

Primjena duhovnosti u učenju Viktora Frankla i Anthony de Mella

Pavlić, Marinela

Master's thesis / Diplomski rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Philosophy and Religious Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet filozofije i religijskih znanosti**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:260:632225>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-11-23**



Repozitorij Fakulteta filozofije i religijskih znanosti

Repozitorij diplomskih i doktorskih radova

Repository / Repozitorij:

[REPOSITORY OF FACULTY OF PHILOSOPHY AND RELIGIOUS STUDIES - Repository of master's thesis and phd](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
FAKULTET FILOZOFIJE I RELIGIJSKIH ZNANOSTI

Marinela Pavlić

**PRIMJENA DUHOVNOSTI U
UČENJU VIKTORA FRANKLA I
ANTHONY DE MELLA**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2021.

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
FAKULTET FILOZOFIJE I RELIGIJSKIH ZNANOSTI**

Diplomski studij religijskih znanosti

Marinela Pavlić

**PRIMJENA DUHOVNOSTI U UČENJU
VIKTORA FRANKLA I ANTHONY DE
MELLA**

DIPLOMSKI RAD

Mentor:
doc. dr. sc. Antun Volenik

Zagreb, 2021.

Sažetak

U navedenom radu prikazuju se život i djelo austrijskog neurologa i utemeljitelja logoterapije, Viktora Emanuela Frankla, te Anthony de Mella, duhovnog učitelja i svećenika iz Indije. Uz prikaz njihovih glavnih djela, promatraju se temeljne sličnosti i razlike u njihovom učenju i poimanju Boga i religije. Dok je kod Frankla temeljni naglasak na ulozi i međusobnom odnosu psihoterapije i duhovnosti, kod de Mella se pojam duhovnosti često poistovjećuje s pojmom buđenja. U Franklovom učenju, religija i duhovnost ispunjavaju važnu funkciju u mentalnom zdravlju, pozitivno i negativno utječući na cjelokupno blagostanje osoba sa i bez određenih poremećaja. Također, religija i duhovnost ispunjavaju vitalni dio unutar postavke terapije, koja uključuje njezinu funkciju u dijelu procjene terapijskog postupka. S druge strane, otac de Mello u svojim ranim spisima, otkrivajući utjecaj budističkih i taoističkih duhovnih strujanja, ostao je u granicama kršćanske duhovnosti. U navedenim knjigama tretira različite vrste molitve: molbu, zagovor i hvalu te o Bogu govori kao o onome koji je iznad svega što možemo pojmiti. Međutim, postoje brojne kontroverze vezane za de Mella temeljene na njegovim kasnijim djelima. Dok u jednom trenutku knjigu posvećuje Blaženoj Djevici Mariji, u drugom pak negira Božje postojanje te govori kako su religije, uključujući kršćanstvo, jedna od glavnih prepreka otkrivanju istine. Iz navedenog razloga, Sveta Stolica je 25. 8. 1998. godine (11 godina nakon de Mellove smrti) priopćila kako su njegova djela ne spojiva s katoličkom vjerom te je pozvala biskupe iz cijeloga svijeta da povuku navedena djela iz prodaje. Temeljna razlika između Frankla i de Mella jest činjenica kako je Frankl bio židov, a de Mello katolički svećenik. Ipak, razlike među njima su brojne. Čini se kako je de Mellovo nastojanje da upotrijebi razne religijske i kulturne elemente koji su ga tokom života okruživali, u jednom trenutku počelo štetiti njegovom svjedočenju Isusa Krista u skladu s kršćanskom Objavom i tradicijom.

Ključne riječi: *Svjesnost, duhovnost, Bog, buđenje, psihoterapija, logoterapija*

Summary

This paper presents the life and work of the Austrian neurologist and founder of logotherapy, Viktor Emanuel Frankl, and Anthony de Mello, a spiritual teacher and priest from India. In addition to presenting their major works, fundamental similarities and differences in their teaching and understanding of God and religion are observed. While in Frankl the fundamental emphasis is on the role and interrelationship of psychotherapy and spirituality, in de Mello the notion of spirituality is often equated with the notion of awakening. In Frankl's teaching, religion and spirituality fulfill an important function in mental health, positively and negatively affecting the overall well-being of people with and without certain disorders. Also, religion and spirituality fulfill a vital part within the setting of therapy, which includes its function in the assessment of the therapeutic process. On the other hand, Father de Mello in his early writings, revealing the influence of Buddhist and Taoist spiritual currents, remained within the bounds of Christian spirituality. In these books, he treats different types of prayer: prayer, intercession and praise, and speaks of God as the one who is above all that we can comprehend. However, there are numerous controversies related to de Mello based on his later works. While at one point he dedicates the book to the Blessed Virgin Mary, at another he denies the existence of God and says that religions, including Christianity, are one of the main obstacles to discovering the truth. Mell's death) announced that his works were incompatible with the Catholic faith and called on bishops from around the world to withdraw the said works from sale. The fundamental difference between Frankl and de Mello is the fact that Frankl was a Jew and de Mello a Catholic priest. However, the differences between them are numerous. It seems that de Mello's effort to use the various religious and cultural elements that surrounded him throughout his life, at one point began to harm his testimony of Jesus Christ in accordance with Christian Revelation and tradition.

Key words: Awareness, spirituality, God, awakening, psychotherapy, logotherapy

Sadržaj

1. UVOD	1
2. PSIHOTERAPIJA I DUHOVNOST	2
2.1. Psihoterapija – uvod u osnovna počela	2
2.2. Uloga duhovnosti u psihoterapiji	6
2.3. Duhovnost i religioznost u psihoterapiji	8
2.4. Savez psihoterapijskih udruga Hrvatske	11
3. ŽIVOT I DJELO VIKTORA FRANKLA	12
3.1. Biografski osvrt	12
4. LOGOTERAPIJA	14
4.1. Uloga duhovnosti u logoterapiji	17
4.1.1. Glavna obilježja duhovnog vodstva	18
4.2. Uloga religioznosti u logoterapiji	21
4.3. Povezanost svijesti, duhovnosti i religioznosti	27
4.4. Logoterapija u Hrvatskoj	29
4.5. Doprinos suvremenoj psihoterapiji i logoterapiji	30
4.6. Osvrt na odabrana objavljena djela	33
5. ŽIVOT I DJELO ANTHONY DE MELLA	37
5.1. Biografski osvrt	37
5.2. Ključna religijska razmatranja i prikaz odabranih djela	38
5.3. Buđenje svijesti	39
5.4. Sadhana – put k Bogu	41
5.5. Pojam Boga	42
5.6. Kontroverze	44
6. FRANKL I DE MELLO – TEMELJNE RAZLIKE	48
7. ZAKLJUČAK	51
8. LITERATURA	53

1. UVOD

Diplomski rad podijeljen je u šest ključnih poglavlja u kojima se raščlanjuje zadana tema rada. Uloga i međusobni odnos psihoterapije i duhovnosti istraženi su i prikazani u drugom poglavlju. Posebna pažnja pridana je odnosu i razlikama duhovnosti i religioznosti te religije. U trećem se poglavlju na cjelovit i analitičan način pristupa obradi teorijskog aspekta logoterapije te se istražuje uloga duhovnosti i religioznosti. Uz navedeno, prikazani su i ključni citati te knjige Viktora Frankla koji se smatra začetnikom ovog psihoterapijskog pravca.

Viktor Emil Frankl bio je austrijski neurolog, psihijatar, filozof, autor koji je preživio holokaust. Bio je utemeljitelj logoterapije, škole psihoterapije koja opisuje potragu za životnim smislom kao središnju ljudsku motivacijsku snagu. Logoterapija je dio egzistencijalnih i humanističkih psiholoških teorija. Logoterapija je prepoznata kao treća škola bečke psihoterapije. Prvu školu potpisuje Sigmund Freud, a drugu školu Alfred Adler. Frankl je objavio više od 39 knjiga. Autobiografska knjiga „*Čovjekova potraga za smislom*“, najprodavanija knjiga, temelji se na njegovim iskustvima u raznim nacističkim koncentracijskim logorima.

U četvrtom poglavlju sažet je biografski prikaz te Franklov doprinos suvremenoj psihoterapiji i logoterapiji.

Peto poglavlje bavi se Anthony de Mellom koji je u jednom dijelu sličan Franklu zbog duhovnosti koju uključuje u svojim objavama i književnim crticama. Jednako tako, uključuje i religiju. Međutim, postoje brojne kontroverze sa kojima se slaže ili ih zastupa sama Katolička Crkva a koje su prikazane u istom poglavlju.

Šesto i posljednje poglavlje prvenstveno ukazuje na temeljne razlike između Viktora Frankla i Anthony de Mella, ali i određene sličnosti.

2. PSIHOTERAPIJA I DUHOVNOST

2.1. Psihoterapija – uvod u osnovna počela

Psihoterapija ili terapija razgovorom način je za pomoć ljudima s širokim spektrom mentalnih bolesti i emocionalnih poteškoća. Psihoterapija može pomoći u uklanjanju ili kontroli zabrinjavajućih simptoma, tako da osoba može bolje funkcionirati i može povećati dobrobit i ozdravljenje. Problemi kojima pomaže psihoterapija uključuju poteškoće u suočavanju sa svakodnevnim životom; utjecaj traume, medicinske bolesti ili gubitka, poput smrti voljene osobe; kao i specifični mentalni poremećaji, poput depresije ili anksioznosti. Postoji nekoliko različitih vrsta psihoterapije, a neke vrste mogu bolje funkcionirati s određenim problemima. Naime, danas postoje takozvane psihoterapijske škole koje se temelje na glavnim sustavima psihoterapije i psihološkog savjetovanja:

- Psihoanaliza – prva praksa koja je nazvana psihoterapijom, a utemeljio ju je Sigmund Freud. Često se definira kao teorija o ljudskom ponašanju, tj. teorija ličnosti koja se prije svega zasniva na koncepciji nesvjesnih mentalnih procesa, a usmjerena je na prevenciju i liječenje mentalnih poremećaja.
- Kognitivna bihevioralna psihoterapija – usmjerena na promjenu svakodnevnih misli i ponašanja pojedinca kako bi mogli prepoznati pogrešno razmišljanje te ga zamijeniti realnijim. Navedeni sustav se temelji na spoznajama, pretpostavkama, ponašanjima i vjerovanjima s ciljem utjecanja na negativne emocije radi pogrešne interpretacije određenog događaja.
- Gestalt psihoterapija – na početku se nazivala „psihoterapijom koncentracije“ po osnivačima Fredericku i Lauri Perls, a sastoji se od fenomenološke metode, dijaloškog odnosa, strategije teren-teorija te slobode eksperimentiranja. Gestalt psihoterapija je prije svega iskustveni pristup koji pacijentu omogućava osvještavanje u različitim životnim situacijama kako bi mogao djelovati iz izravnog, neposrednog iskustva.
- Psihodinamična psihoterapija – oblik dubinske psihologije čiji je cilj otkriti nesvjesni sadržaj psihe pojedinca u svrhu olakšavanja psihičke napetosti.

- Ekspresivna psihoterapija – u ovom obliku psihoterapije koristi se umjetničko izražavanje u svrhu liječenja (terapija plesom, terapija dramskim prikazom, terapija slikanjem, terapija pisanjem, terapija glazbom i slično...)
- Humanistička psihoterapija – nastala kao odgovor na problem ljudske egzistencije u otuđenom, materijalističkom društvu. Usmjerena je na humani kontekst razvoja osobe s naglaskom na subjektivno značenje i odbijanje determinizma. Prije svega je usredotočena na samoostvarenje klijenta.
- Egzistencijalna psihoterapija - temelji se na egzistencijalnom vjerovanju da su ljudska bića sama na svijetu te da navedena usamljenost uzrokuje osjećaje besmisla, koji se mogu prevladati samo stvaranjem vlastitog sustava vrijednosti i značenja.
- Somatska psihoterapija – također se naziva tjelesnom psihoterapijom i područje je u kojem terapeut koristi dodir kao dio terapijskog procesa.
- Sistemska psihoterapija – proučava način (sistem) na koji ljudi funkcioniraju te je usmjerena na obrasce nastajanja određenih problema koji se ponavljaju u povijesti sistema (npr. obitelji), na budućnost pojedinca te mogućnost samostalnog izbora prilikom donošenja odluka.
- Hipno psihoterapija – oblik psihoterapije koji se obavlja nad pacijentom koji je pod hipnozom, a često se primjenjuje u svrhu promjene ponašanja pojedinca koji uključuju disfunkcionalne navike.

Nadalje, terapija se može provoditi u individualnim, obiteljskim, parnim ili grupnim uvjetima, a može pomoći i djeci i odraslima. Sesije se obično održavaju jednom tjedno u trajanju od 30 do 50 minuta. I pacijent i terapeut moraju biti aktivno uključeni u psihoterapiju. Povjerenje i odnos između osobe i njenog terapeuta ključni su za učinkovit zajednički rad i korist od psihoterapije. Psihoterapija može biti kratkotrajna (nekoliko sesija), te uspješno rješavati neposredne probleme ili dugoročna (mjeseci ili godine), te se kao takva baviti dugotrajnim i složenim problemima. Pacijent i terapeut zajednički planiraju ciljeve liječenja i dogovore koliko često i koliko dugo ih treba ispunjavati. Dakle, osnovni uvjet psihoterapije jest obostrano povjerenje.

Također, iako pacijenti dijele osobne osjećaje i misli, intimni fizički kontakt s terapeutom nikada nije prikladan, prihvatljiv ili koristan.

Psihoterapija se često koristi u kombinaciji s lijekovima za liječenje stanja mentalnog zdravlja, takozvanim psihofarmacima koji obuhvaćaju nekoliko skupina: psiholeptici (hipnotici, sedativi, antipsihotici), psihoanaleptici (antidepresivi, psihostimulansi i psihofarmaceuti protiv demencije) te psihodisleptici (psihodelici, disocijativi, delirianti). U nekim okolnostima psihofarmaceuti mogu biti očito korisni, dok u drugima psihoterapija može biti najbolja opcija. Za mnoge je ljude kombinirani psihofarmaceut i psihoterapija bolji od bilo kojeg pojedinačnog. Poboľšanja zdravog načina života, poput dobre prehrane, redovitog vježbanja i primjerenog sna, mogu biti važni u potpori oporavku i cjelokupnom ozdravljenju.

Istraživanja pokazuju da većina ljudi koji primaju psihoterapiju doživljavaju ublažavanje simptoma i imaju bolju sposobnost funkcioniranja u svom životu. Otprilike 75 posto ljudi koji pristupe psihoterapiji ostvaruju koristi od toga. Dokazano je da psihoterapija poboljšava emocije i ponašanje te je povezana s pozitivnim promjenama u mozgu i tijelu. Prednosti uključuju i manje bolovanja, manje invalidnosti, manje zdravstvenih problema i veće zadovoljstvo radom. Korištenjem tehnika snimanja mozga, istraživači su mogli vidjeti promjene u mozgu nakon što je osoba prošla psihoterapiju. Brojne studije identificirale su promjene mozga kod osoba s mentalnim bolestima (uključujući depresiju, panični poremećaj, PTSP i druga stanja) kao rezultat podvrgavanja psihoterapiji. U većini slučajeva promjene mozga koje su posljedica psihoterapije bile su slične promjenama koje su posljedica lijekova.

Psijijatri i drugi stručnjaci za mentalno zdravlje koriste nekoliko vrsta terapije, čiji izbor ovisi o pacijentovoj bolesti i okolnostima te njegovim / njezinim preferencijama. Terapeuti mogu kombinirati elemente različitih pristupa kako bi najbolje zadovoljili potrebe osobe koja se liječi.

Primjerice, kognitivna bihevioralna terapija (CBT) pomaže ljudima da identificiraju i promijene razmišljanja i obrasce ponašanja koji su štetni ili neučinkoviti, zamjenjujući ih preciznijim mislima i funkcionalnim ponašanjem. Može pomoći osobi da se usredotoči na trenutne probleme te da nauči kako ih riješiti. Često uključuje vježbanje novih vještina u „stvarnom svijetu“.

CBT može biti koristan u liječenju različitih poremećaja, uključujući depresiju, tjeskobu, poremećaje povezane s traumom i poremećaje prehrane. Na primjer, CBT može pomoći osobi koja pati od depresije da prepozna i promijeni negativne misaone obrasce ili ponašanja koja doprinose navedenom stanju.

Interpersonalna terapija (IPT) kratkoročni je oblik liječenja. Pomaže pacijentima da razumiju osnovne međuljudske probleme koji su problematični, poput neriješene tuge, promjena u socijalnim ili radnim ulogama, sukoba sa značajnim ljudima i problema koji se odnose na druge. Može pomoći pacijentima da nauče zdrave načine izražavanja osjećaja i načine za poboljšanje komunikacije te kako se odnose prema drugima. Najčešće se koristi za liječenje depresije.

