Anksioznost. Egzistencijalni strah ili grijeh protiv krjeposti ufanja

Miljković, Eda

Master's thesis / Diplomski rad

2017

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Catholic Faculty of Theology / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu**

Permanent link / Trajna poveznica: https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:120:617866

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-28**

Repository / Repozitorij:

Repository of the Chatolic Faculty of Theology

SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

KATOLIČKI BOGOSLOVNI FAKULTET U ĐAKOVU

ANKSIOZNOST. EGZISTENCIJALNI STRAH ILI GRIJEH PROTIV KRJEPOSTI UFANJA

Diplomski rad

Mentor:

Doc. dr. sc. Stjepan Radić

Studentica:

Eda Miljković

Đakovo, 2017.

Sadržaj

Sažetak 4
Summary: Anxiety. Existential fear or a sin against the virtue of hope. 5
Uvod 6
1. Psihopatologija 9
1.1. Podjela psihopatologije 10
1.2. Etiologija duševnih bolesti 10
1.3. Autoanamneza i psihički profil 11
1.4.Razlikovanje normalnog od abnormalnog ponašanja i zdravog od bolesnog 13
2. Pojam anksioznosti 14
2.1. Simptomi, dijagnoza i uzroci anksioznosti 15
2.2. Kategorizacija i obilježja pojedinog poremećaja 17
2.2.1. Oblici patološke (neurotske) anksioznosti 17
2.2.2. Normalna anksioznost 18
2.3. Anksiozna osjetljivost 18
2.4. Od stresa do tjeskobe 20
2.5. Anatomija mozga vezana uz strah 21
3. Posljedice i liječenje 23
3.1. Nemedikamentne metode liječenja anksioznosti 24
3.2. Kakva razmišljanja mogu pomoći čovjeku? 25
3.3. Dostojanstvo osobnosti 25
4. Krjeposti 27
4.1. Definicija i pojam riječi krjepost 27
4.2. Povijesni pregled poimanja krjeposti 29
4.3. Subjekt, razdioba i vlastitosti krjeposti 30
4.4. Narav božanskih krjeposti 32
4.5. Važnost za pojedinca i kršćanstvo 32
4.6. Sveto pismo o božanskim krjepostima 33
4.7. Crkveno učiteljstvo o božanskim krjepostima 34
5. Krjepost ufanja 35
5.1. Kršćansko ufanje u Svetom pismu 36
5.1.1. Prorok Jeremija 37
5.1.2. Otkrivenje svetoga Ivana apostola 38
5.1.3. Propovijed na gori – blaženstvo ožalošćenih 39

5.1.4. Pavlove poslanice ... 41
5.1.5. Abraham- praotac naše vjere (usp. Heb 11, 8-19) ... 43
5.2. Sveti Bonaventura i sveti Toma Akvinski o ufanju ... 44
5.3. Nada pak ne postiđuje (Rim 5,5) ... 46
5.4. Prožetost vjere, ufanja i ljubavi ... 47
5.4.1. Ufanje i ljubav ... 48
5.4.2. Ljubav u iskustvu vjere ... 51
5.4.3. Duh Sveti i ufanje ... 52
5.5. Ontološki vid ufanja ... 52
6. Grijesi i poremećaji protivni krjeposti ufanja ... 54
6.1. Opasnosti krjeposne sebičnosti ... 54
6.2. Mržnja na Boga (*odium Dei*) ... 56
6.3. Očaj (*desperatio*) ... 56
6.4. Tromost srca (*acedia*) ... 57
6.5. Preuzetnost (*praesumptio*) ... 59
6.6. Depresija ... 59
7. Različite uloge teologije i psihologije u ozdravljenju čovjeka. Međusobna povezanost anksioznosti i krjeposti ufanja ... 61
7.1.Interdisciplinarnost crkvene pastoralne skrbi i psihoterapije ... 61
7.2. Duhovni lijekovi i duhovna terapija ... 63
7.2.1. Uloga svećenika i zajednice vjernika ... 68
7.2.2. Moć molitve, ispovijedi i svete mise ... 69
7.3. Psihoterapija i ispovijed ... 72
7.4. Ufanje je nutarnje bdijenje, spasenje i obećanje Duha ... 74
Zaključak ... 77
Literatura ... 79

Sažetak

U ovome radu, analizirat će se problematika anksioznosti kao psihičke poteškoće, njezini simptomi, uzroci i dijagnoza te krjepost ufanja kao put izvrsnosti za čovjeka. Čovjek danas živi u užurbanom svijetu pa će se, potaknuto tom činjenicom, vidjeti što čovjeka može udaljiti od Boga, Crkve, samoga sebe i okoline. Što dovodi do strahova i koliko sam čovjek može egzistencijalno utjecati na situacije u kojima se nalazi? Ulazi se u područje psihopatologije kao znanstvene discipline i njezine podjele te razlikovanja normalnog od abnormalnog ponašanja. Autor u radu daje prednost poremećaju anksioznosti kao poremećaju koji nameće pitanje: je li čovjek u egzistencijalnoj opasnosti ili pak u grijehu protivnom krjeposti ufanja i kako to rastumačiti s obzirom na kompleksnost same čovjekove naravi i poremećaja? Nadalje, rad se bavi anksioznim simptomima, dijagnozi, uzrocima te oblicima, govori o posljedicama i liječenju te samom dostojanstvu čovjeka kao osobe i onoga koji je stvoren na sliku Božju i koji kao takav ima vrijednost. U okviru same anksioznosti, dotaknut će se i obraditi pojam krjeposti, definicija, povijesni presjek, narav i govor Svetoga pisma i crkvenoga učiteljstva. U središtu misli, uz poremećaj anksioznosti, jest krjepost ufanja koja je ujedno i glavni dio rada budući da je i rad naslovljen i upućen na krjepost ufanja; ovdje je poseban naglasak na govor nekih biblijskih i teoloških velikana. Nadalje, prodrijet će se u problematiku grijeha i poremećaja protiv krjeposti ufanja, a u posljednjem dijelu rada autor pokušava integrirati teologiju i psihologiju kao dvije zasebne, a međusobno povezane discipline koje se nadopunjuju. Nastojat ćemo vidjeti kako čovjeku koji je anksiozno potresen u pomoć prilazi Crkva, a kako psihoterapija te ulogu sakramenata, svećenika kao Kristovog namjesnika i zajednice vjernika. Zaključno, rad će pokazati da je krjepost ufanja ključ vjerskog života budući da molitveni život treba biti protkan upravo vjerom, ufanjem i ljubavlju i na čijem putu važnu ulogu ima Duh Sveti koji posreduje za ljude neizrecivim uzdasima i Bog koji u svemu na dobro surađuje s onima koji ga ljube (usp. Rim 8, 26-28).

Ključne riječi: anksioznost, egzistencijalni strah, krjeposti, ufanje, teologija, psihologija

Summary: Anxiety. Existential fear or a sin against the virtue of hope.

In this paper we will attempt to analyze the issues of anxiety as a psychological difficulty, its symptoms, causes and diagnosis as well as virtue as the way of excellence for man. The man of today lives in a world of rush, so, prompted by that fact, we will see what can estrange man from God, Church, himself and his surroundings. What leads to fears and how much can man himself existentially influence the situations in which he finds himself? The paper deals with psychology as a scientific discipline and about division and discernment of normal and abnormal behaviour. In this paper the author gives precedence to anxiety as disorder which poses the question: is man in an existential danger or in a sin against the virtue of hope and how to interpret that in sight of complexity of human nature itself and of disorders? Further, the paper will deail with symptoms of anxiety, its diagnosis, causes and its various kinds and talk about consequences and treatment and the dignity of man as a person as well as the one who is created in the image of God. In frame of anxiety we ill touch upon and deal with virtues, their definition, history, nature and that which Sacred Scripture and Church Magisterium teach about them. In the center of thought, along with anxiety disorder, is the virtue of hope which is also the core part of the paper since the work is titled and directed towards the virtue of hope; here specifically are brought the words of biblical and theological giants. Moreover, we will delve into issues of sins and disorders against the virtue of hope, and in the last part, we will try to integrate theology and psychology as two individual but interconnected disciplines. We will attempt to see how the Church, and how psychotherapy comes to aid a man who suffers from anxiety and the role of sacraments, of priest as Christ's vicar and the role of the community of the faithful is explored. In conclusion, it will be seen that the virtue of hope is the key of spiritual life since the life of prayer needs to be interwoven precisely with faith, hope and charity, and in whose way the crucial role has the Holy Spirit who intercedes for us with inexpressible groanings and God who works for good in everything with those who love him (cf. Rom 8:26-28).

Key words: anxiety, existential fear, virtues, hope, theology, psychology

Uvod

Čovjek i ljudska narav te čovjekovo ponašanje oduvijek su misterij svakodnevnog života. Koliko puta se dogodi zaborav sebe, stanje izgubljenosti ili bezvoljnosti? Potaknuti ili nepotaknuti, čovjek se nađe nigdje i traži put koji daje dobro. Pita se što je to dobro za njega i tko ili što mu može biti putokaz i staza kojom treba hoditi? Jedan od puteva je obraćenje u kršćanskom smislu i težnja krjepostima koje čine vrsnim osobama, vode do Boga i pomažu i nadopunjuju jedna drugu i tako integriraju osobu koja teži zreloj i zdravoj religioznosti. Ne može se uvijek razumjeti zašto se nešto proživljava na ovaj ili onaj način ili zašto se nešto loše ili strahovito (smrt ili bolest) dogodi ostavljajući trajne posljedice na čovjeka. Što se prelomi u čovjeku da donese neke iracionalne stavove i prikloni se nekim idolima zaboravljajući na prvu Božju zapovijed? Zašto dominiraju različite ideologije koje su možda plod nekog razočarenja u vjeru i Crkvu? Crkva se nalazi u prijelaznoj situaciji iz kršćanskog društva prema pluralističkom društvu, a to zahtjeva djelovanje i odgovornost. Tražeći odgovore na ova pitanja, čovjek je suočen s brojnim izazovima koje znanost pokušava tumačiti i prodrijeti u problematiku istih. U ovome radu autor će se usredotočiti na poremećaj anksioznosti, krjepost ufanja te integraciju teologije i psihologije kao znanosti koje su međusobno povezane i vidjeti što u toj vezi mogu dati pozitivno za čovjeka i njegovo duševno, duhovno, psihičko i fizičko zdravlje.

U prvom dijelu rada govorit će se o psihopatologiji kao znanosti koja prodire u problematiku psihičkih poremećaja, njihovih simptoma, dijagnozi i liječenju. Ovaj dio rada ulazi u problem duševnih bolesti, razliku normalnog od abnormalnog ponašanja te zdravog od bolesnoga. Psihopatologija se bavi duševnim poremećajima i to joj je objekt proučavanja, a što može poremetiti stanje duše i psihe, još uvijek se nazire budući da je ono široko polje tumačenja i spoznaje, no osnovno znanje od velike je važnosti za život jer mijenja stav prema problemima u svakodnevici.

Drugi dio rada usmjerava pažnju na anksioznost koja je središte ovog rada. Bit će navedeni simptomi, dijagnoza i uzroci poremećaja anksioznosti te oblici. Činjenica je da čovjek danas živi u užurbanom svijetu koji traži prilagodbu čovjeka i podlaganje situacijama da bi se one što bolje mogle riješiti s obzirom na ograničenost čovjeka kao bića koje može dati puno, ali opet nikada sve do kraja. Čovjeka može zgroziti bolest ili poteškoća, može se pokolebati ili se pomiriti s ograničenošću i naučiti se nositi s onime

što svakodnevica i vrijeme donose; u tome ključnu ulogu imaju vjera i ufanje te odnos prema Bogu i čovjeku budući da nas dijalogičnost čini afirmativnim bićima koja su potrebita Drugog i drugog o čemu će kasnije biti više govora.

Treći dio rada govori o posljedicama i liječenju anksioznosti, metodama i razmišljanjima te dostojanstvu čovjeka kao Božjega stvorenja. Po svojoj naravi, promicanje i zaštita dostojanstva i nepovredivosti ljudske osobe od začeća do naravne smrti, trajno je područje djelovanja Crkve. I u novim društvenim okolnostima Crkva ostaje vjerna svom evanđeoskom poslanju i želi svjedočiti istinu o čovjeku i njegovu dostojanstvu. Ona je svjesna da su "radost i nada, žalost i tjeskoba ljudi našeg vremena, osobito siromašnih i svih koji trpe, radost i nada, žalost i tjeskoba također Kristovih učenika, te nema ničega uistinu ljudskog, a da ne bi našlo odjeka u njihovu srcu."

Četvrti dio rada promatra krjeposti općenito, njihovu definiciju, povijesni presjek, subjekt, razdiobu i vlastitosti te narav krjeposti i koliko su važne za kršćanstvo i pojedinca te što o njima govore Sveto pismo i Crkveno učiteljstvo.

Peti dio je, uz temu anksioznosti, ključni dio ovoga rada jer se temelji na krjeposti ufanja o kojoj govore biblijski i crkveni velikani katoličke teologije poput proroka Jeremije, svetog Ivana apostola, svetog Pavla, praoca Abrahama koji je primjer vjere i koji u nadi protiv svake nade povjerova (usp. Rim 4, 16-25), svetog Bonaventure i Tome Akvinskoga. Oni su uvršteni u ovaj rad budući da se autor odlučio na ovakav izbor i s obzirom da su upravo oni dali teologiji jako puno i ostavili trag za dugi niz stoljeća. Oni su jedni od najkreativnijih i najintuitivnijih mislilaca toga doba i ostavili su neprocjenjivo blago teološke misli te njihovim mislima ovaj rad biva potpuniji i jasniji. Ovaj dio naglašava i prožetost vjere, ufanja i ljubavi koje čine cjelovitost kršćanskog života i hoda s Isusom Kristom te dolaze do izražaja kod životnih kušnji, kriza i suočavanja s smrću. Riječ ufanje je sinonim za nadu pa se u radu ponegdje pojavljuje riječ *nada*, a ponegdje riječ *ufanje* budući da se težilo autentičnosti literature i izvora bibliografije.

Šesti dio progovara o grijesima i poremećajima koji su protivni krjeposti ufanja, a neki od navedenih su: opasnosti krjeposne sebičnosti kao one koje odvedu do tuposti i oholosti čovjeka i gdje čovjek sav uspjeh spremno pripisuje vlastitim snagama; govor o mržnji na Boga zatire svaku nadu u Boga jer je težnja uvijek u nečemu drugome, a ne u

samome Bogu. Očaj odbacuje svaku nadu u Boga i to svjesno i voljno. Tromost srca ili *acedia*; Toma Akvinski[1] ovo zove dubljom vrstom žalosti ili duhovnom lijenošću. Ona je vrsta metafizičke tromosti i nedostatak velikodušja i nevjera u Božji poziv čovjeku. Preuzetnost je neosnovano očekivanje na kojem se čovjek previše pouzdaje u Boga na način da se neuredno priklanja i tu izbjegava ići putem pravednosti jer balans dobrog činjenja je čovjekov trud uz Božju milost. Depresija je težak poremećaj budući da se tu isprepliću tuga, strah, potištenost, beznađe, i dr.

Sedmi dio je usmjeren prema interdisciplinarnosti teologije i psihologije gdje je autor[2] nastojao poštovati obje znanstvene discipline i ići u smjeru onoga što nam obje mogu dati dobro za čovjekovo djelovanje i za liječenje duhovne patnje. Dobro je razlikovati tri razine pastoralnog djelovanja: pastoralnu brigu, savjetovanje i psihoterapiju. Duhovna pomoć dolazi od sakramenata, kroz molitveni život i temeljno pouzdanje tj. ufanje u Duha Svetog kojeg molimo za providnost i ljubav i samog Gospoda od kojega tražimo istinsku volju za upravljanje našim životom.

[1] *Summa Theologica*, I-II, Q 38 A 1-5

[2] Su-mentor ovoga diplomskog rada je dr. sc. Josip Bošnjaković kojem se ujedno zahvaljujem za vodstvo.

1. Psihopatologija

Opća psihopatologija je znanost o psihičkim smetnjama. Ona ih otkriva, opisuje, dovodi u međusobnu vezu te proučava njihov nastanak i razvitak. Psihičke smetnje se javljaju u obliku simptoma (subjektivni osjećaj, doživljaj, patnja). Simptomi i znakovi obično su vezani za jednu psihičku funkciju, no postoje primjeri gdje se jedan poremećaj javi uz više psihičkih funkcija pa je npr. logoreja poremećaj govora i mišljenja, a kompulzije poremećaj volje i motorike. Psihičke se smetnje dijele po različitim kriterijima. Jedna od podjela jest na kvantitativne i kvalitativne poremećaje. Kvantitativni poremećaji su češći i b laži, što bi značilo da su manje znak bolesti, a kvalitativni poremećaji su rjeđi i ozbiljniji, tj. „bolesniji“ i „dublji“ u svojoj psihopatologiji.[3]

Sama riječ psihopatologija dolazi od grč. riječi *psyche*- duh, duša; *pathos*- bol, patnja; *logos*- riječ, znanost. Ne možemo zamisliti bilo koje bavljenje ljudskom psihom, a da ne uključuje psihopatologiju. Odnosi se prije svega na psihijatriju i (kliničku) psihologiju. Predmet (objekt) psihopatologije je promijenjeno čovjekovo duševno stanje. Očituje se opažanjem, mišljenjem, htijenjem i djelovanjem. Svrha psihopatologije je otkrivanje psihičkog simptoma, duševnog poremećaja, njegovo praćenje radi lakše dijagnoze, odabira liječenja, davanja prognoze i uspješnosti terapije.

Psihologija jest disciplina koja se bavi psihičkim funkcijama i procesima. Riječ psihologija dolazi od grč. riječi *psyche*- duša; *logon*- znanost. Klinička psihologija je grana primijenjene psihologije koja se bavi istraživanjem, prevencijom, dijagnostikom i tretmanom neprilagođenog ponašanja i iz ove definicije vidimo vezu psihijatrije i kliničke psihologije. [4]

Stručnjaci koji se bave psihičkim poremećajima su psihijatri, psihoterapeuti, psiholozi, socijalni radnici, defektolozi, radni i okupacijski terapeuti, medicinske sestre i dr. Psihijatar je liječnik koji je nakon medicine završio specijalizaciju iz psihijatrije. Psiholog se pak usmjerava različitim područjima, od kojih je jedna klinička psihologija. Specijalist kliničke psihologije bavi se terapijom i dijagnostikom psihičkih poremećaja. Psihopatolog se bavi psihopatologijom, što je njegovo područje djelovanja. [5]

---

[3]Usp. D. BEGIĆ, *Psihopatologija*, Medicinska zaklada, Zagreb, 2011., str. 114.
[4] Usp. Isto, str. 3.
[5] Usp. Isto, str. 3.

1.1. Podjela psihopatologije

Najčešća podjela psihopatologije je na opću i specijalnu psihopatologiju. Opća psihopatologija proučava simptome psihičkih poremećaja, a specijalna psihopatologija se bavi izdvojenim kliničkim entitetima, tj. psihičkim poremećajima. Proučava uzrok, klinička i druga obilježja i tijek psihičkog poremećaja, utjecaj liječenja na kliničku sliku konkretnog poremećaja. Druga podjela je u užem i širem smislu. Psihopatologija u užem smislu je znanost o simptomima psihičkih poremećaja. Ona ih prepoznaje, opisuje, dovodi u vezu i proučava im nastanak i razvitak. Primjenjuje se na određena područja pa se tako bavi razdobljima psihičkog života, nekim dijelovima populacije koja proučava psihičke poremećaje specifične za žene, osobe s intelektualnim teškoćama, vojna psihopatologija, zatim posebna područja poput forenzičke, eksperimentalne i seksualne psihopatologije. Psihopatologija u širem smislu je znanost o simptomima psihičkih poremećaja. Prepoznaje simptome, opisuje, dovodi u vezu i proučava im nastanak i razvitak. Psihopatologija može biti deskriptivna (opis), fenomenološka (otkriva, opisuje i klasificira), procesna (proučava procese koji uzrokuju i oblikuju psihopatološke fenomene) i razvojna (razvitak psihičkih smetnji).[6]

1.2. Etiologija duševnih bolesti

Etiologija dolazi od grč. riječi *aitia*-uzrok; *logos*-riječ, znanost; ona je nauka o uzrocima nekog reda pojava, a u ovom slučaju otkriva uzroke bolesti. Uzroci duševnih bolesti mogu biti neposredni i posredni etiološki čimbenici koji pospješuju, ali ne uzrokuju nastanak psihičkih poremećaja. Posredni etiološki čimbenici mogu biti predisponirajući, precipitirajući, podržavajući i ponavljajući.[7]

Još uvijek se ne zna što točno uzrokuje duševne bolesti. Vidi se da uočene promjene u biologiji mozga, naslijeđe, posebnosti u individualnom razvitku, interpersonalni odnosi, stres i životni događaji utječu na duševne bolesti. Iznimke mogu biti poremećaji prilagodbe, postporođajna psihička stanja gdje je poznato što uzrokuje poremećaj, ali ne zna se kod koga i kako će se javiti. Predisponirajući čimbenici pogoduju sklonosti za razvitak bolesti. Predispozicija je stečena osobina organizma koja sadržava sklonost prema razvitku nekih patoloških procesa i bolesti ili sklonost prema određenom tipu reakcije na bolest ili njezino liječenje. Oni su prije svega genetski,

[6] Usp. Isto, str. 4.
[7] Usp. Isto, str. 44.

zatim tjelesni, konstitucijski, okolinski i drugi. Precipitirajući čimbenici se pojavljuju prije pojave poremećaja ili bolesti. Omogućuju i olakšavaju nastup bolesti te mogu biti tjelesni, psihički i socijalni. Podržavajući čimbenici potpomažu održavanju bolesti i vezani su za okolinu. Ponavljajući čimbenici dovode do ponovne pojave simptoma. Ne mora biti dugo otkriven ili ne mora uopće biti otkriven. Problem je odrediti kada i koliko je neki čimbenik značajniji. Spoznaje o njima dovode do boljeg razumijevanja pojedine bolesti, ali ne otkrivaju uzrok.[8] Čovjekov duh djeluje preko duhovne duše i duša je posrednik između duha i čovjekove duhovne razine, psihe i tijela. Ako dođe do poremećaja tog posredništva, javlja se defekt i istovremeno bol jer je čovjek duhovno ranjen pa dolazi do disfunkcije njegove duhovne i duševne razine. Prema vremenu nastanka, dijele se na prekonceptualne, prenatalne i postnatalne. Duhovne bolesti se dijele na: temeljne duhovne bolesti, bazične, organske, duhovne, traume, patnje, devijantne stavove, međumupsihozu, genetske naslijeđene i simptomatska oboljenja. One postoje na području materijalnog, psihičkog i duhovnog. Materijalno područje označava manjak slobode i da osoba nije sposobna činiti niti razlučivati dobro od zla. Psihičko područje je vezano uz razum, emocije i volju pa čovjek biva onemogućen objektivno sagledati stvarnost, ljude i Boga. Duhovno područje je ranjeno grijesima oholosti, ljubomore, zavisti, srdžbe, mržnje, pobačaja, klevete, i dr. [9]

1.3. Autoanamneza i psihički profil

Autoanamneza je klinički intervju, razgovor s osobom za koju postoji pretpostavka da ima psihičke smetnje. Taj razgovor treba voditi elastično, spontano i usmjereno prema cilju. Usmjeravanje, mijenjanje teme, poticanje, usporavanje i prekidanje razgovora čini klinički intervju. Treba se dobiti sugovornikovo povjerenje kako bi on mogao progovoriti o tome što ga muči, zbog čega mu je tako, kako se osjeća, kako funkcionira, što izbjegava, čega se srami. Važno je imati na umu da je bolesniku takav razgovor potencijalno neugodan, osjeća se nezaštićeno i otkriveno. Tu se klijent otvara, povjerava. Promatra se način na koji pacijent odgovara, reakcije, ponašanje. Prati se vanjski izgled, psihomotorika, razumljivost govora, brzina, glasnoća, kontinuitet, emocionalne reakcije. Ako pacijent odbija razgovor s jednim liječnikom, možda bude uspješno s drugim. Mutističan je onaj bolesnik koji ne želi govoriti.

