

Mario Tomljanović – Matteo Jelenc

DUHOVNO VODSTVO I PSIHOTERAPIJA

dr. sc. Mario Tomljanović

KBF – Zagreb, Teologija u Rijeci

Mag. theol. Matteo Jelenc

KBF – Zagreb, Teologija u Rijeci

UDK: 248.151[248.12/.15][254.4+260.2+271-1/-3]:[124.2+159.922/.923+159.937+159.964.2+615.851+615.86]
[177/179+234.4/.5+241/245+ 265.6][.000.282](043.2)

Pregledni rad

Primljeno: 22. siječnja 2021.

Današnji čovjek pod utjecajem različitih ponuda postmodernoga društva polako gubi čvrst oslonac svojega života te ostaje bez životnoga smisla i pravoga usmjerenja. U tom kontekstu duhovno vodstvo i psihoterapija predstavljaju alternativu ponudama ovoga svijeta te nastoje pružiti pomoć onim osobama koje traže dublji smisao ljudske egzistencije. Stoga je potrebno analizirati glavna obilježja duhovnoga vodstva, zatim upoznavajući logoterapiju, prikazati jedan vid psihoterapije te na kraju usporediti duhovno vodstvo i psihoterapiju. Namjera je ovim člankom pokazati da je moguća integracija između duhovnoga vodstva i psihoterapije, iako pritom treba poštivati njihovu posebnost i vlastitost. Dok psihoterapija pomaže u nadvladavanju raznih duševnih tegoba i teškoća, duhovno je vodstvo osobito važno za kršćanske vjernike koji žele rasti u osobnom odnosu s Bogom i u nasljedovanju Isusa Krista.

Ključne riječi: duhovno vodstvo, psihoterapija (logoterapija), integracija, odnos s Bogom.

* * *

Uvod

Tema duhovnoga vodstva i psihoterapije obuhvaća mnoge važne aspekte ljudskoga bića i njegove egzistencije. Ti se aspekti odnose prije svega na čovjekovu duhovno-duševnu dimenziju koja u današnjem svijetu biva sve više potisnuta i zapostavljena.

U prvom dijelu članka naznačit ćemo glavne sastavnice duhovnoga vodstva, oblike i zapreke, specifičnosti i opasnosti te sadržaj duhovnoga vodstva,

uz ocrtavanje lika osobe koja duhovnim vodstvom uistinu želi rasti i napredovati u svojem odnosu s Bogom. U drugom dijelu bit će prikazana logoterapija kao jedan od najznačajnijih psihoterapijskih modela danas. Obradit ćemo neka temeljna načela logoterapije s naglaskom na traženju životnoga smisla. U završnom dijelu, usporedbom duhovnoga vodstva i psihoterapije, prikazat ćemo doprinose psihoterapije duhovnom vodstvu, istaknuti razlike između duhovnoga vodstva i psihoterapije te naznačiti smjernice za njihovu pravilnu integraciju.

1. Glavna obilježja duhovnoga vodstva

Iako je duhovno vodstvo u današnje vrijeme pomalo zaboravljeno i malo se o njemu govori, ono ipak zauzima vrlo važno mjesto u duhovnom životu svakog vjernika i čitave Crkve. Upravo zato potrebno je osvijestiti značenje i važnost koju duhovno vodstvo zauzima u procesu kršćanskoga dozrijevanja i postizanja kršćanske savršenosti.

1.1. Značenje i važnost duhovnoga vodstva

Kako bismo lakše uočili važnost duhovnoga vodstva danas, trebamo se ukratko osvrnuti na one oznake i procese koji obilježavaju današnje postmoderno vrijeme. Među tim procesima posebno se uočavaju sve rašireniji relativizam, individualizam i materijalizam koji, svaki na svoj način, pokušavaju čovjeka zatvoriti isključivo u ovozemaljsko, imanentno. Na taj način čovjek gubi iz vida sve ono što nije ograničeno materijalnim svijetom već ga nadilazi. Pred zamamnim ponudama postmodernoga društva, koje obećava slobodu i zadovoljstvo, a zapravo zarobljava čovjeka, pojedinac se teško snalazi i polako gubi smisao života. Gubeći iz vida čvrst oslonac, pojedinac jednostavno gubi i ono temeljno životno usmjerenje koje dovodi do ispunjena života. Potrebno je spomenuti i utjecaj mnogih istočnjačkih pokreta kojima se današnji čovjek okreće u potrazi za životnim smislom i ispunjenjem.

Svi ti procesi postmodernoga društva ne samo da ne mogu ispuniti očekivanja današnjega čovjeka nego ga ostavljaju još razočaranijim i izgubljenim. Time se u čovjeku rađa glad za duhovnim, glad za smislom, što može biti velika prilika Crkvi da današnjim ljudima ponudi odgovor na tu čežnju pomažući im ponovo otkriti značenja i vrijednosti duhovnoga vodstva koje je vjekovima bilo u službi susreta Boga i čovjeka.¹

¹ Usp. Miljenko STOJČIĆ, Duhovno vodstvo u suvremenoj duhovnosti, u: *Obnovljeni život*, 51 (1996.) 4, 421.

Potreba za ponovnim otkrivanjem duhovnoga vodstva još više dolazi do izražaja imajući u vidu činjenicu da je svaki kršćanin pozvan na neprekidan rast u vjeri i duhovnom životu. Stoga bi duhovno vodstvo trebalo biti sastavnim dijelom trajne, cjeloživotne kršćanske formacije. Želimo li približe odrediti koje je značenje duhovnoga vodstva i u čemu se sastoji proces vođenja osobe, možemo posegnuti za definicijom koju daje I. Ganzi: „Voditi dušu znači voditi je na Božje puteve, učiti je slušati Božje nadahnuće i na njega odgovoriti, sugerirati joj vršenje kreposti sukladno trenutačnim okolnostima, to ne znači držati je u čistoći i nevinosti, već postići da ona uznapreduje u savršenstvu. Jednom riječju, duhovno vodstvo znači pridonijeti svim silama da se duša vine do svetosti koju je Bog za nju predvidio.“² Na tom tragu nalazi se i Charles Andre Bernard koji smatra da se duhovno vodstvo ostvaruje „kad vjernik, u traženju punine kršćanskog života, primi duhovnu pomoć koja ga prosvjetljuje, podupire i vodi u traženju Božje volje za postizanje svetosti.“³

Iz svega navedenoga proizlazi kolika je važnost duhovnoga vodstva u životu svih vjernika koji žele dublje rasti i napredovati prema kršćanskoj zrelosti. Potiče nas i na ponovno otkrivanje i vrednovanje ovog izuzetnog dara koji Bog daje čovjeku na njegovu putu prema kraljevstvu Božjem.

1.2. Oblici duhovnoga vodstva

Oblici duhovnoga vodstva mogu se podijeliti u dvije skupine, ovisno o tome radi li se o načinu ili o intenzitetu vođenja pojedine osobe. Kada je riječ o načinu vođenja, D. L. Fleming⁴ razlikuje nekoliko oblika koji se mogu poistovjetiti s onim modelima koje je Isus primjenjivao u svojem ophođenju s ljudima. To su institucionalno, interpersonalno, karizmatičko, sakramentalno te inkarnirano vodstvo. Napomenimo kako se institucionalizirano vodstvo danas primjenjuje u ustanovama zaduženima za formaciju kao što su, primjerice, sjemeništa i novicijati. Kada se radi o vođenju pojedinca, primjenjuje se model interpersonalnog ili inkarniranog vodstva kojemu je cilj uspostaviti kvalitetan odnos povjerenja između duhovnika i vođenoga kako bi vođena osoba mogla sve više rasti u svojem odnosu prema Bogu. Ako duhovni vođa posjeduje posebne darove kojima ga je Bog obdario kako bi mogao voditi druge ljude na putu prema Bogu, govorimo o karizmatičkom duhovnom vodstvu, dok se sakramentalno vodstvo uvijek ostvaruje unutar sakramenta ispovijedi.

