Proširivanje perspektiva

Kako je već napomenuto, sve govori u prilog činjenici da sinteza psihološkog i duhovnog dovodi do dodatnih koncepata i metoda u psihologiji. To se posebice ističe kad su u pitanju brojna područja ljudskog iskustva koja kod velikog broja ljudi već sama po sebi uključuju duhovne aspekte i dimenzije. Jedna od njih svakako je »tamna strana ljudskog postojanja«, tj. opće pitanje patnje (koja nadilazi granice samo fizičke boli) i suočenja sa smrću, posebice svojih najdražih i sa svojom vlastitom. Jer ne radi se samo o otkrivanju snage i hrabrosti da se promijene stvari koje se mogu promijeniti, već i o »milosti« da se s vedrinom mogu prihvaćati stvari koje se ne mogu promijeniti.

⁷ Usp. A. E. BERGIN, *Psychotherapy and religious values*, u: »Journal of Consulting and Clinical Psychology« 48(1980) 95-105.

⁸ Usp. R. PROBST, *The comparative efficacy of religion and nonreligious imagery for the treatment of mild depression in religious individuals*, u: »Cognitive Therapy and Research« 4(1980) 167-179.

2. TRANSPERSONALNA PSIHOTERAPIJA I RELIGIOZNO ISKUSTVO

Već dugo vremena u psihologiji nailazimo na nenametljivo područje koje možemo nazvati transpersonalnom psihologijom i psihoterapijom. Pod transpersonalnom psihologijom razumijeva se ono područje psihologije koje se posvećuje bitnome u unutarnjem životu pojedinca i njegovoj zajednici kao i njihovom međusobnom odnosu, te pritom neizostavno uključuje duhovne i religiozne dimenzije čovjeka, a da se nužno ne vežu za jednu religijsku formu. U tako orijentiranim psihoterapeutskim sustavima uglavnom se koriste i povezuju terapijski elementi humanističke psihologije, poticaji iz istočnjačke stare mudrosti i oni iz kršćanske mistike. Vidljivo je da se iz njih kontinuirano razvija nov pogled na ljudsku psihu, koji ne tabuizira duhovne čovjekove potrebe, već se obogaćuje nepatvorenim religioznim iskustvom čovjeka i ugrađuje ga u praktičnu terapijsku primjenu u ljudskom životu upravo kroz metode i pristupe transpersonalne terapije.

2.1. Primjeri transpersonalne psihoterapije

Ovdje želimo tek informativno i za ilustraciju upozoriti na neke od najvažnijih transpersonalnih terapijskih sustava, koji se s nizom sličnih širom svijeta u svojim pojedinačnim orijentacijama primjenjuju u psihološkom savjetovanju i psihoterapiji. Prvenstveno mislimo na logoterapiju, psihosintezu, egzistencijalističku psihoterapiju i terapiju usmjerenu na proces.

2.1.1. Terapeutska psihosinteza

To je psihoterapija koja prvenstveno »inzistira« na novoj nadgradnji ličnosti, na-

kon što analitičkim pristupom korigira obrambene mehanizme i druge otpore. Već na njezinom samom početku Freud ju je smatrao suvišnom, jer je mislio da psihosinteza u čovjeka nastupa sama od sebe kad se on oslobodi neurotskih konflikata, no C. G. Jung i bliski mu autori (kao A. Maeder, P. Tournier, H. Trueb i dr.) naglašavali su njezinu praktičnost i potrebu. U njezinoj praksi danas⁹ ne pristupa se klijentu i psihičkoj bolesti toliko preko njenih uzroka koliko preko terapijskih poticaja prema novim mogućnostima rasta i sebenalaženja. Ona u načelu povezuje znanstvene spoznaje psihologije i nedvojbene mudrosti vjerskih tradicija svih vremena i kultura.

Na temelju cjelovite slike svijeta (čovjekov duh i tijelo su samo dio »univerzalnog bitka«), psihosinteza se koristi udruženim modelom razvojne psihologije i terapije, koji sasvim prirodno vodi prema jedinstvu i harmoniji individualnog ja s njegovim transcendentalnim, vječnim temeljom. Stoga u čovjeku urođena čežnja za transcendentijom, kao i za duhovnim stanjima vlastitog identiteta i svijesti, vrijedi kao dio individualnog rasta, pa njegovo sprječavanje dovodi do egzistencijalnih patnja, koje terapija ne smije zaobići. Tako se u psihosintezi gleda na psihičke poremećaje kao na posljedicu smetnji za vrijeme razvoja i usklađivanja ličnosti prema toj svojoj vječnoj transcendentalnoj cjelini.

Za razliku od psihoanalize, psihosinteza gleda drukčije na ljudski razvoj kao i na koncepte nesvjesnog, identiteta i psihopatologije. Prema R. Assaglioliju, tri su razi-

⁹ Usp. L. BOGGIO GILOT, *Therapeutische Psychosynthese mit transpersonalen Orientierung nach R. Assaglioli und K. Wilber*, u: E. ZUNDEL – P. LOOMANS (ur.), *Psychotherapie und religiöse Erfahrung*, Herder, Freiburg 1994.

ne nesvjesnog u čovjeku: donja, koja sadrži prošlo i potisnuto, srednja, sa sadržajima koji su bliski svijesti, te gornja, koja sadrži intuitivne i spiritualne mogućnosti. Razvoj osobnog identiteta ovisi o integraciji nesvjesnih sadržaja, a posebice je za čovjekovo duševno zdravlje nužna integracija i rast sadržaja intuitivnih i spiritualnih mogućnosti.

