

Drugi autori



Sveučilište u Zagrebu

PRAVNI FAKULTET
STUDIJSKI CENTAR SOCIJALNOG RADA

Zoran Vladušić

PASTORALNO SAVJETOVANJE KAO
SUVREMENI PRISTUP POMAGANJA
I SINTEZA DUHOVNOG VODSTVA
I PSIHOTERAPIJE

SPECIJALISTIČKI RAD

Zagreb, rujan 2026.



Sveučilište u Zagrebu

PRAVNI FAKULTET
STUDIJSKI CENTAR SOCIJALNOG RADA

Zoran Vladušić

PASTORALNO SAVJETOVANJE KAO
SUVREMENI PRISTUP POMAGANJA I
SINTEZA DUHOVNOG VODSTVA I
PSIHOTERAPIJE

SPECIJALISTIČKI RAD

Mentorica:

prof. dr. sc. Gordana Berc

Zagreb, 2026.



University of Zagreb

FACULTY OF LAW

STUDY CENTRE FOR SOCIAL WORK

Zoran Vladušić

PASTORAL COUNSELING AS A
CONTEMPORARY APPROACH TO
HELPING AND A SYNTHESIS OF
SPIRITUAL GUIDANCE AND
PSYCHOTHERAPY

SPECIALIST THESIS

Supervisor:

prof. dr. sc. Gordana Berc

Zagreb, 2026.

Životopis mentorice

Gordana Berc rođena je 11. rujna 1970. godine u Zagrebu, gdje je završila osnovnu i srednju školu. Studij socijalnog rada upisala je 1995. godine na Studijskom centru socijalnog rada Pravnog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, gdje je diplomirala 1999. godine.

Na Odsjeku za pedagogiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu obranila je 2005. godine magistarsku radnju pod naslovom „Usporedba kulture provođenja slobodnog vremena roditelja i njihove djece“, a 2009. je na Studijskom centru socijalnog rada Pravnog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, obranila doktorsku disertaciju pod naslovom „Obiteljska konezivnost u kontekstu sukoba radne i obiteljske uloge roditelja“.

Od 2001. do danas zaposlena je na Pravnom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu na Studijskom centru socijalnog rada, Katedra za područja socijalnog rada na kojoj predaje predmete na prijediplomskoj, diplomskoj, a to su Osnove savjetovanja, Socijalni rad u odgoju i obrazovanju, Socijalni rad usmjeren na unaprijeđenje partnerskih i obiteljskih odnosa, Posebni pristupi savjetovanju i dva izborna predmeta na poslijediplomskim programima i to su Istraživanja obiteljskih sukoba na poslijediplomskom specijalističkom studiju iz Obiteljske medijacije te na Suvremenim istraživanjima obiteljskih i partnerskih odnosa na doktorskom studiju socijalnog rada i socijalne politike.

Dr. Gordana Berc bila je mentorica na brojnim završnim i diplomskim radovima studenata socijalnog rada te na dva specijalistička rada i jednom doktorskom radu.

Vezano uz znanstveno-istraživački rad sudjelovala je na nekoliko znanstvenih nacionalnih i međunarodnih projekata među kojima su:

- 2021. – 2023.: istraživačica na Erasmus projektu: YouthReach Outreach: Inclusive and Transformative Frameworks for All. Project No. 2021-1-FR01-KA220-ADU-000033655
- 2019. – danas: članica projektnog tima projekta pod nazivom „Improvement of field practice of social work students during the pandemic-Covid-19“. Nositelj projekta: Sveučilište u Sarajevu, Fakultet političkih nauka, Odsjek za socijalni rad. Projekti je podržan od The Dennis A and Julia M Watkins Foundation.
- 2018-2019. Članica istraživačkog tima projekta pod nazivom „Reaktivacija i integracija marginaliziranih mladih -NEET na tržište rada – RIM“. Projekt je dobio potporu Europskog strukturnog i investicijskog fonda, Učinkovitih ljudskih potencijala i Europske unije – zajedno do fondova.
- 2018. - 2019. Članica istraživačkog tima i koordinatorica projekta za Hrvatsku za međunarodni projekt pod nazivom „Human Rights-based Social Work Practice in Southeastern Europe“. Projekt je dobio potporu IASSWa.
- 2016. -2017. Članica projektnog tima i koordinatorica projekta pod nazivom: „Re-examining social work education with migrants and refugees in the balkans: Generalist vs Specialized Social Work Curriculum?“ Projekt je dobio potporu EASSWa.
- 2018. - 2019. Koordinatorica projekta za Hrvatsku i članica istraživačkog tima međunarodnog projekta pod nazivom „Human Rights-based Social Work Practice in Southeastern Europe“. Projekt je dobio potporu IASSWa.
- 2018 – 2021. članica projektnog tima projekta pod nazivom „Diversity Capacities - Improving the Capacities of Adult Education Institutions to Successful Dealing Projekt with Diversity“. DivCap odobren je u sklopu programa Erasmus+ KA2 Strateška

partnerstva: ostvaren u partnerstvu FH Joanneum, Graz, Austrija, Cramars società cooperative sociale, Tolmezzo, Italija, DAFNI KEK, Patras, Grčka, Fundación Docete Omnes, Granada, Španjolska, Obrtničko učilište, Zagreb, Hrvatska, Participatie in Diversiteit, Enschede, Nizozemska, Volkshochschule, Hannover, Njemačka.

- 2016. - 2017. Koordinatorica projekta i članica projektnog tima međunarodnog projekta pod nazivom: „Re-examining social work education with migrants and refugees in the Balkans: Generalist vs Specialized Social Work Curriculum?“ Projekt je dobio potporu EASSWa.
- 2013. voditeljica projekta „Podrška mladima u obrazovanju: analiza socijalnih rizika koji doprinose napuštanju srednjih škola u gradu Zagrebu“ te je sudjelovala u projektnoj grupi istraživača za ruralni razvoj.

Sadržaj

Popis kratica	6
1. Uvod.....	7
1.1. Predmet, struktura i svrha rada	7
1.2. Metodološki pristup	8
2. Tumačenje naziva	9
2.1. Pastoralno savjetovanje kao suvremeni pristup pomaganja	9
2.2. Sinteza duhovnog vodstva i psihoterapije	14
3. Potreba za razvojem pastoralnog savjetovanja kao specifičnog pristupa pomaganju	19
3.1. Odnos psihičke i duhovne dimenzije u ljudskom sazrijevanju.....	21
3.2. Vjerski elementi u terapijskom odnosu i tehnikama	26
3.3. Djelotvornost kršćanskog savjetovanja	29
3.4. Obraćanje kao poželjna »promjena uma«	30
3.5. Istraživanja o odnosu između religije/duhovnosti i mentalnog zdravlja	31
4. Duhovno vodstvo: terapijski resursi iz tradicije Crkve.....	34
4.1. Sveto pismo	34
4.1.1. Biblijski odgovor na Edipov kompleks.....	34
4.1.2. Obris Robertsove Pavlovske psihoterapije.....	39
4.1.3. Nasljedovanje Krista kao terapijska metoda	45
4.2. Crkveni oci	46
4.2.1. Sv. Grgur Nazijanski	49
4.2.2. Sv. Ivan Kasijan	50
4.2.3. Sv. Grgur I. Veliki.....	52
4.3. Duhovne vježbe sv. Ignacija Lojolskog	54
4.4. Suvremeno duhovno vodstvo	56
4.4.1. Temeljne odrednice	56
4.4.2. Kršćanski put ozdravljanja i sazrijevanja.....	58
5. Psihoterapija: konstruktivno-kritički kršćanski pristup	62
5.1. Psihoanaliza	63
5.1.1. Sažeti opis terapijskog pravca	63
5.1.2. Teološki osvrt.....	67
5.2. Egzistencijalna terapija.....	71

5.2.1.	Sažeti opis pravca.....	71
5.2.2.	Teološki osvrt.....	74
5.3.	Kognitivno-bihevioralna terapija.....	78
5.3.1.	Sažeti opis pristupa.....	78
5.3.2.	Teološki osvrt.....	81
6.	Modeli odnosa duhovnog vodstva i psihoterapije	87
6.1.	Razine tumačenja (eng. levels of explanations)	88
6.2.	Integracija	88
6.3.	Kršćanska psihologija.....	89
6.4.	Transformacijski pristup.....	90
6.5.	Biblijsko savjetovanje.....	91
7.	Ključne spoznaje i preporuke za djelovanje	93
7.1.	Ključne spoznaje.....	93
7.2.	Preporuke za djelovanje.....	100
8.	Zaključak	103
	Literatura	104
	Popis slika	114
	Popis tablica	114

Popis kratica

APA	<i>American Psychological Association</i> , Američka psihološka udruga
KBT	Kognitivno- bihevioralna terapija
REBT	Racionalno-emocionalno-bihevioralna terapija

1. Uvod

1.1. Predmet, struktura i svrha rada

Pastoralno savjetovanje, kršćansko savjetovanje i kršćanska psihoterapija nazivi su koji pripadaju približno istom semantičkom polju. Radi se o suvremenoj paradigmi pomaganja koja nastoji interdisciplinarno povezati filozofsko-teološki utemeljeno, tradicionalno kršćansko duhovno vodstvo s paradigmama svjetovnih pomažućih struka, koje u principu odgovaraju glavnim psihoterapijskim školama.

Obrada teme započinje tumačenjem naziva ovoga rada, pri čemu se nastoji osvijetliti ključne pojmove koji se u njemu pojavljuju. Slijedi poglavlje u kojem se istražuje potreba za pastoralnim savjetovanjem, odnosno obrazlaže u čemu bi bila vrijednost ove interdiscipline. Zatim slijede dva središnja poglavlja koja predstavljaju duhovno vodstvo i psihoterapiju kao dva izvora pastoralnog savjetovanja. Razni kršćanski autori i spisi pritom su prikazani s naglaskom na terapijsku perspektivu, a odabrani predstavnici triju širokih kategorija psihoterapijskih pristupa prikazani su kroz sažeti opis pravca i kršćansko-teološki osvrt. Slijedi kratki opis modela odnosa između duhovnog vodstva i psihoterapije, koji se izravno odražavaju i na poimanje pastoralnog savjetovanja kao interdiscipline koja ih povezuje. Pred kraj ovoga rada sažeti su njegovi nalazi i dane preporuke za primjenu i daljnje istraživanje, te je iznesen zaključak.

Pastoralno je savjetovanje (inter)disciplina koja je prilično mlada, praktički *in statu nascendi* (Knabb i dr., 2019). Korištena literatura mahom je djelo američkih, protestantskih autora. Autoru ovoga rada nije poznato da na našem govornom području postoji literatura koja bi obuhvaćala sadržaj koji se obrađuje u ovome radu. Iznimka je hrvatski prijevod McMinneove knjige *Psychology, Theology, and Spirituality in Christian Counseling* objavljen u travnju 2026, nakon što je glavnina ovoga rada već bila napisana. Američko izdanje ove knjige koristim i u ovom radu. Također, autoru nije poznato ni da na engleskom govornom području postoji u jednoj publikaciji prikaz pastoralnog savjetovanja sličan ovome, bilo s obzirom na strukturu rada, bilo s obzirom na pojedine specifične naglaske koji proizlaze iz katoličke vjere i bizantskog obreda. Ti su naglasci posebno relevantni za naše prilike i donose dodanu ekumensku vrijednost proučavanju ove problematike. Ta specifična sinteza i preporuke koje se

na njoj temelje predstavljaju cilj ovoga rada, odnosno popunjavanje praznine u znanju (Opačić, 2024) koje se ovim radom postiže.

1.2. Metodološki pristup

»Pregled literature može se općenito opisati kao više ili manje sustavno prikupljanje i sintetiziranje prethodnih istraživanja« (Snyder, 2019:333). Snyder (2019) upravo prema tom kriteriju sustavnosti razlikuje tri vrste pregleda literature: sustavni, polusustavni i integrativni, te opisuje karakteristike i primjenu svake od njih. Za integrativni pregled literature navodi da se primjenjuje kada glavna svrha rada nije iscrpno prikazati neko usko područje, nego kritički preispitati i sintetizirati literaturu radi rekonceptualizacije starih tema ili pak razvoja novih teorijskih modela (Snyder, 2019). Radi se o manje standardiziranom metodološkom okviru koji traži određenu kreativnost, a kojem je svrha »kombinirati perspektive i uvide iz različitih područja ili istraživačkih tradicija« i osvijetliti »glavne ideje i odnose među njima u okviru promatranog problema« (Snyder, 2019:336). Metodologija izrade ovog rada odgovara tako shvaćenom integrativnom pregledu literature. U ovom radu takav pristup primijenjen je na analiziranje i povezivanje teoloških, duhovnih, psiholoških i psihoterapijskih izvora radi oblikovanja preliminarog konceptualnog okvira pastoralnog savjetovanja. Detaljniji kriteriji koje za integrativni pregled literature navodi Snyder (2019:334) i primjena tih kriterija u ovome radu nalaze se u priloženoj tablici 1.1.

Tablica 1.1 Integrativni pregled literature kao metodološki okvir ovoga rada

Kriterij	Integrativni pregled prema Snyder	Primjena u ovom radu
Svrha	Kritika i sinteza	Kritičko razmatranje i sinteza duhovnog vodstva, psihoterapije i modela njihova odnosa
Istraživačko pitanje	Usko ili široko	Široko i interdisciplinarno pitanje razvoja pastoralnog savjetovanja
Strategija pretraživanja	Obično nije sustavna	Nesustavan, svrhovit izbor literature prema relevantnosti za pojedine sastavnice rada
Vrsta izvora	Znanstveni članci, knjige i drugi objavljeni tekstovi	Znanstveni i stručni radovi, monografije, klasični kršćanski tekstovi, crkveni dokumenti i drugi relevantni izvori
Analiza i vrednovanje	Kvalitativna	Konceptualna, komparativna, kritičko-interpretativna i integrativna kvalitativna analiza
Doprinos	Teorijski model ili konceptualni okvir	Preliminarni konceptualni okvir pastoralnog savjetovanja i nacrt za daljnju sintezu

Izvor: Snyder (2019:334)

2. Tumačenje naziva

2.1. Pastoralno savjetovanje kao suvremeni pristup pomaganja

»Prihvatimo li da je određenje savjetovanja pružanje pomoći i savjeta jedne osobe drugoj, onda trenutak u kojem je prvi čovjek zatražio i dobio verbalnu potporu označava početak savjetovanja« (Shertzon i Stone u: Vrcelj, 2020:14). Od tada pa do kraja ljudske povijesti u najrazličitijim se problemima života, kojih nijedan pojedinac ili zajednica nisu lišeni, obraćamo za verbalnu pomoć i podršku onima koje osobno smatramo za to kompetentnima i/ili su od drugih takvima procijenjeni i postavljeni u uloge savjetnika/savjetovatelja (Vrcelj, 2020). Uz neformalno savjetovanje kakvo do danas prakticiramo, primjerice uz kavu s prijateljem, specijalizacijom ljudskih znanja i vještina razvile su se različite vrste stručnog savjetovanja: pravno, pedagoško, komunikacijsko, porezno, poljoprivredno i mnoga druga (Bufford, 1997:111).

Na poseban način, pojam »savjetovanje« bez dodatnih prefiksa uobičajio se za savjetovanje u području osobnih teškoća u psihosocijalnom funkcioniranju. Savjetovanje možemo definirati kao »procesni oblik stručne pomoći koji osobi pomaže u definiranju vlastitog problema, sagledavanju njegove širine, nalaženju različitih izbora te rada na promjenama na osobnoj razini« (Geldard i Geldard u: Berc, 2022:18). Savjetovatelj je, u biti, stručnjak za konstruktivne promjene (Collins i Egan u: Bufford, 1997). U angloameričkom kontekstu pojam »profesionalno savjetovanje« ima tu specifičnu konotaciju bavljenja intrapersonalnim i interpersonalnim poteškoćama (Hackney i Cormier, 2012:2). Aktualna definicija strukovne udruge *American Counseling Association* tako određuje profesionalno savjetovanje kao »profesionalni odnos koji osnažuje raznolike pojedince, obitelji i skupine da postignu ciljeve na području mentalnog zdravlja, blagostanja, edukacije i karijere« (American Counseling Association, 2024). Hackney i Cormier navode razne specijalizacije u području profesionalnog savjetovanja, među ostalima savjetovanje u području duševnog zdravlja, bračno i obiteljsko savjetovanje, školsko savjetovanje i dušobrižničko savjetovanje (Hackney i Cormier, 2012:3). Upravo ovo posljednje, dušobrižničko ili pastoralno ili kršćansko savjetovanje, predmet je ovoga rada.

Riječ »pastoralno« u pastoralnom savjetovanju ukazuje na biblijsku sliku Krista kao Dobrog Pastira koji »život polaže za ovce« (Iv 10,11) koji povija ranjene i krijepi nemoćne (Ez 34,16),

U tom smislu, pastoralno savjetovanje motivirano je pastirskom ljubavlju (*caritas pastoralis*) koja podrazumijeva sebedarno služenje u nasljedovanju Krista (*Pastores dabo vobis*, 1992). Isus Krist, kao pravi Bog i pravi čovjek, također u samoj svojoj osobi pruža uzor i početak pothvatu pastoralnog savjetovanja – treba crpiti i iz božanskih i iz ljudskih izvora, odnosno iz posebne i opće objave, kako bi se pružila najbolja moguća skrb za duhovnu dušu, odnosno cjelovitu osobu čovjeka. U svom dušobrižništvu Crkva je pozvana nasljedovati Krista koji je »prošao zemljom čineći dobro i ozdravljajući sve« (Dj 10,38).

Definicija je obično dobar početak obrade neke teme. Međutim, u slučaju pastoralnog savjetovanja potrebna je jedna od posebnih kvaliteta savjetovatelja: tolerancija neizvjesnosti, »što znači sposobnost da se živi s nesigurnošću« (Collins, 2007:31). Naime, »Ne postoji univerzalno prihvaćena definicija pastoralnog savjetovanja. Međutim, većina definicija sadrži neku kombinaciju religije, teologije, psihologije i savjetovanja. Sva ova područja doprinose razumijevanju ljudskog stanja« (Miller, 2015:385). Tako je u ovome radu riječ o pastoralnom savjetovanju kao disciplini koja povezuje dva velika područja, pri čemu je jedno označeno srodnim i usko povezanim pojmovima kao što su dušobrižništvo, teologija, kršćanstvo, duhovno vodstvo, a drugo je označeno pojmovima kao što su psihoterapija, savjetovanje, pomažuće profesije, psihosocijalni rad.

Odnos između ta dva područja i njihova zastupljenost u području pastoralnog savjetovanja poprimaju različite oblike. Različite načine poimanja pastoralnog savjetovanja možda ponajbolje možemo razumjeti iz iduća tri primjera diplomskog studija pastoralnog savjetovanja.

Koledž i sjemenište »Holy Apostles« (2024) u Cromwellu, u američkoj saveznoj državi Connecticut, nudi diplomski studij (eng. *master of arts*) iz područja pastoralnih studija (pastoralne ili praktične teologije). Pastoralno savjetovanje jedan je od ponuđenih modula. Iz opisa navedenog studija saznajemo njegovu namjenu:

Koncentracija na područje Pastoralnog savjetovanja (...) namijenjena je osposobljavanju studenata za pomaganje ljudima da žive živote i odnose koji će biti više ispunjujući, zdravi i Božji. Studenti će steći vještine neophodne za osnaživanje emocionalnog, duhovnog i relacionalnog razvoja ljudi u vjeri, uz osposobljavanje za razvoj etičnih i učinkovitih psiho-duhovnih intervencija radi pomaganja ljudima u krizi (Holy Apostles College & Seminary, 2024).

Iz oglednog kurikulumu vidljivo je da polovica kolegija pripada izravno pastoralnoj teologiji. U drugoj polovici kolegija, koja se pobliže odnosi na pastoralno savjetovanje, govori se o »metodama savjetovanja«, »duhovnoj pomoći«, »duhovnoj pratnji« i »duhovnoj dijagnozi«, a jedan kolegij nosi naziv »Moral i psihologija«. Iz svega navedenog može se zaključiti da u ovom studiju prevladava shvaćanje pastoralnog savjetovanja koje je dominantno teološko i pripada području pastoralne ili praktične teologije, iako u kurikulumu očito ima prostora za bihevioralne znanosti. (*Holy Apostles College & Seminary, 2024*).

Katoličko sveučilište Marymount u Arlintonu, američkoj saveznoj državi Virginiji, nudi pak studij pastoralnog kliničkog savjetovanja (eng. *Pastoral Clinical Mental Health Counseling*).

Po uspješnom završetku ovog programa, studenti će biti kadri pokazati bazu znanja koja se traži od profesionalnih savjetovatelja, uključujući temelje polja savjetovanja, savjetodavne vještine u radu s pojedincem i grupom, testove i mjerenja, istraživačke metode i dizajne, ljudski rast i razvoj, karijerni razvoj, teoriju savjetovanja, dijagnozu i tretmane, multikulturalno savjetovanje i etička pitanja u savjetovanju; (...) i pokazati kako su stekli ili će steći kompetencije za adresiranje duhovnih i vjerskih pitanja u savjetovanju (Marymount University, 2024).

Vidimo da je u prethodnom opisu kompetencija duhovno/vjerski sadržaj tek marginalno zastupljen. Od 19 predviđenih kolegija na ovom studiju, samo tri izravno pripada duhovnoj/vjerskoj tematici, dok su ostali slični drugim studijima iz područja mentalnog zdravlja (*Marymount University, 2024*). Može se zaključiti da ovaj studij odražava shvaćanje da je pastoralno savjetovanje primarno domena bihevioralnih znanosti, s nešto duhovno/vjerskog sadržaja i naglaska.

Koledž i sjemenište Horizon u Saskatoonu, Kanada, također nudi studij u području pastoralnog savjetovanja (eng. *MA in Clinical Pastoral Counseling*).

S ciljem integracije stručnosti u savjetovanju s biblijskim svjetonazorom, magisterij u kliničkom pastoralnom savjetovanju nudi kolegije i praktikume iz savjetovanja uz biblijske i teološke studije. Diploma osposobljava vjerske voditelje (eng. ministry leaders) da služe kao savjetovatelji u različitim vjerskim okruženjima: lokalnoj crkvi, kapelaniji ili kršćanskim organizacijama» (Horizon College & Seminary, 2024).

Studij sadrži potpuno jednak broj »bodovnih sati« (eng. *credit hours*, slično našim ECTS bodovima) iz područja savjetovanja i iz područja teologije (uz to još praksu i izborne predmete) (*Horizon College & Seminary, 2024*). Može se zaključiti da shvaćanje pastoralnog savjetovanja, koje je u pozadini ovako dizajniranog studija, ono u kojem su sadržaji svjetovnih

disciplina s područja mentalnog zdravlja u ravnopravnom partnerskom odnosu s teološko-duhovnim sadržajima.

Na tom tragu, o mnogolikosti odnosa između teologije i psihologije pišu McMinn i Campbell (2007), a više od samog teksta govori idući njihov graf prikazan slikom 2.1.



Slika 2.1 Odnosi psihologije i kršćanstva u različitim modalitetima savjetovanja i psihoterapije (Izvor: McMinn i Campbell, 2007:23)

O raznim modelima odnosa između teologije i psihoterapije bit će više riječi u petom poglavlju ovoga rada. Ono što se sa sigurnošću može utvrditi kao bitno obilježje pastoralnog ili kršćanskog savjetovanja jest da se radi o obliku (profesionalnog) savjetovanja u kojem se koriste kombinirani resursi teologije i svjetovne psihoterapije. Pritom ne treba odnos između teologije i psihoterapije u pastoralnom savjetovanju uzimati kao »igru nulte sume«: više jednoga ne znači nužno manje drugoga. Dapače, autor ovoga rada smatra da je cilj crpiti maksimalno iz oba izvora, pri čemu je važno voditi računa o pouzdanosti spoznaja s jednog i drugog područja i njihovoj međusobnoj usklađenosti, poštujući njihove posebne kompetencije.

Katolička je Crkva (dalje: Crkva) po pitanju odnosa vlastitog dušobrižništva i svjetovnih znanosti zauzela načelni stav prije šezdesetak godina na Drugom vatikanskom saboru: »Neka se u dušobrižničkoj službi dovoljno priznaju i primjenjuju ne samo načela teologije, nego također i otkrića svjetovnih znanosti, u prvom redu psihologije i sociologije; tako će se i vjernici privesti k čišćem i zrelijem vjerskom životu« (*Gaudium et spes*, 1965:62). Činjenica je da se crkveni sabori sazivaju prilično rijetko i obično usmjeravaju život Crkve za nadolazeća stoljeća. Također, s obzirom na veličinu Crkve i svojevrstu institucionalnu tromost, ponekad je potrebno mnogo vremena da dokumenti crkvenog sabora zažive. U tom kontekstu, šezdeset godina star dokument crkvenog sabora treba promatrati kao izrazito suvremen, svjež i aktualan.

Nadalje, treba razumjeti da je Crkva oduvijek shvaćala svoje poslanje kao oblik intrapersonalnog i interpersonalnog rada, razvijajući vlastito »psihoduhovno razumijevanje ljudske nevolje« (Knabb i dr., 2019:1). Prema Oatesu, nijedan dušobrižnik nije u poziciji birati hoće li se ili neće baviti savjetovanjem ljudi: oni će svakako doći k njemu sa svojim problemima (Collins, 2007:33). Međutim, navedenom rečenicom najvišeg crkvenog autoriteta u pastoralnoj konstituciji o Crkvi u suvremenom svijetu »*Gaudium et spes*« dušobrižništvo je redefinirano kao oblik psihosocijalnog rada u smislu otvorenosti za integraciju teologije i svjetovnih znanosti, što je iznimno značajna novost s ogromnim reperkusijama za život i djelovanje Crkve, a osobito formaciju klerika i drugih njezinih službenika.

Može se povući paralelu između integracije otačke teologije i aristotelovske filozofije u skolastici s onime što bi se, po navedenom nauku Crkve, trebalo dogoditi u naše vrijeme. Kao što je tada aktualna znanost omogućila da se kršćanski nauk na nove i dublje načine shvati i primijeni, pritom osiguravajući društvenu relevantnost i suvremenost Evanđelja kroz dijalog Crkve sa kulturom šireg društva, tako je i danas moguće i potrebno postići isti cilj istim sredstvom. »Ispravno razumijevanje psihologije ne dodaje ništa biblijskom nauku o ljudskoj naravi, ali može dati uvide u kompleksnosti ljudskog ponašanja, učenja i ljudske fiziologije tako da ljudi mogu primijeniti istinu Pisma moćnije i konkretnije u svojim životima« (Hawkins i Clinton, 2015:36).

Postavlja se pitanje na koji način će se »otkrića svjetovnih znanosti, u prvom redu psihologije i sociologije« usvajati i primjenjivati u dušobrižništvu. Pastoralno savjetovanje je suvremeni pristup pomaganja, interdisciplina koja je formirana – bolje rečeno, koja je još u fazi formiranja (Knabb i dr., 2019) - upravo s takvim ciljem provođenja integracija teologije i psihosocijalnog rada radi postizanja najbolje ljudima dostupne skrbi za duše:

Pastoralno savjetovanje je pristup skrbi za mentalno zdravlje koji crpi iz mudrosti psihologije i bihevioralnih znanosti, kao i iz duhovnosti/religije/teologije. Pastoralno savjetovanje usredotočuje se na promoviranje blagostanja, ublažavanje simptoma, bolje snalaženje u teškoćama (eng. coping), pozitivne bihevioralne promjene i unaprjeđenje odnosa sa sobom i drugima, pri čemu »smatra promjene u duhovnom životu, vrijednosti, značenja i krajnje opredjeljenje osobe« (Clinebell u: Snodgrass, 2015:6) kao središnje (Snodgrass, 2015:5-6).

Očito, pretpostavke bavljenja ovim područjem jesu uvjerenja da teologija i psihoterapija imaju što naučiti jedna od druge i da sinergijskim učinkom mogu postići više nego odvojene. Međutim, u tom nastojanju prema integraciji valja poštovati integritet i autonomiju svake

sastavnice: »Kada psiholozi bez teološke naobrazbe pokušaju vršiti integraciju, često minimiziraju važnost nauka, psihologiziraju kršćanska uvjerenja i previđaju psihološki i sociološki kontekst današnje psihologije«, ističe McMinn (2011:9). Nasuprot tome, »Kada teolozi bez psihološke naobrazbe pokušavaju vršiti integraciju, često pogrešno predstavljaju nijanse psihološke znanosti i pogrešno shvaćaju kompleksnosti kliničkih aplikacija« (McMinn, 2011:9). Za kompetentno bavljenje kršćanskim, pastoralnim savjetovanjem potrebno je biti kompetentan u oba područja od kojih je ono sastavljeno (McMinn, 2011).

2.2.Sinteza duhovnog vodstva i psihoterapije

U tehničkom smislu riječi, duhovno vodstvo je funkcija svete službe kojom Crkva vodi vjernike prema postignuću vječne sreće. (...) Ona vrši ovu funkciju i u svom javnom naučavanju, bilo riječju, bilo pismom, te u privatnom vodstvu duša prema individualnim potrebama. Međutim, pod terminom »duhovno vodstvo« obično se podrazumijeva privatno vodstvo (Coppens, 1909).

Po Garrigou-Lagrange-u, »duhovno vodstvo je jedno od redovitih sredstava napredovanja u kreposti i postizanja bliskog sjedinjenja s Bogom« (Garrigou-Lagrange, 2002:202). Isti autor ističe, navodeći crkvene oce, kako nitko nije dobar sudac u vlastitoj stvari jer je svačiji sud na neki način pristran, a upravo je svrha duhovnog vodstva posvijestiti nam i ukloniti te pristranosti. Stoga nam treba sud nepristrane i kompetentne osobe da bismo ispravno uvidjeli kako napredovati u duhovnom životu. Svećenici imaju posebne milosti za davanje duhovnog vodstva (Garrigou-Lagrange, 2002), međutim Bog može osposobiti i redovnike i laike za ovo služenje u Crkvi (Coppens, 1909).

Barrette donosi sljedeću definiciju duhovnog vodstva: »Pomoć ili vodstvo koje jedna osoba (vođenik) traži, a druga (duhovnik) daje u nekom periodu u procesu rasta u odnosu ljubavi s Bogom« (Barrette, 2004:55). Prema istom autoru,

Učinkovito duhovno vodstvo pomaže osobi

- 1) Da shvati i živi svoj jedinstveni odnos s Bogom (...)*
- 2) Da živi ovaj odnos kao učenik Isusa Krista, usvajajući Kristov um i srce*
- 3) Da poznaje i koristi sredstva njegovanja i jačanja ovog odnosa, kao metode molitve, meditacije i askeze*
- 4) Da prepozna i razoruža ili eliminira bilo kakve unutarnje ili vanjske snage ili grešne stavove i ponašanja koje potamnjuju ili uništavaju taj odnos*
- 5) Da iskusi silu i plodove ovog odnosa odgovarajući na imperativ Isusova evanđelja u svjedočenju i poslanju svakodnevnog života (Barrette, 2004:55)*

Barrette ističe da duhovno vodstvo »prenosi učenje u životno putovanje preobrazbe«; ono je »povezano sa sakramentima«, »razvija pažnju na djelovanje Duha Svetoga u osobi« i u svijetu, »utemeljeno je u iskustvu božanskoga« (2004:56). Osnovne zadaće duhovnika su, prema Barrette-u, »razjasniti što Bog želi u životu osobe i razlučiti između zlih i dobrih duhova koji stvaraju pokrete u emocionalnom i duhovnom životu« (2004:66). Također, duhovnik je i uzor u duhovnom životu (Barrette, 2004).

Tradicija Istočne Crkve ne govori toliko o »duhovnom vođi« (eng. *spiritual director*), koliko o duhovnom ocu ili majci, što mnogo govori o načinu na koji se doživljava ta uloga. Biskup Ware donosi pet osnovnih uloga duhovnog oca: on je »liječnik, savjetnik, zagovornik, posrednik i kum« (Ware u: Rogers, 2004:43). Duhovni otac donosi dijagnozu i terapiju duhovnih bolesti, o čemu piše još sv. Ivan Ljestvičnik u sedmom stoljeću. Kao savjetnik, duhovni otac može davati konkretne odgovore i upute, ali njegovo savjetovanje može biti i neizravno, pa i »samo« vlastitim primjerom (Rogers, 2004). Duhovno čedo treba biti potpuno transparentno u odnosu prema duhovnom ocu (Rogers, 2004) jer mnoge napasti i zablude iščezavaju kada se otkriju duhovniku (Garrigou-Lagrange, 2002), koji pak ne može liječiti ranu koja mu nije pokazana. Duhovni otac zagovara za svoja čeda u molitvi i posreduje za njih kod Boga poput Mojsija, da »oni koje vodi mogu prijeći more grijeha i nagnati u bijeg Amaleka strasti« (Ivan Ljestvičnik u: Rogers, 2004:44). Kao što kum predstavlja dijete na krštenju i preuzima odgovornost za njegov duhovni odgoj, tako čini i duhovni otac. Osnovna kvalifikacija duhovnog oca ili majke je duhovna zrelost: ne možeš voditi drugu osobu putem kojim sam nisi prošao (Rogers, 2004). Ovdje možemo prepoznati paralelu sa suvremenim psihoterapijskim školama koje također zahtijevaju od budućih terapeuta da najprije odrade određeni broj sati individualne i grupne terapije kao klijenti.

Prema Jonesu i Butmanu, »psihoterapija je generički pojam koji pokriva širok raspon teorija i tehnika«, koje su »uglavnom razvijene iz kliničkog iskustva i refleksije prije nego deduktivno iz znanstvenih načela ili iz sustavnog empirijskog istraživanja« (2011:19). S obzirom na tu stručnu narav različitih psihoterapija, one su neodvojive od životnih filozofija njihovih osnivača, njihova klinička iskustva i pretpostavki o tome što je ljudska osobnost, mentalno zdravlje, poremećaj i konstruktivna promjena (Jones i Butman, 2011:19). Stoga ne čudi da su Strupp i Binder još 1984. prepoznali 260 različitih škola psihoterapije (Jones i Butman, 2011:19), a taj je broj u međuvremenu još i značajno porastao. No, iza te raznolikosti ipak se krije značajan broj zajedničkih faktora, kao što su ciljevi vezani uz podršku, učenje i djelovanje

(Knabb i dr., 2019:14), kao i rastući broj empirijski potvrđenih praksi (Worthington i dr., 2013). Također, različiti se psihoterapijski pravci uglavnom mogu uvrstiti u neku od velikih paradigmi: psihodinamsku, kognitivno-bihevioralnu, humanističku i sustavnu (Jones i Butman, 2011).

Psihoterapija većinom sadrži različite kombinacije četiri osnovne intervencije koje nudi terapeut ili savjetovatelj:

- 1) *Ponuda podrške i osnaživanja*
- 2) *Desenzitizacija klijenta na teškoću*
- 3) *Ohrabrivanje adaptivnog funkcioniranja i*
- 4) *Ponuda razumijevanja i uvida (Garfield u: Jones i Butman, 2011:20)*

Laska i dr. došli su do zaključka da zajednički faktori imaju veći utjecaj na rezultate psihoterapije od onoga što ih razlikuje (u: Knabb i dr., 2019:4). Ostaje ipak činjenica da je uslijed raznovrsnosti prisutne u području teško postići konsenzus kliničara i istraživača oko specifične definicije savjetovanja i psihoterapije (Jones i Butman, 2011:20). Corsini i Wedding također navode da postoje »razne definicije psihoterapije, od kojih nijedna nije precizna« (Tan, 2011:1). Prochaska i Norcross usvojili su sljedeću definiciju psihoterapije:

Psihoterapija je informirana i namjerna uporaba kliničkih metoda i interpersonalnih stavova izvedenih iz utvrđenih psiholoških načela s ciljem pomaganja ljudima da preoblikuju svoja ponašanja, razmišljanja, emocije i/ili druge osobne značajke u smjerovima koje sudionici smatraju poželjnim (Tan, 2011:1-2).

Postoje također i različite definicije savjetovanja, jedna od kojih je ona Collinsova: »(Savjetovanje je) odnos između dvije ili više osoba u kojem jedna osoba (savjetovatelj) nastoji savjetovati, ohrabrivati i/ili pomagati drugoj osobi ili osobama da se učinkovitije nose sa životnim poteškoćama« (Tan, 2011:2). Na toj liniji razlikovanja psihoterapije i savjetovanja i hrvatski Zakon o djelatnosti psihoterapije u st. 2. čl. 2. dvojako definira djelatnost psihoterapije, pri čemu je djelatnost savjetodavnog terapeuta participacija na nižem stupnju u djelatnosti psihoterapeuta (Zakon o djelatnosti psihoterapije). Iako svjestan takvog pristupa, po kojem »neki autori nastoje razlikovati savjetovanje i psihoterapiju na kontinuiranoj ljestvici, pri čemu se psihoterapija bavi dubljim problemima i nastoji značajno promijeniti osobnost«, Tan navodi da »većina autora na području mentalnog zdravlja danas ne čini razliku između savjetovanja i psihoterapije« (Tan, 2011:2), te ni sam ne prihvća takvo razlikovanje. Takvo razlikovanje ni za potrebe ovoga rada nije značajno, budući da se u njemu ne ulazi u pitanja gdje bi se

pastoralno savjetovanje i psihoterapija eventualno razlikovali, kao što su profesionalni status pomagača, dubina intervencije, indikacije i regulacija.

Sadržaj knjige »*Spiritual direction and the care of the souls*« urednika Moona i Bennera (2004) bavi se odnosom između duhovnog vodstva, pastoralnog savjetovanja i psihoterapije. Pripadnici osam različitih kršćanskih denominacija u toj knjizi donose usporedne tablične prikaze spomenutih disciplina po kriterijima problema kojima se bave, ciljeva kojima teže, procedura koje koriste i sredstava kojima se služe. Neki od tih osam autora, među njima i predstavnik rimokatoličke tradicije, doslovno u tablici stavljaju pastoralno savjetovanje između duhovnog vodstva i psihoterapije. To nije slučajno, već predstavlja ilustraciju sadržaja tih usporednih prikaza i pratećih tekstova, odnosno činjenicu da je pastoralno savjetovanje pristup pomaganja koji povezuje i primjenjuje dostignuća duhovnog vodstva s jedne, a psihoterapije s druge strane. Tako Barrette (2004) navodi da je pastoralno savjetovanje »srednji put« između odbacivanja i nekritičkog prihvatanja bihevioralnih znanosti u dušobrižništvu. »Pastoralno savjetovanje uzima uvide iz psihologije i bihevioralnih znanosti, istražuje ih i shvaća u svjetlu teologije i vjerske tradicije i primjenjuje ih na potrebe pojedinca, skupine ili zajednice, obično u kriznoj situaciji« (Barrette, 2004:70). Slično tome, nakon opisa duhovnog vodstva i psihoterapije iz perspektive vlastite, episkopalne tradicije, Temple zaključuje: »Negdje između ove dvije discipline trebamo promatrati pastoralno savjetovanje, funkciju koja se pretvorila u profesiju« (Temple, 2004:92). I drugi autori, barem implicitno, potvrđuju tu poziciju pastoralnog savjetovanja »između« duhovnog vodstva i psihoterapije. Tako Gladson (2004:145), primjerice, pod probleme koji se obrađuju u duhovnom vodstvu navodi »duhovne probleme«, dok se psihoterapija bavi »odnosnim ili osobnim problemima«. Za pastoralno savjetovanje zatim navodi da se bavi »odnosnim, osobnim ili duhovnim problemima«, što je zapravo čista sinteza upisa koji se odnose na duhovno vodstvo i psihoterapiju. Isto se ponavlja i u rubrici »resursi«, pri čemu Gladson u duhovnom vodstvu navodi, između ostalog, »duhovne discipline«, a u psihoterapiji »terapijsku teoriju i praksu«. Pod resurse pastoralnog savjetovanja zatim navodi »terapijske teorije i prakse, duhovne discipline«, ponovno sintetizirajući prethodna dva upisa i potvrđujući mosni karakter pastoralnog savjetovanja u odnosu na duhovno vodstvo i psihoterapiju. Galindo, promišljajući o pastoralnom savjetovanju, donosi uvjerenje koje je u temelju ovog pristupa: »Osim ako se pristaje uz rigidnu dihotomiju duhovne i psihološke dimenzije ljudske prirode, mora se priznati da se psihološko ozdravljenje ne može dogoditi bez duhovnoga i obrnuto« (Galindo, 2004:207).

