

UDK 177.72:159.9:27-18

Primljeno: 24. 3. 2016.

Prihvaćeno: 26. 9. 2016.

Prethodno priopćenje

EMPATIJA, SUOSJEĆANJE I MILOSRĐE: PSIHOLOŠKE I TEOLOŠKE PERSPEKTIVE

Davor VUKOVIĆ

Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku
Petra Preradovića 17, p.p. 54, 31 400 Đakovo
dav.vuk@gmail.com

Josip BOŠNJAKOVIĆ

Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku
Petra Preradovića 17, p.p. 54, 31 400 Đakovo
Hrvatsko katoličko sveučilište
Ilica 242, 10 000 Zagreb
jobosnjakovic@gmail.com

Sažetak

Empatija i suosjećanje pripadaju središnjim temama suvremene psihologije i psihoterapije, dok je milosrđe jedan od središnjih biblijskih pojmova, no i aktualna stvarnost u suvremenom teološkom govoru. U ovom radu, stoga, želimo obraditi te značajne i aktualne stvarnosti. Cilj rada je prikazati bitne oznake empatije i suosjećanja iz psihološke perspektive, odnosno milosrđa iz biblijsko-teološkog vida te ukazati na komplementarnosti, ali i posebnosti tih triju stvarnosti. U prvom poglavlju obrađuju se pojmovna pojašnjenja u kojima se analizira značenje empatije i suosjećanja s jedne strane, te milosrđa s druge strane. U drugom poglavlju analizira se pitanje izvorišta empatije i milosrđa. S obzirom na empatiju dolazimo do zaključka da je njezino izvorište neurološke, iskustvene i interpersonalne naravi. Izvorište milosrđa je prije svega u Bogu, no i čovjek je, u perspektivi kršćanske vjere, također sposoban za milosrđe. U posljednjem poglavlju obrađuju se empatija, suosjećanje i samo-suosjećanje, odnosno milosrđe u svojem bitno interpersonalnom i relacijskom vidu. Za mogućnost kvalitetnog empatijskog i suosjećajnog odnosa prema drugom, preduvjet je stabilan odnos prema samom sebi. Milosrđe se također ostvaruje u odnosu prema drugomu i usko je vezano uz ljubav prema drugomu, ali i uz ljubav prema Bogu i prema samom sebi.

Ključne riječi: empatija, suosjećanje, milosrđe, ljubav, osoba, integracija, relacija.

Uvod

Milosrđe je jedan od središnjih biblijskih pojmova, no i aktualna stvarnost u suvremenom teološkom govoru te tema kojoj se predviđa temeljni značaj i u budućnosti.¹ Empatija i suosjećanje, pak, pripadaju središnjim temama suvremene psihologije i psihoterapije.²

Već je po sebi znakovito da te stvarnosti dobivaju na novoj aktualnosti u suvremenom dobu koje je ispunjeno raznim strahotama te iskustvom zla, stradanja i patnje. Kao odgovor na iskustva zla i iskustva ljudske patnje u kršćanskom ambijentu iznova se aktualizira tema milosrđa, dok se u opće ljudskom ambijentu očituje sve snažniji val suosjećanja i empatije. Cilj ovoga rada jest analizirati te tri stvarnosti, odnosno ukazati na specifičnost biblijsko-kršćanskog poimanja milosrđa, s jedne, te psihološkog poimanja empatije i suosjećanja, s druge strane. U prvom dijelu rada analizirat ćemo značenje pojmova empatije, suosjećanja i milosrđa. U drugom dijelu obradit ćemo pitanje izvorišta empatije i milosrđa. U trećem dijelu rada analizirat ćemo empatiju, suosjećanje, samo-suosjećanje i milosrđe u njihovom bitnom interpersonalnom i relacijskom vidu. Na koncu ćemo donijeti zaključne misli, ukazujući na sličnosti i razlike, ali i bitnu komplementarnost između empatije, suosjećanja i milosrđa.

1. Pojmovna pojašnjenja

U prvom dijelu rada donijet ćemo osnovna pojmovna pojašnjenja. Pritom ćemo prvo prikazati osnovna značenja pojmova empatije i suosjećanja iz psihološke perspektive, a onda ćemo ukazati na temeljna značenja milosrđa iz biblijsko-teološke perspektive.

1.1. *Empatija i suosjećanje*

Empatija iz psihološke perspektive predstavlja proces ulaženja u stanje, osjećaje i situaciju druge osobe, odnosno sposobnost staviti se u položaj drugoga i razumjeti svijet drugoga. Pojam empatije bi tako mogli prevesti kao u-osjećanje, odnosno kao u-življavanje. Koncept podrazumijeva da empatična osoba uranja u svijet drugoga, razumijeva drugu osobu iz njezine perspektive, no

¹ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, Zagreb, 2015., 21.

² Usp. Frans B. M. de WAAL, *Putting the Altruism Back into Altruism: The Evolution of Empathy*, u: *Annual Review of Psychology*, 59 (2008.), 279–300.

istodobno ostaje objektivna, svjesna svojih promišljanja, osjećaja, motivacije, odnosno vlastita identiteta.³

Theodor Lipps, u Njemačkoj potkraj XIX. stoljeća, uvodi u psihologiju i psihijatriju pojam *Einfühlung* koji je tada bio prepoznat kao novi psihički fenomen, dok je taj isti pojam Edward B. Tichner preveo engleskom riječju *empathy*, nastalom od starogrčke složenice ἐμπάθεια (ἐν – u i πάθος – osjećaj, patnja). Riječju *Einfühlung* označavala se percepcija emocionalnih gesta kod druge osobe što je poticalo iste osjećaje kod promatrača, ali bez ikakvog interveniranja s obzirom na te emocije.⁴ Povijesno gledajući, češće se koristila riječ »suosjećanje« da bi se označilo ono što danas podrazumijevamo pod riječju empatija.

Preston i de Waal⁵ u suglasju s Hoffmanom⁶ definiraju empatiju kao svaki proces u kojem percepcija stanja jednog objekta stvara i rađa ono stanje u subjektu koje se više odnosi na stanje ili situaciju objekta nego na vlastito stanje ili situaciju subjekta. Ono što je značajno primijetiti jest da se empatija definira kao proces budući da u sebi uključuje kognitivne, emotivne, bihevioralne i motivacijske elemente. Drugi će jednostavnije definirati empatiju i reći kako je empatija doživljavanje onoga što druga osoba doživljava budući da se s njom nešto događa.⁷ Treći pak će reći kako je empatija pozitivna ljudska interakcija, unutarnji i vanjski odnos koji osoba razvija s drugom osobom ili grupom.⁸

Kod empatije načelno razlikujemo dvije dimenzije: kognitivnu i afektivnu. Empatija je kognitivna svjesnost o unutarnjim stanjima druge osobe, tj. o njezinim mislima, osjećajima, opažanjima i namjerama. Drugim riječima, kognitivna dimenzija uključuje razumijevanje unutarnjih stanja, tj. misli i osjećaja drugoga. Afektivna dimenzija empatije uključuje pak emotivnu reakciju koja u sebi sadržava iste ili slične osjećaje osobe koju razumijevamo, ali isto tako sadržava i vlastitu emotivnu reakciju i osjećaje. Empatija je, drugim riječima, posredovana emotivna reakcija na drugu osobu. To znači da kada je jedna osoba empatična prema drugoj, tada ona razumijeva svijet onako kako ga i sama

³ Usp. Zoja PISK, Empatija, u: Dragica KOZARIĆ-KOVAČIĆ – Tanja FRANČIŠKOVIĆ, *Psihoterapijski pravci*, Zagreb, 2014., 144.

⁴ Usp. Lauren WISPE, The distinction between sympathy and empathy: To call forth a concept, a word is needed, u: *Journal of Personality & Social Psychology*, 50 (1986.) 2, 314–321.

⁵ Usp. Stephanie D. PRESTON – Frans B. M. de WAAL, Empathy: Its ultimate and proximate bases, u: *Behavioral and Brain Sciences*, 25 (2002.) 1, 1–20.

⁶ Martin L. HOFFMAN, *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*, Cambridge, 2000.

⁷ Joshua D. WONDRA – Phoebe C. ELLSWORTH, An Appraisal Theory of Empathy and Other Vicarious Emotional Experiences, u: *Psychological Review*, 122 (2015.) 3, 411.

⁸ Paul SHRIER – Cahleen SHRIER, Empathy: Mirror neurons, Pauline Theology, and the meaning of care, u: *Journal of Pastoral Theology*, 18 (2008.) 1, 25–43.

osoba razumijeva te u isto vrijeme empatizirajuća osoba emotivno reagira na sebi svojstven način. Empatizirajuća osoba može doživljavati i razumijevati osjećaje one osobe s kojom komunicira, no pritom ona može i sama emotivno reagirati vlastitim osjećajima na proces razumijevanja drugoga.⁹

Čovjek je, dakle, empatijsko biće, koje po naravi može empatijski pristupiti drugim osobama te se uživljavati u tuđu situaciju i stanje. U tom smislu, potrebno je razlikovati empatiju od simpatije, jer se termin simpatija u hrvatskom jeziku upotrebljava u smislu subjektivne naklonosti prema drugome, odnosno za drugu osobu, no ne znači da pritom onaj koji simpatizira nužno zadržava svoju objektivnost. Empatija, dakle, nije što i simpatija.¹⁰ Mi možemo razumjeti misli, osjećaje i stajalište druge osobe bez osjećaja simpatije za tu osobu. Vrijedi i obrnuto: netko može osjećati simpatiju za drugu osobu bez dubljeg razumijevanja njezina subjektivnog realiteta, iako empatija može pridonijeti kvalitetnijem odnosu između osoba koje se međusobno simpatiziraju.¹¹

Suosjećanje pak označuje aktivno sudjelovanje u situaciji drugoga, odnosno označuje stanje ganuća pred situacijom patnje druge osobe te spremnost djelovati i pomoći. Suosjećanje ne znači doživljavanje istih osjećaja i doživljaja koje ima druga osoba, nego određeni vid supatnje zbog nevolje ili patnje u kojoj se druga osoba našla.¹² Suosjećanje tako označava svojevrsnu aktivnu dimenziju empatije, to jest suosjećajna osoba će potaknuta doživljavanjem situacije druge osobe nastojati i sama unijeti neku promjenu prema boljitku kod te osobe. Frans B. M. de Waal će suosjećanje definirati kao afektivni odgovor koji se sastoji od osjećaja brige i pažnje zbog neprilike druge osobe, dakle, nije samo dijeljenje istih osjećaja.¹³

Roxanne Rashedi i neki drugi istraživači definiraju suosjećanje kao dirnutost, odnosno ganutost patnjom druge osobe, koje je praćeno željom da se pomogne toj osobi te da je suosjećanje, kao i empatija, naravna sposobnost

⁹ Značajan doprinos empatijskom odnosu prema klijentu u psihoterapiji dali su preteče humanističke psihologije kao npr. Carlo Rogers i Robert Carkuff. Usp. Carl R. ROGERS, *On Becoming a Person*, New York, 1995.; Robert CARKUFF, *L'arte di ascoltare*, Trento, 1987.