[8] Usp. Isto, str. 44.
[9] Usp. S. VULETIĆ, *Psihopatološki" tipovi nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta, ad usum privatum),* Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku, Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu, str. 51.

Negativističan je onaj koji odbija komunikaciju, a autističan je koji se povlači iz svoje okoline. Neverbalnu komunikaciju čine mimika, gestikulacija i pisane poruke. Primjeren prostor je zvučno izoliran i osvijetljen za obavljanje kliničkog intervjua. S anksioznim bolesnikom potrebno je uspostaviti empatijski odnos, razumjeti njegov panični napad, fobiju i shvatiti cjelokupnu situaciju. Dobro je ispitati što više detalja o simptomima, povezanost događaja, trajanje, učestalost i koliko sama osoba rješava tu situaciju.[10]

Procjenjuju se svi elementi socijalnog ponašanja: kontakt, ulaz u sobu, predstavljanje, odijevanje, itd. Ako je hospitalizirani bolesnik onda se gleda uzimanje hrane, sudjelovanje u radnoj terapiji, odnos prema subolesnicima i osoblju. Svijest se promatra na razini budnosti, smetnje i prisebnosti.

Kvantitativne smetnje svijesti su somnolencija, sopor i koma. Somnolencija je najblaži oblik pomućene svijesti, odnosno pospanost. Osoba reagira na zamolbu ili naredbu, reagira na vanjske podražaje, može učiniti neke radnje, ali su prisutne vremenska i prostorna dezorijentacija. Sopor je stanje besvijesti. To je stanje dubljeg pomućenja svijesti. Osoba reagira na intenzivne podražaje, kratko je u budnom stanju, prisutna je dezorijentacija, a poslije ima amneziju (nesjećanje). Koma je stanje nesvijesti. Osoba ne reagira na podražaje, zjenice su ukočene, fiziološki refleksni odsutni. Koma može završiti i smrću, a trajanje kome je različito.

Kvalitativne smetnje su oneroidno, delirantno i sumračno stanje. Oneroidno stanje obilježava nesigurna orijentacija, smetenost, zbunjenost, sugestibilnost. Ovdje osoba ne može pojmiti stvarnost, javlja se strah, afekt je labilan. Delirantno stanje popraćeno inkoherentnim mišljenjem, sumanutim idejama, afektivnim uzbuđenjem, strahom i motoričkom hiperaktivnošću. Poslije se javlja amnezija. Delirij traje od nekoliko sati do nekoliko dana. Sumračno stanje naglo počinje, kratko traje i naglo završava. Gubi se svijest o vlastitom *ja,* a očuvana je predmetna svijest. To znači da osoba percipira predmete i može obavljati neke aktivnosti. Prisutne su obmane osjetila, poremećeno rasuđivanje, sumanute misli, agresivni i impulzivni postupci. Sumračna stanja događaju se u epilepsiji, ozljedama i tumorima mozga.[11] Smetnje u osobnosti su depersonalizacija, derealizacija, dvostruka ličnost, fenomen tuđeg utjecaja. Prostorna

[10]Usp. D. BEGIĆ, *Psihopatologija,* str. 95.-98.
[11] Usp. Isto, str. 116.-118.

smetnja je dezorijentacija prema osobama (alopsihička) i sebi (autopsihička). Za psihomotoriku se gledaju mimika, geste i govor.[12]

1.4.Razlikovanje normalnog od abnormalnog ponašanja i zdravog od bolesnog

Razni su kriteriji razlikovanja koji su jasni i uočljivi. No, problem je svrstavanja u kategoriju „zdravlja“ ili „bolesti“. Po tome se razlikuje psihijatrija od drugih medicinskih disciplina u kojima je takvo razlikovanje često „lakše“. U somatskoj medicini obično se govori o terminima zdravo i bolesno. Razlika između zdravog i bolesnog određena je kvantitativnim i mjerljivim kriterijima ili kvalitativnim znakovima koji su jasni i nedvosmisleni. I po ovakvim kriterijima jave se poteškoće u situacijama diferenciranja simptoma i oblikovanju kliničke slike. No ipak razvitkom tehnike i laboratorijskih, radioloških, elektrofizioloških i nuklearnih metoda bolesti se češće i točnije razlikuju od zdravlja. U psihijatriji se patološko ponašanje teže razlikuje od normalnog numeričkim kriterijima. Osobe s nekim psihičkim smetnjama pokazuju pomanjkanje uvida u svoje stanje, a čak i kad ima uvida onda ga može potpuno ili djelomično skrivati (disimulacija). Disimulacija se javlja u svim područjima medicine. U psihijatriji je češće i dublje ukorijenjena u način razmišljanja bolesnika s nekim psihičkim smetnjama. Netko može disimulirati svoju anksioznost zato što mu je neugodno jer očekuje spontano povlačenje simptoma. Psihotični bolesnik ima disimulaciju ugrađenu u kliničku sliku bolesti, a slično je sa suicidalnim bolesnicima koji razmišljaju o samoubojstvu. Tako se često zamijeni termin zdravo/bolesno s normalnim/nenormalnim (patološkim).[13]

Kod ljudi kod kojih ne dođe do kognitivne spoznaje Boga, javlja se anksioznost koja uzrokuje neurotične simptome. Gomilaju se osjećaji krivnje i grijeha i ako se kroz vjeru ne dođe do milosti i spoznaje Božjega oproštenja, rezultati budu u obliku neuroza. Jednako tako visoki moralni zahtjevi i idealne granice ponašanja postaju nedostupni pojedincu pa su ekleziogene neuroze posljedica pseudo-kršćanskog odgoja i krutog crkvenog propisa. Tako religioznost može predstavljati potpuno opterećenje puno zapovijedi i kazna gdje ono djeluje dominirajuće nad pojedincem i prezahtjevno u moralnom smislu. Uzrok ekleziogenih neuroza može biti krivo poimanje vjerskih zahtjeva, nepoznavanje vjerskih istina, savršeno prakticiranja evanđeoske poruke i dr.

[12] Usp. Isto, str. 103.
[13] Usp. Isto, str. 10.

Karakteristike takvog ponašanja su infantilna egocentričnost, zadrtost, netolerancija, utilitarizam i potreba da se religiju upotrebljava u svrhu stimulacije (poticaja) ega. Religiozni stavovi mogu biti sredstvo izražaja neurotičnih tendencija i potreba. To može biti histerični stil (osobe koje nisu svjesne realnog stanja i relativno su pasivne i podložne svačijem mišljenju), opsesivni stil (zaokupljeni savršenstvom i skrupulozni te tvrdoglavi), depresivno mazohistički stil (osjećaj manje vrijednosti i inferiornosti kroz vjersko uvjerenje vlastite grješne prirode), narcisoidni stil (naizgled osoba koja voli sebe, ne pokazuje svoje slabosti i ograničenosti, a zapravo u dubini se osjeća nemoćno i nevrijedno).[14]

2. Pojam anksioznosti

Anksioznost, strah, zabrinutost ili tjeskoba stanje je bespomoćnosti i nezaštićenosti, zabrinutosti i napetosti i očekivanja da će se nešto strašno dogoditi. Anksioznost je emocionalno stanje popraćeno osjećajem nemira i nelagode te je najčešći poremećaj među psihološkim i zdravstvenim problemima. S obzirom da je ovaj problem svojstven svakom ljudskom biću, postavlja se pitanje je li to bolest? Ako se govori da nije bolest, postavlja se pitanje kada se smatra bolešću utoliko da postane predmetom medicinske intervencije? S psihosomatskog stajališta anksioznost je poremećaj, tzv. signal koji podiže razinu spremnosti ljudskog bića radi samoodržanja i samoobrane.[15] Ono je popraćeno aktivnošću autonomnog živčanog sustava, povećanom manifestacijom nekih organa ili pojedinih sustava u tijelu. Anksioznost je relativno normalna reakcija na zabrinjavajuću ili prijeteću situaciju pa stoga nije svaki poremećaj patološki, no sve ovisi o intenzitetu i trajanju. Zato je potrebno znati o kojem je stupnju anksioznosti riječ da bi se znalo bolje pripremiti za situacije s kojima je netko suočen. Anksioznost ima uporište u mozgu i to se na moždanom nivou odnosi na disbalans različitih neurotransmitera u nekim regijama mozga. Na ovaj dio utječu lijekovi i na biološki način smanjuju simptome bolesti. Anksiozna neuroza u današnje vrijeme je u porastu, o čemu izvještavaju i američki autori.[16] Anksioznost je psihološko, fiziološko i ponašajno inducirano stanje, može biti odraz patološkog stanja uma s obzirom na strahove. Strah i anksioznost su postali jaki sinonimi zbog čega ih se teže razlikuje pa se anksioznost definira kao stanje straha od nepoznatog, kada osoba ne zna opisati čega se

[14] Usp. S. VULETIĆ, *Psihopatološki" tipovi nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta, ad usum privatum)*, str. 65.-74.
[15] Usp. G. DODIG, *Anksiozna stanja i antidepresivi*, Medicus, 2002., (11), 2, str. 161.
[16] Usp. V. POZAIĆ, *Strah. Naš životni pratilac*, Zagreb, 1995., str. 96.-97.

boji. Pojam straha pak vodi tome da osoba zna reći čega se točno boji. Emocije pomažu u ravnoteži pa su primarne emocije ljutnja, strah, ugoda, tuga, itd. Negativne aktiviraju mehanizme obrane pa ne pomažu u rješavanju problema, već odvajaju osobu od okoline. Pozitivne emocije pomažu suočiti se s poteškoćama koje su tu. Strah je najbolji aktivator reakcije na stres jer ima širok niz perifernih i neuroendokrinih promjena koje pomažu živjeti. U biologiji je izraz anksioznosti povezan sa sviješću i podražajem svjesnog na opasnost pa su bijeg ili borba dva načina reakcije. Anksioznost može stimulirati ljudsko biće da se povuče, bori ili da bude hiperaktivno i svjesno. Spremna osoba može prevladati teškoće pa je takva anksioznost normalna i korisna. Osobu je uvijek potrebno sagledati u cjelini, shvatiti jedinstvenost, a ne gledati kao skup simptoma koji koriste za dijagnosticiranje.[17]

2.1. Simptomi, dijagnoza i uzroci anksioznosti

Da bi se napravila ispravna dijagnoza bilo kojeg anksioznog poremećaja, potrebno je ustvrditi simptome. Oni su skup psihičkih i tjelesnih simptoma koji se javljaju uplašenoj osobi, jave se bez poznavanja uzroka straha ili u situacijama u kojima uobičajeno ne postoji strah kod ljudi. Te osobe i same uviđaju bezrazložnost straha, ali ga osjećaju. Zato je za dijagnozu anksioznog poremećaja važno ustanoviti i okolnosti u kojima se taj strah javlja i trajanje tih simptoma.[18] Simptom je uobičajeno subjektivna tegoba koju doživljava pojedinac. Znak je objektivna smetnja koju zamjećuje okolina. Sindrom je skup više međusobno povezanih simptoma. Manični sindrom prati povišeno raspoloženje, otkočenu motoriku, ubrzani govor, poremećaj nagona. Konkretno za anksiozni poremećaj potrebno je utvrditi slijedeće simptome: podražaji vegetativnog sustava popraćeni su simptomima lupanja srca, težine oko srca, ubrzanjem pulsa, znojenjem, tremorom, suhim ustima. U grudnom košu i abdomenu javljaju se simptomi poput teškoće pri disanju, osjećaja gušenja / davljenja, bol ili nelagoda u grudnom košu, mučnina ili nelagoda u abdomenu. Mentalni sklop je popraćen omamljenošću, nestabilnosti, nesvjesticom, slabosti, smušenosti, derealizacijom, distanciranošću, strahom od smrti ili nestanka. Opći simptomi su navala topline ili hladnoće, osjećaj obamrlosti ili šumljenja. Tenzije i tjelesni simptomi su mišićna napetost i bolovi, fizički nemir i nemogućnost opuštanja, psihička napetost, doživljaj knedle u grlu i teškoće u

[17] Usp. R. GREGUREK, A. RAŽIĆ PAVIČIĆ i R. GREGUREK ml., *Anksioznost: psihodinamski i neurobiološki dijalog*, Socijalna psihijatrija, Vol. 45 (2017.), br. 2, str. 117.-124.
[18] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, V. FOLNEGOVIĆ ŠMALC, N. MIMICA, *Dijagnosticiranje anksioznih poremećaja*, Medix, srpanj 2007., god. XIII., br. 71., str. 56.

gutanju. Drugi nespecifični simptomi koji zahvaćaju bihevioralno područje su teška koncentracija, stalna razdražljivost, teškoće pri usnivanju zbog zabrinutosti, mokrenje, drhtanje, crvenjenje, strah od povraćanja. Za težinu poremećaja potrebno je odrediti teškoću socijalnog i radnog funkcioniranja koje osoba ima zbog poremećaja. To je važno za određivanje sposobnosti bolesnika za rad jer se često dogodi da se anksioznost javlja u komorbiditetu (istovremeno više poremećaja). Čest je komorbiditet paničnog poremećaja i generaliziranog anksioznog poremećaja te depresije. Potrebno je osobu ispitati zloupotrebljava li psihoaktivne tvari ili ispitati o kultnim vjerovanjima koji također mogu biti izvor straha. Klinički značajnu anksioznost mogu izazvati gubitak posla, drage osobe, premještaj u drugi grad, financijski problemi, ozbiljna tjelesna bolest, rođenje djeteta, vjenčanje, i dr. Tako simptomi nastaju u razdoblju prilagodbe na životnu situaciju ili su posljedica stresnog događaja, no nijedan simptom nije jak toliko da bi pridonio postavljanju neke druge dijagnoze. Trajanje simptoma ne prelazi šest mjeseci osim u produljenoj depresivnoj reakciji.[19] Postavljanje dijagnoze slijedi klasični medicinski model od nekoliko faza: opis simptoma (anamneza, heteroanamneza), razmatranje etiologije, diferencijalno i dijagnostičko razmišljanje, postavka dijagnoze, izbor liječenja, procjena uspješnosti istog, predviđanje ishoda. U tjelesnoj medicini postavka dijagnoze povezana je s uzrokom bolesnog stanja pa su tako krvarenje, infarkt, upale, ozljede ujedno i dijagnoze. U psihijatriji je teže jer ne znamo pravu etiologiju u većini poremećaja, što izaziva duševne poremećaje kao PTSP ili postpartalnu psihozu. Tu su opisane dijagnoze koje pomažu pri bipolarno afektivnim poremećajima, generaliziranim anksioznim poremećajima te opsesivno kompluzivnim poremećajima ili one dijagnoze koje su kategorijalno postavljene, a pomažu kod shizofrenija te graničnih poremećaja ličnosti. Pouzdanost dijagnoze je stupanj u kojem je dan isti rezultat. Mjera pouzdanosti je podudaranje rezultata ponavljanjem. Suglasje rezultata između različitih osoba određena je osjetljivošću (diskriminativnost, senzitivnost, slaganje u dijagnozi) i određenošću (specifičnost, nepostojanje neke dijagnoze). Paralelno s pouzdanošću nalazi se valjanost dijagnoze koja je bitna jednako kao i pouzdanost i moraju biti u skladu. Postoje etiološka valjanost, konsenzualna valjanost, kongruentna valjanost, konkurentna valjanost i predikativna valjanost.[20]

[19] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, V. FOLNEGOVIĆ ŠMALC, N. MIMICA, Isto, str. 57.
[20] Usp. D. BEGIĆ, *Psihopatologija*, str. 78.- 80.

2.2. Kategorizacija i obilježja pojedinog poremećaja

2.2.1. Oblici patološke (neurotske) anksioznosti

Patološka anksioznost se javlja u različitim oblicima i psihijatrijskim poremećajima. Anksioznost postaje patološka kada se javlja neovisno o situaciji, kada postoji dugo nakon stresa i prestanka opasnosti te kada remeti funkcioniranje osobe. Razlikuje se od normalne anksioznosti u tretmanu jer kod patološke osobu treba potpuno provesti kroz psihijatrijsku/psihologijsku evaluaciju i odabrati oblik tretmana s tim da je naravno važno utvrditi o kojem je poremećaju riječ.[21] Prvi poremećaj koji pripada patološkoj anksioznosti je panični poremećaj. To su ponavljani napadi ozbiljne anksioznosti i nepredvidivi su; situacije gdje ne postoji objektivna opasnost i dijagnoza se postavlja kada osoba doživi nekoliko ozbiljnih napada anksioznosti unutar razdoblja od mjesec dana. Nakon paničnog napada slijedi strah od ponovnog napada (anticipirajuća anksioznost) što je vrlo neugodno jer se praktički očekuje drugi napad. Ono počinje naglo, postoji jasna odvojena epizoda intenzivnog straha ili nelagode. Najduže trajanje napada je nekoliko minuta. Od simptoma, najmanje je jedan vegetativnog sustava, a ostali su osjećaj omamljenosti, nestabilnosti, nesvjestice, slabosti, smušenosti, osjećaj da objekti nisu stvarni (derealizacija), distanca, strah od gubitka kontrole, da će poludjeti, nestati ili umrijeti. Javlja se lupanje srca, nelagoda, bol u grudima, znojenje, drhtanje, zažarenost, trnci po tijelu, sušenje usnica, gušenje. Najčešće je EKG nalaz uredan. Pacijenti odlaze k liječniku i rade pretrage, no nepotrebno se ponavlja EKG. Broj simptoma i učestalost određuje težinu poremećaja, tako da veći broj napada otežava situaciju i čini osobu više nemoćnom. Često se javlja s agorafobijom, tj. strahom da će doživjeti napad panike na mjestima s kojih je teško pobjeći i takva se mjesta izbjegavaju. Sljedeći poremećaj je opći ili generalizirajući anksiozni poremećaj (GAP). Ovdje su simptomi stalno prisutni. Da bi se dijagnosticirao, potrebno je utvrditi prisutnost stalno prisutne anksioznosti koja nije vezana za specifične situacije kao kod fobije niti dolazi u napadima kao kod panike. Obilježava ga uznemirenost, psihomotornu napetost, a još se naziva i slobodno lebdeća anksioznost.[22] Nije tijesno vezan za nepovoljni vanjski događaj kao kod poremećaja prilagodbe. Od simptoma treba utvrditi najmanje četiri, od toga najmanje jedan vegetativnog sustava. Razdoblje mora biti najmanje nekoliko mjeseci s izraženom

[21] Usp. Isto, str. 263.
[22] Usp. Isto, str. 274.

tenzijom, brigom i zabrinutošću oko problema i događanja. Prisutni su drhtanje, grčenje mišića, nesanica, vrtoglavica, povećana iritabilnost. Strah je situacija kad je objekt poznat, a opasnost i prijetnja dolaze izvana, traje kratko te osoba jasno opisuje svoj strah, početak i trajanje. Fobija je stanje intenzivnog straha od neke situacije, predmeta ili događaja. Razlikujemo socijalne i specifične fobije. Socijalne fobije su strahovi od ljudi i situacija u kojima bi osoba mogla biti izložena neugodnosti. Javljaju se teškoće u socijalnom funkcioniranju, u školi, na poslu, u vezi. Specifične fobije su izolirane situacije u kojima postoji jak strah od specifičnih događaja i objekata. Strah je pretjeran, nerazuman i jak. Može biti strah od mjesta, visine, običnih mjesta kao zatvorenog ili otvorenog prostora, od situacija ili čak iracionalnih stanja.[23] Postoje i strahovi od fobija koji dovode do izbjegavanja situacije pa je važno savladati strah uz neke tehnike disanja ili relaksacije. Mehanizmi obrane su brojni, važni su represija, projekcija, premještanje, reaktivna formacija, racionalizacija.[24]