Ovaj rad prikazuje obrise pastoralnog savjetovanja kao pristupa pomaganja u razvoju u kojem se nastoji ostvariti sinteza i primjena dostignuća duhovnog vodstva kao filozofsko-teološki utemeljene kršćanske pomažuće prakse i psihoterapije kao interdisciplinarne znanosti čije se teorije i prakse koriste u nizu pomažućih profesija na području psihosocijalnog rada. Sinteza na koju ovaj rad smjera odnosi se na povezivanje dva korpusa znanja, usporedbu njihovih pretpostavki, prepoznavanje njihovih međusobno kompatibilnih i nekompatibilnih elemenata i prikaz mogućih modela njihova odnosa.

3. Potreba za razvojem pastoralnog savjetovanja kao specifičnog pristupa pomaganju

Ovaj dio rada donosi neke od razloga koji govore u prilog intenzivnoj suradnji znanosti koje se bave mentalnim zdravljem i kršćanske teologije. Ta suradnja, dakako, može poprimiti razne oblike. Jedan od njih – čini se, najpotpuniji - jest i razvoj pastoralnog savjetovanja kao interdisciplinarnog područja, koje će integrirati sva relevantna znanja spomenutih disciplina na području savjetodavno-terapijskog rada. »Iz naše perspektive, na dokazima zasnovani psihoterapijski modeli suvremene kliničke psihologije i kršćanska tradicija mogu se efektivno sintetizirati kako bi se ponudio sveobuhvatan okvir za napredovanje« (Knabb i dr., 2019:7).

Hawkins i Clinton (2015) podsjećaju da su težnje za transcendentnim, duhovne i religijske težnje, duboko upisane u srca ljudi i sveprisutne. Ilustriraju to primjerima tri milijuna muslimana koji svake godine hodočaste u Meku, stotina milijuna hindusa koji hrle na obredno pranje u rijeci Ganges i činjenicom da je Vatikan najposjećenije mjesto na svijetu po glavi stanovnika. Unatoč u povijesti jedinstvenom materijalnom blagostanju, ljudi osjećaju prazninu i okreću se duhovnosti, napominju Hawkins i Clinton (2015:15).

Pew Research Center proveo je istraživanje o stanju religijske pripadnosti u svijetu, koje je zahvatilo 201 zemlju i teritorij s ukupno 99,98% ljudske populacije. Utvrđeno je da se 75,8% populacije smatra pripadnicima određene religije, s time da je kršćanstvo najmnogoljudnija religija s 28,8% svjetske populacije (Hackett i dr., 2025). Nadalje, Wade i dr. (u: Hawkins i Clinton, 2015:15) proveli su istraživanje koje je pokazalo da aktivni, uvjereni kršćani »traže savjetovatelje koji eksplicitno uključuju molitvu, Bibliju i druge resurse s vjerskom osnovom u svojoj terapiji«. Navodeći Hagea (u: Hawkins i Clinton, 2015:17), Hawkins i Clinton zaključuju da čak dvije trećine Amerikanaca želi da se o njihovoj vjeri govori u skrbi o njihovu mentalnom zdravlju. Iz navedenoga se može zaključiti da postoji značajna populacija kojoj bi pastoralno savjetovanje moglo biti usmjereno i ponuđeno. Naravno, konačnu odluku o tome želi li pomoć takvog oblika donosi svaki korisnik za sebe.

Osim toga, provedena istraživanja i teorijski uvidi ukazuju na to da filozofsko-teološki pristup itekako ima što doprinijeti učinkovitom kliničkom radu (usp. Papaleontiou-Louca, 2021). Dapače, po kliničkoj faktorskoj analizi više od 300 članaka koja je išla za identifikacijom kritičnih psihoterapijskih elemenata koji dovode do promjene, čini se da je ono najbolje što daje suvremena psihoterapija upravo ono što filozofija i religija uče već tisućljećima:

Pomno ispitivanje...otkriva da kognitivni faktori impliciraju »upoznaj sebe«, afektivni faktori nam govore »ljubi svoga bližnjega« a bihevioralni faktori u biti sugeriraju »čini dobra djela«. Možda nema ništa nova pod suncem jer to nam filozofi govore već tisućljećima: upoznaj sebe, ljubi bližnjega, čini dobra djela (Corsini i Weding u: Hawkins i Clinton, 2015:88).

Suvremena psihološka literatura, pa i službeni akti strukovnih tijela, stavljaju značajan naglasak na potrebu poštivanja klijentove kulture i svjetonazora u kliničkom kontekstu, primjerice, smjernice Američke udruge psihologa (APA) iz 2017. (American Psychological Association, 2017). Čak i DSM-5 ističe da »kliničari moraju konceptualizirati psihopatologiju u kontekstu klijentove kulture, priznajući tako da ono što čini uznemirenost (eng. *distress*) varira od kulture do kulture« (Knabb i dr., 2019:5). Josephson i Peteet primijetili su značajno preklapanje između »kliničkih pitanja« (psihijatrijski simptomi, narušeno funkcioniranje) i »egzistencijalnih pitanja« (smisao, moral, identitet, nada). Iako se tim egzistencijalnim pitanjima ponekad može pristupiti »izvana« (transeutno), legitimna je alternativa pristupiti tim pitanjima iz zajedničke perspektive savjetovatelja i klijenta (imanentno) (Knabb i dr., 2019:3-4). Također, postoje jasne kompetencije filozofski i teološki obrazovanih osoba u području tih klinički relevantnih egzistencijalnih pitanja koje se ne bi smjelo previdjeti.

Nadalje, istraživanja jasno pokazuju da ni jedna teorijska orijentacija nema »monopol« na području mentalnog zdravlja, već značajnu ulogu igraju tzv. zajednički faktori. Laska i dr. (u: Knabb i dr., 2019:4) pronašli su da ti zajednički faktori više utječu na ishod psihoterapije nego posebni elementi pojedinih terapijskih škola. Među tim zajedničkim faktorima najznačajniji su suradnja na zajedničkim ciljevima (12% varijabilnosti u ishodima psihoterapije), empatija (9%) i izgradnja i održavanje terapijskog saveza (8%). »Mnogi od tih zajedničkih faktora, zasigurno, ukorijenjeni su u kršćanskoj tradiciji«, zaključuju Frank i Frank (u: Knabb i dr., 2019:4).

S obzirom na trajnost brojnih psihijatrijskih poremećaja, raste svijest o tome da je jedan od prioriteta skrbi učenje pacijenata kako da »pate dobro«, što je samo drugi naziv za kršćanima dobro poznato i tisućljećima promišljano »nošenje svoga križa« (Knabb i dr., 2019:4). Pritom prihvaćanje neizbježne patnje ne podrazumijeva odustajanje od liječenja simptoma, zaštite osobe od nasilja ili uklanjanja onih uzroka teškoća koji se mogu promijeniti, nego se odnosi na način suočavanja s onim oblicima patnje koje nije moguće u potpunosti ukloniti.

»Mindfulness u budističkim tradicijama ima središnju ulogu u sustavu koji je razvijen kao put koji vodi u prestanak osobne patnje« (Thera i Silananda u: Bishop i dr., 2004:230). Intervencije bazirane na budističkom shvaćanju *mindfulnessa* preplavile su kliničku literaturu (Knabb i dr., 2019). S obzirom na to, »prirodno je da se i kršćani okrenu vlastitoj religijskoj baštini u odgovoru na patnju« (Knabb i dr., 2019:5). Tako, primjerice, Kinghorn razvija kršćansko poimanje *mindfulnessa* polazeći od tomističke tradicije posebne moralne teologije, napose nauka o kreposti razboritosti i pažljivosti (*lat. circumspectio*) kao njezinom elementu (usp. Kinghorn, 2015).

Konačno, stanje psihijatrije, koje se ogleda u priručniku DSM-5, nije ni približno na razini egzaktnosti drugih područja medicine. Umjesto na pouzdane medicinske testove, psihijatrija se oslanja na simptome i znakove kako bi došla do dijagnoze. Osobito nedostatak bioloških markera kod prepoznavanja, a još više pripisivanja uzročnosti pojedinih poremećaja, otvara prostor za njihovo shvaćanje iz psihološke, socijalne i duhovne perspektive (Knabb i dr., 2019).

Svi ovi čimbenici, od kojih će neki biti dodatno razrađeni u nastavku, ukazuju na potrebu za suvremenom paradigmom skrbi za mentalno zdravlje kakva je pastoralno savjetovanje.

3.1.Odnos psihičke i duhovne dimenzije u ljudskom sazrijevanju

»Stoljećima su se discipline psihologije i duhovnosti svodile na istu stvar; nije postojala razlika između mentalnog zdravlja i duhovne dobrobiti« (Hoenkamp-Bisschops, 2000:253). Od 19. st. psihologija se razvija kao samostalna disciplina. Dominantni pravci koji se potom razvijaju uglavnom su u određenoj opoziciji prema religiji i duhovnosti, za što Hoenkamp-Bisschops (2000:253) navodi primjere psihoanalize, biheviorizma i kognitivne psihologije. »Proponenti velikih kliničkih paradigmi tog vremena, Freud i Skinner, imali su tendenciju prepojednostavljanja i stereotipiziranja religije i duhovnosti« (Coon i Wulff u: Pargament i Saunders, 2007). Yamada i dr. (2019:1), ustvrdivši sumarno da »psihologija ima dugu povijest ignoriranja i patologiziranja religije«, između ostalog navode citate u kojima Freud (1928/1989) opisuje religiju kao opsesivnu neurozu, a Ellis (1980) tvrdi da su pacijenti toliko zdraviji, koliko su manje religiozni. Hawkins i Clinton, zastupajući istu tezu o povijesnom protivljenju psihologije i psihoterapije religiji navode tome u prilog iduće citate Freuda i Ellisa:

- »Religija je iluzija i izvlači svoju snagu iz činjenice da se poklapa s našim instinktivnim željama« (Freud, u: Hawkins i Clinton, 2015:16).

- »Zdrav i učinkovit psihoterapeut ne bi smio... slijediti pacijentovu vjersku orijentaciju... jer to je ekvivalentno nastojanju da im se pomogne da žive uspješno sa svojom emocionalnom bolešću« (Ellis, u: Hawkins i Clinton, 2015:16).

Religioznost psihologa niža je u odnosu na opću populaciju (Shafranske, u: Pargament i Saunders, 2007). Nadalje, navodeći Aneksteina i dr., Sami i dr. (2021:11) ukazuju na to da »studenti koji se nadaju u svoj budući profesionalni rad uključiti religijski i duhovni identitet te pripadajuće kompetencije od svojih kolega i profesora primaju poruke neusklađenosti i osuđivanja«. Bergin (1980) prepoznaje klinički pragmatizam i humanistički idealizam kao nazore koji su prisutni u mentalnozdravstvenim strukama, a koji, iako imaju generalno pozitivan sadržaj, potiču i ravnodušnost prema religijskim faktorima. Navodeći Campbella (u: Bergin, 1980:5), isti autor donosi i opasku da »psihološki autori imaju tendenciju olako, a ponekad i arogantno, cenzurirati ili tabuizirati nešto što je osjetljivo i važno većini ljudi«. Primjer takvog pristupa možemo naći i u jednom suvremenom udžbeniku iz kliničke psihologije iz naše regije (Biro i Đurović, 2020). Tako na str. 198. stoji: »Nezadovoljni dobijenim informacijama i preporukama za korekciju ponašanja (od strane psihologa), roditelji mogu odlučiti potražiti pomoć za dijete kod osoba koje nisu zdravstveni radnici (svećenici, vječare ili osobe koje predviđaju budućnost)« (Biro i Đurović, 2020:198). Stavljanje kršćanskog dušobrižništva u kontekst i red magijsko-divinacijskih praksi bez sumnje je nediferencirano i ponižavajuće te svjedoči o tome da se tragovi spomenutog povijesnog antagonizma još znaju pojaviti. Tretiranje religije i duhovnosti u prikazima povijesnog razvoja skrbi za osobe s duševnim poremećajima u ovom udžbeniku također je isključivo negativno – tvrdi se da se od antike do renesanse postupalo s tim osobama na »najbarbarskiji način«, pri čemu su one generalno bile »odbacivane« kao »opsjednute«, a kao jedini tretman navodi se »egzorcizam« koji je »varirao od bezazlenih molitvi za „opsjednutog“, sve do trepanacije (bušenja) lubanje, kako bi „zao duh“ mogao što lakše izaći!« (Biro i Đurović, 2020:16). Perpetuiranje generalizirajućih, negativnih stavova psihologa prema religiji vidljivo je iz navedenoga i bez ulaženja u digresiju detaljnom analizom ovakvih tvrdnji. Nasuprot takvim tumačenjima, Kroll i Bachrach (1984:507) analizom 57 opisa mentalnih poremećaja iz perioda prije križarskih ratova ustvrdili su da su autori bili itekako svjesni »neposrednih uzroka mentalne bolesti, kao što su neravnoteža tjelesnih sokova, neumjerena prehrana i unos alkohola, pretjerani rad i tuga«. Autori su također jasno razlikovali opsjednuće od različitih drugih stanja koja se smatraju duševnim poremećajima (Kroll i Bachrach, 1984).

Posljednjih desetljeća ipak ponovno dolazi do približavanja dvaju područja. »Religija je neizostavni dio ljudskog iskustva i psihologija, čini se, postupno postaje svjesna te činjenice« (Hoenkamp-Bisschops, 2000:254). »Uklanjanje patologije i obnova normalnog življenja« bio je zajednički cilj psihoterapija do Prvog svjetskog rata (Shamdasani, 2020:62). Od Prvog svjetskog rata Jung odstupa od ovoga i reformulira praksu psihoterapije kao nešto što ima za cilj viši duhovni razvoj pojedinca (Shamdasani, 2020:62). »Središte naše egzistencije ne bi smjeli biti naši samopostavljeni ciljevi, već otvorenost otajstvu. Inače zapinjemo u samozadovoljstvu ega« (Hoenkamp-Bisschops, 2000:253). S druge strane, potrebni su i pomaci u teologiji koji će doprinijeti zbližavanju disciplina. »Kršćanski teološki jezik sve se više kritizira kao šifrirani jezik, nepovezan sa stvarnim iskustvima ljudi« (Hoenkamp-Bisschops, 2000:254). Iako su duhovne prakse zamišljene tako da oslobađaju osobu od egoizma, zbog nedostatka psiholoških uvida često su se prakticirale tako da su dovodile do suprotnog učinka. Hoenkamp-Bisschops navodi primjer Karen Armstrong, koja opisuje kako su za vrijeme novicijata »ona i druge novakinje bile bolno osviještene o svojim nedostacima, što je uzrokovalo da žive u stanju akutne tjeskobe i zaokupljenosti sobom« (2000:254). U posljednje vrijeme postoji veća svijest u teologiji da milost djeluje kroz narav – kroz povijest, prirodu i ljudska srca. Nije to nova ideja, ali je neko vrijeme bila zastrta implicitnim dualizmom između naravnog i nadnaravnog reda. Također, približavanju dviju disciplina pridonosi i trend apofatičke ili negativne teologije, inače trajno prisutne u Istočnim Crkvama. U njoj se naglašava Božja nedokučivost i neadekvatnost ljudskog razuma u spoznaji Boga. Stoga se u apofatičkoj teologiji daje određena prednost znanju stečenom osobnim iskustvom pred znanjem stečenim intelektualnom spekulacijom (Hoenkamp-Bisschops, 2000). Hoenkamp-Bisschops (2000) zaključuje kako se psihologija i duhovnost približavaju zato jer se obje oslobađaju tendencije da reduciraju stvarnost. Psihološki razvoj doprinosi duhovnom, a duhovni psihološkom, te stoga Wicks s pravom govori o psiho-duhovnoj zrelosti.

Za Hurdinga je cilj duhovnog vodstva postizanje što veće sličnosti Kristu u svim aspektima života kroz rast u sposobnosti za ljubav. Collins ističe razvoj autentičnog doživljaja sebe u odnosu s drugima kroz duhovno vodstvo i na tom tragu zaključuje da su u tom procesu vrlo važni »psihološki uvidi, koncepti i metode« (u: Hoenkamp-Bisschops, 2000:255-256). Za Wolff-Salina duhovno vodstvo smjera na oživljavanje središta čovjekova bića, koje je ujedno i »viši self« i sveto mjesto, mjesto susreta s Bogom. Barry i Connolly ističu odnos s Bogom – u duhovnom vodstvu pomaže se ljudima da postanu svjesni svoje nutrine i podijele je s Bogom (u: Hoenkamp-Bisschops, 2000:256). Ovi opisi, svaki na svoj način, a osobito uzeti zajedno,

zapravo odražavaju ciljeve postavljene u Mt 22,37-40: »Ljubi Gospodina Boga svojega svim srcem svojim, i svom dušom svojom, i svim umom svojim. To je najveća i prva zapovijed. Druga, ovoj slična: Ljubi svoga bližnjega kao sebe samoga. O tim dvjema zapovijedima visi sav Zakon i Proroci.« Kako vidimo, ovdje su odnosi prema Bogu, prema drugima i prema sebi najuže povezani.

Wicks ističe kako je nemoguće biti dostupan drugima bez svijesti o sadržaju vlastitog nesvjesnog, »kako bi naši odnosi proizlazili iz zdravog stava i jasne svijesti o našim motivima« (Hoenkamp-Bisschops, 2000:257). U odnosu prema drugima značajnu ulogu imaju naše nesvjesne obrane, kojima se štitimo od tjeskobe da nismo dovoljno dobri i iz kojih proizlazi nezdrava želja za dokazivanjem. Sve to priječi izgradnju dubokih i trajnih odnosa. Otvaranjem prema Bogu kao izvoru cjelokupne stvarnosti ulazimo pak u istinu o sebi, suočavamo se s vlastitim požudama i njima oblikovanim lažnim selfom. Tu se otkrivaju igre koje igramo (Berne, 2010), negiranja, racionalizacije i projekcije... (Hoenkamp-Bisschops, 2000). Tako se Bog postupno objavljuje čovjeku i otkriva čovjeka njemu samome te ga svojim svjetlom i snagom osposobljava za njegove odnose s drugima, za njegovo poslanje u svijetu (usp. *Gaudium et spes*, 1965:22; Katekizam Katoličke Crkve, 1994:2567.2584). Wicks ističe da je nemoguće odijeliti ova tri odnosa. U tom smislu bilo bi pogrešno ograničiti duhovno vodstvo samo na odnos s Bogom, kao što bi bilo pogrešno isključiti taj odnos iz pastoralnog savjetovanja (Hoenkamp-Bisschops, 2000). Dapače, upravo savršena Božja ljubav oslobađa od straha kao značajne prepreke osobnom razvoju (usp. 1Iv 4,16-18).

Strah je onaj koji pokreće ego da stvara, brani i širi svoje kraljevstvo, zatvarajući čovjeka za iskustvo cjelokupne stvarnosti. Duhovni se napredak sastoji u tome da se oslobodimo takvog egoizma. U tom smislu svako djelovanje koje ide za time da oslobodi čovjeka strahom vođenog egoizma jest djelovanje koje vodi njegovom duhovnom napretku. U tom kontekstu postaje nebitno kako se to djelovanje ili proces zove, pa čak i je li prvotna nakana bila rasti u prihvaćanju sebe, odnosima s drugima ili molitvenom zajedništvu s Bogom (Hoenkamp-Bisschops, 2000). Radi se o principu spojenih posuda, gdje se napredak u jednom od tih značajnih odnosa nužno odražava i na druge.

Psihoterapija uključuje tri razine (Hein, 1974:482-483): intrapersonalnu (orijentiranu na ekskluzivnu stvarnost), interpersonalnu (orijentiranu na inkluzivnu stvarnost) i transpersonalnu (orijentiranu na konačnu stvarnost). Na ovoj trećoj razini radi se o području transcendencije ega

radi povezivanja s univerzalnom sviješću, uslijed čega se otvaraju novi kreativni kapaciteti koji generiraju nove odgovore na temeljna egzistencijalna pitanja.

Osobito je važno prosuđivati odnos prema Bogu u njegovoj refleksiji u odnosu prema sebi i drugima. Naime, potrebno je nadići lažne, destruktivne slike Boga (vlastite projekcije), koje se otkrivaju upravo u »plodovima« odnosa s Bogom (usp. Lk 6,43) u odnosima prema sebi i drugima. Slijedom navedenoga, zaključuje Hoenkamp-Bisschops (2000), duhovno vodstvo nužno treba uključiti i psihosocijalni aspekt. Zapravo, Katolička Crkva došla je do istog zaključka još 1965., kada je u pastoralnoj konstituciji o Crkvi u suvremenom svijetu »*Gaudium et spes*« (1965:62) odredila: »Neka se u dušobrižničkoj službi dovoljno priznaju i primjenjuju ne samo načela teologije nego također i otkrića profanih znanosti, u prvom redu psihologije i sociologije; tako će se i vjernici privesti k čišćem i zrelijem vjerskom životu«. Ovim recima dušobrižništvo se redefiniralo kao nešto što je ujedno i psihosocijalni rad – što je »teološka bomba« koja, nažalost, do danas nije »eksplodirala« (Weigel, 2003).

Barry i Connelly i Fairchild podrazumijevaju da su duhovno vodstvo i savjetovanje dvije različite stvari. Duhovno vodstvo bilo bi namijenjeno psihološki zdravim, uravnoteženim ljudima koji se žele baviti višim pitanjima smisla i odnosa s Bogom. S druge strane, savjetovanje bi bilo za osobe s psihološkim problemima, usmjereno na njihovo rješavanje. Tako bi ljudski rast trebao prethoditi onom duhovnom (Hoenkamp-Bisschops, 2000:259). No, u svjetlu do sada navedenog takva je koncepcija neodrživa, budući da negira pokazanu povezanost naravnog (odnos sa sobom i drugima) i nadnaravnog (odnos s Bogom). Suprotno onoj »ne treba liječnika zdravima, nego bolesnima« (Mk 2,17), ovdje se pristup Bogu kao liječniku duše (usp. Iz 61,1) pridržava »zdravima«. Tako bi klijentima savjetovanja bilo uskraćeno razvijanje odnosa s Bogom kao moguća ulazna točka, svojevrsna »lokomotiva« razvoja odnosa sa sobom i drugima. S druge strane, u takvom pristupu negira se činjenica da su i tako probrani, »zreli« kandidati za duhovno vodstvo također potrebni daljnjeg ljudskog, psihološkog rasta u području odnosa prema sebi i drugima. Nadalje, i na višim stupnjevima duhovnog života (i upravo zbog postignutog duhovnog napretka, kao u tamnim noćima duše i duha), također se mogu pojaviti prilično ozbiljne psihološke krize. Tu se vidi da psihološki rast ne dolazi apsolutno prije duhovnoga, već su oni trajno isprepleteni duž cijelog razvojnog puta čovjeka. Naravna i nadnaravna dimenzija, psihološki i duhovni rast, stoga trebaju ostati u najužoj svezi. Stoga je primjerenije razliku između ove dvije skupine ljudi, pa tako i samog

duhovnog vodstva i savjetovanja – ako su takva razlikovanja uopće korisna - koncipirati kao razliku u stupnju i naglasku, a ne kao razliku u biti.

Dobra (psihološka) prilagodba vodi sveukupnom smanjenju obrambenoga stava i tjeskobe, pridonoseći tako boljem poimanju stvarnosti, što svakako doprinosi duhovnome razvoju. S druge strane, duhovno rasti znači rasti u vjeri i pouzdanju te uvelike smanjiti pogubnu tjeskobu iz koje proizlazi patologija. Stoga bi osoba koja raste u svetosti trebala imati iskustvo bolje prilagodbe stvarnosti. Istinski je unutarnji mir pokazatelj kako duhovnoga rasta, tako i psihološke prilagodbe (Groeschel, 2009:144).

3.2. Vjerski elementi u terapijskom odnosu i tehnikama

»Prema Norcrossu, faktori odnosa i terapije uzimaju u obzir tko su naši klijenti i tko smo mi kao terapeuti te kakve su nam međusobna percepcija i interakcija« (Stegman i dr., 2013:25). Horvath i dr. (u: Stegman i dr., 2013:25) u svojoj metaanalizi, koja obuhvaća 190 istraživanja o terapijskom savezu, dolaze do zaključka da su upravo ti faktori zaslužni za velik dio uspješnosti psihoterapije, pa i veći od same tehnike koja se u terapiji koristi. Početna istraživanja o utjecaju uparivanja religioznih klijenata i religioznih terapeuta koja su proveli Worthington i dr. (2011) ukazuju na to da bi specifično religijsko-duhovni elementi terapijskog saveza mogli donijeti dodatni blagotvorni učinak terapiji. Norcrossovo istraživanje iz 2011, koje je ispitalo učinkovitost uparivanja, između ostalog je pokazalo da su religija i duhovnost važni i »demonstrativno učinkoviti« faktori u uparivanju klijentovih želja i tretmana (Stegman i dr., 2013:27). Ne čini mi se preuzetnim pretpostaviti da takvo uparivanje potencira učinkovitost već istražene i potvrđeno učinkovite komponente terapijskog saveza – empatije. Naime, proživljavanje života iz perspektive istog svjetonazora i vrijednosti, za pretpostaviti je, dovodi do određenih sličnih iskustava, a time i olakšava međusobno razumijevanje i suosjećanje. Čini se da takvom shvaćanju ide u prilog i suprotni zaključak istraživanja na 110 ispitanika O'Connora i Vandenberg da »svjetovni psihoterapeuti imaju tendenciju patologizirati vjerska uvjerenja svojih klijenata« (Stegman i dr., 2013:29), odnosno da postoji »nesklad između preporuka *Dijagnostičkog i statističkog priručnika za duševne poremećaje* (4. izd.; American Psychiatric Association, 1994) i prosudbi kliničara« O'Connor i Vandenberg (2005:610).

Nadalje, Američka psihološka udruga (APA) identificirala je još neke »obećavajuće elemente« terapijskog saveza: »1) traženje povratne informacije, 2) popravljjanje pukotina u savezu, 3)

samootkrivanje, 4) upravljanje kontratransferom i 5) odnosne interpretacije u psihoterapiji» (Norcross u: Stegman i dr., 2013:27). Od navedenih pet elemenata, ovdje bih izdvojio dva koji imaju snažnu teološku potkrepu i istaknutu važnost u svakodnevnom vjerničkom životu, te bi njihova učinkovitost stoga mogla biti dodatno ojačana u kontekstu vjernički obilježenog terapijskog saveza. Na prvom mjestu to je »popravljanje pukotina u savezu« kroz pokajanje, traženje, primanje i davanje oprostjenja. Svi ti elementi vrlo su izraženi u temeljnim sadržajima kršćanstva, kao što su sakramenti krštenja i pomirenja, Gospodnja molitva (»otпусти nam duge naše, kako i mi otpuštamo dužnicima našim«) i eksplicitni evanđeoski nauk (npr. »Pa ako se sedam puta na dan ogriješi o tebe i sedam se puta obrati tebi govoreći: „Žao mi je!“, oprosti mu« (Lk 17,4)). U istom kontekstu popravljanja terapijskog odnosa važno je istaknuti i ulogu iskrenog i uzajamnog bratskog suočavanja i ispravljanja: »Pogriješi li tvoj brat, idi i pokaraj ga nasamo« (Mt 18,15). »Samootkrivanje« je čimbenik koji se u Crkvi oduvijek naziva »svjedočenjem« i zauzima važno mjesto u kršćanskom životu, po riječima samoga Krista - »Bit ćete mi svjedoci u Jeruzalemu, po svoj Judeji i Samariji i sve do kraja zemlje« (Dj 1,8b). Prvi uzori kršćanske vjere, kao i svi koji su kasnije do mučeničke smrti ustrajali u vjernosti Kristu, prozvani su upravo »svjedocima« (grč. *martyres*). I u najnovije vrijeme Crkva izrazito naglašava ulogu osobnog svjedočenja, govora iz neposrednog, osobnog iskustva (usp. 1Iv 1-3), osobito o nadilaženju različitih osobnih poteškoća. »Suvremeni čovjek radije sluša svjedoke, nego učitelje; ili, ako sluša učitelje, sluša ih zato što su svjedoci« (Pavao VI. u: Mrakovčić, 2011:6). Povratna informacija vjernika u pastoralnoj praksi ukazuje na to da veoma cijene upravo taj svjedočki element odnosa (i ujedno tip terapijske intervencije).

Uključenost klijenata u kreiranje terapijskog procesa uz uvažavanje onoga što je njima bitno jača terapijski savez (Tyron i Winograd u: Stegman i dr., 2013:29). Stoga je nužno doći do odgovora na pitanje: »Što je važno klijentima – kršćanima?« Rose i dr. odgovorili su na to pitanje istraživanjem iz 2001. u kojem zaključuju »da su religijska i duhovna pitanja relevantna za psihoterapiju i mnogi se nadaju diskusiji o tim pitanjima sa svojim terapeutom« (Rose i dr. u: Stegman i dr., 2013:29). Drugo istraživanje, koje su proveli Johnson i Hayes 2003. godine na sveučilišnim studentima koji su pohađali savjetovalište u kampusu pokazalo je da je »oko jedan od pet studenata prijavio zabrinutost oko religijskih ili duhovnih pitanja koja bi bila relevantna za psihoterapiju« (u: Stegman i dr., 2013:30). Aten i dr., kao i drugi autori čak su argumentirali da neuvažavanje vjerskih uvjerenja aktivnih vjernika »može ne samo smanjiti njihovo zadovoljstvo terapijskim odnosom, nego i dovesti do ranog završetka (terapije)« (u: Stegman i dr., 2013:30). Radna skupina Američke psihološke udruge zaključila je 2002. »da

prilagodba psihoterapije klijentovim vjerskim uvjerenjima i vrijednostima ima obećavajuću empirijsku podršku» (Norcross u: Stegman i dr., 2013:31).

Metaanaliza Worthingtona i dr. iz 2011. obuhvatila je 51 uzorak iz 46 istraživanja ($N = 3\,290$). Metaanalizom je utvrđeno da su »kršćanski prilagođeni tretmani bili učinkovitiji u postizanju dobrobiti za mentalno zdravlje u ciljanom simptomu nego su to bili alternativni ili kontrolni tretmani« (u: Stegman i dr., 2013:31). U usporedbi s tretmanima od kojih su modificirani (dakle, pri analizi onih istraživanja koja su uspoređivala vjerske i svjetovne tretmane iste teorijske orijentacije i trajanja), kršćanski su tretmani pokazali jednaku učinkovitost u području mentalnog zdravlja, ali veću u području duhovnog blagostanja (Stegman i dr., 2013:31). Ista metaanaliza otkrila je da je »psihoterapija učinkovitija kako za redukciju simptoma, tako i za osjećaj duhovnog rasta među pacijentima koji su bili aktivni vjernici ako je tretman koristio eksplicitnije religijski rječnik i intervencije« (Stegman i dr., 2013:34). Detaljniji rezultati priloženi su u tablici 3.1.

Tablica 3.1 Konačni rezultati psiholoških i duhovnih ishoda

Vrsta usporedbe	Posttest					Naknadno praćenje				
	<i>N</i>	<i>k</i>	<i>d</i>	95% CI	<i>I</i> ²	<i>N</i>	<i>k</i>	<i>d</i>	95% CI	<i>I</i> ²
<i>Psihološki ishodi</i>										
Kontrolna skupina	1 280	22	0,45	0,15 do 0,75	83,84	602	8	0,21	-0,43 do 0,86	92,62
Alternativni tretman	1 718	29	0,26	0,10 do 0,41	57,47	610	13	0,25	0,05 do 0,45	28,74
<i>Dismantling</i> dizajn	387	11	0,13	-0,26 do 0,52	67,87	277	8	0,22	-0,09 do 0,52	30,34
<i>Duhovni ishodi</i>										
Kontrolna skupina	600	8	0,51	0,19 do 0,84	71,18	317	4	0,25	-0,03 do 0,52	25,87
Alternativni tretman	707	14	0,41	0,18 do 0,65	53,95	222	6	0,32	-0,10 do 0,74	56,62
<i>Dismantling</i> dizajn	235	7	0,33	0,07 do 0,59	0	126	4	0,38	-0,16 do 0,91	51,96

Napomena. Simbol *N* predstavlja veličinu uzorka zbrojenu kroz sve studije, *k* je broj sažetih veličina efekta, *d* je ponderirana srednja vrijednost *d* kroz uzorke, **95% CI** predstavlja interval pouzdanosti za srednju vrijednost *d*, *I*² je postotak opažene varijance koji odražava stvarne razlike u veličinama efekta (Izvor: Worthington i dr., 2011:208).

3.3.Djelotvornost kršćanskog savjetovanja

Četrdeset i dva istraživanja paraprofesionalnog savjetovanja, kao i metaanalize koje su uslijedile, došle su do zaključka da su paraprofesionalni savjetnici (osobe koje nisu školovani stručnjaci na području mentalnog zdravlja) »generalno jednako učinkoviti kao profesionalni terapeuti za najčešće probleme kao što su anksioznost, stres i depresija« za blage i umjerene teškoće (Tan, 2013:41). Prema Tanu, jedina do 2013. provedena randomizirana kontrolirana studija paraprofesionalnog kršćanskog savjetovanja je ona koju su proveli Toh i Tan 1997. Uspoređivana je skupina podvrgnuta laičkom kršćanskom savjetovanju (n=22) s kontrolnom skupinom bez tretmana (n=24), a studija je pokazala da je »tretirana grupa prijavila značajno veće poboljšanje od kontrolne grupe u sve četiri mjere ishoda (prijavljene teškoće, kratka lista simptoma, skala duhovne dobrobiti i opća ocjena klijentove psihološke usklađenosti)«. Spomenute terapijske dobrobiti održane su i nakon mjesec dana (Tan, 2013:43). Garzon i Tilley pronašli su i preliminarne dokaze o djelotvornosti određenih modela kršćanskog savjetovanja, kao što su *Freedom in Christ ministry* i *Theophostic Prayer ministry*, ali u tom trenutku nije bilo moguće donijeti konačan sud o tome zbog nedostatka kontroliranih studija ishoda (Tan, 2013).

Theophostic Prayer ministry (TPM) pripada pristupu unutarnjeg ozdravljanja. U tom pristupu nastoji se, pod vodstvom Duha Svetoga, otkriti traumatične događaje iz prošlosti povezane sa sadašnjim životnim poteškoćama, a zatim se ti traumatični događaji tretiraju Božjom ljubavlju i mudrošću. Važan je dio ovog pristupa i oslobađanje od laži koje su se putem traumatičnog iskustva usadile u osobu, iskrivljujući joj tako sliku sebe i/ili drugih i potičući tako nastanak prilagodbi koje se vremenom pokazuju disfunkcionalnima i kojih se treba osloboditi u cilju nadilaženja aktualnih poteškoća (usp. Tan, 2013:46). Tilley je 2008. istražio ovaj model na uzorku od 2 817 ispitanika iz baze podataka TPM-a u formi istraživanja korisničkog zadovoljstva. Ispitanici su ocijenili prethodna iskustva savjetovanja (van TPM-a) kao učinkovita, ali su procijenili učinkovitost TPM-a kao znatno višu u raznim područjima (Garzon i Tilley, 2009:135).

Freedom in Christ ministry (FCM) pripada mješovitom pristupu. Ovaj model vrlo je sličan sustavu »Oslobođeni«, prilično poznatom i raširenom i u Hrvatskoj (Lozano, 2011). Među elementima koji se koriste u FCM-u su pokajanje, odricanje od nesukladnih duhovnih uvjerenja i praksi, opraštanje, zamjena pogrešnih uvjerenja biblijskima (kognitivno restrukturiranje) te

zamjena prokletstva blagoslovima (Tan, 2013). Combs je 2006. istražio ovaj model na uzorku od 21 ispitanika. »PAS i DES-II primijenjeni su kao screening instrumenti, dok su BSI, BDI-II, TSOS i upitnik od 12 stavki korišteni za procjenu terapijskih ishoda« (Garzon i Tilley, 2009:136). Ustanovljena su statistički značajna smanjenja na nekoliko podskala BSI i BDI-II, kao i značajno poboljšano duhovno funkcioniranje prema TSOS, uz održanje rezultata nakon 6 tjedana (Garzon i Tilley, 2009).

Osim navedenih, Garzon i Tilley razlikuju i modele kršćanskog savjetovanja koji su osnovani na vještinama aktivnog slušanja (npr. *Stephen ministry*), te kognitivnim i na rješenje orijentiranim pristupima (s ranim Crabbom, Backusom i Tanom kao predstavnicima) (Tan, 2013:44). Ranije spomenutom randomiziranom kontroliranom studijom proučen Tanov model pripada eklektičkom pristupu s kognitivno-bihevioralnom komponentom. Prema Hooku, kršćansko paraprofesionalno savjetovanje smatra se vjerojatno učinkovitim tretmanom za opće psihološke probleme poput anksioznosti, stresa i depresije (Tan, 2013).

Kršćani ovim preliminarnim optimističnim rezultatima istraživanja nisu iznenađeni budući da su u Crkvi tisućljećima tražili i nalazili razumijevanje i razrješenje svojih psihoduhovnih poteškoća te o tome svjedočili. »Uz Sveto pismo, kršćanska je Tradicija iznjedrila bezbrojna filozofska i teološka djela koja otkrivaju dobro razvijen psihoduhovni okvir za razumijevanje ljudskog roda, uključujući najvažnija iskustva koja vode u patnju i iscjeljenje« (Knabb i dr., 2019:2). S obzirom na popularnost i cjenovnu dostupnost, očekuje se daljnji rast službi kršćanskog savjetovanja. »Postoji nada da će postati empirijski potkrijepljenim pristupom ili na dokazima zasnovanom intervencijom u godinama koje dolaze«, zaključuje Tan (2013:54). Worthington i dr. (2013) zagovaraju razvoj ovih pristupa, koji su razvijeni na teološkom, a ne psihološkom području, u formalne modele kršćanskog savjetovanja, u suradnji sa stručnjacima iz područja mentalnog zdravlja.