¹⁰ Nužno je također naglasiti kako se u engleskom jeziku riječ *sympathy* prevodi sa »simpatija, naklonost«, ali i »suosjećanje«, dok u hrvatskom rječniku jasno razlučujemo »simpatiju« od »suosjećanja« i pridajemo drukčija značenja.

¹¹ Usp. Zoja PISK, *Empatija*, 144.

¹² Usp. Rand J. GRUEN – Gerald MENDELSON, Emotional Responses to Affective Displays in Others: The Distinction Between Empathy and Sympathy, u: *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (1986.) 3, 609.

¹³ Usp. Frans B. M. de WAAL, Putting the Altruism Back into Altruism: The Evolution of Empathy, 293.

čovjeka koja se može razvijati.¹⁴ Suosjećanje počinje onog trenutka kada se primjećuje patnju druge osobe te kada ta patnja potiče na moguću akciju. Vidimo kako je suosjećanje često vezano uz neku tešku situaciju drugih osoba, dok kada govorimo o empatiji tada ne uključujemo to razlikovanje. Suosjećanje je dakle više okrenuto patnji druge osobe, suosjećanju druge osoba koja je u određenoj potrebi, dok je empatija proces koji pomaže uživjeti se u situaciju druge osobe bez obzira kakva ta situacija bila, radosna, patnička, dobra ili loša. Gledajući s evolucijske pozicije, suosjećanje nije nesebična emocija, nego ima i učinkovite posljedice na osobu.¹⁵ Promatramo li evoluciju kao proces preživljavanja onih vrsta koje su se uspjele bolje prilagoditi okolini i naučiti strategije kako bi preživjele, tada na tom tragu tvrdimo da je suosjećanje sposobnost koja omogućuje preživljavanje te je u tom smislu i jedna »egoistična« sposobnost. Evolucijska su istraživanja građena na principu kako se sve u prirodnoj selekciji može temeljiti na posljedicama ponašanja, a ne na motivaciji koja stoji iza toga. To znači kako postoji samo jedna logična polazišna točka za evolucijska objašnjenja: »Počinješ s učincima ponašanja na onoga tko djeluje kao i na primatelja određenog ponašanja; suočavaš se s problemom unutarnje motivacije, što je sekundarni problem [...] Ako počinješ razmišljati o motivaciji, tada na samom početku odustaješ od evolucijske analize.«¹⁶ Robert Trivers stoga naglašava kako treba početi od samog ponašanja i učinka ponašanja na osobu/životinju koja izvodi ponašanje kao i na osobu/životinju koja »prima« to ponašanje. Također i Martin L. Hoffman tvrdi kako ljudska bića moraju biti biološki osposobljena na učinkovite odgovore u mnogim društvenim situacijama bez velikog uplitanja kognitivnih procesa, među koje ubrajamo i motivaciju.¹⁷

Potrebno je također ukazati na razliku između empatije i suosjećanja. Empatija u psihološkom kontekstu označuje sposobnost uživljavanja u situaciju druge osobe, odnosno sposobnost staviti se u položaj drugoga i razumjeti/razumijevati svijet drugoga, ostajući pritom svjestan vlastita identiteta, ali pritom, kao što je već istaknuto, doživljavajući u sebi ono što doživljava i osoba s kojom je empatična.

Svakako valja naglasiti da su i empatija i suosjećanje odgovor subjekta na situaciju objekta s kojim je u određenom odnosu, odgovor koji ima različiti-

¹⁴ Usp. Roxanne RASHEDI – Thomas G. PLANTE – Erin S. CALLISTER, Compassion Development in Higher Education, u: *Journal of Psychology & Theology*, 43 (2015.) 2, 131–139. Usp. Isto, 132.

¹⁶ Usp. Robert L. TRIVERS, *Natural Selection and Social Theory*, Oxford, 2002., 6.

¹⁷ Usp. Martin L. HOFFMAN, Perspectives on the difference between understanding people and understanding things: the role of affect, u: John H. FLAVELL – Lee ROSS (ur.), *Social Cognitive Development*, Cambridge, 1981., 67–81.

te naglaske kako kod empatije tako i kod suosjećanja. Nije nam ovdje nakana vrednovati što je bolje ili uzvišenije, nego radije opisati kvalitete jedne i druge stvarnosti, poštujući autonomiju tih dvaju procesa.

Razlikujući nadalje empatiju od suosjećanja, želimo naglasiti kako su razvojni psiholozi otkrili da su mala djeca suosjećajna i prije nego što shvate da postoje odvojeno od drugih ljudi. Prve mogućnosti empatijskog doživljavanja su pak moguće onda kod djece kada se počinju prepoznavati u ogledalu.¹⁸ To nas upućuje prema činjenici da je odrastao čovjek sposobniji za empatiju od djeteta, dok je suosjećanje ganuće prema drugom koje je neovisno o dobi, naravno isključujući pritom sasvim malenu djecu.

1.2. Milosrđe u biblijskoj perspektivi

Milosrđe u biblijsko-teološkom vidu povezujemo s Bogom i s njegovom povišnom objavom. Milosrđe je, prije svega, Božja odlika i svojstvo u odnosu prema ljudima. Pojmovi koji izriču milosrđe u Starom zavjetu su hebrejski izrazi bogati značenjima, među kojima izdvajamo osobito riječi: *hesed* i *rahamim*.

Riječ *hesed* označava savez između osoba, ali i vjernost sklopljenom savezu, kao i vjernost samom sebi.¹⁹ Primijenjen na Boga, taj izraz označuje savez koji je Bog sklopio s izraelskim narodom u povijesti spasenja. Bog je vjeran savezu, ali je vjeran i samom sebi. *Hesed* nadalje označuje i duboku unutarnju težnju za dobrom te nezasluzenu naklonost, srdačnost, dobrohotnost, a onda i Božju milost i milosrđe.²⁰ U tim značenjima *hesed* otkriva čvrst temelj Božjeg milosrđa: ono nije puki odjek nagonske dobrote, koja se može prevariti ili nestati; nije ni prolazna ganutost naspram drugoga, već je svjesna, željena dobrota i trajan stav. *Hesed* je odaziv na unutarnju obvezu te očituje značajke vjernosti sebi samome i odgovornosti za vlastitu ljubav i dobrotu.²¹ *Hesed* je izraz unutarnje Božje obveze, u koju ulazi slobodno i milostivo, prema samomu sebi i prema narodu koji je izabrao. *Hesed*, dakle, nadilazi puku ganutost i žalost zbog čovjekove nevolje te predstavlja trajno i djelatno Božje okretanje čovjeku.²²

¹⁸ Usp. Doris BISCHOF-KÖHLER, Über den Zusammenhang von Empathie und der Fähigkeit sich im Spiegel zu erkennen, u: *Schweizerische Zeitschrift für Psychologie*, 47 (1988.), 147–159.

¹⁹ Usp. Milosrđe, u: Xavier LÉON-DUFOUR (ur.), *Rječnik biblijske teologije*, Zagreb, 1993., 536.

²⁰ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 63.

²¹ Usp. Milosrđe, u: Xavier LÉON-DUFOUR (ur.), *Rječnik biblijske teologije*, 536–537.

²² Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 63–64; Adalbert REBIĆ, *Središnje teme Staroga zavjeta*, Zagreb, 1996., 172.

U Starom zavjetu susrećemo također i pojam *hasid*, u značenju milosrdan, koji se odnosi jednako i na Božje i na ljudsko milosrđe prema ljudima. Navedeni pojam ne znači samo osjećaj ili emociju nego uvijek potiče na konkretno djelovanje. Pojam *hasid* označava i nutarnji motiv čovjekova i Božjega djelovanja.²³

Za govor o milosrđu, Stari zavjet se koristi i izrazom *rahamim*. Ta riječ dolazi od hebrejskog *rehem* što znači majčina utroba, ali označava i općenito ljudsku utrobu, koja je u Starom zavjetu i u Novom zavjetu smatrana sjedištem osjećaja.²⁴ U tom vidu, pojam *rahamim* označuje majčinsku ljubav i privrženost. Iz najdublje i najizvornije veze, štoviše iz jedinstva što povezuje majku s djetetom, proistječe osobit odnos s njime, sasvim osobita ljubav. Za tu se ljubav može reći da je potpuno darovana, ona nije plod nikakve zasluge; majčinska ljubav je čisti dar koji ne poznaje granice. Na psihološkoj razini, *rahamim* rađa čitav niz čuvstava, među kojima su dobrota i nježnost, strpljivost i razumijevanje te spremnost na praštanje. Stari zavjet Bogu pridaje upravo te značajke kada govori o njemu služeći se izrazom *rahamim*: to je ljubav vjerna i nesavladiva zbog čudesne snage majčinstva.²⁵ Božje milosrđe je snažno i duboko kao ljubav majke prema djetetu; štoviše, ono ide i onkraj majčinske ljubavi.