2.2.2. Normalna anksioznost

Normalna ili fiziološka anksioznost je pratilac u svakodnevnim situacijama, odlukama, putovanjima, poslu, ispitima, kontaktima s ljudima, očekivanjima situacija. Ona predstavlja strah da će se u našim životima dogoditi nešto loše i neugodno. Ima adaptivnu funkciju jer nas čini opreznijima, više razmišljamo, planiramo, suprotstavljamo se situacijama. Normalna anksioznost se pojačava u funkciji podražaja, normalna je reakcija i nemoguće ju je potpuno ukloniti, ali se može kontrolirati. Nekada je teško odrediti granicu između normalne i patološke anksioznosti, čak se može reći da normalnu može osoba kontrolirati, a patološka je ona koja kontrolira osobu.[25]

2.3. Anksiozna osjetljivost

Anksiozna osjetljivost predstavlja rizični kognitivni faktor za razvoj različitih anksioznih poremećaja, a posebno panike. Opisuje se kao posebni strah od javljanja anksioznih simptoma i tjelesnih senzacija koji proizlaze iz uvjerenja da ti simptomi i tjelesne senzacije mogu imati negativne tjelesne, psihološke i socijalne posljedice, a i sama riječ anksioznost potječe od latinske riječi *angere*,što znači gušiti se, boriti se. Kao što postoje normalni strahovi poput straha od aviona, zmija, javnog nastupa, tako se

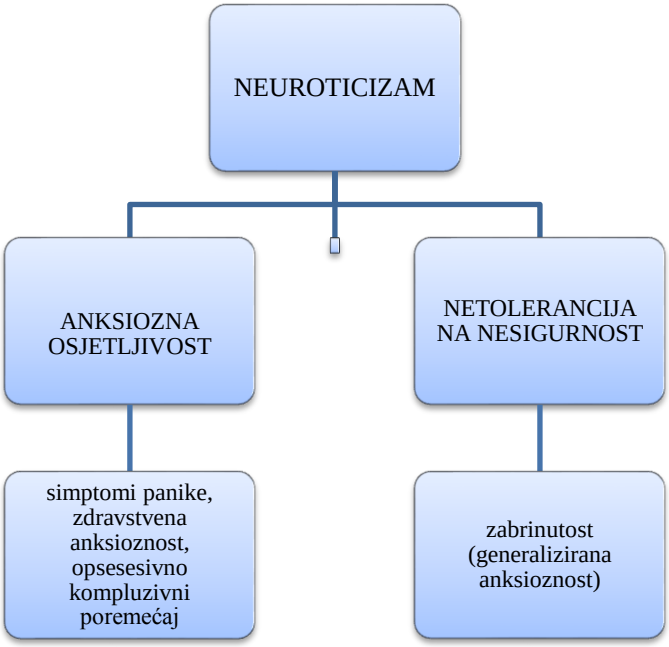
[23] Usp. Isto, str. 142.-143.
[24] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, A. VUKOVIĆ, *Priručnik za pacijente. Program za samopomoć kod anksioznih poremećaja,* Udruga Svitanje, str. 21.
[25] Usp. D. BEGIĆ, *Psihopatologija*, str. 263.

osobe boje osjećaja koji prati strah, anksioznost ili paniku. Osoba koja ima visoku razinu anksiozne osjetljivosti npr. iznenadni ubrzani rad srca će interpretirati kao znak postojećeg srčanog udara, grčeve u trbuhu kao znak za hitnu kiruršku operaciju. Strah kod ovih osoba se postupno razvija, od svake situacije u kojoj postoji bar mala vjerojatnost da će se javiti anksioznost. Mnogo je takvih situacija. Anksiozna osjetljivost pokazala se jedinstvenim konstruktom u odnosu na konstrukte poput negativnog afektiviteta (tendencija doživljaja neugodne emocije), neuroticizma (panična uznemirenost) i bihevioralne inhibicije (slabljenje „kočnica“ u ponašanju ili nekontrolirano ponašanje).[26]

Slijedeća shema je prikaz hijerarhijskog modela anksioznosti u kojem je zajednički faktor prvog reda neuroticizam, dok se na razini drugog reda razlikuju anksiozna osjetljivost i netolerancija na sigurnost. Anksiozna osjetljivost je u ovom modelu operacionalizirana kao crta i visoka razina anksiozne osjetljivosti je utvrđena u paničnim poremećajima, PTSP-u, opsesivno kompulzivnom poremećaju, i dr. Anksiozna osjetljivost je prediktor hipohondrijske zabrinutosti. Faktor nazvan netolerancija na sigurnost jest težnja da se nejasne situacije percipiraju prijetećima pa je izvor straha i neugode. Po ovom modelu neuroticizam je povezan s već spomenutim anksioznim manifestacijama, ali pridonosi i razvoju ranjivosti. U osnovi veze između anksioznosti i nekih poremećaja jest upravo strah od reakcija jer osoba misli da nešto ne može kontrolirati (npr. fobija od visine nije strah da bi se moglo pasti, već da bi im se na tim mjestima mogao dogoditi napad panike od kojeg se ne mogu kontrolirati).

Hijerarhijski model generalizirane i specifične vulnerabilnosti za anksioznost

[26] Usp. A. VULIĆ- PRTORIĆ, *Anksiozna osjetljivost: fenomenologija i teorije*, Suvremena psihologija 9 (2006.) 2, str. 3.-4.



2.4. Od stresa do tjeskobe

Stres se razlikuje od tjeskobe svojom naravi. Strah je napetost koja nastaje u različitim situacijama i ima svoja fiziološka i psihološka obilježja. To može biti problem sa želucem, mišićjem, porast arterijskoga tlaka, živčane smetnje, poremećaj sklada između dvaju mozgova. Svaki stres rađa emocijama, a od nas zavisi hoćemo li se suočiti s njim ili nećemo. No, svatko će reagirati drukčije po svom karakteru, svojoj snazi, energiji ili eventualno umoru. Najvažnije je znati se oduprijeti i očuvati, a pogotovo zaštititi organizam i srce, što znači da stres učinimo podnošljivim i pozitivnim, da ga znamo ispravno prihvatiti. To će obogatiti našu duhovnost, osobnost i pojačati sklad između dva mozga, tj. velikog i malog mozga.[27] Stres se pojavi kada osoba procijeni da situacija nadmašuje njezine prilagodbene sposobnosti. To nam govori da je neki događaj za neke osobe stres, a za neke izazov. Postoje dva temeljna oblika suočavanja s stresom. Prvi jest pristup usmjeren na problem uključujući poduzimanje izravnih akcija za rješavanje problema ili traženje informacija koje će pridonijeti rješavanju tog problema. Drugi pristup jest da svoje emocije usmjerimo na ublažavanje, da skrenemo pozornost s problema na nešto drugo, poput opuštanja, razgovora, traženje potpore i utjehe od ljudi. Učinkovito nošenje sa situacijom ovisi o samoj situaciji tako da je važno

[27] Usp. P. PALLARDY, *Pobijediti umor, stres, potištenost i zaštiti svoje srce*, Biblioteka Oko tri ujutro, Zagreb, 2007., str. 29.

skretati pozornost s problema koje ne možemo riješiti ili izbjeći.[28] No, što dovede do tjeskobe? To je osjećaj straha i zabrinutosti koji se gotovo svima događa. Tjeskoba je normalna tjelesna reakcija na stresni doživljaj. Teško je reći točno što ju uzrokuje jer ljudi su različiti: ljudi skloniji tjeskobi, a neki su otporniji. Radi se jednostavno o tome da se naše tijelo cijeloga života uči, proizvodi adrenalin pri sjećanju na neki događaj koji nam nije bio ugodan. U svakom slučaju, tjeskoba se razvija sporo i može potrajati ponekad od ranog djetinjstva.[29]

2.5. Anatomija mozga vezana uz strah

S anatomskog gledišta izvor tjeskobe je povezan s talamusom, hipotalamusom i moždanim deblom koje se naziva još „starim mozgom“, a sadržava srednji mozak, produljenu moždinu i dio limbičkog sustava. U moždanom deblu (primitivni, stari mozak) smješteni su centri koji reguliraju vegetativni i instinktivni život: glad, žeđ, disanje, rad srca i probavu. Sve te funkcije su podložne utjecaju straha i tjeskobe. Centri limbičkog sustava povezani su sa zonama kore velikog mozga (neoencephalon) koji regulira intelektualne funkcije, volju i pamćenje. Ta povezanost moždanog debla velikog mozga preko limbičkog sustava objašnjava da jaki strah i tjeskoba mogu utjecati na naše mišljenje, tj. da određene misli i fantazije mogu proizvesti i pokrenuti strah i tjeskobu. Stoga je i kora velikog mozga skupa s moždanim deblom odgovorna za neke vrste strahova. U limbičkom sustavu, talamusu i hipotalamusu glavnu snagu imaju podražaji i impulsi emotivne naravi. Prije nego stignu do kore velikog mozga ti impulsi moraju proći kroz retikularnu formaciju u kojoj se podražaji selekcioniraju tako da dobiju slobodni prolaz do kore velikog mozga dobiju najjači i najkorisniji impuls za tjelesni i psihički život. Kad zbog nekih genetskih motiva, patoloških tendencija i drugih razloga retikularna formacija izgubi moć selekcioniranja raznih impulsa, tada emotivna i iracionalna plima prodre u više centre mozga tako da stvori tjelesnu napetost koja može biti toliko jaka da izazove pravu neurozu. Odnosi se na slobodno difuzni strah koji se može definirati kao „provala straha moždanog debla kad je kora velikog mozga već postala domesticirana.“ Kad se osoba nađe konkretno u jakom tjeskobnom stanju onda se čitav neurovegetativni sustav (simpatički i parasimpatički) stavi u

[28] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, A. VUKOVIĆ, *Priručnik za pacijente. Program za samopomoć kod anksioznih poremećaja*, str. 6.
[29] Usp. K. HAMBLY, *Kako svladati napetost*, Založba Mladinska knjiga, Ljubljana- Zagreb, 1991., str. 10.

alarmno stanje. Jake stresne situacije mogu se pretvoriti u prave organske ozljede poput čira na želucu ili raka.[30]

Kako se anksiozni poremećaji nalaze u širokom spektru različitih mentalnih poremećaja, nameće se pitanje homogenosti i heterogenosti neurobioloških procesa u njihovoj etiopatogenezi. Pretklinička istraživanja pokazuju da je *corpusamygdaloideum*[31] najvažniji medijator odgovora na stres, strah i anksioznost. *Corpusamygdaloideum* (CA) se sastoji od dvije grupe jedara bademastog oblika povezane s hipotalamusom, hipokampusom, talamusom i neokorteksom. To je limbički sustav i kompleksnost ovih veza ukazuje na postoje različitih mehanizama uključenih u tipove anksioznih poremećaja. *Corpusamygdaloideum* prima ekscitatorne glutaminergičke impulse iz talamusa i senzorijalne iz korteksa koji se paralelno procesuira u nukleusima unutar corpusa. Tako CA posreduje u memorijskom procesu koji se odnosi na prošla iskustva te simultanu elaboraciju pogrešne kognitivne interpretacije i straha. Istraživanja pokazuju da CA sa svojim specifičnim neuronskim vezama najvjerojatnije imaju udjela u etiologiji različitih tipova anksioznih poremećaja. Živčani putovi s višim kortikalnim zonama su uključeni u pogrešnu kognitivnu interpretaciju i strah. Stres izaziva strah i manifestira se uključivanjem niza bioloških mehanizama koji su u funkciji procjene opasnosti i posljedičnog organiziranja adekvatnog ponašanja u situacijama potencijalne životne ugroženosti. Povećanje aktivnosti simpatikusa uzrokuje ubrzan rad srca, krvni pritisak, cirkulaciju i utrošak glukoze u skeletnim mišićima. Hipotalamno-hipofizno-adrenalna osovina veže funkciju mozga s ostatkom tijela pa je njena aktivacija značajna u odgovoru tijela i uma na stres u cjelini. Tijekom djelovanja stresora pokreće se čitava kaskada neurotransmiterskih mehanizama unutar neuronskih putova i veza pa pretjerana stimulacija kod ekspozicije ponavljanja i stresa može dovesti do patološkog razvoja anksioznih poremećaja. Tri vodeće neurokemijske osnove normalne i patološke anksioznosti: gama-amino-maslačna kiselina, noradrenalin i hidroksi-triptamin. Dakako da ovo područje krije

[30] Usp. V. POZAIĆ, *Strah. Naš životni pratilac*, str. 30.-32.

[31] Amigdala je struktura u kojoj dolazi do integracije specifičnih osjetnih informacija kojima se daje adekvatna emocionalna važnost i kontekst, a električna stimulacija rezultira doživljajima pozitivnih ili negativnih emocija, ovisno o tome koje jezgre su podražene. To je velik sklop jezgara smješten u dorzomedijalnom dijelu vrha sljepoočnog režnja i predstavlja glavni bazalni ganglij limbičkog sustava. U tekstu skraćenica je CA.

mnogo nepoznanica, ali zahvaljujući molekularnim tehnologijama donose se nova otkrića i spoznaje.[32]

Akutna reakcija na stres je psihički poremećaj čija je učestalost različita, ovisno o vrsti događaja. Temelji se na neuroendokrinološkim i neurotransmitorskim promjenama, reaktivira nerazjašnjeni konflikt i javlja se s anksioznim poremećajima, poremećajima ličnosti, raspoloženja te PTSP-om. [33]

3. Posljedice i liječenje

Kada je jednom anksiozni krug pokrenut, održava se preko simptoma, misli i osjećaja. Važno je razumjeti kako nastaju da možemo taj krug prekinuti i poboljšati svoje stanje i jednostavno preuzeti kontrolu nad svojom anksioznošću. To je moguće zbog povezanosti između misli, osjećaja, ponašanja i simptoma. Moguće je utjecati na smanjenje nelagode, otkloniti, umanjiti ili svesti anksioznost na razinu koja se može tolerirati. I naše emocije su popraćene simptomima i različitim ponašanjem jer već samo prisjećanje na ljutnju ili tugu može izazvati promjenu naših misli i ponašanja. Smatralo se da je srce sjedište straha i tjeskobe, ali se ustanovilo da su poremećaji srčanog ritma posljedica, a ne uzrok.[34] Najčešće posljedice su lupanje srca, tahikardija, sniženi ili povišeni krvni tlak, poteškoće u disanju, grčenje mišića, bljedoća i crvenjenje lica, drhtanje, znojenje, potreba za mokrenjem. Stoga je vrlo važno znati suočiti se sa samim poremećajem i čak proći jedan postupak koji ima cilj uspješno prebroditi anksioznost. Prvo je potrebno jasno definirati problem koji muči osobu jer dok se razmišlja o tom problemu, može se doći do zaključka kako taj problem sprječava da se dođe do nekog cilja. Odrediti važnost problemima ako ih ima više, napraviti listu problema i krenuti jedan po jedan. Za početak je dobro krenuti od jednostavnijeg problema kojeg je lakše riješiti jer je to poticaj za druge i teže probleme te navesti informacije koje su ključne za razumijevanje i rješavanje problema, zatim navesti sva moguća rješenja i alternative i istražiti hoće li alternativa riješiti problem koliko je to moguće. Kao što smo rangirali probleme, tako će se i njihova uspješnost rangirati od 0 do 10. Sada treba uvidjeti

[32] Usp. LJ. ORUČ, A. MEMIĆ, L. KAPUR, J. KREHIĆ, *Biološka osnova anksioznih poremećaja*, Medix, srpanj, 2007., god. XIII., br. 71., str. 79.-83.
[33] Usp. D. BEGIĆ, *Psihopatologija*, str. 261.
[34] Uzrok, pojava, stvar ili stanje koji uvjetuju nastupanje neke druge pojave; zbivanje koje stoji u uzročno-posljedičnom odnosu prema nekom drugom zbivanju; stvarna, objektivna osnova, razlog, povod za neki fizički i psihički događaj. U ovom slučaju, anksioznost se može pojaviti kad se nalazite u vrlo stresnim okolnostima. Možda imate jedan veliki problem ili više manjih problema koji izazivaju stres. U oba slučaja, ako su okolnosti dovoljno stresne, osjećate se anksiozno.

prednosti i nedostatke svakog rješenja i na temelju toga rješenja odabrati adekvatno, odnosno onaj s najmanje nedostataka. Osim ove tehnike, nudi nam se također metoda vježbi disanja jer su simptomi povezani s disanjem česti kod anksioznosti: općeg anksioznog poremećaja, socijalne fobije, osobito kod panike. Većina pacijenata zbog toga hiperventilira. Hiperventilacija je povećanje brzine ili dubine disanja. Osjeća se nedostatak zraka i ako se osoba u tom trenutku ne postavi pravilno, to može uzrokovati daljnju tjeskobu i pogoršanje (nedostatak zraka, bol u prsima, osjećaj nesvjestice, vrtoglavice, umora, drhtanje, teškoće kod gutanja).[35]

3.1. Nemedikamentne metode liječenja anksioznosti

Ovakva metoda se odnosi na edukaciju o anksioznosti koja prvotno uključuje razlikovanje patološke od uobičajene anksioznosti, vježbe pravilnog disanja, autogeni trening, mišićnu relaksaciju, vizualizaciju, rad s negativnim mislima, postupak kontrole simptoma kod fobija. Liječenju treba prići individualno s planom liječenja koji uključuje medikamentozno liječenje, psihoterapiju inemedikamentozno liječenje. Nemedikamentozne metode mogu se primjenjivati u programu samopomoći, individualno ili u grupama samopomoći. Na ovaj način smanjuje se osjećaj bespomoćnosti i prihvaća realno stanje. Treba razgovarati s bolesnikom i uputiti ga na psihoterapiju, objasniti sam pojam anksioznosti, razlike poremećaja, prepoznavanje vlastite anksioznosti, simptoma, ciklus anksioznosti, utjecaj na mozak i ulogu lijekova, kontrolu disanja i učinak.[36]

Treba gledati realno na situaciju, izbjegavati perfekcionizam, ispravno procijeniti vlastite sposobnosti, smanjiti brigu oko toga što drugi misle o meni, biti uvjeren da možeš utjecati na kvalitetu vlastitog života, odbaciti sva osuđivanja sebe i drugoga, vjerovati da smo jednaki kao i drugi, saslušati druge, imati svoj stav i odbiti ono što ti se ne sviđa.[37]

[35] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, A. VUKOVIĆ, *Priručnik za pacijente. Program za samopomoć kod anksioznih poremećaja*, str. 3.-8.
[36] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, A. VUKOVIĆ, *Nemedikamentozno liječenje anksioznih poremećaja*, Medix, srpanj, 2007., god. XIII., br. 71.
[37] Usp. S. ŠTRKALJ IVEZIĆ, A. VUKOVIĆ, *Priručnik za pacijente. Program za samopomoć kod anksioznih poremećaja*, str. 31.

3.2. Kakva razmišljanja mogu pomoći čovjeku?

Najprije je pogrešno razmišljati na način sve ili ništa (crno ili bijelo). To su dvije krajnosti. Nije dobro kada nismo realni ili kad krivo uspoređujemo, opisujemo događaje i situacije na način da je netko bolji od nas i uspoređujemo se s onima koji su bolji od nas, a time sebe podcjenjujemo. Gledanje negativno na budućnost bez uvažavanja drugih vrednota i mogućih posljedica što vodi da vjerujemo da će na kraju biti loše i to nećemo moći podnijeti i time više i ne pokušavamo. To veže sa sobom negativno filtriranje, tj. usredotočenost isključivo na negativnosti i zaboravljanje na dobro. Opasna je personalizacija gdje razmišljamo kako je netko loše reagirao baš zbog mene, baš jer sam ja nešto napravio/la. Kada pretjerano prebacujemo odgovornost i krivnju na sebe, tada zaboravljamo na druge ljude i njihovu odgovornost, a tim gore sebe gledamo kao negativca. Samosažaljevanje dovede do toga da se smatramo jadnima, da se žalimo, i onda takvo stanje povuče sa sobom vjerovanje da nas nitko ne razumije, da jedino mi imamo probleme i to najveće, neshvaćeni smo i osamljeni. Preokupirani smo sobom, svojim mislima, osjećajima, bolešću, i sve drugo je manje važno.[38]

3.3. Dostojanstvo osobnosti

Vrijednost vlastitog postojanja se dostigne kada osoba preuzme punu odgovornost za samu sebe i kada više nije žrtva niti drugih niti poremećaja niti neke bolesti. Da se postigne odgovornost, potrebno je prihvatiti vlastitu samoću, smrt koja će doći jednom. Trebamo imati odgovornost za svoja čuvstva, prepoznati ih i prihvatiti cijelog sebe da nadvladamo sve izopačenosti. Trebamo najprije ljubiti sebe, a za to treba hrabrosti. Nije lako stati pred segmente svoje osobnosti koje ne volimo i priznati ih kao svoje, stati pred osjećaje kojih se bojimo i koja nam nose trpljenje i stvaraju probleme. Stoga, naučiti ljubiti sebe je od iznimne važnosti. Naučiti ne suditi znači pozitivno upotrijebiti vlastitu povijest, živjeti u slobodi i istini.[39] Osobnost u svakodnevnom životu predstavlja oznaku za konzistentan način ponašanja i postupanja čovjeka u društvenom kontekstu. Zato je vjerojatnost da je problem riješen i ispravno definiran uz: bolju samospoznaju (vlastitih vrijednosti, stavova i interesa), boljim poznavanjem socijalne i druge okoline koje okružuju i što pojedinac više poznaje sebe, vlastito ja, to objektivnije može doći do uspjeha. Da bi proces sazrijevanja osobnosti bio u napretku,

[38]Usp. Isto, str. 34.
[39]Usp. V. ALBISSETI, *Životno putovanje. Kako prepoznati i vrednovati pozitivne strane života*, Biblioteka Oko tri ujutro, Zagreb, 2002., str. 26.-32.