2 Mihaly SZENTMARTONI, *Osjetljivost za čovjeka. Pastoralna psihologija*, Zagreb, 2009., 107.

3 Egidio VIGANO – Joseph AUBRY – Jacques SCHEPENS, *Duhovno vodstvo*, Zagreb, 1983., 26.

4 Usp. Mihaly SZENTMARTONI, *Osjetljivost za čovjeka. Pastoralna psihologija*, Zagreb, 2009., 108-109.

Što se tiče intenziteta duhovnoga vođenja, mogu se izdvojiti tri glavna oblika duhovnoga vodstva: povremeno, trajno te intenzivno duhovno vodstvo.⁵ Povremeno duhovno vodstvo povezuje se uglavnom uz različite duhovne vježbe na kojima postoji mogućnost susreta duhovnika i sudionika tih vježbi. Osobnim razgovorom, savjetovanjem i u ispovijedi produbljuje se odnos između duhovnika i sudionika vježbi. Taj odnos s vremenom može prerasti u pravo duhovno vodstvo koje se onda povremeno prakticira. Prilika za povremeno duhovno vodstvo mogu biti i razni duhovni tečajevi, obnove, posjeti centrima za duhovnost gdje postoje stručne osobe koje posjetiteljima stoje na raspolaganju za duhovni razgovor i savjetovanje. Važno je spomenuti i duhovno prijateljstvo koje uvelike može koristiti rastu u vjeri i duhovnom životu, osobito ako poznajemo osobe bogate duhovnim iskustvom koje nam svojim savjetima mogu pomoći u našem duhovnom razlučivanju. Trajno, pak, duhovno vodstvo, karakteristično za redovite okolnosti, razvija dublji oblik odnosa između duhovnoga vođe i vođenoga. Ovaj oblik duhovnoga vodstva zahtijeva redovite susrete u kojima se osoba povjerava svome vođi kako bi mogla dublje rasti u odnosu s Bogom. Od osobe se traži otvorenost i poučljivost poticajima Duha Svetoga, dok se od duhovnoga vođe očekuje pristupačnost i raspoloživost za česte susrete. U ključnim životnim trenucima preporučuje se intenzivno duhovno vodstvo koje od duhovnoga vođe zahtijeva posebne sposobnosti vođenja. Naime radi se o svojevrsnim životnim prekretnicama, kao što je izbor određenoga zvanja ili duhovnoga poziva. Posrijedi mogu biti i snažna duhovna iskustva, ali i teške unutarnje krize, suhoće, iskušenja pa čak i psihički problemi poput depresije. U svim tim trenucima osoba je potrebna stručne pomoći duhovnika, pri čemu ne treba isključiti ni suradnju s psihologom ili psihoterapeutom.

1.3. Zapreke za duhovno vodstvo

Na putu duhovnoga sazrijevanja vrlo se često pojavljuju razne zapreke i smetnje koje vjerniku mogu potamniti pravo usmjerenje ili ga čak u potpunosti od njega odvratiti. To su zapreke koje nastoje zasjeniti „osnovno polazište duhovnog života – iskustvo Božje ljubavi, tj. da nas Bog voli“.⁶ Stoga je iznimno važno pravodobno otkriti te zapreke kako bi se na njih moglo primjereno reagirati. Upravo je to jedna od bitnih zadaća duhovnoga vođe o kojoj ovisi hoće li proces rasta u vjeri biti uspješan. Među najčešćim preprekama kršćanskoga

5 Usp. Egidio VIGANO – Joseph AUBRY – Jacques SCHEPENS, *Duhovno vodstvo*, Zagreb, 1983., 48-52.

6 Mihaly SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, Zagreb, 1990., 26-38.

dozrijevanja svakako su iskrivljene predodžbe o Bogu, pogrešne slike o samima sebi te različite duhovne rane.⁷

Kako bismo stvorili ispravnu predodžbu o Bogu, potrebno je poći od Svetoga pisma. U evanđeljima čitamo kako nam Isus objavljuje Boga kao milosrdnog Oca (usp. Lk 15, 11-32) koji nas bezuvjetno ljubi. Zato je pogrešno u Bogu gledati samo strogoga sudca koji nas kažnjava i čiju ljubav moramo zaslužiti. Druga je krajnost razmišljanje kako mi zbog svojih grijeha ne zaslužujemo Božju ljubav. Stoga je potrebno pročistiti našu sliku o Bogu i prihvatiti Božju ljubav kao bezuvjetan Očev dar.

Usporedo s time nužno je razviti ispravnu sliku i o samima sebi, prihvatiti sebe onakvima kakvima nas je Bog stvorio. To je vrlo važno jer zbog stalnoga uspoređivanja s drugima lako uviđamo svoje nedostatke i na tome gradimo svoj duhovni život. Kao posljedica rađa se zavist i očaj. Potrebno je izbjeći i perfekcionizam, težnju da budemo uvijek i u svemu savršeni. Budući da je to često nemoguće, vrlo lako javlja se razočaranje i negativno mišljenje o sebi. Zato je potrebno gledati sebe onako kako nas Bog gleda. Na taj ćemo način sve više otkrivati koliku vrijednost naš život ima u Božjim očima. Možemo se složiti s J. Weissgerberom koji ističe da je važno „provoditi duhovni život zdravih i prosvijetljenih zanosa“⁸ uvijek imajući u vidu pozitivan aspekt našega života.

U sklopu cjelovita duhovnog razvoja potrebno je, također, otkloniti zapreke naših duhovnih rana. Može biti riječ o ranama koje nosimo u sebi još od djetinjstva, a koje su posljedica raznih bolnih životnih trenutaka. Tako se potrebno osloboditi povrijeđenosti, ogorčenosti, želje za osvetom i svega onoga što ometa naš nutarnji mir i sabranost. Kako bismo u tome uspjeli, nužna je snaga koju nam Bog daje molitvom, razmatranjem Svetoga pisma i sakramentalnim životom. Poseban lijek za ozdravljenje naših rana svakako je sakrament svete ispovijedi u kojem nas Isus liječi, oslobađa i mijenja.

Benedict J. Groeschel naglašava još jednu opasnost u procesu duhovnoga sazrijevanja – opasnost od prevelika pojednostavljivanja koje se sastoji u „poistovjećivanju Isusa Krista s našim vlastitim ljudskim iskustvom“, u „odabiranju samo onih elemenata Kristova života koji nam se sviđaju“.⁹ Na taj se način zanemaruju mnogi aspekti Kristove osobe i njegova života. Stoga je uvijek važno propitivati je li naše „poimanje Krista u trajnome rastu, hraneći se Sve-

7 Usp. *Isto*, 26-38.

8 Mihály SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, Zagreb, 1990., 30-31.

9 Benedict J. GROESCHEL, *Psihologija duhovnoga razvoja*, Split, 2009., 34-35.

tim pismom i predajom“,¹⁰ kako bi naša predodžba Krista bila u potpunosti u skladu s evanđeljem.

