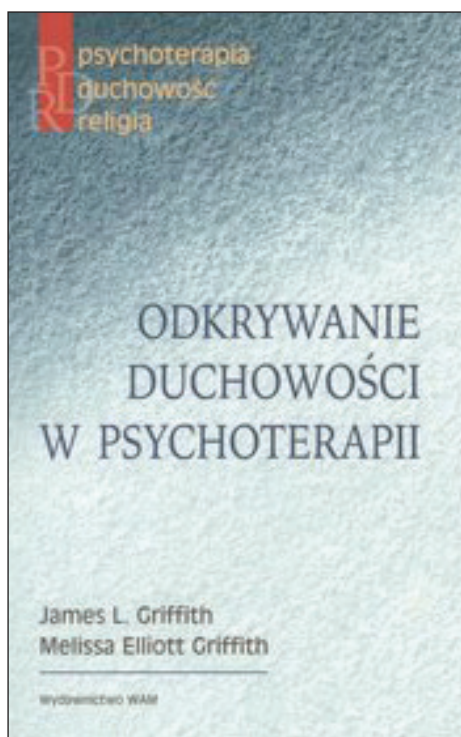


J.L. Griffith, M.E. Griffith

Odkrywanie duchowości w psychoterapii

Kraków: WAM 2008, ss. 396



W dobie postnowoczesności szeroko pojęta duchowość jest chętnie przywoływana w wielu publikacjach. Również psychoterapeuci, za sprawą psychoanalizy Freuda niechętnie dotąd podejmujący tę tematykę, próbują coraz częściej integrować wymiar duchowy w pracy ze swoimi pacjentami. Przykładem tej tendencji jest praktyka Melissy i Jamesa Griffith. James L. Griffith jest profesorem psychiatrii i neurologii w George Washington University Medical Center, natomiast Melissa Elliott Griffith jest psychoterapeutą oraz współpracownikiem oddziału klinicznego w wyżej wymienionym uniwersytecie.

Po latach pracy z duchowym wymiarem egzystencji człowieka opublikowali oni w 2002 roku książkę pod tytułem: *Encountering the Sacred in Psychotherapy. How to Talk with People about Their Spiritual Lives*. Książka została przetłumaczona na język polski przez Katarzynę Gdowską oraz opatrzona wstępem Bogdana de Barbaro, a ukazała się nakładem Wydaw-

nictwa Apostolstwa Modlitwy w Krakowie w 2008 roku. Dosłowne tłumaczenie angielskiego tytułu książki na język polski brzmiałoby mniej więcej w następujący sposób: *Napotykanie sacrum w psychoterapii. Jak rozmawiać z ludźmi na temat*

ich życia duchowego. Polski wydawca postanowił zmienić i skrócić tytuł, który w języku polskim brzmi: *Odkrywanie duchowości w psychoterapii*. Wydaje się, że tytuł angielski lepiej oddaje reprezentowane przez autorów podejście narracyjne w psychoterapii, gdzie istotną rolę odgrywa słuchanie i interpretowanie opowieści pacjentów (klientów).

We wstępie do książki profesor de Barbaro słusznie zauważa, iż przez wiele lat w teorii i praktyce psychoterapeutycznej wymiar duchowy był właściwie lekceważony, a wiara religijna była postrzegana bardzo negatywnie, podejrzliwie, wręcz wrogo. Było to związane z przekonaniem Zygmunta Freuda, twórcy psychoanalizy. Doświadczenie duchowe miało być według niego wyjaśnione wyłącznie za pomocą praw rządzących psychiką ludzką. Religijność człowieka w takim ujęciu została zdegradowana do roli mechanizmu nerwicowego, mającego swe źródło w lęku edypalnym, natomiast postać Boga Ojca do uosobienia tęsknoty dziecka za bezpieczeństwem. Mimo, iż redukcjonistyczne ujęcie religii Freuda spotkało się z krytyką zaraz po jego śmierci, redukcjonizm w ujmowaniu duchowości w psychoterapii przetrwał praktycznie przez cały wiek XX. Najwyższym stopniem tolerancji wobec duchowości w pracy psychoterapeutycznej było w tym czasie pomijanie jej milczeniem. Niewiele też w tym obrazie zmieniły pozytywne poglądy na temat religijności człowieka znanych psychoterapeutów (analityków) jak C. Jung, E. Erikson, czy V. Frankl (s. 7-8).