Imenica *rahamim* označava i osjećaj smilovanja, a izvorno i mjesto iz kojeg dolazi taj osjećaj. Ona izražava privrženost jednoga bića drugome, osjećaj nježnosti, sućuti, a može značiti i praštanje koje proizlazi upravo iz toga osjećaja.²⁶

Navedeni hebrejski izrazi označuju stvarnost milosrđa koja se prije svega odnosi na Boga i na njegov odnos prema izabranom narodu. Bog se objavljuje kao milosrdni i suosjećajni Bog: on osjeća za čovjeka dubinom majčinske utrobe (*rehem*), on ljubi snagom majčinske ljubavi (*rahamim*), ali i snagom očinske obvezujuće vjernosti i odgovornosti prema svojoj ljubavi (*hesed*).²⁷

Možemo zaključiti da je milosrđe utkano u Božju objavu od samih njezinih početaka, odnosno da je Bog u sebi milosrdan i da se kao takav od početka očituje. Milosrđe, dakle, predstavlja ponajprije Božju odliku i svojstvo koje se očituje kao obvezujuća vjernost, ljubav, dobrota te kao nježna ganutljivost, praštanje i naklonost prema izabranom narodu.

²³ Usp. Božo LUJIĆ, Bog biblijske objave – istovremeno i milosrdan i pravedan, u: *Vjesnik Đakovačko-osječke nadbiskupije i Srijemske biskupije*, 144 (2016.) 1, 10.

²⁴ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 62.

²⁵ Usp. IVAN PAVAO II., *Dives in misericordia – Bogat milosrđem. Enciklika o Božjem milosrđu* (30. XI. 1980.), Zagreb, 1981., br. 4 (dalje: DM).

²⁶ Usp. Božo LUJIĆ, Bog biblijske objave – istovremeno i milosrdan i pravedan, 10.

²⁷ Usp. Davor VUKOVIĆ, Milosrđe u biblijsko-teološkoj perspektivi, u: *Vjesnik Đakovačko-osječke nadbiskupije i Srijemske biskupije*, 144 (2016.) 1, 16.

U Novom zavjetu Božje milosrđe nadilazi granice izabranog naroda te u Isusu Kristu dobiva univerzalno značenje: proteže se na sve ljude te, u konačnici, na čitavu stvorenu stvarnost. Isus iz Nazareta svojim riječima, svojim djelima i cijelom svojom osobom, objavljuje Božje milosrđe, odnosno milosrdnog Oca. Kako navodi papa Franjo u prvim riječima bule najave Jubileja milosrđa: »Lice milosrđa nebeskoga Oca je Isus Krist. Otajstvo kršćanske vjere kao da je sažeto u tim riječima. Milosrđe je postalo živo, vidljivo i dosegnulo svoj vrhunac u Isusu iz Nazareta.«²⁸

Izraz za milosrđe u Novom zavjetu prepoznajemo osobito u grčkom glagolu *splanhnízomai*, koji znači suosjećati, sažaliti se, biti potresen do dna utrobe, a dolazi od imenice *splanhna*, koja označava, kao i hebrejski izraz *rehem*, utrobu.²⁹ Taj pojam često susrećemo u evanđeljima primijenjen na Isusov odnos prema ljudima, osobito prema bijednima, grešnima, siromašnima, isključenima, bolesnima, onima koji trpe, prema kojima Isus iskazuje suosjećanje, ganutost, sažaljenje.³⁰ Dakle, milosrđe i u Novom zavjetu ostaje prije svega Božja odlika, no Isus jasno ukazuje na mogućnost i obvezu milosrđa svojim učenicima kada stavlja pred njih primjer milosrdnog Samarijanca te kada ih izričito poziva na milosrđe po uzoru na nebeskog Oca.

Latinska riječ *misericordia* također u svojem izvornom smislu označava bit milosrđa: imati svoje srce (*cor*) kod bijednika (*miseri*), odnosno imati srce za bijedne i nevoljne.³¹

Osobitost novozavjetnog milosrđa je u tome što ono nije tek u Isusovim riječima i djelima, nego u čitavoj njegovoj osobi. Isus iz Nazareta je, kako ističe papa Ivan Pavao II. u *Dives in misericordia*, utjelovljeno i uosobljeno Božje milosrđe (usp. DM 2). Neslućenu dimenziju Božje milosrđe zadobiva upravo u događaju utjelovljenja, a onda i u događaju križa i smrti Isusa Krista, u kojem Božje suosjećanje i sažaljenje, smilovanje i supatnja s čovjekom dolazi do punine i vrhunca.

Na koncu ovog poglavlja možemo zaključiti da već na pojmovnoj razini uočavamo sličnosti između milosrđa, empatije i suosjećanja. Značenja svih triju riječi uključuju odnos prema drugome, osjećanje i ganuće pred drugim, osobito, kao što je riječ u slučaju milosrđa i suosjećanja, pred onim koji je u

²⁸ FRANJO, *Misericordiae vultus – Lice milosrđa. Bula najave Izvanrednog jubileja milosrđa* (11. IV. 2015.), Zagreb, 2015., br. 1 (dalje: MV).

²⁹ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 62; Ivica RAGUŽ, *Milosrđe*, Đakovo, 2016., 73.

³⁰ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 90.

³¹ Usp. *Isto*, 36.

nevolji i patnji. Komplementarnost uočavamo i u spremnosti djelovati i aktivno sudjelovati u patnji drugoga kako bismo pomogli. U teološkom vidu, međutim, upoznajemo milosrđe, prije svega kao Božje svojstvo i Božji način odnosa prema ljudima, osobito prema bijednima i grešnima. Bog iz svojeg milosrđa uspostavlja odnose s ljudima, ali očekuje i da ljudi na toj osnovi Božjeg milosrđa zasnivaju svoje međusobne odnose.³² Dok se empatija i suosjećanje, iz psihološkog kuta, odnose na čovjeka i međuljudske odnose, milosrđe se iz teološkog kuta odnosi, prije svega, na Boga i njegov odnos prema ljudima, iz kojega proizlazi zadaća i mogućnost milosrđa u našim odnosima.

2. Pretpostavke empatije i milosrđa

U drugom dijelu rada govorit ćemo o pretpostavkama empatije i milosrđa, analizirajući procese koji omogućuju ljudskom biću da bude empatično i milosrdno. Pretpostavke empatije jesu neurološke, iskustvene i interpersonalne (društvene) naravi. Mozak je svojevrstni »društveni organ«, koji ima svoju biološku mrežu živčanog sustava, no istodobno se razvija i u odnosu s drugima, napose u odnosu s bitnim osobama našeg života, kao što su roditelji, skrbnici ili netko drugi. Svaki roditelj pridonosi formiranju mozga u razvoju vlastita djeteta. Pretpostavka pak milosrđa jest prije svega u Bogu. Iz susreta s Bogom kršćanske objave, odnosno iz iskustva Božjeg milosrđa rađa se kršćanska sposobnost za milosrđe.

2.1. Neurološko ishodište empatije

Pođimo od neurološkog ishodišta empatije. Empatija, naime, svoj primaran izvor i središte ima u mozgu, odnosno u složenoj neurološkoj strukturi čovjeka. Sredinom devedesetih godina prošlog stoljeća talijanski istraživači su otkrili postojanje »zrcalnih neurona«, to jest onih neurona koji se aktiviraju kada jedna osoba razumijeva drugu, što je bilo značajno otkriće.³³ U našem mozgu

³² Usp. Božo LUJČIĆ, Bog biblijske objave – istovremeno i milosrdan i pravedan, 12.

³³ Sredinom devedesetih godina (1992.) grupa talijanskih neuroznanstvenika posvetila se studiju premotornog i parietalnog područja moždane kore majmuna. Koristili su se ugrađenim elektrodama u mozgu majmuna kako bi mogli pratiti aktivnost pojedinih neurona te kada je majmun jeo lješnjak, određena je elektroda bilježila aktivnost neurona. To nije bilo nikakvo iznenađenje, to su i očekivali. No, ono što je uslijedilo promijenilo je tijek razumijevanja ljudskog mozga. Kada je majmun zastao i samo promatrao jednog istraživača koji je jeo lješnjak, isti onaj neuron se aktivirao. Još je više iznenadilo kada su istraživači otkrili da se to događalo samo onda kada su promatrana ponašanja bila usmjerena prema nekom cilju. Na neki način moždani krugovi koje su otkrili akti-

na temelju određenog iskustva aktiviraju se određeni neuroni, tj. živčane stanice. Promatranje emotivnih stanja druge osobe aktivira dijelove neuronske mreže koja je uključena u procesiranje istih onih stanja koje doživljava druga osoba, bilo da je riječ o radosti, užitku, ali i o patnji ili boli. Drugim riječima, zrcalni neuroni postižu učinak da sami realno osjećamo određenu bol ili pak radost onda kada promatramo bol ili radost drugoga, kao da su ta osjećanja pogodila nas same; u nama se zapravo zrcali stanje drugoga. Što se više ponavlja određeno iskustvo, u našem slučaju empatijsko razumijevanje, tim se više aktiviraju živčane stanice i određeni dijelovi mozga koji prate takav empatijski odnos među ljudima.

Stoga možemo reći da će se kod osobe koja doživljava empatičnost drugih osoba aktivirati više neurona predviđenih za takav oblik komunikacije, nego kod osoba koje odrastaju u kontekstu prosuđivanja, moralnog vrednovanja, nerazumijevanja, kritiziranja.³⁴ Način na koji usmjeravamo našu pažnju oblikuje strukturu mozga. Iz te pretpostavke zaključujemo da kada pristupamo drugim osobama na empatičan, suosjećajan način, ili pak kada drugi nama tako pristupaju, tada se i oblik usmjeravanja pažnje mijenja. To konkretno znači kada smo sposobni slušati drugu osobu na aktivan način tako da našu pažnju usmjeravamo prema njoj, tada se i percepcija nje same mijenja, ali ne samo na psihološkoj, nego također i na biološkoj razini.

