

# BENITO GOYA OCD

**Psicologia e vita spirituale**

**Sinfonia a due mani**

EDB, Bologna 2005

## **PSYCHOLOGIA I ŻYCIE DUCHOWE**

### **SYMFONIA NA DWIE RĘCE**

/tłumaczenie ks. Dariusz Wołczycki/

#### **WPROWADZENIE**

- ROZDZIAŁ I: **Rozwój psychologii i życia duchowego**
- ROZDZIAŁ II: **Studium psychologiczne życia duchowego**
- ROZDZIAŁ III: **Natura i łaska. Osoba ludzka i działanie nadprzyrodzone**
- ROZDZIAŁ IV: **Rozwój psychologiczny i wzrost duchowy**
- ROZDZIAŁ V: **Integracja psychiczna i zjednoczenie duchowe**
- ROZDZIAŁ VI: **Dojrzałość psychologiczna i świętość chrześcijańska**
- ROZDZIAŁ VII: **Wolność ludzka i wolność „dzieci Bożych”**
- ROZDZIAŁ VIII: **Potrzeby osobiste i wartości ewangeliczne**
- ROZDZIAŁ IX: **Świat uczuciowy i jego integracja w miłości**
- ROZDZIAŁ X: **Wolność ludzka i zjednoczenie z wolą Bożą**
- ROZDZIAŁ XI: **Psychologia i modlitwa**

#### **ZAKOŃCZENIE**

## ROZDZIAŁ I

### ROZWÓJ PSYCHOLOGII I ŻYCIA DUCHOWEGO

Ku lepszemu zrozumieniu wkładu, jaki psychologia może wnieść do naszego studium, potrzeba krótkiego wprowadzenia do jej skomplikowanej drogi rozwoju. Przedstawimy krótko historię dojrzwania i aktualną sytuację psychologii, nieufność, jaka istnieje wobec niej, biorąc pod uwagę rzeczywistość wiary i ludzkiej egzystencji. Są to kwestie, które mogą dać wyjaśniającą odpowiedź do różnych punktów zapytania, które wpływają wobec tego złożonego tematu.

#### **1. Początki naukowej psychologii**

##### **1.1. Jeden wiek życia**

Psychologia naukowa ma zaledwie jeden wiek życia. Bierze się pod uwagę 1879 rok jako początek jej istnienia jako autonomicznej eksperymentalnej nauki, oddzielonej od psychologii racjonalnej, nauki ukierunkowanej filozoficznie. Na samym początku psychologia znalazła się w sytuacji pilnej potrzeby zachowania przede wszystkim swojej niezależności jako nauki. Jej zwolennicy pochodzili ze środowiska o mentalności „materialistycznej” i praktycznie zredukowali pierwszą psychologię do psychofizjologii, która pozostawała mniej lub bardziej w służbie klimatu pozytywistycznego, w którym odkryła swoje początki.

Psychologia postanowiła odkryć prawa w celu zbadania zjawiska psychicznego, używając metod nauk naturalnych wówczas istniejących. Obecnie również jedna z gałęzi psychologii kontynuuje filozoficzną analizę takich zjawisk, choć przy swoich narodzinach domagała się być psychologią jedyną i prawomocną. W ten sposób stała się psychologią redukcjonistyczną: jej cele i obszary badań zredukowały się do studium podstawowych fenomenów takich jak doznania, zewnętrzne reakcje, widzialne zachowanie, itd. Jednocześnie negowała bardziej ludzkie aspekty osobowości: rozum, świadomość, wolność oraz wyższe procesy umysłowe. Tak z kolei przekształciła się, z podobnymi ograniczeniami, w psychologię „bez duszy”.