Na treść książki składa się dziesięć rozdziałów. Dwa pierwsze z nich poświęcone są zagadnieniom ogólnym związanym z wprowadzaniem wątków duchowości do psychoterapii. Dalej (rodz. 3-6), czytelnik znajduje opis konkretnych wyrazów treści duchowych jak metafory, opowieści, rozmowy z Bogiem, przekonania, a następnie (rodz. 7-8) wspólnotowych form przeżywania duchowości, jak obrzędowość czy struktura grupy religijnej. Książkę wieńczy rozdział dziewiąty poświęcony patologicznym formom duchowości oraz ostatni, dziesiąty, poświęcony roli duchowości w stawianiu czoła chorobie.

Książka autorstwa M. i J. Griffith stanowi próbę rozwijania modelu psychoterapii otwartego na wymiar duchowy. Jednym z postulatów omawianego podejścia, co stanowi niewątpliwie jego zaletę, jest respektowanie religijnych doświadczeń pacjentów bez redukcjonowania ich wyłącznie do wymiaru psychologicznego. Terapeuta powinien tu być uważny na tematykę duchową wnoszoną przez pacjenta, a czasem może ją nawet sam wprowadzać do terapii; nie powinien też kwestionować przekonań ani doświadczeń religijnych pacjenta. Terapeuta nie powinien formułować sądów wartościujących. Rozmowa na tematy wiary winna pomagać pacjentowi zrozumieć lepiej osobiste doświadczenie duchowe i połączyć je z własnymi problemami emocjonalnymi.

Wyżej wymienione cechy pracy z doświadczeniami duchowymi człowieka oraz ujęcie samej duchowości są wyrażone za pomocą narzędzi psychologii narracyjnej. I choć z jednej strony należy z radością witać otwarcie terapeutów na wymiar duchowy człowieka, to z drugiej należy zachować odpowiednią ostrożność w wykorzystywaniu tego rodzaju podejścia w psychoterapii chrześcijańskiej. Chrześcijanin doświadcza swojej wiary w sposób subiektywny i to może się stać przedmiotem pracy w procesie psychoterapeutycznym, jednakże doświadczenia subiektywne nie stanowią jedynego, czy najważniejszego punktu odniesienia dla jego życia duchowego – jakby to mogło się wydawać na podstawie wskazówek autorów recenzowanej pozycji. Terapeuta chrześcijański będzie bardziej wrażliwy na błędne drogi rozwoju religijności swojego pacjenta.

Nachylenie postmodernistyczne u autorów książki widać przede wszystkim w rozumieniu duchowości. Jest ona określona jako psychologiczny wymiar człowieka, dokonującego wyborów, posiadającego intencje, pragnienia oraz zachowującego się w odpowiedni sposób: „Duchowość jest wyborem pewnego rodzaju zobowiązania i zaangażowania wobec wszystkiego, co istnieje, które staje się głównym kontekstem rozumienia świata i działania w nim. Na mocy tego zobowiązania osoba koncentruje się na swoich związkach z innymi, ze środowiskiem naturalnym, ze swoim dziedzictwem i tradycją, z własnym ciałem, ze swoimi przodkami, ze świętymi, z Siłą Wyższą czy Bogiem. To ujęcie sytuuje relacje w centrum świadomości, bez względu na to, czy są to wewnętrzne relacje z Bogiem, z istotami pozamaterialnymi czy też zewnętrzne relacje ze światem lub innymi ludźmi” (s. 45).

Autorzy książki opisują relację duchową człowieka, ale nie ograniczają się tylko do relacji z Bogiem i przyjmują także relacje z innymi istotami duchowymi, a nawet „ze środowiskiem naturalnym, ze swoim dziedzictwem i tradycją, z własnym ciałem, ze swoimi przodkami”. Każda z takich relacji duchowych wykazuje się następującymi cechami: (1) jest jedynym związkiem, w którym nie ma tajemnic; (2) może być jedynym związkiem w życiu, na który zawsze można liczyć; (3) może stanowić niewyczerpalne źródło znaczeń; (4) może poświadczать sprawiedliwość albo niesprawiedliwość jakiegoś wydarzenia (s. 96-98). Jest to na tyle ogólna charakterystyka relacji duchowej, że może dotyczyć zarówno Boga jak i istot duchowych nieprzyjaznych człowiekowi. Stanowi to kolejny znak postmodernistycznego ujęcia życia duchowego człowieka w recenzowanej książce. Charakterystyczne jest przy tym używanie zwrotu „źródło znaczeń”, które jawi się jako najważniejszy punkt odniesienia pracy terapeutycznej.