3.4. Obraćanje kao poželjna »promjena uma«

»Batson, Schoenrade i Ventis uključili su transcendentni element u proces osobne preobrazbe« (Iyadurai, 2014:191). U obraćanju se radi o tome da u nekom trenutku dotadašnja kognitivna struktura ustupa mjesto novoj viziji. Radi se o novoj perspektivi koja dolazi iz područja transcendentnog, kroz religiozno iskustvo. Upravo ta nova perspektiva razrješava egzistencijalnu krizu. »Istraživanja prepoznaju transformaciju kao središnji učinak religijskog obraćanja«

(Iyadurai, 2014:191). Također, pojavljuju se pozitivni učinci na području mentalnog zdravlja kao što su doživljaj radosti i mira, što James tumači kao ujedinjenje podijeljenog selfa kroz obraćenje. Emocionalna uznemirenost prethodi doživljaju obraćenja, ali ona se smiruje uslijed vjerskog iskustva, prepoznaje Ullman. Rambo prepoznaje da za obraćenika »Bog više nije apstraktni koncept, već življena stvarnost« (Iyadurai, 2014:191). Zinnbauer i Pargament utvrdili su da obraćenici doživljavaju »značajna poboljšanja u samopercepciji, identitetu, stavovima, ponašanjima, ciljevima i težnjama« (Iyadurai, 2014:191). U studiji religijskih iskustava koju je proveo Iyadurai, 57,5% ispitanika izjasnilo se da je promjena života glavni efekt njihova obraćenja. On zaključuje kako obraćenje čini (pozitivnu) promjenu u duhovnom, emocionalnom, svjetonazorskom i odnosnom segmentu njihova života (Iyadurai, 2014:191-192). Pastoralno savjetovanje kao specifični oblik pomaganja usmjeren je i na postizanje ovdje opisanog obraćenja kao konstruktivne životne prekretnice, ali i na obraćenje kao trajnu dinamiku kršćanskog života (usp. Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1428-1429). Taj proces može se na analogan način odvijati i kod korisnika koji nisu eksplicitno kršćanski religiozni, ali su otvoreni vrijednostima po kojima funkcionira pastoralno savjetovanje.

3.5. Istraživanja o odnosu između religije/duhovnosti i mentalnog zdravlja

Eleonora Papaleontiou-Louca (2021) istražila je postojeću literaturu o odnosu mentalnog zdravlja i religije/duhovnosti. O vezi između dobrobiti/blagostanja i religije/duhovnosti navodi 326 kvantitativnih, recenziranih studija do sredine 2010. g. Većina tih istraživanja provedena je u SAD-u na kršćanskoj populaciji. 79 % provedenih istraživanja ustanovilo je značajnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i dobrobiti/blagostanja, dok su samo 3 istraživanja utvrdila značajnu negativnu vezu. Između ostalog, Papaleontiou-Louca donosi sljedeće nalaze istraživanja:

- 73% od provedenih 40 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i nade;
- 81% od provedenih 32 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i optimizma;
- 93% od provedenih 45 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i smisla i svrhe
- 61% od provedenih 69 istraživanja utvrdilo je pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i samopouzdanja

- 70% od provedenih 47 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i altruizma;
- 85% od provedenih 40 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i opraštanja;
- 100% od provedenih 5 istraživanja utvrdilo je pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i zahvalnosti;
- 100% od provedenih 3 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i dobrote/suosjećanja;
- 61% od provedenih 444 istraživanja utvrdilo je snažnu negativnu vezu između religije/duhovnosti i depresije;
- 75% od provedenih 141 istraživanja utvrdilo je negativnu vezu između religije/duhovnosti i suicida;
- 69% od provedenih 32 randomiziranih kliničkih istraživanja pokazalo je smanjenje razine tjeskobe nakon intervencije s područja religije/duhovnosti;
- ustanovljene su negativne veze između religije/duhovnosti i neuroticizma i psihoticizma i pozitivne veze između religije/duhovnosti i ekstrovertiranosti, suradljivosti, savjesnosti i otvorenosti za iskustvo
- 86% od provedenih 278 istraživanja utvrdilo je negativnu vezu između religije/duhovnosti i ovisnosti o alkoholu;
- 84% od provedenih 185 istraživanja utvrdilo je negativnu vezu između religije/duhovnosti i ovisnosti o drogi;
- 79% od provedenih 104 istraživanja utvrdilo je snažnu negativnu veza s delikvencijom/kriminalom;
- 100% od provedenih 10 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i akademskog uspjeha;
- 86% od provedenih 79 istraživanja utvrdilo je pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i bračne stabilnosti;
- 82% od provedenih 74 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i socijalne podrške;
- 79% od provedenih 14 istraživanja utvrdilo je snažnu pozitivnu vezu između religije/duhovnosti i razina socijalnog kapitala (Papaleontiou-Louca, 2021:4-5)

Budući da je religija/duhovnost značajni faktor u mentalnom zdravlju, zaključuje Papaleontiou-Louca, nužno ju je ozbiljno uzeti u obzir u kliničkom psihosocijalnom radu »mudro koristeći ovaj ljudski potencijal za napredak ljudskog roda« (Papaleontiou-Louca, 2021:6).

4. Duhovno vodstvo: terapijski resursi iz tradicije Crkve

Ovo poglavlje donosi svojevrsno psihoterapijsko čitanje teoloških izvora. Prikazuju se sadržaji koji pripadaju duhovnom vodstvu kao dušobrižničkoj praksi Crkve, a koji se razmatraju s obzirom na njihovu kompatibilnost s tradicijom savjetovanja i psihoterapije te relevantnost za interdisciplinarno područje pastoralnog savjetovanja. Izvori su poredani kronološki: od Svetog pisma, preko crkvenih otaca i duhovnih vježbi sv. Ignacija Lojolskog sve do suvremenog duhovnog vodstva. U skladu s metodom integrativnog pregleda literature, a s obzirom na širinu predmetne literature, svrhovito su odabrani izvori koji se ističu važnošću za razvoj kršćanskog duhovnog vodstva, sadržajno su relevantni za temu i omogućuju usporedbu s konceptima i postupcima suvremene psihoterapije. Ta se usporedba kroz poglavlje dijelom provodi eksplicitno, a dijelom ostaje implicitna.

4.1. Sveto pismo

»Zajednički nazivnik različitih kršćanskih pristupa savjetovanju jest njihova suglasnost oko središnje uloge Svetoga pisma« (Tan, 2011:326). »Za kršćane, autoritet je Biblije kao nadahnute Riječi Božje neupitan, a njezina terapijska primjenjivost izvire iz njezina opširna bavljenja ljudskom naravi te njenom funkcionalnošću i disfunkcionalnošću« (Tan, 2011:327).

Sveto pismo bavi se ljudskom duhovnom dušom kao objektom psiho-terapije (dušo-brižništva); naglašava ljubav, (konačni) smisao i nadu kao osnovne ljudske potrebe; osvjetljuje utjecaj grijeha i kreposti na dobrobit čovjeka; ističe važnost pokajanja i opraštanja u ostvarivanju intrapersonalne cjelovitosti i interpersonalnog sklada (heb. shalom); pruža obilje narativa i metafora za razumijevanje ljudskog stanja te nudi uvid u nadnaravne (blagotvorne) i mimonaravne (štetne) utjecaje na ljudsku dušu (Tan, 2011:327).

Ovo poglavlje donosi tek jedan primjer primjene Svetoga pisma u terapijskom kontekstu, a to je pružanje novog pogleda na narav i razrješenje Edipova kompleksa.

4.1.1. Biblijski odgovor na Edipov kompleks

Sigmund Freud uvelike se oslanjao na grčku literaturu pri formuliranju svog pogleda na ljudsku narav te je usvojio njezine patološke i fatalističke naglaske (Schwartz i Kaplan, 2004:5). Osobito je značajna Freudova ideja Edipova kompleksa koja se smatra »ugaonim kamenom

psihoanalize« (Borovečki-Jakovljević i Matačić, 2005:351). Sama obiteljska dinamika izražena u priči o Edipu iz Sofoklove tragedije nije, međutim, potpuni novitet u kontekstu grčke mitologije u kojem je ova tragedija nastala. Dapače, može ju se smatrati kulminacijom prethodnih mitova, posebno onih o Uranu i Kronu te Kronu i Zeusu, (Schwartz i Kaplan, 2004:22-26). U svim tim tekstovima ponavlja se tematika ubilačkog rivalstva između oca i sin(ov)a te međusobna suprotstavljenost između braće. Prema Freudu, Edipov se kompleks nikad istinski ne razrješuje, već se samo potiskuje (Vitz i Gartner, 1984:6): »Iz zakopane edipovske tragedije, čak ni u teoriji, nema pravog izlaza« (Vitz i Gartner, 1984:7).

Primordijalni bogovi grčke mitologije u Heziodovoj »Teogoniji« su Uran i Gea (Nebo i Zemlja). Uran je tiranin koji mrzi svoju djecu te ih drži zatočene u Tartaru zbog straha da ga ne svrgnu. Gea potiče svoje sinove na pobunu protiv oca i daje svome sinu Kronu (Vremenu) srp kojim ovaj odsijeca genitalije svome ocu i baca ih u more. Uran zatim proklinje svoje sinove, Titane, a osobito Krona. Prema kletvi, on na isti način ima biti svrgnut od svoga potomka.

Dolaskom Krona na vlast ne mijenjaju se stvari. On također strahuje od svojih sinova i ispunjenja očeve kletve te stoga proždire svoju djecu. (Po nekim interpretacijama Kron također lišava slobode vlastitu braću.) Rea uspijeva roditi sina Zeusa na Kreti, dajući suprugu da umjesto djeteta proguta u pelene zamotan kamen. Odrasli Zeus predvodi pak svoju braću u pobuni protiv njihova oca Krona i svrgava ga s vlasti. Nakon toga Zeus i njegova braća također više ne surađuju (Schwartz i Kaplan, 2004:22-23).

Slična obiteljska dinamika odvija se i Edipovu slučaju. Laju, kralju Tebe, biva prorokovano da su mu život i prijestolje u opasnosti ukoliko mu sin doživi odraslu dob. Laj uz pristanak svoje žene Jokaste daje sinu probiti noge i objesiti ga na planinu. Jedan pastir spasi mu život i odnese dječaka kralju i kraljici Korinta. Oni mu nadjenu ime Edip (»Otečena stopala«) i podižu ga kao svoga. Kada u odrasloj dobi Edip sazna za strašno proročanstvo, da će ubiti svoga oca i oženiti majku, on bježi iz Korinta. Putem susreće Laju, koji izaziva borbu s njime te Edip ubija napadača, za koga ne zna da mu je otac. Nakon toga Edip spašava Tebu od sfinge – čudovišta koje je dijelom žena, dijelom lav, a dijelom orao, odgovarajući na njenu zagonetku. Zahvalni građani Tebe proglašavaju Edipa svojim kraljem i daju mu Lajevu udovicu Jokastu za ženu. Mnogo kasnije, kad Edip s Jokastom već ima četvero djece, Teba je zahvaćena kugom. Dolazi novo proročanstvo, da će grad biti spašen ako se otkrije i kazni ubojica kralja Laja. Edip istražuje slučaj i dolazi do užasnog zaključka, da je on ubojica svoga oca i muž svoje majke.

Jokasta se ubija, a Edip se osljepljuje. Edipovi sinovi loše tretiraju svoga nemoćnog oca i on odlazi iz grada. Prije svoje smrti, Edip izriče prokletstvo nad svojim sinovima, da će ubiti jedan drugoga. Ta se kletva kasnije i ispunjava, kako svjedoči i Eshilovo djelo »Sedmorica protiv Tebe« (Borovečki-Jakovljević i Matačić, 2005:352; Schwartz i Kaplan, 2004:25).

Nadahnut ovim pripovijestima i uočavajući ovakvu dinamiku u sebi i okolini, Freud formuliра svoju čuvenu teoriju o Edipovom kompleksu, koji je u središtu njegova shvaćanja psihoseksualnog razvoja i kojega – nerazriješenog - smatra izvorom neuroza. Poznat je citat iz Freudova pisma Fliesu iz 1897: »I u vlastitom slučaju pronašao sam zaljubljenost u majku i ljubomoru prema ocu i sada to smatram univerzalnom pojavom u djetinjstvu« (Borovečki-Jakovljević i Matačić, 2005:352). U slučaju muškog djeteta Edipov se kompleks odvija na sljedeći način. Dječak u dobi od 3 do 6 godina razvija spolnu privlačnost prema roditelju suprotnog spola, dok otac postaje suparnik prema kojem se razvija mržnja. Budući da je otac veći i jači, kod djeteta se razvija i strah, na poseban način strah od kastracije. Kompleks se dalje odvija tako što se dječak identificira s ocem, razvija superego i preusmjerava seksualnost od majke prema drugim pripadnicama suprotnog spola. No, Vitz i Gartner podsjećaju da se ubilačka mržnja i incestuozna spolna želja pritom samo potiskuju, a ne i razrješuju, te su se kadre reaktivirati u narednim životnim fazama (Vitz i Gartner, 1984:6). Freud, ne bez osnova, ovu edipovsku dinamiku pretpostavlja i na kolektivnoj, društvenoj razini, kako je razvidno iz njegovih djela »Totem i tabu« te »Ego i Id« (Vitz i Gartner, 1984:6-7). Dakle, po Freudu mitovi o Uranu, Kronu i Edipu predstavljaju stvarnu manifestaciju Edipova kompleksa u povijesti ljudskih društava. Nužno ispunjavanje ovih proročanstava i prokletstava kroz mržnju prema ocu ili bratu, slično kao i u pripovijesti o Akviziju, kojega je po proročanstvu nehotice ubio vlastiti unuk, ostavlja snažan dojam determinizma sudbine. U ovim narativima nesvjesno upravlja čovjekom na destruktivan način i to je naprosto nepremostivo – izostanak svijesti i namjere, pa čak i izričita namjera da se čini suprotno ne dokidaju diktaturu nesvjesnoga. Ovaj pogled zasigurno je značajno utjecao i na Freudovu koncepciju uloge nesvjesnog, kao i na prilično pesimističnu sliku ljudske naravi (usp. Schwartz i Kaplan, 2004:5; Vitz i Gartner, 1984:7).

Novi zavjet ima što za reći o razrješavanju Edipova kompleksa, smatraju Vitz i Gartner, i to kroz lik Isusa Krista kao anti-Edipa (Vitz i Gartner, 1984:7). Edipov kompleks snažan je psihološki izraz ljudske težnje da se buni protiv autoriteta i nastoji zasjesti na njegovo mjesto. Praktički se radi o psihološkoj interpretaciji teološkog nauka o istočnom grijehu. Takvu težnju,

naime, nalazimo u pripovijestima o pobuni Lucifera i njegovih anđela protiv Boga te o grijehu prvih ljudi prekršajem Božje zapovijedi u težnji da »budu kao bogovi« (Post 3,5) (usp. Vitz i Gartner, 1984:8).

Za razumijevanje Isusa kao anti-Edipa od koristi nam je ukratko naznačiti Freudovo povijesno-socijalno razumijevanje Edipova kompleksa. U primarnoj hordi, smatra Freud, braća oca smatraju preprekom za svoje ambicije prema moći i seksualnom ostvarenju, dok mu se s druge strane dive i vole ga. Kako ambicija prevladava, braća se udružuju protiv oca i usmrćuju ga i jedu, da bi time ostvarili identifikaciju s njime i zadobili udjela u njegovoj snazi. Zatim potisnuta naklonost prema njemu ponovno izranja u obliku žaljenja za počinjeno djelo. To kajanje dovodi do zabrane uklanjanja totema kao simboličke reprezentacije oca i do odricanja od žena iz obitelji koje su zadobili kao plijen (Vitz i Gartner, 1984:6-7).

Kod Isusa pak umjesto zavisti i mržnje prema Ocu nalazimo samo ljubav i u njoj spremnost na potpuno samo-lišavanje (*kenosis*), predanje, poniženje i poslušnost do smrti (usp. Fil 2,6-8), što je potpuna suprotnost nezadrživoj ambiciji prema Očevom položaju i moći. Njegov je život život potpune uzdržljivosti radi kraljevstva nebeskog (usp. Mt 19,12) i time negacija seksualnog edipovskog motiva. Kao i u Freudovoj interpretaciji primarne horde, i u Isusovom životu dolazi do zavjere iz straha, zavisti i mržnje koja rezultira smrću njega – Isusa - koji je slika Oca i koji nastupa s njegovim autoritetom. Međutim, ta smrt u konačnici dovodi do Isusova sjedinjenja s Ocem kroz uskrsnuće i uzašašće na nebo. Isus zadobiva dioništvu u Očevoj vlasti ne pobunom, već poslušnošću; ne silom, već voljom Oca s kojim je u savršenoj ljubavi:

I gle, na oblacima nebeskim dolazi kao Sin čovječji. On se približi Pradavnome i dovedu ga k njemu. Njemu bi predana vlast, čast i kraljevstvo, da mu služe svi narodi, plemena i jezici. Vlast njegova vlast je vječna i nikada neće proći, kraljevstvo njegovo neće propasti (Dn 7,13-14).

Isusovi učenici, braća u njemu, dijele zajednički obredni obrok kojega nisu stekli nasiljem, već im je dragovoljno ostavljen iz ljubavi. »Ukratko, Isusov život je život anti-Edipa«, poentiraju Vitz i Gartner (1984:8).

Crkva je uvijek inzistirala na kršćanskom životu kao nasljedovanju Isusa, što je uostalom on sam naložio: »Hoće li tko za mnom, neka se odrekne samoga sebe, neka uzme svoj križ i neka ide za mnom« (Mt 16,24b). Taj križ, moglo bi se reći, prije svega je unutarnja borba protiv edipovskih požuda koje, hranjene zavišću, strahom i mržnjom, dovode do želje za uklanjanjem svakoga tko im se nađe na putu (usp. Vitz i Gartner, 1984:8). Nasljedovanje Krista kao anti-

Edipa popraćeno je obećanjem ispunjenja najdublje želje o kojoj se govori u okviru Edipova kompleksa, a to je doći na mjesto Oca: »Pobjednika ću posjesti sa sobom na prijestolje svoje, kao što i ja, pobijedivši, sjedoh s Ocem svojim na prijestolje njegovo« (Otk 3,21). No, kršćanin taj Kristov uzor ne slijedi samo izvanjski. Krist svojom žrtvom donosi i sakramentalno posredovano otkupljenje od edipovske krivnje, budući da u krštenju umire »stari čovjek« (edipovski), dok nastaje »novi čovjek«. Drugim riječima, krštenjem zadobivamo novi identitet u Kristu kao anti-Edipu pomirenu s Ocem te iz tog kristovskog identiteta nasljeđujemo onoga kome smo na otajstven način suobličeni i čijeg smo Duha primili.

Psihoanalitičar Ernest Jones primijetio je da je kršćanstvo »pokušaj rješavanja problema proizišlih iz ljudske agresivnosti, osobito Edipova kompleksa« (Hopkins u: Vitz i Gartner, 1984:11). Sam Freud bio je svjestan ove arhetipske adekvatnosti kršćanske poruke te je cijenio njezinu psihološku snagu, iako je Radosnu vijest u konačnici smatrao »obmanom« (Vitz i Gartner, 1984:10). Paradoksalno, iako je kršćanska vjerovanja smatrao »ostvarenjem najjačih, najstarijih i najurgentnijih želja ljudskog roda« (Freud u: Vitz i Gartner, 1984:11), upravo ih je zato smatrao neistinitima, odnosno ljudskom projekcijom. Čini se da je za Freuda kršćanstvo na neki način bilo predobro da bi bilo istinito.

Na koncu, zanimljivo je primijetiti da nije samo Sveto pismo to koje je kadro osvijetliti Edipov kompleks, već i Edipov kompleks osvjetljuje odnos prema Svetom pismu, odnosno prema Bogu koji se po njemu objavio. Naime,

Edipov je kompleks nesvjestan, ustanovljuje se u djetinjstvu i, iznad svega, njegov je dominantan motiv mržnja prema ocu i želja da on ne postoji, posebno predstavljana željom da se oca svrgne ili ubije. Freud je redovito opisivao Boga kao psihološki ekvivalent oca i tako bi prirodan izraz edipalne motivacije bile snažne, nesvjesne želje da Bog ne postoji. (...) Djelovati kao da Bog ne postoji jest očita, ne tako suptilna krinka za želju da ga se ubije, uvelike slično kao što u snu, slika roditelja koji odlazi ili nestaje može predstavljati takvu želju: »Bog je mrtav« jest jednostavno neprikriveno ispunjenje edipalne želje (Vitz i Gartner, 1984:13).

Ovaj biblijski odgovor na Edipov kompleks primjer je ne samo prisutnosti jedne od najčešće spominjanih i važnih psihodinamskih, preciznije psihoanalitičkih stvarnosti u svetim tekstovima kršćanstva, već i mogućnosti duhovnog vodstva da u kontekstu pastoralnog savjetovanja donese sasvim nove, teorijski obrazložene, egzistencijalno relevantne i konstruktivno-kritičke uvide i prakse u odnosu na uvriježeno poimanje Edipova kompleksa i

njegova razrješavanja u svjetovnoj psihoterapiji. Dakako, za očekivati je da se na sličan način mogu iz kršćanske perspektive obraditi i drugi sadržaji kojima se bavi svjetovna psihoterapija.

4.1.2. Obris Robertsove Pavlovske psihoterapije

Robert C. Roberts u šestom poglavlju uredničke knjige »Care for the soul« (2001) »konstruira sliku psihoterapije koja koristi klaster vodećih ideja iz Pavlovih poslanica« (Roberts, 2001:137). Naglašava samopreobrazbu osobe i pita se na koje načine terapeut može olakšati taj proces koristeći pojmove i pristup Apostola naroda (Roberts, 2001:137).

Apostol Pavao piše o dvije osobnosti. Svaka osobnost je skup osobina koje se izražavaju u mislima, osjećajima i ponašanjima. »Novi čovjek« jest osobnost omogućena i stvorena Kristovim utjelovljenjem i pashalnim otajstvom. Ta osobnost očituje se u krepostima i plodovima Duha. To je osobnost koja cvjeta i omogućuje cvjetanje s njom povezanih osoba i društva u cjelini. S druge strane postoji »stari čovjek«, disfunkcionalna osobnost obilježena grijehom. Stari čovjek u općem smislu usmrćen je na križu, a stari čovjek konkretne osobe sakramentalno je usmrćen na krštenju. Međutim, to usmrćenje staroga čovjeka ujedno je i cjeloživotni zadatak. Samo ako i u mjeri u kojoj je stari čovjek usmrćen, novi može živjeti i očitovati se (Roberts, 2001:137-138)

O starom i novom čovjeku govori se, primjerice, u Rim 6,6; Ef 2,15; Ef 4,22-24; Kol 3,9-11. Opisi te dvije osobnosti opisane su u Pavlovim poslanicama obično jedan uz drugoga, u odlomcima kao što su ovi:

A očita su djela tijela. To su: bludnost, nečistoća, razvratnost, idolopoklonstvo, vraćanje, neprijateljstva, svađa, ljubomor, srdžbe, spletkarenja, razdori, strančarenja, zavisti, pijančevanja, pijanke i tome slično. Unaprijed vam kažem, kao što vam već rekoh: koji takvo što čine, kraljevstva Božjega neće baštiniti. Plod je pak Duha: ljubav, radost, mir, velikodušnost, uslužnost, dobrota, vjernost, blagost, uzdržljivost. Protiv tih nema zakona. Koji su Kristovi, razapeše tijelo sa strastima i požudama (Gal 5,19-24)

Umrtvite dakle udove svoje zemaljske: bludnost, nečistoću, strasti, zlu požudu i pohlepu – to idolopoklonstvo! Zbog toga dolazi gnjev Božji na sinove neposlušne. Tim ste putom i vi nekoć hodili, kad ste u tome živjeli. Ali sada i vi odložite sve! Gnjev, srdžba, opakost, hula, prostota van iz vaših usta! Ne varajte jedni druge! Jer svukoste staroga čovjeka s njegovim djelima i obukoste novoga, koji se obnavlja za spoznanje po slici svoga Stvoritelja! Tu više nema: Grk – Židov, obrezanje – neobrezanje, barbar – skit, rob – slobodnjak, nego sve i u svima – Krist.

Zaodjenite se dakle – kao izabranici Božji, sveti i ljubljani – u milosrdno srce, dobrostivost, poniznost, blagost, strpljivost te podnosite jedni druge praštajući ako tko ima protiv koga kakvu pritužbu! Kao što je Gospodin vama oprostio, tako i vi! A povrh svega – ljubav! To je sveza savršenstva. I mir Kristov neka upravlja srcima vašim – mir na koji ste pozvani u jednom tijelu! I zahvalni budite! Riječ Kristova neka u svem bogatstvu prebiva u vama! U svakoj se mudrosti poučavajte i urazumljajte! Psalmima, hvalospjevima, pjesmama duhovnim od srca pjevajte hvalu Bogu! I sve što god riječju ili djelom činite, sve činite u imenu Gospodina Isusa, zahvaljujući Bogu Ocu po njemu! (Kol 3,5-16)

Roberts ovakve prikaze starog i novog čovjeka smatra osnovom dijagnostike i tretmana u pavlovskoj psihoterapiji.

Roberts u potrazi za opisom specifično pavlovskog pristupa promjeni čovjeka pristupa egzegezi pojedinih redaka, ističući u prvom redu značajne glagole. Uzima tako i redak Rim 6,13: »I ne predajte grijehu udova svojih za oružje nepravde, nego sebe, od mrtvih oživjele, predajte Bogu i udove svoje dajte Bogu za oružje pravednosti«. Glagol »predati« (grč. *paristemi*) »značilo bi »staviti (se) na raspolaganje« i stajalo bi nasuprot »uskratiti (se)« (Roberts, 2001:139). »I mir Kristov neka upravlja srcima vašim – mir na koji ste pozvani u jednom tijelu! Riječ Kristova neka u svem bogatstvu prebiva u vama!« (Kol 3,15a.16). Roberts tumači Pavlovo »predati (se)« i »neka« iz navedenih redaka kao imperativ upućen vjernicima da učine »blagu radnju« prepuštanja struji milosti koja ostvaruje novi identitet vjernika u Kristu. Ideja je da postoji struja grijeha i struja milosti, a na nama je da se prepustimo ovoj ili onoj. Radi se više o davanju dopuštenja, nagnuću u ispravnom smjeru, eventualno uklanjanju prepreke kako bi Krist živio u nama. Grijeh se promatra kao ostatak staroga čovjeka koji je zapravo već suštinski mrtav po krštenju. Prepuštanjem Bogu mi ostvarujemo i očitujemo ono što ontološki u Kristu već jesmo po krštenju – novo stvorenje. U tom smislu život kreposti je za kršćanina nešto naravno, nešto u skladu s već postojećom sklonošću.

Glagol »hoditi« (grč. *peripateo*) u Novom Zavjetu ima i općenitije značenje »ponašati se«, »prakticirati«, »voditi život«. Apostol tako potiče vjernike da hode u novosti života (Rim 6,4), da hode u unaprijed pripravljenim dobrim djelima (Ef 2,10), da hode u Duhu (Gal 5,16), da hode kao djeca svjetla (Ef 5,8), da hode u Kristu kako su ga i primili (Kol 2,6) (Roberts, 2001:141) »Sugerira da je jedan od načina kako ući u novog čovjeka i izići iz staroga jest jednostavno početi činiti djela ili manifestirati način ponašanja koji su karakteristični za novi self« (Roberts, 2001:141). Bihevioralna aktivacija, koja se ponekad opisuje i popularnom

frazom »*Fake it till you make it*« odnosi se na poduzimanje ispravnih radnji bez obzira na odsutnost emocionalnog stanja koje bi bilo u skladu s tim radnjama ili čak prisutnost sasvim suprotnih emocija. Pavao – i Novi Zavjet općenito – inzistiraju upravo na opredjeljivanju za ispravna ponašanja neovisno o emocionalnom stanju i eventualnom otporu kojeg pritom osjećamo. U nekim slučajevima poticaj i ohrabrenje na činjenje takvih djela i pomoć u pronalaženju pravog načina da ih se učini može biti upravo ono što je određenim ljudima potrebno.

Pritom, Roberts smatra da je Pavlov terapijski pristup više nalik Rogersovom uklanjanju uvjeta vrijednosti i dopuštanju organizmičkom procesu da se razvija ili dolasku u kontakt s unutarnjim djetetom nego stoičkom ili egzistencijalističkom stavu »napraviti nešto od sebe«. Ono što treba ostvariti (»zaodjenite se Isusom Kristom« Rim 13,14) zapravo je već prisutno (»koji ste god u Krista kršteni, Kristom se zaodjenuste« (Gal 3,27) (Roberts, 2001:142-143). Ukoliko pomaže klijentu da posvijesti i artikulira ono što je već u njemu prisutno i djelatno te stavlja naglasak na njegovu inicijativu, pastoralni se savjetovatelj - po Robertsu - pristupom približava savjetovatelju usmjerenom na osobu i ujedno udaljava od direktivnijeg pristupa.

Jedan od glagola kojima Apostol opisuje preobrazbeno djelovanje jest i »usmrtniti« (grč. *nekroo*, *thanatoo*). To suobličavanje Kristovoj smrti ontološki je ostvareno krštenjem, a treba ga očitovati u svakodnevnom životu otporom prema »djelima tijela«, »onome što je zemaljsko« u nama. Treba usmrtniti ono što je već u korijenu mrtvo, »staroga čovjeka« (Roberts, 2001:144). U tom kontekstu svakako valja spomenuti askezu, vježbanje u kreposti, a posebno molitvu, post i vršenje djela milosrđa kao načine kojima se tradicionalno i uspješno u čovjeku mrtvi ono što je suprotno ljubavi.

»Da, oni koji žive po tijelu, misle (grč. *phronousin*) o onome što je tjelesno; a koji po Duhu, o onome što je što je Duhovo: namisao (grč. *phronema*) je tijela smrt, a namisao Duha život i mir« (Rim 8,5-6). Iz ovoga i sličnih redaka iz Pavlovih poslanica daje se iščitati da Apostol preporuča usmjeriti se i promišljati o onome što je od Duha Božjega. Tu spada promišljanje o misteriju Krista i povijesti spasenja, o vlastitom životu u svjetlu svetopisamskih tekstova, o vlastitoj ulozi u ostvarivanju smisla i djelovanja sakramenata, o načinima nasljedovanja uzornih osoba (svetaca), itd. Takva razmatranja važan su dio pavlovske psihoterapije i ujedno pružaju sadržaj za već navedena djelovanja kao što su predanje Bogu, hodanje u Kristu i usmrćivanje starog čovjeka (Roberts, 2001:144).

Jedna od velikih i često ponavljanih novozavjetnih tema, posebno kod Pavla, jest zahvaljivanje (Roberts, 2001:144). Tako primjerice Apostol piše Efežanima: »Svagda i za sve zahvaljujte Bogu i Ocu u imenu Gospodina našega Isusa Krista! (Ef 5,20). Na brojnim mjestima Pavao sam zahvaljuje, potiče svoje adresate da zahvaljuju, prokazuje zlo nezahvalnosti i tome slično (usp. npr. Rim 1,8; Rim 1,4; 2 Kor 1,1; Ef 1,16; Fil 4,10; Kol 3,17; Rim 1,21; 1 Tim 4,4; 2 Tim 3,2). Blagotvorni utjecaj zahvalnosti i zahvaljivanja prepoznat je i u suvremenoj psihoterapiji te je predmet raznih istraživanja. Tako Lai i O'Carroll zaključuju svoje istraživanje na ovom području riječima: »Ova studija pokazuje da jednostavna metoda »broji-svoje-blagoslove« može unaprijediti psihološko blagostanje i potencijalno bi se mogla uvrstiti uz postojeće psihološke intervencije« (Lai i O'Carroll, 2017:17). Singh i dr. (2014) također su, na liniji drugih istraživanja koja navode, utvrdili pozitivnu korelaciju između zahvalnosti i mentalnog zdravlja. Uzorak istraživanja je obuhvatio 80 studenata različitih sveučilišta grada Meeruta, pri čemu je broj muškaraca i žena bio jednak, a omjer osoba s urbanim i polururalnim podrijetlom bio je 58,3% : 41,7% (Singh i dr., 2014:466). U zaključku svoga rada navode (na liniji apostola Pavla i kršćanske misli općenito) da je zahvalnost krepost koju treba vježbati (što odgovara već spominjanom kršćanskom pojmu askeze) (Singh i dr., 2014).

Roberts u pavlovskoj psihoterapiji razlučuje tri elementa, koji ne predstavljaju nužno susljedne faze terapije, već se primjenjuju prema potrebi. Radi se o procjeni, razjašnjenju Evanđelja i poučavanju (Roberts, 2001:145). Budući da su sve karakteristike osobnosti »starog« i »novog« čovjeka zapravo u konačnici oblici odnosa prema Bogu, važno je u sklopu procjene ustanoviti kakva je klijentova slika o Bogu i kako smatra da Bog vidi njega. U tu svrhu može, primjerice, napisati dva pisma: jedno Bogu, a drugo kakvo smatra da bi Bog napisao njemu. Jedna od važnih uloga razjašnjenja-klarifikacije jest upravo u ispravljanju iskrivljenog poimanja Boga koje bi postale evidentne tijekom procjene (Roberts, 2001:147). Poučavanje se odvija uglavnom neizravno, potičući samoprocjenu klijenta. Stvarajući postupno vlastiti profil starog i novog čovjeka, klijent dolazi do uvida kako bi pojedine karakteristike starog čovjeka mogle biti povezane s aktualnim poteškoćama. Istražujući povezanost misli, osjećaja i ponašanja starog i novog čovjeka, klijent i terapeut mogu igrati i dramske uloge u zamišljenim scenarijima, dolazeći tako do dragocjenih uvida gdje nastaje problem i na čemu bi se i kako dalo poraditi (Roberts, 2001:147-148).

U svemu tome, primjećuje Roberts, valja imati na umu da pavlovsko poimanje staroga čovjeka, odnosno grijeha kojim je oblikovan, nipošto nije »hiperindividualističko« i »hiperodgovorno« (Roberts, 2001:148). Za Pavla je grijeh podjednako teret, posvemašnja pošast i nasljeđe, koliko je i osobna odgovornost. Nadalje, pojmovi starog i novog čovjeka ne odnose se samo na pojedinačne osobe, već i na općenitije čovječanstvo i čovječstvo u sebi. U tom smislu, primjerice, ako se ustanovi da određeni problem u životu osobe proizlazi iz pohlepe, legitimno je tražiti njezine korijene također i u duhu i obrascima komuniciranja i ponašanja odnosa unutar obitelji i šireg društva kojem pripada (Josefson i dr. u: Roberts, 2001:148).

Neke teškoće u funkcioniranju osobe mogu se pripisati nedostatku potrebnih vještina, kao što su norme pristojnog ponašanja, komunikacijske vještine i sl. (Messer u: Roberts, 2001:149). U tim slučajevima treba se fokusirati na njihovo uvježbavanje. U nekim pak situacijama ljudska je patnja uzrokovana vanjskim čimbenicima u toj mjeri da je tješjenje, ohrabrenje i buđenje nade najneposrednije primjenjivo u kontekstu pavlovske terapije (Roberts, 2001:149).

Tijekom pavlovske klarifikacije može se koristiti vizualizacija u smislu predočavanja kako bi u određenoj situaciji postupio Isus ili neki od svetaca. Također, valja poticati klijenta na prepoznavanje i vrednovanje već prisutnih plodova Duha i značajki novoga čovjeka u vlastitom životu te prisutnih potencijala. Na taj način potiče se zahvaljivanje i ohrabruje prepuštanje ostvarivanju novoga čovjeka (Roberts, 2001:150).

Tijekom posvješćivanja novog i starog selfa i diskrepancije među njima, javlja se opasnost obeshrabrenja kod klijenta (Jackson u: Roberts, 2001:151). Klijent je, poput Pavla, bolno svjestan: »Zbilja ne razumijem što radim: ta ne činim ono što bih htio, nego što mrzim - to činim« (Rim 7,15). Tim je važnije da klijent nasljeđuje Apostola i u jasnom identificiranju s novim selfom i tretiranjem starog selfa kao neke vrste stranog tijela u sebi, nečega što u biti on nije: »Onda to ne činim više ja, nego grijeh koji prebiva u meni« (Rim 7,17). Osim što pomažu izbjeći ili ukloniti identificiranje s disfunkcionalnim obrascima osjećanja, razmišljanja i djelovanja, ovakvi retci također normaliziraju čovjekovo grešno stanje u smislu da se radi o zajedničkoj borbi svih ljudi koju su vodili i najveći među nama. Jackson sugerira da terapeut u tom kontekstu može koristiti i samootkrivanje u smislu svjedočenja vlastitih borbi sa starim selfom. Dakako, mjera i način takvog samootkrivanja određuje krepost razboritosti. Sve navedeno, čini se, ide za time da se omogućí suočavanje s vlastitim stanjem i pritom izbjegne preopterećenost krivnjom i obeshrabrenje koji bi bili protivni cilju terapijskog djelovanja

(Roberts, 2001:151). Čini mi se da se Robertsova slika pavlovskog psihoterapeuta ponajbolje može osvijetliti riječima o. Reginalda Garrigou-Lagrange-a: »U njoj (Crkvi, op.a.) najsuosjećajnije milosrđe i najčvršći beskompromisni nauk ujedinjeni su u jednoj ljubavi« (Garrigou-Lagrange, 1936:412).

Roberts, pozivajući se na rad Jo Ann Thomas, napominje da se novi čovjek – ono što u njegovom modelu predstavlja utjelovljenje mentalnog zdravlja – ne očituje u posvemašnjoj odsutnosti bilo kakvih neugodnih emocija. »Sam je naš Gospod bio podložan intenzivnoj žalosti (Lk 19,41; Iv 11,35; Mt 26-37-38)« (Roberts, 2001:152). I Apostol u Poslanici Rimljanima navodi: »Silna mi je tuga i neprekidna bol u srcu« (Rim 9,2). Radi se o tome da te neugodne emocije budu prisutne iz pravih razloga, u pravoj mjeri te shvaćene i izražene na pravi način.

Roberts, pišući o poučavajućem terapijskom djelovanju, napominje da Pavao piše svojim adresatima u drugom licu množine, pretpostavljajući crkveno zajedništvo. U tom smislu ne smije se previdjeti ključna uloga uključenosti osobe u zajedničke aktivnosti naroda Božjega, niti smatrati osobni odnos terapeuta i klijenta zamjenom za iste (Roberts, 2001:153).