##### **1.2. Założyciel psychologii**

W klimacie kierunku pozytywistycznego rozpoczął swoje poszukiwania W. Wundt (1832-1920), którego uważa się za założyciela psychologii naukowej. Ponieważ w 1879 roku otworzył w Lipsku pierwsze laboratorium psychologii doświadczalnej. W tej szkole badawczej dopuszczano jedynie zewnętrzne zjawiska udokumentowane matematycznie lub za pomocą obserwacji i doświadczenia. Wundt badał doświadczalnie odizolowane reakcje na bodźce i pamięć. W ten sposób miał nadzieję na uzyskanie kompletnego i przedmiotowego poznania osoby.

Później, widząc ograniczenia tych metod, aby objąć specyficzne elementy ludzkiej kondycji, wprowadził także introspekcję systematyczną zjawisk wewnętrznych jako uprawnioną metodę psychologiczną.

### 1.3. Szkoła rosyjska

Niemniej jednak, inne szkoły odrzucały wszystko to, co miało jakikolwiek posmak subiektywizmu i kładły nacisk wyłącznie na metody fizyczne. Szkoła rosyjska, na przykład, dalej redukowałą psychologię do wyuczonych odruchów bezwarunkowych danej jednostki. Najstłynniejszy fizjolog Ivan Pawłow (1849-1936), badając zjawisko trawienia, zaobserwował, prawie przez przypadek, jak odgłos kroków pracownika laboratorium, który przynosił pożywienie psom, z powtarzanego doświadczenia, był wystarczający, by wytworzyć ich ślinienie. Nazwał je „ślinieniem psychicznym”. Jeśli psu pokazywało się pokarm określoną liczbę razy przed brzmieniem dzwonka, zwierzę słysząc ten dźwięk, nawet jeśli nie widziało wcześniej pożywienia, wytwarzało tak samo ślinę.

Z tego faktu wyciągnął wniosek, że jeśli bodziec, sam w sobie obojętny, w tym przypadku dźwięk, będzie kojarzony określoną liczbę razy, nabędzie moc zastąpienia go jako bodziec działający, by pobudzić odpowiedź nie adekwatną samą w sobie. Ten „stan”, w którym znajdują się materialnie dwa połączone bodźce był przyczyną uwarunkowania. Za pomocą tego tłumaczył całe nauczanie o zachowaniu i reakcjach człowieka, wyłączając potrzebę innych zdolności czy cech.

### 1.4. Behawioryzm

W tej samej epoce w Stanach Zjednoczonych powstała inna szkoła o podobnej charakterystyce: behawioryzm (od behaviour – zachowanie), której założycielem był J.B. Watson (1879-1958), zoolog. Aby pozostać obiektywnym w analizie danych psychologicznych, posłużył się jedynie technikami badań używanymi w studium reakcji zwierząt. W ten sposób zajmował się tylko widzialnymi danymi, obserwowanymi za pomocą metod doświadczalnych i ograniczał swój specyficzny obszar do zewnętrznego zachowania. Jak królik biegnie labiryntem, badacz może sfotografować jedynie jego widzialne ruchy, tak nauka przedmiotowa może uznawać za prawdę tylko zewnętrzne fakty zaobserwowane w badaniu. To podejście kładło nacisk na techniczną mierzalność i weryfikowalność zachowania. Jego wnioski były takie, że to jedynie procesy świadome i sama myśl tworzyły odpowiedzi motoryczne czy poszczególnych gruczołów lub też poruszenia mięśni. Autor redukował w ten sposób świadome działanie do mechanizmu odruchów bezwarunkowych.

Inną konsekwencją klasycznego behawioryzmu było uważanie zachowania fundamentalnie zależnego od środowiska: odpowiedzi osoby na zewnętrzny bodziec. Jest to psychologia S-R „bodziec-odpowiedź”. Kiedy odpowiedź jest nagradzana, wtedy tworzy się nawyk, który kieruje dalszymi reakcjami. Podmiot znajduje się w postawie „obronnej” wobec środowiska, które ze swoimi bodźcami ciągle determinuje jego zachowanie. To nie jednostka dominuje środowisko, lecz to środowisko kontroluje osobę, a jej działalność ogranicza się do dostosowania do środowiska.