M. i J. Griffith opisują wiele ciekawych przykładów (studium przypadków) konkretnych zaburzeń związanych z duchowością. W rozdziale dziewiątym prezentują interesującą typologię patologicznych funkcji, jaką może pełnić duchowość w życiu człowieka lub zniekształceń, jakim może podlegać. W rozdziale dziesiątym znajdujemy z kolei dyskusję na temat takich przypadków, w których duchowość odegrała decydującą rolę w procesie zdrowienia. Jest to ciekawa część książki, w której można znaleźć pomoc do pracy z pewnymi psychologicznymi aspektami duchowego doświadczenia człowieka wierzącego. W książce znajdziemy także wiele dokładnych zapisów rozmów terapeutycznych, które same w sobie stanowią ciekawy materiał do analiz. Wyzwanie stanowi jednakże „kulturowy dystans” tych relacji. Opisy te są na tyle dalekie od kultury polskiej, że aby je dobrze zrozumieć, trzeba by się bliżej zapoznać z odpowiednimi kontekstami kulturowymi opisywanych przypadków.

Podejście narracyjne w psychoterapii, w jakim pracują autorzy książki, wpisuje się w szerszy prąd myślowy, który przyjęło się nazywać postmodernizmem. W tym podejściu do rozumienia rzeczywistości charakterystyczną cechą stanowi relatywizm oraz kontekstualizm w ujmowaniu prawdy. Filozoficzną bazą dla postmodernizmu są poglądy Jacquesa Derrida zwane dekonstrukcjonizmem oraz Richarda Rorty'ego twierzącego, iż we współczesnym podejściu naukowym nie ma już miejsca na prawdę obiektywną. Dla postmodernistów prawda nie jest odczytywana z rzeczywistości, lecz tworzona, kreowana niejako od nowa. Każdy ma tu prawo do „swojej prawdy” (to znaczy, że każdy człowiek sam może definiować to, kim jest), która zajmuje miejsce „prawdy o człowieku”, tj. prawdy w ujęciu klasycznym – rozumianej jako zgodność sądu z rzeczywistością,

a w konsekwencji także Prawdy Objawionej, antropologii biblijnej. W perspektywie postmodernistycznej duchowość będzie ujmowana jako indywidualna, czy też prywatna sprawa każdego człowieka.

Akceptacja duchowości jako pozytywnego wymiaru bytu człowieka przez psychologów narracyjnych opiera się na tolerancji bez wartościowania. Jednak proces rozwoju duchowego nowego człowieka (upodabnianie się do Chrystusa, czyli chrystoformizacja) nie prowadzi do religijnego relatywizmu, eklektyzmu, czy też odżegnywania się od prawdziwości własnej Tradycji, a przede wszystkim do prawdy o Jezusie Chrystusie jako jedynym Zbawicielu człowieka. Zasadniczym zadaniem wierzącego pozostaje zawsze ściśle zjednoczenie się z Chrystusem.

Autorzy prezentowanej pozycji chcą przede wszystkim otwierać przestrzeń dla ujmowania różnych tradycji duchowości, co stanowi niewątpliwie element pozytywny ich podejścia. Po latach niechęci wobec wymiaru duchowego w psychoterapii na świecie takie podejście mogłoby się wydawać niemal nowym odkryciem. Nie można jednak dać się zwieść, ponieważ postmodernistyczne otwarcie na wszelką duchowość, inspirowane często ideologią New Age, może prowadzić niewprawnych w wierze do otwarcia się na rzeczywistość duchową wprost destrukcyjną dla człowieka.

o. Andrzej Jastrzębski OMI

<i>O. dr Andrzej Jastrzębski OMI – doktor filozofii (specjalizacja: metafizyka i antropologia filozoficzna).</i>
--

