

MIHALY SZENTMARTONI, *PSIHOLOGIJA DUHOVNOG ŽIVOTA*
Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove, Zagreb, 2003.

Jelena Ivelić

SPECTRUM
časopis
studenta
KBF-a

RECENZIJE

Knjigu *Psihologija duhovnog života* Mihalyja Szentmartonija izdao je Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove. Njeno četvrto izdanje izašlo je u Zagrebu 2003. godine, a broji 255 stranica.

Autor knjige Mihaly Szentmartoni rodio se 1954. g. u Novom Sadu. Završio je studij filozofije, teologije i psihologije, a u isusovce je stupio 1962. godine. U Rimu je specijalizirao kliničku psihologiju te postao profesor na Institutu za duhovnost na Gregorijani. Objavio je niz knjiga iz područja pedagogije, psihologije, teologije i pastoralne. U Zagrebu je dugi niz godina vodio savjetovalište u kojem se susreo s brojnim ljudima i njihovim problemima iz svakodnevnog života. Knjige je pisao na talijanskom i mađarskom jeziku, a mnoge od njih prevedene su na španjolski, poljski i slovački jezik.

Već se iz samog naslova, *Psihologija duhovnog života*, može zaključiti da autor želi spojiti područje psihe s područjem duha. Tome u prilog ide i činjenica da je autor veoma istaknuti teolog i psiholog. Cilj je, dakle, bio povezati ta dva područja. Zato Stjepan Fridl u predgovoru kaže: *Novost je u tome što je spretno učinio, kako sam kaže, zaruke između psihologije i duhovnog života.*

Naime, autor je htio znanje iz psihologije i duhovnosti *spustiti* na razinu pojedinca kako bi mu pomogao u životnim traženjima. Knjiga je znanstvena jer sadrži mnoge činjenice i rezultate istraživanja iz psihologije i duhovnosti, no autor je uspješno prilagodio psihologiju tako da bude poučna i zanimljiva svakome. Također je uspoređivao faze duhovnog života s podacima iz psihologije te na neki način pokušao dati sliku čovjeka iz istovremene perspektive i psihologije i duhovnosti. Iz tog razloga, knjiga se može pronaći kako na popisu psiholoških, tako i na popisu religijskih djela.

Mišljenja sam da je autor ovom knjigom htio pomoći svakome čovjeku da sâm pronađe odgovore na pitanja koja ga muče, kako bi zatim te odgovore mogao ponuditi i drugima koji to od njega traže. Djelo s podjednakom lakoćom može čitati učeni profesor, student, majka, otac itd. Namijenjena je svima bez obzira na dob, zanimanje ili spol.

Knjiga sadrži osam poglavlja. Prvo poglavlje nosi naslov *Psihologija u službi duhovnog života*. U njemu autor govori o tome kako svaka osoba ima svoje intimno *ja* i kako kršćani svoj intimni *ja* trebaju razvijati tako da ono postane slično Kristovom *ja*, tj. trebamo postati Kristoliki. Tu se nalaze i primjeri Petra i Pavla koji su, unatoč svojoj slabosti i grešnoj naravi, usmjerili pogled k Isusu Kristu kako bi ih njegova milost promijenila. To je također i poziv svima nama da se odlučimo za Krista te ga slijedimo. Duhovni život osobe počinje njezinom odlukom za Krista i sakramentom krštenja koji tu odluku potvrđuje. Cilj duhovnog života je usvojiti Isusov mentalitet i stavove, a da pritom ne izgubimo vlastiti identitet, nego još više ostvarimo smisao i cilj svog života. Kada čovjek kreće na duhovni put u njemu se često javljaju psihološke i duhovne prepreke koje ova knjiga želi objasniti te pomoći čitatelju da ih riješi. Neke od tih prepreka su iskrivljena slika o Bogu i sebi te duhovne rane. Jedino nam život s Kristom može pomoći da prevladamo te prepreke i počnemo živjeti puninu života. Pozvani smo da postanemo svjesni vlastite jedinstvenosti i da prihvatimo Boga, sebe i druge. Naš autor kaže da je sve to moguće jedino ako shvatimo poziv koji nam Bog upućuje i ako mu se odazovemo.

Drugo poglavlje govori o *askezi*, tj. o temeljima kršćanske askeze i o pozitivnim te negativnim asketskim vježbama. Grčka riječ *askeo* znači *vježbati se u postizanju kreposti*. U Svetome pismu često se govori o tome kako je potrebno uložiti određeni napor da bi se postigao cilj; tako, naprimjer, sv. Pavao govori o borbi koja će nas dovesti do vijenca slave. Autor govori i o psihološkim temeljima askeze – doživljaju svetosti Boga i iskustvu grijeha. Naime kada se čovjek nađe u prisutnosti Božje ljubavi i svetosti, postaje svjestan svoje nedostojnosti i grešnosti. Postoji čitav niz teorija koje osjećaj grešnosti tumače kao bolesnu pojavu (npr. bihevioristička i intelektualistička teorija, psihoanaliza i sl.). Međutim, realno gledajući, grijeh je važan poticaj za usavršavanje, rad i požrtvornost. Psiholozi se slažu da smanjenje religioznosti povećava slučajeve duševne poremećenosti. Autor smatra da su pozitivne asketske vježbe:

meditacija, duhovni razgovor i duhovno vodstvo, duhovne pouke i propovijedi, molitva, duhovne vježbe te dani sabranosti. Cilj pozitivnih vježbi je bolje upoznavanje Boga. Negativne asketske vježbe su šutnja, žrtve i tjelesne pokore. One uvijek traže odricanje, tj. otklanjanje nekih smetnji na putu prema svetosti (npr. negativnih misli, grijeha i sl.). Kroz te vježbe odričemo se određenih stvari kako bi došli do većeg dobra, do uzvišenijeg cilja.