1.4. Opasnosti u duhovnom vodstvu

Nastojanje oko postizanja kršćanskoga savršenstva nosi sa sobom i neke opasnosti koje se mogu javiti u različitim fazama duhovnoga života. Ako ih ne uspijemo na vrijeme prepoznati, njihov utjecaj na daljnji duhovni napredak može biti poguban. Jedna od takvih opasnosti svakako je duhovni elitizam koji se javlja prvenstveno kod osoba koje su već dosta napredovale na duhovnom putu. Elitizam je vrlo blizak duhovnoj oholosti u kojoj osoba sebe počinje smatrati vjernikom višega reda u odnosu na druge. Znanje i iskustvo nutarnjega života koje posjeduje bude u njoj želju da dio toga prenese i drugima. To se, međutim, ne događa iz bratske ljubavi nego iz potrebe za pokazivanjem vlastitih dostignuća. Osoba koja misli da je dostignula vrhunce duhovnoga života i sasvim se približila kršćanskoj savršenosti često odbacuje savjete drugih, pa tako i duhovnoga vođe. Pod utjecajem takvoga razmišljanja osoba zauzima stav samodostatnosti i superiornosti koji je zavarava i onemogućava bilo kakav daljnji rast u vjeri.

Druga krajnost koja sprečava duhovni razvoj osobe jest regresija, povratak u prijašnje stanje.¹¹ Naime kako osoba napreduje u duhovnom životu tako se povećavaju i različiti izazovi, kušnje i pritisci s kojima se mora nositi. Ako ne zna na koji način to učiniti, često postoji opasnost od odustajanja od prijedeno-ga puta i povratka u početno stanje. Posljedica može biti razočaranje i nezadovoljstvo, ali i zdrav duhovni nemir koji osobu, koja iskreno želi duhovno rasti, ipak može potaknuti da još jednom pokuša svladati te, naizgled nepremostive, izazove.

Još jedna, ne manje značajna, opasnost može biti težnja koja se javlja kod mnogih osoba usredotočenih samo na sebe, a to je biti sam svoj duhovnik.¹² To je pogrešan stav onih koji ne žele primati pomoć od drugih ljudi, što često vodi u samozavaravanje i samodostatnost, stav koji se očituje u želji za uspostavljanjem odnosa s Isusom Kristom mimo Crkve i njezinih službenika. No čitajući Sveto pismo uočavamo da se Bog htio poslužiti upravo ljudima kako bi nas priveo k sebi. Osim toga, drugi ljudi mogu često puno bolje od nas samih procijeniti naš život te nas na taj način savjetovati i pomoći nam rasti u duhovnom

¹⁰ *Isto*, 34-35.

¹¹ Usp. Benedict J. GROESCHEL, *Psihologija duhovnoga razvoja*, Split, 2009., 68.

¹² Usp. Daniel BURKE – John BARTUNEK, *Upravljanje nutarnjim životom. Duhovno vodstvo i putovanje Bogu*, Zagreb, 2014., 5-8.

životu. Stoga uvijek trebamo cijeniti zalaganje i trud druge osobe koja nam želi pomoći u našim duhovnim teškoćama.

Opasnosti postoje, također, u neuravnoteženu odnosu duhovnoga vodstva i psihoterapije.¹³ To su ponajprije psihologizam te spiritualizam. Psihologizam se javlja kao prenaglašavanje psihičkog elementa u duhovnom vodstvu. Na taj način čovjek se svodi samo na svoju psihičku komponentu, na svoje ja i na svoju podsvijest. Pritom je važno ono podsvjesno dovesti na razinu svijesti, pokušati se osloboditi vlastitih obrambenih mehanizama i tako postići stanje ostvarenosti. Međutim to se oslobođenje nastoji ostvariti bez suradnje s Bogom i njegovom milošću. Druga je krajnost spiritualizam koji potpuno odbacuje tjelesni, ali i psihički aspekt čovjeka. Čitav ljudski život želi se svesti samo na duhovnu dimenziju u kojoj se traže uzroci svih problema i teškoća. I u psihologizmu i u spiritizmu zanemaruje se važna činjenica – čovjek se kao cjelovito biće sastoji od duha, duše i tijela, o čemu, između ostaloga, svjedoči i svetopisamska objava.

Spomenut ćemo i opasnosti koje proizlaze iz prevelika naglašavanja samo jednoga čimbenika u procesu ljudske spoznaje. U tom smislu razlikujemo racionalizam, voluntarizam i senzitivnost.¹⁴ Iako je razum sastavni dio duhovnoga života, katkad upotreba razuma postaje toliko naglašena da se uzima kao jedini kriterij mjerodavnosti ljudske spoznaje. Tada govorimo o racionalizmu. U duhovnom životu to znači svođenje čitave duhovnosti samo na ono što je razumu dohvatljivo. Pritom se zanemaruje sve ono što razum nadilazi, isključuje se svako iskustvo i mogućnost doživljaja nadnaravnoga. Tako i mnoge istine vjere postaju neprihvatljive jer se ne mogu podvrgnuti neposrednoj analizi razuma. Kao posljedica toga duhovni život postaje bitno reduciran i osiromašen u mnogim svojim vidovima. Slično je i s voluntarizmom koji, umjesto razuma, povlašteno značenje pridaje ljudskoj volji. Upravo to prenaglašeno oslanjanje na ljudsku volju u procesu duhovnoga rasta može dovesti do duhovne oholosti. Naime osoba koja se ravna samo prema svojoj volji postaje zatvorena za djelovanje Božje milosti, neosjetljiva na poticaje Duha Svetoga. Na taj način ne može duhovno napredovati jer se u svojem životu ne podvrgava Božjoj volji, što je jedan od glavnih zahtjeva duhovnoga vodstva. Još jedna opasnost koju valja izbjeći jest senzitivnost. Senzitivnost se u duhovnom životu pojavljuje onda kada se sve promatra samo na temelju osjećaja. Čitav duhovni napredak ima svoju vrijednost samo ako rezultira pozitivnim emocijama. Pri tome se

13 Usp. Ivan PLATOVNJAK, Duhovno vodstvo i psihologija: suprotstavljenost ili integracija?, u: *Obnovljeni život*, 63 (2008.) 1, 49.

14 Usp. Roko PRKAČIN, Teologija duhovnog života, u: *Obnovljeni život*, 60 (2005.) 2, 210-211.

naglasak stavlja isključivo na subjektivno zadovoljstvo te se izbjegava sve ono što tome izravno ne doprinosi. Na takav se način ne može postići prava duhovna zrelost jer je duhovni rast dugotrajan proces koji sa sobom donosi i trenutke unutarnje suhoće i praznine kao sastavni dio svakoga unutarnjeg sazrijevanja.

1.5. Zadaće osobe koja želi rasti uz duhovno vodstvo

Sada ćemo promotriti zadaće onoga koji uz duhovno vodstvo uistinu želi napredovati u svojem duhovnom rastu i sazrijevanju. Naime, duhovno vodstvo je stvarnost koja zahtijeva odgovornost duhovnika, ali još više i vođenoga. Napredak u duhovnom životu ne može se stoga postići pasivnim prepuštanjem u ruke duhovnoga vođe. Potrebna je aktivna suradnja i zalaganje vođene osobe, čak svakodnevna borba za nadvladavanje vlastitih slabosti i nesavršenosti. Potrebno je dopustiti Isusu „da uđe u naš život i da nas mijenja tako da postanemo sve manje sebični, a sve više slični njemu, Kristu, tj. sve manje ego-centrični, a sve više Kristo-centrični.“¹⁵ Rast u kršćanskoj svetosti tako podrazumijeva usklađivanje vlastita života s Isusovim životom, usvajanje Isusovih načela i stavova¹⁶ te na taj način posvemašnje suobličavanje slici Sina Božjega.