Među alatima pavlovskog psihoterapeuta Roberts (2001) navodi:

1. Molitvu tijekom tretmana i kao zadaću, te kroz sudjelovanje u malim grupama
2. *Reframing* patnje kako bi se u njoj pronašlo smisao i iz nje izvukla dobrobit
3. Ispovijed grijeha
4. Čitanje i razmatranje
5. Sudjelovanje u bogoslužju
6. Traženje i davanje oprostjenja
7. Vršenje ciljanih kreposti na način uvježban na terapiji

Pavlovska psihoterapija, čija je skica ovdje ukratko izložena, svakako podrazumijeva određena uvjerenja koja se mogu osporavati ali, tvrdi Roberts, ona se u tome ne razlikuje od drugih psihoterapija koje također počivaju na određenim uvjerenjima koja se mogu osporavati i koja međusobno razlikuju pojedine škole. Tako će se, primjerice, na kognitivnoj terapiji tražiti od klijenta da prihvati određene standarde racionalnog i iracionalnog razmišljanja, a na psihoanalizi prihvaćanje određenih uvjerenja o obrambenim mehanizmima i interpretaciji snova kako bi se terapija mogla provoditi (Roberts, 2001:159). Zapravo, u temelju psihoanalize nalazi se dobar dio antičke grčke mitologije (npr. mitovi o Edipu, Elektri, Narcisu). Također, nije nužno da klijent bude sasvim uvjeren u istinitost vjerovanja na kojima počiva (pavlovska)

terapija. Dovoljno je da u terapijske svrhe klijent »suzdrži nevjeru« oko tih pretpostavki i pristupi otvorena uma, a kada se terapija pokaže djelotvornom, može spontano doći do dubljeg uvjerenja u njih. Također postoji mogućnost neizravnog rada po istim principima, ali uz izbjegavanje eksplicitno religijske terminologije i drugih sadržaja (Roberts, 2001:160).

Iako Pavlove poslanice nisu sustavna psihologija (kao ni sustavna teologija), one ipak pružaju mnogo psihološkog, kao i teološkog sadržaja koji se može usustaviti (Roberts, 2001:161). Premda se Roberts ne protivi integraciji sa suvremenom psihologijom, ipak zagovara da je bolje započeti od vlastitih duhovnih i psiholoških temelja, a tek onda usvajati doprinose drugih terapijskih škola. Na taj način, smatra Roberts, posvješćujemo sebi i drugima terapijske resurse kršćanstva i smanjujemo mogućnost unosa nesukladnih sadržaja. Također, Roberts smatra da ne treba inzistirati na isuviše krutim granicama između područja, kao što su psihologija i pastoralno savjetovanje. Naime, različite svjetovne terapijske škole dobrim su dijelom zašle u pitanja poimanja sebe, smisla života i kreposti, tako da su granice između psihološko-psihoterapijskog i filozofsko-teološkog područja već zamagljene. Tako se i duhovna i moralna promjena – prema standardu koji utjelovljuje Krist, promjena na koju poziva apostol Pavao i koja je u konačnici djelo Duha Svetoga u nama – praktično ne može razlučiti od duševne promjene (Roberts, 2001:162-163).

4.1.3. Nasljedovanje Krista kao terapijska metoda

Wolff opisuje Isusa kao integriranog čovjeka čiji su anima (ženska dimenzija) i animus (muška dimenzija) u savršenoj ravnoteži (Scheffler, 1995:303). Takva je osoba jedinstvena, živi u punoj svjesnosti i ima zdravu sliku Boga. Isus je pozivao na obraćenje (grč. *metanoia*), doslovno na promjenu uma, dakle proces koji ima također psihoterapijski sadržaj i cilj. Također, Krist je pozivao ljude da nadiđu vlastite otpore promjeni kako bi postigli metanoju, a time i »kraljevstvo Božje« kao željeno stanje. Scheffler (1995) spominje primjer bogatog mladića, čiju je navezanost na bogatstvo Isus razotkrio kao jaču od njegove želje za promjenom. »Danas je u psihološkoj praksi potvrđeno da mnogi pacijenti njeguju svoju patologiju usprkos tome što ih ona čini nesretnom. (...) Kao dobar terapeut, Isus je uvidio da je ključ promjene u ljudskoj volji« (Scheffler, 1995:306). Nadalje, Isus je poticao ljude na duboko suočavanje sa samima sobom. Jungovskim rječnikom, nije moguće postići individuaciju bez suočavanja s vlastitom sjenom, nesvjesnim i neintegriranim dijelom sebe. Ovaj se uvid ogleda, primjerice, u prisposobi

o cariniku i farizeju, gdje je carinik, suočivši se s vlastitim nedostacima, postigao opravdanje pred Bogom, pa i psihološko ozdravljenje u samome sebi.

Usporedba o sijaču govori pak o četiri vrste tla, što možemo interpretirati kao četiri razine receptivnosti u terapiji. Jedni uopće ne reagiraju. Druge obuzme početni entuzijazam, ali nisu spremni platiti cijenu promjene. Treći klonu pod društvenim pritiskom, a četvrti u različitoj mjeri surađuju i razmjerno tome donose plod. Nadalje, Isus je naglašavao promjenu kroz konkretna djela »ljubavi i rada« koja je naglašavao i Freud, a koja imaju ozdravljajući učinak na ljude. Scheffler (1995) nadalje navodi značajke Isusova humanističkog gledišta. Naglašavao je prvenstvo nutrine čovjeka i izgradnju čovjeka iznutra – čovjek najprije treba »doći k sebi« (usp. npr. Mt 23,26; Lk 15,11-32). Također, Isusove izjave i usporedbe bile su često otvorene raznim kreativnim interpretacijama i primjenama, što odgovara Rogersovoj metodi aktivacije klijentova vlastitog mišljenja kroz stimulaciju.

U prilog Isusovoj otvorenosti za različite tipove ljudi i izbjegavanje bilo kakvog »ukalupljivanja« Scheffler (1995) navodi i njegov šaroliki izbor apostola. U svom djelovanju Isus pristupa čovjeku kao cjelovitoj osobi i uzima u obzir međudjelovanje različitih razina ljudskog funkcioniranja, što je u skladu sa suvremenim standardima. Odgovara na fizičke potrebe čovjeka (bolest, glad). Obraća se njegovoj razumskoj sposobnosti. Suosjeća i iskazuje prikladne emocije. Pokazuje osjetljivost za društveno marginalizirane i prokazuje socijalnu nepravdu. Na koncu, dolazi kao tumač duhovnih stvarnosti i vraća čovjeka Bogu kao njegovu izvoru i cilju. Scheffler (1995) zaključuje da se Isus uklapa u opis dobrog terapeuta-psihologa kojega donose Brammer i Shostrom: intelektualno je kompetentan, pokazuje razumijevanje i empatiju, prihvaćanje i brigu za trpeće, toplinu i čvrstoću, kongruenciju i transparentnost, fleksibilnost, spontanost, uravnoteženost formalne obuke u židovskoj predaji i osobnog doprinosa, između ostalog. Zaključno, Scheffler (1995) predlaže psihološke koncepte »modelinga« i »internalizacije« kao načine primjene Isusove konstruktivne osobnosti i nauka u osobnoj izgradnji otvorene svakom čovjeku.

4.2. Crkveni oci

Po Demacopoulosu, koji piše o modelima duhovnog vodstva u ranoj Crkvi, duhovno vodstvo je način na koji su crkvene vlasti nastojale unaprijediti duhovno stanje onih za koje su skrbili. Osnovno oruđe kojim su se kršćani od početka služili kako bi postigli duhovni napredak bila je

askeza (Demacopoulos, 2011). Askeza doslovno znači »vježbanje« (usp. 1 Kor 9,24-27). U osnovi, ono što se vježba je odupiranje požudi tijela, požudi očiju i oholosti života (1 Iv 2,16) i usmjeravanje životnih snaga u ljubav prema Bogu i bližnjemu (Mt 22,37-40). Dakle, odupirući se zlu i trudeći se oko dobra, to jest razvijajući kreposti, među kojima je prva ljubav (usp. 1 Kor 13), kršćanin se »vježba« u svojoj vjeri. Budući da su kršćani od početka bili progonjeni i da su im životi često bili ugroženi (usp. npr. Dj 7,57-60; 12,1-4; 16,20-24; Gal 5,11; Otk 6,9-11), pripadnost Crkvi podrazumijevala je visoku spremnost na žrtvu, na pronošnje Isusova umiranja u vlastitom tijelu (usp. 2 Kor 4,10). U tom smislu askeza prvih kršćanskih stoljeća bila je na najvišim razinama, budući da je podrazumijevala takvu razinu »uvježbanosti« u ljubavi prema Bogu i bližnjemu da uključuje spremnost na zatvaranje, mučenje i polaganje samog vremenitog života. Suvremena pozitivna psihologija stavlja naglasak upravo na razvijanje kreposti u kontekstu svrhovitog života, te je s te strane izrazito bliska ovoj teološkoj i povijesnoj srži kršćanstva.

Nakon Konstantina, koji daje slobodu kršćanstvu, situacija se bitno mijenja. Kršćanstvo postaje popularno, u Crkvu ulaze mase i utjecaj joj tako raste da s carem Teodozijem Velikim kršćanstvo postaje i službenom religijom carstva. U tom kontekstu pojavljuje se sve više neobraćenih kršćana i dok raste društveni utjecaj Crkve, »umanjena je njezina moralna moć«, kako piše sv. Jeronim (Toić, 2006). Mnogi kršćani bili su nezadovoljni takvim razvojem događaja i tražili su načine da zadrže visoku razinu vjerničkog života iz prvih stoljeća. Od početka je među kršćanima bilo onih koji su se isticali posebnom gorljivošću i razinom askeze koja se nije tražila od prosječnog vjernika. Međutim, ovo »razvodnjavanje« vjerničkog života u 4. st. bilo je osobitim poticajem širenju tog vjerničkog sloja koji je težio za višom razinom nasljedovanja Krista od one koja je postala standardom u omasovljenoj konstantinovskoj Crkvi. Ti su se entuzijasti mahom sklonili u pustinju i tamo se posvetili neprestanoj molitvi, postu, bdijenjima, šutnji, osami, ručnom radu i davanju milostinje, uz rijetko sudjelovanje na liturgijskim okupljanjima. Tako se postupno formiralo monaštvo kao zaseban stalež (Toić, 2006).

Duhovno vodstvo razvijalo se stoga različito u ova dva vjernička sloja, laičkom i monaškom. Demacopoulos stoga razlikuje kleričku i asketsku tradiciju duhovnog vodstva (Demacopoulos, 2011). Klerička tradicija razvila se u pastoralu laika, koji se dominantno obavljao kroz zajedničku vjersku pouku – katehezu, karitativnu djelatnost i liturgijska slavlja. Asketski je model formacije bio daleko osobniji i provodio se kroz mentorski i terapijski odnos duhovnog

oca prema duhovnom sinu u monaškom staležu (Demacopoulos, 2011). Prva među razlikama između ova dva modela bila je u shvaćanju pastoralnog autoriteta.

Klerički model naglašavao je ređenje polaganjem ruku kao osnovu vlasti naučavanja, posvećivanja i upravljanja u Crkvi. Ustanova ređenja dobro je zasvjedočena kako u Novom Zavjetu, tako i u poslanicama sv. Ignacija Antiohijskog, biskupa i mučenika iz 2. st. i kasnijih crkvenih pisaca i dokumenata. U tim spisima donose se također i kriteriji koje kandidat treba ispunjavati da bi bio zaređen, a odnose se uglavnom na moralne karakteristike i sposobnost poučavanja i upravljanja (usp. npr. 1 Tim 3,1-7). U 4. st. te sposobnosti poučavanja i upravljanja uglavnom su bile prepoznate u klasi kurijala, provincijalnih aristokrata koji su bili obrazovani i tradicionalno uključeni u poslove lokalne uprave, uključujući vjerske poslove. U tom vremenu spadalo je na biskupe da brane pravovjerje od arijanizma i drugih herezi, a također im je pripala i pravosudna uloga. U tom smislu ne čudi da se kandidate za biskupstvo pretežno tražilo među kurijalima. No, kako ističe *Didascalia apostolorum* iz 3. st., spis iz skupine crkvenih redova, biskup je u prvom redu liječnik duša. On je pozvan krijepiti slabe, povijati ranjene, tražiti izgubljene i bdjeti nad jakima (*Didascalia* 7.2.22; usp. Ez 34,16).

U asketskom modelu prihvaća se zaređeni kler, ali predstavnici ove tradicije upozoravaju da ređenje samo po sebi ne jamči »ni krepostan život, ni duhovno znanje ni učinkovito pastoralno vodstvo« (Demacopoulos, 2011:7). Tako *Didascalia* upozorava da biskup koji ne živi po standardima svoje službe, ugrožava cijelu zajednicu (Demacopoulos, 2011:7). Origen, plodni i utjecajni (i donekle krivovjerni) crkveni pisac iz 3. st. u svom Komentaru evanđelja po Mateju, kaže za biskupe da ispravno prisvajaju sebi vlast koju je Krist dao Petru, naime da drži ključeve kraljevstva nebeskoga i svezuje i odrješuje, »ako žive načinom života zbog kojeg je rečeno Petru: »Ti si Petar« (Mt 16,18) (...) Ali ako je čvrsto svezan užetima svojih grijeha (Izr 5,22) (biskup) uzalud veže i odrješuje« (u: Demacopoulos, 2011:7). Sv. Amun podsjeća svoje učenike na primjer svetih otaca, poput proroka Ilije i Ivana Krstitelja, koji su najprije u osami stekli svaku krepost i Božju moć, a tek su zatim od Boga poslani među ljude da budu liječnici duša (Demacopoulos, 2011:7-8).

Na tom tragu naglašavanja osobnog posvećenja kao izvora pastoralnog autoriteta, razvila se u dislociranim pustinjskim monaškim zajednicama svijest o tome da »oci« nisu samo biskupi – na koje se u prvim stoljećima taj naziv isključivo odnosio – već su »ocima« nazvani i sveti monasi (Toić, 2006). Njihovo duhovno očinstvo bilo je očito posvjedočeno sposobnošću

stvaranja duhovnog potomstva, odnosno okupljanja onih koji su ih željeli nasljedovati te njihovog duhovnog ozdravljanja. Monaški oci i majke bili su u stanju voditi svoju djecu duhovnim putem pročišćenja, prosvjetljenja i sjedinjenja. Znanje koje su oni posjedovali nije bila školska retorika kurijala, već znanje koje je proizlazilo iz dubokog i dugotrajnog duhovnog iskustva. Istočne Crkve do danas, slijedeći tu predaju, naglašavaju da uz sakramentalno postoji i duhovno svećeništvo, koje pripada svima koji imaju noetičku molitvu, koji su duhovno pročišćeni i prosvijetljeni sukladno nauku Otaca, bez obzira na spol i crkveni stalež. Nosioци duhovnog svećeništva ne mogu slaviti svete tajne ili sakramente kao zaređeni svećenici, ali mogu u ime Isusa Krista i snagom njegova Duha liječiti duše (Vlachos, 2017). Tu svoju službu monaški oci i majke ostvarivali su prije svega kroz dubok i predan osobni odnos ljubavi i skrbi za onoga koji im se obratio za pomoć i želio uz njih duhovno rasti i ozdravljati. Taj odnos zasigurno se može prikladno opisati suvremenim rječnikom terapijske ljubavi i terapijskog saveza (Tan, 2011; Jones, 2011), iako je bio i mnogo više od toga.

4.2.1. Sv. Grgur Nazijanski

Sv. Grgur Nazijanski bio je biskup i istaknuti teolog u drugoj polovici četvrtog stoljeća. Zapravo, on je jedan od svega trojice u povijesti koje je istočna Crkva počastila naslovom »Teolog«. Kao pripadnik klase kurijala primio je najbolje obrazovanje, uključujući ono na Platonovoj akademiji u Ateni. S druge strane, posvetio se asketskom životu. Kao takav je u sebi objedinio kleričke i monaške kriterije autoriteta te je općenito promovirao prevladavanje te podjele u Crkvi na principu vlastitog primjera. Teolog ističe Mojsija kao paradigmu vođe. On je, naime, u sebi objedinio s jedne strane najbolje svjetovno obrazovanje svoga vremena, budući da je odrastao na faraonovu dvoru i s druge strane asketsko iskustvo prije preuzimanja vodeće uloge u Božjem narodu. Tako je i sam Grgur u brizi za duše vješto kombinirao filozofsku psihagogiju svog vremena i monašku askezu (Demacopoulos, 2011).

Isticao je potrebu da se različiti duhovni lijekovi trebaju primjenjivati ovisno o stanju pojedinih osoba: jednima pomaže nauk, a drugima primjer; jedne treba motivirati, druge zauzdavati; jedne hvaliti, druge prekoravati. Svaki tretman treba biti razuman i pravovremen, jer ono što u jednom slučaju pomaže, u drugome škodi (Schaff i Wace, 1894). Grgurov duhovni vođa vješto kombinira akribiju i ikonomiju, to jest strogost i popustljivost u primjeni pravila, kako bi kroz osobni pristup duše pod njegovom skrbi postupno priveo ozdravljenju. Duhovno je vodstvo osoba, tako različitih među sobom, za Teologa »umijeće nad umijećima i znanost nad

znanostima« (Demacopoulos, 2011:71). Nazijanski uspoređuje liječnika tijela sa svećenikom kao liječnikom duša:

Mjesto i vrijeme i dob i razdoblje i slično predmet su liječnikova ispitivanja; propisat će lijekove i dijetu i paziti na štetne stvari, kako želje bolesnika ne bi postavile prepreku njegovu umijeću. Ponekad, u određenim slučajevima, koristit će vatru ili nož ili teže lijekove; ali ništa od ovoga, koliko god se činilo naporno i teško, nije zahtjevno kao dijagnosticiranje i liječenje naših navika, strasti, života, volja i štogod još je u nama, protjerivanjem iz naše složene naravi svega što je brutalno i žestoko i namjesto toga uvođenje i ustanovljenje onoga što je blago i drago Bogu (Schaff i Wace, 1894:209).

Grgur Nazijanski primjećuje da čovjek često pruža otpor liječenju duše i tako se bori protiv onoga što je u njegovu interesu. Naglašava da se svećenik treba u ophođenju potpuno prilagoditi potrebama naravi osobe koja je pred njime. Predmet ovog liječenja duše je ono što je duboko skriveno - »unutarnji čovjek srca« (1 Pt 3,4) (Schaff i Wace, 1894). Ne čini mi se preuzetnim u tome vidjeti određenu biblijsku paralelu konceptu nesvjesnoga. Grgur također ističe terapijsku vrijednost patnje. (Demacopoulos, 2011). Teolog je svjestan da mukotrpni rad na vlastitoj duši mora prethoditi radu na dušama drugih:

Treba očistiti sebe prije nego se počne čistiti druge; treba biti poučen da bi se moglo poučavati; treba postati svjetlo da bi se moglo svijetliti, približiti se Bogu da bi se druge Bogu privodilo; biti posvećen da bi se druge posvećivalo, vodilo za ruku i pametno savjetovalo (Grgur Nazijanski u: Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1589).

Zbog tih pretpostavki, duhovnika nije lako pronaći. Kasnije će sv. Tereza ustvrditi da za tu službu nije sposoban »niti jedan od tisuću«, a po sv. Franji Saleškom »niti jedan od deset tisuća« (Doyle, 1958:13).

4.2.2. Sv. Ivan Kasijan

Sv. Ivan Kasijan (360.-435.) prenio je prakse istočnog (egipatskog) monaštva na Zapad, a s njime i već spomenuti model duhovnog očinstva. Svojim djelima – prvenstveno Institucijama i Konferencijama – ostavio je dubok trag kako na crkvenom Istoku, tako i na Zapadu. Kod njega nalazimo detaljnije opise funkcioniranja duhovnog vodstva. U Kasijanovom nauku, učenik je trebao biti sasvim iskren sa svojim duhovnim ocem i zauzeti temeljni stav poniznosti i poslušnosti. Nakon početne procjene, duhovnik bi odredio personalizirani put oporavka i njime vodio svoje duhovno čedo. Donekle poput psihoanalize, radilo se o dugoročnom, višegodišnjem postupku temeljenom na učenikovoj introspekciji i očitovanju dubokih duševnih sadržaja

(Špidlik, 2004; Demacopoulos, 2011). Duhovnik je svoju službu bitno temeljio na sposobnosti razlučivanja (grč. *diakrisis*, lat. *discretio*). Njome je on pronicao učenika prepoznajući u suptilnim karakteristikama njegova govora i ponašanja neriješenu problematiku koje učenik nije bio ni svjestan, a zatim ga privodio posvješćivanju uočenog problema. Također bi duhovnik, donekle slično kognitivno-bihevioralnom terapeutu današnjice, pomagao duhovnom čedu da dođe do razumijevanja koje su misli racionalne, valjane, utemeljene i s pozitivnim učincima, a koje to nisu. Učenik je kroz razgovornu terapiju i asketske vježbe – domaće zadaće – razvijao ispravne stavove i obrasce razmišljanja i postupanja. Dakako, trebao je razviti pozitivan stav prema konstruktivnim, odnosno kreposnim mislima i nadahnućima i nastojati po njima postupati, a negativne misli i s njima povezane strasti odbacivati i nadvladavati suprotnim krepostima. Cilj takvog nastojanja (grč. *scopos*) bio je postizanje čistoće srca (Špidlik, 2004; Demacopoulos, 2011; Kasijan, 2011).

Što se tiče sadržaja iracionalnih misli, Ivan razrađuje Evagrijevu koncepciju kroz opis borbe protiv osam glavnih strasti. Za razliku od Evagrija, Kasijan ne naglašava demonski, već naravni element napasti, pritom značajno pounutarnjujući i psihologizirajući duhovni boj (Demacopoulos, 2011). Pritom ukazuje na unutarnju strukturu pojedinih strasti: karakteristične i povezane obrasce misli, osjećaja i ponašanja, što svakako podsjeća na suvremenu Racionalno-emocionalno-bihevioralnu terapiju (REBT). Razrađuje također specifičnosti, uzroke i povezanost osam strasti. Duhovnik sve te strasti kao liječnik duše učenika prepoznaje, te mu daje prikladne lijekove postupno ga vodeći k potpunom ozdravljenju (Kasijan, 2011). Kod Kasijana također nalazimo specifičnu primjenu spomenute ikonomije (lat. *condescensio*), odnosno popustljivosti ili snishodljivosti. Radi se o privremenom toleriranju manjeg zla kod učenika kako bi se iskorijenilo veće i opasnije. Jedna od važnijih karakteristika Kasijanovog modela svakako je i obilna primjena primjera. Dajući slikovite primjere iz života pustinjaških otaca Egipta, asketskih uzora, kao odgovor na razna pitanja i nedoumice učenika, Kasijan je učenike učinkovito poticao i privlačio, hrabrio i opominjao. Svojim značajnim utjecajem na monahe u Galiji, od kojih su nerijetki postali biskupima, ostvario je značajan doprinos stapanju kleričke i monaške pastoralne struje. Prenijevši model duhovnog vodstva iz pustinje u monašku zajednicu – cenobij, koja je ujedno bila rasadnikom kleričkih zvanja, pripremio je teren za njegovu širu pastoralnu primjenu u Crkvi. (Demacopoulos, 2011).

4.2.3. Sv. Grgur I. Veliki

Po Demacopoulosu, Grgur Veliki (540.-604.), jedan od najutjecajnijih papa u povijesti, dovršio je stapanje kleričke i monaške pastoralne struje i tako redefinirao kršćansko vodstvo. Njegovo djelo *Liber regulae pastoralis* najtemeljitiji je pastoralni traktat patrističke ere (Demacopoulos, 2011). U njemu papa piše izravno o biskupima, no isti je model inače propagirao za svećenstvo općenito. Za Grgura je idealni pastir »aktivni kontemplativac«, onaj koji već živi duhovno (asketski), koji je izgrađen u kreposti, suosjećajan, uzorna ponašanja, osobni poznavatelj Boga koji treba druge zagovarati. Plemenito podrijetlo koje je bilo značajan kriterij selekcije kod Grgura Nazijanskog i retoričke sposobnosti koje je naglašavao Augustin ovdje su nadiđene kriterijem kontemplativnog – monaškog života, koji pak ne smije ostati zatvoren u sebe, nego se treba staviti u službu izgradnje drugih (Demacopoulos, 2011). Nadalje, papa Grgur obrazlaže kako treba provoditi duhovno vodstvo osoba s obzirom na sedamdeset i dvije osobne karakteristike, predstavljene kroz dihotomije: muškarci-žene, mladi-stari, radosni-tužni, bolesni-zdravi, uspješni-neuspješni, itd. Prema ovoj koncepciji, dakle, svećenik više nije samo onaj koji poučava okupljenu zajednicu, slavi sakramente i brine za karitativne službe i administraciju. Svećenik je sada duhovni liječnik i otac koji poznaje unutarnji život duše pojedinih osoba pod njegovom pastoralnom skrbi, poput monaških otaca. Koristeći se psihološkim profilom vođenika, sastavljenim od pojedinih karakteristika koje opisuje papa Grgur (kroz dihotomije koje impliciraju spektar mogućih stanja), pastir se bavi njihovim duhovnim napretkom. Pritom temeljni dokaz kompetencije duhovnika za tu službu predstavlja vlastita duhovna izgrađenost, odnosno da iz iskustva poznaje putove kojima treba voditi druge (Demacopoulos, 2011). Kroz spomenuti model kršćanskim laicima postaje dostupna personalizirana duhovna skrb do tada rezervirana za monahe.

Grgurov duhovnik trebao je pažljivo postupati prilikom ispravljanja svoje duhovne djece, »da se tumor odstrani ne oštećujući zdravo tkivo« (Demacopoulos, 2011:153). On treba biti blizak osobi koju vodi i suosjećati s njome, tako preuzimajući njezine muke na sebe. Oni koji su nošeni valovljem napasti trebaju moći imati povjerenja u duhovnika, tako da mu povjere sve svoje tajne. On treba i ono što je zlo u drugima podnositi bez uznemiravanja. Tako će u duhovnikovom srcu oni pronaći utočište kao da su privijeni na majčine grudi. (Schaff i Wace, 1895). Grgur upozorava i na opasnost onoga što danas zovemo »burnout«, uspoređujući duhovnika s vodom u kojoj se mnogi peru i tako nju samu onečiste. Stoga se duhovnik treba obnavljati kroz kontemplaciju. U duhovniku empatija i stega trebaju biti uravnotežene. Grgur

(Schaff i Wace, 1895) se, obrazlažući ovu tvrdnju, poziva na evanđelje o dobrom Samarijancu, koji je rane ranjenika zavio uljem i vinom. Tako i pastir primjenjuje u liječenju duša kako »ulje« ljubavi, tako i »vino« strogoće, kako bi se »vinom« očistile zagnojene rane, a »uljem« okrijepilo zdravo tkivo. Stoga ljubav i čvrstoća, revnost i sućut u postupanju trebaju biti umjerene i u međusobnoj ravnoteži. Svećenik treba pomno ispitati, po pojavi određenih simptoma, sve što je potrebno kako bi saznao misli skrivene u umu vođenika. Grgur upozorava da svećenik ne smije povrijediti osjećaje vođenika više no što to traži vođenikova dobrobit. Ako mu se to ipak dogodi, treba činiti pokoru. Pojedini su nedostaci osoba, upozorava sveti papa, povezani uz pojedine temperamente. Duhovnik mora pažljivo razlučivati koji je način postupanja primjeren prema konkretnoj osobi i njezinoj situaciji, »jer ono što jednima koristi, drugima škodi. Većinom biljke kojima se jedne životinje hrane, drugima su smrtonosne. (...) i lijekovi koji ublažuju jednu bolest, pogoršavaju drugu; a kruh koji okrepljuje život jakih, ubija malu djecu« (Schaff i Wace, 1895:598). Sve ove upute izravno su primjenjive i za današnjeg pastoralnog savjetovatelja.

U nastavku donosim i nekoliko Grgurovih konkretnijih uputa za postupanje kao daljnju ilustraciju njegova pristupa. Po njemu, uznemirene treba ublažavati smirenim govorom. Ponekad je korisno razgovarati s vođenikom o nekom hipotetskom slučaju kao da se ne radi o njemu. (Grgur ovdje očito smjera na to da će osoba biti objektivna u ocjeni neke situacije koja ju se naizgled ne tiče.) Kada vođenik kroz dijalog dođe do potrebnog uvida, duhovnik mu otkriva da se zapravo radi o njegovoj situaciji i poziva ga da poslušati vlastiti savjet. Uzor ove terapijske tehnike Grgur pronalazi u postupanju proroka Natana prema kralju Davidu (usp. 2 Sam 12,1-7a). Učenje ljude lakše se uvjerava argumentima, a jednostavnije primjerima. Bezobzirima treba govoriti izravno i čvrsto, sramežljivima neizravno i kroz blage poticaje. Plašljive i nesigurne se prikladno vraća na pravi put ističući im najprije dobre stvari o njima samima (učvršćivanje samopouzdanja), a zatim oprezno osnažujući ono što je slabo, kako je Pavao apostol postupio sa Solunjanima (Schaff i Wace, 1895). Pisac »Pastoralnog pravila« ukazuje na još jedan problem, koji je aktualan i u današnje vrijeme, a to je izvanjsko podnošenje nepravdi, koje je praćeno unutarnjim zamjerenjem i nakupljanjem gorčine. To je karikatura strpljivosti kao vrline, budući da zadržava njezin vanjski izgled, ali ju ne prati odgovarajući unutarnji sadržaj. Manje je zlo pokazati nestrpljivost, nego trpjeti na takav način, ističe Papa čiji su uvidi sasvim aktualni u suvremenom psihološkom govoru o postavljanju i poštivanju osobnih granica (Schaff i Wace, 1895). Sv. Grgur primjećuje i kako govorom o pretrpljenim mukama »bol istječe iz svijesti«, što je prepoznavanje blagotvornih učinaka emocionalne

ventilacije (Schaff i Wace, 1895:627). Stoga treba poticati šutljive da se zauzmu za sebe i suoče se s onima koji su ih povrijedili. Takvo će postupanje pridonijeti zdravlju obje osobe; prijestupnik će biti ispravljen, a oštećena osoba doživjet će olakšanje (Schaff i Wace, 1895). Teško je u ovome ne prepoznati osnove treninga asertivnosti. Također, Grgurova metoda duhovnog vodstva (i kršćansko duhovno vodstvo općenito) može se opisati kao »virtoterapija« – terapija vrlinama, budući da se usmjeravao na identificiranje mana i nastojao ih ispraviti suprotnim krepostima. Pritom je otišao onkraj Evagrijevih i Kasijanovih »osam glavnih strasti« i u svojoj korespondenciji navodio duge liste kreposti i njima protivnih mana. Na Istoku je Grgurovo »Pastoralno pravilo« prevedeno na grčki i rašireno među istočnim biskupima carskom naredbom, što je rijetka čast za latinskog autora i ujedno pokazatelj sukladnosti Grgurove misli s onom istočnih Otaca. Papa Grgur I. Veliki svojim je djelom odlučujuće odredio srednjovjekovni model crkvenog, pa i ne samo crkvenog vodstva (Demacopoulos, 2011).

4.3.Duhovne vježbe sv. Ignacija Lojolskog

Od Platonovih dijaloga do srednjeg vijeka duhovne vježbe bile su stvar odnosa između učenika i učitelja i davale su se usmenim putem. To se postupno mijenjalo, osobito otkrićem tiskarskog stroja u 15. st., tako da je u kasnijem srednjem vijeku ovaj odnos zamijenjen odnosom između osobe koja obavlja duhovne vježbe i teksta kojega u tu svrhu čita i proživljava. Kod Duhovnih vježbi sv. Ignacija Loyolskog imamo pak trijadu: tekst-učitelj-vježbač. (Sluhovsky, 2013) Takva struktura s jedne strane osigurava objektivnost duhovnih vježbi u smislu standarda pravovjernosti i duhovnosti kojega utjelovljuje tekst, a s druge čuva prednosti živog ljudskog odnosa, posebno korektiv kojeg pruža iskusniji davatelj vježbi u psihodinamskoj interakciji (Sluhovsky, 2013). Ipak, ta »psihodinamska interakcija« ovdje je specifična jer nije prvenstveno orijentirana na uvid, koliko na razvoj jednog konkretnog odnosa, naime onoga sa živim Bogom (Austin, 2016). Predmet kojim se vježbač i duhovnik pod vodstvom Duha Svetoga bave jesu »različiti pokreti koji se izazivaju u duši« (Ignacije Lojolski, 1998:313). Radi se o »intelektualnim, voljnim ili afektivnim impulsima duše« (Austin, 2016:210). Austin navodi Marsha koji ističe dinamičnost duhovnog života prema Ignaciju – »pokreti« su ti koji su značajni. Također, ti »pokreti« su rijetko neutralni – njihov izvor i cilj otkrivaju duhovnu dimenziju, ističe Marsh (Austin, 2016). Evanđelje po Ivanu ovako opisuje djelovanje Duha Svetoga: »Vjetar puše gdje hoće; čuješ mu šum, a ne znaš odakle dolazi i kamo ide« (Iv 3,8). Ta karakteristika prepoznavanja po učincima, po djelovanju u pokretu, odnosi se i na suprotnog

duha. Stoga »pokreti duše« imaju duhovni značaj, pozitivno ili negativno ishodište i usmjerenje. Od vitalne je važnosti prepoznati koji duh stoji iza pojedinog »pokreta« i tome služi razlučivanje, lat. *discretio*. Svrha je razlučivanja doći do uvjerenja koji »pokreti duše« promiču prihvaćene vrijednosti (život u skladu s Božjom voljom), a koji su im protivni, kako bi čovjek one pozitivne prihvaćao, poticao i ostvarivao, a negativnih se odricao i protiv njih se borio. Razlučivanje je oduvijek dio kršćanskog duhovnog vodstva. Već apostol Ivan piše: »Ljubljani, ne vjerujte svakom duhu, nego provjeravajte duhove jesu li od Boga« (1Iv 4,1). Pustinjski oci smatraju dar razlučivanja duhova glavnom karakteristikom duhovnika, kako je već naznačeno kod Kasijana. Međutim, sv. Ignacije u svojim »Duhovnim vježbama« (1998) stavlja na raspolaganje svakom duhovniku razrađena pravila za razlučivanje spremna za neposrednu primjenu. Time do neke mjere »institucionalizira« karizmu razlučivanja i tako čini značajan iskorak u povijesti duhovnog vodstva.

U duhovnim vježbama vođa sluša vježbača, procjenjuje njegov napredak, postavlja pitanja, određuje tempo obavljanja vježbi i prilagođava ih stanju vježbača, pomaže mu da ispravno shvati i ispravno se postavi prema vlastitom duhovnom iskustvu (Sluhovsky, 2013). S druge strane, vođa duhovnih vježbi ne smije svojim sugestijama ometati neposrednu komunikaciju između Boga i vježbača, već ju samo olakšavati tako da vježbač sam dođe do »unutarnjeg kušanja i proživljavanja stvari« i sam otkrije Božji plan za svoj život (Ignacije Lojolski, 1998:12). Na taj način duhovnik dopušta Bogu i vježbaču da razvijaju svoj jedinstven odnos, ne namećući vlastiti razvojni put vježbaču i ne prisiljavajući Boga da djeluje u duši vježbača na isti način kao i u duhovnikovoj. Možemo stoga reći da je sv. Ignacije u svoje Duhovne vježbe ugradio sustav »provjera i ravnoteža« kojima se s jedne strane korigira subjektivizam vježbača, a s druge onaj duhovnika. U tom smislu odnos između duhovnika i vježbača konstruiran je kao odnos suradnje, nalik na onaj u suvremenom savjetovanju, a ne kao odnos stroge subordinacije iz monaškog modela.

Cilj Ignacijevih duhovnih vježbi jest »da čovjek samoga sebe pobijedi i svoj život uredi ne dajući se voditi ni od kakva nagnuća koje bi bilo neuredno« (Ignacije Lojolski, 1998:21). Fagin pokazuje kako ignacijanske vježbe pomažu razvijanju različitih kreposti (Austin, 2016). Sam Ignacije u bilješci 316 Duhovnih vježbi naziva duhovnom utjehom, dakle pokretom duše kojeg treba prihvatiti i slijediti, »svako množenje ufanja, vjere i ljubavi« čime ističe formaciju u krepostima kao željeni efekt Vježbi (Austin, 2016). Austin ističe da razrađena teologija kreposti sv. Tome Akvinskog ovdje naravno dolazi kao značajna pomoć u razlučivanju »pokreta duše«.

Sve navedeno potvrđuje karakter kršćanstva kao »virtoterapije« *sui generis*. Sluhovski pak interpretira proklamirani cilj duhovnih vježbi kao transformaciju selfa. Taj novi self definiran je prijanjanjem uz Božju volju, razumski razmotrenu, afektivno doživljenu i voljno izabranu tijekom Duhovnih vježbi (Sluhovsky, 2013). Isti autor ističe paradoks da se u Duhovnim vježbama do slobode dolazi poslušnošću:

Ono što je počelo kao slijedenje napatka duhovnika i razvilo se u dijalog između duhovnika i praktikanta sazrijeva u trajni interni dijalog selfa sa samim sobom. Poslušnost duhovniku vodi ka poslušnosti Crkvi, koja opet vodi ka poslušnosti božanskoj volji. Međutim, sve ove poslušnosti vode ka osobnoj samokontroli i samorealizaciji, što je sloboda, što je zrelost, postajanje subjektom (Sluhovsky, 2013:662-663).

U tom kreativnom plesu slobode i poslušnosti, jedinstvenosti pojedinca i njegove pripadnosti uređenoj zajednici, duboko osobnog iskustva i traženja njegova objektivna značenja, oslobađanja i ograničavanja mašte, Božje suverenosti u postupanju s osobama i metodičnog pristupa duhovnosti, težnje za samoostvarenjem i otkrivanja božanske volje, događa se istinski i značajan rast osoba. A.G. Matoš u *Holocaustum divini amoris* hvali ignacijanske duhovne vježbe kao »najbolje djelo praktične psihologije« (Matoš u: Ignacije Lojolski, 1998).

4.4.Suvremeno duhovno vodstvo

4.4.1. Temeljne odrednice

Duhovno vodstvo oblik je dušobrižništva (Moon i Benner, 2004:11) Latinski pojam za dušobrižništvo, »cura animarum«, u riječi »cura« sadržava kako ideju ozdravljanja, tako i skrbi. Kršćanska predaja u svom je dušobrižništvu čuvala obje ove dimenzije, usmjeravajući se kako na obnovu narušenog blagostanja, tako i na njegovo čuvanje i unaprijeđivanje. (Moon i Benner, 2004:11)

Clebsch i Jaekle još su 1964. izdvojili četiri primarna elementa kršćanskog dušobrižništva – »ozdravljanje, podržavanje, pomirenje i vođenje«. Ozdravljanje bi se pritom odnosilo na obnovu narušenog zdravlja. Pritom je u prvom planu duhovno zdravlje, ali se uvijek teži ozdravljenju cjelovite osobe, ne isključujući duševni i tjelesni aspekt čovjeka. Podržavanje bi bio onaj oblik dušobrižništva koji se primjenjuje kada nije moguće promijeniti ugrožavajuće elemente životne situacije. U takvim je situacijama važno prihvaćanje, prilagodba, strpljiva ustrajnost. Također, u takvim situacijama valja pronaći konstruktivne, iskuspljujuće elemente i iskoristiti ih za postizanje konačnog dobra čovjeka. Osnaživanje, tješjenje i pomoć u promjeni

perspektive imaju važnu ulogu u ovom kontekstu. Pomirenje je usmjereno na obnovu odnosa – sa Bogom, sa bližnjima i samim sobom, te bitno uključuje pokajanje i opraštanje, komunikaciju i djela ljubavi kojima se ukrepljuju narušeni odnosi (u: Moon i Benner, 2004:11-12). Vođenje se posebno odnosi na davanje relevantnih informacija, smjernica, savjeta, upućivanje na literaturu i druge resurse kako bi osoba donosila dobre životne odluke i rasla u duhovnoj zrelosti (Moon i Benner, 2004:12). Ova su četiri elementa u praksi često prožeta do mjere da ih je nemoguće razlučiti, a svi se temelje na iskrenoj, otvorenoj i dobrohotnoj komunikaciji u svjetlu zajedničkih vrijednosti i uvjerenja.