potrebno je da pojedinac uznapreduje. Tako je važno spoznati svijet koji ga okružuje, svoje kognitivne, emocionalne, akcijske i fiziološke komponentne ponašanja, centrirati problem i imati motivacije za napredovanje.[40] Stupanj zrelosti daje zadaću naći zadovoljstvo i nadahnjivati se u svekolikom ispunjenju i postignuću. Važno je integrirati osjećaje i zdravim sadržajem svog života, svoje religioznosti i osobnosti uspješno izbjeći stagnaciju i besmisao i to usmjeravanjem vlastitog djelovanja prema svome životu i svemu onome što je Bog namijenio čovjeku. [41]

Kršćanstvo temelji ljudsko dostojanstvo na objavi pa tako knjiga Postanka (1, 26-27 i 5, 1) jasno govori da je čovjek na sliku Božju (*zelem*) i priliku (*demuth*). Prema toj viziji, čovjek nema dostojanstvo sam u sebi nego mu daje netko tko je viši od njega i koji ga je iz ljubavi stvorio (usp. Post 1, 31). Dostojanstvo je plod Božje milosti jer je čovjek jedino stvorenje na zemlji kojem se Bog direktno obraća i s kojim komunicira. To je uzvišeno dostojanstvo koje čovjeku nitko ne može uzeti i ono je samo u sebi dobro. Čovjekovo dostojanstvo temelji se na činjenici da je sličan Bogu pa je čovjek odsjaj Božje biti i živa duša, on je čvorište svih odnosa, on je *nefeš (*shvaćen u smislu osobe), on je *ruah*(duh, kad je riječ o odnosu s Bogom), on je *basar* (tijelo), kad je u odnosu s drugim ljudima. Čovjek je spoznat kao aktivno, kreativno i odgovorno biće. Za Tomu Akvinskog, dostojanstvo slike ima temeljno značenje.[42] Slika znači značajnu sličnost iako ta sličnost nije savršena jer posjeduje razliku od onoga što predstavlja. Među stvorenjima su to samo oni koji znaju i spoznaju, samo intelektualna bića su stvorena na Božju sliku. Slika Božja je nesavršena, ali može postati savršena ako se slika nalazi u našoj razumskoj naravi po čemu smo mi zadobili *dinamičku sposobnost* da razvijemo svoje nužne sposobnosti spoznaje i ljubavi prema Bogu i ako je čovjeku uz pomoć milosti omogućena spoznaja Boga i ljubav prema njemu. Savršenstvo spoznaje i ljubavi će se ostvariti u raju kada postignemo savršenstvo slave.[43] "Jednakost među ljudima bitno počiva na njihovu osobnom dostojanstvu i na pravima što odatle proistječu: Svaku diskriminaciju u temeljnim pravima osobe (...) zbog spola, rase, boje,

[40] Usp. J. SINDIK, *„Problemski" pristup u razumijevanju ličnosti*, Metodički ogledi, 13 (2006.), br. 2, str. 63.-74.
[41] Usp. Š. Š. ĆORIĆ, *Psihologija religioznosti*, „Naklada Slap", Jastrebarsko, 1998., str. 119.
[42] Usp. SV. TOMA, *Summa theologiae*, I q. 93.
[43] Usp. S. VULETIĆ, *„Psihopatološki" oblici i tipovi nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta, ad usum privatum)*, str. 80.-82.

društvenoga položaja, jezika ili vjere treba prevladati i dokinuti, jer se protivi Božjem naumu.“[44]

4. Krjeposti

4.1. Definicija i pojam riječi krjepost

Riječ krjepost označuje neku moć, sposobnost, usavršavanje i dolazi od krijepiti, krepčina, krepkost što bi značilo snaga u moralnom smislu. Crkveno-slavenska riječ dobrodetelj je po sadržaju vrlo dobra (živa je i danas u istom značenju npr. u bugarskom jeziku), a latinska riječ *virtus* predstavlja ono što je svojstveno muškarcu: snaga, hrabrost. Grčki izvorno znači vještina, a u Svetom Pismu je istaknutija u Ps 32, Mt 7, 22, Mk 6, 5, Ef 1, 20 i općenito označava neko dobro svojstvo. U širem smislu krjepost je neko usavršenje, a u užem smislu je neko dobro duševno stanje koje razumnim moćima daje poticaj na djelovanje (habitus operativus). Kada imamo čovjeka pred očima govorimo o krjeposti s obzirom na njegovo djelovanje jer se upravo po djelovanju najviše približava Bogu koji je samo djelovanje po svojoj biti. Ljudsko djelovanje mora biti dobro ako hoće usavršenje.[45] Sveti Toma Akvinski[46] prema Aristotelu i svetom Augustinu kaže da je krjepost dobro duševno svojstvo ili trajno raspoloženje po kom se čestito živi, kojim se nitko rđavo ne služi. S obzirom na djelotvorni značaj postojala su kriva mišljenja, npr. kod Sokrata[47] koji je poistovjetio krjepost sa znanjem, Abelarda koji je tvrdio da nam krjeposti ne koriste jer nije potrebno uklanjati ostan požude, Eckharta koji kaže da nam Bog ne nalaže izvanjskih djela niti išta koja pridonose dobrome. Bilo je pitanje može li krjepost navesti na zlo? Može, i to kada je netko krjepostan radi krjeposti, da se uzoholi ili radi neke druge svrhe koja ne vodi do cilja kojem krjepost vodi. Sama krjepost kao predmet povod je grijehu radi krivog poimanja jer nije ni svako dobro stanje krjepost. Krjepost traži da razumnu moć podigne i usavrši utoliko da u djelovanju isključi svaki čin nesavršenosti, svako zlo. Krjepostan je onaj koji je trajno dobar i trajno izvodi dobra djela. Dakako, to djelovanje nije bez poteškoća nego će čovjek s njom sve lakše savladati, a bez nje upasti

[44] KKC, br. 1935.
[45] S. theol. I-II, q. 55, a. 1, a. 2, ad 3, a. 3.
[46] „Virtus est bona qualitas seu habitus mentis, qua recte vivitur et quanullus male utitur…“ (et quam Deus innobis sine nobis operatur) *S. theol*. I-II, q. 55, a. 4; „Duša kreposti“ ili bit njezina stoji u „duševnom određenju, koje mora biti čvrsto, stalno i djelotvorno.“
[47] Usp. P. GENY, *Brevis conspectus historiae philosophiae*, Roma, 1921., str. 50.; dr. A. BAZALA, *Povijest filozofije*, Zagreb, 1906., sv. I., str. 179.

u zlo. Vježbanje u krjeposti ne ide „od ruke“ već se treba protiviti i savladati u sebi pokrete koji odvlače na nedozvoljeni pristanak.[48]

Kad sveti Toma[49] opisuje evanđeoski život, kaže da ono što je temeljno u Novom zavjetu i što proizvodi krjepost jest milost Duha Svetoga koja proizlazi iz vjere u Krista. Crkva uvijek mora voditi računa o aktivnom uzajamnom djelovanju ljudske naravi i božanske milosti koja je srce Novoga zavjeta jer Duh Sveti ne nastupa mučno. Duh Sveti, kao što potvrđuje Drugi vatikanski sabor[50], uvodi Crkvu u svu istinu (usp. Iv 16, 13) i ujedinjuje u zajednici te poučava i vodi hijerarhijski, karizmatski i urešuje svojim plodovima. Zato moralka priznaje važnost milosti Duha Svetoga u životu onoga koji je ud Tijela Kristova. Za vjernika kreposni život je punina Kristove mesijanske milosti i pomoć u darovima Duha Svetoga koji se zauzima za svete (Rim 8, 27). Milost preobražava temeljne psihološke sposobnosti ljudske naravi i u tom vidu je habitus krjepostan način života što potvrđuje moralna teologija da ulivena krjepost osposobljava osobu na zajedništvo s Bogom, ostvaruje slobodno i odgovorno ponašanje. Posvetna milost u isto vrijeme može uzdići i usavršiti ove moći tako da neka osoba može učiniti sve u imenu Gospodina Isusa i po njemu dati hvalu Ocu. Teolog moralist kritički može aristotelovski ustvrditi da one koji su „opravdani vjerom u Krista“ (Gal 2, 17) oblikuje osobna kvaliteta. Iz Pavlove poslanice Korinćanima vidi se da je ljubav najviša i da se proteže na Boga i bližnjega. Pavao naglašava vezu vjere i nade s ljubavi što je vidljivo i u Starom zavjetu pod pojmovima pravednosti, milosrđa i vjernosti.[51]

Božanske krjeposti temelj su nadnaravnosti moralnog života jer je kršćanin po milosti dionik božanske naravi. To nije neki „mrtvi kapital“, nego snaga bogolikog života po kojem u vjeri potpunije spoznaje Boga i istinu, po ufanju pak teži prema Bogu i dobrima, a po ljubavi ljubi Boga i bližnjega. Stoga su božanske krjeposti usko povezane s posvetnom milosti i sinteza su kršćanskog života i u tome je punina savršenstva. Krjeposti se nikada ne zaustave na horizontalnoj preobrazbi života i djelovanja već život i djelovanje projiciraju u vertikalnu nadnarav, ka Eshatonu i kada kršćanin ustraje u plodovima krjeposti postaje doista novo stvorenje (Gal 6, 22-24), novo stvorenje u radosti jer je radost svojstvo Božjega posinstva. Plod snage krjeposti jest radost jer je radost Božje posinstvo. Sveti Pavao naglašava jedinstvo krjeposti u

[48] Usp. A. ŽIVKOVIĆ, *Kršćanske kreposti*, Zagreb, 1942., str. 20.-24.
[49] *Summa Theologiae*, I a-II a e, q. 106, a. 1.
[50] LG 4
[51] Usp. R. CESSARIO, *Kreposti*, KS, Zagreb, 2007., str. 16.-18.

poslanici Korinćanima i kaže da su one bitni i permanentni uvjeti naše kršćanske egzistencije. Svaka krjepost obogaćuje i po njima kršćanin nadilazi samoga sebe ostvarujući transcendentne aspiracije. Po moralnim krjepostima kršćanin ostvaruje samo antropocentrični humanizam dok transcendentni ili teocentrični humanizam ostvaruje po božanskim krjepostima i uzdiže se do Boga. Biti Kristov znači da po vjeri možemo i brda premještati, u snazi nade da se izdrži svaka životna poteškoća i da ne dođe do očaja te da u ljubavi neprestano budemo potaknuti na djelovanje i izgonimo svaki strah. Krist je naša Istina i naš Učitelj, po Njemu idemo do Oca i nalazimo put do vječnog blaženstva te u tome tražimo život budući da nam se u Sinu očitovala Očeva ljubav i izlivena je u srcima našim po Duhu Svetom koji nam je dan (Rim 5, 5). Po utjelovljenju Sina participiramo Očevu ljubav i ulazimo u intimu odnosa i bogoliki život po milosti. [52]

Po sakramentima naša pripadnost Bogu postaje vidljiva jer je i On sam sebe učinio vidljivim po utjelovljenju Jedinorođenoga Sina, Isusa Krista jer je On vidljivi znak Božjega života, obećanja i ljubavi prema nama. Uzašašćem je Krist ostavio Crkvu u sakramentalnosti kao vidljivi znak Božje prisutnosti i svoga Otkupiteljskog djela sve do konca svijeta. Vjernici prakticiranjem vjere, ufanja i ljubavi ostvaruju svoje spasenje i idu ujedno do konačnoga cilja Eshatona. Krštenjem smo pritjelovljeni Crkvi i Isusu Kristu, bolesničkim pomazanjem i sakramentom pokore se uzdamo u Božje milosrđe i Božja obećanja, a euharistijom slavimo ljubav prema Kristu i njegovu sjedinjenost s nama.[53]

4.2. Povijesni pregled poimanja krjeposti

Ako je danas ova riječ izgubila na važnosti i integritetu i ako je izgubila cilj kojem treba ići, trebalo bi ju rehabilitirati.[54] Cilj nam je vratiti sjaj i smisao i ne svesti krjepost na karikaturu te neku odbojnu, farizejsku svetost koja ima negativni i pesimistični prizvuk. Gledajući unazad i analizirajući neke filozofe, Sokrat kaže da je krjepostan onaj koji posjeduje znanje, što podrazumijeva voljnu odluku koja vodi dobrom činu. Platon je razradio krjepost prema duševnim moćima i kaže da je umjerenost u osjetilnoj težnji, hrabrost u srcu, a mudrost u razumu i sve tri ih povezuje

[52] Usp. Š. ŠIPIĆ, *Otkupljeni čovjek, pregled kršćanske etike. 3. svezak, bogoliki život*, Makarska, 1979., str. 13.-15.
[53] Usp. Š. ŠIPIĆ, *Otkupljeni čovjek, pregled kršćanske etike*, str. 14.
[54] Lat. uspostaviti, ponovno priznati

pravednost. Aristotelovski je to trajno raspoloženje raditi prema izboru razuma i to po srednjoj liniji kako razuman čovjek odredi. Bilo je dakako i krivih stajališta pa tu možemo reći da je Abelard[55] mislio da čovjek ne može biti krjepostan jer nije potrebno uklanjati požudu. Eckhart[56] je smatrao da nam Bog ne nalaže izvanjska djela a niti ona koja pridonose dobroti. Amerikanizam je učio da su prirodne krjeposti u skladu s potrebama i običajima našeg vremena jer razvijaju aktivnost i energiju, dok kršćanske krjeposti odjeljujemo u pasivne koje bolje pristaju prošlim vjekovima i aktivne koje su prikladnije za ovo doba. Budući da je svaka krjepost aktivna jer trajno usmjerava na djelo, možemo reći da je amerikanizam promatrao stvari izvanjski.[57]

4.3. Subjekt, razdioba i vlastitosti krjeposti

Možemo reći da nosilac ili subjekt krjeposti dijelimo na neposrednog ili bližeg i daljnjeg subjekta. Stoga tom razdiobom utvrđujemo da sve djelovanje ide preko moći duše i b je budući da je krjepost operativno stanje i stvara raspoloženje najvišeg dobra jer joj je i sama svrha, slijedi da je sijelo krjeposti u duševnim moćima, a ne samoj duši. Tako se jedna krjepost ne može odnositi na više duševnih moći jednako jer je samo u jednoj u svom subjektu, no može biti u jednoj prvenstveno, a u drugom redu se protegnuti na ostale moći kao prijelaz s jedne na drugu. Ako je krjepost trajno raspoloženje kojim se čovjek uvijek služi, s njim dobro radi, tada razum daje čovjeku samo sposobnost da ga dobro upotrijebi. To je djelomična krjepost. Također, osjetilne težnje nisu nosioci krjeposti nego samo ako su u djelovanju i one su sredstvo razuma pa tako ih valja podići i osposobiti u trajno raspoloženje da nastupaju u skladu s razumom. Tako su hrabrost i umjerenost krjeposti osjetilne težnje. Što se tiče volje, ona je nosilac krjeposti jer ravna ljudskim odnosima prema Bogu i čovjeku. Teži dobrome i to joj je formalni objekt, nije joj potrebno pomoćno raspoloženje. Ona nosi stanje gdje se savladava suprotnost, gdje na put dolazi požuda. Volja nosi krjeposti što stvarno i djelotvorno ravnaju odnos čovjeka i Boga. [58]

Naš je život usmjeren natprirodno iako se ne krećemo isključivo u tom polju. Djelovanje nam je natprirodnog značaja i red koji je po Božjoj volji jest natprirodan; unatoč tome je prvobitno stvorena ljudska priroda pošteđena i djelovanje prirodnih moći

[55] DS 739.
[56] DS 966 i 967.
[57] Usp. I. FUČEK, *Krepostan čovjek- domet i zadatak*, u: CuS, 14 (3), 1979., str. 237.-239.
[58] Usp. A. ŽIVKOVIĆ, *Kršćanske kreposti*, str. 31.-32.

ostaje u ovom redu. Na ljudskoj prirodi se gradi milost i s njom i preko nje djeluje Gospodin u nama pa nam priroda tako nije pasivna niti uništena.

Krjeposti dijelimo prvo na prirodne i natprirodne. Prirodne su samo s obzirom na prirodnu svrhu života i sposobnosti čovjeka kojima ih stječe. Druge dovode čovjeka u odnos s Bogom kao natprirodnom svrhom i dar su od Boga po kojem dobivamo vječnu nagradu.

Druga podjela je na stečene i darovane, odnosno ulivene. Stečene su u našoj naravi i ovise o našoj volji. Njih stječemo vježbom (*habitus*), a darovane su izvan naše moći i dar su Božji. Te ulivene ili darovane su po sebi (*per se*) i samo ih Bog može dati, nitko i nikada drugi. One su još i pripadne (*peraccidens*) jer ih Bog daje ljudima u posebnom slučaju, no čovjek ih može steći i prirodnim putem.

Treća podjela je na razumske (intelektualne) i ćudoredne (moralne). Razumskim krjepostima je nosilac razum i usavršene su za spoznaju istine. Ćudorednim je nosilac volja i usavršene su da pripravno, zanosno i stalno idu za dobrim u životu.[59]

Dakle, ako analitički govorimo o krjepostima, ne smijemo ih odijeliti od konkretnog čovjeka niti gledati apstraktno već u cjelini čovjekovog bića koji odgovara na Božji poziv iz svog temeljnog stajališta te svjesne i trajne veze s etičkim dobrima i vrijednostima. Izvanjski čin je pokazatelj unutrašnjeg temeljnog opredjeljenja (*optiofundamentalis*) i po tom djelovanju možemo reći da čin izvana vjerno svjedoči što je unutra. Čovjek nije automatiziran pa stoga i jest put koji vodi da te odluke i navike postanu jedno s čovjekom, postanu dio njegovoga bića i to tako da je u čovjeku prošlost jer je prisutna borba kroz dugi niz godina i napora da se stekne ta krjepost. No nije sigurno posjedovanje jer krjepost izdrži samo ukoliko čovjek slobodno i voljno nastavi borbu i metodu do krjeposnog života; krjeposti nisu izvanjske specifikacije koje su nam „pridodane“, nego upravo jer je čovjek slobodan i voljan odgovoriti Božjem pozivu, krjeposti su očitovanje unutrašnjeg, dubinskog, temeljnog opredjeljenja. Krjepost je dar odozgor i ne možemo ju definirati kao plod samo ljudskoga napora jer bi nas to kao kršćane odvelo u pelagijanizam[60] ili semipelagijanizam[61] budući da su krjeposti darovane i stečene pa u tom vidu, ne možemo postići sve svojim nastojanjem već

[59] Usp. Isto, str. 34.-36.
[60] Unutar teologije odbačeno mišljenje s obzirom na problematiku milosti i slobode, usp. DS 222, 371, 2616.
[61] Blaži oblik pelagijanizma. Usp. DS 2618, 2620.

upravo suradnjom s Bogom koji svojim Duhom daje autentičnost živjeti svetost svoga poziva.[62] Bog se objavljuje čovjeku i to je čovjekov odgovor i participacija na Božjoj dobroti i svetosti.[63]

4.4. Narav božanskih krjeposti

Kršćansku trilogiju vjeru, nadu i ljubav nazivamo teološkim bogoslovnim krjepostima ili božanskim krjepostima. Vjera, nada i ljubav nisu ljudske nego božanske iz razloga što je Bog poučio ljude da mu mogu na prikladan način odgovoriti vjerom, ufanjem i ljubavlju; Bog je dao čovjeku te krjeposti po kojima čovjek uzvišeno ostvaruje zajedništvo s Bogom. Pavao ističe da je ljubav Božja ulivena u naša srca i stoga je jasno da ljubav, vjera i nada nisu plod čovjekova napora nego Božji dar. Ove krjeposti se odnose izravno na Boga jer vjerom prihvaćamo Boga, ufanjem[64] se pouzdajemo, a ljubavlju se sjedinjujemo s njim. Upravo zato se ove krjeposti razlikuju od svih drugih jer se druge ne odnose izravno na Boga nego druga područja ili objekte, a tek posredno preko drugih objekata se odnose i na Boga. Nadalje, Bog je formalni objekt ovih krjeposti i njemu se vjeruje zbog njegove istinitosti. Ufanje se oslanja na Božju vjernost svojim obećanjima, a Boga se ljubi zbog njegove dobrote. Bog djeluje po milosti i one se u životu konkretiziraju na različite načine i različitim intenzitetom i upravo je to bogoliko i nadnaravno. Konačno, Bog je glavni cilj i nagrada te kad čovjek uz milost i krjeposti postigne zadnji cilj, prestaje vjera jer prelazi u gledanje i ufanje prelazi u posjedovanje te ostaje, kako kaže i sv. Pavao, samo ljubav.