Można zakończyć pierwszą część historii, potwierdzając, że psychologia u swych początków, tak przez roszczenie eliminacji jakiegokolwiek kontaktu z metodami filozoficznymi, jak również przez ślepe zaufanie do odkryć naukowych, odrzucała jako nienaukowe wszystko to, co nie było

uzyskane za pośrednictwem jej ograniczonych metod. Tak się odbywało redukowanie zasobów ludzkich do poziomu biologicznego czy instynktu, ponieważ brała pod uwagę psychosomatyczny całościowy kształt jako swój jedyny obszar badań i działania.

Wkład, jaki taka psychologia przynosi dla zrozumienia życia duchowego, ogranicza się do poziomu fizjologicznego, do niższego poziomu ludzkiego organizmu: działania ciała, widzialnych reakcji, nabytych uwarunkowań.

## 2. Rozwój psychologii

W pierwszych latach XX w. zaczynają pojawiać się już teorie pełniejsze i mniej zależne od uprzedzeń filozoficzno-materialistycznych. Wspomnijmy najważniejsze prądy.

a) *Funkcjonalizm* amerykański, oparty na pragmatyzmie: w nim użyteczne wnioski stają się również zdecydowanie prawdziwe. Zajmuje się badaniem nie tyle tego „czym jest” lub „jak powstaje” pewne zjawisko, ale raczej jaki *jest jego cel*, ku któremu zmierza. Ten cel sprawia, że wszystkie działania jednostki ukazują się zespolone i zorganizowane w służbie swego celu.

b) *Szkota formy*, która podejmuje kolejny decydujący krok naprzód ku przewyżczeniu początkowej psychofilozofii. Jak wskazuje jej nazwa, uwaga koncentruje się na zupełnej formie zjawisk i na przebudowie poszczególnych faktów w jedną całość, tak jakby w jedną muzyczną melodię, w której wyczuwa się harmonię, a nie pojedyncze nuty kompozycji.

Naukowy fundament, który podtrzymuje tę teorię formy został zaproponowany przez Maxa Wertheimera w 1912 roku i został wyrażony w następujących słowach: znaczenie „formy”, którą przyjmują zjawiska psychiczne, nie jest jedynie sumą każdego pojedynczego bodźca, ani też wynikiem ich kojarzenia lub relacji. To spostrzeganie całości jest natomiast elementarnym procesem: dostrzega się najpierw formowanie tego, co w kolejnej chwili tworzy części. K. Koffka, K. Lewin i inni autorzy niemieccy rozwinęli później te zasady tak w obszarze poznania indywidualnego, jak również w dynamice grupy.

c) *Psychoanaliza* Z. Freuda (1885-1939) tworzy *drugą wielką siłę* psychologii po behawioryzmie. Wkład tego wielkiego badacza z Wiednia jest fundamentalny, aby zrozumieć późniejszą psychologię, w szczególności jej dynamiczny aspekt. Freud, jako lekarz, szukał drogi powrotu do zdrowia chorych osób, stąd nie angażował się tyle w wyjaśnienie naukowe pojedynczych procesów, lecz w poznanie danej jednostki jako jednej całości.

Streszczając maksymalnie jego teorię można wyróżnić w niej trzy podstawowe aspekty: początkowo przedstawia się ona jako *metoda terapii*, która posługuje się „analizą snów” i „wolnych skojarzeń” pod kierunkiem analityka, który zaprasza, by opowiedzieć wszystko, co przychodzi na myśl, aby ułatwić werbalne wyrażenie podświadomości. Na drugim miejscu staje się *teorią osobowości* całkowitej, która kładzie nacisk na przewagę aktywności psychicznej nieświadomej i pierwszych lat życia w kształtowaniu osobowości, która do wieku 6 lat, miałyby się ukształtować w ostatecznej formie. Trzecim aspektem psychoanalizy Freuda jest jego *filozofia*

*materialistyczna*, która prowadzi nieświadomie swoje badania i nadaje pozytywistyczny kierunek sporej części późniejszej psychologii.