Neuroznanstvenici potvrđuju ideju da razvijanje refleksivnih sposobnosti aktivira upravo živčane stanice koje stvaraju otpornost i blagostanje,³⁵ a koje su u temelju empatije i suosjećanja. Kada jedna osoba razumijeva drugu

virali su se samo u pokretima s nakanom. Od tada, sistem zrcalnih neurona prepoznat je kod ljudi te se smatra temeljem empatije. Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, Milano, 2010., 72. Postoje i mišljenja koja su oprezna kada se govori o zrcalnim neuronima: »Moramo naglasiti da posredan dokaz o njihovom postojanju kod ljudi nije dovoljan. Ne samo da moramo biti oprezni i naglašavati tu činjenicu da zrcalni neuroni kod ljudi nisu potvrđeni, već samo pretpostavljamo njihovo postojanje. Moramo se suzdržati od generaliziranja čak i ako u budućnosti dokažemo postojanje zrcalnih neurona. Generaliziranje, mašta i nedovoljno poznavanje materije nas može odvesti u smjeru da su zrcalni neuroni odgovorni za, npr., empatiju te da psihopate i zločinci nemaju ili imaju manji broj zrcalnih neurona u odnosu na nekog, npr., humanitarca koji bi ih, prema toj hipotezi i logici, trebao imati značajno više. Takve generalizacije su neopravdane i vrlo simplificirane. Takve hipoteze teško da možemo potvrditi imajući u vidu jedinu činjenicu koju bez imalo sumnje možemo iznijeti, a to je da je ljudski mozak i ljudski um još uvijek misteriozan u mnogim svojim aspektima, neuhvatljiv i nedovoljno istražen«, Maida KOSO-DRLJEVIĆ, Zrcalni neuroni – definicija, funkcija i povezanost s empatijom, u: *Sophos*, 7 (2014.), 238.

³⁴ Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, 7.

³⁵ Usp. Daphne M. DAVIS – Jeffrey A. HAYES, What Are the Benefits of Mindfulness? A Practice Review of Psychotherapy-Related Research, u: *Psychotherapy*, 48 (2011.) 2, 198–208.

osobu, pristupajući joj na empatičan način, a pritom reflektira o tom iskustvu, uživljavajući se u situaciju druge osobe, ostajući pritom svjesna same sebe, u ljudskom mozgu se aktiviraju oni neuroni koji su povezani s blagostanjem.³⁶ Time se izravno povezuje proces empatijskog razumijevanja i pristupanja drugima s aktiviranjem rada živčanih stanica, što je primarno ishodište empatije.

2.2. Interpersonalno ishodište empatije

Mozak je središnji fizički organ u čovjekovu tijelu, no istodobno se razvija i u odnosu s drugima, napose u odnosu s važnim osobama našeg života, na taj način što komunikacija i odnosi s drugim živim bićima utječu na oblikovanje mreže neurona, odnosno na prenošenje živčanih impulsa. Stoga nakon neurološkog ishodišta empatije idemo prema interpersonalnome. Istaknuli smo već kako svaki roditelj, ili neka druga važna osoba, pridonosi oblikovanju mozga u razvoju vlastita djeteta od samog rođenja, pa i dok je dijete u utrobi majke. Onaj roditelj koji pokazuje razumijevanje i koji je empatičan prema djetetu, pruža djetetu mogućnost zdravog razvoja kao i mogućnost zdravog samonadilaženja.³⁷

Dijete, odnosno osoba koja doživljava razumijevanje i koja je doživjela iskustvo empatičnosti ima veće predispozicije za zdravu stabilnost, samorazumijevanje, samonadilaženje, ali i za suosjećanje i velikodušnu ljubav, jer se ne boji »napustiti sebe«, »zaboraviti sebe«³⁸, izdići se »iznad sebe« i usmjeriti drugome, upravo jer je stabilna i »pri-sebna«, jer ima pozitivan odnos prema samoj sebi. Ona osoba koja je prema sebi mrzovoljna, imat će više poteškoća u razumijevanju drugih jer nije u dobronamjernom kontaktu sama sa sobom.

³⁶ Usp. Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, 4–5; Daphne M. DAVIS – Jeffrey A. HAYES, What Are the Benefits of Mindfulness? A Practice Review of Psychotherapy-Related Research, 201.

³⁷ O sposobnosti samonadilaženja i pronalaženja smisla u životu govorio je i pisao psihijatar Viktor E. Frankl. Pod pojmom samonadilaženje (*Selbsttranszendenz*) Frankl podrazumijeva temeljnu antropološku datost, a to znači da je ljudsko biće okrenuto u svojoj egzistenciji prema nekome ili nečemu što je izvan njega, prema drugoj osobi ili prema smislu koji će ostvariti. Samo u tolikoj mjeri koliko uspije nadići i nadilaziti samoga sebe on se ostvaruje: u mjeri u kojoj se daruje zbog neke stvari ili zbog neke osobe koju ljubi. Drugim riječima, čovjek je uistinu čovjek tek onda kada stavlja svoj život na kocku bespridržajnog darivanja nekoj stvari, nekom projektu, nekoj osobi. Osoba postaje svoja kada se projicira izvan sebe te čineći to, na svojevrsan način, zaboravlja sebe. Usp. Viktor E. FRANKL, *Logoterapia e analisi esistenziale*, Eugenio Fizzotti (ur.), Brescia, 1953., 187. Upravo samonadilaženje koje se ostvaruje pomoću empatije, suosjećanja i milosrđa pokazuje koliko su te sposobnosti međusobno usklađene.

³⁸ Usp. Viktor E. FRANKL, *Logoterapia e analisi esistenziale*, 187.

Stoga razvijanje sposobnosti samo-razumijevanja ne shvaćamo kao proces koji vodi individualizmu i egoističnom pogledu na svijet, nego kao zdravi preduvjet koji nam omogućuje kretati se u ispravnom smjeru.

Empatija jest sposobnost koja ima svoju neurološku bazu, no kako će se razvijati ovisi o društvenom faktoru u kojem se dijete, odnosno osoba nalazi i razvija. U tom društvenom faktoru roditelji, ili neka druga bitna figura, imaju povlašteno mjesto. Društveni odnosi, kao i igra, napose u prvim godinama života, utječu na zdrav razvoj mozga.³⁹ U tom smislu, uz neurološki temelj, za razvoj empatije je ključno i interpersonalno ishodište.

2.3. Neuroplastičnost mozga kao pretpostavka permanentnom oblikovanju empatije

U ovom kontekstu je bitno, uz neurološki i društveni izvor, spomenuti i neuroplastičnost mozga kao pretpostavku permanentnom oblikovanju i razvoju empatije. Čovjekov je mozak obdaren mogućnošću neuroplastičnosti, što znači da se mozak pod utjecajem doživljenih iskustava tijekom cijelog života mijenja i oblikuje.⁴⁰ Preko novih i ponovljenih iskustava svaki pojedinac je osposobljen za promjenu živčanih mreža u mozgu kako bi stvorio nova iskustva, misli, ponašanja te osjeća je u odnosu na prijašnja sjećanja i vjerovanja.⁴¹

Čovjek se rađa s određenim biološkim predispozicijama, no isto tako od samog rođenja, na temelju iskustva s roditeljima ili drugim važnim osobama svojeg života uči kako se odnositi prema sebi ili pak prema drugima. U našem mozgu se na temelju određenog iskustva aktiviraju određeni neuroni, tj. živčane stanice. Što se više ponavlja određeno iskustvo, tim se više aktiviraju te živčane stanice i određeni dijelovi mozga. Stoga možemo reći da će se kod osoba koje doživljavaju empatičnost drugih osoba, i u odrasloj dobi, više aktivirati i razvijati živčane stanice predviđene za takav oblik komunikacije, nego kod osoba koje se kreću u kontekstu prosuđivanja, moralnog vrednovanja, nerazumijevanja. Tijekom cijelog života moguće je razvijati empatijsku sposobnost, učiti nove mogućnosti odnosa, upravo zahvaljujući sposobnosti mozga da se mijenja i oblikuje, aktivirajući i stvarajući nove putove živčanih impulsa. S novim iskustvima stvaraju se i nove poveznice među živčanim stanicama. Isto tako, kada na specifičan način usmjeravamo našu pažnju i mijenjamo je od

³⁹ Usp. Naomi WHEELER – Dalena D. TAYLOR, Integrating Interpersonal Neurobiology With Play Therapy, u: *International Journal of Play Therapy*, 25 (2016.) 1, 24.

⁴⁰ Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, 7.

⁴¹ Usp. Naomi WHEELER – Dalena D. TAYLOR, Integrating Interpersonal Neurobiology With Play Therapy, 27.

one ustaljene prema novoj, stvaramo oblike povezivanja živčanih stanica koji omogućuju da se povezuju ona područja našeg mozga koja su prije bila odvojena.⁴² Tijekom cijelog života stvaraju se nove poveznice neurona koji nam uz perspektivu novih mogućih odnosa omogućuju također i osjećaj vitalnosti i blagostanja.⁴³ Drugim riječima, zahvaljujući neuroplastičnosti mozga, odnosno sposobnosti stvaranja novih putova neurona, moguće je tijekom cijelog života učiti i oblikovati nove, empatične odnose i komunikaciju s drugima. Ishodište empatije, stoga, može imati poticaj i u odrasloj dobi.

2.4. Izvorište milosrđa

Izvorište milosrđa jest prije svega u Bogu i u Božjem milosrdnom odnosu prema ljudima. Još u starozavjetnoj objavi susrećemo milosrdnog Boga, dok je u Novom zavjetu Isus Krist punina i vrhunac Božje objave. On je utjelovljeno i uosobljeno milosrđe (usp. DM 2). U tom smislu govorimo o božanskom izvoru milosrđa. Iz toga božanskog izvora rađa se i ljudska – kršćanska i vjernička – sposobnost za milosrđe.

Milosrđe je naime dar, a iz vjerničkog iskustva toga božanskog dara rađa se unutarnji zahtjev za činjenjem milosrđa, koji je praćen Kristovim pozivom na nasljedovanje: »Budite milosrdni kao što je Otac vaš milosrdan« (Lk 6,36). Ili, kako susrećemo kod sv. Pavla: »Budite jedni drugima dobrotivi, milosrdni; praštajte jedni drugima kao što i Bog u Kristu nama oprost. Budite dakle nasljedovatelji Božji kao djeca ljubljena i hodite u ljubavi kao što je i Krist ljubio vas i sebe predao za nas kao prinos i žrtvu Bogu na ugodan miris« (Ef 4,32 – 5,2). Za Novi zavjet je temeljan motiv *imitatio Dei*, nasljedovanja Boga i njegova djelovanja u Isusu Kristu.⁴⁴ Božje djelovanje u Isusu Kristu, koji je milosrdan, suosjećajan i oprašta, jest motiv i uzor kršćaninova djelovanja. Drugim riječima, tu nije posrijedi čisto humanističko obrazloženje, nego izričito kristološko obrazloženje i motivacija kršćanskog milosrđa.⁴⁵ Kršćansko milosrđe, dakle, ne možemo svesti na opći humanizam niti ga tumačiti kao neka-

⁴² Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, 53; Daphne M. DAVIS – Jeffrey A. HAYES, What Are the Benefits of Mindfulness? A Practice Review of Psychotherapy-Related Research, 201.

