

## USAMLJENOST: MORALNI IMPERATIV ZA CRKVU I DRUŠTVO

*Paula Zujć*

### UVOD

Vrijeme koje se provodi s prijateljima u samo 17 godina palo je za 20 sati mjesečno, pokazuju američke statistike za razdoblje od 2003. do 2020. godine (Our Epidemic of Loneliness, 2023: 14). Ne opada samo vrijeme koje Amerikanci provode s prijateljima, već i svi drugi oblici socijalne interakcije pa tako i s obitelji. Pa se tako gotovo polovica odraslih Amerikanaca osjeća usamljeno, s najvećim rezultatima zabilježenima među mladima (Our Epidemic of Loneliness, 2023: 9). U Velikoj Britaniji, pak, raste broj kronično usamljenih - onih koji se osjećaju usamljeni često ili vrlo često (Campaign to end loneliness, n. d.).

Hrvat bi se mogao pokušati utješiti tezom da su spomenuta društva više individualistička od hrvatskoga, no čini se da usamljenost nije zaobišla ni Hrvatsku. Naime, u jednom od istraživanja usamljenosti u 13 europskih zemalja Hrvatska se smjestila među pet zemalja koje bilježe najveće stope usamljenosti (Tonković i dr.: 2021: 391).

Prosječna osoba mogla bi reći da usamljenost pogađa samo starije osobe. No to također nije slučaj. Naime, usamljenost djece i mladih bila je relativno stabilna do 2012. godine, navodi se u jednom istraživanju koje je obuhvatilo 37 zemalja, a tada se počinje bilježiti njezin rast. Zanimljivo je primijetiti je da je to također vrijeme širenja pametnih telefona (Twenge, Haidt, Lozano i Cummins, 2022, prema Mikecin i Merlin, 2023: 82). Kulminaciju porasta usamljenosti prepoznala je i Svjetska zdravstvena organizacija koja je 2023. godine proglasila usamljenost globalnim zdravstvenim prioritetom. Upozoravaju (WHO, 2023) kako je diljem svijeta 25 % starijih ljudi socijalno izolirano, ali i da je 5-15 % adolescenata usamljeno. Dakle, primjećuje se kako je fenomen izražen i kod starije populacije i kod adolescenata te globalno proširen, a pandemija COVID-19 zajedno s *lock-downom*, ekonomskom krizom i ostalim izazovnim društvenim situacijama dodatno je učvrstile rastuće negativne trendove.

Na te pokazatelje države daju nacionalne odgovore kroz javne politike i kampanje: Velika Britanija je problem usamljenosti adresirala 2018. godine pri vladi, što su popratili brojni izvori, SAD Zakla-

dom za socijalnu povezanost, a Australija Zajedničkim okončanjem usamljenosti u Australiji (Taylor i dr., 2023).

Zašto je potrebno prebaciti fokus s usamljenosti kao čovjekovog neizbrisivog, povremenog i egzistencijalnog iskustva na perspektivu usamljenosti kao zdravstvenog i društvenog problema suvremenog doba? Jesu li njezine posljedice zaista tako negativne i zašto su je počeli nazivati pandemijom? Kako je ta tema povezana s Crkvom, čije su vrijednosti zajedništvo, solidarnost, briga za marginalizirane i opće dobro? Teza ovog rada je da usamljenost nije tek *neobavezni kulturološki indikativ* već *moralni imperativ*<sup>1</sup> koji obvezuje sve društvene dionike, a osobito instituciju koja je zajednica vjernika.

#### BITI SAM I BITI USAMLJEN NIJE ISTO

Na početku bi bilo korisno definirati pojmove koji se ponegdje jasno definiraju kao različiti, a ponegdje se navode kao istoznačnice ili bliskoznačnice. Samoća, odnosno biti samim je stanje koje ne mora nužno biti negativno. Samoću čovjek može odabrati iz raznih razloga: kako bi nešto stvarao, kako bi se odmorio, kako bi provjerio kako je, što ga muči ili čime je zadovoljan. Suvremeno doba prepuno je podražaja, buke, informacija te će neki reći da se za samoću danas čak treba izboriti.