Po nakreśleniu właściwości jego teorii, potrzeba zdecydowanie stwierdzić, że jej filozoficzno-materialistyczny wymiar już więcej nie panuje. Trzeba również przyznać, że jej popularyzacja i jej wpływ były początkowo ogólne a dopiero później bardzo się rozwinęły i udoskonały. Jego pierwsi uczniowie zaczęli oddalać się od teorii swego mistrza. *Adler* stwierdzał, że podstawową siłą osobowości nie jest instynkt seksualny, lecz przeciwnie „instynkt lub wola możliwości” lub panowania, które znajdują się u podstaw ludzkiego dynamizmu.

*C.G. Jung* proponował opis osobowości o wiele bogatszy i duchowy. Jego zdaniem podświadomość zawiera więcej elementów niż tylko impulsy seksualne czy agresywne. W swoich badaniach etnologicznych odkrył w kulturach afrykańskich i azjatyckich wspólne źródło. Doszedł więc do opisu podświadomości zbiorowej, bogatej w pamięć rasy (archetypy) otrzymanej w dziedzictwie po przodkach jak idea stworzenia, religii czy porządku moralnego. Jego teoria uzupełniła w ten sposób dotychczasowe wymiary i przybliżyła się do poziomów transpersonalnych doświadczenia ludzkiego. Jung stwierdził: „przybliżanie się do sfery boskiej jest prawdziwą terapią; w takim stopniu jak jednostka przybliżyła się do doświadczeń nadprzyrodzonych, tak uwalnia się od przekleństwa patologii”.

d) *Temperamenty i charaktery*. W tym okresie rozwinęły się również badania nad temperamentami i charakterami, które miały szerokie zastosowanie w poznawaniu silnych cech charakterystycznych osób, ich możliwości i uzdolnień zawodowych oraz zastosowanie w służbie indywidualnego kierownictwa duchowego.

*Temperamenty* opierają się na bazie fizjologicznej i funkcjonalnej osobowości i na wyższości pewnych tkanek. Następnie powodują predyspozycje ku określonej reakcji wobec środowiska lub grupy oraz ku sposobie psychologicznego i duchowego bycia, a także ku większej lub mniejszej zdolności wobec zaangażowania apostolskiego.

*W.E. Sheldon* (1940), fotografując osoby z trzech perspektyw: od przodu, z boku i od tyłu, i opierając się na obserwacjach modelu 4000 mężczyzn w wieku około 20 lat, stwierdził, że w każdym wyglądzie fizycznym, dają się rozpoznać trzy podstawowe części, które nazwał: „viscerotonia – wnętrzość, skierowanie do świata społecznego – tolerancja, umiłowanie jedzenia”, „somatotonia – cielesność, fizyczność, skierowanie na energiczną aktywność” i „cerebrotonia – umysłowość, introwertyzm, nieśmiałość, skierowanie do świata wewnętrznego”.

*Viscerotonicy* są charakteryzowani przez przewagę anatomiczną i funkcjonalną wnętrzości trawiennych. Ich postawa psychologiczna jest skierowana ku odprężeniu w postawie, ku powolności w reakcjach, ku przyjemności jedzenia i ku tolerancji i grzeczności wobec bliźniego.

*Somatotonicy* łączą się z przewagą anatomiczną i funkcjonalną struktur somatycznych, z wyglądem kościstym i umięśnionym, kierują się ku aktywności i rozwiązaniom. Są typem silnej wytrzymałości fizycznej, z odwagą i agresywnością, umiłowaniem przygód, ćwiczeń i aktywnej ekspansji.