⁴³ Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, 18–19.

⁴⁴ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 171–173; Ivica RAGUŽ, *Milosrđe*, 8–10; Davor VUKOVIĆ, *Milosrđe u biblijsko-teološkoj perspektivi*, 21.

⁴⁵ Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 174–175.

kav njegov produžetak ili nadopunu. Ono ima svoj vlastiti i specifični teološki sadržaj i motivaciju.

Kršćanin je pozvan nasljedovati Božje milosrđe te ga primjenjivati u odnosu prema drugima. Izvorište kršćanskog milosrđa pritom pretpostavlja ljudsku, antropološko-psihološku strukturu, odnosno sposobnost suosjećanja i empatije. Kao što milost pretpostavlja narav (*gratia supponit naturam*), milosrđe pretpostavlja empatiju.⁴⁶ Iz teološkog kuta govoreći, milosrđe se nadovezuje na sposobnost suosjećanja i empatije te ih obogaćuje i oplemenjuje svojim specifičnim teološkim sadržajem. Drugim riječima, milosrđe se nadovezuje na opće ljudsko suosjećanje i ganuće pred situacijom drugoga, tj. pretpostavlja antropološko-psihološku mogućnost empatije i suosjećanja, no ono ima i svoju teološku posebnost ukoliko se tiče Boga i Božjeg odnosa prema ljudima.

S obzirom na izvorište milosrđa i empatije, možemo uočiti važnu komplementarnost. Kao što se suosjećanje i empatija formiraju u odnosima s drugima (roditelji-djeca, osobe međusobno); kao što iskustvo suosjećanja koje sam iskusio u susretu s drugim mene oblikuje; kao što na iskustvo suosjećanja i ja postajem sposoban za suosjećanje, tako se i u iskustvu Božjeg milosrđa prema nama oblikuje i utemeljuje sposobnost za milosrđe. Iskustvo i dar Božjeg milosrđa rađaju u nama uzdarje i poziv na takav milosrdni odnos jednih prema drugima.

Kao što empatija ima genetsku strukturu i predispozicije te se oblikuje u relacijama, tako i milosrđe nastaje iz relacije. Ono se nadovezuje na opće ljudsku sposobnost empatije i suosjećanja, pretpostavlja narav te se oblikuje u relacijama i u iskustvima milosrđa. Iz iskustva milosrđa Božjega, unutar perspektive kršćanske vjere, kršćanin postaje sposoban za milosrđe te je pozvan na milosrdnu ljubav prema drugima. Kršćansko je milosrđe, međutim, specifično, jer je to sudjelovanje Božje milosti u čovjeku vjerniku te snaga i dimenzija vjere koja postaje važan faktor i pokretač milosrđa. Kršćansko milosrđe, dakle, nije samo ljudski nego i Božji čin, ukoliko je, kao i čin vjere, potpomognuto milošću Božjom i Duhom Svetim. Nadalje, iz iskustva kršćanske vjere rađa se jedinstvena posebnost te nečuvjena novost kršćanstva: ljubav i milosrđe prema neprijatelju. Nasljedujući milosrdnog Isusa iz Nazareta te nošen i motiviran

⁴⁶ Kada tvrdimo da milosrđe pretpostavlja empatiju, nipošto ne želimo reći da milosrđe ovisi o empatiji, niti da je uvjetovano čovjekovom sposobnošću za empatiju. Milosrđe je, naime, božanskog podrijetla i nije uvjetovano čovjekovom psihološkom strukturom i mogućnostima. Ipak, upravo na tragu aksioma prema kojem milost uvijek pretpostavlja narav, možemo ustvrditi da je empatija prethodnica i pretpostavka za milosrđe koje predstavlja jedinstveni dar gratuitne Božje dobrohotnosti.

iskustvom kršćanske vjere, Kristov učenik je pozvan ići i onkraj ljudskih empatijskih sposobnosti te se milosrdno odnositi čak i prema neprijatelju, prema onomu koji mi čini zlo.

Ljubav prema bližnjemu, kakvu Isus naviješta i na kakvu poziva, postaje moguća u perspektivi iskustva ljubavi Božje prema nama. Ljubav i milosrđe prema bližnjemu, prema onomu tko treba moju pomoć i ja mu mogu pomoći, pa u konačnici i prema neprijatelju, postaje moguća samo na temelju iskustva Božje ljubavi i milosrđa, na temelju dubokog susreta s Bogom, susreta koji uključuje i osjećaje, ali i volju i razum, čitavog čovjeka.⁴⁷

Kršćansko milosrđe, dakle, kao i ljubav, ima temelj u Bogu i u iskustvu Božjeg milosrđa, odnosno u Božjem milosrdnom odnosu prema ljudima. Milosrđe pretpostavlja antropološko-psihološku sposobnost suosjećanja, ali se na nju nadovezuje specifičnim teološkim sadržajem. Milosrđe je stoga bitno teološki i kristološki obojeno; ono proizlazi iz samog Boga, te iz kršćanskog iskustva Božjeg milosrđa, odnosno iz iskustva kršćanske vjere.

3. Empatija, suosjećanje i milosrđe – relacijski i personalni vid

U ovom dijelu rada zaustavit ćemo se na milosrđu te empatiji i suosjećanju u perspektivi odnosa među osobama. Naime, i kod empatije i kod suosjećanja, kao i kod milosrđa, riječ je o bitno interpersonalnom odnosu.

3.1. *Prisebnost i odnos s drugima*

Već smo spomenuli da empatija i suosjećanje imaju važan interpersonalni vid, odnosno da se oblikuju i ostvaruju u međuljudskim odnosima. Korijeni empatije i suosjećanja mogu se tako pratiti sve od najranijeg djetinjstva.⁴⁸ Oni su nužno relacijske naravi jer o empatiji i suosjećanju govorimo kada smo s drugima u odnosu i to odnosu koji dobiva na kvaliteti ukoliko empatija i suosjećanje dolaze do izražaja. Biti empatičan i suosjećati znači razumijevati drugu osobu iz njezine perspektive, ostajući pritom trajno svjestan svojih promišljanja, osjećaja i motivacije prema djelovanju. Pritom valja podsjetiti, kako smo već spomenuli, da suosjećanje uključuje također konkretnu brigu i pažnju prema osobi koja je u nekoj neprilici ili nevolji.

⁴⁷ Usp. BENEDIKT XVI., *Deus caritas est – Bog je ljubav. Enciklika o kršćanskoj ljubavi* (25. XII. 2005.), Zagreb, 2006., br. 17–18.

⁴⁸ Usp. Lauren WISPÉ, *The distinction between sympathy and empathy: To call forth a concept, a word is needed*, 314–321.

Za empatiju je važna otvorenost drugome, ali i ostajanje pri sebi. U hrvatskom rječniku uvriježena je sintagma »biti priseban«, kojom označavamo onu osobu koja je uravnotežena i s kojom možemo ostvariti suvislu i smislenu komunikaciju. Osoba koja je prisebna osjeća se integriranom, cjelovitom. Ona je svjesna sama sebe, i upravo tada je sposobna odnositi se prema drugima.

Govoreći o empatiji i o suosjećajnosti, nužno nam se čini kako prisebnost također uključuje ljubav i razumijevanje prema samome sebi. Zdrava prisebnost uključuje razumijevanje samog sebe te je uvjet mogućnosti odnosa s drugima i razumijevanja drugoga. Stoga i prije nego što ulazimo u komunikaciju s drugima potrebno je biti kod sebe, u kontaktu sa samim sobom, tj. pri sebi. Upravo ta sigurnost da smo u dobronamjernom kontaktu sa samim sobom omogućuje također, i u komunikaciji s drugom osobom, da ona ulazi u dodir sa sobom. Svjesnost samih sebe, empatija koja uključuje kognitivne i afektivne elemente te suosjećanje jesu područja ljudskih sposobnosti koja su temeljna za uspješan život. Nije riječ, međutim, o bilo kakvoj svjesnosti, nego o dobronamjernoj svjesnosti. Integrirana osoba pomaže drugoj osobi biti u dodiru sa sobom.⁴⁹

3.2. *Samo-suosjećanje kao proces empatijskog razumijevanja samih sebe*

Različiti su načini na koje se možemo odnositi prema sebi i drugima. Budući da se u teološkoj perspektivi uz ljubav prema bližnjemu naglašava i ljubav prema sebi, smatramo bitnim progovoriti i o sposobnosti samo-suosjećanja (*self-compassion*), pojmu o kojem se kod nas još rijetko govori, no koji se pojavljuje u psihološkim promišljanjima na Zapadu. Pojam je s Istoka (budizam) u zapadno društvo implementirala Neff,⁵⁰ a odnosi se na strategiju prilagođavanja i konstruktivnog procesuiranja boli i patnje, na poseban način slabosti, pogrešaka, ili pak drugih negativnih informacija koje se odnose na sebe (*self*).⁵¹ Prilagoditi se okolini u kojoj se čovjek nalazi jedan je od kriterija funkcionalnog psihičkog suočavanja s izazovima svakodnevice.⁵² Samo-suosjećanje pri-

⁴⁹ Usp. Naomi WHEELER – Dalena D. TAYLOR, *Integrating Interpersonal Neurobiology With Play Therapy*, 27–32.

⁵⁰ Usp. Kristin NEFF, *Selbstmitgefühl. Wie wir uns mit unseren Schwächen versöhnen und uns selbst der beste Freund werden*, Pößneck, 2012.

⁵¹ Usp. Kaitlyn E. BRODAR – Laura B. CROSSKEY – Robert J. THOMPSON, *The relationship of Self-Compassion with Perfectionistic Self-Presentation, Perceived Forgiveness, and Perceived Social Support in an Undergraduate Christian Community*, u: *Journal of Psychology & Theology*, 43 (2015.) 4, 231.