Terapija dijalektičkim ponašanjem specifična je vrsta CBT-a koja pomaže u regulaciji osjećaja. Često se koristi za liječenje ljudi s kroničnim samoubilačkim mislima i osoba s graničnim poremećajem osobnosti, poremećajima prehrane i PTSP-om. Uči novim vještinama koje pomažu ljudima da preuzmu osobnu odgovornost za promjenu nezdravog ili ometajućeg ponašanja. Također uključuje i individualnu i grupnu terapiju.

Psihodinamička terapija temelji se na ideji da na ponašanje i mentalnu dobrobit utječu iskustva iz djetinjstva i neprimjerene ponavljajuće misli ili osjećaji koji su nesvjesni (izvan čovjekove svijesti). Osoba surađuje s terapeutom kako bi poboljšala svijest o sebi i promijenila stare obrasce kako bi mogla potpunije preuzeti svoj život.

Psihoanaliza je intenzivniji oblik psihodinamičke terapije. Sesije se obično provode tri ili više puta tjedno.

Suportivna terapija koristi smjernice i poticaj kako bi pomogla pacijentima da razviju vlastite

resurse. Pomaže u izgradnji samopoštovanja, smanjenju tjeskobe, jačanju mehanizama suočavanja i poboljšanju socijalnog i funkcioniranja zajednice.

2.2. Uloga duhovnosti u psihoterapiji

Dew i suradnici (2008) religiju su definirali kao *»organizirani sustav vjerovanja, rituala, praksi i zajednice, orijentiran na sveto.«* (str. 382). Religija se uglavnom usredotočuje na formalne organizacije s točno definiranim i široko prihvaćenim vjerovanjima, praksama i tradicijama.

Nasuprot tome, duhovnost se može smatrati *»potragom za svetim, procesom kroz koji ljudi nastoje otkriti, zadržati se i, kad je to potrebno, preobraziti sve ono što u svom životu drže svetim«* (Hill i Pargament, 2008, 4). To može biti vrlo privatno iskustvo i ne mora biti dio iskustava u organiziranoj religiji. Ali, netko može biti religiozan, ali ne duhovan, duhovan, ali ne religiozan, ni religiozan ni duhovan, ili i duhovan i religiozan.

Ipak, Etički principi psihologa i Kodeks ponašanja (APA Etički kodeks, APA, 2010.) vrlo se jasno bave ovim pitanjima u svojoj raspravi o različitosti i individualnim razlikama u načelu E, poštivanju ljudskih prava i dostojanstva. U njemu se navodi sljedeće: *»Psiholozi su svjesni i poštuju kulturne, individualne i razlike u ulogama, uključujući one koje se temelje na ... religiji ..., i uzimaju u obzir ove čimbenike kada rade s članovima takvih skupina.«* (str. 3). Nadalje, u Standardu 3.01, Nepravedna diskriminacija, Etički kodeks kaže: *»U svojim radnim aktivnostima psiholozi se ne upuštaju u nepravednu diskriminaciju na temelju ... religije ... ili bilo koje osnove propisane zakonom.«* (str. 6).

Stoga se opravdano može pretpostaviti da su religija i duhovnost važni za živote velikog dijela klijenata s kojima će svaki psihoterapeut doći u kontakt. Iako vjerska i duhovna pitanja možda nisu primarni fokus liječenja, to će vjerojatno biti relevantni aspekti života svakog klijenta, pomažući u definiranju njihovih vrijednosti, uvjerenja, izbora načina života i donošenja odluka. Prema tome, prema načelu E Etičkog kodeksa APA (APA, 2010.), psiholozi bi trebali biti osjetljivi, svjesni i poštivati sve individualne razlike, uključujući vjerska i duhovna uvjerenja, vrijednosti i prakse.

Integriranje vjerskih i duhovnih tema u psihoterapiju može se kretati od postavljanja pitanja o klijentovim vjerovanjima, vrijednostima i praksama do davanja specifičnih preporuka i preporuka za bavljenje određenim vjerskim aktivnostima i praksama poput meditacije ili molitve. Integracija duhovnih i vjerskih intervencija u psihoterapiju može uključivati aktivnosti poput čitanja odabranih odlomaka Svetog pisma ili molitve zajedno s klijentom. Dakle, postoji širok spektar intervencija, od kojih neke mogu biti prikladne kod nekih klijenata (ako je informirani pristanak bio primjereno angažiran, a psihoterapeut posjeduje potrebnu kliničku kompetenciju), dok drugi mogu biti neprikladni, pa čak i štetni.

Postoje brojni modeli donošenja odluka koji mogu biti od pomoći psihoterapeutu u donošenju promišljenih i informiranih odluka o tome kako i kada se s klijentima baviti vjerskim i duhovnim problemima te kako i kada ne integrirati vjerske i duhovne intervencije u psihoterapiju. Jedan sveobuhvatan model donošenja odluka koji bi u tom pogledu mogao biti od koristi psihoterapeutima je onaj koji su razvili Barnett i Johnson (2011). Svaki korak u njihovom procesu donošenja odluka uključuje brojne detalje i čimbenike koje treba uzeti u obzir.

Religija i duhovnost ispunjavaju važnu funkciju u mentalnom zdravlju, pozitivno i negativno utječući na cjelokupno blagostanje osoba sa i bez određenih poremećaja. Također, religija i duhovnost ispunjavaju vitalni dio unutar postavke terapije, koja uključuje njezinu funkciju u dijelu procjene terapijskog postupka. Uz to, presudno je da osobe koje se pripremaju za psihoterapiju budu pravilno poučene i obrazovane o vjerskim i duhovnim pitanjima. Također, terapeutima je imperativ da asimiliraju duhovnost i religiju u terapiju. S obzirom na religiju i duhovnost, organizacijska religioznost unapređuje sposobnost pojedinaca da socijalno funkcioniraju, poboljšava njihovo cjelokupno mentalno zdravstveno stanje i umanjuje njihove indikacije tjeskobe.

2.3. Duhovnost i religioznost u psihoterapiji

Uloga religije vrlo je značajna za mnoge ljudske živote. Ipak, bez obzira na navedenu činjenicu, mnogi ljudi struke (psiholozi i psihijatri) zapravo ne uvažavaju tu važnost. Razloge za to pokušavaju pronaći u samoj znanosti i pristupiti tome sa znanstvenog aspekta pritom ne davajući suviše važnosti religiji u čovjekovu biću.

Možda je jedan od razloga tome i što na svijetu postoje različite religije, no ono što je svim religijama zajedničko jest da čovjekovo biće usmjeravaju ka moralnom ponašanju koje je okrenuto i ka drugim ljudima tražeći pritom od njih da djeluju altruistički prema svojim bližnjima. Upravo altruistički dio religije zajednički je aspekt sa psiholozima i psihijatrima jer su te profesije okrenute ka pomaganju drugim ljudima. Prema tome, može se sasvim jasno zaključiti da se ključna počela religije i pomagačkih profesija zapravo međusobno isprepliću i nadopunjuju. (Hajek, 2016, 2) Stoga se ne može pomoći mentalnom zdravlju pojedinca ukoliko se ne uključuje i značenje religije u njegovu životu.

Kako bi se razumjela obrada ovog dijela teme potrebno je pojasniti osnovne pojmove koje uključuje – religiju i religioznost. Prema Ćoriću (2003, 21) religija se definira kao *»sustav shvaćanja, vjerovanja, ponašanja, obreda i ceremonija, pomoću kojih pojedinci ili zajednica stavljaju sebe u odnos s Bogom ili nadnaravnim svijetom i često u odnos jednih s drugima, te od kojega religiozna osoba dobiva niz vrednota prema kojima se ravna i prosuđuje naravni svijet.«* Religija postoji otkad postoji i čovjek. Čini se kako je čovjek, kao svjesno biće, nužno morao od samih svojih početaka imati religiju prisutnu u svom životu kako bi pokušao naći odgovore na ona pitanja koja nije mogao pronaći u svijetu koji ga okružuje. Prema tome, sasvim je moguće zaključiti kako upravo religija ima snažan utjecaj na razvoj pojedinca budući da daje smjernice koje pomažu pojedincu da usmjeri svoj život i njegov put. (Hajek, 2016, 2) Prema Ćoriću (2003.) definirano je pet ključnih religija poznatih u cijelom svijetu - judaizam, hinduizam, budizam, islam i kršćanstvo.

Ipak, pojam religioznosti ne podrazumijeva isto što i religija. Jednostavno objašnjeno, religioznost je svako zanimanje za religiju, djelovanje ili sudjelovanje u religiji. (Štifter, 2006, 46)

Dakle, svako aktivno življenje religije koje, dakako, podrazumijeva sustav vjerovanja na osobnoj razini pojedinca, smatra se religioznošću. Sa aspekta psihologije kao znanstvene discipline, na religioznost se ne gleda kao na kategoriju koja dijeli pojedince na one koji jesu i na one koji nisu religiozni. Umjesto toga, psihologija religioznost promatra kao *»kontinuum na jednom kraju kojega se nalazi potpuna religioznost dok se na drugom kraju nalazi nereligioznost«*. (Brlas, 2014, 11)

I dok se religija u prvom redu referira na društveno-kulturalni aspekt, religioznost je usmjerena na osobno iskustveni aspekt. Neki od stručnjaka, poput Keillbacha, čak i psihologiju definiraju kao znanstvenu metodu koja propitkuje smisao i pojavu religioznosti i to u prvom redu kroz osobno iskustvo pojedinca dok religiju svrstava u subjektivni smisao. U tom smislu, ciljevi psihologijskih znanosti nisu usmjereni na analiziranje je li ili nije čovjek stvorio religiju već su ciljevi usmjereni na koji način čovjek razvija i koristi religioznost kao stav koji daje smisao i puninu njegovu življenju.

Isprva se uloga religioznosti u psihološkom smislu pokušala mjeriti na način da su parametri bili određeni – koliko često čovjek ide u crkvu, koliko često pristupa molitvi, koliko je angažiran u radu i djelovanju crkvene zajednice i slično. Ipak, s vremenom je zaključeno da takav pristup kao ni postavljeni parametri ne pružaju dostatnost jer ne daju jasan odgovor o religioznosti pojedinca. To se može objasniti i na sljedeći način. Odlazanje u crkvu na misna slavlja veoma je važan običaj u kršćanskoj religiji te su prema kršćanskim zakonima i obvezni za pojedinca kao člana kršćanske zajednice. No, odlazak u crkvu bez činjenja dobra i bez življenja života usmjerenog ka etičkim i moralnim načelima ne čine pojedinca dobrim kršćaninom. Ukoliko se takav pojedinac izjasni kršćaninom i pripadnikom kršćanske religije to ne znači ujedno da je religiozan jer je njegovo vjerovanje (i djelovanje u skladu s kršćanskim idealima) isprazno i svedeno tek na formu.

S druge strane, uzmimo za primjer kršćanina koji ne odlazi redovno na misna služenja no u svojem životu zaista poštuje i živi etičke i moralne standarde koji proizlaze iz kršćanske religije – možemo kazati da je takav pojedinac zapravo religiozan.

Mnoga istraživanja kojima se nastojalo istražiti koliko je netko religiozan, poput primjerice analize istraživanja koje su proveli Yadav i Behere (2013.) uvidjeli su da su parametri poput odlazanja u crkvu i davanja novčane pomoći crkvi vrlo česti. Za razliku od ovih parametra u mnogo manjoj mjeri su korišteni parametri poput onih – koliko pojedinac vremena provodi u molitvi, čitanju liturgijskih tekstova, meditaciji i slično. Tek uzimajući u obzir potonje parametre moguće je utvrditi stupanj religioznosti pojedinca u njegovom životu.

Jasno, budući da je čovjek svjesno biće te kao takav traži odgovore iznad onoga što mu je opipljivo i poznato, treba biti oprezan kada su u pitanju religioznost i zdravlje jer su istraživanja pokazala da čovjek puno više vremena provodi u molitvi onda kada je njegovo zdravlje narušeno ili kada se nađe u stresnim situacijama.

Kada se govori o pojmu mentalnog zdravlja i definiranja istoga može se upotrijebiti Brlasova definicija koja mentalno zdravlje definira kao *»dio općeg zdravlja koje karakterizira odsustvo psihopatoloških simptoma, prosocijalno ponašanje, odsustvo tjeskobe (osobito kroničnog tipa), sposobnost samokontrole, osjećaj osobne kompetencije, samokritičnost i sposobnost samoostvarivanja, otvorenost novim informacijama i iskustvima i sposobnost prilagodbe te pozitivno integrirana ličnost.«* (Brlas, 2014, 26) Mentalno zdravlje pojedinca ogledava se u njegovoj psihološkoj dobrobiti koja se manifestira kao sreća, općenito zadovoljstvo pojedinca njegovim životom i stanjem zbog čega dobro funkcionira sa psihološkog aspekta.

Dakle, u takvom stanju prisutni su različiti psihički problemi, poremećaji i psihičke bolesti. Važnost izostanka mentalnih izazova u životu pojedinca proizlazi iz činjenice da se tek tada očituje njegova psihička stabilnost koja je važna za njegov život i za odnose koje ima s drugima.

Nakon pojašnjenja ključnih pojmova u narednim redovima pobliže će se objasniti uloga religioznosti za psihološko stanje pojedinca.

Dakle, od samih početaka psihologijskih znanosti, utjecaj i prisutnost religioznosti vidljiv je i opipljiv. Primjerice, religioznost pomaže kada se pojedinac nalazi u depresivnom ili anksioznom stanju, isto tako kada pojedinac pokušava svladati teške životne situacije ili životne krize, ali i kod uspostavljanja kontrole patološkog mišljenja ili ponašanja.

2.4. Savez psihoterapijskih udruga Hrvatske

Godine 1998. osnovan je Savez psihoterapijskih udruga Hrvatske (SPUH) kao punopravni član Europske asocijacije za psihoterapiju s ciljem promicanja psihoterapije kao nezavisne znanstvene discipline i samostalne djelatnosti, te razvoja i unapređenja edukacija i istraživanja. Sukladno ciljevima, navedeni Savez djeluje na području znanosti i istraživanja, obrazovanja, socijalne djelatnosti, zaštite ljudskih prava te međunarodne suradnje. Svi navedeni ciljevi i zadaci Saveza moraju biti ostvareni u skladu s Deklaracijom o psihoterapiji koja je donešena 1990. godine u Strasbourgu kao temeljni dokument na kojemu se zasniva djelatnost Europskog udruženja za psihoterapiju.

Također valja napomenuti kako je psihoterapija postala priznata kao samostalna profesija kroz takozvani Zakon o djelatnosti psihoterapije kojega je 6. lipnja 2018. godine proglasio Hrvatski Sabor. Nadalje, 14. 3. 2019. godine osnovana je i Hrvatska komora psihoterapeuta kao samostalna stukovna organizacija čiji su članovi psihoterapeuti i savjetodavni terapeuti koji obavljaju djelatnost psihoterapije na području Republike Hrvatske.

3. ŽIVOT I DJELO VIKTORA FRANKLA

3.1. Biografski osvrt

Prije sto godina, 26. ožujka 1905., rodio se u Beču Viktor Emil u obitelji Gabriela i Elze Frankl. Otac mu je bio podrijetlom iz Pohrlitza u južnoj Moravskoj, a majka je bila rodom iz Pariza.

Roditelji su mu imali troje djece: Waltera Augusta (1902.), Viktora Emila (1905.) i Stellu Josefinu (1909.). U gimnazijskim danima (1915. – 1923.) Frankl je pokazivao poseban interes za filozofska pitanja. Uz redovno pohađanje gimnazije, povremeno je slušao predavanja iz psihologije na „pučkom učilištu“. Ondje je upoznao psihoanalizu Sigmunda Freuda, a 1921. odvažio se pripremiti i održati prvo predavanje pod zanimljivim naslovom: „*Smisao života*“. Njegov maturalni rad, „*Psihologija filozofske misli Arthura Schopenhauera – psihoanalitička anamneza (patografija)*“, objavljen je 1923. u rubrici za mlade, u dnevnoj tiskovini „*Der Tag*“. U to vrijeme dopisivao se s Freudom, koji je preporučio objavljivanje Franklova članka „*O mimici afirmacije i negacije*“ („*Zur mimischen Bejahung und Verneinung*“) u Međunarodnom časopisu za psihoanalizu. Nakon mature, Frankl upisuje studij medicine. Uskoro upoznaje i drugog bečkog psihologa, Alfreda Adlera, koji će mu svojim spisima i nazorima biti mnogo razumljiviji i bliži od Freuda. U članku „*Psihoterapija i pogled na svijet*“ iz 1925., Frankl je pokušao objasniti potrebna razgraničenja između psihoterapije i filozofije te istaknuti važnost smisla i vrednota.