4.5. Važnost za pojedinca i kršćanstvo

Biti krjepostan znači u konačnici biti zreo u Kristu, biti „zaodjenut Gospodinom Isusom Kristom“ (usp. Rim 13, 14) i naviještati njegovo evanđelje. Taj aktivitet za Boga i braću ide do maksimuma jer ljubav potiče na to, ustrajnost u vjeri i ufanju i sjećanje na sve ono što je Krist za nas učinio. Bogoštovljem pokazujemo da častimo Boga i prihvaćamo objavljenu istinu i budući život. Kršćanin zato nikada ne bi trebao

[62] LG 38-42.
[63] Usp. I. FUČEK, *Krepostan čovjek- domet i zadatak*, u: CuS, 14 (3), 1979., str. 236.-237.
[64] Sinonim za nadu; *Katekizam Katoličke Crkve* (dalje: KKC), Hrvatska biskupska konferencija – Glas Koncila, Zagreb, 1994., br. 1817: Ufanje (nada) je bogoslovna krepost po kojoj čeznemo za nebeskim kraljevstvom i vječnim životom kao za svojom srećom, stavljajući svoje pouzdanje u Kristova obećanja i oslanjajući se ne na svoje sile, nego na pomoć milosti Duha Svetoga. "Držimo nepokolebljivim ispovijedanje naše nade, jer je vjeran Onaj koji je obećao" (Heb 10,23). Duh Sveti je bogato izliven "na nas po Isusu Kristu, Spasitelju našemu, da opravdani njegovom milošću budemo, po nadi, baštinici života vječnoga" (Tit 3,6-7).

očajavati i ne odustati od svoga životnoga poziva. Tako ostvaruje svoje najdublje tendencije za spoznajom Boga i sjedinjenje s Njim. Drugi vatikanski sabor ističe autentičnost kršćanstva: „Krist, jedini posrednik, ustanovio je na ovoj zemlji i neprestano uzdržava svoju Crkvu, zajednicu vjere, ufanja i ljubavi, kao vidljiv organizam, po kojem na sve razlijeva istinu i milost“.[65] Apologetska vrijednost krjeposti ima temelj u kršćanstvu jer smo jedno u Kristu Glavi, Mistično tijelo u Duhu Svetome, raspršeni u odijeljenim kršćanskim Crkvama i u težnji do punog jedinstva čemu doprinosi ekumenizam. Laički i svećenički apostolat je naglašen u dekretu Apostolicam Actuositatem (o apostolatu laika)[66] Drugog vatikanskog sabora gdje se govori o istinskoj duhovnosti koji zahtjeva upravo tu neprestanu vjeru, ufanje i ljubav. Postajemo tako Božji narod, hodočasnički narod prema vječnosti i ovdje na zemlji možemo već poticati karitativnu djelatnost koja je objedinjena teocentričnim ili kristocentričnim humanizmom kojim se usavršava i pojedinac i čitavo ljudsko društvo. [67]

4.6. Sveto pismo o božanskim krjepostima

Sveto pismo jasno razlikuje, naglašava i povezuje krjeposti (usp. Rim 5, 1-5; 1 Kor 13, 13; Gal 5, 5; Ef 2, 8; Kol 1, 4-8; 1 Sol 1, 3). Vjera se pokazuje praktična i djelotvorna, ufanje ustrajno, a ljubav požrtvovna. Vjera ima soteriološki pogled na Boga, ufanje je kristocentrično, a ljubav je angažirana u svemu što se odnosi na Boga i Kraljevstvo, na vlastito spasenje i spasenje drugih. Krjeposti su povezane po zakonu međuovisnosti i djelotvornosti tako da je vjera poticaj kršćaninu da se ufa u ono što ne posjeduje i da djelotvorno pokaže ljubav prema Bogu i bližnjemu. Ufanje vjeruje u paruziju i ljubavlju se sjedinjuje s Uskrslim preko Mističnoga tijela Kristova. Ljubav pretpostavlja vjeru u ono što ljubi i ufanje da će to postići. Nada i ljubav pretpostavljaju vjeru jer se u ono nadamo i ono ljubimo što vjerujemo. Vjera je temelj jer je životvorna po ljubavi, ufanje veže vjeru i ljubav te iz vjere nastaje, a k ljubavi vodi. Vezane su u totalitet kršćanskog života i zato sv. Pavao govori u himnu (1Kor 13, 1-13)ne samo ljubavi, nego i vjeri i ufanju.[68]

U Starom zavjetu govor o vrlinama je siromašan i ne promatra se s gledišta čovjeka i njegova usavršavanja koliko s gledišta Boga i njegova nauma o čovjeku jer

[65] LG 8.
[66] AA 3-4.
[67] Usp. Š. ŠIPIĆ, *Otkupljeni čovjek, pregled kršćanske etike*, str. 10.-17.
[68] Usp. Isto, str. 10.-11.

Bog želi savez s ljudima što traži moralno napredovanje i potragu za Bogom, onoga koji će hoditi s Bogom (Post 5, 22.24; 6, 9) i takav stav čini neporočnim Henoka, Nou, Abrahama, Mojsija i druge koji su primjer kreposnih ljudi, primjer pravednika (usp. Heb 11, 1-39). Knjiga Mudrosti kaže ako tko ljubi pravednost, krjeposti su plodovi napora; poučava umjerenosti, razboru, hrabrosti jer su najkorisnije za čovjeka. Novi zavjet također ne obiluje pojmom krjeposti. Luka, opisujući Isusovo djetinjstvo, služi se starozavjetnim pojmom „pravednik" za Zahariju i Elizabetu (usp. Lk 1, 6), starca Šimuna (usp. Lk 2, 25), Matej Josipa naziva pravednim (usp. Mt 1, 19), a Govor na gori podučava da pravednost ne bude farizejska nego da teži ćudorednom životu u Kraljevstvu Božjem (usp. Mt 5, 20). Dobro stablo donosi dobre plodove, loše donosi loše i to sve ovisi o samom stablu tj. čovjeku[69]. Njegovi čini su odraz nutrine od koje zavise i na van projiciraju. Dobrota je plod Duha Svetoga (Gal 5, 22) pa i kršćanska krjepost kojoj je cilj izgradnja Kraljevstva Božjega i to sve na veću slavu i hvalu milosti. S tim se ne niječe narav čovjeka nego je čovjekov poziv uključen u vrijednost njega kao kršćanina i s tim idemo posve egzistencijalnim putem nastojeći ispravnom teološkom refleksijom pokazati što je krjepostan čovjek. [70]

Sveti Toma započinje analizu krjeposti u Sumi teologije manualističkom definicijom: krjepost je dobra kvaliteta čovjekove duše prema kojoj se živi ispravno i radi koje se izbjegava zlo, a koju Bog u nama ostvaruje bez nas. Formalni uzrok, da je krjepost dobra kvaliteta duše, Toma opisuje kao onu vrstu kvalitete koju je Aristotel nazvao habitus. Materijalni uzrok, kao subjekt u kojima krjeposti postoje, uključuju sve razumske snage ljudske duše: volju, razum i osjetilne težnje. Proizvodni uzrok jest ono što Bog u nama ostvaruje bez nas. Finalni uzrok, prema kojem se ispravno živi i radi kojeg se izbjegava zlo, ostaje dovršenje krjeposnog djelovanja. [71]

4.7. Crkveno učiteljstvo o božanskim krjepostima

Crkva naučava da su božanske krjeposti nadnaravne i da ih Bog ulijeva i funkcioniraju po mehanizmu naravnih ili stečenih krjeposti.[72] Svakako da se u poimanju treba čuvati krivog supernaturalizma i pukog naturalizma. Objekt krjeposti i njihova

[69] „Tako svako dobro stablo rađa dobrim plodovima, a nevaljalo stablo rađa plodovima zlim. Ne može dobro stablo donijeti zlih plodova niti nevaljalo stablo dobrih plodova. Svako stablo koje ne rađa dobrim plodom siječe se i u oganj baca. Dakle: po plodovima ćete ih njihovim prepoznati." (Mt 7, 17-20)
[70] Usp. I. FUČEK, *Krepostan čovjek, domet i zadatak*, u: CuS, 14 (3), 1979., str. 239.-240.
[71] Usp. Š. ŠIPIĆ, *Otkupljeni čovjek, pregled kršćanske etike*, str. 13.
[72] KKC, br. 1812.-1813.

međuovisnost ekleziološki se tumači da je vjera spoznaja, ufanje je težnja, a ljubav sjedinjenje. Bez ljubavi nema ništa i ako čak netko ima vjere i ufanja, može biti bez ljubavi, ali to ide u nesavršenost. Tko pak gubi vjeru, gubi i ufanje i ljubav. Vjera i ufanje su u tom smislu nesavršene krjeposti i kad su spojene s ljubavlju i to ne samo zato što mogu biti bez ljubavi nego jer u budućem životu prestaju. Vjera prelazi u blaženo gledanje, a ufanje u posjedovanje. Samo ljubav ostaje. Stoga je Crkva osudila sva kriva razmišljanja o krjepostima.[73] II. vatikanski sabor veže krjeposti međusobno[74] s ostalim i daje važnost vjerskog i misijskog života: „Kao što je Krist izvršio djelo otkupljenja u siromaštvu i progonu, tako je i Crkva pozvana da ide istim putem, da saopći ljudima plodove spasenja. Krist Isus, „iako je bio u Božjoj naravi (…) ponizio se uzevši narav sluge“ (Fil 2, 6) i radi nas je „postao siromah, premda je bio bogat“ (2Kor 8, 9); tako i Crkva, premda za izvršenje svoje misije treba ljudskih sredstava, nije ustanovljena da traži zemaljsku slavu, nego da i svojim primjerom širi poniznost i samozataju“[75]. Sabor želi „da sav svijet navještaj spasenja čuje i vjeruje, vjeruje i ufa se, ufa se i ljubi“,[76] Crkvu kao zajednicu vjere, ufanja i ljubavi ujedinjenu u tim krjepostima i kao netaknutu djevicu radi ovih krjeposti.[77] Život kršćanina je prožet bogoslužjem pa stoga i liturgija treba biti krjeposna,[78]a život prožet bogoslužjem.[79] Svećenici su pozvani jačati u vjeri, nadi i ljubavi, zrelo, životvorno, čvrsto i žarkom ljubavlju. Također, bračni život treba rasti u krjeposti.[80]

5. Krjepost ufanja

Sveto ufanje je bogoslovna krjepost po kojoj čeznemo za nebeskim kraljevstvom i vječnim životom kao za svojom srećom, stavljajući svoje pouzdanje u Kristova obećanja i oslanjajući se ne na svoje sile, nego na pomoć milosti Duha Svetoga. „Držimo nepokolebljivim ispovijedanje naše nade, jer je vjeran Onaj koji je obećao“ (Heb 10, 23). Duh Sveti je bogato izliven „na nas po Isusu Kristu, Spasitelju našemu, da opravdani njegovom milošću budemo, po nadi, baštinici života vječnoga“ (Tit 3, 6-7). Kršćansko ufanje preuzima i dovodi do punine nadu izabranog naroda, kojoj je početak i uzor Abrahamova nada, koji je u Izaku bio obasut Božjim obećanjima i očišćen

[73] DS 3010.
[74] UR 2.
[75] LG 8.
[76] DV 1.
[77] LG 50.
[78] SC 9, 12.
[79] DS 2188.
[80] Usp. Š. ŠIPIĆ, *Otkupljeni čovjek, pregled kršćanske etike*, str. 11.-12.

žrtvenim iskušenjem. „U nadi protiv svake nade Abraham je povjerovao i postao ocem naroda mnogih“ (Rim 4, 18). Kršćanska se nada razvija, od početka Isusova propovijedanja, u navještaju blaženstava. Blaženstva uzdižu našu nadu prema nebu kao prema novoj obećanoj zemlji, zacrtavajući joj put kroz kušnje koje čekaju Isusove učenike. No po zaslugama Isusa Krista i njegove muke Bog nas čuva u „nadi koja ne razočarava“ (Rim 5, 5). Nada je „pouzdano i čvrsto sidro duše“, koje prodire tamo „kamo je kao preteča za nas ušao Isus“ (Heb 6, 19-20). Ona je i oružje koje nas u borbi spasenja brani: „budimo trijezni (…) obucimo oklop vjere i ljubavi i stavimo kacigu, nadu spasenja“ (1 Sol 5, 8). Ona nam i u kušnji pribavlja radost: „U nadi budite radosni, u nevolji strpljivi“ (Rim 12, 12). Nadu izražavamo i hranimo molitvom, posebno moljenjem *Očenaša*, koji je sažetak svega što nam ufanje daje željeti. Možemo se dakle nadati nebeskoj slavi što ju je Bog obećao onima koji ga ljube i vrše njegovu volju. U svakoj prilici, svatko treba da se nada da će, uz milost Božju, ustrajati „do kraja“ i da će postići nebesku radost kao vječnu Božju nagradu za dobra djela izvršena s Kristovom milošću. U nadi, Crkva moli „da se svi ljudi spase“ (1 Tim 2, 4). Ona čezne da se u nebeskoj slavi sjedini s Kristom, svojim Zaručnikom.[81]

5.1. Kršćansko ufanje u Svetom pismu

Prava bit kršćanske nade shvaća se i živi ako prozremo sve njezine imitacije i iskrivljenja koja se pokušavaju sa svih strana nametnuti. Kada se oslobodimo „lažnog sjaja“ i profanih kopija, uočimo veličinu i važnost kršćanske nade. Danas postoji ideološki optimizam koji je fundamentalni čin vjere modernih ideologija. Ideološki optimizam kao surogat kršćanske nade treba razlikovati od optimizma temperamenta. Takav optimizam temperamenta je prirodna psihološka dispozicija[82] i ne može se poistovjetiti ni s nadom ni s ideološkim optimizmom. Optimizam temperamenta jest lijepa stvar u nevoljama života jer tko se ne bi radovao zbog prirodne veselosti kojom čovjek zrači? Ono je moralno neutralna kvaliteta i njegovan da bi pozitivno oblikovao čovjekovu moralnu fizionomiju. Tada raste u kršćanskoj nadi i postaje zreliji i nikako ga ne izjednačujemo s nadom jer ona može graditi na njemu, ali kao teološka krjepost ona je ljudska kvaliteta puno većega dosega i dubljeg stupnja. Ustroj optimizma i nade je različit pa je stoga cilj optimizma utopija zauvijek slobodnog i sretnog svijeta, savršeno božanstveno društvo. Cilj ufanja je Božje kraljevstvo i sjedinjenje Boga i

[81] KKC, br. 1821.
[82] Duševno raspoloženje, naklonjenost.

čovjeka činom ljubavi. Opravdanje ufanja je utjelovljenje Božje riječi i ljubavi u Isusu Kristu. Cilj ideologije je uspjeh vlastitim željama i planovima, činjenima i znanjem; cilj nade je dar ljubavi koji nam se daje mimo našega činjenja. Ona je jamstvo Božje ljubavi i lika Isusa Krista u kojem se ta ljubav osobno s nama susreće. Ideološkim optimizmom se pokušava zaboraviti smrt neprekidno govoreći o savršenom društvu, da se čovjeka umiri lažima. Ufanje otvara istinsku budućnost koja je za nas, za mene i svakoga pojedinca. Izvor temeljnog spisa, sv. Pisma, daje nam bit ufanja i promotrit ćemo četiri skupine tekstova: proroka Jeremiju, otkrivenje svetog Ivana apostola, Propovijed na gori i Pavlove poslanice koje nam jasno govore o razlici nade i optimizma te posebno naznačuju obilježje kršćanske nade.[83]

5.1.1. Prorok Jeremija

Prorok Jeremija je bio osuđen zbog svog pesimizma. Optimizam vojske**,** plemstva i svećenstva te službenih proroka zahtijevao je uvjerenje da će Bog štititi svoj grad i hram, a stvarna situacija je isključila vojni uspjeh Izraelaca protiv Babilonaca. Javni optimizam je zahtijevao ratovanje i uvjerenje u pobjedu te je oprečnost Jeremijinih stavova i vodećih religioznih i političkih krugova Izraela na valjan način bio opreka između politizirane i iracionalne teologije i realizma vjernika koji utjelovljuje istinu, moral i političku racionalnost. Tu su sučeljene različite razine ljudskog bića i mišljenja te se prorokov realizam pojavljuje kao nedopustiv pesimizam. Za ovu suprotnost je susret Jeremije i Hananije zanimljiv budući da je Jeremija istinski prorok i čvrsto zagovara razumski idealizam kao obvezu i osuđuje ideološki optimizam i predočuje time Božje obećanje i nepobjedivu nadu. No, mjerilo i nagovještaj Jeremijin treba prosuditi prema empirijskim kriterijima i ne može se osloniti na teologiju. Nagovještaj zdravog i savršenog društva mora empirijski biti potkrijepljen te poruka o kraljevstvu Božjem i otkupljenju ne može biti dokaz društvene tehnike. Pesimist Jeremija pokazuje se kao nositelj nade i za njega u ovome trenutku sve kreće ponovno, dok za druge jest kraj svega. Bog nikada ne može biti pobijeđen i nikada se ne izjalovljuju njegova obećanja jer veća ljubav raste u mjeri u kojoj ljubljeni čovjek osjeća potrebu za njom. Stoga je Izraelov poraz trenutak pesimizma Jeremije i poruke nade jer on nalazi besmrtne riječi utjehe, daje snagu i preživljava te daje snagu za novi početak i novu nadu koja će trajati sedamdeset godina. Tu se rađa novi Savez i nova

[83] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, Verbum, Split, 2007., str. 49.-60.

Božja prisutnost po Duhu u našim srcima. Iz toga potječu riječi što će ih Isus preuzeti na Posljednjoj večeri i otkriti im potpuni smisao jer je u času smrti konačna pobjeda. Jeremijin pesimizam je nedjeljivo povezan s većom i nepobjedivom nadom što je navješćuje, ali mu istinska nada omogućuje realizam otpora lažnom optimizmu. Jeremija je predstavnik svih pravih proroka i tu se uviđa greška nekih egzegeta koji tumače da su veliki proroci bili samo proroci nesreće. Točno je da im se nada nije podudarala s površnim optimizmom i da su bili neumoljivi kritičari uvriježenih parodija nade.[84]

5.1.2. Otkrivenje svetoga Ivana apostola

Ljudi uvijek pokušavaju svojim snagama i umijećima izgraditi most prema nebu, učiniti sebe bogom i svojom vlastitom snagom. Pokušava se dati čovjeku sloboda, neograničeno blagostanje i moć koja je sastavnica božanskoga i koju bi se iz nedosežne visine Drugoga htjelo vratiti dolje, u svoju prolaznu egzistenciju. Ali čovjek nije Bog, on je konačno i ograničeno biće i nikakvom moći ne može sebe učiniti onim što nije. Tako Otkrivenje poznaje Božju ruku. Prvotno djeluje kao ruka koja kažnjava, ali Bog ne stvara patnju i ne želi nevolju stvorenju. Ova sveta ruka je ruka koja sprječava razaranje te je svaka teorija o rušilačkom djelovanju neistinita. Smisao njegova djelovanja jest u tome, da njegovo biće ne propadne, što vidimo u gradnji babilonske kule gdje Božja kazna nije očitovanje unutarnje zakonitosti ljudskoga djelovanja. Božja ruka sprječava uništavilo i vraća zalutalu ovcu u život. To je čin našeg otkupljenja i ono nam daje nadu jer tu našu izopačenost i uništenje samo Božja ruka dohvaća i spašava s ruba bjesnila i litice uništenja. I ovdje je vidljiva prožetost pesimizma i nade kao kod Jeremije. U Otkrivenju je strano obećanje napretka i ne poznaje se mogućnost da se vlastitim ljudskim djelovanjem stvori konačan društveni oblik. Odbacivši iracionalna očekivanja knjiga Otkrivenja je knjiga nade. Bog ne dopušta uništenje i ljudsko potonuće i svaki Božji sud u velikoj patnji nisu uništenje nego spas čovječanstva. On je neuništiv u svojoj dobroti, Otkupitelj u čijim rukama čovjekovo djelovanje biva preobraženo ljubavlju.[85]

[84] Usp. Isto, str. 60.-63.
[85] Usp. Isto, str. 63.-66.

5.1.3. Propovijed na gori – blaženstvo ožalošćenih

Ako se ovdje ograničimo na blaženstva i uvidimo da su ona prema jezičnome i misaonom ustroju protuslovlja, putem blaženstva ožalošćenima (Mt 5, 4) vidimo da blažen u semantičkom pogledu nema zajedničkog s srećom ili ugodom. Onaj tko je žalostan ne osjeća se ugodno. Riječ blažen ima dvije vremenske dimenzije jer obuhvaća sadašnjost i budućnost ali na različit način. Sadašnjošću je naznačena Božja blizina i blizina kraljevstva i tu ima smisla da je Bog u patnji i žalosti blizu sa svojim kraljevstvom. Čovjekovo trpljenje posebno pogađa Božje srce i priziva Boga da siđe dolje i tu nam se očituje velika utjeha koju imamo u Božjoj blizini. U ovom proturječju blaženstva vidi se proturječje Jeremijina lika kao i iz knjige Otkrivenja. Sada proročko proturječje postaje životni model kršćanske egzistencije. Istinu i dubinu blaženstava i srž kršćanske nade osvjetljuje nam moderna egzegeza kristološkim segmentom ovoga teksta. U Matejevom evanđelju (Mt 7, 24-27) prispodoba o slušanju Isusove riječi i gradnji kuće na dobrom temelju nameće nam se da svoj život izgradimo na dobrom temelju, a to je sama Isusova riječ koja ima neograničenu vrijednost i dubinu te obećanje biva potpuno jasno ako pažnju skrenemo na drugi odlomak Matejeva evanđelja gdje Isus govori o kući što ju treba graditi na stijeni da ju ne sruše sile bezdana. Ovdje Isus gradi kuću i on je mudri čovjek koji odabire temelj na stijeni. Tu je očitovana kristološka razina koja daje notu nade i ako ostanemo sami svojim snagama nećemo uspjeti izgraditi život kao čvrstu kuću. I sad se možemo pitati: je li život besmislen i je li očaj? Mudri smo ako istupimo iz besmislene izolacije svoga samoostvarenja što gradimo na pijesku samodovoljnosti i ako ne pokušavamo kuću pukog privatnog života izgrađivati za sebe i izdvojeni od svih. Mudro je graditi skupa, zajednički, tako da postanemo njegova živa kuća.

Skriveni subjekt ove prispodobe je Isus Krist i kroz to možemo shvatiti ovaj tekst i kršćansku vjeru. Nije ovo pretjerano moraliziranje koje gubi vezu s životom i izgleda neostvarivo. Nije puko zrcalo u kojem smo svi grešnici koji dolaze do spasenja bezuvjetnom milošću. Krist je srž i otkrivenje njega nam omogućuje da postane riječ nade. No, razlažući svako blaženstvo, on je taj u kojem riječi Propovijedi na gori postaju tijelo i krv u njemu. Tu se krije dvostruka antropološka nakana.

Prvi vid nakane jest da propovijed na gori poziva nasljedovati Krista jer je on jedini „savršen kao što je savršen naš Otac nebeski“, a mi ne možemo sami od sebe „biti

savršeni kao naš Otac nebeski“ već smo pozvani odgovoriti tako da smo bliži njemu i da postanemo njegovi. Pripadamo mu kao udovi i tada postajemo ono što je on sam i participiramo na njegovoj dobroti premda je on doista cijeli dobrota. Očeva Riječ u prispodobama o izgubljenome sinu se ostvaruje u nama: sve moje tvoje je (Lk 15, 31). Tada, nama krut moralizam Propovijedi na gori biva sažet u zajedništvu s Isusom, u prijateljstvu s njim, povjerenju u njega.