*Cerebrotonicy* zawierają w sobie przewagę funkcji umysłowych, ze wstrzymaniem czynności wewnętrznych i somatycznych, z prostym wyglądem, stąd okazują upodobanie intymności, skrytości, społeczną postawę zakazów, nadmierną wrażliwość i reaktywność z zaburzeniami fizjologicznymi, z napięciem umysłowym i niepokojem egzystencjalnym.

*Charaktery*, natomiast, opierają się na pewnych silniejszych zabarwieniach psychologicznych i dzielą osoby na różne grupy według przewagi lub jej braku w cechach osobistych; nie istnieją czyste typy charakterologiczne.

G. Heymans i R. Le Senne zaproponowali następującą klasyfikację: wyróżniają się typy psychologiczne emocjonalne i nieemocjonalne, według ich stopnia wrażliwości lub zdolności reagowania wobec wydarzeń i bodźców w obiektywnym świecie. Jedni i drudzy mogą być jeszcze podzieleni w swojej grupie, według ich energii w działaniu lub przeciwnie ich pasywności, na aktywnych i nieaktywnych; w końcu cztery grupy, które z nich wyływają, mogą być jeszcze podzielone na główne i drugorzędne, według mniejszego lub większego oddźwięku psychicznego i długości reakcji.

G. Jung, z kolei, rozróżnia typy introwertyczne i ekstrawertyczne, które wskazują odpowiednio tendencję podmiotu ku swemu życiu wewnętrznemu lub raczej ku światu zewnętrznemu.

Wszystkie powyższe teorie i inne, opierające się na *cechach*, proponują nam schemat ogólny jako pierwsze podejście do poznania osobowości i wymagań jej konstytucjonalnego lub psychologicznego typu, który jeszcze będzie musiał być udoskonalony przez szczególną obserwację poszczególnych osób.

Ogólnie mówiąc, wpływ psychologii na życie duchowe w tej epoce odnosi się raczej do obszaru psychiatrii, chorób umysłowych, z wyraźnym niebezpieczeństwem uogólniania swoich zasad i do interpretowania zjawisk mistycznych jako psychopatii mniej lub bardziej poważnej według stopnia zmian wytwarzanych w ludzkiej psychice.

### **3. Ku dojrzałości psychologii**

Na bazie tego rozwoju psychologii doświadczalnej, w pierwszych pięćdziesięciu latach jej istnienia jako nauki autonomicznej rodzą się teorie bardziej dojrzałe. Obraz osobowości, który psychologia w przeważającej części proponowała w tej epoce, znajdował się w sprzeczności z tą psychologią, która sugerowała doświadczenie wewnętrzne.

Ta sytuacja wyływała, częściowo, jak to opisaliśmy, z faktu, że poznanie ludzkie opierało się na odkryciach pochodzących z badań zachowań zwierząt, a – po Freudzie – z analizy zachowania osób chorych. Od tej chwili i później rozpoczyna się stawianie czoła bezpośrednio problemowi opisu podmiotu *zdrowego dorosłego*, obserwując jego postawy, jego sukcesy i porażki. Można wskazać dwa przeważające momenty ewolucji podejścia psychologicznego: chodzi o psychologię humanistyczną i następującą po niej psychologię transpersonalną (kierunek psychologii, w ramach

którego badaniom poddaje się transpersonalne i transcendentalne aspekty duchowych doświadczeń człowieka).

### 3.1. Psychologia humanistyczna

W latach drugiej wojny światowej zaczynają pojawiać się pierwsze dzieła na temat *zdrowej osobowości*. W 1937 Allport opublikował swoje przełomowe studium na temat osobowości (*Personality. A Psychological Interpretation*). Między znaczącymi przedstawicielami tego kierunku można wymienić, obok samego Allporta, również Rogersa, Maslowa, Thomae'a, Nuttina i V. Frankla. Podczas kongresu w 1962 roku stworzono ruch nazwany *psychologią humanistyczną* lub *trzecią siłą*, po psychoanalizie i behawioryzmie, ze swoimi miejscami badań i odpowiednimi czasopismami. Precyzyjnie przyjęli nazwę „humaniści”, ponieważ, przed dokładnością matematyczną metod i teorii, szukali służby konkretnej osobie, i także na poziomie teoretycznym, wypracowania harmonijnych i spójnych ram, które mogłyby wytłumaczyć złożoną strukturę całego ludzkiego zachowania. Ci psychologowie humaniści-personaliści,