Na kongresima psihologa u Düsseldorfu, Frankfurtu i Berlinu (1926.) drži predavanja u kojima počinje razrađivati teoretske principe buduće logoterapije. Organizira savjetovalište za mlade, na koje poziva znamenite predavače i psihologe poput Charlotte Bühler, Erwina Wexberga, Juliusa Tandlera i dr. Također osniva i uređuje časopis pod nazivom „*Čovjek u svagdašnjici*“, kao časopis za širenje i upotrebu individualne psihologije („*Der Mensch im Alltag*“). Nakon diplomiranja zapošljava se na neurološkoj klinici „*Am Rosenhügel*“ u Beču. Budući da su njegovi stavovi i članci bili zapaženi i u inozemstvu, pozivali su ga da drži predavanja na

sveučilištima u Pragu i Budimpešti. Kada je Hitler došao na vlast (30. 1. 1933.), Frankl je imao priliku otići u Ameriku. No nije iskoristio ponuđenu vizu, jer nije htio ostaviti roditelje same. Do 1942. vodio je odjel neurologije u „*Rothschild Hospitalu*“, gdje su se uglavnom liječili židovski pacijenti. Ondje je, uz rizik vlastita života, sabotirao takozvani program eutanazije, što su ga provodili nacisti za „psihičke bolesnike“ s dijagnozom liječnike peticije. U tom razdoblju objavio je nekoliko članaka koji će postati okosnica knjige „*Liječnik i duša*“ („*Ärztliche Seelsorge*“). Na početku 1942. vjenčao se Tilly Grosser, a već u rujnu bio je s roditeljima interniran u logoru „*The resienstadt*“ u Češkoj, gdje će mu otac 1943. umrijeti od gladi u 82. godini života. Sestra Stella uspjela je u međuvremenu otići u Australiju, a brat Walter sa ženom Elzom biva odveden u Auschwitz. Onamo će i on stići 1944. s majkom i ženom Tilly. Pri ulasku u logor mora ostaviti rukopis te uskoro otkriva da mu je brat stradao. U listopadu iste godine u plinskoj komori umire i njegova majka. Iz Auschwitzta su ga prebacili u Kaufering, poslije u Türkheim, a to su bile filijale logora „*Dachaua*“. Dana 27. travnja 1945. biva oslobođen, a nekoliko mjeseci kasnije saznaje da mu je i žena umrla u logoru.

Na Neurološkoj poliklinici u Beču postaje 1946. primariusom, gdje će ostati punih 25 godina. Također, u navedenom je razdoblju izdiktirao sadržaj knjige pod nazivom „*Doživljaji psihologa u koncentracionom logoru*“ („*Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*“).

Knjiga je odmah prevedena na engleski pod naslovom „*Čovjek u potrazi za smislom*“ („*Man's Search for Meaning*“), koja je u Americi bila prodana u izvanrednih 9 milijuna primjeraka. Ponovno se ženi Eleonorom Katarinom Schwindt, s kojom u prosincu 1947. dobiva i kćer Gabrielu. Iste godine objavljuje vrlo zanimljivo djelo naslova „*Psihoterapija u praksi: kazuistički uvod za liječnike*“ („*Die Psychotherapie in der Praxis: eine kasuistische Einführung für Ärzte*“), obogaćeno kliničkim primjerima i slučajevima. Godine 1948. postiže habilitaciju iz neurologije i psihijatrije te doktorat iz filozofije disertacijom koju je nazvao „*Bog podsvijesti: psihoterapija i religija*“.

Također osniva i austrijsko društvo za psihoterapiju i postaje njegovim prvim predsjednikom.

Godine 1949. drži nekoliko zanimljivih predavanja o smislu patnje, koja će objaviti u knjizi „Čovjek patnik“ („*Homo patiens*“). U toj knjizi istaknut će jedan od bitnih vidika logoterapije - utjehu ljudima koji pate. Na Salzburškoj ljetnoj školi izložiti će takozvanih „deset teza o čovjeku“ koje su u temelju njegove antropologije: svako je ljudsko biće apsolutni novum, duhovne naravi, odgovorno za svoju sudbinu, dinamično, jedinstveno duhovno-tjelesno biće koje nadilazi materijalni i životinjski svijet te teži prema onostranosti. Navedene teze će detaljnije iznijeti i objasniti 1951. u knjizi „*Logos i egzistencija*“. Nadalje, s Ottom Pötzlom objavljuje 1952. popularno izdanje psihofizioloških studija koje je držao na radiju, „*Psihoterapija u svakodnevici – sedam radioemisija*“ („*Die Psychotherapie im Alltag. Sieben Radiovorträge*“). Zanimljiva je i činjenica kako se za njega u Americi osobito zauzimao psiholog Gordon Allport, koji će potaknuti prevođenje njegovih djela na engleski. Za bolju sistematizaciju Franklovih misli, 1959. godine je tiskan „*Priručnik o neurozama i psihoterapiji*“ („*Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie*“), gdje je u pet poglavlja predstavljena čitava Franklova logoterapija.

4. LOGOTERAPIJA

U ovom dijelu diplomskog rada pojasniti će se međusobni odnosi psihologija, savjesti, duhovnosti i religije. Navedeni pojmovi mogu se zajedno pronaći u pojmu logoterapije o čemu je ponajviše govorio upravo Viktor Frankl. Sva posebnost logoterapije počiva na temeljima iz kojih proizlazi. U nastavku će se više govoriti o životu i djelovanju samog Frankla što je poslužilo i njemu samome kao počelo logoterapije. Upravo temeljem njegova života i osobne proživljene patnje proizlazi uporište pojma logoterapija. Patnje koje će Frankl u svome životu trpiti ozbiljno će obilježiti i njegov psihoterapijski rad. Boraveći u logoru u kojem je ljudska esencija dovedena u pitanje zbog čega je njegov život podložan trpljenju, Frankl proživljava osobnu ljudsku borbu za život što ga je učinilo sposobnim u pružanju pomoći čovjeku pri njegovim životnim izazovima.

Ipak, prije nego ulaska u sam život i djelovanje Viktora Frankla, u nastavku će se objasniti suvremena i stručna retrospektiva logoterapije.

Kada bi se raščlanjivala sama riječ logoterapija, tada bi doslovno značenje bilo „liječenje smislom“. Osnovna esencija logoterapije jest dati odgovor na vječno pitanje kojim se čovjek bavi – egzistencijalnom smislu, odnosno dati odgovore na pitanje koji je smisao u trpljenju. Čovjek je ovakvim pitanjima okupiran u onim životnim trenucima u kojima je ozbiljno narušena ili ugrožena njegova osobna egzistencija. Uzmimo za primjer čovjeka koji je bolestan, primjerice mladić koji je do nedavno bio zdrav ne samo tjelesno već i psihom. U zdravom dijelu svojeg života taj mladić nije razmišljao ni približno o pitanjima o kojima će početi razmišljati onoga trenutka kada ustanovi da tjelesno boluje od neizlječive bolesti. U tim trenucima spoznaje zloćudne bolesti njegova tijela osnovno i ključno pitanje koje će mu se nametete biti će – Zašto se ovo događa meni? Iz toga nije izuzeta niti okolina mladića koji nam ovdje služi kao živopisan primjer životnog trpljenja. I mladićeva okolina, posebice njegovi bližnji – njegovi roditelji postavljati će pitanja upravo takvog karaktera koja u pravilu teško da mogu dobiti odgovor. Jer nema jasnog i ispravnog odgovara zašto je do jučer tjelesno zdrav mladić obolio od teške i zloćudne bolesti kojoj nema lijeka. Ipak, uz pomoć logoterapije koja jest psihoterapijski pravac, u psihoterapiju se uvode nove spoznaje koje ukazuju kako uz, tjelesnu i psihičku dimenziju, postoji i ona treća vrlo važna – duhovna dimenzija.

Uz ovaj pristup psihoterapiji, Viktor Frankl uvodi novi pristup pacijentu. Tako Frankl tvrdi kako čovjek svoj smisao može pronaći isključivo tražeći ga u budućnosti. Upravo zbog takvih mišljenja, logoterapija nije fokusirana na istraživanje pacijentove prošlosti, dakle, nije retrospektivna te isto tako, manje istražuje pacijentovu savjest. Dakle nije niti introspektivna. Takav pristup pacijentu potpuno je suprotan od pristupa kakav je uobičajen u psihoanalizi. U središtu logoterapijskog pristupa snažno je postavljena budućnost pacijenta odnosno oni zadaci

i smisao koje pacijent u svojoj budućnosti tek treba ispuniti. Kada se promatra na ovakav način, može se zaključiti kako je logoterapija u pravilu motivacijska disciplina.

Logoterapija, bez obzira na prednosti koje pruža, ne može u potpunosti (niti treba) zamijeniti psihoterapiju ali je na izvrstan način može dopuniti onim čimbenicima koji nedostaju psihoterapijskom pristupu, a to je duhovni čimbenik. Upravo iz navedenoga može se shvatiti odnos logoterapije i psihoterapije.

Psihoterapija sasvim uspješno može obuhvatiti jednako i psihofizičko područje i ono duhovno. Posebnost logoterapije u odnosu na psihoterapiju proizlazi iz činjenice da je logoterapiju sasvim moguće primijeniti neovisno od psihoterapije. Čak u onim slučajevima liječenja određenih neuroza, logoterapija nije samo posebna metoda liječenja već je toliko učinkovita čak i onda kada druge terapijske metode nisu polučile odgovarajući uspjeh.

Dosadašnja stručna terapijska praksa pokazala je učinkovitost logoterapije kod obiteljskih i partnerskih terapija te problematike vlastitog identiteta.

Pojašnjavajući logoterapijski rad, spisateljica i logoterapeutkinja dr. sc. Elisabeth Lukas u svom djelu „*Duhovna psihologija: Izvori smisljena života*“ kritizira »*moderne duševne radionice*« koje su se pretvorile u »*psihoterapiju bez duše*« pa stoga višestruko izgubile na čovječnosti. (Lukas, 2006, 24) Zauzima se za »*sretnu simbiozu znanstvenosti i čovječnosti*« kako bi se opravdalo povjerenje čovjeka-patnika. Jer, »*...upravo patnik koji traži utjehu jest onaj na kojemu se okušava dobrota psihoterapije. I gdje se više ne može pružiti pomoć, valja dati utjehu. A gdje nema ni utjehe, gubi vrijednost svaka psihoterapija*«. (Lukas, 2006, 32)

Za logoterapiju Lukas tvrdi kako je njezina zadaća »*pružati utjehu i davati najbolji mogući savjet*« (Lukas, 2006, 56), te kako se ona obraća »*čovjeku patniku kome želi navijestiti da trpljenje nije besmisleno*«. Lukas uz to tvrdi kako mnoge »*psihoterapijske škole nastoje reducirati čovjeka na nekoliko formula, a logoterapija nastoji sve svoje formule primijeniti na čitava čovjeka*«. (Lukas, 2006, 57) Moderna je psihologija zbog takvog reduciranja čovjeka izgubila duhovnu dimenziju i postala »*psihologijom bez sućuti*«. (57)

Moderni psiholog, naime, »umije svoj zanat, ali mu je nepoznata sućut«. Samilost je nezdrava samo kad je bolesnik osjeća prema sebi i u njoj ustraje. Logoterapeut treba biti tu i pomoći mu da se trgne iz nesretnog samosažaljenja. Jer, »pravi junaci života nisu pobjednici koji kliču u slavi, nego oni pobijeđeni koji i u nevolji nađu riječi pouzdanja«. (dobroinstitut.hr, pristupano: 19.07.2021.)

4.1. Uloga duhovnosti u logoterapiji

Logoterapija, duhovnost i religioznost zajedničke su teme odabranog područja. U prethodnom dijelu otvorena su pitanja i smjernice kojima će se oblikovati i obraditi zadana tematika u užem smislu. U skladu s time, u ovom dijelu poglavlja objašnjava se potreba za duhovnosti u psihoterapiji. Brojni stručni radovi napisani na ovu temu ukazuju na važnost i neodvojivost duhovnoga u psihoterapiji. Razlozi za takav pristup pronalaze se ponajprije u vremenu u kojem živimo. Naime, suvremeno vrijeme iznjedrilo je suvremenog čovjeka koji je izložen vrlo različitim i snažnim utjecajima koji su specifični za suvremeno doba. Uslijed takvog okruženja raste i pritisak na čovjeka da pokuša zadovoljiti sve pisane i nepisane forme i standarde kojima je okružen. Ne iznenađuje činjenica kako je takva dinamičnost i brzina kojom se promjene događaju pred suvremenog čovjeka stvorila brojne izazove. Jasno je kako vrlo mali broj ljudi s lakoćom uspijeva odgovoriti na suvremene izazove dok je puno veći udio onih koji u svemu tome trebaju pomoć kako bi pronašli životni smisao i pravilno, zadovoljavajuće usmjerenje. (Tomljanović, 2021, 173)

Upravo u duhovnome, čovjek može pronaći odgovore na teška pitanja o vlastitom smislu života, stoga je potrebno analizirati glavna obilježja duhovnosti i duhovnog vođenja. Duhovno vodstvo i psihoterapija referiraju se na mnoge relevantne aspekte čovjekova života i njegove egzistencije (Tomljanović, 2021, 173-174). Upravo dio čovjekova bivanja koji se odnosi na njegovu duhovno-duševnu dimenziju ponajviše je zapostavljena i zanemarena, a u stvarnosti je potpuno nezamjenjiv aspekt čovjekova bivanja.

4.1.1. Glavna obilježja duhovnog vodstva

Duhovno vodstvo, iako pomalo zanemareno u suvremenom svijetu, vrlo je važan dio u životu svakog vjernika kao i cjelokupne Crkve. Iz tih razloga je iznimno važno osvijestiti i podsjećati na značenje koje pronalazimo u duhovnom vodstvu za proces kršćanskog sazrijevanja.

Analizirati značenje duhovnog vođenja bez osvrtnja na procese i izazove koje pred čovjeka stavlja suvremena stvarnost nije moguće. Stoga se u ovom dijelu ponajprije analiziraju razlozi koji dovode do unutarnjih osjećaja u čovjeku a koja su jednaka beznađu, apatičnosti, nesigurnosti i ukupnom nezadovoljstvu.

Današnje dinamično i suvremeno vrijeme u kojem se promjene odvijaju iznimno brzo, čovjeku je sve važnije imati odgovore na pitanja o njegovu smislu u svim tim procesima. Danas, kada je sve više raširen relativizam, materijalizam i individualizam koji zahtijeva od čovjekova bića da se usmjeri samo na sebe i sve ono što mu u duhovnom smislu nedostaje nadomjesti onim materijalnim. Isto tako, današnje vrijeme potiče čovjekovo biće da na prvo mjesto stavlja sebe no u onom sebičnom i samoorijentiranom smislu kako bi na taj način ispunio unutarnje potrebe svojeg bića. Spomenuti procesi i utjecaji tako nastoje čovjeka zaokupiti i zatvoriti isključivo u ovozemaljsko kako bi čovjek maknuo iz svakodnevnog fokusa sve ono što nije opipljivo te se što više odmetnuo od unutarnje „duhovne hrane“. Zanimljivo je kako suvremeno doba čovjekovu biću nudi slobodu a zapravo ga zarobljava. Gubeći čvrsti oslonac u duhovnome i vjeri, čovjek sve više biva izgubljen.

Kao kršćani, posebno razumijemo i tražimo duhovno vodstvo jer nam je vrlo važan stalni duhovni rast u našoj vjeri i duhovnom životu. Kako bismo što bolje razumjeli važnost duhovnog vođenja dovoljno je osvrnuti se na Ganizijev citat koji govori o potrebi duhovnosti današnjeg čovjeka. *»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.» (Szentmartoni, 2009, 107) Definicija Ivana Ganzija, dakle, ponajbolje govori o važnosti duhovnoga vođenja u čovjekovu životu. Duhovno vođenje nastupa kada vjernik koji traži smisao i puninu kršćanskog života prima duhovnu pomoć koja će mu činiti dobro, prosvjetljivati ga, voditi i nadahnjivati kako bi na tom putu pronašao Boga.

Dakle, baviti se čovjekovom dušom i nutrinom nije moguće bez bavljenja njegovom duhovnošću, stoga ne iznenađuje povezanost psihoterapije i duhovnosti. O međusobnoj povezanosti govorili smo puno više u drugom poglavlju ovoga rada. Logoterapija koju je u psihoterapiju uveo upravo Viktor Frankl kao njezin idejni začetnik, na vrlo dobar način sljubljuje duhovnost i duhovno vođenje te psihoterapiju sa znanstvene strane. Iako se puno puta dovodi u pitanje isključuje li znanost vjeru, logoterapija nam kazuje kako su ta dva pojma međusobno vrlo ovisna i nisu zamisliva jedna bez drugoga.

O tome kako na jednostavan način objasniti logoterapiju ponajbolje je moguće pronaći u sljedećem citatu: *»značajnost logoterapije zaista je obuhvatna, jer je okrenuta i zdravima i bolesnima, mladim i starim ljudima, ljudima u najrazličitijim položajima života. Njezina zadaća je vrlo jednostavna: ona želi utrti (poravnati) put koji vodi smislenom životu.*» (Lukas, 2001, 7). Sama pozadina stvaranja logoterapije proizlazi iz vrlo potresnog i bolnoga životnoga iskustva njezina utemeljitelja.