2.1.2. Egzistencijalistička psihologija i terapija

Egzistencijalistička psihologija se temelji na filozofiji egzistencijalizma (K. Jaspers, M. Heidegger, J. P. Sartre i dr.) držeći da se čovjekova egzistencija sastoji prvenstveno od njegova doživljavanja. Prema tom shvaćanju, zadatak je psihologije da klasificira i analizira sadržaje čovjekve svijesti, čuvstva, težnje itd. bez obzira na vanjsku uvjetovanost tih doživljaja.

Egzistencijalna terapija (osnovali su je L. Biswanger i M. Boss) temelji se na takvom pristupu. Ona nema unificirane tehnike, već psihoterapeutu ostavlja mogućnost da različitim tehnikama analizira odnose pojedinca prema drugim ljudima, okolini i samome sebi. Glavni joj je cilj da klijent analizom vlastitog postojanja promijeni nabolje svoj sustav vrijednosti i pronade smisao života i svog životnog djelovanja. Pri tome se često oslanja na transcendentalnu, duhovnu čovjekovu dimenziju. Trajni proces postajanja (postajući nešto više ili bolje nego što je čovjek momentalno) važan je u ljudskom razvoju. Kako se čovjeku egzistencija mijenja, tako uvijek nadolaze mogućnosti da se postane nešto više i bolje. Osoba koja odbija postajati, ostat će statična. S psihijatrijskog gledišta, ljudi koji razvijaju neurotske ili psihotičke tendencije, odbili su rasti ili postajati. U tom procesu odnos prema transcen-

denciji je neizostavan, a nužan odnos prema njoj se ponekad zgodno naziva »otvorenost za tajnu«.

2.1.3. Logoterapija

Uz ono što je već spomenuto o učenju V. Frankla, osnivača logoterapije, ovdje dodajmo samo nekoliko pojedinosti. Logoterapija je oblik psihoterapije, koji je u isto vrijeme rezultat prijednog puta od psihoterapije do logoterapije i od klasične psihoanalize do egzistencijalne analize. G. W. Allport je naziva jednim od smjerova što ih u SAD obuhvaćaju oznakom »existential psychiatry«. U njoj terapeut svojom metodom, oblikovanom od elemenata dinamičke psihologije, egzistencijalizma i biheviorizma, nastoji pomoći pojedincu da osmisli svoj život, ispunjava svoje životne zadaće, prihvati sebe i svoje postojanje kao dio opće cjeline. Ona nezaobilazno uključuje transcendenciju, tj. vječnog Naredbodavca koji stoji iza svega, pa i iza tajanstvenih pojmova smisla, ljudskih zadaća, kao i iza prostora i vremena. Logoterapijski pojam »volje za smislom« podrazumijeva činjenicu da čovjek u svom životu u biti teži pronalazenju odnosno ispunjenju smisla. U toj vrsti psihoterapije prvenstveno se traži onaj motivirajući sadržaj duše koji bi bolesniku osmislio nastojanje prema dobru i cjelovitu životu. Metoda logoterapije mobilizira antagonističke psihospoznajne snage u čovjeku protiv neurotskih simptoma, tj. ona pokušava probuditi specifične ljudske sposobnosti, osloboditi osobu od neurotskih simptoma, ispuniti životnu prazninu neurotika i posvijestiti mu spektar njegovih konkretnih pozitivnih mogućnosti. Prema autorovim riječima »nijedna psihoterapija ne smije više za se zahtijevati isključivost«, jer »kakvu god psihoterapiju odabrali, ona je jednadž-

ba s dvije nepoznanice utoliko što se ne može ostvariti ako se ne računa i s jednodokratnošću i jedinstvenošću pacijenta i s jednokratnošću i jedinstvenošću liječnika.¹⁰