Kako bi se to moglo u potpunosti postići, nužno je odvažno krenuti na put duhovna rasta i odbaciti sve ono što se tome protivi – duhovnu oholost i taštinu, duhovnu lijenost, život u osrednjosti i lutanju koji ne može uroditi zadovoljstvom i ispunjenjem.¹⁷ Sve su ove pojave pokazatelji da je osobi potrebno duhovno vodstvo. Ako osoba više nije zadovoljna svojim trenutnim stanjem u duhovnom životu te je izmorena besciljnim lutanjima, ako osjeća potrebu da iziđe iz svojevrzne duhovne osrednjosti te ujedno žudi za dubljim odnosom s Bogom, iznimno je važno naći pouzdana duhovnika koji će joj znati pomoći ponovno uspostaviti unutarnju ravnotežu i otvoriti se Božjem djelovanju. Zadaća je osobe nadvladati stanje duhovne oholosti koje teži oslanjanju isključivo na vlastite snage, pritom ne dopuštajući pomoć drugih osoba, kao i stanje duhovne lijenosti i mlakosti koje se opire bilo kakvom naporu u traženju i postizanju većega stupnja duhovne zrelosti.

Cjelovit duhovni rast uvijek se odvija postupno te stoga zahtijeva ustrajno odricanje i strpljivost svakoga tko želi duhovno napredovati. Pojedinaac je pozvan suočiti se sa samim sobom,¹⁸ s čitavim svojim životom, kako bi mogao

15 Mihaly SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, Zagreb, 1990., 24.

16 Usp. *Isto*, 23.

17 Usp. Daniel BURKE – John BARTUNEK, *Upravljanje nutarnjim životom. Duhovno vodstvo i putovanje Bogu*, Zagreb, 2014., 15-21.

18 Usp. Mihaly SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, Zagreb, 1990., 38-48.

bolje uočiti stanje u kojem se trenutno u duhovnom životu nalazi te potencijale koje može razviti. Uz dimenziju iskrenosti nužno je da osoba nauči prihvaćati samu sebe. Samo na taj način može postati svjesna svojih talenata i darova koje joj je Bog dao te ih zatim uložiti u ostvarivanje Božjega plana u svojem životu. Iskrenost nije nužna samo u suočavanju sa samim sobom već jednako tako i u odnosu s duhovnim vođom. Kako bi duhovno vodstvo bilo plodonosno, osoba se ne smije skrivati i bježati pred duhovnikom nego mora u poniznosti i iskrenosti otvoriti svoju nutrinu, podijeliti s duhovnikom sve što nosi u srcu, sve brige, tjeskobe i teškoće. Takvim povjerenjem osoba očituje svoju nedostatnost, ali i svoje veliko povjerenje u duhovnoga vođu kako bi, slušajući njegove savjete i napatke, uznastojala u svojem životu razvijati odnos ljubavi prema Bogu i bližnjemu. Sudjelovanjem u duhovnom hodu osoba je pozvana pažljivo i budno osluškiivati nadahnuća i poticaje Duha Svetoga, pri čemu je osobito važan stav poučljivosti koji osoba iskazuje svojem duhovniku.¹⁹ Iako pojedinac unutar duhovnoga vodstva ostaje potpuno slobodan, stav poučljivosti važan je za pravilno usmjeravanje duhovnoga rasta i sazrijevanja. Naposljetku možemo ustvrditi kako duhovno vodstvo zahtijeva trajno zalaganje u izgradnji vlastite osobnosti i kršćanskoga identiteta otvaranjem Božjoj volji i njezinom primjenom u vlastitom životu. Tako duhovno vodstvo, zahtijevajući stalno angažman, postupno uvodi osobu u dublje razumijevanje, ali i redovito sudjelovanje u sakramentalnom životu Crkve. Rezultat su milosni plodovi koji u potpunosti preobražavaju život pojedine osobe. Stoga se možemo složiti s riječima Ivana Pavla II. koji u svojoj apostolskoj pobudnici *Christifideles laici* vjernicima daje sljedeću preporuku: „A da bismo mogli otkriti što je volja Gospodnja o našem životu, uvijek treba pažljivo i poučljivo slušati riječ Boga i Crkve, djetinje i ustrajno moliti, imati mudro i ljubazno duhovno vodstvo, razmatrati u vjeri primljene darove i talente.“²⁰

2.1. Temeljna načela logoterapije

Za uvođenje logoterapije u postojeću psihoterapeutsku praksu najzaslužniji je Viktor E. Frankl, njezin idejni začetnik. Kako bismo u potpunosti shvatili značenje ove psihoterapeutske metode, ponajprije valja reći kako je „njena ponuda zaista obuhvatna, jer je okrenuta i zdravima i bolesnima, mladim i starim ljudima, ljudima u najrazličitijim položajima života. Njena zadaća je vrlo jed-

19 Usp. Daniel BURKE – John BARTUNEK, *Upravljanje nutarnjim životom. Duhovno vodstvo i putovanje Bogu*, Zagreb, 2014., 49-52.

20 IVAN PAVAO II., *Christifideles laici – Vjernici laici. Apostolska pobudnica o pozivu i poslanju laika u Crkvi i u svijetu* (30. XII. 1988.), Zagreb, 1990., br. 58.

nostavna: ona želi utrti (poravnati) put koji vodi smislenome životu.²¹ Pozadinu logoterapije svakako valja tražiti u potresnom i bolnom životnom iskustvu njezina utemeljitelja. Naime Viktor E. Frankl kao potomak židovske obitelji proživio je strahote Drugoga svjetskog rata boraveći u zloglasnim nacističkim logorima u kojima je ostao bez svojih najbližih članova obitelji. Svojevrsna prekretnica njegova života dogodila se u trenutku kada je, ulazeći u logor, morao ostaviti sve svoje stvari, među kojima i rukopise svoje knjige, te odjenuti zatvorsko odijelo. Pritom je u odijelu pronašao komadić papira s ispisanom židovskom molitvom *Šema Jisrael*. To je shvatio kao poziv da u život provede ono o čemu je pisao.²² Tada je ujedno uvidio i da posjedovanje životnoga smisla daje snagu za nadvladavanje svih, pa i najtežih životnih teškoća.

Poučen proživljenim iskustvima Frankl je odlučio utemeljiti psihoterapeutsku metodu koja će se ponajprije baviti smislom ljudske egzistencije i traganjem za tim smislom. To je logoterapija koja se razlikuje od ostalih metoda psihoterapije po tome što je manje usredotočena na prošlost i na svijest pojedinca, a više na budućnost i zadatke koje u toj budućnosti treba ostvariti.²³ Budući da se manje bavi prošlošću, logoterapija pomaže pojedincu lakše preuzeti kontrolu nad vlastitim životom i angažirati svoje potencijale u potrazi za smislom postojanja. Otkrivanje smisla života postaje još značajnije imajući u vidu činjenicu kako danas sve veći broj pojedinaca pati upravo zbog nedostatka osmišljenosti vlastite egzistencije. U tom smislu Frankl govori o „egzistencijskom vakuumu“²⁴ koji se očituje u osjećaju unutarnje praznine i besmisla života te stoga nerijetko dovodi i do pojave neuroza. Ono što često uzrokuje taj vakuum svakako je i gubitak tradicionalnih vrijednosti koje su oduvijek davale čvrst oslonac i uporište životu svakoga čovjeka. Kako bi čovjek ponovno pronašao životni smisao, potrebno je taj vakuum ispuniti autentičnim vrednotama koje ne prolaze već trajno ostaju.