Benner pak donosi klasifikaciju suvremenih oblika dušobrižništva u terminima njihova relativna naglaska na skrb ili ozdravljanje. Tako bi, primjerice, mogli identificirati kršćansko prijateljstvo kao visoko na ljestvici skrbi, a nisko na onoj ozdravljenja, dok bi kod psihoterapije bilo obrnuto. Benner sugerira da je duhovno vodstvo na visokoj razini po obje ljestvice, budući da duhovna preobrazba nužno uključuje kako skrb, tako i ozdravljanje (Moon i Benner, 2004:12).

Kršćanska duhovna formacija »uključuje iskustvenu svijest o Božjoj prisutnosti koja vodi u razgovor, zajedništvo i konačno autentičnu preobrazbu cijele osobe po unutarnjem podvrgavanju njegovoj volji« (Moon i Benner, 2004:13).

Padom u grijeh čovjek je razvio »lažni self«, krivotvorinu slike i prilike Božje na koje je stvoren. Taj lažni self temelji se na prisvajanju božanskog identiteta, samovlasti i težnji ka pobožanstvenjenju na vlastiti način, protivno Božjoj volji (usp. Post 3,1-6). Iluzija našeg božanstva jača našom navezanošću na ono što činimo, što imamo i što kontroliramo te našom identifikacijom s tim stvarima. Potrebno je posvijestiti svoj pravi identitet ljubljenog djeteta Božjeg i umrtviti taj lažni self (Moon i Benner, 2004).

Moon i Benner donose »najcitiraniju suvremenu definiciju duhovnog vodstva« Barryja i Connollyja:

Definiramo kršćansko duhovno vodstvo kao pomoć koju pruža jedan kršćanin drugome, a koja omogućuje toj osobi da obrati pažnju na Božju osobnu komunikaciju prema njemu ili njoj, da odgovori na to osobno komunicirajući Bogu, da raste u intimnosti s ovim Bogom i da živi posljedice tog odnosa. Fokus ove vrste duhovnog vodstva je na iskustvu, ne idejama, i specifično na religijskom iskustvu, to jest svakom iskustvu otajstvenog Drugog kojeg nazivamo Bogom (Moon i Benner, 2004:15).

Cilj duhovne formacije jest postati sličan Bogu i sjediniti se s njime.

Barry i Connolly ispravno primjećuju kako proces kršćanske formacije uključuje cjelokupnu osobu. Stoga se ona ne može promatrati kao tretiranje »dijela« osobe, već treba zahvatiti u njezin tjelesni, emocionalni, intelektualni, ponašajni, odnosni i duhovni aspekt. Ono što nazivamo »duhom« jest sržna, određujuća dimenzija cijele osobe. Razne škole psihoterapije usmjeravale su se ili se još uvijek usmjeravaju na rad na pojedinim aspektima osobe (npr. kognitivnom, bihevioralnom, emocionalnom, odnosnom – sustavnom), pri čemu holistički pristup duhovnog vodstva dolazi kao ujedinjavajuća paradigma i time osvježavajuća alternativa. (Moon i Benner, 2004:16)

Willard vjeruje da duhovna formacija kršćana jest oblikovanje njegova unutarnjeg bića kako bi ono odražavalo unutanje biće samoga Krista (Moon i Benner, 2004:20).

Plodovi duhovnog vodstva koji s vremenom postaju očiti:

1. *Vođenik počinje postajati svjestan svog pravog identiteta i, s Božjom milošću, uklanja lažni self.*
2. *Razgovor i zajedništvo s Bogom napreduju i produbljuju se u duhovno jedinstvo.*
3. *Različite dimenzije osobe ujedinjuju se prisutnošću i ljubavlju Krista koji u njoj prebiva.*

(Moon i Benner, 2004:20)

Duhovnici se međusobno razlikuju po razini autoriteta koju pretpostavljaju u odnosu prema osobama koje vode, a tako i po orijentaciji. Primjerice, neki su usmjereniji na podršku, drugi na poučavanje, treći na rekonstrukciju. Karakteristike osobnosti uključenih osoba, stadij odnosa, vrsta i razina naobrazbe također utječu na raznolikost pojavnih oblika duhovnog vodstva (Moon i Benner, 2004).

4.4.2. Kršćanski put ozdravljanja i sazrijevanja

Kršćanstvo je dobro promatrati kao put: to je zapravo i njegov izvorni naziv (Dj 19,23). Na tom putu možemo razlikovati tri temeljne etape: put pročišćenja (grč. *katharsis*, *praxis*; lat. *purificatio*), put prosvjetljenja (grč. *theoria*, lat. *illuminatio*) i put sjedinjenja ili pobožanstvenjenja (grč. *theosis*, lat. *deificatio*). (Moon i Benner, 2004:19). »U osnovi je riječ o psihološkoj teoriji, utemeljenoj na opažanjima različitih duhovno uznapredovalih voditelja iz religija svijeta kroz stoljeća« (Groeschel, 2009:289). Slijedi pojednostavljeni prikaz duhovnoga puta.

On započinje iskustvom buđenja – osoba priznaje Božje postojanje te njegovu ljubav i istinu kao temeljne kriterije vlastite egzistencije. Taj početni period nerijetko karakteriziraju intenzivna i utješna duhovna iskustva i stoga ga se može opisati kao neku vrstu »medenog mjeseca«.

Zatim nastupa put pročišćenja. Osoba koja njime hodi u suradnji s Bogom odriče se pogrešnih vrijednosti i destruktivnih odnosa, ponovno postavlja životne prioritete, uklanja nefunkcionalne obrazaca razmišljanja i ponašanja koji čovjeka udaljuju od svrhe njegova života. Čisti se od onoga što prepoznaje kao zlo kroz pokajanje. Oprašta sebi i drugima. Događa se »promjena uma« (grč. *metanoia*); radi se na razgradnji gore opisanog lažnog selfa i razvoju pozitivnih navika. Čovjek treba svojim naporom, koji se teološki opisuje kao suradnja s milošću, doći do spoznaje razloga i realizacije načina da se odrekne onoga što je nespojivo s Evanđeljem. U tom početnom periodu osobu u trudu oko duhovnog napretka često motiviraju duhovne utjehe (zadovoljstvo prilikom molitve, nadahnuta razmatranja, moguće i mistična iskustva, itd.).

Ova etapa završava takozvanom »tamnom noći osjetila«, koja je ujedno i prijelaz na put prosvjetljenja. U njoj čovjek ostaje naizgled prepušten vlastitim snagama, pa čak i proživljava razna unutarnja i vanjska iskušenja (suhoća u molitvi, narušeno zdravlje, nerazumijevanje okoline, nepovoljni uvjeti života i rada, itd.). Smisao ovog iskustva je u tome da čovjek, vođen samo intrinzičnom motivacijom, bez posebnih duhovnih utjeha ustraje u onome što je ispravno.

Iskustvo pokazuje da je velika većina ljudi koji traže duhovno vodstvo negdje na ovoj početnoj etapi duhovnoga puta.

Put prosvjetljenja kao srednja etapa duhovnog razvoja donosi novi duhovni uzlet, procvat duhovnih darova i bitno sadrži učvršćivanje u različitim krepostima, posebno kroz služenje drugima. Smatra se da je osoba koja je dostigla ovu razinu duhovnog života u stanju promatrati stvorene stvarnosti do neke mjere onako kako ih Bog vidi, u svjetlu njegove istine i ljubavi. Iako se i ovdje mogu događati padovi, kreposti su u ovoj fazi već prilično izgrađene kao navike – habitusi. Osobe koje su na ovoj etapi duhovnog puta, prikladne su za uloge duhovnoga oca ili majke te za potpunije primanje i odgovorno korištenje karizmi. Razvijaju se više duhovne vrijednosti, povezane s evanđeoskim savjetima jednostavnosti života, poslušnosti i čistoće te teološkim krepostima vjere, nade i ljubavi (Garrigou-Lagrange, 2002).

Kraj ovog puta i prijelaz na etapu sjedinjenja odvija se kroz tamnu noć duha, koja donosi daljnje pročišćenje od preostalih nesavršenosti protivnih ljubavi i pravednosti, kao što su pristranost i samovolja i osobito od skrivene oholosti (Garrigou-Lagrange, 2002). Čisti se i sama vjera kroz iskustvo napuštenosti od Boga (usp. Ps 22,2: »Bože moj, Bože moj, zašto si me ostavio? «).

Na koncu, osoba na putu sjedinjenja već je osobni poznavatelj Boga »licem u lice« poput Mojsija (usp. PnZ 34,10). Stoga je u starini naziv »teolog« bio rezerviran za one koji su dospjeli do ove faze duhovnog života jer se duboko osobno iskustvo Boga smatralo neophodnim preduvjetom za govor o njemu, a suprotna praksa preuzetnom ohološću koja neminovno završava u zabudama (»prelesti«). Također se u starini biskupe biralo po mogućnosti iz reda osoba koje su na putu sjedinjenja (Vlachos, 2017). Osoba na putu pobožanstvenjenja je u znatnoj mjeri suobličena Isusu Kristu kao jedinom Učitelju i Uzoru.

Moon i Benner (2004:19) donose pak prikaz pojedinih etapa duhovnog života kroz sliku prispodobe o izgubljenom sinu (Lk 15,11-32). Tako je mladić koji promišlja, dolazi k sebi, ostavlja svinje i vraća se očinskom domu slika puta pročišćenja. Mladićev susret s ocem koji mu dolazi u susret, grli ga, ljubi i s njime razgovara, slika je puta prosvjetljenja. Sam ulazak u očev dom, u kojem se pripravlja gozba u čast sinovljeva povratka oslikava pak put sjedinjenja.

Poimanje kršćanskog života kao puta daje čovjeku do znanja da njegov život nije slijed nasumičnih događaja, već je u Božjoj Providnosti pomno postavljeni poligon kroz koji ga vodi nevidljiva ruka Boga koji ga odgaja kao svoje ljubljeno dijete. Sve teškoće i protivštine u tom konceptu dobivaju svoj smisao, jer kroz svaku od njih nešto treba naučiti, u nekoj se kreposti izgraditi i tako dodatno suobličiti Kristu. Dapače, periodi najvećih životnih muka ujedno su i prijelazi na više stupnjeve duhovnog života, koji pak sa sobom nose specifične nadnaravne utjehe. Tako, korak po korak, čovjek napreduje prema konačnom cilju ljudskoga života, a to je dati dobar odgovor na strašnom (*eng. awesome*) Kristovom sudu, kako to kaže božanska liturgija sv. Ivana Zlatoustog. Nije teško pretpostaviti da nada i smisao koji izviru iz ovakve koncepcije života mogu biti značajni faktori psihičke rezilijentnosti i veliki motivatori u životnim krizama.

Ta dinamična koncepcija kršćanskog života koja traži neprestani rad na vlastitom usavršavanju očito je nespojiva s trenutno prevladavajućom, statičkom koncepcijom kulturalnog kršćanstva u kojoj iole ozbiljna kršćanska formacija prestaje s primanjem sakramenata inicijacije: krštenja,

krizme ili miropomazanja i prve pričesti. Samo u kontekstu trajnog učenja i osobnog napredovanja postoji potreba za trajnim učiteljem i mentorom. Samo u koncepciji duhovnog života kao pohoda kroz nepoznat i izazovan teren kakva je gore izložena postoji potreba – i to praktički nužna - za iskusnim vodičem, duhovnikom. Također, samo onaj tko je sam prošao tim putem može i druge njime voditi (usp. Mt 15,14). Utoliko postoji paralela sa psihoterapijskim školama koje također inzistiraju na tome da budući terapeuti provedu određen broj sati u terapiji kao klijenti. Također je i Jung razvijao svoju psihoterapiju na temelju eksperimenata na samome sebi svjedočeći: »Mnogo sam puta vidio da analitičar dopiše u tretmanu toliko daleko koliko je uspio u svom moralnom razvoju« (Shamdasani, 2020:64). S druge strane, neusvajanje koncepcije kršćanstva kao puta rezultira površnim i neozbiljnim kršćanima – i svećenicima - čiji su nauk i praksa svijetu sasvim neuvjerljivo svjedočanstvo; oni »nedostacima svoga religioznog, moralnog i socijalnog života, pravo lice Boga i religije prije zakrivaju nego otkrivaju« (*Gaudium et spes*, 1965:19). U statičkoj koncepciji kulturalnog kršćanstva, razumljivo je, sama Crkva slabo pokazuje interes za vlastite terapijske i razvojne resurse i potencijale i uvelike svodi svoje djelovanje na ritual i najrudimentarniju kolektivnu vjersku pouku. To pak ima za posljedicu da ju značajan broj ljudi s razlogom ne percipira kao mjesto osobnog razvoja i rješavanja životnih problema.

5. Psihoterapija: konstruktivno-kritički kršćanski pristup

Po aktualnoj domaćoj legislativi, »psihoterapija je nezavisna interdisciplinarna znanost koja obuhvaća psihoterapijske pravce utemeljene na znanstvenim principima i metodama« (čl. 2, st. 1. Zakona o djelatnosti psihoterapije). Također, isti zakon određuje:

Djelatnost psihoterapije je samostalna djelatnost koja se bavi:

- 1. uspostavljanjem odnosa jedne ili više osoba i jednog ili više psihoterapeuta kroz psihoterapijski proces s ciljem poticanja osobnog razvoja, uklanjanja, modifikiranja ili ublažavanja intenziteta postojećih psihosocijalnih, psihosomatskih i ponašajnih smetnji ili patnji te razvoja funkcionalnijih i primjerenijih obrazaca doživljavanja i ponašanja, odnosa s okolinom i sustava vrijednosti*
- 2. uspostavljanjem odnosa jedne ili više osoba i jednog ili više savjetodavnog terapeuta kroz savjetodavni proces s ciljem pomaganja u prepoznavanju aktualnih poteškoća radi pronalaženja najboljeg rješenja kroz poboljšanje vještina komunikacije, jačanje samopoštovanja, promicanje promjene ponašanja i optimalno psihofizičko zdravlje (čl. 2. st. 2. Zakona o djelatnosti psihoterapije).*

»Psihoterapija« je generički pojam koji obuhvaća širok raspon pristupa, škola, teorija i tehnika, koje se pak temelje bilo na kliničkom iskustvu i refleksiji, bilo na empirijskim istraživanjima ili dedukciji iz znanstvenih aksioma (Jones i Butman, 2011:19). Strupp i Binder već su 1984. prepoznali 260 različitih škola psihoterapije, a otada je taj broj još i značajno porastao, do preko četiri stotine (Jones i Butman, 2011:19; Tan, 2011:3). Među istaknutijim psihoterapijskim pristupima možemo navesti psihoanalizu, terapiju usmjerenu na osobu, transakcijsku analizu, realitetnu terapiju, logoterapiju, gestalt terapiju, Jungovu analitičku psihoterapiju, obiteljsku i sistemsku terapiju, dijalektičku bihevioralnu terapiju, racionalno-emocionalno-bihevioralnu terapiju... (Tan, 2011; Jones i Butman, 2011). Ipak, među različitim pristupima postoji srodnost koja omogućuje da ih se grupira u nekoliko »glavnih paradigmi« (Jones i Butman, 2011:24). Tako Američka udruga psihologa usvaja pristup kojim se različite psihoterapije svrstavaju u idućih pet kategorija: 1. Psihoanalitičke i psihodinamske; 2. Bihevioralne; 3. Kognitivne; 4. Humanističke; 5. Integrativne (APA, 2024). Ovaj rad slijedi tu kategorizaciju, s time što se u skladu sa suvremenim tendencijama bihevioralne i kognitivne terapije uzimaju zajedno (Hrvatsko udruženje za bihevioralno-kognitivne terapije, 2024). Također, integrativne terapije se u ovom pregledu - budući da su produkt sinteze drugih terapija – izostavljaju. Međutim, analiza koja slijedi, a kojom se razlučuju iz kršćanske perspektive korisni i nekorisni elementi pojedinih psihoterapija zapravo i smjera ka stvaranju pretpostavki za jednu novu integraciju

različitih psihoterapijskih pristupa i duhovnog vodstva u okviru pastoralnog savjetovanja. Dakle, ostaju tri terapijske kategorije: psihodinamska, kognitivno-bihevioralna i humanistička.

Biro i Đurović (2020:215) u svom udžbeniku iz kliničke psihologije dolaze do sličnog zaključka: različiti psihoterapijski pravci »mogu se grupirati u tri veće cjeline: psihodinamski orijentirane, bihevioralne (odnosno psihoterapije temeljene na teorijama učenja) i humanistički orijentirane psihoterapije«. Izdvajanje ova tri terapijska pristupa ima i svoje empirijsko utemeljenje: primjerice, nedavno istraživanje 90 programa studija psihoterapije u 16 zemalja ustanovilo je najveću zastupljenost upravo psihodinamske, kognitivno-bihevioralne i humanističke skupine terapija (Orlinsky i dr., 2024). Slijedom navedenog, za prikaz u ovome radu izabrane su upravo ove kategorije terapijskih pristupa.

Zbog velikog broja pristupa unutar svake kategorije, za potrebe ovoga rada svrhovito su odabrani pristupi i autori koji omogućuju jasan i sažet prikaz njezinih temeljnih teorijskih obilježja te usporedbu s kršćanskim pristupom. Tako psihodinamsku kategoriju predstavlja psihoanaliza, kognitivno-bihevioralnu kategoriju prvenstveno racionalno-emocionalno-bihevioralna terapija, uz razmatranje i širih obilježja kognitivno-bihevioralnih terapija (KBT), a humanističku kategoriju egzistencijalna terapija, uključujući logoterapiju. Nakon sažetog prikaza temeljnih postavki svakog odabranoga pristupa slijedi konstruktivno-kritički teološki osvrt na njega, usmjeren na one njegove teorijske pretpostavke, terapijske koncepte i/ili postupke koji su osobito relevantni za usporedbu s kršćanskim pristupom.

5.1. Psihoanaliza

5.1.1. Sažeti opis terapijskog pravca

Otac psihoanalize je Sigmund Freud (1856-1939.). Iako je psihoanaliza »djed svih psihoterapijskih metoda« (Jones i dr., 2011:94), neki od ključnih neuroznanstvenika, pa i dobitnik Nobelove nagrade za medicinu 2000. g. Eric R. Kandel, smatraju psihoanalizu i dalje ponajboljim teorijskim okvirom, načelno kompatibilnim s empirijskim istraživanjima (Jones i dr., 2011). Također, njezin je utjecaj na novije terapijske škole, razne akademske discipline, umjetnost i opću kulturu ogroman.

U klasičnoj psihoanalizi ključnu ulogu za razumijevanja čovjekove psihodinamike imaju iskustva iz ranog djetinjstva. Ona oblikuju nesvjesne motive koji kasnije uvelike upravljaju životom osobe, osobito u slučajevima repetitivnih i zabrinjavajućih odnosa. Osnovni nagoni

koje razlikuje Freud su spolni i agresivni nagon (grč. *eros* i *thanatos*). Oba ta nagona imaju i konstruktivni i destruktivni potencijal. Psihoanalizom se nastoji dovesti iz nesvjesnoga u svjesno razne potisnute želje, fantazije, strahove, sjećanja i emocije. Time osoba dolazi do bolje spoznaje sebe same, a tako i do mogućnosti boljeg emocionalnog reguliranja i uspješnijeg funkcioniranja u svijetu (Jones i dr., 2011:95).

Freuda je oblikovalo prosvjetiteljstvo sa svojim naglaskom na racionalni red i kontrolu, ali i romanticizam sa svojim naglaskom na emocije i spontanost. Svojom hermeneutikom sumnje postao je pak preteča postmodernizma (Jones i dr., 2011) . Prema Cushmanu, za Freuda je um borba za prevlast između tri moderne sile: nagona, racionalnosti i kulture (Jones i dr., 2011:97). Te tri sile Freud je koncipirao kao tri psihičke strukture: id, ego i superego. Pritom je id usmjeren na osobno zadovoljstvo, nelogičan i uvelike nesvjestan. Ego je načelno svjestan, utemeljen u stvarnosti i posreduje između ida i superega. Superego je samo djelomično svjestan, restriktivan i predstavlja repozitorij moralističkih standarda nametnutih od okoline (Jones i dr., 2011).

Freud je pretpostavljao da mentalni razvoj slijedi Darwinovu evolucijsku shemu, pri čemu primitivni, nagonski dio psihe dolazi pod kontrolu racionalnosti i kulture. Kontekst Freudova rada bitno je obilježen i »visoko opresivnim i opsesivno primjerenim viktorijanskim austrijskim kulturnim miljeom« (Jones i dr., 2011:98), koji je često bio krinka za mračnije strane čovjeka kao što su požuda, mržnja i posesivnost. Freud je upravo u toj represivnoj, licemjernoj i samoobmanjujućoj crti društva u kojem je živio vidio korijen psihičkih problema čovjeka. Iako je potiskivanje nagona smatrao nužnim kako ne bi došlo do uništenja društva, smatrao je da je potiskivanje također problematično kao uzrok neuroza. Slušajući priče svojih pacijenata o seksualnosti u djetinjstvu, uključujući one o zavođenju i zlostavljanju, Freud je zaključio da se tu uvelike radi o seksualnim fantazijama njegovih pacijenata iz djetinjstva. Ono što se u tom tumačenju izgubilo jest vjerojatnost da je Freud zapravo slušao o stvarnom seksualnom zlostavljanju, s čijim se razmjerima nije bio u stanju suočiti (Jones i dr., 2011:98).

»Cilj je psihoanalitičkog tretmana razviti sposobnost za otpuštanje energije ida na socijalno prihvatljive i prikladne načine« (Jones i dr., 2011:101). Nasuprot tome, psihopatologija je rezultat nezadovoljavajućeg zadovoljenja ida ili pak njegovog zadovoljenja uz neprihvatljivo visoku cijenu kršenja socijalnih normi. Konflikt između ida, ega i superega oko kontroliranja dostupne psihičke energija stvara tjeskobu koju ego nastoji smiriti racionalnim sredstvima, ali

često i uvelike nesvjesnim obrambenim mehanizmima. Ti su mehanizmi transformiranja tjeskobe razlog zašto ponašanje koje se izvanjski opaža rijetko ima ono značenje koje bi mu se naizgled moglo pripisati – pravi motivi ostaju pretežno nesvjesni (Jones i dr., 2011). Obrambeni mehanizmi mogu biti više ili manje zdravi, i obuhvaćaju širok spektar ponašanja. Primjeri obrambenih mehanizama su altruizam, humor, sublimacija, disocijacija, intelektualizacija, poništavanje, idealizacija, nijekanje, projekcija, projektivna identifikacija, *acting out*, pasivna agresija (Richmond, 2021).

Važno mjesto u psihoanalizi imaju pojedini stadiji psihoseksualnog razvoja. U svakome od njih, nezadovoljene potrebe dovode do poteškoća u kasnijem životu. Oralna faza obuhvaća prvu godinu života. U njoj je dijete usmjereno na zadovoljenje preko usta, sisanjem i žvakanjem, osobito dok se hrani (Jones i dr., 2011). Ako je djetetu ukraćeno zadovoljenje ovim putem, razvit će »pesimizam, zavist, sumnju i sarkazam« (Elkatawneh, 2013:1). Pretjerano zadovoljenje u ovoj fazi može pak dovesti do pohlepe i naivnosti. Analna faza traje od prve to treće godine. Glavna je tema roditeljska disciplina i nalaženje zadovoljstva u kontekstu obavljanja fizioloških potreba. Ako se dijete uspješno bori protiv roditeljskih očekivanja izbacivanjem izmeta izvan toaleta, to može dovesti do neurednosti, nesmotrenosti i prkosa u kasnijem životu. S druge strane, uspješno odbijanje vršenja nužde može dovesti do pasivno-agresivne, pretjerano uredne osobnosti. Falusna faza traje od treće do šeste godine i tijekom nje se javlja Edipov sindrom. Dječak, uvelike nesvjesno, razvija libidinalnu čežnju za sjedinjenjem s majkom, dok se istovremeno javlja agresivnost prema ocu kao konkurenciji, kojoj dijete ipak nije doraslo. Konflikt se razrješuje identifikacijom djeteta s ocem i težnjom da postane poput njega. Zrcalni proces kod ženske djece zove se Elektrinim sindromom. Zastoji u ovoj fazi povezuju se s narcizmom, sklonošću zavođenju, nesposobnošću za intimnost i homoseksualnošću (Elkatawneh, 2013). Latentna faza traje od šeste do dvanaeste godine. Dijete je usmjereno na aseksualne, socijalizacijske aktivnosti poput škole, sporta i prijateljstva, a libido se potiskuje. Razvija se identifikacija s roditeljem istog spola (Elkatawneh). U genitalnoj fazi (od dvanaeste do osamnaeste godine) spolni nagoni ponovno se aktiviraju i manifestira kroz sklonost prema suprotnom spolu. Što je manje bilo zastoja u prethodnim razvojnim fazama, to je veći kapacitet za razvoj normalnog odnosa prema suprotnom spolu (Elkatawneh, 2013).

Zdravlje u psihoanalitičkom modelu znači da je čovjek prije svega svjestan potisnutih želja i bolnih sjećanja. Oni su prorađeni tako da ih se više ne niječe i ne iskrivljuje. Neurotički procesi

su poništeni, a njima zahvaćene strukture osobnosti rekonstruirane. Doneseni su konstruktivni kompromisi između bioloških nagona i socijalnih zahtjeva (Jones i dr., 2011).

U psihoanalitičkom modelu svi su više ili manje zahvaćeni psihopatologijom, jer nitko ne prolazi neokrznut kroz razvojne stadije. Stres dovoljne količine i intenziteta raspiruje neprihvatljive želje i čini osobu tjeskobnom. Tjeskoba, odnosno unutarnji konflikt, zatim se izbjegava pod svaku cijenu, obično na neizravan i nezdrav način (korištenjem obrambenih mehanizama, što djeluje potkrepljujuće). Tako se uspostavlja začarani krug (Jones i dr., 2011).

Kako bi se razriješili unutarnji konflikti, psihoanalitičari smatraju potrebnim ponovno proživljavanje određenih traumatičnih iskustava iz djetinjstva kroz sjećanje. Tome pak prethodi terapijski fokus na obrambene mehanizme kojima se ta mučna sjećanja izbjegavaju. Potrebno se odučiti od destruktivnih obrambenih mehanizama i razviti učinkovitije. Pritom se nailazi na otpor jer su stari obrambeni mehanizmi čvrsto ukorijenjeni potkrepljivanjem kroz osobnu povijest. Ego kroz posvješćivanje jača, bivajući sposobniji da ubuduće bolje arbitrira između nagonskih potreba i realnih ograničenja.

»Klasična psihoanaliza obično uključuje više termina svaki tjedan tijekom barem dvije ili tri godine, a često i više« (Jones i dr., 2011:107). Psihoanalitičar ostaje prilično neutralan i osobno nepoznat klijentu i na taj način potiče njegov transfer i samoistraživanje. Osnovna je metoda psihoanalize slobodno asociranje, gdje se traži da klijent govori sve što mu pada na pamet o nečemu uz minimalnu svjesnu kontrolu. Pritom se očekuje pojavljivanje nesvjesnog materijala. Osobito je važna i pojava transfera u terapiji. Probleme iz prošlih (i sadašnjih) odnosa klijent projicira na terapeuta te ih se tako može analizirati, shvatiti i razriješiti. Od analitičara se pak očekuje da je pitanja koja bi mogla izazvati njegov kontratransfer prema klijentu prethodno razriješio. Analitičar treba pravovremeno i taktično interpretirati osobito klijentove otpore i defenzivne mehanizme kako bi klijent bolje razumio svoje aktualne misli, osjećaje i ponašanje u svjetlu prošlosti (Jones i dr., 2011). Nadalje, Freud je opisao tumačenje snova kao »kraljevski put u nesvjesno«, budući da je tijekom sna svjesna kontrola još i manja nego kod slobodnih asocijacija. Također, psihoanalitičar pomno pazi na ljudsku težnju da se ono što je prebolno za sjećanje izrazi kroz ponašanje, ponavljanjem bez svijesti o ponavljanju scenarija iz bolne prošlosti (Jones i dr., 2011).

5.1.2. *Teološki osvrt*

»Klasična psihoanaliza je u biti agnostički ili ateistički sustav, budući da je Freud tretirao religiju kao iluziju zasnovanu na vlastitim željama« (Jones i dr., 2011:115). Po Vitzu, prava religiozna motivacija i duhovni život u psihoanalizi se ignoriraju ili tretiraju negativno (u: Jones i dr., 2011:115). Naime, Freud smatra da čovjek, suočen s besmislom, izolacijom i smrću, iz iskustva zaštićenosti u djetinjstvu od bogolikih roditelja stvara sebi utješnu iluziju religije kao univerzalne neuroze (Jones i dr., 2011:115-116).

Vitz primjećuje da je Freudov traumatični rani gubitak dadilje, koja je bila predana kršćanka, mogla utjecati na Freudov stav prema religiji, a piše i o njegovim mogućim doticajima s okultnim. Nadalje, Vitz ukazuje na to da se psihoanalitičkim konceptom Edipova kompleksa može vrlo dobro objasniti ateizam kao ubilačka želja prema Bogu, arhetipu oca (vidi poglavlje o kršćanskom odgovoru na Edipov kompleks). Tu se već nazire slabost psihoanalize da se njome može objasniti, zagovarati ili osporiti bilo što, pa tako i međusobno kontradiktorne stvari kao što su ateizam i religija! Tu eksplanatorna svemoć lako može prijeći u eksplanatornu nemoć, jer svi možemo uprijeti prstom jedni u druge i reći: »Ti vjeruješ X zbog nerazriješenih odnosa s roditeljima« (Jones i dr., 2011:118). Nadalje, »teorija koja je tako fleksibilna da je nemoguće pronaći bilo koju ljudsku činjenicu kojom bi se teorija mogla osporiti prestaje biti teorijom i postiže status svjetonazora ili dogme«, smatraju Jones i dr. (2011:117).

Dok se iz kršćanske perspektive može priznati važan doprinos psihoanalize da ukazuje na dubinu ljudskog samozavaravanja, svođenje sve ljudske spoznaje i djelovanja na funkciju trauma iz djetinjstva krajnje je problematično, budući da niječe utjecaj drugih faktora i same slobodne volje, reducirajući čovjeka na naturalistički determinirano biće. Po Browningu i Cooperu, Freud je bio »dogmatičan« glede tog naturalizma (Jones i dr., 2011:118). U takvom zatvorenom sustavu nema nikakvog mjesta za opću ili posebnu objavu, za bilo koji nadnaravni utjecaj, bilo kakvo dublje značenje duhovno-religijskih čežnji ili za bilo kakav viši smisao ljudskog života. U tom aspektu kršćanstvo i psihoanaliza nikako nisu pomirljivi, budući da psihoanaliza niječe i Boga i ljudsku slobodu, dvije osnovne postavke kršćanstva.

Glede psihoseksualnih razvojnih stadija o kojima govori psihoanaliza, Jones i dr. priznaju njezin doprinos boljem razumijevanju ljudskog razvoja i važnosti ranog djetinjstva, osobito

seksualnosti i agresije. Napominju, međutim, da suvremena psihoanaliza uglavnom promatra razvojne teškoće u cjeloživotnoj perspektivi.

Jones i dr. slažu se s Korchinom u tome da su »mnogi središnji elementi Freudove intrapsihičke teorije možda manje biološki i univerzalni no što se to ranije smatralo, a više interpersonalni i sociokulturni« (Jones i dr., 2011:120). U tom smjeru nadograđivali su na Freudove temelje mnogi psihoanalitički »revizionisti« i »heretici«. Neki autori smatraju da je činjenica da sam Freud nije imao svog analitičara mogla utjecati na njegova mehanicistička shvaćanja, budući da nije iz pozicije klijenta doživio dijalošku, interpersonalnu narav terapijskog saveza. Suvremene psihodinamičke teorije uglavnom se odmiču od mehanicističkog redukcionizma i tu se stvara daleko više prostora za kompatibilnost s kršćanstvom (Jones i dr., 2011:120).

Sveto pismo opsežno govori o međuljudskim odnosima, spolnosti, vlasti i poretku kao bitnim elementima ljudskog života već od prvih poglavlja Knjige Postanka. Istočnim grijehom ti elementi postaju okrnjeni u smislu potamnjenja razuma i slabljenja volje prema razbuktalim strastima. Zbog toga spolnost postaje povezana sa stidom i strahom, a golotinja se počinje pokrivati; u ljudske odnose uvlače se požuda i gospodarenje (usp. Katekizam Katoličke Crkve, 1994:400). Neprijateljstvo koje prvi ljudi pokazuju prema Bogu postaje trajni element unutarnjeg čovjekova života i međuljudskih odnosa, te ta agresija ubrzo rezultira i prvim ubojstvom – Kajin ubija brata Abela (usp. Katekizam Katoličke Crkve, 1994:401). U tom smislu Freudovi »eros« i »thanatos« imaju određenu kršćansku paralelu. No, u kršćanskoj perspektivi čovjek je stvoren na sliku i priliku Božju, kao »veoma dobar«. Stoga su njegove duševne moći, iako grijehom ranjene i narušene, ipak temeljno dobre. Također, primjenom Kristova otkupljenja čovjek može postati novo, kristoliko stvorenje (usp. 2 Kor 5,17), obnavljajući se u izvornoj pravednosti. Stoga je kršćanska slika čovjeka i terapijskog potencijala ipak optimističnija nego ona Freudove psihoanalize (Tan, 2011). Imajući to na umu, kao i činjenicu da je iz kršćanske perspektive temeljni konflikt u čovjeku između ljubavi prema Bogu i pobune protiv njega, ipak psihoanalitička teorija motivacije nije sasvim nekompatibilna s kršćanstvom (Jones i dr., 2011:121).

Sveto pismo na nekim mjestima ukazuje na poznavanje i priznavanje nesvjesnog. Tako se, primjerice, Ivan Krstitelj raduje Isusu još u majčinoj utrobi. To se očito odvija na razini duha, nesvjesno. Također, psalmist na jednom mjestu moli: »Ali tko propuste svoje da zapazi? Od potajnih grijeha očisti me! « (Ps 19,13). Mjesto odakle izvire ti »potajni grijesi«, kojih psalmist

nije svjestan, jest ono što Biblija naziva »srcem«, jer Isus naučava da »iz srca izviru opake namisli, ubojstva, preljubi, bludništva, krađe, lažna svjedočanstva, psovke« (Mt 15,19). O tom pak duhovnom organu stoji u Knjizi proroka Jeremije: »Podmuklije od svega je srce. Jedva popravljivo, tko da ga pronikne?« (Jr 17,9). Upravo taj opis srca kao »podmuklog« i »nepronicijivog« ukazuje nam da se smjera na ono što izmiče svijesti čovjeka. Zato »srcem vjerovati opravdava« (Rim 10,10), to jest vjera treba procesom unutarnjeg ozdravljanja i oslobađanja prožeti i naše duboke, nesvjesne strukture, a ne ostati samo na svjesnoj površini (usp. Sandford). Apostol Pavao piše: »Doista, ničega sebi nisam svjestan, no time nisam opravdan: moj je sudac Gospodin. Zato ne sudite ništa prije vremena dok ne dođe Gospodin koji će iznijeti na vidjelo što je sakriveno u tami i razotkriti nakane srdaca« (1 Kor 4,4-5). Na drugom mjestu pak stoji: »Zbilja ne razumijem što radim: ta ne činim ono što bih htio, nego što mrzim – to činim« (Rim 7,15). Čini se da je Apostolu jasno da i u njemu postoji nešto čega »nije svjestan«, što »ne razumije«; postoji ono što je »skriveno u tami«, »nakane srca« koje može do kraja rasvijetliti samo Gospod. Sam Bog u svojoj očinskoj pedagogiji nastoji oko toga da nam nesvjesno postane svjesno, kako svjedoči knjiga »Duhovni boj« iz 16. st.: »Ako im Bog, koji ih želi dovesti do istinske spoznaje njih samih i na put savršenstva, pošalje kakvu nevolju i bolest ili im pripusti progone (...) tada otkrivaju vlastiti lažni temelj i vlastitu nutrinu pokvarenu i gnjilu zbog oholosti« (Scupoli, 2011:11). Arhimandrit Sofronije, pišući iz perspektive istočne, bizantske duhovnosti, zaključuje: »Kada je um sjedinjen sa srcem, svjestan je svakog pokreta u »podsvjesnom«, pojašnjavajući ipak da ovaj termin koristi tek uvjetno, budući da ne odgovara u potpunosti pravoslavnoj asketskoj antropologiji« (Vlachos, 2017:309).

U pogledu obrambenih mehanizama, Narramore tvrdi da psihoanaliza ide onkraj svetopisamskih opisa ljudskog izbjegavanja bolne stvarnosti, ali nije u neskladu s njima (Jones i dr., 2011:121). Također, tvrdnja psihoanalize da je sve ljudsko ponašanje motivirano i svrhovito u skladu je s kršćanskim svjetonazorom. Posebna važnost djetinjstva za formiranje osobe također je zasvjedočena Pismom: »Upućuj dijete prema njegovu putu, pa kad i ostari, neće odstupiti od njega« (Izr 22,6); »Očevi, ne ogorčujte svoje djece da ne klonu duhom« (Kol 3,21) (usp. Jones i dr., 2011:122).

Prema Storru, psihoanaliza je toliko individualistička »da su odnosi s drugima vrijedni samo ukoliko olakšavaju nagonsku gratifikaciju« (Jones i dr., 2011:122). Browning i Cooper slažu se da Freudov pristup praktički ne ostavlja mjesta za istinski altruizam. »Kako bi freudovska misao mogla, primjerice, protumačiti požrtvovnu službu majke Tereze u slamovima Kalkute?

« (Jones i dr., 2011:122). Implicitni etički princip psihoanalize je »oprezan, ali pošten reciprocitet« – budući da je svakome u konačnici stalo samo do vlastitog zadovoljenja, nastojimo tako »trgovati« da svi na kraju budu zadovoljni, prema principu »*do ut des*«, »dam da daš« (Jones i dr., 2011:122.). Nasuprot tome, kršćanstvo ne potiče na oprez pri davanju sebe, nego na preuzimanje rizika ljubavi; ono također potiče na darivanje u ljubavi i kada ono nije zaslužno ili recipročno uzvraćeno: »Bog pokaza ljubav svoju prema nama ovako: dok još bijasmo grešnici, Krist za nas umrije« (Rim 5,8). Psihoanalitičko konceptualiziranje ljubavi u darvinovskim kategorijama »opstanka najsposobnijih« nije spojivo s kršćanskim pojmom ljubavi. Općenitije govoreći, individualizam i intrapsihički fokus psihoanalize može dovesti do zanemarivanja izvanjske stvarnosti i izostanka dužne pažnje prema odgovornostima u zajednici, barem kada to nije u interesu pojedinca.