Treće poglavlje obrađuje temu *molitve*. Autor objašnjava da se u početku prvi kršćani nisu okupljali kako bi slušali učena predavanja nego su dolazili na molitvu. Cilj molitve je pomoći čovjeku da pogleda u sebe i da čitavim svojim bićem dođe pred Boga, te mu se pokloni. Molitva nas treba vratiti k sebi, a onda dovesti do Boga. Molitva je milost i zato nam je jedino Bog može dati. U molitvi trebamo biti iskreni pred Bogom i otvoreni za njegovo djelovanje. Sv. Terezija Avilska znala je to reći ovim riječima: *Promatraj ga kako te gleda*.

Četvrto poglavlje nastavlja o *meditaciji*. Autor govori o današnjem vrlo velikom zanimanju za meditaciju. Okrenutost prema meditaciji prvi je pokušaj suvremenog čovjeka da obogati svoju ličnost, svoje iskustvo novim dimenzijama. Meditacija nam pomaže da se smirimo, uđemo u dubinu svog bića, vidimo sebe iznutra i takvi dođemo pred Boga. Ovdje autor govori o tome je li meditacija potreba ili moda, o pozitivnim učincima meditacije, tehnikama sabranosti, vrstama meditacije te teškoćama pri meditaciji.

Peto poglavlje bavi se temom *ispovijedi*. U ovome poglavlju autor ponovno naglašava kako je za dobru ispovijed najvažnija iskrenost. Opisuje primjer bludnice koju su doveli pred Isusa kako bi je kamenovali. Kada su Isusa upitali što da učine s njom, On se sagnuo i počeo pisati po tlu. Šutio je, kao i optužena žena, i pisao. Kako hramski svećenici nisu prestajali izazivati Isusa, On im je odgovorio: *Tko je od vas bez grijeha, neka prvi baci kamen*. Svi su znali da su u grijehu i zato se nitko nije usudio kamenovati je. Narod se počeo razilaziti, a bludnica je i dalje stajala u sredini i čekala. Nije se branila time da nije znala što čini, da su za sve krivi njeni roditelji, djetinstvo, duhovne rane... Mirno je stajala i preuzela odgovornost za svoja djela. Nikoga nije krivila i ni od čega nije bježala, te je zato od Isusa mogla primiti oprostjenje i ljubav. To je cilj ispovijedi i zato nas autor ovim primjerom želi naučiti da tek kad kleknemo pred Boga i priznamo mu svoje grijeha, Isus može doći u naše srce i osloboditi nas.

Šesto poglavlje govori o *religioznosti i duševnom zdravlju*. Religioznost pomaže psihičkom zdravlju osobe dajući joj ljubav

i unutarnji mir te odgovore na pitanja o smislu života. Autor je tako proces posvješćivanja iz mnogih psihoterapijskih tehnika usporedio s meditacijom. Naime i terapijom i meditacijom dolazi se do potisnutih misli i osjećaja. Za transfer-tehniku autor upotrebljava molitvu. Ako je osoba u životu imala problema s ocem ili majkom, ona će kroz molitvu i odnos s Marijom i Bogom Ocem primiti ljubav koja joj nedostaje.

U sedmome poglavlju tema je *vjera u Providnost*. Autor želi čitatelju objasniti prapovjerenje. Naime, osoba je u trenutku začeca u stanju povjerenja i bezuvjetne ljubavi, te su Adam i Eva na početku živjeli u ljubavi i povjerenju. Zato nije ni čudno da čovjek stalno traži biti ljubljen i prihvaćen. No u ljudima to ne smijemo tražiti jer su oni nesavršeni i to nam ne mogu dati onako kako tražimo. Zato je bitno da svatko od nas zna da to može pronaći jedino u Bogu. Autor nas poziva da kroz Bibliju i iskustva ljubavi svojih bližnjih ponovno povjerujemo Bogu i predamo Mu se, kako bi On mijenjao nas i naš život.

Osmo, najzanimljivije poglavlje, govori o *psihopatologiji i svetosti*. Nakon par riječi o psihološkoj strukturi osobe i patološkim tipovima ličnosti autor objašnjava svaku od njih kroz kliničku sliku, psihodinamizam i duhovni život, a na kraju navodi po jedan primjer sveca za svaku od tih ličnosti. Kao da nam na taj način želi poručiti da su i veliki ljudi imali problema, ali da ih je Bog bez obzira na to uspio učiniti svetima. To je poziv i nama da se do kraja predamo Bogu kako bi nas učinio svetima, a ne da to radimo vlastitim silama.

Ova je knjiga među brojnim kritičarima ocijenjena izrazito pozitivno. S obzirom na to da je jedna od prvih knjiga na hrvatskom jeziku koja pokušava spojiti psihologiju i duhovnost, brojni stručnjaci iz tog područja (psiholozi, teolozi, svećenici...) dočekali su je s velikim oduševljenjem. Mnogima je pomogla da bolje shvate probleme na koje nailaze u radu s ljudima. Pišući recenziju, provela sam malo istraživanje među svojim prijateljima studentima. Otkrila sam da su mnogi studenti različitih fakulteta s oduševljenjem pročitali ovu knjigu i preporučili je drugima, tako da sada tu knjigu čitaju njihovi roditelji i prijatelji. Sve ovo više je nego dovoljna preporuka!