⁵² Usp. Opći kriteriji za poremećaje ličnosti, u: *Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje*, V, Jastrebarsko, 2014., 761.

donosi lakšoj prilagodbi jer osoba u tim situacijama pokazuje razumijevanje prema sebi. Konstruktivno procesuiranje boli i patnje znači da osoba bol i patnju ugrađuje i ucjepljuje u cjelokupni životni tijek, ne obezvrjeđujući pritom vlastito iskustvo, nego ga vrednuje te patnji i boli pridaje neki smisao.

Samo-suosjećanje je u negativnoj korelaciji s tjeskobom, depresivnošću, nestabilnim samo-poštovanjem, sramom i ljutnjom, dok je u pozitivnoj korelaciji sa srećom, blagostanjem te adaptivnim *coping*-strategijama, odnosno prilagodbom. Samo-suosjećanje je u pozitivnoj korelaciji s iskustvom sreće te, načelno govoreći, pridonosi psihičkom blagostanju osobe, ali i omogućuje stabilan iskorak prema drugom i uspostavu kvalitetnog odnosa s drugim.⁵³

Značajno je da se samo-suosjećanje ne povezuje sa sebičnom okrenutošću prema sebi, sa samo-sažaljevanjem, apsorpcijom, povlačenjem u samoga sebe, odnosno s onim procesima koji ne dopuštaju kvalitetan odnos s drugima, nego povećavaju patnju osobe. Samo-suosjećanje pobuđuje zdravlje i blagostanje te pomaže osobama kako bi pronašle nadu i smisao u životu. Osobe koje razvijaju sposobnost samo-suosjećanja spremne su preuzimati odgovornost za vlastite pogreške.⁵⁴ Na tragu rečenoga, možemo reći da samo-suosjećanje sadrži u sebi elemente empatijskog razumijevanja samih sebe, koje onda pozitivno usmjeruje naše osjećanje i djelovanje.

Dok je samo-suosjećanje usmjereno samome sebi, osobito vlastitoj boli, patnji, ili pak slabostima i manama, suosjećanje je bitno usmjereno drugoj osobi koja pati, s konkretnim nastojanjem da joj se pomogne. Suosjećanje počinje onog trenutka kada se primjećuje patnju druge osobe te kada ta patnja potiče na moguću akciju. Osoba koja suosjeća okrenuta je afektivnoj akciji u odnosu prema drugima te se, generalno govoreći, sastoji od idućih komponenata: a) svijest o patnji druge osobe, odnosno percepcija stvarnosti i psihološkog stanja druge osobe; b) osjećaj srdačnosti, ljubaznosti; c) želja za ublažavanjem patnje; d) konkretno djelovanje kako bi se ublažilo patnju. Suosjećanje zahtijeva stabilnost i integriranost suosjećajne osobe koja se suočava s patnjom drugoga.

3.3. Integracija

U kontekstu govora o empatijskom i suosjećajnom odnosu s drugima, želimo kratko zastati i na temi integracije. Pod integracijom podrazumijevamo

⁵³ Usp. Kaitlyn E. BRODAR – Laura B. CROSSKEY – Robert J. THOMPSON, The relationship of Self-Compassion with Perfectionistic Self-Presentation, Perceived Forgiveness, and Perceived Social Support in an Undergraduate Christian Community, 232.

⁵⁴ Usp. Isto, 231–232.

stanje u kojem je osoba sposobna biti zadovoljna sobom, ovdje i sada, s vlastitim karakteristikama, sposobnostima, kvalitetama, manama te nema potrebu pobjeći »od sebe«. Integrirana osoba prihvaća samu sebe, a upravo empatija i suosjećanje jesu pretpostavke koje osobi u procesu integracije mogu pomoći. Suprotnost vlastitoj integriranosti jest konfuzno stanje osobe, stalna i teška rastresenost. Nerazumijevanje, kao suprotan proces empatiji i suosjećanju, ne vodi integraciji osobe, nego upravo njezinu razjedinjavanju.

Držimo bitnim napomenuti kako etimološko značenje riječi *diabolos* (grč. διάβολος) govori o onome koji razbacuje, razjedinjuje, ne sabire, nego rasipa. Osuđena, prezrena, odbačena osoba osjeća se razjedinjena, rastresena, ima poteškoću biti sa sobom ovdje i sada, najradije bi pobjegla od svoje situacije, pa i od same sebe. Ona se ne susreće s nekim tko je u njezinu stanju može razumjeti, što dovodi do potrebe bijega od same sebe. Takvo stanje zna često biti uzrokom povlačenja u sebe i početkom raznih poroka. S druge strane upravo ona osoba koja doživljava razumijevanje i ljubav ima sposobnost ponovnog ujedinjavanja vlastite osobnosti, ili jednom riječju osjeća se integriranom, sabranom.⁵⁵

Sposobnost razumijevati druge osobe ovisi o tome koliko dobro poznamo mentalno stanje nas samih i osjećamo li se sami u sebi integrirani. Biti empatična osoba znači biti objektivan prema osobi koju nastojimo razumjeti, ne miješajući svoje stanje sa stanjem druge osobe. Osluškiivanje druge osobe zahtijeva da budemo diferencirani prema drugoj osobi, svjesni sebe i vlastitog identiteta, no u isto vrijeme razvijajući određenu poveznicu s njom.⁵⁶ Pojam »diferencijacija vlastitog sebstva/jastva« u psihologiji se najčešće veže uz M. Mahler koja tvrdi da dijete tijekom razvoja prolazi kroz proces separacije, diferencijacije u odnosu prema majci te rastu prema odvojenom i autonomnom jastvu. Na tragu dosad rečenog proces diferencijacije najpovoljnije se odvija uz brižnu majku koja s ljubavlju odgaja dijete, ali u isto vrijeme potiče i podržava u slobodi separaciju djeteta te integraciju sebstva djeteta.

Odvajanje, individualizacija i diferencijacija djeteta utječe i na dijete, i na majku, te se i majka ujedno mijenja.⁵⁷ Tako valja spomenuti da se i odrasla osoba koja je empatična u isto vrijeme i sama mijenja. U tom vidu, biti empatičan znači biti objektivan i distanciran, ali u isto vrijeme dopustiti da iskustvo koje proživljavamo djeluje i na nas same. Stoga ne možemo govoriti o hladnom

⁵⁵ Usp. Daniel J. SIEGEL, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, 84–89.

⁵⁶ Usp. Isto, 75.

⁵⁷ Usp. Adriana LIS – Silvio STELLA – Giulio C. ZAVATTINI, *Manuale di psicologia dinamica*, Milano, 1999., 140–151.

promatraču koji razumijeva drugu osobu, nego o živoj osobi koja razumijeva druge te u isto vrijeme dopušta da je iskustvo razumijevanja, empatije, suosjećanja mijenja i da to novo iskustvo integrira u već postojeća iskustva. U tome i jest snaga empatije i suosjećanja: da ima sposobnost integracije. Riječ je o važnoj sposobnosti koja pridonosi blagostanju i cjelovitosti osoba uključenih u empatijski proces.

3.4. Milosrđe u relacijskoj perspektivi

U prvom dijelu rada istaknuli smo da je jedna od temeljnih oznaka Božjeg odnosa s nama ljudima upravo milosrđe. U isto vrijeme i vjernik je pozvan biti milosrdan u međuljudskim odnosima, po uzoru na nebeskog Oca. Milosrđe dakle, kao i empatija i suosjećanje, pretpostavlja drugu osobu, odnosno upućenost na drugoga i otvorenost za drugoga. Kršćansko milosrđe je pritom bitno obilježeno ljubavlju: Bog ljubi i zato je milosrdan. Iz iskustva Božje ljubavi i milosrđa za kršćanina proizlazi zapovijed i poziv na ljubav i milosrđe prema drugome, osobito prema onomu koji trpi i pati.

Milosrđe se već kroz prizmu pojma *hesed* očituje u bitno relacijskoj i komunikacijskoj dimenziji. Pojam *hesed* u svojem izvornom smislu uvijek pretpostavlja drugoga te se stoga njegovo značenje može ispravno shvatiti samo kao odnos prema drugome, jer drugoga uključuje i uvažava. Taj se pojam, drugim riječima, uvijek ostvaruje u relaciji, u zajednici. Milosrđe zapravo pretpostavlja drugo biće, i štoviše, povezanost s tim bićem: ne samo onu izvornu, nagonsku povezanost, nego i onu koja proizlazi iz čovjekove volje ili htijenja.⁵⁸ Riječ je o suodnosnoj stvarnosti i zajedništvu Boga i ljudi te ljudi međusobno, koje nadilazi izvornu, nagonsku povezanost te uključuje obvezu i odgovornost koja proizlazi iz slobodne odluke.⁵⁹ Kod milosrđa stoga nije riječ o nejasnom osjećaju dobrohotnosti spram drugoga. Naprotiv, milosrđe ima važnu osobnu dimenziju. Božje milosrđe je uvijek usmjereno konkretnoj osobi. »Komu Bog udjeljuje svoje milosrđe, taj je mišljen kao nezamjenjiva osoba, i kao takav je oslovljen i ljubljen. Onoga komu se daruje, milosrđe ne pretvara u objekt, nego dodiruje osobu u njezinu središtu, u njezinu dostojanstvu.«⁶⁰ Riječ je, dakle, o osobnoj oslovljenosti i pogođenosti Božjim milosrđem koje uvijek uključuje osobnu relaciju između Boga i čovjeka.

⁵⁸ Usp. Božo LUJIĆ, Bog biblijske objave – istovremeno i milosrdan i pravedan, 10.

⁵⁹ Usp. Adalbert REBIĆ, *Središnje teme Staroga zavjeta*, 172.

⁶⁰ Christoph SCHÖNBORN, *Našli smo milosrđe. Tajna božanskog milosrđa*, Zagreb, 2010., 47.