S druge strane, usamljenost je stanje u kojem pojedinac ne uspijeva ostvariti dovoljnu ili zadovoljavajuću razinu kontakata s drugim ljudima, unatoč želji da ih ostvari (Taylor i dr., 2023: 1). Iako se usamljenost može mjeriti učestalošću kontakata na tjednoj ili mjesečnoj razini, što bi govorilo o objektivnijoj dimenziji tog fenomena, ipak se u definiranju pojma naglasak stavlja na subjektivni vid: koliko je osoba zadovoljna odnosima i interakcijama s drugima koje ima te kako procjenjuje kvalitetu tih odnosa? Usamljenost je praćena osjećajima praznine, snižene energije, tuge, beznađa, dok se kod mladih često prepoznaje u osjećaju nedovoljnog razumijevanja ili potpore, izoliranosti od vršnjaka, neshvaćanja roditelja i slično (Brehm 2002, prema Mikecin i Merlin, 2023: 80).

---

<sup>1</sup> Teza je inspirirana opozicijom koju Marasović navodi u svome radu: "netko iz nje izvlači dužnost i odgovornost za svoj osobni, aktivni doprinos tim promjenama, što će reći da je shvaća kao vlastiti moralni imperativ, dok drugi tek pasivno uzima na znanje kao neki neobvezatni kulturološki indikativ" (Marasović, 2003, 83).

## POSLJEDICE USAMLJENOSTI

Kao što je već navedeno, 2023. godine Svjetska zdravstvena organizacija proglasila je usamljenost globalnim zdravstvenim prioritetom. Njezine posljedice objašnjavaju zašto. Ako se poslužimo podjelom mentalno i fizičko zdravlje (iako se sve više naglašava kako su oni neodvojivi te međuovisni i koliko je zdravlju bitno pristupati cjelovito), posljedice na mentalno zdravlje su iduće: problemi sa spavanjem, anksioznost, depresija, negativan utjecaj na uspjeh u školi/na poslu, povećava se mogućnost pojave rizičnih ponašanja (Cacioppo i dr., 2020 prema Mikecin i Merlin, 2023: 80).

Usamljenost i problemi s mentalnim zdravljem čine negativni začarani krug u kojem jedno drugo pojačavaju na način da problemi s mentalnim zdravljem pojedinca ponekad vode do usamljenosti, dok je usamljenost kao takva izvor brojnih negativnih posljedica za mentalno i fizičko zdravlje pojedinca.

Kada govorimo o tjelesnom zdravlju, posljedice usamljenosti su sljedeće: djeluje negativno na kardiovaskularni, imunološki i neurološki sustav, povećava mogućnost razvoja demencije, povećava mogućnost razvoja infarkta i raka (Spitzer, 2018). Pamtljivo i slikovito rečeno, usamljenost može skratiti život kao 15 cigareta dnevno. Tom se usporedbom želi upozoriti na to da je usamljenost rizičniji faktor od onečišćenja zraka, nedostatka kretanja, pretilosti i sličnih već poznatih čimbenika (Spitzer, 2018).

## JE LI USAMLJENOST PROBLEM POJEDINCA ILI DRUŠTVA?

U suvremeno doba brojni društveni problemi shvaćaju se kao individualni, pa je tako pojedinac ostavljen sam, noseći terete i odgovornosti izazova koji uvelike nadilaze individualne okvire i mogućnosti (Bauman, 2019). Ta se perspektiva može prepoznati i kod problema usamljenosti koji se zna promatrati kao "individualna patologija" u kojoj pojedinac ne može ostvariti zadovoljavajuću razinu odnosa zbog svog karaktera ili ponašanja (Donbavand, 2020: 73; Bruhn, 2011). Ipak, ako u suvremenom društvu značajno raste broj onih koji ne uspijevaju ostvariti zadovoljavajuću razinu odnosa s drugima, možda je opravdano pomisliti da to nije samo do "pojedina" nego da i društvo treba staviti u fokus promišljanja o usamljenosti. Usamljenost je neodvojiva od šireg kulturnog i društvenog konteksta (Tonković i dr., 2021).