Logoterapija se usredotočuje na tri glavna pojma – slobodnu volju, volju za smislom i smisao života.²⁵ Kako bi traganje za smislom bilo moguće, svaki pojedinac mora donijeti slobodnu odluku koja ga stavlja na početak toga puta. Uz slobodu neizostavna je i ljudska volja koja mora biti ispravno usmjerena kako ne bi težila isključio prema ovozemaljskim stvarima nego prema onome

21 Elisabeth LUKAS, *Duhovna psihologija. Izvori smisljena života*, Đakovo, 2001., 7.

22 Usp. Želimir PULJIĆ, Franklova logoterapija – liječenje smislom, u: *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 14 (2005.) 4-5, 889.

23 Usp. Viktor E. FRANKL, *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju*, Zagreb, 1989., 87.

24 *Isto*, 92-93.

25 Usp. Želimir PULJIĆ, Franklova logoterapija – liječenje smislom, u: *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 14 (2005.) 4-5, 890.

što ih nadilazi. Na taj način volja za autentičnim životnim smislom postaje iznimno važan pokretač koji osobu potiče i podupire u ustrajnom traženju toga cilja. Osim slobodne volje Frankl ističe još jednu važnu značajku logoterapije – odgovornost s kojom su povezane životne vrednote.²⁶ Naime svako je ljudsko biće odgovorno za svoj vlastiti život, pa tako i za pronalazak životnoga smisla. Tako će Frankl, govoreći o zadaći logoterapije da „osvijesti ono duhovno“, ukazati na potrebu da „čovjeku dovede u svijest prije svega odgovornost kao bitnu osnovu ljudske egzistencije“, odgovornost koja „uvijek znači: odgovornost prema nekom smislu.“²⁷ U ovako shvaćenoj slobodi i odgovornosti čovjek se okreće prema onim vrijednostima koje su neprolazne i koje ga jedine mogu trajno ispuniti. To su vrijednosti koje zahtijevaju posvemašnje prijanjanje da bi na taj način mogle pojedinca voditi prema smislu kao cilju njegova života.

Životni smisao, kao čvrst oslonac ljudske egzistencije, nije nešto što čovjek mora svojim vlastitim snagama proizvesti ili svojim unutarnjim, duševnim moćima domisliti. Taj smisao ne ovisi o ljudskim željama i očekivanjima te stoga nije podložan nikakvim prohtjevima ljudskoga bića. Naprotiv, riječ je o smislu koji kao objektivna i samostojna stvarnost postoji izvan čovjeka i njegova subjektivnoga svijeta. Frankl stoga ističe kako taj smisao, ili logos, „ne proizlazi iz same pojedinčeve egzistencije, nego je radije nešto s čime se njegova egzistencija suočuje“.²⁸ Autentičan smisao ljudske egzistencije jest onaj koji otkrivamo u svijetu koji nas okružuje. Takav smisao od svakoga pojedinca zahtijeva trajan angažman i ustrajan napor oko njegova pronalaženja, a zatim i provođenja u svakodnevni život.

2.2. *Uloga savjesti i volja za nad-smislom*

U traganju za smislom ljudske egzistencije neizostavnu ulogu ima savjest koju Frankl naziva organom smisla.²⁹ Kako bismo savjest shvatili na ispravan način, potrebno je imati na umu ne samo njezinu ljudsku komponentu nego i njezinu transcendentnu značajku. Budući da savjest postoji kao stvarnost koja nadilazi ljudsku osobu, za čovjeka je iznimno važna poslušnost njezinim savjetima i preporukama. „Savjest je, prema Franklu, glas transcencije. Savjest je uvijek u službi samoostvarenja osobe, ali ne po mjeri i zamisli ljudskog, nego božanskog autoriteta. Savjest nam pomaže da živimo općeljudske vrednote istine, poštenja, dobrote, pravednosti u konkretnim životnim situacijama i na taj

26 Usp. Živan BEZIĆ, Franklova logoterapija, u: *Crkva u svijetu*, 14 (1979.) 4, 327-328.

27 Viktor E. FRANKL, *Liječnik i duša. Temelji logoterapije i egzistencijske analize*, Zagreb, 1993., 57.

28 Viktor E. FRANKL, *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju*, Zagreb, 1989., 89.

29 Usp. Viktor E. FRANKL, *Bog kojega nismo svjesni. Psihoterapija i religija*, Zagreb, 2001., 88.

način život po savjesti osigurava ostvarenje božanskog plana s čovjekom.³⁰ Savjest nas dakle povezuje s Bogom te na taj način oblikuje naše moralno djelovanje. Upravo se u tome ogleda čovjekova zadaća da ispravno oblikuje svoju savjest kako bi se na nju mogao osloniti u svakoj životnoj situaciji. Frankl shvaća savjest uvijek u povezanosti s konkretnim životom. Samo putem savjesti, koja svoj izvor ima u Bogu, čovjeku je moguće primijeniti norme univerzalnoga moralnog zakona na konkretne životne situacije.³¹ Na taj način, putem ispravno formirane savjesti, čovjek je sposoban za orijentiranje prema pozitivnim vrijednostima, za oslušivanje Božjega glasa, a po tome i za ostvarivanje pravoga smisla svojega postojanja.

Potrebno je spomenuti još jedan neizostavan aspekt Franklove logoterapije – *volju za nad-smislom*. Riječ je zapravo o svojevršnom nastavku traženja životnoga smisla, o produbljenju *volje za smislom*, o dubljem koraku koji čovjeka otvara prema dimenziji nadnaravnoga i religioznoga. Suprotno raznim redukcionističkim poimanjima čovjeka koja namjerno zanemaruju dimenziju njegove religioznosti te stoga nude nepotpunu viziju ljudske osobnosti, Frankl u svojem promišljanju ostavlja prostor i za duhovnu komponentu ljudske egzistencije u kojem svoje mjesto dobiva i vjera. Budući da je „Logos dublji od logike“,³² vjera je nužna želimo li se barem donekle približiti posljednjem smislu ljudskoga postojanja, smislu koji nadilazi mogućnosti ograničenoga ljudskog razuma i spoznaje. O važnosti vjere Frankl govori: „Samo po sebi je jasno da je vjera u nad-smisao – shvaćen bilo kao granični pojam ili, religijski, kao providnost – od eminentnog psihoterapijskog i psihohigijenskog značenja. Ona je stvaralačka. Kao prava vjera proizišla iz unutarnje snage ona krijepi. Za takvu vjeru ne postoji konačno ništa besmisleno.“³³ Možemo dakle uočiti kako između vjere i zauzeta traženja životnoga smisla postoji duboka povezanost. Budući da religioznost obuhvaća mnogo šire područje od psihoterapije, čovjeku je nužna prava vjera kojom dohvaća područje nadnaravnoga. Na taj način vjera otvara čovjeka prema transcendenciji, čini ga raspoloživim za sadržaje duhovnoga svijeta. Upravo se zato religiozna vjera treba promatrati kao stvarnost koja u sebi uključuje dimenziju transcendentalne kategorije.³⁴

30 Mijo NIKIĆ, Logoterapija i vjera u učenju Viktora E. Frankla, u: *Nova prisutnost: časopis za intelektualna i duhovna pitanja*, 1 (2003.) 2, 274.