Nadalje, prema Franklu, instinkti i duh nespojivi su pojmovi. Duhovno je ljudsko u osobi, specifično ljudska dimenzija. Instinkti i duh tvore ontološki prekid; predstavljaju dvije temeljno različite regije unutar ukupne strukture ljudskog bića. U čovjekovoj potrazi za konačnim smislom, Frankl tvrdi da je postojanje *»u biti duhovno*» (Frankl, 2006, 27)

S druge strane podjele je činjeničnost (heidegerovski pojam) koja znači somatske i psihičke činjenice - područje fiziološkog i psihološkog. Oštro povučena linija razdvaja i razgraničava

ove dvije „regije“ za razliku od nejasne linije između somatskog i psihičkog. U smislu višedimenzionalne etiologije psihosomatskog stanja, svaki kliničar zna koliko je teško razlikovati psihogene i somatogene komponente. (Costello, 2016, 7-8)

Frankl duhovno postojanje vidi u smislu slobode i odgovornosti. Prema tome, kada se govori o dimenzijama osobe; srž je upravo osoba kao duhovno biće, središte duhovnog djelovanja. Drugim riječima: duhovno osobno središte obuhvaćeno je perifernim psihofizičkim slojevima. Postoji dakle duhovna osoba i njezin psihofizički sloj. Jezgra individualizira i integrira. Duhovna jezgra čini jedinstvo i cjelovitost u osobi - trostruka cjelovitost čini čovjeka potpunim. Duhovno je čovjekovo bitno tlo i, naravno, duhovni fenomeni mogu biti svjesni ili nesvjesni, ali duhovna osnova čovjeka je nesvjesna. Ljudski duh je u svom podrijetlu (dubini) nesvjestan duh. (Costello, 2016, 7-8)

Logoterapija i egzistencijalna analiza pokušavaju izazvati čovjekovu težnju za smislom života razjašnjavajući smisao njegova postojanja. U svakom trenutku, Frankl drži da postoji pozitivna korelacija između orijentacije na značenje i mentalnog zdravlja. Kad je čovjekova potraga za smislom nejasna ili nedokučiva to dovodi do duhovne patnje, koja nije isto što i duševna bolest.

U distanciranju, osoba može stvoriti malo područje slobode između poticaja koji na nju djeluje i njegovog odgovora na njega; možemo se odvojiti od psiholoških stanja. I logoterapeutska tehnika paradoksalne namjere koristi takvu ne-psihičku odvojenost. Slično, u samo-transcendenciji koja je, za Frankla, bit ljudskog postojanja kao takvog, osoba se može pomaknuti izvan sebe, može se protegnuti u svijet izvan vlastitog ega. Logoterapija ozbiljno shvaća ovu komponentu u svom fokusu na smisao i duh. Duhovni resursi osobe ogroman su izvor za mentalno zdravlje. Duh čovjeka sadrži mnoga bogatstva i u biti je kreativan. *»Zadaća logoterapije je iznijeti na vidjelo duhovnu borbu pojedinca«* (Frankl, 2006, 56).

Geist je jezgra osobnosti; posljednji zahtjev je ispunjenje - procvat. U *„Liječniku i duši“*, Frankl smatra da je logoterapija *»psihoterapija u duhovnom smislu«* (Frankl, 2004, 29).

U onome što naziva »*službom medicine*«, logoterapeut nudi nereligioznoj osobi (vjerska osoba će pronaći svoju sigurnost i utjehu u otajstvu svoje religije) prostor za terapijski razgovor koji će donijeti olakšanje. Ovaj razjašnjavajući, kritički, utješni i kontemplativni razgovor o osobnim neprilikama dotaknut će pitanja vrijednosti i smisla i ući će u granično područje medicine. Zdravstvena medicina brine se za zdravlje čovjekove duše, a ne za njezino spasenje, a medicinske sestre su u privilegiranom položaju da izvršavaju svoje iznimno važne zadatke u pozadini takve misije i božanskog mandata. Duša osobe je zdrava kad ostane svjesna svoje odgovornosti.

4.2. Uloga religioznosti u logoterapiji

Logoterapija Viktora Frankla označena je kao »*iscjeljivanje putem značenja*« (Frankl, 2004, 31). Logoterapija ima za cilj osvijestiti ne samo instinktivne čimbenike, već i duhovnu stvarnost osobe. To je terapija usmjerena na značenje koja ima za cilj postići promjene stava kroz mobiliziranje pacijentove „volje za smislom“. Terapija se tradicionalno smatrala „liječenjem“ (medicinski model) ili lijekom za govor (psihološko-psihoterapijski model) kao sanacijom i lijekom za bolesti i duševne bolesti. (Cosetllo, 2016, 3)

Ta želja za božanskim nas privlači, baš kao što nas vode instinkti. Ovo je platonsko polje napetosti, koje Frankl označava „onodinamikom“ (duhovna težnja i borba), a sastoji se od privlačenja i protuvlačenja u religiji. Nije znanost, već samo Božansko dobro koje zadovoljava neslomljivu potrebu psihe za onim što Frankl naziva „konačnim smislom“. Dakle, za Platona i Frankla nisu snaga, dobit, prestiž ili zadovoljstvo izvor naše motivacije već svrha, značenje i vrlina, te istina (*verum*), dobro (*bonum*) i lijepo (*pulchrum*). (Cosetllo, 2016, 2-4)

Heraklit, predsokratski filozof, govori nam da je pametno slušati Logos i slušajući ga kažemo da su sve stvari jedno. Ovo je željeni cilj egzistencijalne analize i filozofije - cjelovitost. Prije Platona, Heraklit je uspostavio izraz *Logos* kao izvor poretka u kozmosu.

S druge strane, Aristotel je taj termin primijenio na racionalni diskurs. Kasnije su ga stoici definirali i identificirali kao božanski princip koji animira i prožima svemir. Evanđelje po Ivanu identificira Krista kao utjelovljenje Logosa, koje je bilo u početku i bez Njega nije bilo učinjeno ništa.

Možemo reći da su za kršćanstvo Logos i ljubav identični. Kardinal Ratzinger sve ovo sažeto sažima kad kaže da se sadržaj kršćanstva, u konačnoj analizi, sastoji od »*ljubavi i razuma koji se spajaju kao dva stupa stvarnosti (umjesto frejdovskog Erosa i Thanatosa)*: pravi razlog je ljubav, a ljubav je pravi razlog. Oni su u svom jedinstvu prava osnova i cilj cijele stvarnosti « (Frankl, 2006, 183).

Ispitajmo detaljnije ovaj naglasak u logoterapiji na duhovnom poretku bića, jer ukazuje na ono što je osobno i specifično ljudsko u osobi te stoga čini srž Franklove filozofije i smisao njegova stvaranja logoterapije.

Psiha je „duša“. Pneuma je starogrčka riječ za „dah“ i, u vjerskom kontekstu, za „duh“, tako se obično koristi u judaističkoj i kršćanskoj upotrebi. „Duh“ (ili *animus* na latinskom) djeluje i ostvaruje se kroz tijelo. Duh je u biti sloboda (to je priznao Frankl). Dakle, čovjek je odgovoran u svakom trenutku (ključno načelo logoterapije i egzistencijalizma). Zato Frankl može ispravno i s uvjerenjem ustvrditi da sloboda i odgovornost konstituiraju čovjeka kao duhovno biće. (Frankl, 2006, 188). U eseju iz 1966. pod naslovom „*Njemačko sveučilište i poredak njemačkog društva: Ponovno razmatranje nacističke ere*“, objavljenom u „*Publiciranim esejima*“ 1966. - 1985., Voegelin navodi primjer Lady Macbeth u kontekstu svog kratkog citiranja Schellingovog neologizma. Jedan je čovjek pozvao liječnika da promatra čudno noćno ponašanje Lady Macbeth (ona pokušava izbrisati mrlje i grijeh iz prošlosti) u posljednjem činu Shakespeareove tragedije:

»Liječnik : Što ona sada radi? Pogledaj kako trlja ruke.

[Dijagnoza] Doktor: Neprirodna djela stvaraju neprirodne nevolje. Zaraženi umovi na njihove gluhe jastuke otkrit će njihove tajne. Više joj je potreban božanski [svećenik] nego liječnik. Dobri Bože, oprosti nam svima!«

Danas, klasična logoterapija ispravno izbjegava zabunu s ovom otvoreno religijskom konotacijom i kontekstom te izbjegava činjenje kategorijske greške u povezivanju različitih pojmova. Frankl se trudio razdvojiti ih; doista se ne bavi ovim pneumatskim aspektom koji

utemeljuje čovjekovo postojanje u Bogu. Frankl koristi riječ „*Spiritual*“ bez vjerskih referenci. To ne bi bila samo „kristoterapija“, koja bi se izričito bavila istinski duhovnom jezgrom ljudske osobe kao njezinim posebnim područjem fokusa, već općenito teizmom pa se moramo usprotiviti ovom izrazu. »Štoviše, *kršćanska logoterapija ne postoji. Jednostavno postoji logoterapija, a njezini će praktičari biti kršćani ili židovi, muslimani ili ateisti itd. Dakle, logoterapija mora izbjeći zamku da postane hagioterapija.*« (Cosetllo, 2016, 8)

Frankl ih razlikuje na sljedeći način: (logo) terapija uključuje pomaganje dušama dok se religija odnosi na spašavanje duša. Postoji nesvjesni vjerski osjećaj - duhovno/racionalno nesvjesno, ali postoji i razlika koju moramo držati razgraničenom između religije i logoterapije. Logoterapija počinje i proizlazi iz duhovnog, kao što Frankl ponavlja u brojnim svojim djelima, ali on održava dinamičku napetost među njima u ravnoteži. U čovjekovoj potrazi za konačnim smislom, Frankl piše:

»Religija čovjeku pruža više nego što je psihoterapija ikada mogla ... Postoje neki autori koji predlažu da se psihoterapija odrekne svoje autonomije kao znanosti i svoje neovisnosti od religije u korist gledanja na njezinu funkciju kao ancilla theologiae. Kao što je poznato, stoljećima je filozofiji dodijeljena uloga takve ancilla theologiae, tj. religije u službi teologije. Međutim, kao što se dostojanstvo čovjeka temelji na njegovoj slobodi ... tako se i dostojanstvo znanosti temelji na onoj bezuvjetnoj slobodi koja jamči njezino neovisno traženje istine ... tko god od psihoterapije pokuša napraviti ancilla theologiae, ne samo da joj oduzima dostojanstvo autonomne znanosti, već i oduzima potencijalnu vrijednost koju bi mogla imati za religiju ... psihoterapija se mora suzdržati od postavljanja bilo kakvih unaprijed smišljenih ciljeva po religijskim linijama « (Frankl, 2000, 80-81)

Ljudska je psiha religiozne prirode, ali taj dokaz može doći samo od terapije koja po svojoj prirodi nije religiozno orijentirana. Logoterapija je tako svjetovna znanost; u tome je njegova

snaga. Religija ili duhovna sfera odgovarajuća je briga čovjeka u potrazi za konačnim smislom. Takvo razumijevanje upravo čini razliku između potonjeg.

Podnaslov prve knjige Viktora Frankla, napisane u koncentracijskom logoru, „*Liječnik i duša*“ je „*Od psihoterapije do logoterapije*“, što od samog početka implicira da postoji neka razlika između ove dvije discipline. Frankl, naravno, i sam govori o logoterapiji, u drugim odlomcima, kao o psihoterapiji.

Logoterapija je terapija koja polazi od čovjekova duha; priznaje i poštuje čovjekovo psiho-fizičko-duhovno jedinstvo, odnosno njegovu biopsiho-duhovnu stvarnost. Frankl to označava kao »*psihoterapiju u duhovnom smislu*« (Frankl, 2006, 29). Cilj logoterapije u početku nije bio istisnuti već nadopuniti psihoterapiju. Međutim, tijekom godina, logoterapija se razvila u vlastiti neovisni sustav, a malo logoterapeuta ima korijene u Freudu i u egzistencijalnim filozofima poput Martina Heideggera i Maxa Schelera, kakav je bio i Frankl. Doista, 1984. godine na prvom argentinskom kongresu o logoterapiji, prema riječima Omara Lazarte, prisutni se sjećaju da je Frankl rekao da se uzdržavao na dva stupa – Freudu i Heideggeru. (Lazarte, 2009, 181)

Drugi cilj logoterapije je očistiti psihoterapiju njezina psihologizma. Frankl tako ocrta razlike između logoterapije i psihoterapije: »*Psihoterapija nastoji osvijestiti instinktivne činjenice. Logoterapija, s druge strane, nastoji osvijestiti duhovne stvarnosti*«. (Frankl, 2004, 43). Logoterapija je doista posebno osmišljena kako bi pomogla i »*riješila one koji pate zbog filozofskih problema s kojima se život suočava s ljudima*« (Frankl, 2004, 46). Logoterapija, za razliku od gotovo svih psihoterapija, s izuzetkom Assagiolijske psihosinteze, eksplicitno uzima u obzir duhovnu sferu koju Frankl naziva neoetičkom ili onološkom.

Logoterapija je klinička primjena Franklovog egzistencijalnog analitičkog pristupa. Već 1926. logoterapija »*je prošla izvan dosega psihoterapije izvan psihe, izvan psihološke dimenzije uključivši noološku dimenziju ili logotip*« (Frankl, 2000, 67).

Tako je franklovska psihologija u svojoj kliničkoj praksi i terapija i analiza; to je logo - nije psihoterapija isto kao što je prije egzistencijalna nego psihoanaliza. Franklovska egzistencijalna analiza prilično se radikalno razlikuje od egzistencijalne analize Medarda Bossa i Ludwiga Binswanger, Igora Carusa i Rolla Maya po tome što se u svojim filozofskim dimenzijama više oslanja na fenomenologiju i filozofsku antropologiju Maxa Schelera, o čemu svjedoči osobito trodimenzionalna ontologija logoterapije, nego u heideggerijanizmu drugih škola kontinentalne egzistencijalne analize. (Cosetllo, 2016, 8-10)

Dakle, neka bude jasno: logoterapija nije psihoterapija ili, točnije, logoterapija se proteže izvan psihoterapije; prvenstveno je to neetička terapija. Uzmimo primjer za konkretiziranje ovih teorijskih opažanja: depresija se može somatogeno manifestirati kao endogena melankolija. U tom slučaju lijekovi i farmakološka intervencija mogu pomoći (psihijatrija), ili psihogeno kao reaktivna depresija nakon gubitka voljenog predmeta u u kojem slučaju terapija razgovorom može biti preferirana opcija u smislu modaliteta liječenja (psihoterapija), pri čemu pacijent filozofira kad se suoči s opaženom besmislenošću svog postojanja, u ovim je slučajevima meditacija vjerojatno bolja od lijekova.

Nesvjesni logotipi otkriveni su nam otkrićem duhovnog nesvjesnog u logoterapiji. Freud je identificirao nesvjesno, ali ljudska osoba stoji u namjernom, a ne instinktivnom odnosu prema transcendentnoj stvarnosti, čak i ako je to na nesvjesnoj razini. U poglavlju naziva „*Nesvjesna religioznost*” u svom djelu „*Čovjekova potraga za konačnim smislom*“, Frankl piše: »*Ako se namjerni referent takvog nesvjesnog odnosa naziva „Bogom”, prikladno je govoriti o „nesvjesnom Bogu”*«. (Frankl, 2000, 68) To, međutim, ni na koji način ne implicira da je Bog nesvjestan samog sebe, već da Bog može biti nesvjestan prema čovjeku i da je čovjekov odnos prema Bogu nesvjestan. Niti ovaj „nesvjesni Bog“ ne smije biti smješten u bezličnim arhetipovima zvanim Jung, već u osobnim i egzistencijalnim regijama. Religija može imati pozitivne psihoterapijske učinke na pacijenta, ali to nije njegova primarna namjera.

Religija može promicati mentalno zdravlje, ali to nije njezin glavni cilj. Njen glavni cilj jest duhovno spasenje. »Religija čovjeku pruža više nego što je psihoterapija ikada mogla« (Frankl, 2000, 80). Čovjekova psiha je po prirodi religiozna (*anima naturaliter religiosa*); to je utvrđeno terapijom koja po prirodi nije religiozno orijentirana (*scientia naturaliter unreligiosa*). Frankl smatra: »Što manje psihoterapija pristaje služiti teologiji kao sluškinja, to će služba koju ona zapravo obavlja biti veća. Ne treba biti sluga da bi mogao služiti« (Frankl, 2000, 81).

Duhovno je jednako snažno kao i instinktivno - čak i više. Ovo je vjerojatno suvereno pravilo škole logoterapije Viktora Emila Frankla. U filmu o čovjekovom životu ponekad se može malo razumjeti dok se ne prikaže posljednji slijed. Frankl pita: »Zar se i konačni smisao života ne otkriva, ako ikada, samo na njegovom kraju, na rubu smrti?« (Frankl, 2000, 143). Frankl ovako formulira značenje: Što je značenje sveobuhvatnije, to je manje razumljivo. Krajnje ili apsolutno značenje nije razumljivo. Kao što je Augustin primijetio: ako to razumijete, to nije Bog. Franklova definicija Boga jedna je do koje je došao s petnaest godina: »Bog je partner naših najintimnijih monologa«.(Frankl, 2000, 138).