Društveni je to problem i jer postoje javnozdravstveni troškovi koje snosi društvo, tj. država, dakle, zajednica. Ista zajednica

javnim politikama i brojnim drugim mehanizmima može utjecati na preveniranje, prepoznavanje i suzbijanje opisanog problema na razne načine, za što su već spomenute javne politike i kampanje SAD-a, Velike Britanije i drugih. Zanimljiv je i primjer Austrijskog Caritasa,<sup>2</sup> koji je 2020. godine pokrenuo projekte kao što su mreže čavrljanja koje se nazove u potrebi i potrazi za razgovorom. Tu je priliku iskoristilo više od 6000 ljudi, a u projektu je angažirano oko 4000 volontera. Pokrenuli su i slične projekte, poput "klupa za razgovor" i toplih prostorija gdje se usamljene osobe mogu okupljati. S obzirom na to da je i socioekonomski status nešto što također može ograničavati socijalne kontakte, projekti koji potiču i omogućavaju susrete unutar okvira koji nisu financijski opterećujući, svakako su pohvalni.

Jasno je da brojni društveni čimbenici oblikuju kontekst za ostvarenje društvene povezanosti, utječući na njega manje ili više povoljno. U tom kontekstu može se promišljati kakvi su odnosi koji se njeguju u društvu, tj. u svakoj od njegovih institucija. Koliko je empatija prisutna u odnosima? Na široj razini, kakva se kultura njeguje u školama, na radnome mjestu, u zdravstvu? Koje su norme i vrijednosti prisutne, kakve su javne politike? Sve su to elementi koji se mogu zasebno promišljati u perspektivi izgradnje zajednice i zajedništva, odnosno porasta usamljenosti (Our Epidemic of Loneliness, 2023: 17).

## NEKI OD DRUŠTVENIH KORIJENA USAMLJENOSTI

### Tehnološke promjene

Najjednostavnije rečeno, tehnologija je značajno preoblikovala način funkcioniranja suvremenog čovjeka. Za puno stvari danas čovjeku nije potreban drugi - to mjesto vješto i efikasno zauzima tehnologija. Hranu je moguće naručiti preko tehnologije, a tehnologija može biti u funkciji zabave dok se objeđuje. Nakon napornog dana na poslu, koji se često obavlja upravo putem računala, slijedi opuštanje i odmor uz dobar film ili seriju. Usput se razmijeni pokoja poruka s prijateljem preko društvenih mreža. Poljski sociolog Zygmunt Bauman (2009) upozoravao je kako virtualne zajednice, online svijet i surfanje mrežom ne mogu pojedincu omogućiti pripadanje, identitet i zajedništvo koje ostvaruje kroz odnose i susrete uživo.

---

<sup>2</sup> Vidi više na: <https://ika.hkm.hr/crkva-u-svijetu/ravnatelj-beckog-caritasa-rastuca-usamljenost-je-podcijenjena-nevolja/>

Suvremena sredstva komunikacije omogućuju neprestanu komunikaciju s drugima u kojoj se odnose može birati i uklanjati prema želji, piše papa Franjo u enciklici *Laudato si*. Uz to, navodi kako tehnologija katkad i onemogućuje da “stupimo u izravan dodir s tjeskobom, strahovima i radostima drugih, kao i sa složenošću njihova osobnoga iskustva”, zbog čega raste “duboko i sjetno nezadovoljstvo odnosima s drugim osobama ili štetna izolacija” (LS, 47). Iako tehnologija omogućuje povezanost i umrežavanje, Papa upućuje na manjak osjećaja za bratstvo, a problematični višak izolacije, usamljenosti, anksioznosti, distrakcija i nestrpljenja (FT, 32).

### Promjene u obiteljskoj strukturi

Društvene promjene zahvatile su i obiteljske odnose, stoga je prisutan porast jednoroditeljskih obitelji i razvoda brakova, što je također jedan od razloga koji se povezuje sa usamljenošću (Mikecin i Merlin, 2023: 82).