31 Usp. Viktor E. FRANKL, *Bog kojega nismo svjesni. Psihoterapija i religija*, Zagreb, 2001., 37.

32 Viktor E. FRANKL, *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju*, Zagreb, 1989., 101.

33 Viktor E. FRANKL, *Liječnik i duša. Temelji logoterapije i egzistencijske analize*, Zagreb, 1993., 66.

34 Usp. Tanja RADIONOV, Smisao života i patnje promatran kroz katoličko-teološku i psihološko-logoterapijsku perspektivu, u: *Obnovljeni život*, 72 (2018.) 4, 526.

Govoreći o nad-smislu kao konačnom smislu koji obuhvaća čitavu ljudsku egzistenciju, Frankl uvodi i pojam providnosti koji nas nužno upućuje na Boga. Iako razumom ne možemo u potpunosti dokučiti posljednji smisao svega života, ipak možemo u određenoj mjeri racionalno spoznati kako iznad ovog našeg svijeta mora postojati još jedan uzvišeniji, duhovni svijet od kojega dolazi svaki pravi smisao. Na to nas upućuje i vjera koja je uvijek povjerenje u Nad-smisao, povjerenje u Boga.³⁵ Frankl uvijek ističe kako „život imade smisao i zadržava ga do kraja. Ali je od neusporediva značenja za život svakog pojedinca – da se tome smislu preda.“³⁶ Iako je logoterapija ponuđena svim ljudima, kako religioznima tako i nereligioznima, potpuno dohvaćanje smisla moguće je jedino potpunim predanjem Bogu. Naime samo Bog može u potpunosti ispuniti sve potrebe ljudskoga srca. U tom smislu Frankl govori o najdubljoj ljudskoj čežnji „koja leži u osnovi našeg postojanja“, o čežnji „koja je u toj mjeri neutoljiva da se ne može zadovoljiti ničim drugim nego Bogom.“³⁷

3. Duhovno vodstvo i psihoterapija: sličnosti i razlike

Između duhovnoga vodstva i psihoterapije postoje mnoge sličnosti, ali jednako tako i značajne razlike, koje je nužno uvažiti želimo li na ispravan način razumjeti njihovo pravo značenje. Kako bi se uspostavio plodonosan dijalog između duhovnoga vodstva i psihoterapije, neizmjereno je važno senzibilizirati predstavnike obaju područja za uzajamno poštivanje i uvažavanje. U tom smislu potrebno je nadići shvaćanja koja isključuju i odbijaju međusobnu suradnju i komunikaciju. Samo uz uzajamno otvaranje i upoznavanje koje poštuje vlastitost i mjerodavnost drugoga moguće je ostvariti kvalitetnu suradnju. Uvažavajući doprinose drugih područja i duhovno vodstvo i psihoterapija obogaćuju svoje vlastito iskustvo i znanje.

3.1. Doprinos psihologije duhovnom životu

Propitivanje međusobnog odnosa duhovnoga vodstva i psihoterapije započet ćemo pozitivnim vrednovanjem doprinosa psihologije i njezinih istraživanja koje nalazimo već u dokumentima Drugoga vatikanskog koncila. Koncil naime prihvaća napredak raznih znanosti koje svojim promišljanjima pomažu dubljem osvjetljavanju i poniranju u misterij čovjeka i svijeta. Pritom se osobito ističe uloga psihologije čija zapažanja svakako treba uzeti u obzir želimo

35 Usp. Šimun Šito ĆORIĆ, *Psihologija religioznosti*, Jastrebarsko, 1998., 96-97.

36 Viktor E. FRANKL, *Zašto se niste ubili? Uvod u logoterapiju*, Zagreb, 1989., 11.

37 Elisabeth LUKAS, *Duhovna psihologija. Izvori smisljena života*, Đakovo, 2001., 41.

li bolje razumjeti strukturu ljudske osobnosti. U tom kontekstu Pastoralna konstitucija o Crkvi u suvremenom svijetu *Gaudium et spes* nalaže primjenu psiholoških otkrića u čitavoj pastoralnoj praksi: „Neka se u dušobrižničkoj službi dovoljno priznaju i primjenjuju ne samo načela teologije nego također i otkrića profanih znanosti, u prvom redu psihologije i sociologije; tako će se i vjernici privesti k čišćem i zrelijem vjerskom životu.“³⁸ Doprinos psihologije važan je i u odgoju djece i mladih kojima treba pomoći „da skladno razvijaju svoje fizičke, moralne i intelektualne sposobnosti, kako bi postepeno postigli savršeniji osjećaj odgovornosti da svoj život neprestanim naporom pravilno usavršavaju i idu za pravom slobodom, hrabro i odlučno svladavajući zapreke.“³⁹ Naposljetku, nove spoznaje psihologije nalaze svoju primjenu i u pastoralnom djelovanju usmjerenom promicanju novih duhovnih zvanja i u sjemeništima.⁴⁰

Ponajprije, poznavanje psihologije kao znanosti uvelike pomaže duhovniku u dubljem upoznavanju i razumijevanju osobe, njezina karaktera, njezinih osobina, stremljenja i nadahnuća. Takvo je poznavanje osobe nužno za uspostavljanje kvalitetna odnosa između duhovnika i vođene osobe, odnosa u kojem će duhovnik moći na pravi način izvršiti svoju zadaću i pomoći osobi duhovno rasti, ali i znati procijeniti faze u kojima će osobi eventualno trebati stručna pomoć psihoterapeuta.

Duhovno vodstvo i psihoterapija u svojem postupanju s ljudima dijele mnoge zajedničke stavove, koje smatraju nužnima za postizanje željenih ciljeva. Navest ćemo potrebu aktivne suradnje, uzajamna dijaloga, poštovanja i iskrenosti između psihoterapeuta i pacijenta, odnosno između duhovnoga vođe i vođenoga. Psihoterapija je, razvijajući stav empatije kao iskrena suosjećanja s pacijentom te potičući pacijenta na hrabro i odvažno suočenje sa samim sobom i svojim unutarnjim svijetom, znatno utjecala na praksu duhovnoga vodstva. U odnosu psihoterapeuta i pacijenta moguće je istaknuti još nekoliko značajnih sastavnica koje se mogu primijeniti i unutar duhovnoga vodstva.⁴¹ To su ponajprije uzajamna otvorenost i toplina odnosa koja pospješuje stvaranje pozitivna ugođaja što omogućava brži i djelotvorniji napredak. Zatim je važno posvetiti osobi dovoljno vremena, znati slušati s velikom pozornošću, pomoći osobi da sama dođe do rješenja svojih problema. U psihoterapiji se nerijetko primjenjuje

38 DRUGI VATIKANSKI KONCIL, *Gaudium et spes*. Pastoralna konstitucija o Crkvi u suvremenom svijetu (7. XII. 1965.), br. 62, u: Dokumenti, Zagreb, 1986.

39 DRUGI VATIKANSKI KONCIL, *Gravissimum educationis*. Deklaracija o kršćanskom odgoju (28. X. 1965.), br. 1, u: Dokumenti, Zagreb, 1986.