Za kršćanina spasenje, u konačnici, dolazi izvana – od Boga. U tom smislu postoji opasnost da psihoanaliza u životu kršćanina funkcionira kao inačica hereze gnosticizma, gdje se samospoznajom, posebnim uvidima koji drugima nisu dostupni, čovjek sam spašava. Iz kršćanske perspektive, znanje o samima sebi, posvješćivanje prethodno nesvjesnog, treba dovesti do poniznosti i pokajanja kao uvjeta primanja spasenja. Također, svrha je samospoznaje u kršćanstvu da se ona pretoči u praksu kreposti (Jones i dr., 2011:124).

»Odgovorni eklektički terapeuti smatraju psihodinamičke koncepte kao što su otpor, transfer i kontratransfer, prisila ponavljanja, oplakivanje iluzija i ego obrambeni mehanizmi izrazito korisnima u istraživanju aktualnih teškoća u klijentovom životu« (Jones i dr., 2011:126). No, psihoanaliza u strogom smislu pokazuje se prilično nepraktičnom i nepopularnom, osobito s obzirom na predviđeno trajanje i trošak. Treba ipak reći da ni kršćanski duhovnici ne predviđaju mogućnost brzih i lakih rješenja u rekonstruiranju ličnosti: zamjena »starog« čovjeka »novim« je dugoročan, pa i cjeloživotni proces (usp. Vlachos, 2017). Također, vrlo dugotrajna i rigorozna obuka budućih psihoanalitičara, čini se, zna dovesti do pomalo arogantnog, ekskluzivističkog stava (Jones i dr., 2011). Iz kršćanske perspektive upitan je i hladan, distanciran i anoniman stav psihoanalitičara. Iako takav stav može olakšavati transfer, može također i implicitno komunicirati vrijednosne stavove o odnosima koji nisu u skladu s kršćanskim poimanjem središnje uloge *agape* ljubavi u svim ljudskim odnosima, pa i terapijskom. Noviji pristupi psihoanalizi prilagodili su terapijski odnos tako da je više u skladu s kršćanskim shvaćanjem (usp. Tan, 2011:64). Glede cilja terapije, Freud je vjerovao da je »rezultat analize zamjena neurotične bijede svakodnevnom nesrećom« (Breuer i Freud u: Jones

i dr., 2011:128), što je neusporedivo pesimističnija vizija od kršćanskog postizanja prosvjetljenja i pobožanstvenjenja (vidi poglavlje o kršćanskom putu ozdravljanja i sazrijevanja).

Glede oplakivanja iluzija, radi se o adekvatnoj primjeni pashalnog otajstva na duševni život: smrt prethodi novome rođenju; »stari čovjek« treba umrijeti da bi »novi čovjek« živio (vidi poglavlje o pavlovskoj psihoterapiji). Spremnost na žrtvu krucijalna je kako za psihički, tako i za duhovni razvoj, koji se na koncu i ne mogu odvojiti (vidi poglavlje o odnosu psihičke i duhovne dimenzije u ljudskom sazrijevanju) (usp. Jones i dr., 2011). U tom smislu psihoanaliza se pridružuje kršćanstvu u otrežnjujućoj poruci današnjem čovjeku koji često izbjegava trpljenje pod svaku cijenu.

5.2. Egzistencijalna terapija

5.2.1. Sažeti opis pravca

»Egzistencijalna terapija je zapravo više *filozofski stav ili pristup* u savjetovanju više negoli posebna škola terapije sa specifičnim tehnikama, iako su egzistencijalni terapeuti razvili i koristili neke terapijske intervencije« (Tan, 2011:102). »Osnovna egzistencijalistička premisa je da ljudi nisu žrtve okolnosti, jer su u velikoj mjeri ono što žele biti« (Corey, 2004:143). U tom smislu nazvat ćemo egzistencijalnom terapijom skup svih terapijskih pristupa koji se temelje na egzistencijalnoj filozofiji i nastoje pomoći klijentima da žive autentično, smisleno i odgovorno (Tan, 2011). Stoga je ovaj smjer prilično heterogen, primjerice u shvaćanju ljudske prirode (u spektru od optimizma do nihilizma) te odnosu prema religiji. Među misliocima koji su uvelike utjecali na razvoj ovog terapijskog pristupa su Kierkegaard, Nietzsche, Heidegger, Sartre, Buber, Husserl, Jaspers, Tillich, a značajan je i utjecaj književnika poput Dostojevskog, Camusa i Kafke (Tan, 2011).

Kierkegaard (1813-1855), kojega se naziva ocem egzistencijalizma, zagovarao je potrebu ravnoteže i komplementarnosti subjektivizma i objektivizma kako bi se došlo do što potpunije slike ljudskog stanja (Watson i dr., 2011). Dok preveliki naglasak na jedan ili drugi pol vodi u psihopatologiju, smatra Kierkegaard, njihova ravnoteža vodi u mentalno zdravlje (Watson i dr., 2011:297). Sartre (1905-1980), koji je prvi upotrijebio termin »egzistencijalno«, zagovarao je autentičan način življenja nasuprot konformizmu svoga vremena. Heidegger (1889.-1976) je pak autor jednog od ključnih egzistencijalističkih pojmova, a to je »tubitak« (njem. *Dasein*),

odnosno subjektivno svjesno bivanje u svijetu (Watson i dr., 2011). Binswanger, koji se nadovezao na rad Husserla i Heideggera, došao je do zaključka kako je nužno integrirati tri stvari, za koje je uporabio tri njemačke riječi: *Eigenwelt*, *Mitwelt* i *Umwelt*, a to znači »vlastiti svijet, svijet odnosa s drugima i okolni svijet« (Hergenhahn i Henley u: Puljić, 2022:524). Van Uerzen-Smith ovome je krajem 20. st. dodao i *Uberwelt* kao duhovni ili idealni svijet (Tan, 2011:109). Egzistencijalizam zagovara spontano i autentično življenje u sva tri svijeta. Egzistencijalna tjeskoba koja se javlja u čovjeku odraz je svijesti o njegovoj konačnosti i smrtnosti, te odgovornosti za posljedice vlastitih izbora kojima kreira vlastiti život.

Prema Coreyu, Frankl je najpopularniji autor egzistencijalnog terapijskog usmjerenja, a posebna je dodana vrijednost njegovog djela prokušnost njegovih teorija kroz vlastite životne tragedije (Corey, 2004:141). Frankl je bio liječnik i doktor filozofije, sveučilišni profesor. Najpoznatiji je po svojoj knjizi »Čovjekova potraga za smislom« u kojoj je iznio svoje iskustvo zatvorenika nacističkih koncentracijskih logora Auschwitz i Dachau tijekom Drugog svjetskog rata. Supruga i drugi članovi obitelji stradali su mu u logorima. Iako je egzistencijalističku filozofiju i egzistencijalnu terapiju razvijao i prije ratnih stradanja, kroz svoje iskustvo krajnje ljudske patnje i nehumanih uvjeta života Frankl je došao do potvrde zaključaka da je potreba za smislom najdublja čovjekova potreba, da je smisao moguće pronaći i u najtežim životnim okolnostima i da je čak i tada sloboda izbora stvarna i neotuđiva (Tan, 2011; Corey, 2004). Dobra su ilustracija Franklovog pristupa, koji je nazvao logoterapijom, dva Nietzscheova citata koja je volio: »Onaj koji ima zašto živjeti, znat će i kako« i: »Ono što me ne ubija, čini me jačim« (Frankl u: Corey, 2004:144). Frankl je odbacio Freudov determinizam, naglašavajući središnju ulogu smisla, slobode izbora i odgovornosti kao odgovora na »egzistencijalni vakuum« koji izvire iz besmisla i izolacije (Tan, 2011; Corey, 2004). Iako egzistencijalni terapeuti u cjelini ne naglašavaju značaj terapijskih tehnika, Frankl je u sklopu logoterapije razvio tehnike kao što su derefleksija (preusmjeravanje pretjerane i kontraproduktivne pažnje) i paradoksalna intencija (pacijenta se potiče da čini suprotno od onoga što mu je izvorna nakana, odnosno da izazove ili preuveliča ono čega se boji ili što pokušava pod svaku cijenu spriječiti) (Tan, 2011).

Neopterećeni tehnikom i procedurom terapije, egzistencijalni terapeuti naglašavaju osobno dostojanstvo i nastoje proniknuti ljudska iskustva, osobito tjeskobu uslijed besmisla i izolacije. Na čovjeka gledaju kao na stalni projekt – čovjek kontinuirano sam sebe otkriva i stvara prema svojim vrijednostima i na njima utemeljenim izborima (Corey, 2004; Tan, 2011). Temeljna

pitanja s kojima se čovjek treba suočiti i na njih odgovoriti jesu pitanja tipa: »Odakle dolazim?«; »Tko sam bio/la?«; »Tko sam sada?«; »Zašto sam ovdje?«; »Kamo idem?« (Corey, 2004; Tan, 2011). Prednosti takvog shvaćanja ljudske naravi su izbjegavanje fatalizma i determinizma, ali dolazi uz cijenu egzistencijalne tjeskobe i značajne osobne odgovornosti (Tan, 2011).

Gledano iz perspektive egzistencijalne terapije, osnova psihopatologije je izbor neautentičnog, lažnog načina života, izabranog obično iz neke vrste sigurnosti koju omogućuje. To laganje može biti usmjereno prema nama samima, prema drugima (npr. da se dobije tuđe odobravanje) ili poprimiti oblik krivotvorenja našeg odnosa s okolinom. U težnji da izbjegne egzistencijalnu tjeskobu i odgovornost koju nosi autentično življenje, čovjek upada u tjeskobu neuroze (Tan, 2011). Nadalje, prenaplašavanje jedne od ranije spomenutih razina postojanja u svijetu nauštrb drugih (npr. bijeg od suočavanja s unutarnjim svijetom bježanjem u vanjske odnose i aktivnosti), također dovodi do psihopatologije (Tan, 2011). Također, psihološki su simptomi simboli i znakovi našega očaja, čije značenje trebamo otkriti (Watson i dr., 2011:304). Budući da »neadekvatna filozofija života neizbježno dovodi do simptoma« (Watson i dr., 2011:306), »važnost odgovora osobe na značajna životna pitanja je u srcu pogleda na zdravlje egzistencijalne psihologije« (Watson i dr., 2011:308). Po Yalomu, ta značajna pitanja tiču se ponajprije četiri stvarnosti: »smrti, slobode, izolacije i besmisla« (Watson i dr., 2011:308).

U skladu s navedenim, egzistencijalna se terapija bavi pitanjima poput:

- rasta samosvijesti, posebno o vlastitim izborima i njihovim posljedicama
- nadvladavanja paralize djelovanja uslijed egzistencijalne tjeskobe;
- dizajniranja vlastitog, autentičnog životnog projekta neovisno o očekivanjima drugih i vlastitim izborima iz prošlosti;
- učenja iz prošlosti radi kvalitetnijeg oblikovanja budućnosti;
- usklađivanja različitih razina egzistencije;
- prepoznavanja i odbacivanja lažnih i neautentičnih obrazaca življenja;
- oslobađanja od uloge žrtve;
- promjena doživljaja i vrednovanja događaja iz vlastitog života;
- prihvatanja sebe i zauzimanja za sebe unatoč vlastitim nedostacima;
- življenja u sadašnjosti umjesto u traumama iz prošlosti ili strahovima o budućnosti
- razvoja koherentne životne filozofije (Tan, 2011; Corey, 2004).

Terapeut pristupa klijentu s »terapijskom ljubavlju« (Sharf u: Tan, 2011:111), ostvarujući topao i autentični odnos dviju osoba u kojem terapeut nije toliko ekspert, koliko suradnik (Tan, 2011; Watson i dr., 2011). Terapija nije usmjerena na osobnu povijest, već na sadašnju situaciju (Corey, 2004:154). Egzistencijalni terapeuti mogu koristiti širok spektar tehnika, prilagođavajući ih aktualnim prilikama i osobama. Primjeri tih tehnika bili bi zamišljanje vlastitog sprovoda ili pisanje vlastitog sprovodnog govora (radi suočavanja sa smrću); nježna, ali čvrsta konfrontacija pri klijentovom bježanju od odgovornosti; sokratski dijalog (radi preispitivanja temeljnih pretpostavki klijentovih uvjerenja). Opet, neki egzistencijalno orijentirani terapeuti tehnike kao takve preziru, »smatrajući ih rigidnim, rutinskim, manipulativnim« (Corey, 2004:154) i objektivizirajućim (Watson i dr., 2011:311). Terapeut je »ranjeni iscjelitelj« (Mendelowitz i Schneider u: Tan, 2011:111) koji se ne ustručava primjerenog samootkrivanja (Tan, 2011). Egzistencijalna terapija, poput psihoanalize, može biti dugotrajnija i intenzivnija. Prema Cohnu, egzistencijalni terapeut ne stavlja velik naglasak na analizu transfera kako to ne bi narušilo autentičnost odnosa s klijentom (Tan, 2011:112).

5.2.2. Teološki osvrt

Egzistencijalizam obuhvaća autore koji su negirali nadnaravno (poput Nietzschea), ali i autore koji su svoj egzistencijalizam proželi vjerom (poput Kierkegaarda) te u tom smislu postoji ambivalentan odnos između kršćanstva i egzistencijalizma (Watson i dr., 2011). S jedne strane, egzistencijalna terapija pokazuje ponajviše sličnosti s kršćanstvom, budući da stavlja u fokus mnoga pitanja koja su u srži božanske objave, kao što su pitanja smisla, problema smrti, autentičnog življenja i slično. S druge strane, ateistička egzistencijalna terapija na ta pitanja daje odgovore koji su iz kršćanske perspektive redovito nepotpuni ili pogrešni (Tan, 2011). Perspektiva smrti kao konačnog ništavila i objektivnog besmisla može dovesti do stoicizma, pa i nihilizma (Tan, 2011), a terapijski gledano može čak povećati depresivnost i anksioznost (Watson i dr, 2011).

U cjelini, egzistencijalna terapija ne pristupa čovjeku redukcionistički (poput, primjerice, biheviorizma), već afirmira dostojanstvo ljudske osobe kroz njezinu unutarnju, specifično ljudsku motivaciju i potragu za smislom nasuprot ponašanja koje bi, primjerice, bilo motivirano pukim izbjegavanjem kazne ili postizanjem nagrade. U tom pogledu egzistencijalna je terapija uvelike u skladu s kršćanskom antropologijom (Watson i dr., 2011).

Aktualizacija koju zagovara egzistencijalna terapija je također veliki korak naprijed u odnosu na samozadovoljno korištenje obrambenih mehanizama: »Brojni ljudi imaju iskustvo samoispunjenja i zadovoljstva sobom, dok zapravo zanemaruju vlastiti potencijal te propuštaju činiti dobar dio onoga što se od njih očekuje« (Groeschel, 2009:143-144). Samoaktualizacija kao tema humanističke i egzistencijalističke psihologije ima svoju kršćansku potvrdu u nauku Crkve:

Riječ je postala tijelom da postanemo »zajedničari božanske naravi« (2 Pt 1, 4): »Razlog radi kojega je Riječ postala čovjekom, i Sin Božji, Sinom čovječjim jest da bi čovjek, ulazeći u zajedništvo s Riječju i primajući tako božansko posinjenje, postao Sinom Božjim«. »Zaista Sin Božji je postao čovjekom da nas učini bogovima«. »Jedinorođeni [...] Sin Božji, hoteći nas učiniti dionicima svoga boštva, uzeo je našu narav da bi, postavši čovjekom, ljude učinio bogovima.« (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:460).

Praktički je nemoguće i zamisliti veći stupanj ostvarenja čovjeka od pobožanstvenjenja. No, za razliku od Nietzscheove vizije nadčovjeka, kršćanstvo drži da se pobožanstvenjenje kao prava i potpuna aktualizacija čovjeka ne može postići vlastitim snagama, već je za to neophodna Božja milost.

S time je u vezi shvaćanje ljudske slobode, koje je kod egzistencijalista – po kršćanskom shvaćanju – pretjerano optimistično. Kršćanstvo poznaje pojam duhovnoga ropstva – stanja u kojem čovjek, ma koliko se trudio, ne može samo snagom vlastite volje nadvladati određene zloćudne obrasce mišljenja, osjećanja, ponašanja i odnosa (*Deliverance ministry*, 2021). Naša je slobodna volja tada vezana do određenog stupnja i u određenim područjima: »Tko god čini grijeh, rob je grijeha« (Iv 8,34). Još općenitije govoreći, brojni psihosocijalni problemi koje čovjek doživljava nisu uopće ili su samo malim dijelom posljedica čovjekova izbora (Watson i dr., 2011). Oslanjati se samo na vlastitu volju u takvim slučajevima značilo bi oponašati baruna Munchausena u nastojanju da se izvuče iz močvare vukući se za vlastiti perčin. No, valja priznati da je egzistencijalističko inzistiranje na slobodi ipak daleko bliže kršćanstvu od, primjerice, determinizma psihoanalize ili biheviorizma. U kršćanskoj je objavi neupitno da čovjek jest temeljno slobodan, a time i odgovoran.

U toj slobodi čovjek treba pronaći, dizajnirati svoj životni smisao, tvrdi egzistencijalna terapija. Pitanja na koja čovjek treba odgovoriti po egzistencijalnoj terapiji istovjetna su pitanjima koje postavlja kršćanski Katekizam: »Odakle dolazimo?«, »Kamo idemo?«, »Koje nam je

podrijetlo?«, »Koja nam je svrha?« (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:282). Međutim, Katekizam postavlja još jedno dodatno pitanje: »Odakle dolazi i kamo ide sve što postoji?«, iz čega se da iščitati da se smisao života pojedinca ne da odvojiti od smisla svijeta kojem čovjek pripada i u kojem postoji. Kršćanski gledajući, opći smisao ljudskog života je objektivno zadan: upoznati i ljubiti Boga, bližnjega i sebe (usp. Katekizam Katoličke Crkve, 1994:2840). Unutar toga, dakako, postoji širok prostor slobode i odgovornosti u kojem čovjek na neki način sustvara samoga sebe i to je značajna sukladnost između kršćanske duhovnosti i egzistencijalne terapije. Nesukladnost između kršćanstva i egzistencijalizma pojavila bi se u slučaju traženja autentičnog načina života koji bi bio isuviše subjektivistički i individualistički koncipiran, s osobnim iskustvom i fenomenološkom metodom kao jedinim kriterijima (Watson i dr., 2011).

Značajna je podudarnost u egzistencijalističkoj i kršćanskoj viziji i važnost prepoznavanja laži koje su u korijenu pogrešnog načina življenja i koje je potrebno iskorijeniti i zamijeniti istinom, kako bi se ispravno živjelo. Prva biblijska knjiga – Knjiga Postanka – donosi pripovijest o padu u grijeh prvih ljudi (usp. Post 3). Taj grijeh – kršćanski pojam za ponašanje koje narušava ispravno bivanje u svijetu i odnose sa sobom, drugima i okolinom - učinjen je upravo na temelju laži. I drevni pustinjski oci i suvremeni modeli kršćanskog savjetovanja, kao što je »Oslobođeni« Neala Lozana (2011), naglašavaju upravo prepoznavanje tih laži kao »pogrešnog softvera« u čovjeku, te njihovu zamjenu istinama kao pretpostavku ozdravljenja i oslobođenja, to jest konstruktivne promjene i autentičnog načina života. Tu egzistencijalizam dolazi do Pilatovog pitanja: »Što je istina?« (Iv 18,38), baš kao što se u kognitivno-bihevioralnoj terapiji postavlja pitanje: »Što su to racionalne misli?«. Kriteriji istine za kršćanina su razum i vjera, koja nije nerazumna, nego je nadrazumna. Tamo gdje se čovjek oslanja samo na razum, dolazi do problema kada se radi o empirijski nedohvatljivim i spekulativno teško dohvatljivim istinama. Upravo radi toga božanska objava sadrži i mnoge stvari koje se načelno mogu dosegnuti ljudskim razumom, ali ih u ovom palom stanju ne mogu doseći »svi, lako, sigurno i bez zablude« (*Dei Verbum*, 1965:6). Bez objave, čini se, teret odgovaranja na velika pitanja života – kojega ni svi veliki ljudski mislioci povijesti zajedno nisu uspjeli do kraja ponijeti – pada na leđa nekog pojedinca, k tome možda još i ispodprosječno kapacitiranog. Osobito misterij i problem smrti – jedno od glavnih pitanja egzistencijalizma - ostaje nerazrješiv bez Kristova uskrsnuća.

Biblijski izvještaj o stvaranju smješta čovjeka u kontekst prirode i društva. Čovjek je supstancijalno jedinstvo duše i tijela (usp. Katekizam Katoličke Crkve, 1994:362) i ujedno

»društveno biće« (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1146). Stoga iz kršćanske perspektive razumijevanje psihopatologije u egzistencijalnoj terapiji nije cjelovito, budući da »egzistencijalni psiholozi diskutiraju o malo bioloških ili sociokulturnih faktora« te ih »mnogi egzistencijalni pisci izostavljaju« (Watson i dr., 2011:325).

S druge strane, egzistencijalni terapeuti simptome poput tjeskobe i krivnje ne smatraju tek smetnjama koje treba ukloniti i tako »brzo i učinkovito« povratiti narušenu homeostazu. To može biti napast nekih suvremenih terapijskih pristupa, osobito kada se terapija plaća od strane osiguravajućih društava koje inzistiraju na takvim rješenjima kao »ekonomičnim«. Opasnost koja se tu krije, a u koju egzistencijalna terapija ne upada, jest da se previdi dublje značenje tih simptoma i spriječi razvoj osobe na kojega ti simptomi u biti pozivaju (Watson i dr., 2011; Dabrowski, 2016).

S obzirom na prostor za davanje informacija i samootkrivanje u okviru egzistencijalne terapije, »kršćanski egzistencijalni terapeut može s klijentima dijeliti informacije o Božjoj ljubavi i milosti, kao i vlastita iskustva padova i oprosta« (Watson i dr., 2011:333).

Nastojanje egzistencijalne terapije da izbjegne svako manipuliranje, objektiviziranje i ukalupljivanje klijenata nenaglašavanjem standardiziranih tehnika i tehnologije terapije, a sa svrhom promoviranja autentično ljudskog susreta iz kršćanske je perspektive pohvalna (Tan, 2011). Ipak, Tan ukazuje na potrebu granica u terapijskom odnosu i opasnostima njihova kršenja koje su osobito aktualne u ovakvom, bliskijem terapijskom odnosu kakvog zagovara egzistencijalizam. Također, s obzirom na aktivnu ulogu i prostor za samootkrivanje terapeuta, izraženija je opasnost nametanja vlastite životne filozofije klijentu. Etički je nužno da klijent bude svjestan vrijednosnog stava terapeuta, osobito kada on utječe na način provođenja i/ili sadržaj savjetovanja (Tan, 2011).

U krugu egzistencijalnih pristupa, Franklovu se logoterapiju nerijetko ističe kao posebno blisku kršćanskom svjetonazoru, posebno s obzirom na naglašavanje objektivnih vrijednosti, otvorenost religiji i osmišljavanje patnje (Tan, 2011). No, Tan (2011) ističe da je Frankl smatrao sve religije jednakima, a napredak u vjerskom životu povezivao je sa relativiziranjem vjerskog nauka, što iz kršćanske perspektive nikako nije prihvatljivo.

5.3. Kognitivno-bihevioralna terapija

5.3.1. Sažeti opis pristupa

Skinnerov biheviorizam nalazi se u povijesnoj podlozi kasnijih kognitivno-bihevioralnih terapija (KBT), kao što se Freudova psihoanaliza nalazi u podlozi kasnijih psihodinamičkih pristupa. Taj »prvi val« (McMinn i dr., 2011:202) KBT-a je, iz kršćanske perspektive gledano, dobro osvjetlio čovjeka ukoliko je stvoren, izložen utjecajima okoline i svojom biologijom sličan životinji, ali ga je pogrešno protumačio naturalistički i deterministički te je propustio sagledati i »vrednovati naše više ljudske sposobnosti« (Jones i dr., 2011:196).

Kognitivno-bihevioralna terapija definirana je kao »svrhovitiji pokušaj da se sačuva pokazana učinkovitost bihevioralne modifikacije u manje doktrinarnom kontekstu, uz uključivanje kognitivnih aktivnosti klijenata u nastojanju da se postigne terapijska promjena« (Kendall i Holon u: Tan, 2011:247). Najznačajniji predstavnici tog »drugog vala« su REBT Alberta Ellisa, kognitivna terapija Aarona Becka i kognitivno-bihevioralna modifikacija Donalda Meichenbauma (McMinn i dr., 2011; Tan, 2011). U ovom radu fokusirat ćemo se na taj »drugi val« i još specifičnije na Ellisov REBT kao konkretan primjer.

»Treći val« KBT-a predstavljaju napose Hayesov ACT (eng. *acceptance and commitment therapy*), Segalov, Williamsov i Teasdale-ov MBCT (eng. *mindfulness-based cognitive therapy*) i Linehanin DBT (eng. *dialectical behavior therapy*) (McMinn i dr., 2011). Autori »trećeg vala« »manje se bave točnošću percepcije i preferiraju naglasak na kontekstualne i funkcionalne aspekte misli i ponašanja« (McMinn i dr., 2011:203). Treći val KBT-a predstavlja daljnji odmak od biheviorizma.

KBT se u odnosu na strogi biheviorizam odlikuje rafiniranijim shvaćanjem ljudske prirode u kojem ima mjesta za slobodnu volju čovjeka. McMinn i dr. prepoznaju četiri čimbenika koji su snažno utjecali na razvoj KBT-a. Na prvom je mjestu utjecaj Bandure sa njegovom teorijom o socijalnom učenju – ne utječe samo okolina na pojedinca, već i pojedinac utječe na okolinu (McMinn i dr., 2011; Tan, 2011). Utjecaj na KBT izvršila je i kognitivna znanost, koja se razvijala usporedno s tehnologijom i ponudila teoriju obrade informacija kao filozofsku podlogu kognitivne terapije (McMinn i dr., 2011). Treći čimbenik bio bi »klinički pragmatizam« (McMinn i dr., 2011:206). Ellis i Beck bili nekadašnji praktičari psihoanalize, koju su napustili smatrajući je neznanstvenom i neučinkovitom, te su težili bržim i

učinkovitijom modelima uklanjanja simptoma (Corey, 2004; Tan, 2011). Pritom nisu kliničku metodologiju bazirali na prethodno razrađenoj teoriji, već na opažanju onoga što klinički funkcionira (McMinn i dr., 2011). Četvrti je čimbenik utjecaj konstruktivizma, čija je središnja je tvrdnja da sudjelujemo u stvaranju svemira kojeg doživljavamo (McMinn i dr., 2011).

S obzirom na klinički pragmatizam, u KBT-u je dominantan pristup »od dna prema gore« u kojem se počinje s kliničkom praksom, zatim razvija psihološka teorija ličnosti koja ju podržava, a koja se onda utemeljuje u određenim filozofsko-teološkim postavkama (McMinn i dr., 2011). Suprotan je pristup »od vrha prema dolje« gdje se započinje s općim teorijskim pretpostavkama, nastavlja s teorijom ličnosti i zaključuje s kliničkim modelom koji tu teoriju prenosi u praksu. U svakom slučaju, postoji neki odnos između teorije i prakse. Taj odnos u KBT-u McMinn i dr. ocjenjuju »razočaravajućim u oba smjera« (2011:210), budući da teorija nije izvršila značajniji utjecaj na oblikovanje prakse, a praksa nije razvila dublju teoriju koja bi ju podržala (McMinn i dr., 2011).

Glede teorije osobnosti KBT-a, Mischel je predložio »idiografsku analizu« u kojoj se osobe ne svodi na njihovo mjesto na skali univerzalnih značajki, već ih se opisuje prema pet varijabli koje je osmislio. Prva od njih, »kognitivna strategija kodiranja«, odnosi se na različite načine na koje pridajemo značenje svojim iskustvima. Drugu varijablu čine »kognitivne i bihevioralne konstrukcijske kompetencije«: »Jednom kada smo stavili etiketu na iskustvo, slažemo komadiće iskustva na način koji se čini smislenim« (u: McMinn i dr., 2011:212). Treća komponenta Mischelova pristupa je »subjektivno vrednovanje podražaja«, koje je ukorijenjeno u specifičnim značajkama procesa učenja pojedinih osoba. »Operantno i klasično uvjetovanje« Mischel i dalje smatra važnim, iako uvjetovanje ne tumači mehanicistički, već kao kognitivni utjecaj na izbor ponašanja. Peta varijabla idiografske analize su »samoregulirajući sustavi i planovi«: »Kroz pamćenje, očekivanje i jezik uzimamo okruženje u sebe i tako misli postaju podjednako moćnom odrednicom našeg ponašanja kao i vanjsko okruženje« (u: McMinn i dr., 2011:213).

KBT počiva na određenim pretpostavkama o zdravlju i poremećenosti. Jedna od njih je da problem određuje sam klijent. Iako to oslanjanje na zdravi razum često funkcionira, u teološkom osvrtu ćemo vidjeti da nije uvijek tako. Druga je da se do zdravlja dolazi racionalnijim razmišljanjem, o čemu će također još biti riječi. Teoretičari trećeg vala, iz svoje meta-kognitivne perspektive, nadodaju da razmišljanje samo po sebi, neovisno o njegovu

sadržaju, može biti problem. Treba se znati odmaknuti od vlastitih misli i uravnotežiti svoju racionalnu dimenziju drugim načinima doživljavanja stvarnosti (McMinn i dr., 2011).

Meichenbaum, Ellis i Beck isprva su bili usmjereni na brzu i učinkovitu redukciju simptoma. Ellis je uglavnom ostao na toj putanji, koja je i dalje dominantna u tretiranju određenih poremećaja kao što su anksioznost, panični i opsesivno-kompulzivni poremećaj (McMinn i dr., 2011). Beck je razvio shema-teoriju, koja je omogućila primjenu KBT-a na kompleksnije poremećaje, poput poremećaja ličnosti i ovisnosti. Iako započinje tretiranjem simptoma, u ovakvom tretmanu »terapeut i klijent istražuju dublje kognitivne strukture i razvojne probleme koji su mogli utjecati na nastanak maladaptivnih shema« (McMinn i dr., 2011:228). Meichenbaum je također razvijao interes u smjeru uloge događaja iz djetinjstva na sadašnje poteškoće.

Ellisov REBT (racionalno-emocionalno-bihevioralna terapija) počiva na »A-B-C« formuli. Ljudi obično doživljavaju neugodne osjećaje i s njima povezane simptome (C prema eng. *consequent emotion*), koje smatraju izravnom posljedicom određenih događaja (A prema eng. *activating events*). Ellis je upozorio da zapravo između A i C postoji neko B (prema eng. *beliefs*), odnosno uvjerenje koje tumači A na način da proizvede C. Ellisova terapija sastoji se u nastavku tog abecednog niza s jednim D (od eng. *dispute*) – osporavanjem »zloćudnih« uvjerenja kako bi se postiglo željeni efekt zdravih, racionalnih misli E (od eng. *effect*) (McMinn i dr., 2011). Nove pak misli dovode do novih, pozitivnih osjećaja F (od eng. *feeling*) (Corey, 2004).

REBT se primarno bavi »mišljenjem i djelovanjem«, a »terapija se smatra obrazovnim procesom« (Corey, 2004:298) u kojem je terapeut učitelj, a klijent učenik. Terapija je direktivne naravi. Cilj je REBT-a »dati klijentima oruđe kojim će ponovo strukturirati svoje filozofske i ponašajne stilove« (Ellis i Yeager u: Corey, 2004:298). Za REBT je posebno važna tvrdnja da »emocionalne i ponašajne teškoće nastaju kad se jednostavne želje (za ljubavlju, uvažavanjem i uspjehom) proglase jako važnim potrebama« (Ellis u: Corey, 2004:299). Prestanak okrivljavanja sebe i drugih i prihvaćanje sebe kakvi jesmo također su važni naglasci REBT-a (Corey, 2004). Terapeut potiče klijenta ne samo da otkrije iracionalne misli koje uzrokuju njegove probleme, već i da istraži zašto se drži tih destruktivnih uvjerenja. Zatim mu pomaže da zamijeni te misli boljom životnom filozofijom, logično održivim i po mogućnosti znanstveno utemeljenim načinom mišljenja.

Naglasak u terapiji je na sadašnjosti, dok se osobna povijest ne uzima toliko u obzir. Nije toliko važno kako, zašto gdje i kada su nastala destruktivna vjerovanja, već je važno sada ih identificirati kao takva i zamijeniti boljima (Corey, 2004). »Od klijenata se očekuje da aktivno rade i izvan terapijskih susreta« (Corey, 2004:304). U REBT-u terapeuti prihvataju svoje klijente kakvi jesu, bez kritičkog stava, ali i bez naglaska na međuljudsku toplinu i empatiju – radi se prvenstveno o poučavanju. Terapeut je prilično otvoren i izravan, pa i u referiranju na transfer (kojega se, za razliku od primjerice psihoanalize, posebno ne potiče) (Corey, 2004). Važnu ulogu u terapiji imaju biblioterapija (osobito na temu samopomoći), domaće zadaće (koje mogu uključivati desenzibilizacijske vježbe i uvježbavanje vještina), misaoni eksperimenti, igranje uloga te humor (Corey, 2004). Poput drugih modaliteta KBT-a, REBT je tipično kraća terapija (Tan, 2011).

5.3.2. Teološki osvrt

Kognitivno-bihevioralnu terapiju teže je teorijski analizirati jer ne posjeduje jedinstvenu teoriju osobnosti, psihičkog zdravlja, bolesti i promjene. Prisutnost brojnih »mikroteorija«, koje smjeraju protumačiti ograničene terapijski relevantne fenomene umjesto ljudske naravi u cjelini također kompliciraju analizu (McMinn i dr., 2011).

Od ranije navedena četiri čimbenika koji su značajno utjecali na KBT (socijalno učenje, kognitivna znanost, klinički pragmatizam i konstruktivizam), po dva se mogu promatrati u paru, budući da dijele određene karakteristike. Tako teorija socijalnog učenja i kognitivna znanost dijele pretpostavku materijalizma, odnosno isključivanja duhovne dimenzije čovjeka, što nije prihvatljivo s kršćanskog gledišta (McMinn i dr., 2011). Argumentaciju o duhovnoj naravi ljudske duše osobito je pomno razradio sv. Toma Akvinski u svojoj »Teološkoj sumi«. Tu liniju argumentacije danas odlično zastupa Edward Feser (2010), inače vrlo uspješan osporavatelj tzv. »novih ateista« kao što su Richard Dawkins, Daniel Dennett, Sam Harris i Christopher Hitchens.

Ipak, teorija socijalnog učenja i kognitivna znanost osvjetljuju čovjeka ukoliko je stvoren, materijalan i uvjetovan. S obzirom na te karakteristike, važno je da se ne »preidentificiramo s našim postupcima« (McMinn i dr., 2011:207), kako to tvrdi i kršćanski nauk: »Onda to ne činim više ja, nego grijeh koji prebiva u meni« (Rim 7,17). Redukcionizam, determinizam i

antimentalizam koji izvire iz materijalizma i dalje su prisutni u KBT-u, ali na znatno blaži način nego kod Skinnerova biheviorizma. »Shvaćanje da su misli neuzročni epifenomeni uzmiče pred shvaćanjem da su obrasci mišljenja snažne determinante ponašanja« (McMinn i dr., 2011:208).

Treći i četvrti čimbenik – klinički pragmatizam i konstruktivizam – povezuje relativizam. Naime, jedna od osnovnih značajki KBT-a jest zamjena iracionalnih misli racionalnima. Pritom se, dakako, postavlja pitanje kriterija te racionalnosti. Ukoliko je odgovor »racionalne su one misli uslijed kojih ću se ja osjećati i funkcionirati bolje«, radi se o kršćanski neprihvatljivom relativizmu. Još prije izbora za papu, kardinal Ratzinger je upozoravao: »Gradimo diktaturu relativizma koja ništa ne priznaje kao definitivno i čiji se konačni cilj sastoji samo u nečijem egu i požudama« (Ratzinger u: Allen, 2010). Kao papa Benedikt XVI nastavio je govoriti o toj temi, možda i najvažnijoj u njegovu pontifikatu: »Diktatura relativizma prijeti potamniti nepromjenjivu istinu o ljudskoj naravi, njegovom određenju i konačnom dobru« (papa Benedikt XVI. u: Allen, 2010). No, taj relativizam također može značajno varirati u kvaliteti, od krajnje individualističkog, pa do društveno kontekstualiziranog (McMinn i dr., 2011), pri čemu je ovo drugo dakako bolje jer je barem bliže objektivnom vrednovanju.

Lazarus donosi jedan ekstremni primjer koji dobro osvjetljuje problematiku nepostojanja jasne teorije o zdravlju i poremećaju unutar KBT-a i prepuštanja određivanja terapijskog problema isključivo klijentu i terapeutu (McMinn i dr., 2011). Na terapiju dolazi žena koja se udala iz materijalnih interesa i imala brojne ljubavnike. Njezin je problem u tome što je razvila averziju prema seksualnim odnosima sa suprugom. »Lazarusov odgovor nije bio suočavanje s očitim narcizmom klijentice ili poticanje da poradi na svome braku« (McMinn i dr., 2011:225). Umjesto toga, cilj terapije je bio kako ju naučiti da se emocionalno isključi i tako uspije tolerirati seks sa suprugom dok nastavlja dosadašnjim načinom života (McMinn i dr., 2011). Iz kršćanske perspektive ovo je primjer kako je »operacija uspjela, a pacijent mrtav«. Pogubno je da uspješnost terapije definiraju samo klijent ili terapeut, bez ikakvog oslonca u objektivnim standardima mentalnog zdravlja i bolesti, koji su opet usko povezani s duhovnim zdravljem i bolešću (vidi potpoglavlje 3.1.). Također, neprihvatljivo je da se uspješnom terapijom smatra tek smanjivanje određenih simptoma bez otkrivanja njihova pravog značenja u kontekstu u kojem se pojavljuju (na što su upozorili autori egzistencijalne terapije) i objektivnim antropološkim i moralnim odrednicama. Općenito, preuzak fokus KBT-a na smanjenje ciljanih simptoma može dovesti do gubljenja iz vida cjelovite osobe u njenom životnom kontekstu (Tan, 2011).

KBT i osobito REBT također su kritizirani zbog nedostatnog naglaska na terapijski odnos u odnosu na tehniku. Iz teološke perspektive ljubav (grč. *agape*) ima apsolutno prvenstvo u svemu, pa i u oblikovanju terapije (usp. 1 Kor 13). Terapijski odnos po mjeri kršćanstva je nužno bratski, svjedočki, suosjećajan (usp. npr. Heb 2,11.18; 4,15; 5,2).