Osobnu oslovljenost i pogođenost Božjim milosrđem jasno prikazuje prisposoba o milosrdnom Ocu i izgubljenom sinu (usp. Lk 15,11-32). Mlađi sin ne samo da je prokockao materijalnu baštinu nego je i izgubio sinovsko dostojanstvo, još dublje čovječstvo. Međutim, otac spašava čovječstvo svojeg sina i vraća ga u život dostojan sina i čovjeka. Papa Ivan Pavao II., tumačeći tu prisposobu u *Dives in misericordia*, ističe kako se upravo u toj prisposobi zrcali stvarnost milosrđa koje ima unutarnji oblik ljubavi. Ta ljubav je sposobna da se sagne nad svaku ljudsku patnju, bijedu, osobito nad svaku moralnu bijedu, tj. grijeh (usp. DM 6). Riječ je o milosrdnoj ljubavi koja drugog ne ponižava, već ponovno podiže, uspravlja i vrednuje. O milosrđu koje vraća izgubljeno dostojanstvo, i još dublje, vraća sam život. Milosrđe tako postaje djelatno, vraća život te promiče i brani dobro. U tom vidu, milosrđe se očituje u svojem pravom i istinskom izražaju onda kada iznova vrednuje, promiče i izvlači dobro iz svih oblika zla što postoje u svijetu i čovjeku (usp. DM 6). Milosrđe je, dakle, božanska i kršćanska osobna snaga koja je usmjerenjena drugom, nevoljnom, potrebitom i koja izvlači iz zla, bijede i patnje u koju čovjek može upasti.

Dok nam prisposoba o milosrdnom Ocu ukazuje upravo na osobnu spašajnsku snagu Božjeg milosrđa, zgoda o milosrdnom Samarijancu primjer je ljudskog milosrđa (usp. Lk 10,29-37). Riječ je o čovjeku koji iskazuje solidarnost, pomoć, brigu, upravo milosrđe izranjenom čovjeku. Uočavamo, zapravo vrlo slične sastavnice kod milosrđa kao i kod psihološkog suosjećanja: nevolja ili potreba bližnjega koja iziskuje djelovanje, samilost i blizinu prema osobi u nevolji te učinkovita pomoć i djelovanje.⁶¹ Milosrđe je zapravo konkretan odnos prema drugome koji se nalazi u nevolji, patnji i zlu.

Bog se i u Starom zavjetu, a osobito u Novom zavjetu objavljuje kao milosrdan u svojem odnosu prema ljudima; kao Bog za drugoga, kao Bog koji čovjeka izvlači iz zla, grijeha i nevolje. Milosrđe upoznajemo tek iz perspektive odnosa Boga prema čovjeku.

U Novom zavjetu Bog se u Isusu Kristu očituje kao Bog sudjelovanja, solidarnosti i suosjećanja u čovjekovim konkretnim životnim situacijama. Isus se daje u potragu za drugim, osobito potrebitim, te postaje bitkom za druge. Isusove riječi i djela te cjelokupan njegovo odnos prema drugima nadilaze ravnodušnost te predstavljaju afirmaciju suosjećanja.⁶²

⁶¹ Usp. Božo LUJJIĆ, Bog biblijske objave – istovremeno i milosrdan i pravedan, 12.

⁶² Usp. Carmelo DOTOLO, *Moguće kršćanstvo. Između postmoderniteta i religioznog traganja*, Zagreb, 2011., 188.

Dotolo ističe kako kršćanstvo otvara nečuvani prostor velikodušnosti i gostoljubivosti prema drugome, različitom, stranom. Kršćanska se ponuda, dakle, smješta u okvir susreta s drugim, štoviše, kršćanstvo ističe nužnost drugog, stranog, nepoznatog, te nezaobilaznu važnost empatije, suosjećanja, odgovornosti te osjetljivosti u susretu s drugim i za drugoga.⁶³

Takav kršćanski stav ima svoje najdublje utemeljenje u stilu života Isusa Krista. Isusov stil, osjetljiv na svakodnevna pitanja i egzistencijalne potrebe drugoga – osobito potlačenoga, marginaliziranoga, zaboravljenoga, malenoga i stranoga – postaje paradigma pristupa stvarnosti koji se ostvaruje u empatiji, suosjećanju i odgovornosti za drugost i drugoga. U svjetlu kršćanske novosti vrijednim postaju slušanje drugoga, sposobnost su-osjećanja, empatija, sposobnost patnje za drugog i s drugim, spremnost na dijeljenje s potrebitima, gostoljubivost i solidarnost; usmjerenost prema posljednjima i marginaliziranima.⁶⁴

Valja istaknuti kako kršćansko suosjećanje i sažaljenje znači primiti drugoga k sebi i svojom mu prisutnošću donijeti rast i život. Isus Krist upravo objavljuje takvog Boga, suosjećajnog i milosrdnog, Boga koji se sažaljeva nad čovjekovom patnjom i grijesima, ali na aktivan i djelatan način, tako da ne ostavlja čovjeka u patnji i grijehu. Bog je milosrdan ukoliko ide ususret čovjeku, ne ostavlja čovjeka na cjedilu, već ga svojim milosrđem izvlači iz zla i uvodi u život u dobru i zajedništvu s Bogom.⁶⁵ Pritom otkrivamo pozitivno značenje sažaljenja i suosjećanja, upravo milosrđa, koje nije prezirni izraz nadmoćnosti milosrdnog prema bijednom čovjeku s visoka, niti izraz slabosti onoga koji iskazuje milosrđe, nego djelatno sudjelovanje u patnji drugoga s nakanom da ga se izvuče iz patnje i zla, da mu se donese spasenje.

U postojanju za drugoga, sve do posvemašnjega darivanja života, Isus predstavlja istinsku revoluciju etičkih, religijskih i kulturalnih okvira, objavljujući nečuvanog Boga i uvodeći nečuvenu logiku bratstva i solidarnosti prema drugome, stranome i različitome.⁶⁶ U perspektivi kristološkog događaja i Crkva mora sve više postajati znak novog čovječanstva i drukčijeg svijeta, koji je obilježen logikom pomirenja i bratstva, darivanja i ljubavi.⁶⁷

⁶³ Usp. Carmelo DOTOLO, *Cristianesimo e interculturalità. Dialogo, ospitalità, ethos*, Assisi, 2011., 88–103.

⁶⁴ Usp. *Isto*, 102–103, 137–147.

⁶⁵ Usp. Ivica RAGUŽ, *Milosrđe*, 73–75.

⁶⁶ Usp. Carmelo DOTOLO, *Moguće kršćanstvo. Između postmoderniteta i religioznog traganja*, 196–199.

⁶⁷ Usp. *Isto*, 235–249, 352.

3.5. *Ljubav prema samom sebi i prema drugome*

Govoreći iz teološkog kuta, valja naglasiti važnost pažnje, suosjećanja i ljubavi prema drugima, ali i ljubavi prema samom sebi, tj. brizi za sebe i razumijevanje samog sebe. Isusova zapovijed ljubavi ističe da ljubimo drugoga kao sebe samoga (usp. Lk 10,27; Mt 22,39; Mk 12,31). Ljubav prema drugomu, dakle, pretpostavlja ljubav prema samom sebi. Prema Josephu Ratzingeru, ljubav prema sebi potvrđuje je vlastitog bitka, daje obličje i mjeru ljubavi prema bližnjemu. Prema tomu, ljubav prema sebi je nešto prirodno i potrebno, bez čega i ljubav prema bližnjemu gubi svoj temelj.⁶⁸ U tom smislu, uočavamo komplementarnost između psihološke važnosti suosjećanja i samo-suosjećanja, s jedne strane, i teološkog značaja ljubavi prema bližnjemu, ali i prema samomu sebi, s druge strane.

Svaki je čovjek od Boga stvoren, Bog ga je htio i ljubi ga i njegova najveća zadaća je odgovoriti toj ljubavi. Kad Isus, pak, govori o gubljenju samog sebe, pokazuje put istinskog samopotvrđivanja koji uvijek zahtijeva otvaranje i prekoračenje sama sebe te otvaranje drugome, osobito Bogu. No ta nužnost izlaženja iz sebe, odlaženja od sebe (zaborav sebe), ne isključuje istinsko samopotvrđivanje. Naprotiv ono je način kako ćemo naći i istinski ljubiti sebe, ali i druge.⁶⁹

Postoje, međutim, ljudi koji žive u razdoru sa sobom. Riječ je o nenaklonosti prema sebi, nesposobnosti prihvaćanja sebe i izmirenja sa sobom. No, tko ne voli sebe, ne može voljeti ni bližnjega. Ne može ga prihvatiti kao sama sebe, jer je protivnik samome sebi i pun je gorčine, u temelju svojeg života je nesposoban ljubiti. S druge strane, jednako je opasan i egoizam, u onom smislu u kojem netko uvijek traži samo sebe, u kojem bi htio ostvariti sama sebe i sve usmjerava prema uspjehu i ispunjenju svojeg *ja*. Riječ je o egoizmu kao nezdravoj i isključivoj usmjerenosti prema samom sebi. Stoga ističe Ratzinger: »Jedino me 'da', koje mi izriče neko 'ti', čini sposobnim da to 'da' izgovorim i ja samome sebi, u 'ti' i s 'ti'. 'Ja' se ostvaruje preko nekoga 'ti'.«⁷⁰ Dakle, tu uočavamo dijalektiku i napetost: tek u usmjerenosti drugomu ostvaruje se i vlastito *ja*: u izlasku iz sebe i susretu s drugim, potvrđuje se i vlastito *ja*. I obratno, ljubeći vlastito *ja*, u otvorenosti prema drugom, ostvaruje se zdrav i dobar odnos i ljubav, i prema drugom i prema samom sebi.

Možemo reći da je važna ravnoteža i dobar razmjer između ljubavi prema sebi i prema drugome. Sebičnost, egoizam, usmjerenost samo i isključi-

⁶⁸ Usp. Joseph RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, Split, 108–109.

⁶⁹ Usp. *Isto*, 109.