40 Usp. DRUGI VATIKANSKI KONCIL, *Optatam totius*. Dekret o odgoju i obrazovanju svećenika (28. X. 1965.), br. 2, 3, 11, 20, u: Dokumenti, Zagreb, 1986.

41 Usp. Mihály SZENTMARTONI, *Osjetljivost za čovjeka. Pastoralna psihologija*, Zagreb, 2009., 69-77.

metoda dovođenja u svijest mnogih potisnutih i podsvjesnih sadržaja. Na taj način osoba postaje sposobna uočiti svoje skrivene želje, težnje i motivacije, ali i bolje upoznati unutarnju strukturu svoje osobnosti. Sve to pridonosi lakšem ovladavanju samim sobom i postizanju kontrole nad vlastitim životom. Uloga je psihoterapeuta u tome da pacijentu pomaže u procesu njegova ozdravljenja, da ga odgaja i usmjerava prema kvalitetnijem ostvarenju njegova života, slično kao i u duhovnom vodstvu.

3.2. Razlike između duhovnoga vodstva i psihoterapije

Razlike koje postoje između duhovnoga vodstva i psihoterapije ponajprije nas upućuju na činjenicu kako je riječ o dva, iako bliska, ipak različita područja ljudske stvarnosti. Dok psihoterapija obuhvaća duševnu dimenziju ljudske egzistencije, duhovno se vodstvo prvenstveno odnosi na duhovnu, možemo reći i vjersku komponentu ljudskoga života.⁴² Tako se psihoterapija usredotočuje na nadvladavanje raznih duševnih poremećaja i teškoća, kao što su depresija, tjeskoba, razne neuroze i slični problemi. Duhovno je vodstvo pak usmjereno pružanju duhovne pomoći i potpore osobama koje se nalaze u različitim kriznim trenucima duhovnoga života, osobama koje muče razne sumnje te su izložene raznovrsnim kušnjama, ali unatoč svemu žele rasti i napredovati u postizanju kršćanske zrelosti. Sljedeća je važna razlika u činjenici kako psihoterapija redovito izbjegava govor o grijehu koji čovjeka udaljava od Boga te ujedno predstavlja zapreku na putu duhovnoga sazrijevanja. Umjesto toga radije se spominju nepogodne okolnosti i teške situacije kojima se pripisuje negativan utjecaj na čitavu egzistenciju. Katkad se, također, spominju doživljene traume iz djetinjstva ili bolna iskustva koja narušavaju čovjekov unutarnji sklad. No takvo je poimanje nedostatno i nepotpuno te stoga ne može rezultirati potpunim oslobođenjem i ispunjenjem čovjeka. Upravo stoga do izražaja dolazi posebnost i izvornost kršćanske vjere i duhovnosti. Naime, praksom duhovnoga vodstva, a zatim i sakramentom ispovijedi, s kojim je duhovno vodstvo blisko povezano, događa se istinsko i potpuno oslobođenje čovjeka posredstvom oprostjenja grijeha i obnavljanja odnosa s Bogom. Time, dakako, psihoterapiji ne poričemo sposobnost nadvladavanja raznih psihičkih teškoća već samo ističemo potpuniji vid oslobođenja koje se može ostvariti duhovnim vodstvom i sakramentom ispovijedi.

Duhovno vodstvo, za razliku od psihoterapije, koja se u odnosu s pacijentima koristi isključivo naravnim sredstvima kao što su dijalog ili savjet, upotrebljava

42 Usp. Maurizio COSTA, *Direzione spirituale e discernimento*, Roma, 2009., 63-65.

i nadnaravna sredstva.⁴³ Naime „u duhovnom vodstvu čovjek traži Boga, i da bi to postigao, rabi sredstva koja mu je sam Bog dao: molitva i sakramentalni život. To su najbolja sredstva duhovnog vodstva čovjekovu praćenju na njegovu putu vjere.“⁴⁴ Pritom, dakako, ne možemo ne spomenuti zasluge psihoterapije u pogledu dubljega razumijevanja procesa dijaloga i njegove primjene, bilo na izravan način, u kojem glavnu riječ ima psihoterapeut koji usmjerava razgovor, bilo na neizravan način, u kojem pacijent preuzima aktivniju ulogu u vođenju dijaloga dok se terapeut usredotočuje na slušanje pacijenta. Ovim se spoznajama služi i duhovno vodstvo koje se stoga može odvijati na oba spomenuta načina.⁴⁵ Još je jedna razlika između duhovnoga vodstva i psihoterapije, razlika koja također ukazuje na posebnost duhovnoga vodstva. Riječ je, zapravo, o naravi odnosa koji se ostvaruju u dvjema spomenutim stvarnostima. Psihološki modeli savjetovanja ograničavaju se na odnos između terapeuta i pacijenta, odnos koji isključuje prisutnost bilo kojeg drugog subjekta, odnos koji je zatvoren u granice mjerodavnosti psihoterapije. U duhovnom vodstvu postoji nešto što možemo označiti kao „nacrt ili volja Trećega“.⁴⁶ Pod tim pojmom podrazumijevamo prisutnost dublje razine odnosa koja se ostvaruje unutar redovita odnosa između duhovnoga vođe i vođenoga. Dijaloški odnos duhovnoga vođe i vođenoga ne iscrpljuje se samo u njihovoj međusobnoj komunikaciji nego je otvoren prvenstveno za istraživanje onoga što tu komunikaciju nadilazi. To znači da su oba sudionika duhovnoga vodstva usmjerena prema istraživanju Božje volje koju potom nastoje primijeniti u svakodnevnom životu. Bog je glavni subjekt i protagonist čitavoga procesa duhovnoga vodstva, dok su duhovni vođa i vođeni aktivni Božji suradnici, otvoreni djelovanju Duha Svetoga i tako odgovaraju njegovim poticajima.

Često se primjećuje kako razni modeli psihoterapije govore o potrebi čovjekova samoostvarenja. Tako se u psihoterapiji nude razni oblici pomoći namijenjeni postizanju upravo toga cilja. Međutim kada je riječ o samoispunjenju, nerijetko se izbjegava bilo kakav govor koji bi uključivao potrebu samozataje ili žrtvovanja sebe u vidu dobra drugih.⁴⁷ U prvi plan dolazi samo ono što se izravno tiče vlastitih interesa i probitaka. A takvo je poimanje samoostvarenja suprotno kršćanskom stavu i pogledu na čovjeka. Duhovno se vodstvo pak usredotočuje na razvijanje onih sposobnosti i kreposti koje osobi omogućavaju

43 Usp. Luis MENDIZABAL, *La direzione spirituale – teoria e pratica*, Bologna, 1999., 66-69.

44 Miljenko STOJIC, Duhovno vodstvo u suvremenoj duhovnosti, u: *Obnovljeni život*, 51 (1996.) 4, 428.

45 Usp. *Isto*, 427.

46 Egidio VIGANO – Joseph AUBRY – Jacques SCHEPENS, *Duhovno vodstvo*, Zagreb, 1983., 27-28.

47 Usp. Benedict J. GROESCHEL, *Psihologija duhovnoga razvoja*, Split, 2009., 143-151.

istinski duhovni, a time i ljudski rast. To su ponajprije samozataja, velikodušnost, spremnost na služenje i darivanje drugima.

