

Bogna Białecka

Psychologia a życie duchowe



FLOS CARMELI
2008

Biblioteka Carmelitanum

Nr 6

© Copyright by FLOS CARMELI 2008

Redaktor prowadzący
Wojciech Ciak OCD

Projekt okładki i skład
Piotr Białecki

Na okładce
Nawiedzenie św. Elżbiety
Copenhagen Psalter, ok. 1175-1200

Imprimi potest
Marian Stankiewicz OCD, prowincjał
Warszawa, dn. 19.03.2008
L.dz.78/P/2008

Wydawca:
FLOS CARMELI Sp. z o.o.
ul. Działowa 25, 61-747 Poznań
tel. 061 856 08 34, fax 061 856 09 47
www.floscarmeli.poznan.pl

Druk i oprawa:
TOTEM – Inowrocław

ISBN 978-83-88570-44-5

Spis treści

WPROWADZENIE

Psychologia a życie duchowe	5
-----------------------------------	---

WYKŁAD I

Rozum a emocje	9
----------------------	---

WYKŁAD II

Emocje	21
--------------	----

WYKŁAD III

Wartości	31
----------------	----

WYKŁAD IV

Szczęście	41
-----------------	----

WYKŁAD V

Cierpienie	67
------------------	----

POST SCRIPTUM

Gdzie psychologia i duchowość wspierają się nawzajem	81
--	----

WPROWADZENIE

Psychologia a życie duchowe

Czy psychologia może nam coś mówić o życiu duchowym? Czy techniki terapii psychologicznej wpływają też na życie duchowe człowieka? Czy psychologia ma prawo wypowiadać się na temat duszy człowieka, czy też – skoro jest nauką empiryczną – powinna skupiać się wyłącznie na procesach poznawczych i emocjonalnych? Czy da się tak naprawdę podzielić człowieka na części: „to ciało, to emocje, to myślenie a to dusza” i analizować je niezależnie od siebie? W końcu, czy psychologia a zwłaszcza terapia może być neutralna światopoglądowo, czy też wręcz przeciwnie – system wartości psychologa i psychoterapeuty uzewnętrznia się w psychologii przez niego praktykowanej, a przez to wpływa na odbiorców – słuchaczy wykładów, czytelników, pacjentów?

Wielu terapeutów twierdzi, że psychologia jest neutralna światopoglądowo, dlatego mogą pomóc niezależnie od systemu wartości wyznawanego przez siebie czy pacjenta. Niestety jest to tylko pobożne życzenie. Już same założenia leżące u podstaw określonej teorii psychologicznej narzucają określone wartościowanie ludzkich zachowań. Dla przykładu podają podsumowanie wizji determinant zachowań człowieka wg Freuda – klasyka psychologii nowożytnej oraz według świętego Tomasza z Akwinu bazującego na klasyce psychologii starożytnej (Arystotelesie) Doktora Kościoła. W praktyce współczesnej oznacza to, że system wartości terapeuty wyznacza wręcz sposób, w jaki definiuje on problem pacjenta – a co z tego wynika – czy i jak potrafi mu pomóc. Najbardziej może ewidentnym przykładem jest problem homoseksualizmu. Jeżeli osoba o skłonnościach homo-

seksualnych, niezdolna do nawiązywania trwałych związków emocjonalnych z innymi i cierpiąca z tego powodu, trafi do (typowego w naszych czasach) psychoterapeuty o światopoglądzie „liberalno-postępowo-new-ageowskim”, ten będzie próbował mu pomóc zaakceptować swój homoseksualizm i uprawiać homoseksualny seks bez zahamowań i poczucia winy. Jeśli z kolei trafi do terapeuty o katolickim systemie wartości, ten będzie raczej próbował mu pomóc w rozwiązaniu problemów z nawiązywaniem bliskich relacji emocjonalnych, czemu często towarzyszy zanik skłonności homoseksualnych (będących w wielu przypadkach pochodną tych problemów z relacjami).

Sprawa systemu wartości psychologa – terapeuty pojawi się jeszcze, natomiast dla przeciętnego zdrowego człowieka ważne jest raczej, co psychologia może zaoferować, by pomóc mu w rozwoju, a także, co może powiedzieć o jego rozwoju – i emocjonalnym – i relacyjnym – i duchowym.

Już sam termin „psychologia” pochodzi od gr. psyche = dusza, i logos = słowo, myśl, rozumowanie, zatem już w nazwie nauki zawarte jest odniesienie do duszy. Poza tym stanowimy jedność fizyczno-psychiczno-duchową. To, co dzieje się w jednej z tych stref wpływa na pozostałe, dlatego zajmę się punktami styku:

- * W jaki sposób to, co myślimy o świecie i o sobie samym wpływa na nasze życie emocjonalne?
- * Jak można rozwijać swą Inteligencję Emocjonalną, by być lepszym człowiekiem?
- * Jak wyznawany system wartości wpływa na zdrowie psychiczne, dojrzałość i rozwój emocjonalny?
- * Jakie są uwarunkowania poczucia szczęścia, czyli co psychologia mówi o wpływie życia duchowego na poczucie szczęścia człowieka?
- * Radzenie sobie z cierpieniem.