### Urbanizacija i njoj pripadajući stil života

Sve veći broj ljudi diljem svijeta živi u gradovima u kojima je život brz, dinamičan, prepun podražaja i zbivanja. Takav život zahtijeva veliku razinu organizacije i isplaniranog vremena te kvalitetnog rasporeda kako bi se efikasno iskoristilo vrijeme. Opisani društveni uvjeti često nameću specifičan stil života: život brzine, anonimnosti, ignoriranja mnogih podražaja kako bi se “sve stiglo”. Sve to značajno utječe na održavanje odnosa, a smanjuje i mogućnost spontanih i slučajnih susreta koji su čovjeku također važni. Slikovito to opisuje papa Franjo u idućem citatu:

*Danas smo, primjerice, svjedoci nerazmjernog i nesređenog povećanja mnogih gradova, u kojima je život postao nepodnošljiv sa zdravstvenog gledišta (...) i zbog urbanog kaosa, problema s prijevozom te pretjerane buke i svjetlosti. (...) Postoje gradske četvrti koje su, premda nedovoljno izgrađene, neuredene, prenapučene i nemaju dovoljno zelenih površina. Ne priliči stanovnicima ovoga planeta da žive sve više zagušeni betonom, asfaltom, staklom i metalom, lišeni fizičkog kontakta s prirodom.* (LS, 44)

### Individualizacija

Kao jedna od društvenih promjena koja je oblikovala suvremeno zapadno društvo, često se spominje i individualizacija. Jednostavno objašnjeno, u tradicionalnom društvu pojedinac je bio uronjen u širu socijalnu mrežu unutar koje je obavljao mnoge zadat-

ke: radio, družio se, objedovao, brinuo se za obitelj i slično. Suvremeno društvo je "propusnije", sačinjeno od manje "tjesnih veza", pa pojedinac iz mreže odnosa lakše "isklizne", a čvršći odnosi zamijenjeni su odnosima "na poziv" (Bruhn, 2005: 22). Kroz zajednicu je pojedinac dobivao odgovore na vječna pitanja: tko sam i koji je cilj moga života? U suvremeno doba promijenile su se i vrijednosti, ali i struktura, tj. način na koji je organiziran društveni život. Stoga pojedinac danas često radi sam, objeduje sam, opušta se i provodi slobodno vrijeme sam, eventualno uz prisutnost maloprije spomenute tehnologije.

#### CRKVA PRED IZAZOVOM USAMLJENOSTI

Papa Franjo u enciklici *Fratelli tutti* (12) navodi kako smo sve usamljeniji "u sve masovnijem svijetu koji promiče individualne interese i slabi zajedničku dimenziju života". Uz to, Papa tvrdi kako je jedno od obilježja suvremenog društvenog konteksta hladna, udobna i globalizirajuća ravnodušnost (FT, 29), koja je pogodan kontekst za daljnje širenje usamljenosti. Iako je primjetan znatan ekonomski, tehnološki, znanstveni i drugi napredak, Papa vrlo jasno kritizira nepismenost suvremenog čovjeka u pogledu brige, pratnje i potpore potrebitih, slabih i marginaliziranih koje se ignorira ako nas te situacije izravno ne dotiču (FT, 64).

Rastuća usamljenost svakako je jedan od društvenih problema, a moglo bi se postaviti pitanje je li riječ o jednoj tihoj krizi, koja je i sama dodatno učvršćena brojnim drugim krizama. Domazet (2021: 480) krizu definira kao stanje u kojemu su napušteni ili se napuštaju stari obrasci funkcioniranja, a novi još uvijek nisu uspostavljeni. U definiranju pojma brzo poseže za perspektivom koju često podcrtava Papa Franjo, u kojoj se kriza ne promatra apokaliptično ili dramatično, već se na nju gleda kao na prigodu, navodeći kako je kriza "terapijsko sredstvo za promjenu mišljenja i vrijednosti" te promjenu smjera, na koju je nužno gledati s kršćanskom nadom (Domazet, 2021: 480).