2.1.4. Psihoterapija usmjerena na proces

To je jedna od najmlađih transpersonalnih psihoterapija i jedna od onih koje se, naravno, na psihologijskim temeljima ne nadahnjuju kao većina drugih na kršćanskim filozofsko-duhovnim sadržajima. Upravo kao takvu je ovdje, za ilustraciju svih mogućih traganja za ljudskim duševnim boljitkom, za doprinosom rastu i sreći čovjeka, spominjemo. Tako kako ju je zasnovao njen osnivač A. Mindel¹¹, ona u sebi sadrži stalno razvijajući pristup ljudskom iskustvu. To je zapravo pokušaj, nadahnut davnom i još uvijek aktualnom istočnjačkom filozofijom *taoizma* (*tao*: put ili načelo sveopćeg zbivanja), da se u svom življenju i djelovanju uvijek ostane na valovima one rijeke izmiješane od prirodnog kretanja i ljudske svijesti i nesvijesti, što je Konfucijev učenik Lao Tse tajanstveno i mistično prikazao u svom djelu *Tao Te King*. Ljudi su u svim kulturama uvijek imali osjećaj da postoji određeno iskustvo koje ne ovisi o njihovoj volji, a njegovi korijeni su najčešće pripisivani sveznajućem i svemoćnom božanstvu. Obično se misli da je to ono što je C. G. Jung formulirao kao *kolektivno nesvjesno*. U biti ove terapije sadržan je cilj taoizma: postizanje sklada i mira sa svime što postoji, uključujući čovjeka, prirodu i tajanstvenost transcendentalnog svijeta. Za to ostvarenje potreban je čin spoznaje o sebi i svijetu oko sebe, te čin hrabrosti da bi se čovjek oslobodio od strasti, pretjeranih briga i svekolikih tjeskoba, te da bi tako došao do smirenja. U biti dok čovjek ne posvijesti to svoje kolektivno nesvjesno, njegov sadržaj će imati autonomi-

ju, koja je jača od čovjekove volje. Uz to, čovjek neizbježno dospijeva u dilemu: ili mora žrtvovati dio svog identiteta da bi plivao s općom strujom okoline i svijeta, ili mora svoje držanje tako ojačati da bi mogao sačuvati svoj vlastiti red stvari, makar često uz velike žrtve i potrošak energije. A kad su u pitanju ugrožavajuća i patološka iskustva u čovjeku, treba reći da ona imaju nešto zajedničko: ona su izazov za identitet pojedinca, međusobne odnose ili grupu, jer na njih djeluju razarajuće. A upravo se takvim datostima u čovjeku bavi psihoterapija usmjerena na proces.

2.1.5. Hagioterapija

Dobar primjer jedne, možda, posebne vrste transpersonalne psihoterapije, koja je nastala u nas u Hrvatskoj, svakako je hagioterapija. Koliko se god u njezinoj praksi pojam terapije ne uzima u običajenom smislu liječenja, mislimo da je kao posebnu zanimljivost i svojevrsni *novum* ovdje valja spomenuti.

Nju je utemeljio i razvio prof. dr. Tomislav Ivančić s Katoličkog bogoslovnog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.¹² To je metoda pomoći u patnjama čovjekove duhovne dimenzije, oštećene neprimjerenim osjećajem krivnje i srama, ljubomorom, zavišću, ohološću, mržnjom, raznim lošim navikama..., općenito svim onim što se u religijskom rječniku zove grijehom.

Prvi korak u hagioterapiji je znanstveno proučavanje strukture »duhovne duše«,

¹⁰ V. E. FRANKL, *Liječnik i duša. Temelji logoterapije i egzistencijalne analize*, Kršćanska sadašnjost, Zagreb 1993, str. 10.

¹¹ Usp. A. MINDEL, *Der Leib und die Träume. Prozessorientierte Psychologie in der Praxis*, Paderborn 1987.

¹² Usp. T. IVANČIĆ, *Hagioterapija i pastoral Crkve*, Teovizija, Zagreb 1996; *isti*, *Korijeni hagioterapije, ondje 1997; isti*, *Ovisnost i sloboda, ondje 2000.*

odnosno antropološka pneumatologija. Drugi korak je otkrivanje ranjenosti i bolesti u njoj, a treći predstavlja proces dijagnosticiranja te »duhovne boli«. U četvrtom je vrijeme za primjenu različitih »terapija«, koje se dijele na kognitivne, aksiološke i milosne (haris terapija).

Hagioterapija je nastala 90-ih godina 20. stoljeća znanstvenim i terapijskim radom u Centru za duhovnu pomoć u Zagrebu. Do danas slični centri postoje i uspješno djeluju u gotovo svim hrvatskim gradovima, te u desetak europskih država. Za rad u hagioterapiji traži se određeni teološki studij, iskusna osobna duhovnost terapeuta i specifično školovanje iz područja hagioterapije.

3. ZAKLJUČNA NAPOMENA

Suvremena praksa i znanstvena istraživanja nedvojbeno pokazuju da psihologija

kao znanost i religija kao određeno osobno osvjedočenje i određeni stil života i ponašanja (koji stoje u odnosu s Nadnaravnim) na mnogo područja mogu zajednički uspješnije postizati ciljeve i psihologije i religije, a posebice onda kad pokušavaju pomoći i razumjeti čovjeka u tjeskobi i bolesti, u suočavanju s teškim životnim prilikama i nesrećama, pri otkrivanju smisla življenja i djelovanja, pri nastojanju da realizira sve svoje potencijale i razvije se u kompletnu ličnost, u postizanju općeg životnog zadovoljstva i uspješnosti, te u promjeni ponašanja. Stoga su psiholozi i vjerski predvoditelji, upravo u interesu čovjeka čijim potrebama stoje na raspolaganju, ali i radi uspješnosti vlastitog djelovanja, pozvani da čine sve što je u njihovoj moći da bi do toga praktičnog upotpunjavanja psihološkog i duhovnog dolazilo na najbolji način.