„mimo akceptowania uwarunkowań podświadomości i środowiska, podkreślają inicjatywę danej osobowości [...] odślaniają jak osoba psychologicznie dojrzała zmierza do kształtowania siebie samej, szukając, jaki jest sens życia, czyniąc ten sens planem naczelnym i długofalowym, tworząc wokół tego planu dotyczącego samego siebie cechy charakterystyczne temperamentu i własne odpowiedzi na bodźce środowiskowe” (A. RONCO, *Introduzione alla psicologia. I: Psicologia dinamica*)

Można uwydatnić pewne zasady tej psychologii:

– *samorealizacja*: ludzka dynamika znajduje podstawowy bodziec, nie w instynkcie, lecz w wewnętrznej potrzebie stawania się coraz bardziej w pełni tym, kim każdy jest, rozwijając stopniowo, lecz integralnie własne możliwości;

– *pozytywna koncepcja osobowości*: jest ona nośnikiem wartości, nie jest negatywna czy przewrotna; podstawowe potrzeby (życie, bezpieczeństwo, uczucie, szacunek) i podstawowe możliwości są pozytywne i dobre; stąd cały wysiłek kieruje się, by je uwydatnić i pielęgnować je właściwie w nieustannym procesie realizacji;

– *integracja-formowanie*: oznacza ona, że każda ze złożonych funkcji i działań ludzkich są zwykle skierowane ku nadrzędnemu celowi, na przykład zabawa, modlitwa, odpoczynek mimo, że mają cele szczegółowe, są zorientowane ku osiągnięciu pełni celu osobowości: to zakłada skalę lub hierarchię wartości i jednocześnie zdolność do samokontroli, aby połączyć i zintegrować poszczególne elementy (tendencje, uczucia, wysiłki) w naczelną opcję egzystencji.

Warto wspomnieć w sposób szczególny dwóch autorów tej szkoły, ponieważ dokonali godnego uwagi zbliżenia do obszaru religijnego: są to *Allport* i *Frankl*. Podczas gdy inni badacze pozostawali przy wizji naturalistycznej lub immanentnej bytu ludzkiego, oni przedstawiali decydujące ogniwa dla refleksji nad religijnością i duchowością.

W.G. Allport kładł nacisk na naczelną bodziec organizmu ku zintegrowaniu własnej egzystencji; osobowość zmierzała ku dążeniu formułowanemu jako „filozofia życia”, która mogła być również religijna i chrześcijańska, i która przewodziła integralnemu formowaniu egzystencji.

Profesor z Wiednia V. Frankl uzupełniał, ze swej strony, tę ideę dodając, że autentyczna religijność jest jedną z pierwotnych źródeł zdrowia umysłowego; dla niego duchowy wymiar jest fundamentalny. Akcentował ponadto wartość *transcendencji*: cel osoby polega na auto-przekraczaniu siebie; nie wystarczy wyrażenie swoich potrzeb i subiektywnych możliwości; przeciwnie, osoba ma nadawać „sens/znaczenie” swojej egzystencji z czymś, co znajduje ponad sobą. Jego metoda jest nazywana *logoterapią*: była to terapia, która dążyła do odnalezienia „logosu” czy też sensu własnej sytuacji. Kiedy osoba ogranicza się jedynie do własnej autorealizacji, wtedy nie osiąga swego celu, ponieważ jej natura przekracza siebie samą i wychodzi z ciasnych indywidualnych granic, aby otworzyć się na ludzkość/człowieczeństwo w poznaniu i miłości.