Stoga je raširenu usamljenost potrebno prestati shvaćati kao neobavezni kulturološki indikativ, nego ju je potrebno svatiti kao moralni imperativ koji obvezuje sve društvene dionike, a osobito instituciju koja je zajednica vjernika.

Povezanost religioznosti i usamljenosti tematizirala se još kod socioloških klasika kao što je Durkheim, ali i recentne sociološke studije upućuju na to da vjerske organizacije i zajednice pojedincu "pružaju osjećaj značenja i svrhe, pružaju osjećaj pripadanja for-

miran oko dijeljenih vrijednosti i podrške”, izvor su redovitog društvenog kontakta te služe kao zajednica potpore (Our Epidemic of Loneliness, 2023: 16). U tome se očituje potencijal i značenje koji vjerske organizacije i zajednice, pa tako i Crkva, imaju u nadilaženju ovog društvenog izazova.

Put Crkve je čovjek, pisao je Ivan Pavao II. (prema Marasović, 2003: 89), a današnji je čovjek vrlo usamljen. Crkva je osobito dužna odgovoriti na taj zahtjev jer je zajednica vjernika i jer je služenje i pomaganje potrebitima logika njezinog djelovanja. Kako Spajić (2009: 202) piše, Crkva je “od samoga početka svojega javnoga djelovanja uključivala u svoje poslanje i socijalno djelovanje kroz najrazličitije vidove skrbi za pojedina područja ljudskog i društvenog života, kao što su: briga za siromašne, podizanje utočišta, škola i bolnica, sve do suvremenog oblika institucionaliziranog karitativnog djelovanja”. Stoga je prisutnost, aktivnost i kreativnost Crkve tijekom suvremene pandemije usamljenosti itekako potrebna.

Kršćanstvo je uvelike obilježeno zajedništvom. Bog je trojstvo i zajedništvo osoba, a čovjek je slika Božja. Nadalje, “Isus izričito šalje svoje učenike ‘dva po dva’ (Mk 6, 7) i traži da se evanđelje najprije živi i navješćuje u zajednici (usp. Mt 18, 19-20)”, slijedom čega Domazet (2021: 495) navodi kako bi Crkva puno više trebala biti zajednica, a puno manje institucija. To je, dakle, model za Crkvu koji treba nasljedovati i živjeti, a Domazet (2021: 495) ga smatra više prisutnim u teološkom nacrtu nego u pastoralnoj praksi. Na tom tragu Papa podsjeća kako se nitko ne spašava sam te da život postoji jedino ondje gdje postoji zajedništvo, odnosno “ljudska bića su takva da ne mogu živjeti, razvijati se i ostvarivati osim ‘u iskrenom darivanju sebe drugima’” (FT, 30). Jednako tako, Papa naglašava kako je “prava vjera u utjelovljenog Sina Božjeg neraskidivo povezana s darivanjem sebe, s članstvom u zajednici, sa služenjem, s pomirenjem s drugima” (EG, 88).

## ZAKLJUČAK

Kako bi se primijetilo probleme suvremenoga doba, među kojima je svakako i usamljenost, potrebno je razvijati “mistiku otvorenih očiju” ili “mistiku sućuti” (Metz, 2011 prema Domazet, 2021: 493). Brojke koje bilježe usamljenost te koje sve više rastu, stvaraju pesimizam. Guardini (prema Domazet, 2021: 13), međutim, razlikuje lažni pesimizam od pravog pesimizma, ističući kako je pravi pesimizam onaj koji gorak okus stvarnosti pretvara u stvaralačku snagu kojom se kreira bolje stanje od onoga koje je zatečeno. Stoga je pravi pesimizam pogonsko gorivo za restrukturiranje mentaliteta

i praksi (Marasović, 2003: 84) u smjeru razvijanja kulture ljudskih odnosa, o čemu i dalje piše i na što potiče papa Franjo (FT, 29) sintagmom: kultura bliskosti, odnosno susreta.