Religija je ispunjenje volje do krajnjeg smisla . (Ovo gledište paralelno je s Einsteinovim komentarom: »Biti religiozan znači pronaći odgovor na pitanje šta je smisao života?« I na Wittgensteinovo: »Vjerovati u Boga znači vidjeti da život ima smisao«) (Costello, 2016, 9)

Metafizika značenja Viktora Frankla može pomoći čovječanstvu u času njegova užasa. Jer naši životi imaju duhovno značenje, a njihova konačna tajna je da je ljubav naše spasenje. Ne služi li to neizravno kao služba skrivenom Bogu? Jer Bog i ljubav jesu jedno. (Costello, 2016, 9)

Nadalje, logoterapija nije židovska, katolička ili protestantska terapija zbog dimenzijskih razlika između religije i terapije. Mora se svidjeti teističkim, agnostičkim, panteističkim, anateističkim i ateističkim osobama. Spoj terapije i religije dovodi do zabune između teologije i antropologije.

Frankl se nada da će njegovo pitanje zašto postoji ljudska patnja jednog dana pronaći odgovor, iako možda ne na ovom svijetu. Puko razmišljanje ne može otkriti našu najveću svrhu; »*Vjeri u krajnji smisao prethodi povjerenje u konačno biće*« (Frankl, V., 1988:145). Drugim riječima, »*nešto što se čini nemogućim u nižoj dimenziji, savršeno je moguće u višoj*« (Frankl, V., 1988:148). Kamen spoticanja u našem odnosu prema religiji, a time i prema Bogu uključuju: antropomorfizam, autoritarnost i racionalizam. Povjerenje u značenje je transcendentarno u kantovskom smislu. Bog nije mrtav (zvan Nietzsche), već šuti: »*s beskonačne visine ne reflektira se svjetlost - a s beskonačne dubine ne vraća se zvuk*« (Frankl, V., 1988:154).

4.3. Povezanost svijesti, duhovnosti i religioznosti

Sam Harris (2012.), koji je ateist, tvrdi da bismo trebali koristiti riječ duhovno, dok Tom Flynn (2016.), koji je izvršni direktor Vijeća za sekularni humanizam, kaže da ne bismo trebali. Tom Flynn nas s pravom poziva da pazimo na svoj jezik. Nema sumnje da su riječi duh i duhovni problematične, barem u njihovom suvremenom značenju.

Riječ duh potječe od latinskog *spiritus*, koji je pak prijevod grčkog *pneuma*, oba u svojoj korijenskoj definiciji znače „dah“. Ali poprimili su dublje značenje. Kao što Thayerov grčki leksikon (1911.) objašnjava, Aristotel, Polibije, Plutarh i drugi koristili su duh za upućivanje na vitalni princip kojim se tijelo pokreće. Kako je onda riječ za dah upućivala na „stvarnu osobu - dušu“ unutar tijela? Postavimo stvari ovako; što prvo primijetite kod mrtve osobe? Ne dišu. Dah im je stao. Stoga se smatralo da je „dah“ vitalni princip u živim bićima. Razlika između mrtvog i živog tijela je u tome što jedno diše, a drugo ne. Zbog toga je dah izjednačen sa životom. Kad je prestao dah, prestao je i život. No, što se zapravo događa prema znanosti? Srce prestaje pumpati, a mozak se isključuje, što isključuje svijest. Dakle, duh je um/svijest u živim bićima. Nije da su primitivni ljudi bili potpuno u krivu; samo što nisu u potpunosti razumjeli smrt. Smrt nije posljedica odlaska daha, već zaustavljanja srca i mozga. (Forrest, N.Y., snsociety.org, 12.06.2021.)

Tako danas, uz pomoć znanosti, možemo ispravno identificirati taj tajanstveni „vitalni princip“ kao svijest. Kao što je dah neviđena stvarnost koja oživljuje fizički život, tako je i svijest neviđena stvarnost koja oživljuje mentalni život. Tijelo stari, ali čini se da svijest nikada ne stari. To stvara iluziju da su to dvoje odvojeni. Zbog toga većina ljudi vjeruje u dualizam uma i tijela. Znanstveno, razdvajanje se ne može održati. Jedna od definicija duha u Websterovom rječniku „*New World College Dictionary*“ jest »život, volja, svijest, misao itd., koji se smatraju odvojenim od materije«. To značenje možemo vidjeti i u Bibliji: »Jer što čovjek zna čovjekove stvari osim duha [svijesti] čovjeka koji je u njemu?« (1. Korinćanima 2:11). Drugim riječima, svijest je osoba koja je svjesna i »poznaje čovjekove misli«. (Forrest, N.Y., snsociety.org, 12.06.2021.

Ako je duh svijest, onda se duhovno odnosi na proširenje ili produbljivanje svijesti. Čini se da ne postoji drugi izraz, smatra Sam Harris, s kojim bi se razgovaralo o namjernim naporima koje neki ljudi čine kako bi prevladali svoj osjećaj odvojenosti - meditacijom ili drugim načinima izazivanja neobičnih stanja svijesti. Duh je druga riječ za „svijest“. Duhovno se odnosi na „proširenje ili produbljivanje svijesti“.

Duhovnost je kvaliteta ili stanje posjedovanja ili razvoja proširene ili produbljene svijesti. Duhovno iskustvo je iskustvo koje proširuje ili produbljuje svijest. Sada je, doduše, spor između onih koji su za, i onih koji su protiv korištenja duhovnog, u konačnici semantički. Oni s obje strane imaju neke dobre argumente.

Ali suprotno onome što su pojedinci rekli, za tu tajanstvenu kvalitetu širenja ili produbljivanja svijesti zaista nema bolje riječi od riječi duhovno. Religija se može definirati funkcionalno ili sadržajno. Jednostavnim riječima, religija je vjerovanje i štovanje Boga ili bogova, obično viđeno u svom institucionalnom izrazu. Dakle, što znači biti duhovan, ali ne i religiozan?

U tom kontekstu, na religiju se gleda kao na dogmatski, osuđujući i uskogrudni institucionalni svjetonazor. Dok je duhovno biće nedogmatičan, neosuđujući i širokogrudni način postojanja.

Ako se duhovno odnosi na „širenje ili produbljivanje svijesti“, onda je prirodno pitanje svijest o čemu? Odgovor bi mogao biti da je to naša svijest o „sedinjenju i zajedništvu“ sa stvarnošću. Evo što se događa u duhovnom iskustvu. Bilo meditacijom ili vanjskim događajima, čovjek doživljava trenutak povezivanja sa širom stvarnošću. Ta je veza proširenje ili produbljivanje svijesti, odnosno utječe na našu svijest. To onda proizvodi neograničeni broj osjećaja i emocija koji su obično povezani s duhovnim i mističnim iskustvima. Oni se istovremeno filtriraju kroz konceptualni okvir, što može pojačati ili umanjiti osjećaje.

Duhovnost bi se trebala odnositi na razbijanje hiperindividualizma koji uništava našu okolinu i naše društvo. Dakle, važnost povezivanja s većom stvarnošću. To je smisao duhovnosti u svim glavnim religijama. Duhovnost se odnosi na egzistencijalni odnos s Jehovom, Isusom ili Brahmom. Dakle, za prirodoslovca bi duhovnost trebala biti o egzistencijalnom odnosu s prirodom. Sada, ako je priroda naša „krajnja briga“, kako tvrdi Donald Crosby (2002, 119), tada bi naša duhovnost trebala biti utemeljena na prirodi. *A »imati duhovnost znači baviti se većim, dubljim i bitnim životnim pitanjima«* također bi se trebalo temeljiti na prirodi (Strain, 2016, 37).

4.4. Logoterapija u Hrvatskoj

Godine 2012. osnovana je Hrvatska udruga za logoterapiju pod nazivom „LOGOS“ kao jedna od članica Saveza psihoterapijskih udruga Hrvatske. Začetnica ovog projekta jest hrvatska psihijatrica i utemeljiteljica logoterapeutske metode Viktora Frankla u Hrvatskoj, dr. Cvijeta Pahljina. Zanimljiva je i činjenica kako je autentičnost Udruge „LOGOS“ Franklovom naučavanju potvrdio i sam dr. Aleksander Batthyany, predsjednik „Viktor Frankl Instituta“ u Beču. Nadalje, kada govorimo o ciljevima spomenute udruge, u Etičkom kodeksu iste stoji sljedeće: *»Udruga LOGOS osnovana je i ima za cilj upoznavanje javnosti s osnovnim postavkama logoterapije prema načelima njezinog utemeljitelja Viktora E. Frankla te*

promicanja i očuvanja logoterapije u njezinom izvornom obliku. Biti čovjek znači imati pred sobom smisao koji treba ispuniti i vrijednosti kojima treba težiti. To znači živjeti na polarnom polju napetosti između realnosti i ideala kojima treba težiti. Logoterapeut se odgovorno suočava s etičkim pitanjima koja ulaze u područje psihoterapije, savjetovanja, izobrazbe, istraživanja i ostalih oblika uključivanja u šire odnose s javnošću. Osobna je odgovornost i zadaća svakog logoterapeuta ostvarenje najviših etičkih standarda prema mjerilima vlastite savjesti. Cilj etičkih smjernica ovoga Kodeksa je zaštita i osiguranje klijenata (osoba) i logoterapeuta od neetičkih postupaka.» (Etički kodeks Hrvatske udruge za logoterapiju „LOGOS“, https://logoterapija.com/wp-content/uploads/2017/05/EK_Logos.pdf , pristupano 18. 6. 2021.)

4.5. Doprinos suvremenoj psihoterapiji i logoterapiji

Posljednjih godina sve više raste zanimanje i interes o istraživanjima provedenim na temu doprinosa Viktora Frankla suvremenoj psihoterapiji i logoterapiji. Pored brojnih stručnih članaka objavljenih na ovu temu (primjerice Reker i Woo, 2001., Steger, Oishi i Kashdan, 2009.), napisano je i nekoliko knjiga o značenju smisla u čovjekovu bivstvu za što je zasigurno vrlo značajan doprinos samog Frankla. Viktora Frankla se zasigurno može smatrati pionikom vraćanja duhovnosti u psihoterapiju što je iznimno važno zbog sve više dehumanizirajućih izazova koje čovjek ima u suvremenom vremenu.

Razvoj LTEA-e datira iz 1930 -ih. Na temelju psihoanalize Sigmunda Freuda i individualne psihologije Alfreda Adlera, psihijatar i neurolog Viktor Emil Frankl (1905.-1997.) postavio je temelje novog i originalnog pristupa koji je prvi put objavio 1938. Logoterapija/egzistencijalna analiza, koja se ponekad naziva i „ Treća bečka škola psihoterapije“, međunarodno je priznat i empirijski utemeljen pristup psihoterapiji usmjeren na značenje. U logoterapiji/egzistencijalnoj analizi (LTEA) potraga za smislom života identificirana je kao primarna motivacijska snaga u ljudskim bićima.

(Institut Viktor Frankl, web izvor: <https://www.viktorfrankl.org/logotherapy.html>, pristupano: 25.07.2021.)

Nadalje, Franklov pristup temelji se na tri filozofska i psihološka koncepta:

- Sloboda volje
- Volja za značenjem
- Smisao u životu

Sloboda volje

Prema LTEA-i, ljudi nisu u potpunosti podložni uvjetima, ali su u osnovi slobodni u odlučivanju i sposobni zauzeti svoj stav prema unutarnjim (psihološkim) i vanjskim (biološkim i društvenim) uvjetima. Sloboda se ovdje definira kao prostor oblikovanja vlastitog života u granicama danih mogućnosti. Ta sloboda proizlazi iz duhovne dimenzije osobe, koja se shvaća kao bitno ljudsko područje, iznad dimenzija tijela i psihe. Kao duhovne osobe, ljudi nisu samo reagirajući organizmi, već autonomna bića sposobna aktivno oblikovati njihove živote. Sloboda ljudske osobe igra važnu ulogu u psihoterapiji, jer klijentima pruža prostor za autonomno djelovanje čak i pred somatskim ili psihološkim bolestima. I upravo taj resurs omogućuje klijentima, u kontekstu tehnika paradoksalne namjere i derefleksije, da se nose sa svojim simptomima i povrate kontrolu i samoodređenje.

(Institut Viktor Frankl, web izvor: <https://www.viktorfrankl.org/logotherapy.html>, pristupano: 25.07.2021.)

Volja za značenjem

Ljudska bića nisu samo slobodna, već je najvažnije da su slobodna u nečemu - naime, u postizanju ciljeva. Traženje smisla smatra se primarnom motivacijom ljudi. Kada osoba ne može ostvariti svoju „volju za smislom“ u svom životu, doživjet će bezdan osjećaj besmislenosti i praznine. Frustracija egzistencijalne potrebe za smislenim ciljevima potaknut će agresiju, ovisnost, depresiju i suicidalnost, a može izazvati ili povećati psihosomatske bolesti i neurotične poremećaje.

(Institut Viktor Frankl, web izvor: <https://www.viktorfrankl.org/logotherapy.html>, pristupano: 25.07.2021.)

Logoterapija/egzistencijalna analiza pomaže klijentima u sagledavanju i uklanjanju onih čimbenika koji ih ometaju u ostvarivanju smislenih ciljeva u njihovom životu. Klijenti su senzibilizirani za percepciju potencijala značenja. Međutim, ne nude im se posebna značenja.

Umjesto toga, oni se vode i pomažu im u ostvarivanju onih značenjskih mogućnosti koje su sami otkrili.

Smisao u životu

LTEA se temelji na ideji da je značenje objektivna stvarnost, za razliku od puke iluzije koja se javlja unutar opažajnog aparata promatrača. Prema LTEA-i, ljudi su pozvani, na temelju svoje slobode i odgovornosti, iznijeti moguće najbolje u sebi i u svijetu, percipirajući i shvaćajući značenje trenutka u svakoj situaciji. U tom kontekstu mora se naglasiti da su ti značenjski potencijali, iako objektivne prirode, povezani sa specifičnom situacijom i osobom, pa se stoga stalno mijenjaju. Stoga LTEA ne deklarira niti nudi neki opći smisao života. Umjesto toga, klijentima se pomaže u postizanju otvorenosti i fleksibilnosti koja će im omogućiti da na smislen način oblikuju svoj svakodnevni život. (Institut Viktor Frankl, web izvor: <https://www.viktorfrankl.org/logotherapy.html>, pristupano: 25.07.2021.)

Terapeutske tehnike u LTEA-i:

- Paradoksalna namjera

Indikacije: uglavnom kompulzivni poremećaji i anksioznost, također vegetativni sindromi.

Vođeni liječnikom ili terapeutom, klijenti uče prevladati svoje opsesije ili tjeskobe distanciranjem i duhovitim pretjerivanjem, čime se prekida začarani krug simptoma i pojačavanje simptoma.

- Derefleksija

Indikacije: Spolni poremećaji i nesanica, također anksiozni poremećaji.

Instinktivni, automatski procesi otežavaju i ometaju pretjerano samopromatranje. Na isti način, neki će se blagi i dobro utemeljeni osjećaji tjeskobe ili tuge povećati i pojačati samopromatranjem, čineći ih uočljivijima i uzrokujući još intenzivnije promatranje. Svrha derefleksije je prekinuti ovaj krug neurotiziranja odvlačenjem klijentove pažnje od simptoma ili prirodnog procesa.

- Sokratski dijalog / izmjena stavova

Određeni stavovi i očekivanja mogu biti prepreka ispunjenju smisla. Oni mogu otuđiti osobu od smislenih potencijala u njezinu životu, čime se naglašavaju neurotični poremećaji, pa ih čak i proizvode ponavljajućim pogrešnim odlukama i formiranjem obrazaca ponašanja.

Važno je napomenuti da se terapeut ili liječnik moraju suzdržati od nametanja vlastitih vrijednosti ili percepcije značenja. Umjesto toga, klijenti su vođeni da percipiraju svoje nerealne i kontraproduktivne stavove i da razviju novi pogled koji bi mogao biti bolja osnova za ispunjen život. Dakle, sokratski dijalog je metoda razgovora koju često koriste logoterapeuti. Posebna pitanja imaju za cilj osvijestiti mogućnost pronalaženja i slobodu ispunjenja smisla u životu. U filozofskom okruženju ovu tehniku vođenja ispitivanjem uveo je Sokrat, koji ju je okarakterizirao kao neku vrstu „duhovne primalje“. (Institut Viktor Frankl, web izvor: <https://www.viktorfrankl.org/logotherapy.html>, pristupano: 25.07.2021.)