»KBT, slično bihevioralnoj terapiji, tipično se ne bavi egzistencijalnim pitanjima poput traženja smisla života, biranja autentičnih vrijednosti ili suočavanja sa strahom od smrti« (Tan, 2011:273). Ukoliko je bavljenje ovim pitanjima element bliskosti između egzistencijalne terapije i kršćanstva, utoliko ignoriranje istih udaljava KBT od kršćanskog pristupa.

Ono što se u egzistencijalnoj terapiji naziva lažima, djelomično se preklapa s iracionalnim mislima u KBT-u. Razlika je, čini se, u tome što je kod KBT-a naglasak na uvjerenjima izravno povezanim sa simptomima, dok se egzistencijalna terapija nerijetko odmiče od »tekućih pitanja« da bi se pozabavila dubljim, svjetonazorskim pitanjima koji su im u korijenu. U svakom slučaju, pozitivan osvrt na laži egzistencijalne terapije primjenjiv je i na iracionalne misli. Grijeh je iracionalan čin (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1872), a »moralni zakon pretpostavlja razumski poredak što ga je među stvorovima, za njihovo dobro i u vidu njihova cilja, uspostavila Stvoriteljeva svemoć, mudrost i dobrot« (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1951). Iz toga slijedi da će »kao živo biće obdareno razumom, sposobno spoznavati i razlučivati, čovjek uređivati svoje ponašanje služeći se svojom slobodom i svojim razumom« (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1951). »Zakon Božji je 'zakon razuma'« (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:2542).

Racionalnost je dakle, po sebi poželjna i neupitna. Međutim, kao i kod egzistencijalizma, pitanje je kriterija (racionalnosti). Prednost teorijske plitkoće KBT-a i osobito REBT-a jest u tome što se brzo i lako može prilagoditi različitim teorijskim podlogama. Tako se praksa REBT-a može podvrgnuti drugim standardima racionalnosti od onih njegova autora, inače ateista i hedonista (McMinn i dr., 2011). Djelo »*Integrative psychotherapy*« McMinna i Campbella (2007) upravo je pokušaj u smjeru integracije teološke teorije i kliničke prakse KBT-a. Tan (2011:274) navodi iduća pitanja koja se mogu koristiti u kršćanski prilagođenom KBT-u prilikom kognitivnog restrukturiranja: »Što Bog ima za reći o ovome? Što misliš da Biblija ima za reći o ovome? Što tvoja vjerska predaja ili Crkva ili denominacija ima za reći o ovome?«.

Nedostatak objektivnog kriterija racionalnosti može dovesti do određenih problema u KBT-u. Napose aktivna uloga terapeuta u osporavanju iracionalnih misli može dovesti do nametanja vlastitog sustava vrijednosti klijentu (Tan, 2011). Također, u slučaju problematičnih misli povezanih s vjerom i duhovnošću, dobronamjerni terapeut može umjesto konkretnog problema osporavati vjeru i duhovnost kao takve. Također, iz kršćanske perspektive osjećaji krivnje i žalosti nisu nužno neadekvatni i problematični (McMinn i dr., 2011): »Sad se radujem, ne što ste se ožalostili, nego što ste se ožalostili na obraćenje. Jer ožalostili ste se po Božju« (2 Kor 7,9). Zamišljati ljudsku zrelost kao stanje lišeno boli, bila bi »površna i anemična vizija« (McMinn i dr., 2011:248). Tim značajniju ulogu dobiva uparivanje klijenta i terapeuta po svjetonazorskoj i religijskoj osnovi, o čemu je bilo riječi u potpoglavlju 3.2. ovoga rada.

No, usprkos tim ogradama, ne može se previdjeti ogromna podudarnost između KBT-a i kršćanstva u naglašavanju važnosti onoga o čemu čovjek misli i u nastojanju oko zamjene destruktivnih misli konstruktivnima. Crkvena predaja na tome inzistira od samog Svetog pisma:

- »(Čovjek) je onakav kako u sebi misli« (Izr 23,7);
- »Ne suobličujte se ovomu svijetu, nego se preobrazujte obnavljanjem svoje pameti da mognete razabirati što je volja Božja, što li je dobro, Bogu milo, savršeno« (Rim 12,2);
- »Uostalom, braćo, što je god istinito, što god časno, što god pravedno, što god čisto, što god ljubazno, što god hvalevrijedno; je li što krepost, je li što pohvala – to nek vam je na srcu!« (Fil 4,8);

Osobito je istočna kršćanska monaška tradicija od pustinjских otaca do danas sačuvala svijest da je srž kršćanske askeze borba protiv zlih misli:

Ljudske misli i odluke rađaju se u srcu; tamo izviru nakane i težnje; ono je izvor volje i želje. Kršćanin je pozvan obrađivati »polje« svoga srca i biti pažljiv da »sjeme neprijatelja« tamo ne dospije (vidi Mt 13,24-30). Biti pozoran na srce znači ponajprije otpuštati zle misli i pažljivo čuvati srce (Catechism of the Ukrainian Catholic Church, 2016:752-753)

Crkva je oduvijek svjesna da ti »asketski naponi imaju terapijski karakter« (Catechism of the Ukrainian Catholic Church, 2016:755).

No, iako iracionalnost misli jest važan problem čovjeka, ne smije se smetnuti s uma da grijeh zahvaća i druge aspekte čovjekova bića i života. Također, ljudska se motivacija teško da objasniti težnjom za racionalnošću. Za kršćansku je interpretaciju ljudske motivacije bitna obnova odnosa s Bogom, ljudima i samim sobom (McMinn i dr., 2011).

Tan napominje da bi biblijski pristup KBT-u pažljivo uzeo u obzir »duhovni, iskustveni i čak mistični aspekt života« i čuvao bi se »prenaglašavanja racionalne, mislene dimenzije« (Tan, 2011:275). U tom smislu kršćanski je pristup više u skladu s gore navedenim stavom trećeg vala KBT-a: treba se znati odmaknuti od vlastitih misli i uravnotežiti svoju racionalnu dimenziju drugim načinima doživljavanja stvarnosti. Ipak, već REBT i u svome nazivu pohvalno naglašava kako racionalnost, tako i emocionalnost i ponašanje, dakle ima svojstvo multimodalnosti (Corey, 2004). Ta se širina još više ogleda u Lazarusovu multimodalnom pristupu BASIC I.D, u kojem se prate ponašanja, osjećaji, osjeti, slike, misli, odnosi i biološka komponenta (Hawkins i Clinton, 2015). Nauk Crkve zagovara cjelovito dobro čovjeka (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:2294), tako da joj je određeni terapijski pravac toliko bliži, koliko više aspekata ljudskog života uzima u obzir. Teološki je osobito relevantna relacionalnost: odnos ljubavi prema Bogu, bližnjemu i sebi cilj su i svrha čovjeka. Na tom tragu McMinn i Cambell zagovaraju »integraciju bihevioralnih, kognitivnih i interpersonalnih modela terapije unutar kršćanskog teološkog okvira radi uravnoteženijeg, cjelovitijeg i biblijski konzistentnog pristupa kršćanskoj terapiji« (Tan, 2011:276).

Upravo iz te perspektive cjelovitosti ponekad se ističe da KBT zanemaruje socijalne utjecaje na psihičko stanje čovjeka, kao što su »tlačenje, diskriminacija i marginalizacija« (Tan, 2011:274). U takvim situacijama nije objektivni prioritet baviti se iracionalnim mislima klijenta kojem treba prije svega empatija, osnaživanje, aktivacija društvenih resursa i drugo. Kršćanski nauk poznaje osobni grijeh, ali poznaje i »grieh struktura«, to jest društvene situacije i institucije koje mogu izvana tlačiteljski djelovati na čovjeka (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:1869). Psihosocijalni je pristup u tom kontekstu u pastoralnom savjetovanju neizostavan.

Osim što promjena misli dovodi do promjene ponašanja, u kršćanstvu je oduvijek živa svijest da vrijedi i obrnuto, kako je razvidno i iz citata koji se pripisuje blaženom Fultonu Sheenu: »Ako ne živiš ono u što vjeruješ, na kraju ćeš vjerovati u ono što živiš«. Bihevioralne tehnike u kršćanskoj askezi (u suštini vježbanje u vrlinama) stoga su uvijek išle uz »promjenu uma« kao međusobno podržavajuće. Također, u Bibliji nalazimo bihevioralni obrazac nagrada i kazni (Mt 25,31-46), kao i naglasak na važnost discipline (Heb 12,12-13). Stoga se kršćanski itekako može pozitivno vrednovati i bihevioralna komponenta KBT-a i koncept samoregulacije. Razvoj »oruđa kojim klijenti stječu gospodstvo nad vlastitim mislima i ponašanjima« (McMinn i dr., 2011:247) u skladu je s kršćanskim poimanjem: »Znanost i tehnika dragocjena su sredstva kad

se stavljaju u službu čovjeku promičući mu cjelovit razvoj za dobrobit sviju» (Katekizam Katoličke Crkve, 1994:2293).

Međutim, bihevioralni koncept KBT-a koji, slično kao kod psihoanalize, pretpostavlja da je svako ponašanje u konačnici usmjereno na vlastito dobro, iz kršćanske perspektive nije prihvatljiv jer negira svaki autentični altruizam (McMinn i dr., 2011). Ljubav iz 1 Kor 13 nadilazi motivaciju da se zasluži nagrada ili izbjegne kazna: »Ja ne želim skupljati zasluge za nebo, hoću raditi samo za tvoju ljubav« (Terezija od Djeteta Isusa, 2022:267).

Spomenuti idiografski naglasak KBT-a, koji cijeni jedinstvenost i neponovljivost svakog ljudskog bića, također je izrazito u skladu s kršćanskim poimanjem. No, svetopisamski je koristiti i kategorije prema sličnosti osobina (usp. 1 Kor 2,14-3,3). U tom smislu kršćanski je pristup svojevrsni balans između korištenja općih modela i priznavanja specifičnosti pojedinca (McMinn i dr., 2011).

6. Modeli odnosa duhovnog vodstva i psihoterapije

Johnsonova knjiga »*Psychology and Christianity: Five Views*« donosi pet pristupa povezivanju psihologije i kršćanstva. Na tom temelju dalje gradi knjiga »*Counseling and Christianity: Five Approaches*« Gregga i Sisemorea (2012), uspoređujući istih pet modaliteta u terapijskoj praksi, koja se u SAD-u uobičajeno naziva »*counseling*« – »savjetovanje«. Tih su pet modela: razine tumačenja, integracija, kršćanska psihologija, transformacijski model i biblijsko savjetovanje. Tih pet modela, smatram, adekvatno se može primijeniti i na usporedba duhovnog vodstva kao kršćanske formacijske prakse i psihoterapije koja se uvelike oslanja na psihologiju kao znanost koja »nastoji opisati, objasniti, predvidjeti i kontrolirati ponašanje i psihičke procese« (Rathus, 2001:2). Po Greggu i Sisemoreu (2012:22), Venov dijagram ovih pet pristupa ličio bi donekle na olimpijske prstenove: pet bi se krugova u nekoj mjeri preklapalo, »mada ne nužno sa svim drugim krugovima«. Također, valja naglasiti da i unutar svakog pristupa postoje razlike između pojedinih autora koji ih zastupaju i predstavljaju. Također, čini se da su određeni autori kroz vrijeme donekle mijenjali svoju poziciju (npr. Powlison) ili se čak sami smatraju predstavnicima više od jednog pristupa (npr. Moon).

Iz katoličke perspektive, ne bi bio prihvatljiv pristup »razina tumačenja« koji bi u slučaju kolizije s naukom vjere i morala dao prednost takvom »znanstvenom« tumačenju. S obzirom na katolički stav da istina opće božanske objave u prirodi ne može u konačnici biti u koliziji s istinom nadnaravne božanske objave, takva bi se znanstvena propozicija naprosto smatrala lošom znanošću ili barem nepotpunom, privremenom znanstvenom spoznajom. Također, s obzirom na nauk Pastoralne konstitucije o Crkvi Drugog vatikanskog sabora *Gaudium et spes* (1965), neprihvatljivom bi se smatrala i pozicija biblijskog savjetovanja ukoliko bi odbijala priznati psihologiju kao legitimnu znanost ili općenito autonomiju znanosti.

Osim toga, svih pet pristupa daje konstruktivni doprinos cjelovitijem razumijevanju odnosa između savjetovanja i kršćanstva. Razine tumačenja naglašavaju autonomiju pojedinih znanosti, integracija interdisciplinarnost, kršćanska psihologija bogatstvo kršćanske tradicije, transformacijski pristup osobno iskustvo duhovne preobrazbe, a biblijsko savjetovanje Sveto pismo kao pisanu Božju riječ i vrelo spasonosne istine.

Također, moglo bi se reći da su ovi pristupi poredani po naglasku na relativnu važnost ili omjer psihologije i teologije u kršćanskom savjetovanju. U pristupu razina tumačenja oslanjanje na

teologiju je minimalno, u integraciji nešto veće ili čak podjednako, kod kršćanske psihologije i transformacijskog pristupa je veće nego na psihologiju, a u biblijskom savjetovanju je za psihologiju ostavljen tek marginalni prostor.

6.1. Razine tumačenja (eng. levels of explanations)

David Myers predstavlja pristup koji je nazvan »razine tumačenja«. U ovom pristupu psihologija s jedne, a teologija s druge strane smatraju se načelno kompatibilnima, u smislu da svaka pristupa čovjeku iz svoje specifične perspektive. Stvarnost je, naime, slojevita. »Tako se osobu može promatrati kao skupinu atoma, kao zadivljujuću kemijsku kombinaciju, kao lijepi predmet, kao osobu u zajednici i kao osobu za koju je Krist umro« (Greggo i Sisemore, 2012:23). Svakom od tih razina kompetentno se bave stručnjaci različitih struka – fizičari, kemičari, umjetnici, sociolozi i teolozi. Na tom tragu, zagovornici *levels of explanation* pristupa nisu skloni integraciji teologije i psihologije, već drže da svaka od njih ima svoju domenu koje se treba držati i u kojoj ju treba poštivati. Warren Brown, dijeleći isti pristup, govori ipak o »suzvučju« različitih izvora znanja u kojem se oni međusobno obogaćuju. Ovo »rezoniranje« u kojem različite discipline ipak utječu jedna na drugu, iako ostaju odvojenima, osobito je važno u savjetodavno-terapijskom psihosocijalnom radu gdje vrijednosti i svjetonazori klijenata (a i samih terapeuta) uvelike dolaze do izražaja (Greggo i Sisemore, 2012:24). Brownova je pozicija, kako je prenose Greggo i Sisemore, da »kada oko čega postoji nesuglasje, znanstvenik treba uskladiti (eng. *to arbitrate*) razlike koje proistječu iz svakog od izvora« (Greggo i Sisemore, 2012:24). No, Myers u ovom arbitriranju između disciplina u slučaju nesuglasja ipak daje prednost empirijskim istraživanjima, na temelju kojih primjerice zagovara ponovno promišljanje teološkog naučavanja o homoseksualnosti (Greggo i Sisemore, 2012:23). U tom smislu *levels of explanation* pristup ipak daje određeno prvenstvo psihologiji nad teologijom.

6.2. Integracija

Johnson vidi korijene integracijskog pristupa u traženju kompromisnog rješenja između odbacivanja suvremene svjetovne psihologije s jedne, i njezinog bezuvjetnog prihvatanja s druge strane (Greggo i Sisemore, 2012:25). U tom smislu ovaj put traži kompromis između *levels of explanation* pristupa i biblijskog savjetovanja. Još šire, radi se o pokušaju usklađivanja opće božanske objave u prirodi, kojom se bavi znanost i posebne božanske objave u Svetom pismu, koja se čuva i naučava u kršćanstvu, tako da se znanost i kršćanstvo međusobno skladno

nadopune u integraciji. Jones ističe da Sveto pismo ne daje dovoljno konkretne informacije za psihosocijalni rad. S druge strane, znanost ne može u konačnici izbjeći, kao ni dohvatiti metafizičko područje bez kojega joj nedostaje temeljnih uvida o čovjeku i stvarnosti općenito. Stoga su kršćanstvo i znanost, vođeni zajedničkim ciljem povećanja čovjekova zdravlja kao blagostanja, upućeni na međusobnu suradnju i integraciju svojih spoznaja u savjetodavno-terapijskoj praksi. U slučaju nesuglasica između dvaju izvora spoznaje, Jones zagovara modifikaciju psiholoških tvrdnji u svjetlu vjere (Greggo i Sisemore, 2012:26). Tako »integracijski pristup daje Kristu i posebnoj božanskoj objavi temeljnu i glavnu ulogu« (Greggo i Sisemore, 2012:25). U pristupu Crkve prema psihologiji Jones preporuča »oprez, razlučivanje i probni angažman« (Jones, 2001:64). Po Jonesu, u savjetovanju nauk vjere pruža temelj na kojega se psihologija može nadograđivati i okvir kojega psihologija može popunjavati. Iako se razlikuju duša i tijelo čovjeka, ili katkad trihotomno duh, duša i tijelo, čovjek je u suštini jedinstvo. »Taj naglasak na jedinstvu u konačnici poražava pokušaje cjepkanja intervencije u ljudske probleme koji tvrde da se pastoralno savjetovanje bavi duhovnim problemima, psihologija emocionalnim i mentalnim problemima, a medicina tjelesnim«, tvrdi Jones (2001:69). Za primjer uzima seksualnu ovisnost koja je ujedno duhovni, psihički i vjerojatno tjelesni poremećaj. U tom smislu lažna je dihotomija: ili grijeh ili psihički poremećaj (Jones, 2001:69). Većina autora, literature i organizacija koji se bave odnosnom kršćanstva i psihologije pripada integracijskom pristupu. Među njih se ubrajaju, primjerice, Jones i Butman, Collins, McMinn i Campbell, *Christian Association for Psychological Studies*, *American Association of Christian Counselors*, *Journal of Psychology and Theology* i *Journal of Psychology and Christianity* (Greggo i Sisemore, 2012:26-27).

6.3. Kršćanska psihologija

Kršćanski filozof C. Stephen Evans potaknuo je pak kršćanske psihologe »da razviju vlastite teorije, istraživanja i praksu koji proistječu iz kršćanskih uvjerenja o ljudskim bićima – uz nastavak aktivnog sudjelovanja na širem polju« (Johnson u: Greggo i Sisemore, 2012:27). U ovom modelu »kršćanske psihologije« prepoznajem i pristup Davida Powlisona (inače predstavnika biblijskog savjetovanja), koji je vrlo sličan pristupu Roberta i Watsona (usp. Greggo i Sisemore, 2012:28-29). Pozivajući se na samo Sveto pismo, Powlison (2001) predlaže kao prvi prioritet u izgradnji autentično kršćanskog savjetovanja sustavnu teologiju dušobrižništva. Kao drugi prioritet ističe razotkrivanje pogrešaka u alternativnim modelima skrbi. Treći prioritet predstavlja učenje i usvajanje – uz sve potrebne preinake - svega što je

korisno iz tih svjetovnih modela (Powlison, 2001:34-35). Powlison poziva na pretraživanje riznice crkvene povijesti u potrazi za svim korisnim elementima koji mogu predstavljati kockicu u mozaiku suvremenog crkvenog dušobrižništva. Temelj kršćanske psihologije za Powlisona je osoba i psihologija Isusa Krista: »Promišljajući o psihologiji Isusa, učimo kako bi ljudska duša trebala funkcionirati i stoga imamo standard po kojem možemo stvarati dijagnoze nedostataka i iskrivljenja«. Dakako, um Kristov ogleda se također i u drugim spisima Starog i Novog Zavjeta (Powlison, 2001:44). Roberts i Watson ističu posebno Augustina, Tomu Akvinskoga, Pascala i Kierkegaarda kao kršćanske psihologe iz prošlosti. U ovom pristupu sam pojam i polje psihologije dobivaju širinu koja im povijesno pripada – radi se o proučavanju duše koje je zajedničko područje teologa, filozofa, psihologa, terapeuta, književnika i drugih. Također, u njemu se sam pojam temeljni predmet psihologije – ljudska duša - uzima zaozbiljno u smislu bavljenja njezinom naravi, izvorom i svrhom kao osnovom svakog drugog teorijskog poimanja duše i praktičnog rada s dušama. Pozitivna psihologija, sa svojim naglaskom na kreposnom djelovanju, pokazuje se osobito sukladna ovom pristupu (Greggo i Sisemore, 2012:28).

6.4.Transformacijski pristup

Predstavnici ovog pristupa, poput Bennera, Coe-a i Halla, pomiču naglasak s intelektualnih pitanja u odnosu kršćanstva i savjetovanja na duhovna (Greggo i Sisemore, 2012:29). Riječ je o savjetovanju i psihoterapiji kao duhovnoj formaciji, duhovnom putovanju (usp. potpoglavlje »Kršćanstvo kao put ozdravljenja i sazrijevanja« ovoga rada). Osoba terapeuta od ključne je važnosti, budući da njena moralno-duhovna izgrađenost izravno utječu na kvalitetu njezina rada. Naglasak ovog pristupa na osobne kvalitete terapeuta, a time i na snagu terapijskog saveza, ima svoje pokriće u istraživanjima. Primjerice, »Horvath, Fluckiger i Symonds su zaključili da se terapijskom savezu može pripisati veliki udio pozitivne terapijske dobrobiti koju su primijetili klijenti« (Stegman i dr., 2013:25). Coe i Hall kao prvi prioritet transformacijskog pristupa navode odlazak »iza vela« postojećih psiholoških spoznaja i tradicija kako bi se radilo iznova, bez unaprijed zadanih shema. Pritom se sasvim ozbiljno uzima svjetovna i kršćanska tradicija psihologije. Ipak, ne dopušta im se da spriječe pokušaj obnovljenog, suvremenog i slobodnog koncipiranja psihologije u vjeri, osluškujući ono što Duh nadahnjuje u ovom vremenu. Stoga se postojeće teorije privremeno stavlja po strani, kako one ne bi unaprijed stavile psihologa u kategorijalne kalupe koji bi ga spriječili da promišlja i djeluje izvan njih, u punoj otvorenosti stvarnosti (Coe i Hall, 2010:76-79). Moon pak osobito naglašava traženje

načina da se višestoljetna mudrost različitih škola duhovnog vodstva (npr. pravoslavne, benediktinske, ignacijanske) utka u praksu savjetovanja (Moon, 2012). Moon (2012:139) uspoređuje Skinnerove, Freudove i Isusove odgovore na temeljna pitanja: Što je stvarnost? Što je ljudsko blagostanje? Tko je zaista dobra osoba? Kako netko postane istinski dobra osoba? – te dolazi do zaključka da Isusovi odgovori zahtijevaju barem jednaku pažnju kao oni pionira psihologije.

Blagodati za mentalno zdravlje koje pruža postajanje osobom prožetom ljubavlju naprosto su pregoleme da bi bile zanemarene, kao i mogućnost življenja sve više trenutaka svakoga dana u neposrednoj interakciji s Isusom i njegovim kraljevstvom (Moon, 2012:140).

6.5. Biblijsko savjetovanje

U biblijskom savjetovanju polazi se od uvjerenja da je Sveto pismo, kao posebna božanska objava, relevantna za svaku životnu situaciju svakog čovjeka. Stoga je ono glavni (mada ne isključivi) izvor savjetodavno-terapijske teorije i prakse. (Ovdje valja naglasiti da se radi o specifično protestantskom usmjerenju. Katolička Crkva pak smatra da »Sveta predaja i Sveto pismo tvore jedan sveti polog Božje riječi povjeren Crkvi« (*Dei Verbum*, 1965:10), a tako i Pravoslavna). Jaya Adamsa i druge pripadnike ovog smjera karakterizira oštra kritika svjetovne psihologije i ukazivanje na mjesta i razloge njezine nespojivosti s kršćanskom vjerom (Greggo i Sisemore, 2012). U tome su im slični i određeni pravoslavni i katolički autori, primjerice G.C. Dilsaver (2009) koji razvija psihomoralitički sustav *Imago Dei*, decidirano odvojen od svjetovne psihologije i psihijatrije. Dilsaver piše: »Uistinu, kako mnogi kritičari suvremene psihologije primijetili, ona je postala religija za sebe. Kada se duh katoličanstva makne iz jednadžbe, drugi duhovi ulaze« (Dilsaver, 2009:173). Kao ilustraciju destruktivnog djelovanja svjetovne psihologije na Crkvu Dilsaver prenosi iskustvo Williama Coulsona, koji je bio desna ruka Carla Rogersa u njegovoj misiji jednom redu časnih sestara u Los Angelesu. Ukratko, od 615 časnih sestara, oko 300 ih je u roku od godine dana tražilo od Rima odrješenje od zavjeta (Dilsaver, 2009:174). Powlison u knjizi »*Psychology and Christianity: Five Views*« vrlo jasno definira poziciju ovog pristupa: »Kršćanska vjera jest psihologija... Kršćanska služba jest psihoterapija« (Powlison u: Greggo i Sisemore, 2012:32). Samo u kontekstu kršćanske teologije, smatra Powlison, mogu se ispravno interpretirati doživljaji osobe, a shodno tome i razvijati primjerene intervencije. I ovdje ima mjesta za svjetovnu psihologiju, smatra Powlison,

ali samo u smislu uvida koje pružaju njezina empirijska istraživanja, budući da su njene teorije utemeljene na filozofskim polazištima koja su nespojiva s kršćanstvom.

7. Ključne spoznaje i preporuke za djelovanje

7.1. Ključne spoznaje

Ponekad se kršćanstvo pogrešno shvaća ili živi, kao da bi ono bilo usmjereno samo na to da ljudi postignu neko apstraktno spasenje koje se praktički ne opaža ovdje i sada i koje treba nastupiti tek nakon smrti. Nasuprot tome, prava se vjera »ne može shvatiti kao »opijum za narod« upravo zato jer ne odgađa problem za budućnost« (Vlachos, 2017:31). Romanides naglašava da »vjera u Krista bez ozdravljanja u Kristu uopće nije vjera« (u: Vlachos, 2017:35). Zadaća je Crkve da bude vjerna poslanju koje je primila od Krista i da iskazuje njegovu pastirsku ljubav svima, a osobito najpotrebnijima njegova milosrđa. To se ostvaruje posebno nastavljanjem Kristova djela liječenja slomljenih srdaca i donošenja oslobođenja sužnjima (usp. Iz 61,1). U tom smislu potrebno je obnovljeno shvaćanje kršćanstva kao terapijske znanosti, Krista kao liječnika i Crkve kao bolnice (Vlachos, 2017), o čemu su govorili crkveni oci, a što je često naglašavao i donedavni rimski prvosvećenik, papa Franjo. Ovaj rad u svojoj cjelokupnosti nastoji osvijetliti upravo taj terapijski vid i potencijal kršćanstva, osobito u okviru suradnje sa svjetovnim paradigmama pomažućih struka koju sustavno provodi pastoralno savjetovanje.

Katolička Crkva oduvijek je imala i razvijala vlastito »psihoduhovno razumijevanje ljudske nevolje« (Knabb i dr., 2019:1) i u svome se radu bavila sebi svojstvenim dušobrižničkim savjetovanjem, kojega radi jasnijeg razgraničenja u odnosu na svjetovnu psihoterapiju i pastoralno savjetovanje u ovom radu nastojim dosljedno nazivati duhovnim vodstvom. Radi osiguravanja znanstvene, stručne i egzistencijalne aktualnosti i relevantnosti Evanđelja, nužno je ostvariti odredbu posljednjeg Crkvenog sabora: »Neka se u dušobrižničkoj službi dovoljno priznaju i primjenjuju ne samo načela teologije, nego također i otkrića svjetovnih znanosti, u prvom redu psihologije i sociologije; tako će se i vjernici privesti k čistom i zrelijem vjerskom životu« (*Gaudium et spes*, 1965:62). Implikacije ove odredbe su iznimno značajne, premda u praksi još slabo ostvarene. Sličan proces posuvremenjivanja teologije kroz konstruktivni dijalog sa suvremenom svjetovnom znanošću već je ostvarivan u povijesti, a vjerojatno najznačajniji primjer je sinteza otačke teologije i aristotolovske filozofije u skolastici. Interdisciplina koja nastoji sintetizirati duhovno vodstvo i psihoterapiju u dušobrižništvu naziva se u literaturi najčešće pastoralnim ili kršćanskim savjetovanjem. »Pastoralno savjetovanje je pristup skrbi za mentalno zdravlje koji crpi iz mudrosti psihologije i bihevioralnih znanosti, kao i iz

duhovnosti/religije/teologije« (Snodgrass, 2015:5). Pridjev »pastoralno« dolazi iz biblijske slike o Kristu kao Dobrom Pastiru (Iv 10, Ez 34). Odnos i zastupljenost dvaju matičnih područja u ovoj interdisciplini u razvoju uvelike varira. U svakom slučaju, za stručno bavljenje pastoralnim savjetovanjem potrebne su kompetencije na oba područja.

Treće poglavlje ovoga rada posebno osvjetljuje razloge koji ukazuju na potrebu razvoja pastoralnog savjetovanja. Većina svjetske populacije je religiozna, a suvremena etika savjetovanja, već kodificirana u aktima najznačajnijih strukovnih tijela u svijetu kao što je Američka psihološka udruga (*American Psychological Association*, APA) traži poštivanje klijentova svjetonazora. Taj je pak zahtjev gotovo nemoguće legitimno zaobići u slučajevima aktivnih vjernika koji čak i eksplicitno traže uvažavanje i tretiranje vjerskih pitanja iz perspektive religije kojoj pripadaju. Nadalje, upravo su filozofska i religijska učenja tisućljećima prenosila ono što se i danas u istraživanjima pokazuje sržnim elementima psihoterapije koji dovode do promjene. Klinička i egzistencijalna pitanja uvelike se preklapaju, stoga se i kliničke implikacije kompetencija stručnjaka na egzistencijalnom području kao što su dušobrižnici trebaju primjereno vrednovati. Ni jedna teorijska orijentacija nema »monopol« na području mentalnog zdravlja, već bitnu ulogu u procesu promjene imaju tzv. zajednički faktori, od kojih su mnogi ukorijenjeni u kršćanskoj tradiciji. Velika prisutnost budistički shvaćenog *mindfulnessa* u terapijskoj literaturi također legitimira okretanje kršćana terapijskim resursima vlastite religije. Slaba biološka osnovanost suvremene psihijatrije dodatni je razlog otvaranja područja za društveno-humanističke interpretacije i doprinose (Knabb i dr., 2019).

Papaleontiou-Louca (2021) istražila je suvremene studije o vezi između religije/duhovnosti i pojedinih aspekata mentalnog zdravlja, utvrđujući značajne pozitivne veze u čitavom nizu tih aspekata kao što su nada, optimizam, smisao i svrha, samopouzdanje, altruizam i suosjećanje. Istovremeno, utvrđene su negativne veze između duhovnosti/religije i primjerice suicida, depresije, raznih ovisnosti i delinkvencije. Nadalje, Hoenkamp (2000) pokazuje neodjeljivost odnosa s Bogom od odnosa s drugima i samim sobom, a time i neodjeljivost duhovnog od duševnog zdravlja.

Norcross je dokazao kako su religija i duhovnost učinkoviti faktori u uparivanju klijentovih želja i tretmana, dok su O'Connor i Vandenberg pokazali da svjetovni psihoterapeuti imaju tendenciju patologizirati vjerska uvjerenja svojih klijenata (u: Worthington i dr., 2013). Kršćanstvo se pokazuje osobito jakim u dva po istraživanjima obećavajuća elementa

terapijskog saveza: popravljajući pukotinu u savezu i samootkrivanju. Nadalje, Norcross zaključuje da prilagodba psihoterapije klijentovim vjerskim uvjerenjima i vrijednostima ima obećavajuću empirijsku podršku (Worthington i dr., 2013). Worthington i dr. (2013) pokazali su da su kršćanski prilagođeni tretmani učinkovitiji od alternativnih i kontrolnih tretmana, a i tretmane od kojih su modificirani nadmašuju po učinku na duhovno blagostanje. Eksplicitno kršćanski tretmani učinkovitiji su za aktivne vjernike.

Paraprofesionalno savjetovanje pokazuje usporedivu učinkovitost s tretmanom profesionalnih terapeuta za lakše i umjerene opće psihološke teškoće poput depresije, anksioznosti i stresa. Kršćansko paraprofesionalno savjetovanje smatra se vjerojatno učinkovitim tretmanom za opće psihološke probleme (Tan, 2013). Kršćansko obraćenje pokazuje se iskustvom pozitivne promjene koja razrješava egzistencijalnu krizu i donosi blagodati za mentalno zdravlje (Iyadurai, 2014).

S tom motivacijom i sviješću da je od Krista pozvana i poslana na dušobrižništvo – psihoterapiju (grč. *psyche* – duša; *thareapeia* – skrb, briga), Crkva kreće prije svega u potragu za vlastitim, crkvenim terapijskim resursima, koji su obilni. Powlison, čiji redoslijed prioriteta u izgradnji kršćanskog savjetovanja dijelim, ističe da je prvi prioritet izrada sustavne teologije dušobrižništva (2001:34). U tom smislu poziva na pretraživanje riznice crkvene povijesti u potrazi za svim korisnim elementima koji mogu predstavljati kockicu u mozaiku suvremenog crkvenog dušobrižništva. Prema Romanidesu,

Da su se proročko židovstvo i kršćanstvo kao njegov nasljednik pojavili u dvadesetom stoljeću možda ih se uopće ne bi svrstalo u religije, već u medicinske znanosti poput psihijatrije, sa širim utjecajem na društvo zbog uspjeha u liječenju različitih stupnjeva bolesti djelomično funkcionalnih ljudskih osobnosti (u: Vlachos, 2017:35).

Veliku ulogu u prepoznavanju tih terapijskih resursa kršćanstva mogu imati pomažuće struke koje se bave psihosocijalnim radom i koje su te resurse kadre definirati, opisati, protumačiti i vrednovati suvremenim znanstvenim rječnikom i standardima. Također, iz vidika tih struka mogu se uputiti određene konstruktivne kritike crkvenoj teoriji i praksi. U ovom segmentu, prisutnom u četvrtom poglavlju ovoga rada, radi se o svojevrsnoj »psihoterapiji teologije«.

Sveto pismo već u Starom zavjetu nudi jedan od mogućih odgovora iz teološke perspektive na temeljni problem Freudove psihoanalize - Edipov kompleks. Čini to smještajući odnos oca i sina, kao i braće međusobno, u kontekst saveza s Bogom. U tom savezu Bog eksplicitno

zabranjuje nasilje prema potomku i nalaže poštovanje prema roditeljima, te traži međusobno opraštanje. Također, taj se savez ispunjava u potomstvu, osobito očinskim blagoslovom koji određuje svakome od potomaka njegovo mjesto pod suncem (Schwartz i Kaplan, 2004). Novi Zavjet u Isusu Kristu donosi i konačan anti-edipovski uzor, koji radikalnim življenjem poslušnosti prema Ocu i čistoće nadvladava edipalnu motivaciju pogonjenu *erosom* i *thanatosom*, a pritom ipak postiže ispunjenje edipalne najdublje čežnje – doći na mjesto oca. Kršćanska su vjerovanja po samom Freudu »ostvarenje najjačih, najstarijih i najurgentnijih želja ljudskog roda« (Vitz i Gartner, 1984:11).

Roberts (2001), polazeći od Pavlovih poslanica, razvija obrise pavlovske psihoterapije. Osnova dijagnostike i tretmana pritom su Pavlovi opisi starog i novog čovjeka. Sugerira prepuštanje struji milosti koja ostvaruje novi identitet vjernika u Kristu, bihevioralnu aktivaciju novog selfa i usmrćivanje »starog čovjeka«, odnosno svega što je u čovjeku suprotno ljubavi askeзом. Također preporuča usmjeravanje misli na ono što je Božje, kao i njegovanje prakse zahvaljivanja. U procjeni korisnika Roberts smatra važnim utvrditi njegovu sliku o Bogu, kao i sliku o njemu samome koju u Boga projicira. Također se u okviru pavlovske procjene sastavlja profil iz kojega postaje razvidno koje su karakteristike staroga i novoga čovjeka prisutne u osobi. Roberts ističe potrebu identificiranja s novim selfom, dok je stari čovjek po krštenju zapravo već mrtav, a njegovi su ostaci neka vrsta stranog tijela i ujedno prilika za vođenje zaslužne borbe. Također je važno uskladiti nauk o osobnom grijehu s onim o strukturama grijeha i grijehu svijeta, kako bi se postigao realan doživljaj osobne odgovornosti kod korisnika. Pavlovski terapeut koristi, između ostalog, samootkrivanje, *reframing*, igranje uloga i uvježbavanje pojedinih kreposti. Roberts predviđa i mogućnost neizravne primjene modela na nekršćanske klijente.

Scheffler (1995) ističe osobu Isusa Krista kao model mentalnog zdravlja i uzornog terapeuta, ističući različite pojedinosti iz Evandjelja kojima to dokazuje. Predlaže koncepte »modelinga« i »internalizacije« kao načine usvajanja Isusova lika i djela dostupne svakom čovjeku.

U potpoglavlju o crkvenim ocima donosim pregled razvoja temeljnih obrisa dušobrižničke teorije i prakse Crkve. Već od 3. st. svećenik je jasno opisan primarno kao liječnik duša (što je doslovni prijevod pojma »psihijatar«). U monaškim krugovima razvija se koncept duhovnog očinstva i majčinstva, također s terapijskim sadržajem. Te se tradicije razvijaju u kontekstu antičke filozofske psihagogije. Sv. Grgur Nazijanski (Schaff i Wace, 1894) obrazlaže

funkcioniranje svećenika kao liječnika duša. Za njega je duhovno vodstvo »umijeće nad umijećima i znanost nad znanostima«. Ističe osobni pristup i primarnu potrebu duhovnikova rada na sebi te prepoznaje otpore i vrednuje rad na nesvjesnom. Sv. Ivan Kasijan (2011) donosi razrađene opise duhovnog vodstva i osobito borbe protiv osam glavnih strasti. Iz njegova pristupa vidljivo je privođenje učenika posvješćivanju latentnih problema, kao i kognitivno-bihevioralni trening. Snishodljivost, postupnost i korištenje primjera svetih također su karakteristične za Kasijanov rad. Sv. Grgur I. Veliki, papa rimski (Schaff i Wace, 1895), opširno je opisao duhovno vodstvo osoba, osobito s obzirom na sedamdeset i dvije osobne karakteristike. Postizanje ravnoteže izrazito se ističe u njegovu pristupu. Upozorava na *burnout*. Obvezuje duhovnike na čuvanje osjećaja vođenika. Piše protiv lažne, glumljene kreposti koja je praćena unutarnjim zamjeranjem i nakupljanjem gorčine (uloga žrtve).