⁷⁰ *Isto*, 111.

vo na sebe, predstavlja jednu krajnost, no opasna je i pretjerana nesebičnost, odreknuće od sama sebe koje vodi nijekanju sama sebe, negiranju vlastitog ja, te u konačnici završava u jednome suptilnom egoizmu.⁷¹

Kršćanska ljubav potječe od susreta s Božjom ljubavlju, od susreta s božanskim »Ti« koje ima najdublji izričaj u osobi Isusa Krista. U susretu čovjeka s Božjom ljubavlju koja je u Kristu postala zamjetljiva, događa se unutarnja preobrazba vlastitog bića, koja omogućuje zdrav i stabilan odnos te uravnoteženu ljubav, i prema sebi i prema drugima,

Možemo zaključiti da u kršćanstvu ljubav prema Bogu, prema bližnjemu i prema sebi stoje u nedjeljivom odnosu. Kršćanska ljubav i milosrđe ne znače nijekanje samog sebe, već pretpostavljaju ljubav i poštovanje samog sebe. Iz stabilnog odnosa prema sebi rađa se i zdrava ljubav prema drugome. Tu uočavamo zajedničke temelje i komplementarnost između antropološko-psihološkog i kršćansko-teološkog odnosa prema sebi i drugima. Naime, važnost suosjećanja i otvorenosti drugomu ne poništava samog sebe, nego je štoviše, potrebna zdrava usidrenost u samima sebi te zdrava ljubav i briga za sebe, kako bismo mogli kvalitetno ljubiti druge i s njima ostvarivati odnos. Kao što je iz psihološkog kuta važna empatija i razumijevanje sebe te samo-suosjećanje da bismo mogli voljeti i razumjeti drugoga i s njim suosjećati, tako je iz teološkog kuta nužna ljubav prema sebi, koja se u kršćanskoj perspektivi upravo razvija iz odnosa s božanskim Ti te postaje sposobna biti i ljubav za drugoga.

Zaključak

Empatija je sposobnost koju je čovjek tijekom povijesti čovječanstva razvio te je nužna u skladnom suživotu pojedinaca i društva. Ona je sposobnost uživljanja u situaciju druge osobe, no pritom nije riječ o bilo kakvom uživljanju, nego o onome koje je okarakterizirano stavom slobode prema sebi i drugima. I kada je netko pritisnut vlastitim poteškoćama, i tada ima sposobnost napustiti na neko vrijeme »dom vlastitog bića«, jer se »u domu drugog bića« događa nešto što poziva na pozornost«. Stoga bismo mogli reći da je empatija svojevrsni »pojas za spašavanje« humanosti među ljudima, važan čimbenik ostvarenja koje se ne događa pod prisilom, nego onda kada je osoba slobodna. Empatija također služi tome da i osoba samu sebe bolje sagleda, jer kada odemo u »drugi dom«, tada nam iskustvo »drugog doma« pomaže da i »dom vlastitog bića« drukčije gledamo. Tada nam se otvaraju nove alternative pristupa sebi,

⁷¹ Usp. *Isto*, 111–112.

drugima i svijetu. Nadalje, empatija je po sebi odgojno sredstvo, budući da ostvarena empatija pomaže osobama u razvoju uzimati u obzir druge osobe u životu te ne gledati samo vlastiti interes, što je preduvjet jednog zadovoljnog i sretnog života.

Suosjećanje, pak, ima jednu drugu dimenziju u odnosu na empatiju, a očituje se u brižnom stavu prema osobi koja se našla u nekakvoj neprilici ili nevolji. Suosjećanje je aktivno sudjelovanje u neprilici druge osobe gdje nije nužna potpuna svijest o psihičkim procesima koji se događaju u onome tko je suosjećajan. Stoga će, primjerice, čovjek koji suosjeća skočiti u vodu za prijateljem kako bi ga spasio od mogućeg utapanja iako će pritom i sam riskirati vlastiti život. Ukoliko, pak, osoba takav čin učini prema neprijatelju, tada možemo reći da taj čin nadilazi racionalni vid objašnjavanja. Stoga Isusov poziv da ljubimo i molimo za svoje neprijatelje (usp. Mt 5,44) jest čin koji nadilazi antropološki vid empatije i suosjećanja.

Kršćanska poruka milosrđa nadovezuje se na opće i iskonsko ljudsko iskustvo suosjećanja s ljudima koji trpe te na psihološku sposobnost empatije i suosjećanja. Suosjećanje označava stav koji prekoračuje vlastiti egoizam i usredotočenost isključivo na sebe te otvara vlastito biće drugima, osobito patnicima i nevoljnicima. Riječ je o izlasku iz samih sebe prema drugima, izlasku koji je izričaj čovjekove slobode i istinske humanosti.⁷²

Kršćansko milosrđe ima u sebi bitno sadržanu dimenziju suosjećanja, ukoliko primjećuje patnju drugoga te nastoji sudjelovati u njoj, ublažiti je, pomoći. Kršćansko milosrđe, međutim, uz opće ljudsko suosjećanje nosi sa sobom osobitu kristološku motivaciju koja prekoračuje granice ljudskoga, a to osobito dolazi do izražaja u pozivu na ljubav prema neprijateljima. Milosrđe je također nošeno snagom vjere i Božje milosti te proizlazi iz iskustva Božjeg milosrđa, ljubavi i dobrote. U tom vidu, milosrđe nikako ne možemo svesti na opći humanizam, niti ga smatrati njegovim plodom, dodatkom ili produžetkom. Ono ima vlastitu teološku jedincatost te kristološku posebnost i sadržaj, koji ljudsku dimenziju pretpostavlja i oplemenjuje. U biti kršćanstva stoji milosrđe kao Božji odnos prema nama i kao kršćanski odnos prema drugome, osobito prema onome tko pati i nalazi se u nevolji. Milosrđe je aktivno suosjećanje i sažaljenje, koje se pretvara u djelovanje koje drugoj osobi pomaže izaći iz patnje, zla ili grijeha u kojem se nalazi.

Interdisciplinarni pristup, koji smo u ovom radu nastojali primijeniti, daje mogućnost međusobnog nadopunjavanja antropoloških i teoloških, u

⁷² Usp. Walter KASPER, *Milosrđe. Temeljni pojam evanđelja – ključ kršćanskog života*, 35–36.

našem slučaju psiholoških i teoloških perspektiva. Takav pristup nam omogućava uzeti u obzir antropološku datost s kojom se psihologija bavi te razumijevati čovjeka sa svim njegovim procesima kada se stavlja u odnos prema Nadnaravnom, odnosno prema trojedinom i milosrdnom Bogu. Upravo zbog toga empatija i suosjećanje, stavljeni u odnos s milosrđem, postaju oplemenjeniji i produbljeni, a milosrđe nam postaje bliže i razumljivije.

Suvremeni svijet i kulturu u dobroj mjeri obilježavaju egoizam, narcizam i narcisoidnost te ravnodušnost spram patnje i nevolje drugoga. U takvom svijetu opće ljudsko suosjećanje i empatija, ali i nova aktualnost milosrđa predstavljaju osobiti odgovor na znakove vremena, ali su i sami znak nove nade u suvremenom svijetu.

Iz teološke perspektive ta nova nada ima božansku dimenziju koja izvi-re iz Božjeg milosrđa koje je u Kristovu utjelovljenju, a osobito u križu i u uskrsnuću potpuno obilježilo svijet i čovjeka te ponudilo trajan i konačan spasenjski odgovor na iskustva zla, patnje i trpljenja. Poziv i zadaća Kristovim učenicima jest crpiti uvijek iznova iz toga božanskog izvora, nasljedovati milosrdnog Krista, te uprisutnjivati milosrđe i suosjećanje u konkretnim osobnim odnosima i okolnostima suvremenog svijeta, osobito tamo gdje je prisutna patnja, bol i trpljenje.

Drugim riječima, zadaća teologije i čitave Crkve jest stoga, s jedne strane, iznova otkrivati, svjedočiti i naviještati milosrdnog Boga biblijske objave, Boga koji je blizak čovjeku u njegovoj konkretnoj egzistenciji, Boga koji je sposoban za sažaljenje i supatnju s čovjekom, Boga koji je uvijek spreman podići iz zla te oprostiti, ljubiti i prihvatiti svakog izgubljenoga, grešnog i izranjenog sina i kćer. S druge strane, Crkva kao zajednica, i svaki vjernik pojedinačno, pozvana je uprisutnjivati milosrđe u konkretnim situacijama svakodnevnog života, živjeti i svjedočiti milosrđe u odnosima prema ljudima, tražiti nove putove ostvarivanja i življenja milosrđa, usvajati milosrđe kao stil života te oblikovati kulturu milosrđa u našem proračunatom, tehniciziranom i često nemilosrdnom svijetu.

Summary

EMPATHY, COMPASSION, AND MERCY: PSYCHOLOGICAL AND THEOLOGICAL PERSPECTIVES

Davor VUKOVIĆ

Catholic Faculty of Theology in Đakovo, Josip Juraj Strossmayer University of Osijek
Petra Preradovića 17, p.p. 54, HR – 31 400 Đakovo
dav.vuk@gmail.com

Josip BOŠNJAKOVIĆ

Catholic Faculty of Theology in Đakovo, Josip Juraj Strossmayer University of Osijek
Petra Preradovića 17, p.p. 54, HR – 31 400 Đakovo
Catholic University of Croatia
Ilica 242, HR – 10000 Zagreb
jobosnjakovic@gmail.com

Empathy and compassion are central topics of contemporary psychology and psychotherapy, while mercy is one of the central Biblical concepts, but also current reality in contemporary theological discourse. Hence, in this article the author will analyse these significant and current realities. The goal of the article is to present essential traits of empathy and compassion from the psychological perspective and mercy from the Biblical-theological perspective, as well as to show complementarity, but also specificities of these three realities. In the first chapter the author will provide terminological explanations in which he will analyse the meaning of empathy and compassion, on the one hand, and mercy, on the other. The second chapter, then, analyses the issue of sources of empathy and mercy. When it comes to empathy, the conclusion is that its source is of neurological, experiential, and interpersonal nature. The source of mercy is to be found, primarily, in God; however, the human being is also capable of mercy in the perspective of the Christian faith. The last chapter analyses empathy, compassion, self-compassion, and mercy in their essential interpersonal and relational perspective. The presupposition of the ability of quality emphatic and compassionate relation towards the other is a stable relation towards oneself. Mercy is also realised in relation towards the other and it is closely related to loving others, but also to loving God and oneself.

Keywords: empathy, compassion, mercy, love, person, integration, relation.