Potrebno je spomenuti i razlike koje postoje između psihoterapije i duhovnoga vodstva vezane uz poimanje krivnje kao osjećaja koji uvelike opterećuje i otežava život osobe koja je njime pogođena.⁴⁸ Metode psihoterapije usredotočuju se na otkrivanje onih izvora koji u podsvijesti osobe proizvode osjećaj krivnje, tjeskobe i nemira. Posvješćivanjem potisnutih misli nastoji se doprijeti do korijena tih pojava i tako pomoći osobi u njihovu nadvladavanje. Postupkom desenzibilizacije osobu se nastoji potaknuti na manju osjetljivost prema onim osjećajima koji je uznemiruju i bude krivnju. Posvećujući manje pažnje negativnim osjećajima, osoba može postati slobodnija u svojem životu i djelovanju. U psihoterapiji se često potiče metoda verbalizacije unutarnjih sadržaja i teškoća koji, kad se izreknu i podijele s drugima, postaju manje opterećujući. Pomoću svih navedenih metoda psihoterapija može osobi pružiti pomoć samo u nadvladavanju neurotskoga osjećaja krivnje, ali takva pomoć nije moguća kada se radi o dubljoj, egzistencijalnoj krivnji.⁴⁹ Za nadvladavanje egzistencijalne krivnje potreban je onaj specifičan aspekt koji posjeduje upravo kršćanska vjera, a to je oslobađanje savjesti procesom odrješenja. To je istinsko oslobođenje čovjeka, oslobođenje koje se ostvaruje u sakramentu pomirenja koji, zajedno s duhovnim vodstvom, predstavlja poseban vid kršćanske vjere. U sakramentu pomirenja Bog oprašta čovjeku njegove grijeha i ozdravlja ga od svih njegovih tjeskoba i strahova. Kako bi primio Božje oprostjenje, čovjek se mora otvoriti Bogu u vjeri i povjerenju, a to je upravo onaj odnos koji se nastoji produbiti i u procesu duhovnoga vodstva. U tom kontekstu duhovno vodstvo osobi omogućava autentično duhovno sazrijevanje i rast u vjeri, a time onda i približavanje Bogu, koji jedini može u potpunosti osloboditi čovjeka i darovati mu unutarnji mir.

3.3. Pravilan odnos između duhovnoga vodstva i psihoterapije

Uz opisane posebnosti i razlike između duhovnoga vodstva i psihoterapije potrebno je istaknuti još poneke činjenice o njihovu ispravnom odnosu kojemu treba težiti u okviru međusobne suradnje. Naime samo na temelju pravilno postavljenog odnosa moguća je kvalitetna razmjena i uzajamno nadopunjavanje duhovnoga vodstva i psihoterapije. Pri tome je osobito važno izbjegavati dva stava koja taj odnos mogu ozbiljno narušiti. Tako je s jedne strane potrebno

48 Usp. Mihaly SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, Zagreb, 1990., 184-187.

49 Usp. Mihaly SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, Zagreb, 1990., 186.

nadići stav međusobne isključivosti i zatvaranja koji u drugom području odbija prepoznati autentične vrednote i doprinose. U takvoj isključivoj usredotočenosti na vlastito područje lako se gubi iz vida širina stvarnosti te se, posljedično, ne uspijeva pomoći osobi na prikladan način. Stoga je svaki redukcionizam i ekskluzivizam na području duhovnoga vodstva i psihoterapije neprihvatljiv. S druge strane apsolutno je nužno izbjegavati bilo kakvo miješanje i poistovjećivanje duhovnoga vodstva i psihoterapije kao da se radi o dvjema identičnim stvarnostima. Takvo bi poistovjećivanje neizbježno vodilo do gubitka njihove autonomnosti, a time i do gubitka njihove posebnosti. U konačnici, utapanjem jedne stvarnosti u drugoj izgubila bi se svaka specifična svrha i duhovnoga vodstva i psihoterapije. Za pravilan odnos duhovnoga vodstva i psihoterapije, uz izbjegavanje navedenih opasnosti, potrebno je razvijati stav međusobna povjerenja, ali i primjerena razlikovanja.⁵⁰ Samo uz otvorenost, povjerenje i uvažavanje doprinosa drugih područja moguće je uspostaviti kvalitetnu suradnju, aktivan i učinkovit dijalog te tako unaprijediti međusoban odnos razmjenom novih i kreativnih spoznaja. Pritom je jednako važno i poštivanje različitosti i vlastite mjerodavnosti pojedinih područja. Naime i duhovno vodstvo i psihoterapija posjeduju zasebne metode, načine i sredstva za postizanje svojih specifičnih ciljeva. U takvom uvažavanju autonomije i mjerodavnosti drugih područja na najbolji način dolazi do izražaja vlastita posebnost. Stoga možemo reći kako je međusobno povjerenje i razlikovanje nužno kako bi duhovno vodstvo i psihoterapija mogli na autentičan način pružiti kvalitetnu pomoć i potporu pojedinim osobama, u skladu s njihovim stvarnim problemima i potrebama.

Zaključak

Stvarnost duhovnoga vodstva i psihoterapije predstavlja složenu mrežu odnosa koja obuhvaća čitavu ljudsku egzistenciju, osobito njezin duhovno-duševni aspekt. Nužno je uspostaviti aktivan dijalog i zauzetu suradnju između duhovnoga vodstva i psihoterapije kako bi se uzajamnim nadopunjavanjem moglo na što kvalitetniji način pomoći osobi u nadvladavanju teških životnih situacija koje trenutno proživljava. Kako bi se takva integracija duhovnoga vodstva i psihoterapije uistinu mogla dogoditi, potrebno je uvažavati zasebna područja njihova djelovanja te poštivati granice njihove vlastite mjerodavnosti. Uz do-dirne točke i sličnosti duhovno vodstvo i psihoterapija posjeduju i ne manje važne razlike koje također treba poštivati želimo li na ispravan način shvatiti mogućnosti njihove integracije. Potrebno je upoznati ljude sa specifičnostima

50 Usp. Ivan PLATOVNJAK, Duhovno vodstvo i psihologija: suprotstavljenost ili integracija?, u: *Obnovljeni život*, 63 (2008.) 1, 48.

duhovnoga vodstva i psihoterapije kako bi na taj način mogli prepoznati pravu narav svojih problema te potom zatražiti prikladnu pomoć. Otkrivanje duhovnoga vodstva i njegovih bogatstava osobito je važno za kršćanske vjernike kako bi mogli rasti u ljudskoj i kršćanskoj zrelosti te napredovati u svojem odnosu s Bogom, imajući u vidu temeljnu svrhu svojega života – zajedništvo s Bogom Trojedinim.

THE SPIRITUAL DIRECTION AND PSYCHOTHERAPY

Summary

Contemporary man, under the influence of many different offers of post-modern society, slowly loses the firm support of his life and remains without life sense and real orientation. In that context, spiritual direction and psychotherapy represent the alternative to the offers of this world and endeavor to offer the help to those persons who seek the deeper sense of human existence. Therefore, it is necessary to analyze the main characteristics of spiritual direction, then, through the prism of logotherapy, to show one aspect of psychotherapy and, in the end, to compare correlative relationship between spiritual direction and psychotherapy. The intention of this article is to show that the integration between spiritual direction and psychotherapy is possible, although at the same time should be appreciated their own specialty and singularity. While psychotherapy helps in the overcoming of many different mental problems and difficulties, spiritual direction is especially important for Christian believers who want to rise in the personal relationship with God and in the following of Jesus Christ.

Key words: spiritual direction, psychotherapy (logotherapy), integration, relationship with God.