Drugi vid antropološke nakane se odnosi na budućnost koja je skrivena u sadašnjosti. Propovijed na gori je riječ nade i sve nemoguće postaje moguće (Mk 10, 25) da i deva prolazi kroz iglene uši jer se u jedinstvu s Kristom osposobljavamo za zajedništvo s Bogom i konačno za spasenje, a u mjeri u kojoj smo s Isusom, u nama se ostvaruje blaženstvo. [86]

Istina je da samo Bog sačinjava najviše Dobro osobe i sveti Toma[87] kaže da se ljudsko blaženstvo sastoji u gledanju prave Božje biti što je najviše za ljudski rod. Krjepost nade stavlja vjernika u odnos s istinskim blaženstvom[88] Boga jer kršćanin koji se nada traži Boga samo za sebe i time ne podređujemo Boga ljudskoj naravi nego se vjernik nada Bogu da bi instrumentalno upotrijebio stvorenu stvarnost radi osobnoga savršenstva. Bog je istinska konačna svrha i nadamo mu se radi nas, ali svakako ne radi nas samih jer je to u ljubavi prema drugim osobama. Nada oblikuje vjernika da on traži Boga i to je zbog milosrdne Božje pomoći i njegove spremnosti da nas spasi. Hodočasnička Crkva treba pomoć u putovanju prema nebeskoj domovini jer su joj udovi grešni, ali teže svetosti. Preko Kristove žrtve Bog priopćava otajstvo milosrđa, a mi uz to milosrđe trebamo biti strogi i razboriti jer očekujemo sva dobra koja vode oproštenju za spasenje. To je instrumentalna uzročnost Kristovog čovještva i duhovna dobra ulivenih krjeposti, darova Duha Svetoga, posredovanje blažene Djevice Marije, zagovor svetaca i pomirenje preko sakramenata i to sve vodi blaženstvu kojem se opravdano nadamo u vremenitu dobru.[89]

---

[86] Usp. Isto, str. 66.-74.

[87] Usp. *Summa Theologiae*, I a-II a e, q. 3, a. 8.; Toma ovo gledanje- spoznaju božanske biti suprotstavlja spoznaji Boga koju čovjek ima u ovome životu pomoću prirodnog razuma i božanske milosti.

[88] Crkva je službeno naučavala da blaženo gledanje ne treba čekati opće uskrsnuće mrtvih (DS 1304-1306) jer vjerujemo da odvojene duše pravednika doživljavaju nebesko blaženstvo. Također i uskrsnuće tijela pripada kršćanskim istinama i takvo teološko promišljanje pripada eshatologiji; Toma Akvinski izražava ovu vjeru kada tvrdi da „naša tijela postaju slavna sudjelujući na slavi Kristova tijela“ (*Summa Theologiae*, II a, q. 56, a. 2)

[89] Usp. R. CESSARIO, *Kreposti*, str. 44.-48.

5.1.4. Pavlove poslanice

Novozavjetni pojmovi *elpis* i *elpizo* određeni su starozavjetnim poimanje nade. Pojam *elpis* u grčkom poimanju shvaćamo kao ime za sva buduća iščekivanja, iščekivanje dobra (nade) i iščekivanje zla (strah, bojazan). Naše poimanje nade odgovara grčki termin *elpisagathe*, a sam pojam *elpis*ima u sebi tendenciju koja vodi prema lijepome i prema dobrome. Hebrejski jezik rabi četiri riječi pojma nadanja: *giwwah* (postojan u iščekivanju, uspravan), *jichel*(čekati), *chikkah*(nadati se), *sibber* (nadati se, gledati na…). Te hebrejske riječi su bliske značenju pouzdavati se u nekoga. Veliki broj hebrejskih i grčkih pojmova nade i nadanja pokazuje da je nada u Starom zavjetu imala široko dinamično značenje. Nada nije neutralna stvarnost, nego doista očekivanje dobra. Ona predstavlja čeznutljivo iščekivanje i ustrajno iščekivanje i traženje utočišta. Od 146 mjesta u Starom zavjetu koja govore o nadanju i nadi, 73 izražavaju nadu čovjeka vjernika i ta nada se odnosi na Boga jer Bog je konačni cilj nade, On je sama nada Izraelova.[90] Ta nada je najveća sigurnost čovjeka pravednika; u Starom zavjetu kvalitativnu posebnost ima Božji savez s narodom jer Bog sklapajući savez, daje obećanje narodu i to jest u njihovoj svijesti, da su Jahvin izabrani narod i da mu Bog garantira postojanje i neopozivost izabiranja. Židovska povijest govori o 4 imena savezništva s Bogom: Noa (Post 9, 1-17), Abraham (Post 15; 17), Mojsije (Izl 19-20) s kojim Bog sklapa Sinajski savez i čiji je savez ujedno najvažniji u Starom zavjetu i Jošua (Još 24). U vrijeme patrijarha sva obećanja se odnose na obećanu zemlju i brojno potomstvo (usp. Post 15, 7; 17, 8; Izl 3, 8.17; 6, 4; Pnz1, 8). Bog nakon svega obećava sklapanje vječnog saveza (Iz 55, 3; 61, 8; Ez 16, 59-63). Jahvina obećanja[91] su riječi nade i vjere koja se temelje na svim prethodnim djelima Jahve koja je on učinio u korist svoga naroda i djela na čije temelje opominju proroci budući da je narod bio nevjeran i grijehom te tvrdokornošću razorio učinke izabiranja.[92]

---

[90]Ps 4, 6; 7, 2; 9, 10; 13, 6; 17, 7; 18, 3; 21, 8; 22, 4; 25, 20 i dr. tekstovi.

[91] Usp. M. L. RAMLOT i J. GUILLET, *Obećanja*, u: RBT, Zagreb, 1969., 713: „Obećati je jedna od ključnih riječi jezika ljubavi. Obećati znači istodobno najaviti i zajamčiti dar, zadati riječ, proglasiti se sigurnim u budućnost i u sebe; to istodobno znači pobuditi kod svog sudionika prianjanje srca i velikodušnu vjeru. Načinom kako obećaje i svojom sigurnošću da nikad neće iznevjeriti, Bog otkriva svoju jedinstvenu veličinu: Bog nije čovjek da bi slagao, nije sin Adama da bi se kajao (Br 23, 19). Obećaje za nj, već znači dati, ali to prvenstveno znači dati vjeru koja će biti kadra čekati da dar dođe; to također znači, ovom milošću, učiniti onoga koji prima sposobnim zahvaljivati (usp. Rim 4, 20), pogodnim da u daru prepozna srce darovatelja.“

[92] Usp. M. TOMIĆ, *Pojam elpis u poslanicama Efežanima i Kološanima*, u: Bogoslovska smotra, Vol. 64, No. 1-4, travanj, 1995., str. 211.-214.

721. godine je palo Sjeverno kraljevstvo i 587. godine je palo Južno kraljevstvo i imalo je jak utjecaj na razvoj pojma nade jer od tada počinje starozavjetna teologija nade u pravom smislu jer je objekt nade povratak, novi izlazak i novi savez koji će nadomjestiti onaj sinajski. Tu nastupa Mesijansko razdoblje koje proroci navještaju jer će Mesija donijeti oslobođenje i puninu spasenja s kojim počinje novi način suživota s Bogom i iščekivanje duhovnih dobara koja su usmjerena prema besmrtnosti i uskrsnuću čovjeka.

Pojmovi *elpis* i *elpizo* su učestali i u Novom zavjetu kao pojmovi nade i nadanja (Dj 2, 26; 16, 19; 23, 6; 24, 15; 26, 6.7; 27, 20; 28, 20; Rim 4, 18; 5, 2.4.5; 8, 20.24; 12, 12; 15, 4.13; 1Kor 9, 10; 13, 13; 2Kor 1, 7; 3, 12; Gal 5,5; Ef 1, 18; 2, 12; 4, 4; Fil 1, 20; Heb 3, 6; 7, 19; 10, 23;) *elpizo* se nalazi kod Mt 12, 21; Lk 6, 34; 23, 8; 24, 21; Iv 5, 45; Rim 8, 24.25; 1Kor 13, 7; 15, 19; 16, 7; 2Kor 1, 10.13; 5, 11; 8, 5; 13, 6; Fil 2, 19.23; 1Tim 3, 14; 4, 10; 5, 5; 6, 17; Heb 11, 1; 1Pt 1, 13; 3, 5; i dr.[93]

Pojmovi *elpis* i *elpizo*se u Novom i Starom zavjetu javljaju u objektivnom i subjektivnom smislu za razliku od helenizma gdje je nada bila općenito nadanje ili nadanje koje je ili dobro ili loše. Subjektivan smisao jest stav nadanja, a objektivan stav jest dobro kojemu se nadamo. *Elpizo* se nalazi kod Mt 12, 21, odnosno on donosi tekst Izaije 42, 4 pokazujući da se starozavjetna mesijanska nadanja i obećanja ostvaruju u Kristu. Lukino evanđelje (6, 34 i 23, 8) govori o nadi u subjektivnom smislu, a u 24, 21 nadanje je povezano s starozavjetnim nadanjima koje su ostvarenje u Isusu Kristu. U Djelima apostolskim *elpis*se ne spominje kao kršćanska nada već nada u posjedu Izraela, a Kristov dolazak bi bio punina obećanja dana ocima. Pojam *elpis* u poslanici Rimljanima (8, 18-25) jest ocrtan kao nada koju ne posjedujemo već se očituje kao sloboda i slava djece Božje te sloboda stvorenoga svijeta od robovanja pokvarljivosti te otkupljenje tijela i spasenje. Buduća slava „koja se ima očitovati u nama“ jest sami Isus Krist i čovjek će tek njegovom smrću moći biti suproslavljen s Kristom jer nada teži oslobođenju svijeta zajedno s slobodom čovjeka. To je dobro koje nadilazi nas i našu prolaznu stvarnost. Poslanica Galaćanima (5, 5) daje *elpis* objektivno; dobro je konačno spasenje koje iščekujemo. Prva poslanica Solunjanima daje nadu koja je paruzija[94] i spasenje jer Solunjani moraju biti pripravni za Kristov dolazak budući da su definirani nadom, ustrajnošću i radošću za Gospodnji dolazak. U Pastoralnim poslanicama Krist je

[93] Usp. Isto, str. 214.
[94] Grč. označava Kristov ponovni dolazak.

naša nada (1Tim 1,1) i On je nada paruzije i kršćani ju iščekuju živeći blaženu nadu i Pojavak slave velikog Boga i Spasitelja našega Isusa Krista (Tit 2, 13). [95]

Objekt žive nade (1Pt 1, 3) jest spasenje (1Sol 5, 8), uskrsnuće (Dj 23, 6), život vječni (Tit 1, 2), slava Božja (Rim 5,2; 2Kor 3, 12; Kol 1, 27), dolazak Božjega kraljevstva koji će promijeniti i naša tijela i cijeli svijet (Rim 8, 20). Objekt nade jest sam Bog i njegov Sin Isus (1Tim 1, 1).[96]Nada je dar Božji koja se daje naviještanjem evanđelja i snagom Duha Svetoga. Vjera daje nadi postojanost nad smrću jer je ona srž i bit nade, a to je samo Kristovo uskrsnuće.[97]

5.1.5. Abraham- praotac naše vjere (usp. Heb 11, 8-19)

U nizu svjedoka vjere i nade, autor poslanice Hebrejima (11, 8) navodi primjer patrijarha Abrahama. Nekoliko čimbenika služi za sagledati važnost ovog teksta: prvo je mjesto u Heb 11, 8 u kojem je riječ o Abrahamovu izlasku iz svoje zemlje u nepoznato i to je vjera u Božju riječ obećanja. Navodi se Abrahamov život u tuđini vezan s vjerom u eshatologiju. Slijedi dio Abrahamove vjere u Božju riječ koja obećava budućnost i dio koji je Abrahamova vjera u uskrsnuće kao spasenje od smrti. U ovoj poslanici nalazi se kratka definicija vjere: vjera je već neko imanje onoga čemu se nadamo te istodobno uvjerenost u zbiljnosti kojih ne vidimo. Dakle, vjera je utjelovljenje nade u ono buduće Božje djelovanje te istodobno uvjerenost u stvarnost koju sada ne vidimo. To bi značilo da se vjera orijentira na transcendenciju koja je sada izvan domašaja naših očiju, ali ona je temelj vjere. Vjera nije prvenstveno čovjekovo djelo koje on svojim snagama ostvaruje, nego Božje djelo po kojem ljudi kroče. Vjera se temelji na Božjem obećanju koje se stavlja pred čovjeka kao izbor u slobodi; ona je eshatološki obojena i ona čovjeka vodi u dijalog i odnos i služi kao hermeneutički ključ spoznaje u poslanici Hebrejima. Abrahamova vjera nosi poslušnost i to konkretno u napuštanju postojećega te odlasku u nepoznato i u oslanjanju na Riječ; Abrahamova vjera nosi spremnost i otvorenost za ono buduće i onostranost jer moć za izdržati taj luk napetosti jest živjeti kao stranac u tuđini svijeta, a opet ne biti izgubljen; Abraham ima strpljivost i pouzdanje u čekanju utjelovljenja nade Božjega obećanja jer vjera ovdje nosi iskustvo koje se čini nemogućim, a to nemoguće postaje realno moguće; i krajnje, Abrahamova vjera jest kušnja jer prinosi svoga sina Izaka; pitanje je hoće li sebično

[95] Usp. M. TOMIĆ, *Pojam elpis u poslanicama Efežanima i Kološanima*, str. 215.-218.
[96] M. TOMIĆ, *Pojam elpis u poslanicama Efežanima i Kološanima*, str. 217.
[97] Usp. Isto, str. 217.

zadržati sina ili biti spreman otvoreno Bogu vratiti ono što mu je darovano. Antropološko i teološko značenje kušnje je u tome da je Abraham onaj koji prima obećanje i onaj koji vjeruje. Abraham se nalazi u „oblaku svjedoka“ jer je prihvatio vjeru kako je ona definirana. Vjera je utjelovljenje nade u ono buduće Božje djelovanje i uvjerenost u stvarnost koju ne vidimo. Zato je on uzor istinske vjere jer participira na Božjoj snazi svjestan ne samo životne stvarnosti nego i poziva, stranačkoga života, vlastite smrtnosti i upućenosti na sina Izaka. [98]

5.2. Sveti Bonaventura i sveti Toma Akvinski o ufanju

U svojim adventskim propovijedima sveti Bonaventura[99] kaže da kretanje nade nalikuje letu ptice koja treba širiti krila što više i sile upotrijebiti za pokret krila. Nada je let, kaže serafski naučitelj.[100] Zahtijeva od nas napor i da svi naši udovi postanu pokret kako bi se izdigli od zemljine sile teže i popeli u visinu bića, k Božjim obećanjima. On sintetizira nauku o izvanjskim i nutarnjim osjetilima i kaže da tko se nada mora podignuti glavu gore i usmjeriti svoje misli prema gore, u visinu egzistencije, k Bogu; treba podići oči da uvidi sve dimenzije stvarnosti; uzdići srce otvarajući osjećaje za ljubav i sve njezine odraze u svijetu i mora uposliti svoje ruke. Tu su narav i nadnarav kompatibilne, ne guraju jedna drugu od sebe nego ulažu sve napore za otvaranje bitka i razvoj njegovih mogućnosti. Veliko obećanje vjere ne razara djelovanje i ne čini ga suvišnim, nego mu daje pravi oblik, mjesto i slobodu. Život monaha i bijeg u pustinju te zatvaranje u sebe, tu je prisutna nada da će se u ekstremnom siromaštvu pronaći istinska Božja sloboda. Tu počinje novi život, nova mogućnost civilizacije iz kojeg nastaju otoci života. Matejevo evanđelje kaže: „Tražite najprije kraljevstvo Božje, i sve će vam se ostalo nadodati“ (Mt 6, 33) i kroz ove riječi teološka nada daje ljudski optimizam.

Toma Akvinski pak u svojoj Teološkoj sumi[101] kaže da je molitva tumačenje nade, jezik nade. Molitva u liturgiji „po Kristu Gospodinu našemu“ izriče stvarnost Krista kao ostvarene nade, On je sidro nadanja. Toma je svojim traktatom o nadi konkretno tumačio Očenaš jer nas je Gospodin poučio da se nadamo kada nas je učio da se molimo. Gospodnja molitva je izlaganje nade. Čovjek u očaju više ne moli jer se ne

[98] Usp. B. LUJIĆ, *Abraham unutar „oblaka svjedoka“ vjere (Heb 11, 8-19)*,u: Bogoslovska smotra, Vol. 76, No. 3, siječanj 2007., str. 733.-754.
[99] Bonaventura, Sermo XVI, *Dominica I Adv., Opera* IX 40 a; usp. J. RATZINGER, *Uber die Hoffnung*, u: Internat. kath. Zeitschrift 13 (1984.), str. 293.-305.
[100] Isto
[101] *Summa theologiae*, II-II qu 17 a 4; usp. J. PIEPER, *nav. dj.*, str. 213.

nada. Čovjek pak siguran u sebe i svoju moć također ne moli jer je egocentričan i usmjeren na svoje ja. Stoga je molitva kod Tome Akvinskog nada na djelu.[102]

Tomina teorija sreće[103] polazi iz perspektive cijele zbilje jer po njemu sve što djeluje, djeluje sa nekom svrhom. Stoga je ljudska djelatnost (razum i volja) vođena svrhom. Toma krajnju svrhu gleda kao potpuno čovjekovo ispunjenje i da se pored toga nema što drugo tražiti. Sve prema čemu se teži treba ići u smjeru krajnje svrhe. Sva se dobra trebaju shvaćati kao „tendens"[104], kao ona koja teže prema savršenom dobru. No, sva sreća kojoj se teži nije u stvarima. Razlikuju se dvije vrste bogatstva, prirodna i umjetna. Prirodna su konačna i ograničena i zadovoljavaju ljudsku narav. Umjetna su neograničena i proizlaze iz „neuredne požude". Sva ova dobra ipak ne mogu ispuniti da čovjek bude sretan i sreća se ne može sastojati u „očuvanju ljudskoga bića" jer čovjek nije krajnja svrha budući da je sam upravljen nekome drugome. Krist kaže: „Tko hoće svoj život spasiti, izgubit će ga." (Mt 16, 25). Dakle, sreća nije zatvorena u ljudska ograničenja. To je nadilaženje samoga sebe, kristološki gledajući, ljudska narav je potpuna u Isusu Kristu, a istodobno je srasla s božanskom da sebe nadilazi u zajedništvu s božanskom. Za sreću je potrebno samonadilaženje ljudskoga u božanskomu, a da sve to ljudsko ostane očuvano u božanskomu. Sreća je sami Bog, odnosno, participacija u Božjoj sreći, udioništvo. Za to udioništvo potrebno je biti u kontemplaciji, jedincatoj, trajnoj i vječnoj radnji koja je potrebna za sreću. To je motrenje koje se bavi samim i istinitim Bogom. Sreća se ostvaruje u motrenju same biti Boga ako um teži za spoznajom svake stvari, a ponajviše Boga. Savršena sreća stoga nije bez spoznaje Božje biti. Savršena sreća se ne postiže nikako svojim silama jer je ona dar Božji, sada, ovdje. Kristovo utjelovljenje je „motus"[105] za sreću iz nekoliko razloga[106]: sjedinjenje čovjeka s Bogom u Isusu Kristu oslobađa čovjeka od očajavanja i pomisli da se ne može sjediniti s Božjom biti; uklanjaju se zaprjeke za sjedinjenje s Bogom jer čovjek olako traži sreću u nižim stvarima od sebe; u Kristovom utjelovljenju je čovjekovo istinsko dostojanstvo te je čovjek pozvan je nadići sebe u Bogu, a ne živjeti ispod svoje razine. Ako čovjek vjeruje Bogu, dobiva predokus Božje biti jer ima udjela u spoznaji Boga. Utjelovljenje usmjerava čovjeka sreći i čovjeka ništa drugo ne može oraspoložiti kao to,

[102] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 75.-78.
[103] Toma Akvinski, *Sth* I-II, 1, 1: „Actionum quae ab homine aguntur, illae solae proprie dicuntur humanae, quae sunt propriae hominis in quantum est homo.[…]Est autem homo dominus suorum actuum per rationem et voluntatem."
[104] Težnja k nečemu, nekomu.
[105] Lat. movere: kretati se, kretanje, pokret.
[106] *Suma protiv pogana II* (prijevod A. Pavlović, KS, Zagreb, 1994.), IV, 54.

da je savršeno ljubljen i to jedino od Boga. Bog je tako objavio ljubav prema čovjeku i potakao ga da on usmjeri i preda sve Njemu. Tu je jedno prijateljstvo koje je moguće jer je utjelovljenje dalo jednakost među osobama. Krjepostan život daje sreću budući da je Isus Krist čovjeka učvrstio u nastojanju oko krjeposti. Božje utjelovljenje je lijek za čovjeka protiv grijeha jer mu opraštanjem vraća pouzdanje. Pravda zahtijeva zadovoljštinu i samo Bog u Isusu Kristu može potpuno ostvariti potrebnu zadovoljštinu. S obzirom na opće traganje za Bogom, Toma na ovaj način donosi plan o sreći i postizanju sreće jer vjera jedina može učiniti sretnim ukoliko je ona već sada udioništvo i predokus one savršene i trajne sreće.