### 3.2. Psychologia transpersonalna

Maslow, jeden z podstawowych założycieli psychologii humanistycznej, w 1968 roku, pod koniec swego życia, pisał: „ uważam, że psychologia humanistyczna, psychologia trzeciej siły, jest ruchem przejściowym, przygotowaniem na czwartą psychologię, wyższą niż ta, transpersonalną, skoncentrowaną na kosmosie, niż na ludzkich potrzebach i interesach, psychologię, która pójdzie ponad ludzką kondycję, tożsamość, autorealizację i podobne rzeczy” (*Verso una psicologia dell'essere*).

Ta teoria transpersonalna, powstała w Ameryce w 1969 roku, wyłynęła już jako *czwarta siła* psychologii. Proponuje ona pełny obraz człowieka, w odkryciu wyższych wymiarów psychiki, siedliska bardziej szlachetnych ludzkich możliwości. Wzbogacona spotkaniem pomiędzy psychologią zachodu i wschodu, przedstawia naukę przełomu, nieograniczającą się tylko do terapii chorych, lecz raczej nastawioną na integralny rozwój potencjału ludzkiego i jego bardziej wzniosłej kreatywności. Jako charakterystyczne elementy tego ruchu można wymienić:

– „doświadczenie szczytów”: są to wyższe doświadczenia psychiki i konsekwencja wyrażenia najwyższych ludzkich wartości; stają się ekstremalnie ważne w egzystencji podmiotu i w jego postawie wobec rzeczywistości; osoby, które docierają do takich doświadczeń nabywają istotnych zmian na lepsze w relacjach społecznych i kosmicznych. Takie doświadczenia bywają odczuwane tak w obcowaniu z naturą, w intuicjach/natchnieniach artystycznych, w zapale altruistycznej miłości, w odmienionych stanach świadomości, jak i w sposób szczególny w oświeceniu mistycznym. Według Masłowa pełny rozwój takich możliwości daje początek osobowościom nieprzeciętnym takim jak artysta, geniusz, mistyk, święty;

– *duchowa podświadomość*, jako dopełnienie podświadomości instynktownej Freuda: istnieje w osobie ludzkiej podświadoma możliwość najwyższych poziomów świadomości, regulowanych przez użycie intuicji i która prowadzi ku poznaniu uniwersalnej rzeczywistości, do



której ona należy i z którą jest w interakcji. Zawiera powołanie do „pełnej autotranscendencji” w sferze kosmicznej i boskiej;

– *wyzwolenie takiego poziomu duchowego* podświadomie jest istotną potrzebą osobowości rozwiniętej: zatrzymanie procesu rozwoju takich potencjałów powoduje typ nerwic nazywany przez Masłowa „metapatologiami”, czyli patologiami, które przekraczają poziomy organiczne, a które pochodzą z braku wyzwolenia tej wyższej podświadomości, która pozostaje stłumiona w świecie postmodernistycznym zwabionym przez modele wydajności społeczeństwa dobrobytu. Psychoterapia transpersonalna zajmuje się więc na pierwszym miejscu ujawnieniem istnienia tych potencjałów i poziomów duchowych, aby wyzwolić podmiot i przyprowadzić go później do ich aktualizacji w życiu;

– *znaczenie kreatywności* jest odkryciem obrazu jednostki powołanej do bycia ponad to, co dotychczas poznane i do zrealizowania wszechstronnych zadań swojego życia; jest to integralny rozwój ludzkich potencjałów, które są uruchamiane i udoskonalane w każdym aspekcie ich istotnych wymiarów i które osiągają panowanie nad światem, nie dając się porwać bierności, ale przyjmując postawę aktywną i kreatywną, aby go zdobyć i ulepszyć.

– *metody medytacyjne*: studium nauk wschodnich, które dzięki medytacji wyćwiczyły te wyższe poziomy i doświadczenia szczytów, doprowadziło psychologię transpersonalną do posłużenia się medytacją psychologiczną jako źródłem wewnętrznego oświecenia i wyzwolenia podświadomości duchowej i pełniejszej ewolucji ludzkiego potencjału.