Duhovne vježbe sv. Ignacija Lojolskog (1998) osiguravaju objektivnost u smislu standarda pravovjernosti i duhovnosti kojega čuva tekst, pri čemu se čuvaju prednosti živog ljudskog odnosa. Duhovnik olakšava i pomaže razumjeti vježbačev osobni odnos s Bogom, dostupan svakome, bez suvišnog zadiranja ili nametanja. U duhovnim vježbama pomoću određenih pravila provodi se razlučivanje duševnih pokreta prema njihovu izvoru i svrsi, kako bi se odabralo one koje od Boga dolaze i k njemu vode. Vježbe korigiraju i duhovnikov i vježbačev subjektivizam i čuvaju osobitost odnosa svake pojedine duše s Bogom, zamjenjujući raniji odnos stroge subordinacije suradničkim modelom. Suvremeno duhovno vodstvo sadrži »ozdravljanje, podržavanje, pomirenje i vođenje« (Clebsch i Jaekle u: Moon i Benner, 2004:11). Ono se usredotočuje na osnaživanje komunikacije pojedine osobe s Bogom, a cilj mu je postići što veću sličnost s Isusom Kristom, za što je uklanjanje lažnog selfa neophodan preduvjet. Poprima različite pojavne oblike. Kršćanski je život od starine do danas, kako na Istoku tako i na Zapadu, poznat kao trostruki put pročišćenja, prosvjetljenja i sjedinjenja. Napredak na tom putu neophodan je uvjet za vođenje drugih. Napredovanjem na tom putu odvija se proces ozdravljanja, oslobađanja i sazrijevanja ljudske osobe. Čuvanje te dinamike i njeno obnavljanje tamo gdje je zamrla nužno je za očuvanje egzistencijalne relevantnosti kršćanstva.

Zatim slijedi ono što bismo mogli nazvati »teologijom psihoterapije« (Powlison, 2001:34-35). Polazeći od čvrstih filozofsko-teoloških načela, moguće je kritički sagledati različite psihoterapijske teorije i prakse. Pritom se jedne može argumentirano potvrditi i usvojiti, dok se od drugih može ograditi, pritom stvarajući principijelnu integraciju samih svjetovnih terapijskih

škola, umjesto nedosljednog eklekticizma kojem su prepušteni oni koji nastoje ostvariti takvu integraciju bez adekvatne teorijske podloge. Peto poglavlje donosi primjere takvog pristupa u slučaju klasične psihoanalize, egzistencijalne terapije i KBT-a.

Istaknuta je eksplanatorna ambivalentnost Freudove psihoanalize, kao i njezine ateističke i determinističke pretpostavke. Priznaju se doprinosi psihoanalize, osobito u osvjetljavanju uloge spolnosti i agresije u ljudskom ponašanju, ali se osporava predimenzioniranje njihove uloge. Također se iz biblijske perspektive potvrđuje koncept nesvjesnoga. Psihoanalitički opis obrambenih mehanizama nije u neskladu s objavom, kao ni tvrdnje o svrhovitosti svega ljudskog djelovanja i osobitoj važnosti djetinjstva za formaciju čovjeka. Osporava se, međutim, Freudovo nijekanje autentičnog altruizma te se upozorava na opasnosti prenaplašenog intrapsihičkog fokusa nauštrb društvene stvarnosti. Također se ukazuje na moguću bliskost psihoanalize s herezom gnosticizma. Terapijski odnos u psihoanalizi ne smatra se osobito sukladan kršćanskoj ljubavi, a vizija »svakodnevne nesreće« kao cilja terapije ocjenjuje se neusporedivo pesimističnijom od kršćanskog pobožanstvenjenja. Konačno, oplakivanje iluzija kao žrtveni element psihoanalize ocjenjuje se kao sukladan pashalnoj dinamici kršćanstva.

Egzistencijalna terapija, gledano iz kršćanske perspektive, postavlja prava pitanja, ali sama nije u stanju na njih dati potpune i točne odgovore. Ona afirmira specifično ljudsku potragu za smislom, čime je u skladu s kršćanskom antropologijom. Aktualizacija o kojoj govori egzistencijalizam ima svoju paralelu u kršćanskoj težnji za pobožanstvenjenjem, za što pak nisu dovoljni ljudski naponi, već je neophodna i Božja milost. Egzistencijalizam poput kršćanstva afirmira ljudsku slobodu, ali može previdjeti njezina ograničenja. Smisao ljudskog života u kršćanstvu je objektivno određen, ali ostavlja širok prostor za čovjekovu slobodu i kreativnost u osmišljavanju vlastitog života unutar toga. U tom smislu fenomenološka metoda i osobno iskustvo, naglašeni u egzistencijalizmu, ne mogu biti apsolutni kriteriji. Egzistencijalna terapija ispravno prokazuje laži kao izvor psihopatologije, ali teško dolazi do odgovara na pitanje: »Što je istina?« Egzistencijalna terapija ne traži brzo uklanjanje simptoma, već nastoji odgonetnuti njihovo dublje značenje u životu osobe, što je također u skladu s pristupom duhovnog vodstva. U skladu je s kršćanstvom i izbjegavanje svakog manipuliranja klijentima i njihova ukalupljivanja, dok se opasnost krije u nametanju vlastite životne filozofije klijentu.

Materijalizam i relativizam označeni su kao čimbenici KBT-a nesukladni s kršćanstvom. Samo umanjivanje simptoma bez otkrivanja njihova pravog značenja u kontekstu života klijenta i

objektivnih vrijednosti također je problematično s kršćanskog stajališta. Terapijski odnos u KBT-u, osobito u REBT-u, ponekad se pokazuje oskudan iz perspektive kršćanske ljubavi i podređen tehnici. Kod iracionalnih misli kao predmeta terapije postavlja se pitanje kriterija te racionalnosti, koji u praksi KBT-a mogu biti nedovoljno osnovani, pa i sasvim proizvoljni. Prednost je teorijske plitkoće KBT-a i osobito REBT-a njihova prilagodljivost različitim teorijskim podlogama, pa tako i kršćanskoj. Velika je podudarnost KBT-a i kršćanstva naglasak na važnost ljudskih misli i njihova utjecaja na ponašanje i osjećaje. Potrebno je taj naglasak staviti u kontekst ostalih aspekata ljudskog bića. Negiranje autentičnog altruizma iz bihevioralnih pretpostavki također nije prihvatljivo s kršćanskog stajališta, iako bihevioralni koncept nagrada i kazni ima svoju biblijsku paralelu. Također je razvoj tehnika u svrhu samoregulacije pozitivan iz kršćanske perspektive.

Šesto poglavlje predstavilo je različite modele odnosa između duhovnog vodstva i psihoterapije: razine tumačenja, integraciju, kršćansku psihologiju, transformacijski pristup i biblijsko savjetovanje te naznačilo doprinos svakoga od njih i njihovu primjenjivost iz katoličke perspektive. Po katoličkom shvaćanju ne može biti prave kolizije između ispravno znanstveno utvrđene i ispravno shvaćene objavljene istine, budući da im je isti izvor. Također, katolički nije prihvatljiv redukcionizam bilo sa strane znanosti o objavi, bilo sa strane svjetovnih znanosti o mentalnom zdravlju. Katolička je formula *fides et ratio* – razum i vjera. U tim okvirima, svaki od opisanih pristupa ima svoje mjesto i doprinos potpunijem shvaćanju odnosa između duhovnog vodstva i psihoterapije.

Sve je to usmjereno na konačnu fazu u kojoj kršćanski i svjetovni terapijski resursi, međusobno osvijetljeni i izraženi zajedničkim jezikom, te dovedeni u adekvatan međusobni odnos, bivaju ugrađeni u sustav pastoralnog savjetovanja.

Do te konačne faze sustavnog pastoralnog savjetovanja ovaj rad ne dolazi. Stoga se u njemu ne govori sustavno o poimanju osobe, mentalnog zdravlja, poremećaja i promjene koje bi bilo karakteristično za pastoralno savjetovanje. Za to postoje tri glavna razloga. Prvi je taj što je autor smatrao da je potrebnije i konstruktivnije prići ovoj temi »ne preskačući stepenice«, odnosno kretanjem od temeljnih pretpostavki i razloga, izvora i modela koji nadahnjuju izgradnju pastoralnog savjetovanja. Drugi je razlog što bi sustavno izlaganje pastoralnog savjetovanja višestruko premašilo ciljani opseg ovoga rada. Treći je taj što pastoralno savjetovanje kao takvo još nije dospjelo do te faze.

Iz navedenih razloga priloži koje donosim samo su primjeri sadržaja kakve je potrebno iz spomenutih izvora crpiti kako bi se došlo do građe za sustavno pastoralno savjetovanje. Na sličan način potrebno je obraditi još mnogo autora, tema, škola, elemenata terapijskog odnosa, tehnika i patologija kako bi se došlo do dostatne građe za robustan sustav pastoralnog savjetovanja. Dio literature koji se time bavi već postoji, ali ga treba još usustaviti i/ili obraditi iz katoličke perspektive, a dio tek treba biti napisan. Općenito, svako poglavlje ovoga rada može se proširiti i nadopuniti ne samo do zasebne knjige, nego i knjižnice, stoga bi bilo kakva pretenzija na potpunost s moje strane bila sasvim promašena.

7.2. Preporuke za djelovanje

Latinski aforizam: »*Theoria sine praxi – rota sine axi*« podsjeća na nužnu usmjerenost izloženih teorijskih obrazlaganja na primjenu u profesionalnoj praksi, kako ta teorija ne bi ostala jalova, već da ostvari korisne učinke u životu ljudi kojima se nastoji pomoći kroz pristup pastoralnog savjetovanja. No, s obzirom na razvojni stupanj pastoralnog savjetovanja, preporuke za djelovanje koje slijede uglavnom su usmjerene na daljnji razvoj same discipline, njenu popularizaciju i formaciju njezinih praktičara kao preduvjet njezine pune primjene. Također, već je u ovom stadiju razvoja pastoralnog savjetovanja, a na temelju iznesenih postavki i primjera, moguća i uvodna formacija praktičara ove discipline, te njezina ograničena neposredna primjena s korisnicima, koja u praksi već i postoji. Pod ograničenom neposrednom primjenom ovdje se ne podrazumijeva preuzimanje kompetencija druge profesije, nego razvoj psihološke osjetljivosti u pastoralnoj te pastoralne/religijske osjetljivosti u psihološkoj i psihoterapijskoj praksi, pri čemu svaki stručnjak ostaje unutar profesionalnih, etičkih i zakonskih granica vlastite struke te prema potrebi upućuje korisnika odgovarajućem stručnjaku.

Konkretno, predlažu se iduće preporuke za djelovanje:

1. U svjetlu vjernosti Kristu kao Dobrom Pastiru i potražnje ljudi za terapijskim služenjem osnažiti bavljenje ovdje opisanim terapijskim vidom kršćanstva u njegovoj dinamičkoj perspektivi osobnog razvoja prema svetosti, nasuprot statičke koncepcije kršćanstva s naglaskom na ritual i rudimentarnu vjersku pouku.
2. Poticati primjenu, te stručni i znanstveni razvoj empirijski obećavajućih modela kršćanskog savjetovanja, od kojih se u Hrvatskoj najzastupljenijim čini model »Oslobođeni« -»*Unbound*« (2011).

3. Poticati nastavak usustavljivanja postojeće i produkciju nove literature o pastoralnom savjetovanju radi izgradnje cjelovite paradigme pomaganja vjerne kršćanskoj objavi i suvremenoj znanosti.
4. Jačati interdisciplinarnu suradnju teologije i dušobrižništva s pomažućim strukama u cilju boljeg međusobnog razumijevanja i osvjetljavanja njihove srodnosti, kao i zajedničke produkcije potpunijih modela skrbi za čovjeka.
5. Razviti modele formacije u području pastoralnog savjetovanja ili barem njegovih sastavnica – duhovnog vodstva i psihoterapije - radi osposobljavanja već zaređenog klera i drugih pastoralnih djelatnika za pružanje djelotvornijeg i potrebnijeg pastoralnog djelovanja.
6. Obnoviti shvaćanje svećeničkog identiteta kroz opisane uloge liječnika duša i duhovnog oca te prioritizirati ostvarenje tih funkcija u pastoralnom radu.
7. Obraditi prepoznate teorijske nesukladnosti između kršćanskog duhovnog vodstva i pojedinih psihoterapijskih škola poput materijalizma i determinizma na razini filozofije i fundamentalne teologije koje se bave tom problematikom.
8. Organizirati konferencije i seminare gostujućih predavača sa sveučilišta koja imaju višedesetljetna iskustva u razvoju i primjeni kršćanskog savjetovanja, poput profesora s *Wheaton College-a*.
9. Ojačati ulogu crkvenih obiteljskih savjetovališta u kojima se provode modeli skrbi opisani i zagovarani u ovome radu te ih strateški razvijati.
10. Revidirati kurikulum filozofsko-teološkog prijediplomskog i diplomskog studija radi boljeg odražavanja nakane Drugog vatikanskog sabora u smislu zastupljenosti svjetovnih znanosti, osobito psihologije i sociologije u kontekstu njihova doprinosa dušobrižništvu; praktično to može poprimiti oblik modula psihosocijalnog rada i uroditi prepoznavanjem dušobrižništva kao suvremene pomažuće struke.
11. Razviti poslijediplomski studij pastoralnog savjetovanja usporediv s profesionalnim doktoratom u američkom sustavu obrazovanja s ciljem osposobljavanja vodećih stručnjaka na ovom području.

Prema Huić i dr. (2010:196), »Ajduković i Ajduković (1996.) definiraju pomažuće profesije kao one koje su usmjerene na pomaganje drugim ljudima u rješavanju njihovih životnih problema, a zajednička karakteristika im je osobni kontakt klijenta u nevolji i 'pomagača'«. Prema istim autorima, zajedničko obilježje tih pomažućih profesija (primjerice medicine, psihologije, socijalnog rada, pedagogije, socijalne pedagogije, psihoterapije...) jest da se

bave psihosocijalnim radom, odnosno provođenjem psihičkog i socijalnog osnaživanja svojih korisnika. Uslijed divergentnog povijesnog razvoja (Hoenkamp-Bisschops, 2000:253), teološki utemeljeno kršćansko dušobrižništvo sa svojom praksom duhovnog vodstva danas se, barem u domaćoj literaturi i zakonodavstvu, nigdje ne uvrštava u pomažuće profesije niti se tako tretira. U naše vrijeme, kako je pokazano u ovome radu, ponovno se pokazuje mogućnost, potreba i korist susreta i suradnje ovih dvaju područja. Pastoralno savjetovanje kao pristup pomaganju koji crpi iz oba ova izvora, napose duhovnog vodstva i psihoterapije, pokazuje se mostom kojega valja nastaviti graditi. Konačni praktični rezultat ostvarenja gore navedenih preporuka za djelovanje trebao bi biti jedan integralni, holistički pristup psihosocijalnog rada koji bi mogao ostvarivati doprinose kako u psihičkom i socijalnom, tako i duhovnom osnaživanju korisnika.

8. Zaključak

Pastoralno je savjetovanje mladi pristup pomaganju koji stoji između duhovnog vodstva i psihoterapije te ih povezuje. Postoje snažni teorijski i etički te ohrabrujući empirijski razlozi za razvoj ovog znanstvenog i stručnog područja. Razvoj pastoralnog savjetovanja ujedno je jedan od načina provedbe upute Pastoralne konstitucije o Crkvi u suvremenom svijetu »*Gaudium et spes*«. Teologija i svjetovne pomažuće struke na ovom području stupaju u međusobni dijalog i traže zajednički jezik. Kroz »psihoterapiju teologije« i »teologiju psihoterapije« oba se područja međusobno osvjetljuju. Pritom se profiliraju teorijski opravdani i relevantni elementi savjetodavno-terapijskog procesa koji se u sustav pastoralnog savjetovanja ugrađuju prema usvojenim modelima odnosa temeljnih područja. S obzirom na mladost ovog pristupa, potrebno je još mnogo rada kako bi se razvila sveobuhvatna i robusna paradigma pomaganja. No, postojeće teorijske spoznaje i dosadašnji empirijski nalazi ohrabruju nastavak zajedničkog rada na ovom kompleksnom pothvatu. Na temelju izloženog izvornog pregleda pastoralnog savjetovanja autor daje svoje preporuke za djelovanje. U njima se u principu zagovara obnova terapijskog shvaćanja kršćanstva i intenziviranje suradnje s pomažućim strukama, što su dva stupa pastoralnog savjetovanja. Predlaže se jedanaest konkretnih načina ostvarenja tih principa u praksi. Doprinos pastoralnog savjetovanja području psihosocijalnog rada ogleda se, među ostalim, u cjelovitijem promatranju čovjeka, kulturno osjetljivom modelu pristupa značajnoj grupi korisnika, dodanoj duhovnoj dobrobiti korisnika, boljoj aktivaciji njihovih religijskih i duhovnih resursa u prevladavanju različitih psihosocijalnih teškoća te mogućem destigmatiziranju traženja pomoći među kršćanima.

▪ knjige

1. Berne, E. (2010). *Koju igru igraš?: psihologija ljudskih odnosa*. Zagreb: Mozaik knjiga.
2. Biro, M. i Đurović, D. (2020). *Klinička psihologija – teorija i praksa*. Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.
3. Coe, J. H. i Hall, T. W. (2010). *Psychology in the Spirit: Contours of a Transformational Psychology*. Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
4. Collins, G. R. (2007). *Christian Counseling: A Comprehensive Guide* (3. izd.). Nashville, Tennessee: Thomas Nelson.
5. Corey, G. (2004). *Teorija i praksa psihološkog savjetovanja i psihoterapije*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
6. Dabrowski, K. (2016). *Positive disintegration*. Anna Maria, Florida: Maurice Basset.
7. Demacopoulos, G. E. (2011). *Five Models of Spiritual Direction in the Early Church*. Notre Dame, Indiana: University of Notre Dame Press.
8. Dilsaver, G. C. (2009). *Imago Dei Psychotherapy: A Catholic Conceptualization*. Ave Maria, Florida: Sapientia Press of Ave Maria University.
9. Doyle, C. H. (1958). *Guidance in Spiritual Direction*. Westminster, MD: The Newman Press.
https://archive.org/stream/GuidanceInSpiritualDirection/GuidanceInSpiritualDirection_djvu.txt
10. Feser, E. F. (2010). *The Last Superstition: A Refutation of the New Atheism*. Fort Worth, Texas: St. Augustine's Press.
11. Garrigou-Lagrange, R. (1936). *God, His Existence and His Nature* (Vol. II). St. Louis, MO: B. Herder Book Co.
12. Garrigou-Lagrange, R. (2002). *The Priest in Union with Christ*. Charlotte, North Carolina: TAN Books.
13. Groeschel, B. J. (2009). *Psihologija duhovnoga razvoja*. Split: Verbum.
14. Hackney, H. L. i Cormier, S. (2012). *Savjetovatelj – stručnjak: Procesni vodič kroz pomaganje* (6. izd.). Jastrebarsko: Naklada Slap.
15. Hawkins, R. i Clinton, T. (2015). *The New Christian Counselor: A Fresh Biblical and Transformational Approach*. Eugene, Oregon: Harvest House Publishers.

16. Ignacije Lojolski (1998). *Duhovne vježbe*. Zagreb: Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove.
17. International Catholic Charismatic Renewal Services Doctrinal Commission (2021). *Deliverance Ministry*. Locust Grove, Virginia: NSC dba Pentecost Today USA.
18. Jones, S. L. i Butman, R. E. (2011). *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Appraisal* (2. izd.). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
19. Kasijan, I. (2011). *Duhovni boj s osam glavnih strasti*. Zagreb: Biblioteka Stella Maris.
20. Lozano, N. (2011). *Oslobođeni: praktični vodič za oslobođenje*. Zagreb: Magnum Opus.
21. McMinn, M. R. (2011). *Psychology, Theology, and Spirituality in Christian Counseling*. Carol Stream, Illinois: Tyndale House Publishers.
22. McMinn, M. R. i Campbell, C. D. (2007). *Integrative Psychotherapy: Toward a Comprehensive Christian Approach*. Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
23. Rathus, S. A. (2001). *Temelji psihologije*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
24. Richmond, R. L. (2021). *Healing: Psychological Healing in the Catholic Mystic Tradition*. San Francisco, California: samostalno izdanje.
25. Schwartz, M. B. i Kaplan, K. J. (2004). *Biblical Stories for Psychotherapy and Counseling: A Sourcebook*. Binghamton, New York: The Haworth Press.
26. Scupoli, L. (2011). *Duhovni boj*. Split: Verbum.
27. Sveta Terezija od Djeteta Isusa (2022). *Povijest jedne duše: Autobiografski rukopisi sv. Terezije od Djeteta Isusa* (XII. izdanje). Zagreb: Glas Koncila.
28. Špidlik, T. (2004). *Ignacije Loyolski duhovni otac*. Zagreb: Filozofsko-teološki institut Družbe Isusove.
29. Tan, S.-Y. (2011). *Counseling and Psychotherapy: A Christian Perspective*. Grand Rapids, Michigan: Baker Academic.
30. Toić, D. (2006). *Povijest monaštva: od sv. Antuna opata do sv. Bernarda*. Jastrebarsko: Verbum.
31. Vlachos, H. (2017). *Orthodox Psychotherapy: The Science of the Fathers*. Levadia, Greece: Birth of the Theotokos Monastery.
32. Vrcelj, S. (2020). *Pedagoško savjetovanje*. Rijeka: Filozofski fakultet u Rijeci.

▪ *poglavlja u knjigama*

33. Jones, S. L., Flanagan, K. i Butman, R. E. (2011). Behavior Therapy. U: S. L. Jones i R. E. Butman, *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Appraisal* (2. izd., str. 166–200). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
34. Jones, S. L., Watson, R. i Butman, R. E. (2011). Classical Psychoanalysis. U: S. L. Jones i R. E. Butman, *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Appraisal* (2. izd., str. 94–134). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
35. McMinn, M. R. i sur. (2011). Cognitive Therapy. U: S. L. Jones i R. E. Butman, *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Appraisal* (2. izd., str. 201–260). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
36. Watson, T. i sur. (2011). Experiential Therapies. U: S. L. Jones i R. E. Butman, *Modern Psychotherapies: A Comprehensive Christian Appraisal* (2. izd., str. 291–345). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.

▪ *zbornici*

37. Greggo, S. P. i Sisemore, T. A. (ur.) (2012). *Counseling and Christianity: Five Approaches*. Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
38. Knabb, J. J. i sur. (ur.) (2019). *Christian Psychotherapy in Context: Theoretical and Empirical Explorations in Faith-Based Mental Health*. New York, London: Routledge/Taylor & Francis Group.
39. Schaff, P. i Wace, H. (ur.) (1894). *A Select Library of the Nicene and Post-Nicene Fathers of the Christian Church. Second Series, Volume VII: Cyril of Jerusalem, Gregory Nazianzen*. Posjećeno 10.7.2025. na mrežnoj stranici Christian Classics Ethereal Library: <https://ccel.org/ccel/schaff/npnf207.html>
40. Schaff, P. i Wace, H. (ur.) (1895). *A Select Library of the Nicene and Post-Nicene Fathers of the Christian Church. Second Series, Volume XII: Leo the Great, Gregory the Great*. Posjećeno 10.7.2025. na mrežnoj stranici Christian Classics Ethereal Library: <https://ccel.org/ccel/schaff/npnf212.html>
41. Worthington, E. L. i sur. (ur.) (2013). *Evidence-based Practices for Christian Counseling and Psychotherapy*. Downers Grove, Illinois: IVP Academic.

▪ *prilog u zbornicima*

42. Barrette, G. (2004). Spiritual direction in the Roman Catholic Tradition. U: G. W. Moon i D. G. Benner (ur.), *Spiritual Direction and the Care of Souls: A Guide to Christian Approaches and Practices* (str. 55-77). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
43. Galindo, I. (2004). Spiritual Direction and Pastoral Counseling. U: G. W. Moon i D. G. Benner (ur.), *Spiritual Direction and the Care of Souls: A Guide to Christian Approaches and Practices* (str. 205–218). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
44. Gladson, J. A. (2004). Spiritual Direction in the Social Justice Tradition. U: G. W. Moon i D. G. Benner (ur.), *Spiritual Direction and the Care of Souls: A Guide to Christian Approaches and Practices* (str. 137–151). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
45. Jones, S. L. (2001). An Apologetic Apologia for the Integration of Psychology & Theology. U: M. R. McMinn i T. R. Phillips (ur.), *Care for the Soul: Exploring the Intersection of Psychology and Theology* (str. 62–77). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
46. Miller, J. L. (2015). Understanding pastoral counseling research. U: E. A. Maynard i J. L. Snodgrass (ur.), *Understanding Pastoral Counseling* (str. 385–400). New York: Springer Publishing Company.
47. Moon, G. W. (2012). A Transformational Approach. U: S. P. Greggo i T. A. Sisemore (ur.), *Counseling and Christianity: Five Approaches* (str. 132–156). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
48. Moon, G. W. i Benner, D. G. (2004). Spiritual Direction and Christian Soul Care. U: G. W. Moon i D. G. Benner (ur.), *Spiritual Direction and the Care of Souls: A Guide to Christian Approaches and Practices* (str. 11–30). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
49. Powlison, D. (2001). Questions at the Crossroads: The Care of Souls & Modern Psychotherapies. U: M. R. McMinn i T. R. Phillips (ur.), *Care for the Soul: Exploring the Intersection of Psychology and Theology* (str. 23–61). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.

50. Roberts, R. C. (2001). Outline of Pauline psychotherapy. U: M. R. McMinn i T. R. Phillips (ur.), *Care for the Soul: Exploring the Intersection of Psychology and Theology* (str. 134–163). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
51. Rogers, F. G. (2004). Spiritual Direction in the Orthodox Christian Tradition. U: G. W. Moon i D. G. Benner (ur.), *Spiritual Direction and the Care of Souls: A Guide to Christian Approaches and Practices* (str. 31–54). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.
52. Shamdasani, S. (2020). From neurosis to a new cure of souls: C.G. Jung's remaking of the psychotherapeutic patient. U: M. P. Davies i S. Shamdasani (ur.), *Medical Humanity and Inhumanity in the German-Speaking World* (str. 60–84). London: UCL Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctv13xps3h.9>
53. Snodgrass, J. L. (2015). Pastoral counseling: A discipline of unity amid diversity. U: E. A. Maynard i J. L. Snodgrass (ur.), *Understanding Pastoral Counseling* (str. 1–16). New York: Springer Publishing Company.
54. Stegman, R. S., Kelly, S. L. i Harwood, T. M. (2013). Evidence-Based Relationship and Therapist Factors in Christian Counseling and Psychotherapy. U: E. L. Worthington i sur. (ur.), *Evidence-Based Practices for Christian Counseling and Psychotherapy* (str. 25–39). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
55. Tan, S.-Y. (2013). Lay Christian Counseling for General Psychological Problems. U: E. L. Worthington i sur. (ur.), *Evidence-Based Practices for Christian Counseling and Psychotherapy* (str. 40–58). Downers Grove, Illinois: IVP Academic.
56. Temple, G. (2004). Spiritual Direction in the Episcopal Tradition. U: G. W. Moon i D. G. Benner (ur.), *Spiritual Direction and the Care of Souls: A Guide to Christian Approaches and Practices* (str. 78–95). Downers Grove, Illinois: InterVarsity Press.

▪ *članci u znanstvenim i stručnim časopisima*

57. Austin, N. (2016). Spirituality and Virtue in Christian Formation: A Conversation between Thomistic and Ignatian Traditions. *New Blackfriars*, 97(1068): 202–217. <http://www.jstor.org/stable/24766556>
58. Berc, G. (2022). Savjetovanje kao metoda pomaganja i osnovni principi primjene. *Epoha zdravlja: Glasilo Hrvatske mreže zdravih gradova*, 15(1): 18–19. <https://hrcak.srce.hr/280615>

59. Bergin, A. E. (1980). Psychotherapy and Religious Values. *Issues in Religion and Psychotherapy*, 6(2): Article 2.
<https://scholarsarchive.byu.edu/irp/vol6/iss2/2>
60. Bishop, S. R. i sur. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3): 230–241.
<https://doi.org/10.1093/clipsy.bph077>
61. Borovečki-Jakovljević, S. i Matačić, S. (2005). The Oedipus Complex in the Contemporary Psychoanalysis. *Collegium antropologicum*, 29(1): 351–360. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/5202>
62. Bufford, R. K. (1997). Consecrated Counseling: Reflections on the Distinctives of Christian Counseling. *Journal of Psychology and Theology*, 25(1): 111–122.
<https://doi.org/10.1177/009164719702500111>
63. Elkatawneh, H. H. (2013). Freud's psycho-sexual stages of development. *SSRN Electronic Journal*. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2364215
64. Garzon, F. L. i Tilley, K. A. (2009). *Do lay Christian counseling approaches work? What we currently know*. *Journal of Psychology and Christianity*, 28(2): 130–140.
65. Hein, G. W. A. (1974). Psychotherapy and the spiritual dimension of man. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 24(4/6): 482–489.
<http://www.jstor.org/stable/45114376>
66. Hoenkamp-Bisschops, A. (2000). Spiritual direction, pastoral counseling and the relationship between psychology and spirituality. *Archiv für Religionspsychologie / Archive for the Psychology of Religion*, 23: 253–263.
<https://www.jstor.org/stable/23909956>
67. Huić, A., Ricijaš, N. i Branica, V. (2010). Kako definirati i mjeriti kompetencije studenata – Validacija skale percipirane kompetentnosti za psihosocijalni rad. *Ljetopis socijalnog rada*, 17(2): 195–221. <https://hrcak.srce.hr/58882>
68. Iyadurai, J. (2014). Religious Conversion: A Psychospiritual Perspective. *Transformation*, 31(3): 189–193. <http://www.jstor.org/stable/90008219>
69. Kinghorn, W. (2015). Presence of Mind: Thomistic Prudence and Contemporary Mindfulness Practices. *Journal of the Society of Christian Ethics*, 35(1): 83–102.
<https://www.jstor.org/stable/24615158>

70. Kroll, J. i Bachrach, B. S. (1984). Sin and mental illness in the Middle Ages. *Psychological Medicine*, 14(3): 507–514.
<https://doi.org/10.1017/S0033291700015105>
71. Lai, S.-T. i O'Carroll, R. E. (2017). »The Three Good Things« – The Effects of Gratitude Practice on Wellbeing: A Randomised Controlled Trial. *Health Psychology Update*, 26(1): 10–18. <https://doi.org/10.53841/bpshpu.2017.26.1.10>
72. Mrakovčić, B. (2011). Vjera i svjedočanstvo u Ivanovu evanđelju. *Riječki teološki časopis*, 37(1): 5–36. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/71249>
73. O'Connor, S. i Vandenberg, B. (2005). Psychosis or faith? Clinicians' assessment of religious beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(4): 610–616.
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.4.610>
74. Orlinsky, D. E. i sur. (2024). Ninety psychotherapy training programmes across the globe: Variations and commonalities in an international context. *Counselling and Psychotherapy Research*, 24: 558–571. <https://doi.org/10.1002/capr.12690>
75. Papaleontiou-Louca, E. (2021). Effects of religion and faith on mental health. *New Ideas in Psychology*, 60: 100833.
<https://doi.org/10.1016/J.NEUIDEAPSYCH.2020.100833>
76. Pargament, K. I. i Saunders, S. M. (2007). Introduction to the special issue on spirituality and psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 63(10): 903–907.
<https://doi.org/10.1002/jclp.20405>
77. Puljić, Ž. (2022). Rudolf Allers (1883.–1963.): Zaboravljeni znanstvenik, filozof i psiholog 20. stoljeća. *Obnovljeni Život*, 77(4): 521–533. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/284739>
78. Sami, W. Y. i sur. (2021). Disenchantment, Buffering, and Spiritual Reductionism: A Pedagogy of Secularism for Counseling and Psychotherapy. *Religions*, 12(8): 612.
<https://doi.org/10.3390/rel12080612>
79. Scheffler, E. H. (1995). Jesus from a psychological perspective. *Neotestamentica*, 29(2): 299–312. <http://www.jstor.org/stable/43048226>
80. Singh, M., Khan, W. i Osmany, M. (2014). Gratitude and health among young adults. *Indian Journal of Positive Psychology*, 5(4): 465–468.
https://www.researchgate.net/publication/279854178_Gratitude_and_health_among_young_adults_Indian_Journal_of_Positive_Psychology_co-author_Singh_M_5_4_2014_pp465-73

81. Sluhovsky, M. (2013). St. Ignatius of Loyola's »Spiritual Exercises« and Their Contribution to Modern Introspective Subjectivity. *The Catholic Historical Review*, 99(4): 649–674. <http://www.jstor.org/stable/23565320>
82. Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104: 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
83. Vitz, P. C. i Gartner, J. (1984). Christianity and Psychoanalysis, Part 1: Jesus as the Anti-Oedipus. *Journal of Psychology and Theology*, 12(1): 3–15. <https://doi.org/10.1177/009164718401200101>
84. Worthington, E. L. i sur. (2011). Religion and spirituality. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2): 204–214. <https://doi.org/10.1002/jclp.20760>
85. Yamada, A.-M. i sur. (2019). Integrating Spirituality and Mental Health: Perspectives of Adults Receiving Public Mental Health Services in California. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(3): 276–287. <http://dx.doi.org/10.1037/rel0000260>

▪ *dokumenti*

86. Catechism of the Ukrainian Greek-Catholic Church: Christ – Our Pascha (2016). Kyiv, Edmonton: Synod of the Ukrainian Greek-Catholic Church.
87. Dei Verbum (1965). Vatikan: Drugi vatikanski koncil.
88. Gaudium et spes (1965). Pastoralna konstitucija o Crkvi u suvremenom svijetu. Zagreb: Kršćanska sadašnjost.
89. Jeruzalemska Biblija (2004). Zagreb: Kršćanska sadašnjost.
90. Katekizam Katoličke Crkve (1994). Zagreb: Hrvatska biskupska konferencija.
91. Pastores dabo vobis (1992). Vatikan: Papa Ivan Pavao II.

▪ *pravni izvori*

92. Zakon o djelatnosti psihoterapije. *Narodne novine*, NN 18/2022

▪ *mrežni izvori*

93. Allen Jr., J. L. (2010). Benedict battles the 'dictatorship of relativism'. *National Catholic Reporter*. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici <https://www.ncronline.org/blogs/ncr-today/benedict-battles-dictatorship-relativism>

94. American Counseling Association (2024). *What Is Counseling?* Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: <https://www.counseling.org/mental-health-counseling/what-is-counseling#>
95. American Psychological Association (2017). *Multicultural Guidelines: An Ecological Approach to Context, Identity, and Intersectionality*. Posjećeno 10.7.2025. na mrežnoj stranici American Psychological Association: <https://www.apa.org/about/policy/multicultural-guidelines.pdf>
96. American Psychological Association (2024). *Psychotherapy*. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: <https://www.apa.org/topics/psychotherapy>
97. Coppens, C. (1909). Spiritual Direction. U: *The Catholic Encyclopedia*. New York: Robert Appleton Company. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: <http://www.newadvent.org/cathen/05024a.htm>
98. Hackett, C. i sur. (2025). *How the Global Religious Landscape Changed From 2010 to 2020*. Pew Research Center. Posjećeno 10.7.2025. na mrežnoj stranici Pew Research Center: <https://www.pewresearch.org/religion/2025/06/09/how-the-global-religious-landscape-changed-from-2010-to-2020/>
99. Holy Apostles College & Seminary (2024) *Pastoral Counseling*. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: https://holypostles.edu/master-pastoral-studies/?cn=ps_pc
100. Horizon College & Seminary (2024). *Master of Arts in Clinical Pastoral Counseling*. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: <https://www.horizon.edu/program/ma-clinical-pastoral-counseling/>
101. Hrvatsko udruženje za bihevioralno-kognitivne terapije (2024). *KBT ili BKT*. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: <http://cabct.hr/savjetovaliste/kbt-ili-bkt>
102. Marymount University (2024). *Master of Arts in Clinical Mental Health Counseling with a concentration in Pastoral Clinical Mental Health Counseling*. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici: <https://marymount.edu/academics/counseling/master-of-arts-in-counseling/pastoral-clinical-mental-health/>
103. Weigel, G. (2003). A theological time bomb. Posjećeno 10.07.2025. na mrežnoj stranici Ethics & Public Policy Center: <https://eppc.org/publication/a-theological-time-bomb/>

▪ *neobjavljene publikacije*

104. Opačić, A. (2024). *Konceptualizacija specijalističkog rada* [prezentacija].
Sveučilište u Zagrebu, Pravni fakultet, Studijski centar socijalnog rada.

Popis slika

Slika 2.1 Odnosi psihologije i kršćanstva u različitim modalitetima savjetovanja i psihoterapije	12
--	----

Popis tablica

Tablica 1.1 Integrativni pregled literature kao metodološki okvir ovoga rada.....	8
Tablica 3.1 Konačni rezultati psiholoških i duhovnih ishoda	28

Životopis autora

Zoran Vladušić rođen je 3. travnja 1986. u Puli. Osnovnu školu i opću gimnaziju završio je u Puli. Od 2005. do 2008. godine studira pravo u Zagrebu, nakon čega prekida pravni studij i upisuje filozofsko-teološki studij u Rijeci Katoličkog bogoslovnog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu kao aspirant na svećeništvo. Tijekom pet godina studija ostvaruje državnu stipendiju za izvrsnost, vodi molitvenu zajednicu i volontira. Primljen je među kandidate za svete redove te je primio crkvene službe lektora i akolite. Diplomira 2014. s radom na temu „Kršćansko poimanje žrtve u teološkoj misli Roberta J. Dalyja, D.I.“.

Od diplome do 2017. djeluje kao suradnik Studentskog pastorala Sveučilišta u Zagrebu te od 2016. do 2017. radi u Udruzi osoba s invaliditetom Samobora i Svete Nedelje. U kolovozu 2017. prima klerički postrig i niže redove u grkokatoličkoj Križevačkoj eparhiji. Tijekom 2018. godine upisuje poslijediplomski specijalistički studij „Psihosocijalni pristup u socijalnom radu“ s ciljem profesionalnog razvoja u smjeru pastoralnog savjetovanja. Također tijekom 2018. prima svete redove đakonata i prezbitrata u Križevačkoj eparhiji. Od prosinca 2018. upravitelj je župa u istoj biskupiji te pruža pastoralno savjetovanje u raznim župama, a od 2019. do 2023. i kao stručni volonter Obiteljskog savjetovališta Caritasa Zagrebačke nadbiskupije. U rujnu 2024. godine imenovan je dušobrižnikom za grkokatolike u Istri, a u prosincu 2025. voditeljem Grkokatoličke misije u Puli i Istri. Član je prezbiterskog vijeća Križevačke eparhije u drugom mandatu. Student je treće godine sveučilišnog studija psihologije na Fakultetu organizacionih studija „Eduka“ u Beogradu.

IZJAVA O AUTORSTVU

Ja Zoran Vladušić, izjavljujem da sam autor specijalističkog rada pod nazivom »Pastoralno savjetovanje kao suvremeni pristup pomaganja i sinteza duhovnog vodstva i psihoterapije«.

Potpisom jamčim:

- da je predloženi rad isključivo rezultat mog vlastitog istraživačkog rada
- da su radovi i mišljenja drugih autora/ica, koje koristim, jasno navedeni i označeni u tekstu, te u popisu literature.

U Zagrebu, _____

Potpis autora: _____