4.6. Osvrt na odabrana objavljena djela

Književni opus Viktora Frankla koji značajno doprinosi stručnoj disciplini kojom se bavio, zaista je širok i brojan. Za svoga stvaralačkog, ali i osobno proživljenog iskustva, Frankl je napisao četrdesetak knjiga. Njegove knjige doprinose teoriji struke kojom se bavio ali i pružaju uvid u osobno proživljena iskustva. Njegove knjige prevedene su na brojne svjetske jezike i predstavljaju neizostavnu literaturu za sve one koji se bave područjem psihoterapije ali i za sve one koji su na bilo koji način uključeni u područje psihoterapije, ili kao znatiželjnici ili kao upravo oni kojima je potrebna psihološka pomoć.

Nije bilo moguće pojedinačno nabrojati i osvrnuti se na sva napisana Franklova djela stoga su odabrana ona čiji je doprinos najznačajniji. U prvom redu, radi se o knjizi „*Liječnik i duša*“ koja je najviše zaslužna za Franklovu habilitaciju na Sveučilištu na kojem je predavao.

Prvo izdanje navedenog djela nije uključivalo prerađene dodatke osim onih koje je načinio sam Frankl. Druga izdanja iste knjige doživjelo je određene preinake kako bi se dodatno pojasnile Franklove osobne bilješke u prvom izdanju. Tek prerađena novija izdanja sadržavale su napomene koje su prvi put ujedinjene i zajedno sa bilješkama prethodnih izdanja stavljene na kraj svakog poglavlja. Ipak, kako bi se sačuvao povijesni kontinuitet knjige, bilješke su označene izvornim brojevima. Novije izdanje knjige „*Liječnik i duša*“ sadržava i raspravu pod nazivom „*Deset teza o osobi*“i. U novom dodatku otisnut je tekst koji do tada nije objavljivan u knjizi. Deset teza o osobi zapravo predstavlja prerađeni referat koji je Frankl održao u sklopu Tjedna Salzburške visoke škole 1950. godine kao uvodni doprinos raspravi prije jednog kruga razgovora sa tada vrlo važnim i etabliranim pripadnicima svoje struke.

Navedenih deset teza o osobi ubrajaju se u temeljne filozofsko-antropološke tekstove logoterapije i egzistencijalne analize; u njima je Frankl produbio dimenzionalno-ontološku sliku čovjeka, čije je dalekosežnije filozofske i antropološke implikacije sažeo u deset teza.

Između ostaloga, Frankl je u referatu detaljno argumentirao izvođenje dvaju središnjih logoterapijskih postulata: psihoterapijski *credo* i psihijatrijski *credo*. Budući da su ti postulati u knjizi „*Liječnik i duša*“ već bili sadržajno postavljeni predviđeni, oni će tako u dodatku Deset teza o osobi dodatno biti uključeni u cjelokupni kontekst Franklove filozofijske i psihološke antropologije.

Nadalje, vrlo je važno spomenuti i sljedeće knjige koje će Frankl izdati neposredno nakon navedene, kao što je primjerice knjiga pod naslovom „*Zašto se niste ubili?*“, koja je rezultat rada od nekoliko uzastopnih dana. Također, zanimljivo je kako je Frankl svoja djela pisao na način da ih je zapravo diktirao.

Jedno od njegovih najzanimljivijih djela jest „*Čovjekovo traganje za smislom*“ u kojem je na iskren i potpuno ogoljen način prenio čitatelju iskustvo boravka u nacističkim koncentracijskim logorima. Glavno pitanje na koje je Frankl nastojao dati odgovor a prožima se kroz cijelu knjigu

jest – kako čovjek može kada se nađe u potpuno dehumaniziranim uvjetima za svoje ljudsko biće ipak zadržati ljudsko dostojanstvo, zdrav razum i volju za životom. Frankl smatra da je u takvim situacijama čovjekovu biću na izbor ipak dana sloboda, ona krajnja sloboda a to je odabir stajališta. Ukoliko čovjek patnju i trpljenje u kojem se nalazi prihvati kao zadatak te ako u takvim okolnostima pronade svoj smisao, tada je čovjek spašen od očajja jer »*onaj koji zna može se nositi gotovo sa svakim kako.*« (Frankl, 2010, 43). U ovoj knjizi Frankl govori o svojoj terapijskoj nauci i teoriji – logoterapiji koja je u potpunosti okrenuta budućnosti te kao takva usredotočena na smisao ljudskog bivanja na zemlji. Zanimljivost knjige ogleda se u činjenici da je čovjekovo traganje za smislom gotovo uvijek aktualno zbog čega je ova knjiga zanimljiva u gotovo svim vremenima, jednako kao i u vrijeme njezina nastajanja.

»1947. godine Frankl objavljuje vrlo zanimljivo djelo „Die Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte“ („Psihoterapija u praksi. Kazuistički uvod za liječnike”), obogaćeno kliničkim primjerima i slučajevima. Godine 1948. postiže habilitaciju iz neurologije i psihijatrije te doktorat iz filozofije disertacijom „Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion“ („Bog podsvijesti. Psihoterapija i religija”). Osniva austrijsko društvo za psihoterapiju i postaje njegovim prvim predsjednikom.« (web izvor: dobroinstitut.hr, pristupano: 25.07.2021.)

Institut Viktor Frankl osnovan je u Beču 1992. godine od strane međunarodnog kruga kolega i prijatelja. Znanstveno je društvo s ciljem održavanja i poticanja životnog rada Viktora Frankla i pružanja pristupa autentičnim informacijama o logoterapiji i egzistencijalnoj analizi. Institut nudi prvi akreditirani državno-doktorski studijski program za logoterapiju u okviru katedre za filozofiju i psihologiju Viktora Frankla na Međunarodnoj filozofskoj akademiji (Sveučilište Kneževine Lihtenštajn). Također, nudi se master program i psihoterapijski trening iz

logoterapije u suradnji s Odjelom za logoterapiju, osnovanim 2012. godine na Diplomskom institutu za psihoanalizu u Moskvi. Institut ima ekskluzivan pristup „*Viktor Frankl Arhivu*“ i najvećoj svjetskoj zbirci tekstova i istraživanja o logoterapiji i egzistencijalnoj analizi. U suradnji s „Viktor Frankl Fund-om“ grada Beča, Institut dodjeljuje stipendije i nagrade za rad na polju humanističke psihoterapije usmjerene na značenje.

Nadalje, djelo kojeg je neosporno važno za spomenuti jest knjiga „*Čovjek patnik - pokušaj pathodice*“ (izv. „*Homo patiens. Versuch einer Pathodizee*“) koja nastaje kao rezultat nekoliko zanimljivih predavanja koje je Frankl održao 1949. godine na temu smisla patnje. Svoja razmišljanja o kojima je predavao pretočio je upravo u ovu knjigu. U ovoj knjizi isitiče se jedan od bitnijih postulata logoterapije; utjeha za sve one ljude koji pate.

Kao suradnik kolege Otta Ploetzla, Frankl će 1952. godine objaviti vrlo popularno izdanje psihofizioloških studija koja je održavao na radiju. Radi se o knjizi „*Psihoterapija u svakodnevicu – sedam radioemisija*“ („*Die Psychotherapie im Alltag - Sieben Radiovorträge*“

Godine 1970. u San Diegu u Kaliforniji, pri Međunarodnom sveučilištu uvedena je Katedra logoterapije i utemeljen prvi Logoterapijski institut na svijetu, a Frankl iste godine dobio počasni doktorat na Loyolinom sveučilištu u Chicagu i na Edgecliffe College u Cincinnatiju.

Zaredali su se pozivi da drži predavanja na sveučilištima diljem svijeta, na kojima je Frankl dobivao brojna priznanja i počasne doktorate. Njegove posljednje dvije knjige „*Man's Search For Ultimate Meaning*“ („*Čovjekovo traganje za krajnjim smislom*“) i „*Viktor Frankl – Recollections*“ („*Viktor Frankl – sjećanja*“) izdane su 1997. godine.

(web izvor: dobroinstitut.hr, pristupano: 25.07.2021.)

5. ŽIVOT I DJELO ANTHONY DE MELLA

5.1. Biografski osvrt

Duhovni učitelj, autor i govornik Anthony de Mello rođen je 4. rujna 1931. u tadašnjem Bombayu (danas Mumbai) u Indiji od Franka De Mella i Louise Casellino. Rođen je u katoličkoj obitelji i od malih je nogu težio biti isusovac.

De Mello je studirao teologiju u Družbi Isusovoj u Bombayu 1947. Godine 1952. otišao je u španjolsku Barcelonu u sklopu svog teološkog usavršavanja gdje je proveo tri godine studirajući filozofiju, španjolski i latinski. Tijekom svog boravka u Španjolskoj zainteresirao se za filozofiju svetog Ignacija, što je utjecalo na njegovo kasnije djelovanje. Nakon završetka studija u Španjolskoj, vratio se u Indiju i u ožujku 1961. biva zaređen za svećenika. Zatim je poslan na sveučilište Loyola u Chicago gdje je magistrirao pastoralno savjetovanje, a u Indiju se vraća 1964. godine.

Također, de Mello je 1972. osnovao Institut za pastoralno savjetovanje u Pooni koji je u vrlo kratko vrijeme postao iznimno popularan. U početku je de Mellov vjerski stav bio strogo u skladu s Katoličkom crkvom, a zatim je sredinom sedamdesetih godina počeo proučavati meditaciju i istočnjačku vjersku misao. Na njega je utjecala budistička duhovnost, pa je 1978. objavio djelo pod nazivom „*Sadhana: Put do Boga*“, koja se dobro prodavala. Uspjeh knjige značio je da je de Mello postao tražen javni govornik u Indiji, ali i u inozemstvu. Njegova druga knjiga bila je „*Wake Up! Duhovnost za danas*“ i 1982. objavljena je „*Pjesma ptica*“ koja daje prikaz njegove duhovne filozofije. Druge knjige uključuju „*Wellsprings*“ (1984), „*One Minute Wisdom*“ (1985) i „*The Heart of the Enlightened*“ (1987). Utjecaji koje je de Mello naveo uključuju Satya Narayan Goenka, Jiddu Krishnamurti, Mahatmu Gandhi i Bertranda Russella.

De Mello je umro od srčanog udara u dobi od 55 godina za vrijeme boravka u New Yorku. Njegov brat, Bill de Mello, kasnije je objavio autobiografsku knjigu pod nazivom „*Anthony de Mello: Sretni litalica*“.

Također, 1984. godine osnovana je neprofitna organizacija pod nazivom „Centar duhovnosti DeMello“ („*The DeMello Spirituality Center*“) s misijom globalnog širenja pristupa i poruke Anthonyja de Mella.

»Centar postoji kako bi pomogao ljudima, kao što je to učinio Anthony DeMello, u ostvarivanju njihove urođene sposobnosti da nadiđu stres, tjeskobu i depresiju kako bi doživjeli mir i sreću bilo kada, bilo gdje i pod bilo kojim okolnostima.«

(<https://www.demellospirituality.com/about/>, pristupano 29.7.)

Prvi izvršni direktor navedenog centra bio je J. Francis Stroud koji je svojevremeno i studirao s Anthonyjem de Mellom na Institutu Sadhana u Indiji, a kasnije je predavao tečajeve na Sveučilištu Fordham o primjeni de Mellovih duhovnih načela.

5.2. Ključna religijska razmatranja i prikaz odabranih djela

De Mellova djela možemo podijeliti u dvije temeljne skupine. Prvu skupinu čine razne kratke priče koje je osobno prikupljao iz raznih religija, kultura i svjetonazora. Nevedene priče mogu biti od pomoći u postizanju ovladavanja samim sobom, u razbijanju veza i osjećaja koji nas sprječavaju da budemo slobodni, te u smirenju pristupamo raznim životnim promjenama. Osobito u svojim ranim spisima, otac de Mello, otkrivajući utjecaj budističkih i taoističkih duhovnih strujanja, ostao je u granicama kršćanske duhovnosti. U ovim knjigama tretira različite vrste molitve: molbu, zagovor i hvalu. Drugu skupinu njegovih djela čine njegova vlastita tumačenja određenih svetopisamskih izričaja te životnih situacija u kojima do izražaja dolazi njegovo viđenje čovjeka (kao što je primjerice vidljivo u njegovom djelu „*Buđenje svijesti*“). Primjerice, u jednoj od svojih najpoznatijih djela, „*Sadhana: put do Boga*“, de Mello o Bogu navodi sljedeće: »*Shvaćanje da Bog nije ništa poput vaše ideje o Bogu. Znate u zemlji iz koje dolazim, Indiji imamo dosta ruža, ali pretpostavimo da nikada u životu nisam osjetio ružu i kažem vam kakav je miris miris ruže, možete li opisati da? Opišite ga dalje. Vidiš? Ako ne možete opisati jednostavnu stvar poput mirisa ruže, kako bi itko mogao opisati iskustvo Boga. Koje god riječi upotrijebio, tihe su i neadekvatne, Bog je potpuno iznad toga.*« (De Mello, 1994, 42)

No već se u pojedinim odlomcima ovih ranih djela i u većoj mjeri u njegovim kasnijim publikacijama primjećuje postupno udaljavanje od bitnih sadržaja kršćanske vjere. Umjesto objave koja je došla u osobi Isusa Krista, on zamjenjuje Božju intuiciju bez oblika i slike, do te mjere da govori o Bogu kao čistoj praznini. Da biste vidjeli Boga, dovoljno je pogledati izravno u svijet. O Bogu se ne može ništa reći; jedino znanje je neznanje. Postavljati pitanje njegovog postojanja već je besmislica, smatra de Mello. Ovaj radikalni apofatizam dovodi čak do poricanja da Biblija sadrži valjane izjave o Bogu. Riječi Svetog pisma pokazatelji su koji samo služe na to da čovjeka navedu na šutnju.

U drugim odlomcima sud o svetim vjerskim tekstovima, ne isključujući Bibliju, postaje još oštiji: kaže se da sprječavaju ljude da slijede vlastiti zdrav razum i uzrokuju da postanu tupi i okrutni. Religije, uključujući kršćanstvo, jedna su od glavnih prepreka otkrivanju istine. Tu istinu, međutim, autor nikada ne definira svojim preciznim sadržajem. Za njega je jednostavno fanatizam misliti da je jedini Bog vlastite religije. „Bog“ se smatra kozmičkom stvarnošću, nejasnom i sveprisutnom; zanemaruje se osobna narav Boga i u praksi se negira.

Otac de Mello pokazuje zahvalnost za Isusa Krista, za kojeg se proglašava „učenikom“. Ali on smatra Isusa kao gospodara zajedno s drugima. Jedina razlika od drugih ljudi jest ta što je Isus „budan“ i potpuno slobodan, dok drugi nisu. Isus nije prepoznat kao Božji Sin, već jednostavno kao onaj koji nas uči da su svi ljudi Božja djeca. Osim toga, autorove izjave o konačnoj sudbini čovjeka izazivaju zbunjenost. U jednom trenutku govori o „otapanju“ u neosobnom Bogu, kao što se sol otapa u vodi. (Šimunović, 1997, 13) U raznim se prilikama pitanje sudbine nakon smrti proglašava nevažnim; trebao bi zanimati samo sadašnji život. S obzirom na ovaj život, budući da je zlo jednostavno neznanje, ne postoje objektivna moralna pravila.

5.3. Buđenje svijesti

Kao jedno od najznačajnijih djela oca de Mella smatra se upravo „*Buđenje svijesti*“ („*Awareness*“) kao svojevrsni prikaz njegovih posljednjih predavanja posvećenih istini, ljubavi i duhovnom prosvjetljenju.

Također, ovo djelo zorno prikazuje i njegovu životnu filozofiju te putokaz ka buđenju duha i novoga života. U navedenom djelu, de Mello izlaže vrlo jednostavnu ideju života. Svojim čitateljima poručuje da se probude jer svojim „buđenjem“ čine najveću moguću stvar u svom životu. Što to znači? De Mello smatra da ukoliko se probudimo, ostvarujemo svojevrсни kontakt sa stvarnošću koja je čudesna, poput Boga. Dakle, za de Mella stvarnost je zapravo sam Bog, a sastavni dio buđenja jest trenutak u kojem pojedinac shvati da mora živjeti svoj život onako kako njemu odgovara. Za de Mella takvo što nije sebično, već je odviše sebično zahtijevati da netko drugi živi svoj život onako kako nama odgovara. Drugim riječima, trebamo se riješiti ovisnosti o drugim ljudima kako bismo se mogli posvetiti samorefleksiji i konačnom „buđenju“.