### **3.3. Ontopsychologia lub psychologia bytu**

Na początku lat sześćdziesiątych XX w. rozwinął się inny ruch psychologiczny, który, zakładając akceptację osoby ludzkiej w jej pełni, jest dla duchowości bardzo użyteczny i stymulujący.

Chodzi o *ontopsychologię* lub *psychologię bytu*. Utrzymuje ona, że egzystencja każdej osoby jest złożona z *bycia-powołania* i z *działania-misji*, jako coś osobistego i niepowtarzalnego. Podmiot ludzki ma moc i wolność do samodzielnego dotarcia do tego bycia-misji, ale ma też możliwość do kroczenia w sprzeczności z nim.

Kiedy jego zachowanie oddziela się od potrzeby ontycznej lub nie jest z nią spójne, kieruje się ku nerwicy; i stąd będzie konieczne sięgnięcie po metody *ontoterapii*, aby uzdrowić i pomóc dojrzeć zdrowej świadomości psychologicznej, zgodnej ze swoją naturą.

Jeśli natomiast wypełnia się istotne *utożsamienie* z jego głębokim bytem i w ten sposób wzmacnia się jego pierwotne przeznaczenie, wtedy podmiot ludzki kieruje się ku dojrzałości i ku integralnej pełni.

Oczywiście, że dla każdej jednostki, przedstawia się mocno problem własnej tożsamości, to „kim ja jestem” czy też to „jakie jest moje życie i moje przeznaczenie”. Podstawowa antropologia chrześcijańska zakłada satysfakcjonującą odpowiedź na takie wątpliwości.

#### 4. Zakończenie

Opisaliśmy, aby ułatwić zrozumienie psychologicznych wątpliwości, wielkie kierunki psychologii transpersonalnej i rodzącej się ontopsychologii, które w dalszym ciągu nadal się rozwijają; niektóre stwierdzenia są zbyt ogólne i wymagają dalszych badań, aby były naukowo ugruntowane.

Jednakże to, co warto podkreślić, to droga, w jaki sposób psychologia rozwinęła się w kolejnych koncentrycznych kołach, obejmując coraz pełniej integralną osobowość, aż do jej wymiaru transpersonalnego. Każde nowe koło zawiera zasadniczo pozytywne elementy poprzednich i je integruje w pewną obszerniejszą i pełniejszą syntezę rzeczywistości; ten fakt tworzy źródło ufności i otuchy, ponieważ przynajmniej pewna część psychologii naukowej, przybliżyła się do chrześcijańskiej wizji osobowości i świata. W ten sposób sam wierzący czuje się umotywowany do rozwijania w sobie wszystkich tych wartości duchowych, które czasami pozostają nieświadome, jak „zamieszkiwanie trynitarne” czy „synostwo Boże”, ale które tworzą dalsze wezwanie do pełniejszej realizacji samego siebie.

Jest oczywiste, że jedynie psychologia otwarta na *transcendencję* w swoich zasadach i w swoich metodach może dostarczać prawidłowe dane do satysfakcjonującej interpretacji życia duchowego, motywowanego przez wartości nadprzyrodzone.

Integralna koncepcja osobowości, która z tego wypływa, otwiera także drogę do opracowania psychologicznego, w którym chrześcijańska wartość transcendentna tworzyłaby kryterium integracji bytu i działania ludzkiego w świecie oraz drogę do autentycznej interpretacji zjawisk i życia mistycznego według ich miejsca w hierarchii wartości. W ten sposób można rzeczywiście stwierdzić, że „poprzez swoje włączenie w Chrystusa, człowiek podnosi się do nowego wymiaru, do humanizmu transcendentnego... najwyższego celu rozwoju ludzkiego” (PAWEŁ VI, List apostolski *Populorum progressio*, n. 16).