Potrebno je da kultura ljudskih odnosa, bliskosti ili susreta zahvati domove, obitelji, prijateljstva, župne zajednice, kvartove, poslovni ambijent, škole i ostale društvene institucije. Papa Franjo potiče na kreativnost i hrabrost u suočavanju sa stvarnosti, koja može započeti idućim pitanjima: Što je s obiteljima i kakvi odnosi u njima vladaju? Što je s mladima i što se još za njih može učiniti? Koje se aktivnosti za njih mogu organizirati i u što ih se može uključiti? Poznaju li se ljudi u župnoj zajednici? Kroz koje bi se prigode mogli bolje upoznati i povezati? Gdje su prostori u kojima se može besplatno susresti i u kojim su vremenima dostupni? Što je sa starijima, majkama i trudnicama, mogu li se organizirati susreti za njih? Što je sa svećenicima, jesu li oni usamljeni i kako župna zajednica može biti više prisutna za njih? Tko je sve unutar tih društvenih skupina usamljen? Kako mu pristupiti? Koju inicijativu pokrenuti? Revolucija brige i nježnosti na koju Papa potiče najbolji je odgovor na hladnu i udobnu ravnodušnost koja ostaje gluha za tihu patnju usamljenih.

## Literatura

- Bauman, Z. (2009). *Identitet. Razgovori s Benedettom Vecchijem*. Zagreb: Pelago.
- Bruhn, J. G. (2011). *The Sociology of Community Connections*. Springer.
- Campaing to end loneliness (n.d.). *Facts and statistics about loneliness*. Dostupno na: <https://www.campaigntoendloneliness.org/facts-and-statistics/>
- Domazet, A. (2021). Crkva i njezina dosljednost poslanja. *Bogoslovska smotra*, 91(3), 475-498.
- Donbavand, S. (2021). A Simmelian theory of structural loneliness. *J Theory Soc Behav.*, 51, pp.72-86.
- IKA. (2023). Ravnatelj Bečkog Caritasa: Rastuća usamljenost je podcijenjena nevolja. Dostupno na: <https://ika.hkm.hr/crkva-u-svijetu/ravnatelj-beckog-caritasa-rastuca-usamljenost-je-podcijenjena-nevolja/>
- Marasović, Š. (2003). Vjernik u Hrvatskoj pred novim opredjeljenjima. *Nova prisutnost: časopis za intelektualna i duhovna pitanja*, 1(1), 83-101.
- Mikecin, M. & Merlin, I. (2023). Ja i drugi – istraživanje stupnja usamljenosti učenika Škole za medicinske sestre Vinogradska. *Nastavnička revija*, 4(1), pp.79-96
- Papa Franjo. (2013). *Evangelij Gaudium (Apostolska pobudnica o navještanju evanđelja u današnjem svijetu)*. Vatican: Libreria Editrice Vaticana.



- Papa Franjo. (2015). *Laudato Si'* (Enciklika o brizi za zajednički dom). Vatican: Libreria Editrice Vaticana.
- Papa Franjo. (2020). *Fratelli Tutti* (Enciklika o bratstvu i socijalnom prijateljstvu). Vatican: Libreria Editrice Vaticana.
- Spajić, Z. (2009). Prezbiterska služba i socijalno poslanje Crkve. *Vrhbosnensia: časopis za teološka i međureligijska pitanja*, 13(2), 201-227.
- Spitzer, M. (2018). *Usamljenost. Nепреpoznata bolest*. Zagreb: Ljevak.
- Taylor, H. O., Cudjoe, T. K. M., Bu, F., & Lim, M. H. (2023). The state of loneliness and social isolation research: current knowledge and future directions. *BMC Public Health*, 23, 1049.
- Tonković, Ž., Cepić, D. & Puzek, I. (2021). Loneliness and Social Networks in Europe: ISSP Data from 13 European Countries. *Revija za sociologiju*, 51(3), pp.381-407
- U.S. Surgeon General, (2023.) *Our Epidemic of Loneliness and Isolation: The U.S. Surgeon General's Advisory on the Healing Effects of Social Connection and Community*.
- World Health Organization. (n.d.). Social isolation and loneliness affect people of all ages worldwide. Dostupno na: <https://www.who.int/multi-media/details/social-isolation-and-loneliness-affect-people-of-all-ages--worldwide>