»Buđenje bi trebalo da bude iznenađenje. Kad se ne nadamo da će nam se nešto desiti, a to se desi, ostajemo zapanjeni. Kada je Websterova žena zatekla svog muža kako ljubi sobaricu, rekla mu je da je jako iznenađena. Webster, kao čovjek koji je vrlo pedantan u upotrebi odgovarajuće riječi (što je razumljivo, jer je napisao čitav riječnik); uzvratio je: „Ne, draga, ja sam iznenađen, a ti si zapanjena.“ Neke osobe gledaju na buđenje kao na cilj. Riješene su da stignu do njega i kažu: „Ne želim da budem sretan dok se ne probudim.“ U tom slučaju, bolje da ostanete takvi kakvi ste, da biste jednostavno ostali svjesni kakvi ste u stvari. Jednostavna svjesnost je sreća, nasuprot truda da stalno reagirate. Ljudi reagiraju tako brzo zato što nisu svjesni. Shvatit ćete jednom da postoje prilike kada se mora reagirati, čak i kad smo svjesni, kada shvaćamo. Ali, kako svjesnost raste, reagiramo sve manje, a djelujemo sve više.« (De Mello, 2021, 25)

Ono što je za de Mella od velike važnosti jest samorefleksija koju on naziva analiziranje samoga sebe. Analiza prestaje onda kada čovjek spozna istinu o samome sebi, odnosno kada postane svjestan samoga sebe i stvarnosti u kojoj se nalazi. Čovjekova istina nalazi se upravo u svjesnosti koju de Mello toliko izražava.

»Postoji izreka svetog Ignacija, koji govori o tome da treba okusiti i opipati istinu - ne spoznati je, već je okusiti i opipati, iskusiti je čulima. Kada se istina doživi na taj način, mijenjamo se. Kada je spoznamo samo razmišljanjem, ne mijenjamo se.« (De Mello, 2021, 45)

Iz navedenog možemo zaključiti kako je cjelokupna duhovnost Anthony de Mella prije svega bila uključenje cjelokupne stvarnosti u kojoj se čovjek nalazi. Za njega je svijet određena cjelina koju jednostavno treba prihvatiti ukoliko želimo prihvatiti sami sebe. U takvom svijetu i načinu života potrebna je naša osobna odgovornost i prihvaćanje rizika. (Šimunović, 1997, 25) To zapravo znači da u životu treba sudjelovati cijelim svojim bićem.

»Mnogi, mnogi ljudi osvojili su svijet, ali su usput izgubili dušu. Mnogi ljudi žive praznim životom koji je lišen duševnosti zato što se hrane popularnošću, poštovanjem, onim „ja sam o.k., ti si o.k.“, pogledaj me, ostani kraj mene, podržavaj me, pohvali me, cijeni me. Njih hrane samo moć i pobjede. Da li se i vi hranite time? Ako je tako, mrtvi ste. Izgubili ste svoju dušu. Promijenite ishranu. Potrebno vam je nešto zdravije, hranljivije. Tada ćete možda doživjeti promjenu. Dao sam vam program za cijeli život, zar ne?« (Šimunović, 1997, 49)

5.4. Sadhana – put k Bogu

Sadhana jest indijska riječ puna značenja. Prvotno značenje jest vještina, stega ili duhovna vježba. Drugo značenje jest skup osobnih sredstva koja nam govore kako doći do Boga. Upravo u takvom ozračju de Mello piše navedeno djelo koje prije svega sadrži ukupno 47 različitih vježbi koje pojedinca uvode u molitvu. Vježbe su podijeljene u četiri temeljna dijela: prosvjećivanje, kontemplacija, mašta i pobožnost. Autorova temeljna namjera jest naučiti čitatelja kako moliti jer je smatrao kako čovjek bez molitve ne može biti sposoban za život.

»Jednostavno rečeno, molitva se sastoji u hvali i zahvali Bogu za sve. Osniva se na uvjerenju da se u našem životu ništa ne događa a da to Bog nije predvidio i planirao - uistinu ništa, čak ni naši grijesi.« (De Mello, 1995, 170)

Navedene vježbe nadahnute su duhovnim vježbama sv. Ignacija Lojolskoga te istočnjačkim vještinama poput joge. Zanimljiva je činjenica kako je de Mello ovu knjigu posvetio Blaženoj Djevici Mariji, kako je naveo u samom predgovoru: *»Ovu knjigu posvećujem Blaženoj Djevici Mariji koja je za mene uvijek bila uzor kontemplacije. Bila je i više od toga: uvjeren sam da je njezin zagovor meni, kao i mnogima koje sam vodio, isprosio milosti u molitvi koje inače nikada ne bismo postigli. Ovo je moj prvi savjet vama ako želite napredovati u vještini kontemplacije. Tražite njezinu zaštitu i molite njezin zagovor prije nego krenete na ovaj put. Njoj je dana milost da privuče Duha Svetoga na Crkvu kao što je bio slučaj pri navještenju ili na Pedesetnicu, kada je ona molila zajedno s apostolima. Ako uspijete da ona moli s vama i za vas, uistinu bit ćete vrlo sretni.«* (De Mello, 1995, 5)

Temeljnu poruku i nakanu ovoga djela najbolje je prikazao Jure Šimunović u svom preglednom radu pod nazivom *„Put k Bogu – duhovnost Anthony de Mella“*:

»Pravo traženje uključuje dobro vidjeti. Kada dobro vidimo, onda ćemo postati svjesni i razumjeti. Kada smo svjesni i razumijemo, onda ćemo prihvatiti i ljubiti. Prihvaćanje i ljubav uključuju sva događanja i cjelokupnu životnu stvarnost, jer nema ništa što se prihvati i ljubi, a da ne može biti pozitivno. To dovodi do promjene mene samoga i sve se mijenja. To je put Boga prema čovjeku i ne može biti drukčiji ni put čovjeka prema Bogu i drugom čovjeku.« (Šimunović, 1997, 345)

5.5. Pojam Boga

Iz članka Anthonyja de Mella, objavljenog u časopisu *„Concilium“* u broju 17 (studeni 1982.), objavljenog u knjizi *„Frei und carefree“* Carlosa G. Vallèsa.

»Zašto je Bog nevidljiv? Zar ne! Vaš pogled na stvari, vaš vid je zamagljen i iskrivljen - i zato ga ne vidite. Zaslon u kinu postaje nevidljiv čim se film projicira na njega. Iako ste neprestano na ovom izgledu ekrana, više ga ne možete vidjeti i percipirati - jer ste previše rastreseni i apsorbirani filmom projiciranim na njemu.« (de Mello, 1982)

Anthony de Mello nastojao je dati odgovore na vječna pitanja vjernika o pronalasku Boga što je izvrsno objasnio u sljedećem citatu:

»Prestanite tražiti, pustite svoje putovanje i stići ćete na odredište. Nema odredišta! Nema dalje! Zato zastanite i pogledajte što vam je točno pred očima. Što brže želite putovati i više napor koji uložite u svoje putovanje, veća je vjerojatnost da ćete izgubiti put. Ljudi se pitaju kako pronaći Boga? Odgovor je OVDJE. KADA će ga pronaći? Odgovor je ODMAH. KAKO će ga pronaći? Odgovor je, šuti, idi u tišinu i pogledaj.« (de Mello, 1982)

De Mello je smatrao da se u pokušajima i nastojanjima da se vidi i pronađe Bog zapravo gubi fokus sa onoga što je bitno. Čovjekova nastojanja u svemu, pa tako i u traženju duhovnog, jesu imenovati nešto ili nekoga te na taj način racionalizirati stvari, pojmove ili odnose. Međutim, problem nastaje kod pokušavanja racionaliziranja duhovnoga. Stoga je de Mello pokušao usmjeriti fokus na življenje Boga, umjesto na pokušavanje pronalaska Boga.

Kada je Bog odbio otkriti svoje ime Mojsiju i naredio mu da ne stvara njegovu sliku, nije se želio samo boriti protiv idolopoklonstva neukih, primitivnih naroda koji su identificirali Boga sa slikom. Okrenuo se i protiv idolopoklonstva modernih intelektualaca, koji su ga povezivali s idejom, konceptom. Jer sve slike i pojmovi Boga koji postoje u našoj mašti mogu jednako odražavati Njegovu stvarnost kao i idoli od kamena i gline. Riječ, religijska formula, dogma: svi su oni zamišljeni kao pokazivači, kao smjernice i pomagala za olakšavanje pristupa Bogu. No vrlo često postaju nepremostiva prepreka.

»Tada kao da se autobusom vraćam kući i odbio sići na svom autobusnom stajalištu. - Moram misliti na toliko ljudi koji neprestano hodaju u krugu jer ih nikada nisu naučili da konačno odustanu od teologizacije i pojmova božanskog, kao i njihovog diskurzivnog promišljanja u Molitva i odlazak u tamnu noć duše; u oblak neznanjao kojem svi mistici govore. Idete kroz život i skupljate sve više etiketa, poput nekoga tko akumulira sve više i više materijalnih dobara koje nikada ne može koristiti.« (De Mello, 1995, 5)

5.6. Kontroverze

Spisi indijskog isusovačkog svećenika, oca Anthonyja de Mella opsežno su kružili u mnogim zemljama svijeta i među ljudima vrlo različitog podrijetla. U tim djelima, koja često imaju oblik kratkih anegdota prikazanih u pristupačnom i lako čitljivom stilu, otac de Mello prikupio je elemente istočnjačke mudrosti koji mogu biti od pomoći u postizanju samokontrole, u razbijanju vezanosti i naklonosti koje nas zadržavaju od toga da budemo uistinu slobodni, da izbjegnemo sebičnost, da se spokojno suočimo sa životnim poteškoćama bez da dopustimo da na nas utječe svijet oko nas, a istovremeno smo svjesni njegova bogatstva.

Važno je naznačiti ove pozitivne osobine koje se mogu pronaći u mnogim spisima oca de Mella. Osobito u djelima koja datiraju iz njegovih ranih godina, otkrivajući utjecaj budističkih i taoističkih duhovnih utjecaja, otac de Mello ostao je u mnogim pogledima unutar granica kršćanske duhovnosti. On daje vrlo dobar prikaz Isusove molitve i molitve koju nas Isus uči, uzimajući za svoju osnovu Oče naš. Također govori o vjeri, pokajanju i promišljanju otajstava Kristovog života prema metodi svetog Ignacija. U svom djelu „*Sadhana: Put do Boga*“, objavljenom prvi put 1978., Isus zauzima središnje mjesto, osobito u posljednjem dijelu. (de Mello, 1994, 99-134) On govori o molitvi molbe i zagovora ju onakvu kakvu ju je sam Isus poučavao u Evanđelju, o molitvi hvale i zazivanju imena Isusova. Kao što smo već spomenuli, nevedena je knjiga posvećena Blaženoj Djevici Mariji, kao uzoru kontemplacije (de Mello, 1994, 4-5).

Međutim, već u ovom djelu razvija svoju teoriju kontemplacije kao svijesti, kojoj ne nedostaje dvosmislenosti. Već na početku knjige, koncept kršćanske objave izjednačen je s konceptom Lao-tsea, s određenom sklonošću prema potonjem: » *„Šutnja je veliko otkriće“*, rekao je Lao-tse. *Navikli smo misliti na Sveto pismo kao Božju objavu. I tako je. Želim da sada otkrijete objavu koju šutnja donosi.*« (de Mello, 1994, 11).

U ostvarivanju svijesti o svojim tjelesnim osjetilima već komuniciramo s Bogom, komunikacijom koja se objašnjava ovim izrazima: »*Mnogi mistici nam govore da smo, osim*

uma i srca s kojim obično komuniciramo s Bogom, svi mi, obdareni mističnim umom i mističnim srcem, sposobnošću koja nam omogućuje da izravno spoznamo Boga, da ga shvatimo i razumijemo u samom njegovom biću, iako na mračan nači ...» (de Mello, 1994, 25).

»Svetost nije postignuće, to je milost. Milost zvana Svjesnost, milost koja se zove gledati, promatrati, razumjeti. Kad biste samo upalili svjetlo svjesnosti i promatrali sebe i sve oko sebe tijekom dana, kad biste vidjeli sebe kako se odražava u ogledalu svjesnosti onako kako vidite svoje lice odraženo u ogledalu ... i ako ste promatrali ovo razmišljanje bez ikakvog suda i osude, doživjeli biste sve vrste čudesnih promjena koje se događaju u vama.« (de Mello, 1987, 96).

U tim kasnijim spisima, otac de Mello postupno je došao do pojmova Boga, objave, Krista, konačne sudbine ljudske osobe itd., koji se ne mogu pomiriti s naukom Crkve. Budući da mnoge njegove knjige nemaju oblik diskurzivnog poučavanja, već su zbirke kratkih priča koje su često prilično pametne, temeljne ideje lako mogu proći nezapaženo. Zbog toga je potrebno skrenuti pozornost na određene aspekte njegove misli koji se, u različitim oblicima, pojavljuju u njegovu djelu uzeto kao cjelina. Koristit ćemo autorove vlastite tekstove koji svojim posebnim značajkama jasno pokazuju temeljno razmišljanje.

U raznim prilikama, otac de Mello daje izjave o Bogu koje zanemaruju njegovu osobnu prirodu, ako je izričito negiraju, i svode Boga na nejasnu i sveprisutnu kozmičku stvarnost. Prema autoru, nitko nam ne može pomoći da pronađemo Boga kao što nitko ne može pomoći ribi u moru da pronađe ocean (usp. Jednominutna mudrost , 67)

Slično, Bog i svatko od nas nisu ni jedno ni dvoje, baš kao što sunce i njegovo svjetlo, ocean i val nisu ni jedno ni dvoje (usp. Jednominutna mudrost, 34). S još većom jasnoćom problem osobnog Božanstva predstavljen je ovim izrazima: *»Dag Hammarskjöld, bivši glavni tajnik UN-a, tako je lijepo rekao: “Bog ne umire onog dana kad prestanemo vjerovati u osobno božanstvo“.*« (De Mello, 2021, 126)

»Ako je Bog ljubav, onda je udaljenost između Boga i vas točna udaljenost između vas i svijesti o sebi?« (Jednominutne mudrosti, 266)

Slijedom jednostranog i pretjeranog apofatizma koji je posljedica gore spomenutog koncepta Boga, kritika i česta ironija usmjereni su prema svakom pokušaju izražavanja Boga.

»Odnos između Boga i stvorenja često se izražava hinduističkom slikom plesača i plesa: vidim Isusa Krista i Judu, vidim žrtve i progonitelje, ubojice i raspetoga: jedna melodija u kontrastnim notama... jedan ples u pokretu kroz različite korake... Konačno, stojim pred Gospodinom. Vidim ga kao Plesača i svu ovu ludujuću, besmislenu, uzbudljivu, mučnu, veličanstvenu stvar koju život nazivamo njegovim plesom...« (Wellsprings: Knjiga duhovnih vježbi , 200-201; Pjesma ptica, 16)

»Tko ili što je Bog i što su ljudi u ovom 'plesu'? I opet: Ako želite vidjeti Boga, pažljivo pogledajte stvaranje. Ne odbacujte ga; ne razmišljajte o tome. Samo ga pogledajte.« (Pjesma ptica, 27). Uopće nije jasno kako Kristovo posredovanje u spoznaji Oca ulazi u takav opis. »Shvativši da Bog nema nikakve veze s idejom koju ja stvaram o Bogu ... Postoji samo jedan način da ga spoznamo: neznanjem!« (Hodanje po vodi , 12; usp. Isto, 13-14; Svjesnost , 123; Molitva žabe I, 268).

U vezi s Bogom, dakle, ne može se ništa reći: »Ateist griješi negirajući ono o čemu se ništa ne može reći ... A teist griješi potvrđujući to.« (De Mello, 1987, 336). Niti nam sveti spisi, uključujući Bibliju, ne omogućuju poznavanje Boga; oni su jednostavno poput putokaza koji mi ništa ne govore o gradu u koji idem:... Dolazim do znaka na kojem piše " Bombay ,, ... Taj znak nije Bombay! Zapravo čak ni ne izgleda kao Bombay. To nije slika Bombaya. To je znak. To je ono što su sveti spisi, znak « (Šimunović, 1997, 350)

Nastavljajući ovu metaforu, moglo bi se reći da putokaz postaje beskoristan kad stignem na odredište; čini se da ovo kaže otac de Mello: »Sveto pismo je izvrstan dio, prst je uperen prema Svjetlu. Koristimo njegove riječi da nadidemo koncepcije i dosegnemo tišinu« (Šimunović, 1997, 352)

Dakle, ono što je naviješteno je neosobni Bog koji stoji iznad svih religija, dok se stavljaju prigovori na kršćansko navještanje Boga ljubavi, za koje se smatra da je nespojivo s pojmom nužnosti Crkve za spasenje.

Upravo iz navedenih razloga Sveta Stolica je 25. 8. 1998. godine (11 godina nakon de Mellove smrti) priopćila kako su djela Anthony de Mella ne spojiva s katoličkom vjerom te je pozvala biskupe iz cijeloga svijeta da povuku navedena djela iz prodaje. Proglas Svete Stolice, zajedno s popratnim pismom predstojnika Kongregacije za nauk vjere kardinala Josepha Ratzingera, upućen je biskupskim konferencijama krajem srpnja te ga je odobrio i sam papa Ivan Pavao II.