Kršćanska sreća je jedino u križu; ovozemaljska sreća je nesavršena zbog čovjekove nesavršenosti i krhkosti; od čovjeka se ne traži da bude uvijek nasmijana lica jer je to neprirodno budući da nas prati ovozemaljska sreća. No za nas kršćane je već sada moguće ostvariti bit istinske sreće, a to je upravo u motrenju Boga u ljubavi.[107]

U molbenicama se naše svakodnevne brige i strahovi preobražavaju u nadu i kada dospijemo do toga da sve postane molitva nama se otvara put od želje i nadanja u veliku, bezgraničnu ljubav. Nadamo se u raj, Božje kraljevstvo, život s Bogom i udjela u Božjoj naravi (2 Pt 1,4). Zemlja postaje poput neba i sve se usmjerava gore i tako se učimo živjeti tu nadu.[108]

5.3. Nada pak ne postiđuje (Rim 5,5)

Kršćanska nada nije tlapnja nego hod u vjeri i ljubavi i pomaže objema da se usmjere prema svome ispunjenju. Apostol Petar je to osobno iskusio jer se osjeća odgovornim za kršćane budući da im nudi temelj i načela kršćanske egzistencije (usp. 1Pt 1, 1-2). To znači da smo i sami pozvani svakodnevno biti apologeti nade, prezentirati vjeru i nadu, biti žustri i pravdati svoje. Nema potrebe bježati i kriti se nego ispravno predstaviti sadržaj vjere što nam omogućuje autentično širenje Evanđelja. Izgaranje u ljubavi i gorljivost u nadi često puta čini fanatičnim i arogantnim. Petar to osuđuje i predlaže što činiti blago, s poštovanjem i dobrom savjesti (usp. 1Pt 2, 18-25) jer blagost je odlika kršćanstva, krotkosti i poniznosti. U Svetom pismu nam je Mojsije sam primjer jer je daleko od slabosti i potpuno u službi Bogu i podložnosti. Tko je Bogu poslušan, taj je krotak prema braći te tko se hrani njegovom Riječi koja je „slađa od

[107] Usp. I. RAGUŽ, *Sretni u nadi*, hilp, Zagreb, 2013., str. 139.-159.
[108] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 78.

meda“ (Ps 119; 103; 19, 11; Ez 3,3). Poštovanje znači znati proniknuti u intimu srca i to je plod ljubavi prema bližnjemu; znači prepoznati Božju dobrotu jer sunce izlazi i zlima i dobrima kao što kiša pada i pravednicima i nepravednicima (usp. Mt 5, 45). Dobra savjest izvire iz krsne vode i ona prihvaća i razumije, priznaje vlastiti grijeh i ne uzdiže glas na suca u odnosu na bližnjega koji je grešan već zna da smo svi prihvaćeni u Milosrđu Oca.[109]

Temeljni stav ufanja nagoni kršćanina da ne gubi iz vida konačni cilj koji daje smisao i vrijednost u životu i nudi sigurno i duboko nadahnuće za zalaganje u preobrazbi stvarnosti da ju učini sličnom Božjem planu. Takav poticaj nudi pitanje: što je kršćanska nada? Dosljedno Petrovoj poslanici odgovor kaže da je nada uvjet našega vjerničkog života i kršćanin živi u iščekivanju budući da je preko Kristove smrti i uskrsnuća preporođen na novi život. Kršćanska nada je početak novoga života koja izvor nalazi u krštenju i daje novo usmjerenje te je stoga izbor jednog smisla i cilja kojemu treba težiti. Poziva na Kraljevstvo Božje i to je ufanje koje nikada nije napustilo čovjeka pa ni od Edenskog vrta iz kojega je otišao griješeći. Ufanjem smo osposobljeni nadići poteškoće sadašnjosti, ono nije bijeg nego se nameće biti življeno i postati znakom oslobođenja. Sveti Pavao u poslanici Rimljanima 15, 13 kaže: „Bog nade napunio vas svakom radošću i mirom u vjeri da izobilujete u nadi snagom Duha Svetoga.“ Bog nade je Bog koji se u Kristu dao posvema upoznati, to je Bog koji donosi potpunu nadu. Upravo je ufanje sinonim za oslobođenje i spasenje budući da je utemeljeno na Kristovu uskrsnuću. Kršćanska nada je djelo čitave zajednice vjernika jer je znak za čitavo čovječanstvo. „Zaklinjem vas dakle ja, sužanj u Gospodinu: sa svom poniznošću i blagošću, sa strpljivošću živite dostojno poziva kojim ste pozvani! Podnosite jedni druge u ljubavi, trudite se sačuvati jedinstvo Duha svezom mira! Jedno tijelo i jedan Duh- kao što ste i pozvani na jednu nadu svog poziva! Jedan Gospodin! Jedna vjera! Jedan krst! Jedan Bog i Otac sviju, nad svima i po svima i u svima!“ (Ef 4, 1-6). [110]

5.4. Prožetost vjere, ufanja i ljubavi

Ufanje je plod vjere budući da se u njoj život širi prema cjelovitosti stvarnoga i prema bezgraničnoj budućnosti koja nam je u vjeri. Ta ispunjenost bitka je ljubav bez

[109] Usp. S. F. FISICHELLA, *Nada pak ne postiđuje*, u: *Kršćanska nada na početku novog stoljeća*, Zbornik radova znanstvenog skupa, priredili: N. A. ANČIĆ i N. BIŽACA, Split, 2001., str. 63.-66.
[110] Usp. Isto, str. 66.-76.

pridržaja, ona koja je veliko „da“ mojoj egzistenciji i koja mi se otvara široko i duboko u svojoj punini. U toj ljubavi Bog jest pak sve u svemu i kome se on objavi, za toga više nema skončanja i granice. Ljubav u kršćanskom ufanju svjetlom vjere nije individualna niti privatna nego otvara cijeli svemir koji po ljubavi postaje raj. Čovjekov najveći strah jest upravo u suprotnosti od ovoga svega, a to je da ne bude ljubljen i da izgubi ljubav. Zato je očaj gubitak svake ljubavi, jenjavanje te punine i jeza osamljenosti. Ufanje je sigurnost da ću primiti ljubav koja je nerazoriva i da sam ljubljen već tom ljubavlju. Ufanje i ljubav pripadaju jedna drugoj kao što se vjera i ufanje ne mogu odijeliti jedna od druge. Ljubav ispravno shvaćamo jedino polazeći od ufanja i vjere, no treba sagledati da se uvijek to dobro iskristalizira tek kada shvatimo suprotno toga dobra.[111]

5.4.1. Ufanje i ljubav

Ljubiti znači željeti nekome dobro i tu kršćanska tradicija razlikuje dvije ljubavi: dobrohotnu (*amorbenevolentiae*) i požudnu ljubav (*amorconcupiscentiae*). Dobrohotnost je nekome željeti dobro bez interesa i taj postaje sjedinjen s nama vezom prijateljstva. Požudna ljubav je htjeti dobro samo za sebe i to nije neuredna želja nego za sebe tražimo autentično dobro uključujući korisna i ugodna dobra. Ovdje je ufanje ucijepljeno u ljubav i tu se čovjek nada u Boga kao formalno blaženstvo bez interesa naše osobe. Ova požudna ljubav je nesavršena ali ne uključuje moralno zlo. Objekt uključuje neosobne stvarnosti i mora biti subjekt koji ljubi i možemo uvidjeti da se sve situacije i predmet razlikuju od Boga jer kršćanin ne može promatrati Boga kao stvar jer se dobre stvari traže radi nas samih i korištenje osobe kao sredstva za zadovoljenje tvori bit egoizma. [112]

Kakva je to nadnaravna ljubav i kakav je ispravan pogled na samu krjepost ljubavi? Tendenciju koja dijeli eros od religiozne ljubavi treba odbaciti jer se u tom pogledu izobličuje budući da ljubav, ukoliko se svede na nadnaravnu samo, ostaje bez snage, a ako ju se ograničava i zatvara u okvire, pretvara se u krivotvorinu jer ona žeđa za beskonačnom puninom, oduzima joj se duboko identitet i jedno „da“ koje ne trpi vremensko i prostorno sužavanje. Milost pretpostavlja narav i ovdje jer bi se svaki obrnuti pokušaj izrodio u karikaturu i iluziju ljubavi, da Božju darovanu ljubav (agape,

[111]Usp. I. ŠARČEVIĆ, *Kršćanski razlog nade- odgovor na čovjekovo traženje smisla života*, u: *Kršćanska nada na početku novog stoljeća*, Zbornik radova znanstvenoga skupa, priredili: N. A. ANČIĆ i N. BIŽACA, Split, 2001., str. 99.-118.
[112] Usp. R. CESSARIO, *Kreposti,* str. 48.-50.

caritas) živimo mimo naravi. Bog otkupljenjem iscjeljuje čovjeka i izdiže na višu stepenicu jer ga je stvorio i ljubi do kraja. Onaj tko ljubi, otkriva dobrotu bitka u osobi i sretan je radi postojanja, potvrđuje ga i u tom drugom „ti“ prima svoje „ja“ i na novi način može izreći ono „da“ u ljubavi. To je stvaralačko „da“, ono rađa nanovo, daje novu egzistenciju i prima preporođenje bez kojega je nepotpun i bez kojega je u proturječju sa sobom samim. Ovime možemo pokušati razumjeti tajnu stvaralačke Božje ljubavi koja je snagom stvorila iz ničega bitak na kojem danas sve počiva. Tako, pogledom na križ, vidimo naše preporođenje i ono nas čini živima. Zato smo pozvani stvarati, odnosno sustvarati i to jedino kada u „da“ ljubavi drugome darujemo bitak i ljubimo ga istinski. Ljubav je izbor i ona ostvarena u jednoj osobi postaje novo svjetlo, dok opća filantropija ostaje prazna. Očituje se i Božji univerzalizam jer On hoće da se svi ljudi spase služeći se partikularizmom povijesti spasenja, od Abrahama do Crkve. Božja briga odnosi se na sve i taj univerzalizam ne smije uništiti totalitet Božjega djelovanja koji dolazi odabirom do svih. Ako ćemo preciznije reći, značilo bi da „da“ moje ljubavi pretpostavlja istinu i da je bitak čovjeka uistinu dobar jer je uključen bitak drugoga koji proizlazi iz istinske slobode. Jer ljubav treba istinu i ne ide bez istine. To konkretno znači da bi ljubav bez Boga Stvoritelja, koja je dobro svega što postoji, izgubila temelj i ostala bez tla. Onaj tko ljubi, izgovara bezuvjetno „da“ ljubljenoj osobi i ljubi samu osobu sa svim osobinama i nju onakvu kakva ona uistinu jest što znači i vrline i slabosti. To je razlika ljubavi od trenutne očaranosti jer je ljubav usmjerena na istinu osobe koja može biti nerazvijena ili neizgrađena. Upravo tu je neiscrpna spremnost oprostiti, a to odmah ide uz priznavanje grijeha kao grijeha i ulazak u suočavanje sa sobom. Istinska ljubav razumije, oprašta, ali i ne odobrava. Oproštenje vodi iscjeljenju, vraća istini i oslobađa. Križ više ne upada u modernu shemu opraštanja i spasenja, ali je samo u vezi istine i ljubavi shvatljiv jer je on Sinov križ i vodi našem obraćenju i našoj nadi. On obnavlja i odvlači od grijeha koji je laž u istinu ljubavi. Samo je taj put preobrazba, da u tami uskoga puta vidimo svijetlo nade novoga života.[113]

Što onda u konačnici znači ljubiti sebe i iz te ljubavi dati obličje bližnjemu? Svatko od nas je pozvan na spasenje jer je svakoga od nas Bog htio i najveća naša zadaća je odgovoriti toj ljubavi. Znači biti istinski sretan jer na tu sreću imamo pravo, ona je naravno-ljudska i nadnaravna istodobno. U Bibliji Isus govori o gubitku samoga

[113] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 99.-108.

sebe i vlastitog života, odreknuću od samoga sebe i upravo je to put samopotvrđivanja i ljubavi prema sebi jer se otvaramo i nadilazimo svoje „ja“, napuštamo sebe i tu zapravo ljubimo sami sebe.

„Tko hoće sačuvati svoj život, izgubit će ga. A tko izgubi život svoj poradi mene i evanđelja, spasit će ga.“ (Mk 8, 35)

„Dođe li tko k meni, a ne mrzi svoga oca i majku, ženu i djecu, braću i sestre, pa i sam svoj život, ne može biti moj učenik!“ (Lk 14, 26).

„Tada dozva narod i učenike pa im reče: „Hoće li tko za mnom, neka se odrekne samoga sebe, neka uzme svoj križ i neka ide za mnom.“ (Mk 8, 34).

To je uvelike teži zadatak od onoga da mrzimo sebe i da se ne prihvaćamo jer smo u borbi s razdorom svoje nutrine, nenaklonosti sebi i nesposobnosti da prihvatimo da smo takvi kakvi jesmo. Ako usporedimo egoizam i stvarnu ljubav prema sebi, možemo vidjeti da su to dvije suprotne dimenzije jer egoizam razara i upravo su egoistični ljudi najranjeniji jer žele biti nešto što nisu i taj pokušaj ih nezadovoljava i bježe od samih sebe. Ono „da“ koje mi izriče neko drugo „ti“ čini me sposobnim da i ja to „da“ izgovorim samome sebi jer se moje „ja“ ostvaruje u relaciji s drugim „ti“. To mogu jedino ukoliko prihvatim i zavolim sebe u istini svoga postojanja. Kao što može biti pogrešan oblik nade, tako i ovdje u ispravnom kršćanskom postojanju mogu nastati devijacije, od težnje za savršenošću ovdje na zemlji i upornom „kopanju“ po grijesima koje vodi sebičnosti i zatvaranju Božjem pogledu do pretjerane nesebičnosti gdje se u tolikoj mjeri odričem sebe i niječem svoje „ja“ da više ni ne primjećujem svoju vlastitost što krene dominirati nad svime. I ovdje ne mogu ljubiti jer je prisutan suptilan egoizam. Tu milost pretpostavlja narav jer ljubav ne može rasti bez naravi i ljudskog elementa. Kaže sveti Pavao: „Ali ne dolazi prije duhovno (*pneumatikon*) već zemaljsko (*psychikon*); duhovno dolazi zatim“ (1Kor 15, 46). Ljubavi je potreban temelj i neprestano radikaliziranje u novu dimenziju čovjeka koja je put Božjega izricanja u utjelovljenju, križu i uskrsnuću Isusa Krista. I ako se u mojoj duši rodi to udioništvo, tada ne živim ja nego Krist koji me preobražava i uvodi u vjeru jer sam njegov ud i imam milost slijediti ga. Ovakva ljubav zahtjeva odricanje, vježbu i strpljivost jer traži promjenu i odvažnost koja nikada nije ugodna, ali je takva da me upotpuni i potvrdi moju narav. Svetost u krjeposti je hod s Isusom Kristom u kojem sam ja čovjek preobražen Kristovim Uskrsnućem. Ljubav koja je prodor Božjega „da“ u moj život jest

agape[114] koja me po vjeri dodiruje i tu se iznova rađa moja duša pa „*živim, ali ne više ja, nego živi u meni Krist"* (Gal 2, 20).[115]

5.4.2. Ljubav u iskustvu vjere

U Lukinom evanđelju (5, 5) govor je o Petru i njegovom odnosu prema Isusu koji mu zapovijeda da na njegovu riječ baci mrežu. Petar je iz ljubavi učinio za Isusa ono što inače vjerojatno ne bi jer kada nekoga ljubimo, spremni smo učiniti sve, odreći se sebe i poći za ljubljenim, živjeti za njega. U ljubavi stoga dolazi do podudarnosti htijenja jer nam ništa nije teško i osjećamo se slobodnima. Ljubav je neposredna i očita; ona nije teroriziranje nego konkretnost, zadovoljstvo i radost, ona je snaga onoga koji ljubi i onoga koji je ljubljen. Otvorena je za druge i otkupljena za prijatelje (usp. Iv 15, 13). U odnosu na Boga, vjera uključuje ljubav jer Bog je ljubav (1Iv 4, 16). Ljubav je jedini mogući susret i odnos s Bogom, ona obvezuje jer Isus kaže: „Ako me tko ljubi, čuvat će moju riječ pa će i Otac moj ljubiti njega i k njemu ćemo doći i kod njega se nastaniti" (Iv 14, 23). Samo se ljubavlju potvrđuje vjera pa drugim riječima možemo reći da je samo ljubav vjerodostojna. Božanski naum ljubavi i prijateljstva Sin Božji potvrđuje silaskom s nebesa i utjelovljenjem po Duhu Svetom od Marije Djevice jer u ljubavi prema nama on htjede postati jedan od nas, čovjek, sličan u svemu, osim u grijehu. Došao nam je i mi smo postali bogoliki, slični njemu i sposobni za ljubav. Prava ljubav nije bez poštovanja jer ljubiti nekoga znači priznati, prihvatiti i štiti njegovu različitost, u njemu vidjeti čudesnu i jedinstvenu ljubav Nevidljivoga te uz to osluškivati ono što ne razumijemo. Strahopoštovanje je njegovanje prijateljstva, odnosa s Bogom, odnosa s prijateljem. Nastojimo ne povrijediti onoga koga ljubimo i prihvaćamo rasti u tome odnosu imajući na umu da nikada do kraja i potpuno osobu ne možemo poznati. Ljubav se ufa i iščekuje; ona ne pozna kraja, ne iznuđuje nego vjeruje i ufa se. Ljubiti Gospodina ne znači sve znati nego uživati njegovu blizinu, radovati se i predati se potpuno božanskoj tajni i njegovom čudesnom čovjekoljublju i vršiti njegovu volju (usp. Iv 4, 34).[116]

[114] Grč. ljubav, gozba ljubavi.
[115] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 108.-113.
[116] Usp. A. TAMARUT, *Smijem biti slab,* KS, Zagreb, 2006., str. 215.-219.

5.4.3. Duh Sveti i ufanje

U prvoj poslanici Solunjanima (usp. 4, 13) Pavao kaže da je nada ta koja razlikuje kršćane od pogana i ona je dar Duha za svakog čovjeka koji je putnik, odnosno hodočasnik eshatološke napetosti između „već da“ i „još ne“. Poslanica Hebrejima (6, 9-20) govori o nadi kao čvrstom i pouzdanom sidru duše te snazi koja tjera naprijed, „širi srce u iščekivanju vječnog blaženstva“ (KKC, br. 1818). Duha Svetoga možemo nazvati polugom kršćanske eshatologije jer drži Crkvu budnom iščekujući Gospodinov povratak u slavi. Ta eshatološka nada će biti konačno savršenstvo u Bogu, u prisutnosti Presvetoga Trojstva prema kojem Crkva putuje jer je tako obećao Otac u svom Sinu koji je umro i uskrsnuo za nas. Duh Sveti nas vodi Bogu Ocu koji je Saveznik, oslobađa nas od tjeskobe i malodušnosti, izlijeva Božju ljubav u naša srca i čini da iz stanja zla prijeđemo u dobro, iz ropstva grijeha u slobodu milosti. Nada se očituje na van i u borbi i obraćenju, daruje se i potiče našu angažiranost. Stoga, iščekivanje nove zemlje i novog neba je istovremeno transcendentno i imanentno jer je anticipacija sadašnjosti predujam budućnosti. Uskrsnuće Raspetoga oslobađa naše ropstvo da se zauzmemo za bolje i idemo protiv struja koje nam odmažu. [117]

5.5. Ontološki vid ufanja

Ljudska nada, isto kao i vjera, ima subjektivnu i objektivnu veličinu. Subjektivna nada je duševni čin i iščekivanje nekog dobra koje je cilj našeg nadanja, radost unutar ljudske duše i zovemo ga *spesquaesperatur.* Općenito, nada je *spesqua* i *spesquae,* a izraz nadanje se odnosi na duševni doživljaj nade. Dakako, u svakom čovjeku se nalazi urođeni nagon i težnja da se izvuče iz škripca u kojem se nalazi. Ima svjesnu želju za dobrim i stalno čeka na nj; čak ima opravdane razloge čekanja i to mu daje radost jer mu srce ispunja blaženo čuvstvo zadovoljstva. Dubinska psihologija ide dublje do svijesti, osjećaja i volje; vrhunska ili humanistička psihologija naglašava kognitivne i konativne segmente. Čovjek ima nadnaravne težnje, on je otvoren projekt na kojem treba raditi i stvoren je tako da mu je nada na „raspolaganju“; čovjek, kao najvažnija komponenta koja teži višem, Bogu, dobro kojem se teži i to sve na ovozemaljskoj razini. Bog je najveće dobro i konačna Nada. [118]

[117] Usp. Isto, str. 207.-210.
[118] Usp. Ž. BEZIĆ, *Što je nada?*, u: CuS, 26 (1), 1991., str. 48.-55.

Tri su temeljna zova nade: prva je antropološka stvarnost nade, odnosno, nada kao svojstvo postojanja, zov Prisutnosti. Ona se veže s čežnjom koja je naša usmjerenost prema nekom cilju. Ako ju gledamo onako kako ju je obradio sv. Ivan od Križa, analiziramo ju kao stav i novost, ali poći ćemo od antropološko ontološkog značenja. Nada se odnosi na dinamizam usavršavanja osobe prema dobrim ciljevima i svrhama koje povećavaju duhovno dostojanstvo. Nada gleda u budućnost jer nitko se ne nada onome što već ima nego proizvodi dobar cilj koji se nalazi još u budućnosti. Tako se doista na nadu odnosi nešto što se može postići, u dinamici ljudskih želja. Nada je smještena na području osjetilnih težnji i ukoliko je ljudski osjećaj, nada se spontano rađa kada neka osoba susreće dobro koje može uključivati teškoće, ali se i dalje prikazuje kao dokučivo dobro. Krjeposna osoba je toliko usmjerena na dobro da može počiniti zlo jedino uz punu svijest i slobodu. Spontanost isključuje stabilnost koju zahtijeva krjepost.

Druga je nada kao pozitivan stav bića, kao prijelaz od potrebe do povjerenja. Povjerenje je u onom trenutku u kojem postaje djelatnim dinamizmom mišljene ili voljne svijesti bića k dobru. Osposobljava osobu za stalno traženje dobra i to dobro je ukorijenjeno u ljudskoj osobi ne samo kao mogućnost nego i potreba. Prethodno smo vidjeli da je nada kao svojstvo bića i da zahvaljujući njoj osoba djeluje i usvaja pozitivne stavove prema dobru. Riječ sama po sebi *virtus* evocira „muževnost“ kao srčanost, sposobnost biti ljudsko biće i braniti vlastito postojanje od zlonamjernih nutarnjih i vanjskih zamki. Tu je rast u kvaliteti vlastitog bića i svijest o ontološkoj i egzistencijalnoj sigurnosti da ostane ono što jest. To mu otvara put u odnosu s drugima i čuva ga od individualističke samodostatnosti. Krjepost stoga ima zadaću muževnosti, izgradnje osobe, shvaćanje samog sebe na razini naravi (samorazumijevanje identiteta) i na razini odnosa s drugima u tom odnosu se razvija povjerenje.