„No već se u pojedinim odlomcima ovih ranih djela i u većoj mjeri u njegovim kasnijim publikacijama primjećuje postupno udaljavanje od bitnih sadržaja kršćanske vjere. Umjesto objave koja je došla u osobi Isusa Krista, on zamjenjuje Božju intuiciju bez oblika i slike, do te mjere da govori o Bogu kao čistoj praznini. Da biste vidjeli Boga, dovoljno je pogledati izravno u svijet. O Bogu se ne može ništa reći; jedino znanje je neznanje. Postavljati pitanje njegovog postojanja već je besmisleno. Taj radikalni apofatizam dovodi čak do poricanja da Biblija sadrži valjane izjave o Bogu. Riječi Svetog pisma pokazatelji su koji samo služe na to da čovjeka navedu na šutnju. U drugim odlomcima osuda svetih vjerskih tekstova, ne isključujući Bibliju, postaje još stroža: kaže se da sprječavaju ljude da slijede vlastiti zdrav razum i uzrokuju da postanu tupi i okrutni. Religije, uključujući kršćanstvo, jedna su od glavnih prepreka otkrivanju istine. Tu istinu, međutim, autor nikada ne definira svojim preciznim sadržajem. Za njega je jednostavno fanatizam misliti da je jedini Bog vlastite religije. „Bog“ se smatra kozmičkom stvarnošću, nejasnom i sveprisutnom; zanemaruje se osobna narav Boga i u praksi se negira.“

(https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_con_cfaith_doc_19980624_demello_en.html, pristupano 26.7.)

Jasno je da postoji unutarnja povezanost između ovih različitih pozicija: ako se propituje postojanje osobnog Boga, nema smisla da nam se Bog obrati svojom riječju.

Sveto pismo, dakle, nema konačnu vrijednost. Isus je učitelj poput drugih; samo u autorovim prvim knjigama on se pojavljuje kao Sin Božji, potvrda koja bi u kontekstu takvog shvaćanja Boga imala malo značenja. Posljedica toga je da se crkvenom nauku ne može pripisati vrijednost. Naš osobni opstanak nakon smrti problematičan je ako Bog nije osoban. Tako postaje jasno da takva shvaćanja Boga, Krista i čovjeka nisu kompatibilna s kršćanskom vjerom.

6. FRANKL I DE MELLO – TEMELJNE RAZLIKE

Osim temeljne razlike koja se nalazi u činjenici da je Frankl prije svega bio židov iz Austrije, a de Mello iz Indije, razlike među njima su brojne – od kulture i vremena u kojem su živjeli sve do shvaćanja i važnosti Boga i njegovih atributa. Dok Frankl s jedne strane tvrdi kako je Bog partner naših najintimnijih monologa, a religija je ispunjenje volje do krajnjeg smisla, de Mello tvrdi kako se o Bogu se ne može ništa reći; jedino znanje je neznanje. Postavljati pitanje njegovog postojanja već je besmislica. Zanimljiva kontradikcija i mišljenje jednog isusovačkog svećenika. Također, de Mello smatra kako religije, uključujući kršćanstvo, jesu jedna od glavnih prepreka otkrivanju istine.

Nadalje, Frankl vrlo često u svojim djelima govori o smislu života te navodi kako čovjeka ta volja za smislom pokreće, a temeljna zadaća logoterapije jest napraviti put koji vodi do smislenog života. Temeljnu ulogu u tom traganju za smislom ima upravo svijest koju on naziva „organom smisla”. Također, Frankl smisao pronalazi u patnji. Potaknut vlastitim iskustvom boravka u koncentracijskom logoru, Frankl smatra kako u patnji moramo pronaći smisao te da ju prije svega moramo shvatiti kao određeni zadatak jer jedino tako možemo biti spašeni od očaja. De Mello je bio na vrlo sličnom tragu kada je govorio o ulozi patnje odnosno trpljenja. Slično kao i Frankl, de Mello je smatrao kako je patnja pogodna za napredovanje. »*Čovjek koji se zatvori trpljenju, čini se da u njemu umre sposobnost za radost*« (De Mello, 1944, 160)

Što se tiče glavnih odrednica de Mellove duhovnosti, možemo ih pojednostaviti na sljedeći način. Prije svega, čovjek mora uključiti cjelokupnu stvarnost u kojoj se nalazi te ju mora prihvatiti u cjelosti. Ono što je za de Mella od iznimne važnosti u tom procesu takozvanog buđenja jest važnost osjećaja. To znači da čovjek treba prihvatiti samoga sebe u cjelosti jer tek tada može postati svjestan samoga sebe, a potom i stvarnosti u kojoj se nalazi. O svojevrsnom buđenju govori i sam Frankl kada govori o pitanju smisla života kao početka čovjekova očovječenja. Frankl ističe kako se ovdje radi o određenoj vrsti buđenja svega onoga što se nalazi unutar čovjeka (buđenje duše/duha) jer odgovor na navedeno pitanje obuhvaća cjelokupnog čovjeka. U tom kontekstu možemo reći kako su de Mellova i Franklova razmišljanja ovdje dosta slična. Ipak, to ne umanjuje njihove različitosti.

Frankl u psihoterapiji veliku važnost pridaje duhovnosti te zagovara njihovu međusobnu integraciju. Smatra kako je duhovno iskustvo ono iskustvo koje produbljuje čovjekovu svijest. Dakle, Frankl polazi od religioznosti ka svijesti. S druge strane, otac de Mello navodi kako je duhovnost buđenje, ali kasnije navodi kako psihologija i duhovnost zapravo ne rješavaju čovjekove probleme, nego ih jednostavno zamjenjuju drugim. *»Psihologija i duhovnost (kako ih ljudi obično shvaćaju) premještaju bombu iz vašeg krila i stavljaju je ispod vašeg sjedala. U stvari, ne rješavaju vaše probleme. Mijenjaju vase probleme za neke druge. Je li vam to ikad palo na pamet? Imali ste neki problem pa ste ga zamijenili za neki drugi. Uvijek će biti tako dok ne riješimo problem koji se zove „vi“. Dok to ne riješimo, ne možemo ništa napraviti.«* (De Mello, 2021, 18)

»Većina ljudi ide k svom psihijatru ili psihologu po olakšanje. Ponavljam: olakšanje, a ne ozdravljenje.« (De Mello, 2021, 59)

Ono što je za Viktora Frankla specifično jest njegov govor o savjesti. *»Savjest je, prema Franklu, glas transcendencije. Savjest je uvijek u službi samoostvarenja osobe, ali ne po mjeri i zamisli ljudskog, nego božanskog autoriteta. Savjest nam pomaže da živimo općeljudske*

vređnote istine, poštenja, dobrote, pravednosti u konkretnim životnim situacijama i na taj način život po savjesti osigurava ostvarenje božanskog plana s čovjekom.» (Puljić, 2005, 889)

Jednostavnije rečeno, savjest nas povezuje s Bogom te na taj način oblikuje naše moralno djelovanje. S navedenim mišljenjem de Mello se zasigurno ne bi slagao. Za njegovo učenje najvažnija je svjesnost, a ne savjest. Iako pojmovi zvuče dosta slično i mnoge ljude mogu asociirati na jedno te isto, razlika među njima je neupitna. Svjesnost za de Mella označava svojevrsno buđenje, tj. uključenje cjelokupne stvarnosti. Svjesnost i buđenje ne proizlaze od božanskog autoriteta, nego od nas samih, što je kontradiktorno Franklovom tumačenju savjesti i samoostvarenja osobe. *»U svojoj potrazi za svjesnošću u nemojte postavljati zahtjeve. Trebali biste se ponašati kao kad poštujete prometne znakove. Ako ne poštujete prometne znakove, plaćate kaznu. Ovdje, u SAD-u, vozi se desnom stranom ceste. U Engleskoj i Indiji vozi se lijevom stranom. Ako to ne poštujete, platit ete kaznu. Tu nema mjesta za povrijeđene osjećaje, zahtjeve, ili očekivanja, jednostavno se vladate prema prometnim propisima.*» (De Mello, 2021, 38)

Na temelju navedenih razlika dobivam dojam kako je Viktor Frankl svećenik, a de Mello jednostavno pristaša raznih New Age pokreta i sinkretizma. Smatram da Katolička Crkva s razlogom odbacuje njegova djela. Dok u jednom trenutku knjigu posvećuje Blaženoj Djevici Mariji, u drugom pak negira Božje postojanje. Osobno smatram kako de Mello svojim razmišljanjem i prikazom duhovnih vježbi ide u sinkretizam zbog brojnih primjera iz hinduizma i budizma istodobno se hvaleći kako je i sam meditirao u budističkom hramu. U svojim djelima nije ostavio previše mjesta za međureligijski dijalog (kada već spominje druge religije).

S druge pak strane, Viktor Frankl kao židov prihvaća kršćanstvo i njegove postavke te svojim primjerom zagovara upravo spomenuti međureligijski dijalog bez da ide u sinkretizam. Prema mom osobnom mišljenju, upravo u tome leži temeljna razlika između Anthony de Mella i Viktora Frankla. Čini se kako je de Mellovo nastojanje da upotrijebi razne religijske i kulturne

elemente koji su ga tokom života okruživali, u jednom trenutku počelo štetiti njegovom svjedočenju Isusa Krista u skladu s kršćanskom Objavom i tradicijom.

7. ZAKLJUČAK

Psihoterapija ili terapija razgovorom način je za pomoć ljudima s širokim spektrom mentalnih bolesti i emocionalnih poteškoća te može pomoći u uklanjanju ili kontroli zabrinjavajućih simptoma, tako da osoba može bolje funkcionirati i može povećati dobrobit i ozdravljenje. Problemi kojima pomaže psihoterapija uključuju poteškoće u suočavanju sa svakodnevnim životom; utjecaj traume, medicinske bolesti ili gubitka, poput smrti voljene osobe; kao i specifični mentalni poremećaji, poput depresije ili anksioznosti. Postoji nekoliko različitih vrsta psihoterapije, a neke vrste mogu bolje funkcionirati s određenim problemima. Psihoterapija se može koristiti u kombinaciji s lijekovima ili drugim terapijama.

Integriranje vjerskih i duhovnih tema u psihoterapiju može se kretati od postavljanja pitanja o klijentovim vjerovanjima, vrijednostima i praksama do davanja specifičnih preporuka i preporuka za bavljenje određenim vjerskim aktivnostima i praksama poput meditacije ili molitve. Integracija duhovnih i vjerskih intervencija u psihoterapiju može uključivati aktivnosti poput čitanja odabranih odlomaka Svetog pisma i molitve zajedno s klijentom na sesiji. Dakle, postoji širok spektar intervencija, od kojih neke mogu biti prikladne kod nekih klijenata, dok drugi mogu biti neprikladni, pa čak i štetni.

Čovjek je ovakvim pitanjima okupiran u onim životnim trenucima u kojima je ozbiljno narušena ili ugrožena njegova osobna egzistencija. Ipak, uz pomoć logoterapije koja jest psihoterapijski pravac, u psihoterapiju se uvode nove spoznaje koje ukazuju kako uz, tjelesnu i psihičku dimenziju, postoji i ona treća vrlo važna – duhovna dimenzija.

Posljednjih godina sve više raste zanimanje i interes o istraživanjima provedenim na temu doprinosa Viktora Frankla suvremenoj psihoterapiji i logoterapiji. Viktora Frankla se zasigurno može smatrati pionikom vraćanja duhovnosti u psihoterapiju što je iznimno važno zbog sve više dehumanizirajućih izazova koje čovjek ima u suvremenom vremenu.

Književni opus Viktora Frankla koji značajno doprinosi stručnoj disciplini kojom se bavio, zaista je širok i brojan. Za svoga stvaralačkog, ali i osobno proživljenog iskustva, Frankl je napisao četrdesetak knjiga. Njegove knjige doprinose teoriji struke kojom se bavio ali i pružaju uvid u osobno proživljena iskustva. Njegove knjige prevedene su na brojne svjetske jezike i predstavljaju neizostavnu literaturu za sve one koji se bave područjem psihoterapije ali i za sve one koji su na bilo koji način uključeni u područje psihoterapije, ili kao znatiželjnici ili kao upravo oni kojima je potrebna psihološka pomoć.

Stvaralački opus Anthony de Mella koja gotovo uvijek imaju oblik kratkih priča, sadrže neke valjane elemente orijentalne mudrosti. Oni mogu biti od pomoći u postizanju ovladavanja samim sobom, u razbijanju veza i osjećaja koji nas sprječavaju da budemo slobodni, te u smirenju pristupamo raznim životnim promjenama.

Osobito u svojim ranim spisima, otac de Mello, otkrivajući utjecaj budističkih i taoističkih duhovnih strujanja, ostao je u granicama kršćanske duhovnosti. U ovim knjigama tretira različite vrste molitve: molbu, zagovor i hvalu.

No već se u pojedinim odlomcima ovih ranih djela i u većoj mjeri u njegovim kasnijim publikacijama primjećuje postupno udaljavanje od bitnih sadržaja kršćanske vjere. Umjesto objave koja je došla u osobi Isusa Krista, on zamjenjuje Božju intuiciju bez oblika i slike, do te mjere da govori o Bogu kao čistoj praznini. Da biste vidjeli Boga, dovoljno je pogledati izravno u svijet. O Bogu se ne može ništa reći; jedino znanje je neznanje. Postavljati pitanje njegovog postojanja već je besmislica. Ovaj radikalni apofatizam dovodi čak do poricanja da Biblija sadrži valjane izjave o Bogu. Riječi Svetog pisma pokazatelji su koji samo služe na to da čovjeka navedu na šutnju.

8. LITERATURA

- Brlas, Siniša (2014). Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja; pomaže li religioznost mentalnom zdravlju mladih, Virovitica: Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije
- De Mello, Anthony (1994). Put k Bogu : moliti tijelom i dušom : Sadhana, Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove, str. 165.
- De Mello, Anthony (2021). Buđenje svijesti, Stilus knjiga d.o.o., str. 181.
- Frankl, Viktor (1978). Zašto se niste ubili? – uvod u logoterapiju, Zagreb, *Oko 3 ujutro*
- Frankl, Viktor (1990). Liječnik i duša, Zagreb, *Kršanska sadašnjost*
- Frankl, Viktor (2001). Bog kojega nismo svjesni. Psihoterapija i religija, Provincijalat franjevac trećoredaca, Zagreb
- Frankl, Viktor (2001). Život uvijek ima smisla: Uvod u logoterapiju. Zagreb: *Svijetla točka*
- Hajek, Dubravka (2016). Odnos religioznosti i mentalnog zdravlja, Osijek: Josip Juraj Strossmayer, filozofski fakultet.
- Lukas, Elisabeth (2006). Duhovna psihologija: Izvori smisljena života. Đakovo: *Karitativni fond UPT*.
- Lukas, Elisabeth (2016). I tvoja patnja ima smisla: Logoterapijska pomoć u krizi. Zagreb: *Svijetla točka*.
- Puljić, Želimir (2005). Franklova logoterapija – liječenje smislom, u: *Društvena istraživanja*, 14 (4-5), 885. - 902.
- Radionov, Tanja (2017). Smisao života i patnje promatran kroz katoličko-teološku i psihološku-logoterapijsku perspektivu, u: *Obnovljeni život*, 72 (4), 517. – 528.
- Šimunović, Jure (1997). Put k Bogu, duhovnost Anthony de Mella, u: *Crkva u svijetu*, 32 (4), 341. – 357.
- Štengl, Ivan (2005). Odgajanje senzibilnosti za pitanje smisla. Doprinos misli V. E. Frankl-a smjernicama odgajanja, u: *Metodički ogledi*, 12 (1), 25. – 54.

Tomljanović, Mario; Jelenc, Matteo (2021). Duhovno vodstvo i psihoterapija, u: *Riječki teološki časopis*, 55 (1), 173. – 191.

Vidović, Boris (2016). Logoterapijski pristup depresiji, u: *Crkva u svijetu*, 51 (1), 78. – 97.

Web stranice:

<https://www.personaldevelopmentguy.com/Anthony-De-Mello-Quotes.html> (29. 6. 2021.)

<https://www.sunsigns.org/famousbirthdays/d/profile/anthony-de-mello/> (29. 6. 2021.)

<https://exploringyourmind.com/anthony-de-mello-biography-spiritual-mentor/> (28. 6. 2021.)

<https://www.snsociety.org/spirit-as-consciousness/> (14. 6. 2021.)

<https://www.simplypsychology.org/logotherapy.html> (2. 7. 2021.)

<https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/logotherapy> (2. 7. 2021.)

<https://www.viktorfrankl.org> (18. 6. 2021.)

<https://www.dobroinstitut.hr/viktor-frankl/> (18. 6. 2021.)

<https://www.bitno.net/vjera/pitajte-svecenika/anthony-de-mello/> (8. 7. 2021.)

<https://www.demellospirituality.com/about/> (29. 7. 2021.)

https://www.vatican.va/roman_curia/congregations/cfaith/documents/rc_con_cfaith_doc_19980624_demello_en.html (26. 7. 2021.)

https://logoterapija.com/wp-content/uploads/2017/05/EK_Logos.pdf (17. 6. 2021.)