Treća je nada kao novost bića, odnosno sjedinjujuća Prisutnost. Ovo je najdragocjeniji aspekt nade: njena teologičnost koja stvara novost bića. Teologičnost jest prisvajanje koje određuje subjekt o kojem se govori, gleda ju se kao novost u odnosu na ono što je subjekt bio prije teologalnog određenja. Nada kao svojstvo bića i nada kao krjepost bića određuje svoj odnos s bićem i ona proizvodi učinke koje su svojstvene njoj budući da je ona apsolutno božanska. Teologalna nada iziskuje biće i diktira mu svoj teologalni odnos i uspostavlja ga između sebe i bića i to kvalitativno nadilaženje bića odvija se putem prihvaćanja dara i tu se biće senzibilizira te se otvara

potpunog preobrazbi i djelu čišćenja. Ta otvorenost je zahvaljujući ontološkoj postavci bića i usavršavanju koje se odvija djelovanjem krjeposti. Prilagoditi biće za zov nade koja je Prisutnost se zove čišćenje i ono je neizbježno dobro o čemu govori Psalam 63, 2: „Tebe žeđa duša moja, tebe želi tijelo moje, kao zemlja suha, žedna, bezvodna.“ Ta žudnja je čišćenje koje biblijski znači „izići“ i „ići prema drugome“, konačno se sjediniti s Bogom. [119]

6. Grijesi i poremećaji protivni krjeposti ufanja

Kao što se griješi protiv vjere i ljubavi, tako se griješi i protiv krjeposti svetog ufanja propustom ili djelom. Propustom (*omissione*) se griješi ne vršeći naređene čine nade i to je znak da smo daleko od vjere. Djelom (*comissione*) se može griješiti na dva načina: prvo kad se odbija ili zatire želja i ljubav vječnosti, a pretjeruje se u zemaljskim dobrima i drugo kada nema pouzdanja ili kada ga ima u pretjeranoj mjeri, a to je preuzetnost.[120]

6.1. Opasnosti krjeposne sebičnosti

Krjeposti mogu, osim poticaja na moralan život, imati tendenciju nekrjeposnom životu. Zvuči paradoksalno, ali je itekako prisutno u našoj naravi i lako možemo odlutati na taj put. Sveti Grgur[121] nam ukazuje kako to može biti pa kaže da kada učinimo neko dobro djelo, radosni smo i ponosni na sebe i uvjereni da možemo sve. Vrlo lako postajemo tupi i oholi jer sav uspjeh pripisujemo vlastitim snagama. Tu se rađa nezahvalnost prema Bogu jer hvalimo zapravo sebe i tu krjeposti mogu postati, kako bi se Grgur izrazio, poroci. Samodostatno uživanje u krjepostima je početak kraja takvog života. Grgur na primjeru čistoće i oholosti kaže da netko može biti sretan što nije pao u napast oholosti pa se prepusti nečistoći i bludu; drugi su ponosni jer žive čisto ali su maksimalno oholi i tu Grgur govori da je jako teško postići ravnotežu ovih dviju krajnosti.

Dobro je neko vrijeme biti lišen krjeposti da se naučimo poniznosti, imati neki porok da se ne uzoholimo jer su oni često prigoda da postanemo krjeposni budući da i grijehom nekada odemo u propast, a nekada svjesni u kojem se glibu nalazimo,

[119] Usp. J. MAMIĆ, *Uloga nade u ostvarivanju Božje prisutnosti. Biti u prisutnosti-zov nade*, u: Bogoslovska smotra, 78 (4), 2008., str. 807.-821.
[120] Usp. A. ŽIVKOVIĆ, *Kršćanske kreposti*, str. 121.
[121] *Moralia in Job* 512B, „Mox vero ut in obscuro hoc opere atque ante nos hactenus indiscusso.“

potražimo Božju pomoć. Bog se služi našim porocima da bismo mu bili bliže jer smo ga potrebiti. Nadalje, krjeposti su čest puta paravan iza kojega stoje naši poroci. Znamo glumiti zauzetost za dobro, a bjesnimo, inatimo se. Glumimo umjerene i pobožne, a ravnodušni smo i nije nam ni do čega stalo. Glumimo milosrdne, a rasipamo se, škrti smo. Glumimo postojane, a tvrdoglavi smo u zlu, nestabilni, zatvoreni. Glumimo poniznost i mirnoću, a strahujemo i lijeni smo. Glumimo razboritost, a radimo nepromišljeno. Zato nije dobro maksimalno biti krjepostan jer se tada mogu učiniti čak veća zla nego je dobro malo „olabaviti" i to ne zato što se bojimo drugih ili što bismo otišli u laksizam nego iz ljubavi prema Isusu. Tada ne idemo frontalno na poroke i lakše ih tako pobijedimo. Sveti Grgur želi naglasiti da nije protiv krjeposna života i nije za poroke, već želi naglasiti da je teško naći ravnotežu budući da krjeposti ne mogu biti središte kršćanskoga života i da ih ne smijemo samodostatno promatrati u svojoj oholosti jer se nijedan dar ne smije apsolutizirati. Svatko od nas nešto posjeduje i mi smo u nečemu veći od nekoga, a netko je veći od nas u nečemu drugome što npr. može značiti da onaj tko ima znanje, često puta nije mudar ili tko je mudar ne znači da ima znanje. Ljubav je jedini dar koji je i moj i nečiji jer ju ne zadržavam za sebe nego obdarujem nekoga. Stoga je ljubav jedina krjepost s kojom ja obogaćujem drugoga i s kojom drugi obogaćuje mene i upravo, u tendenciji prema toj ljubavi, imamo na umu da nikada ne smijemo napustiti osobe koje su grješne jer uvijek one mogu biti bolje od nas, a mi možemo biti grešniji. Molitvom smo u tome bliži Bogu koji je uvijek iznad jer sami sebe nadilazimo i uviđamo svoja djela te se možemo prema sebi više kritički osvrnuti. Molitvom čistimo krjeposti jer nas one mogu udaljiti od Boga utoliko što nas mudrost može uzoholiti, savjeti zbuniti, a ono opasno i danas prisutno u Crkvi- pobožnost- koja se može pretvoriti u strah, a taj strah odvede do očaja i preuzetnosti. Molitva nosi kritiku u sebi koja pomaže da ne upadnemo u nekrjepostan život. Ljubav je povrh svega jer je ona ta koja vodi istini i koja pomaže da ne odlutamo u tom kreposnom životu i vodi nas Isusu Kristu. U ovome možemo vidjeti smisao patnje koja nas uči poniznom životu i nadilazi opasnost samodostatnosti jer upravo tada shvaćamo da ne možemo bez Boga. [122]

[122] Usp. I. RAGUŽ, *Sretni u nadi*, str. 169.-182.

6.2. Mržnja na Boga (*odium Dei*)

Ovaj grijeh protivan je nadi utoliko što zatire svaku nadu u Boga jer teži da ljudska sreća bude u nečemu drugome, a ne u samome Bogu. Svakako da težnja zemaljskim dobrima ne mora biti nužno mržnja prema Bogu, ali veličina grijeha ovisi o duševnom raspoloženju. Mnogi znaju za život s Bogom i iza smrti, ali često velika privrženost i navezanost na ovozemaljska dobra i osobe otežava potpuno predanje.[123]

6.3. Očaj (*desperatio*)

Očaj nije pomanjkanje nade nego pozitivni čin volje kojim odbacujemo svaku nadu u Boga. Razlika postoji u slijedećem: očaj u potpunom smislu je odvraćanje od vječnosti mislima da ga ne možemo postići. Ovdje osoba misli kako ga je Bog napustio i ne može mu pomoći ni milost, zatim uveličava svoje grijehe koje Bog neće oprostiti i tu dolazi i do nemogućnosti težnje za nebom jer je ipak zemaljski život ugodniji, a nebeski je prepušten anđelima. Čovjekova volja odvraća od Boga temeljeći sve na krivom razumskom sudu i to je težak grijeh budući da vrijeđa Božju milosrdnost, nosi tešku nepravdu i vuče duševnim zabludama. Uzrok očaja su neuredne strasti (*luxuria*), duhovna lijenost (*acedia*) i gubitak vjere. No, važno je naglasiti da očaj može doći i bez gubitka vjere. Očaj u nepotpunom smislu je malodušje i to je pretjerani strah za spas duše nakon čega nastupa duševna tjeskoba te napuštanje molitve koja nema svrhe. U ovakav očaj se upada napastovanjem đavla ili duševnim i tjelesnim bolestima. Ovdje je važna uloga dušobrižnika jer u ovakvoj situaciji vjernik zaslužuje obzir i pomoć u teškoj borbi.[124]

Očaj je direktno usmjeren protiv Duha Svetoga i čovjek postane duhovno senilan i star. Sve mu postane apsurdno i nema toga što bi ga očuvalo od zla što, nažalost, često završava samoubojstvom. Osim toga što pojedinac stradava, zahvaća i kolektivnu neorijentiranost i druge nepravde jer je izloženost milosti i nemilosti diktatorskoj nastrojenosti ništa drugo nego put očaju i bezvoljnosti.[125]

[123] Usp. A. ŽIVKOVIĆ, *Kršćanske kreposti*, str. 121.
[124] Usp. Isto, str. 122. -123.
[125] Usp. Š. ŠIPIĆ, *Otkupljeni čovjek, pregled kršćanske etike*, str. 92.-93.

6.4. Tromost srca (*acedia*)

Prema svetome Tomi, izvor/korijen očaja je u tromosti što je puno više od lijenosti i što ova riječ ima mračni i irealni prizvuk jer izgleda da je ovaj svijet radosniji od vjernika koji ne uspijevaju biti vedri u životu i zavidno gledaju na nevjernike koji su bez brige i straha. Ova metafizička tromost identična je sa „žalošću ovoga svijeta“ za koju sveti Pavao kaže da vodi u smrt (2Kor 7, 10). Tu dolaze istupanja iz Crkve jer se ljudi žele osloboditi granica i sve više postaju svjesni da Kristovo breme nije nimalo lagano, štoviše, odveć je teško živjeti kršćanstvo, barem ono autentično i istinsko ponuđeno u Crkvi. Ljudi su često ogorčeni i znak je to nedostatka nade i nedostiživost ljubavi što vodi u očaj, a napose u smrt. Metafizička tromost je nedostatak velikodušnosti i nevjere u Božji poziv čovjeku. Čovjek uporno želi biti realističniji jer nema vjere u svoju veličinu što vodi pseudo-poniznošću i udaljava od toga da Bog čovjeka voli, ima plan s njim i da mu je blizu.[126]

Možemo se vratiti knjizi Postanka (3, 17) jer su prvi ljudi htjeli „biti kao Bog“ što je vrhunac oholosti i na kraju nijekanja i uništenja samoga sebe. Bijeg od Boga, tendencija sebi samom i svojom konačnošću uvodi lagano u tromost. Opasnost ove tromosti može zahvatiti Crkvu preko pretjerane vanjske aktivnosti i prikrivanja svega što proizlazi iz siromašne vjere te premalo nade i ljubavi prema Bogu i čovjeku. No, usprkos tome, kaže sveti Toma da čovjeka, pred izmicanjem veličine Božje i toga da ga Bog ljubi, zahvaća „evagatiomentis“[127], odnosno lutajući nemir duha jer nijedan čovjek ipak ne može ostati u žalosti koja teži strahovima, bježanju i lutanju. Čovjek neprestano brblja i radoznao je, traga za nadomjescima koji stvaraju upravo taj nemir i potragu za neiscrpnom Božjom ljubavi. Ovdje hrabrost i božanska dimenzija koja je u nama i našim dušama može dati stabilnost.[128]

Četiri su vrste tromosti: tupost (*torpor*) spram svega što je čovjeku potrebno za spasenje, malodušnost (*pusillanimitas*), srditost (*rancor*) i hotimična zloća (*malitia*).[129]

Srditost je suprotnost pravedne srdžbe i čovjekovo temeljno nezadovoljstvo samim sobom. U Crkvi se danas isto može vidjeti jer se od nje ne želi ono što ona zapravo daje, a to je milost djece Božje. Očekuje se uvijek više i puno jer ono što Crkva

[126] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 83.-84.
[127] Razuzdanost duha
[128] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 86.-88.
[129] Usp. Isto, str. 90.

želi dati drži se nedovoljnim pa se lako razočara. Čovjek nakon gubitka vjere bježi u samoopravdanje i tu gdje mu je pogažena savjest, golema se mržnja.

Zloća je pak pobuna protiv Boga, u mržnji Boga; jedna apsurdnost koja je moguća kada metafizička tromost postaje životno središte ljudske egzistencije. To je lažna poniznost koju čine sinteza tromost i oholosti. Svakako treba imati na umu da sve ove nedostatke i pomanjkanja uvijek može sakriti maska optimizma koja na kraju postaje jedan očaj.

Sebeljublje ima oblik očaja koje se dijeli na: građansko-liberalni pelagijanizam i pelagijanizam pobožnih. Pelagijanizam[130] je dijete straha i sakaćenje nade pa se nada pretvara u strah, a strah rađa sigurnošću u kojoj ne smije ostati nikakva neizvjesnost. Ljubav ne može prevladati jer sebična osoba to ne treba. Ovakva težnja ima temelj u samopotvrđivanju svoga „ja" koje ne izlazi iz sebe niti se daje drugome jer se uvuče strah da ćemo uvrijediti ljubljenu osobu. Glavni temelj obaju zabluda je da nam Bog nije potreban za ostvarenje života, i što je najgore, uvijek se čine kao posve bezazlenima.

Prvi oblik jest građansko- liberalni pelagijanizam i kaže da ako Bog već postoji i brine o čovjeku da ne može biti toliko zahtjevan kako nama to Crkva govori jer ni ja sam nisam lošiji od drugih. Budući da obavljam svoje dužnosti kako treba, a i tako sam čovjek pa mane ne mogu biti pogibeljne. Tu se sakriva čovjekovo umanjivanje sebe i samodostatnost naspram beskonačne ljubavi za koju misli da mu nije potrebna.

Drugi stav jest pelagijanizam pobožnih koji ne žele oprost od Boga jer se sami smatraju da su u redu po pravdi. Ne žele nadu nego sigurnost i žele si priskrbiti pravo na blaženstvo i tu dakako nedostaje poniznosti koja je važna za ljubav. Ovakav pelagijanizam jest otpad od ljubavi i nade jer počiva na nesposobnosti da se podnese sve što dolazi i da se prepusti u Božje ruke. U tom otpadništvu, ljudsko srce postaje tvrdo prema sebi, Bogu i drugome;Boga gleda kao neprijatelja i farizeji su pravo oličenje ove devijantnosti religije koja se pretvara u karikaturu. [131]

[130] Naziv po Pelagiju, gledao se s motrišta svetog Augustina i prikazivao kao nova hereza koja naglašava ljudsku slobodu i nerazumijevanje uloge milosti. Temelj čovjekove sudbine se nalazi u njegovoj slobodi (Enciklopedijski teološki rječnik: Sveto pismo, povijest, duhovnost, fundamentalna teologija, dogmatika, moral, ekumenizam, religije, KS, Zagreb, 2009., str. 831.-832.)
[131] Usp. J. RATZINGER, *O vjeri, nadi i ljubavi*, str. 92.-94.

6.5. Preuzetnost (*praesumptio*)

Preuzetnost je neosnovano očekivanje na kojem čovjek ne smije graditi svoje uzdanje budući da pretjeruje jer se previše uzda u Boga, a očituje se nedostatak straha Božjega. To je jedno neuredno priklanjanje ili povjerenje Bogu koje ne gleda na Božju pravednost i više se drži svoje vlastite sile nego Božjeg milosrđa i svemoći. Preuzetnošću se griješi na dva načina: prvo da ide protiv nade i izravno je odbacuje i izvrće te se tako griješi pouzdajući se u samog sebe i razmišljajući da će se time postići život vječni bez Boga. S druge strane, čovjek pretjera ističući isključivo Božju moć, bez svog rada i truda i vodeći se time da će Bog pomoći i za čovjeka učiniti nešto potpuno nedopušteno.

Drugi način je mimo nade i tu čovjek griješi na neuredan način oslanjajući se na Boga i to se nadajući nekoj izvanrednoj milosti kakvu čovjek ne može primiti, zaista misli da će tu milost dobiti (težnja fanatizmu), računajući na Božji oprost jer je On milosrdan bez obzira na težinu grijeha.[132]

Grijesi preuzetnosti protiv nade su teški grijesi *ex totogenere* jer su izravno protiv vjere i nade zajedno i to je protiv Boga teška nepravda. Najveći neprijatelj svega jest neuredna ljubav k stvarima ovoga svijeta, to je apsolutno pristajanje uz zemaljsko i sraslost uz materijalno. Slaba vjera vodi u očaj i malodušje što je posljedica naravnog straha i neuspjeha iz života. Vjerske zdvojnosti su patološke naravi i takvi ljudi su potrebni ispovijedi i zdravstvene pomoći. Takve ljude se ne smije ostaviti već sagledati situaciju i pokušati posvijestiti da to stanje posluži za obnovu vjere na kojoj treba biti izgrađeno nešto novo što je odano Bogu i Crkvi.

Preuzetnost slabi kršćanski život jer vodi nezrelosti, infantilnosti i samodostatnosti čovjeka budući da će po tome sve Bog učiniti. Otežava život u vjeri i vodi besmislu, odnosno, jednoj bezbrižnosti koja rađa ohološću i lijenošću. [133]

6.6. Depresija

Depresija je težak poremećaj u psihološkom i fizičkom funkcioniranju. Poremećaj je koji zahvaća cijelu osobu, njezine emocije, percepciju, misli i tjelesnost. Nastanak depresije s biološkoga, psihološkoga i društvenoga motrišta jest u nekoliko vidova:

[132] Usp. A. ŽIVKOVIĆ, *Kršćanske kreposti*, str. 123.
[133] Usp. Isto, str. 123.-125.

prvotno je problem i poteškoća s koncentracijom budući da oboljeli od depresije imaju posljedice na području razmišljanja i spoznavanja. Isprepletenost tuge, straha, potištenosti i beznađa osobu koja pati od depresije njezino stanje sputava u opažanju, uključivanju u dijalog, čitanju, izvršavanju obveza. Depresivna osoba se smjera samo na jedno i tu su vidljive poteškoće u osjetilnom opažanju; tumači većinu stvari kroz tugu i srdžbu i dakako da je povezano s anksioznošću i melankolijom i može se definirati (kao u drevna vremena) kao bezrazložan osjećaj straha i tuge koja se na razini mozga poklapaju.[134]Za pastoralno djelovanje sa situacijama oboljelih od depresije, potrebno je uočiti bitne značajke depresivnog oboljenja. Budući da se depresija definira kao poremećaj raspoloženja, tu spadaju čimbenici poput: emocionalne neuravnoteženosti osobe popraćeno različitim stupnjevima tuge, razočarenja, osjećaj osamljenosti, beznađa, sumnje, krivnje, itd. Uzroci depresivnog poremećaja mogu biti biološki, psihološki i sociološki i u tome vidu depresija može biti povezana s drugim oboljenjima pa se može javiti kao reakcija na druge teške bolesti. Javi se nakon manifestacije bolesti i kada pacijent postane svjestan koje implikacije se mogu pojaviti. Stručnjaci razrađuju nekoliko vrsta terapije: savjetovanje, praktičnu pomoć i rasterećenje, opću motivaciju i liječenje somatskih simptoma te medikamentne terapije. Dakako, i duhovni život dolazi u krizu, osim moralne, psihološke, tjelesne i socijalne dimenzije života. Vjernički život dolazi u neuravnoteženost, dolazi do krize vjere i ufanja, osjećaji odbačenosti od Boga; Boga se projicira kao strogog i rigidnog te kažnjavajućeg. Zaboravlja se smisao života, prakticiraju se popularni trendovi poput materijalizma, hedonizma, liberalizma, nihilizma koji ljude ostave praznima i nesretnima. Kršćanska vjera je poziv na ostvarenje smisla i života u zajedništvu s Bogom u perspektivi nebeskog kraljevstva; suradnja s Duhom Svetim i nastojanje živjeti u istini vraća ozračje nade unatoč svim protivštinama i poteškoćama. Stav ufanja, isprepleten u zajedništvu s Isusom Kristom koji jest sama nada, dubok je izvor sveobuhvatne sigurnosti.[135] Autentičan vjerski život

[134] Usp. A. KHERIATY i o. J. CIHAK, STD, *Pobijedite depresiju snagom vjere*,Verbum, Split, 2014., str. 37.-46.

[135]U tom je smislu važno poslušati duboko i temeljito značenje kršćanske nade pape Benedikta XVI:»...Zato je istina da onaj tko ne pozna Boga, pa gajio on mnogo nade, zapravo bez nade, lišen one velike nade koja je glavni oslonac u životu (usp. Ef 2,12). Prava, velika čovjekova nada, koja opstaje unatoč svim razočaranjima, može biti samo Bog – Bog koji nas je ljubio i ljubi nas "do kraja", sve dotle "dok se sve ne ispuni" (usp. Iv 13,1 i 19,30). Onaj koga ljubav dotakne počinje shvaćati što "život" stvarno jest. Počinje nazirati što znači riječ nade koju smo čuli u obredu krštenja: od vjere očekujem "život vječni", pravi život koji je, sav i lišen ikakve ugroze, u svoj svojoj punini jednostavno život. Isus, koji je o sebi rekao kako je došao da mi imamo život i da ga imamo u izobilju (usp. Iv 10,10), također nam je objasnio što znači "život": "A ovo je život vječni: da upoznaju tebe, jedinog istinskog Boga, i koga si poslao – Isusa Krista" (Iv 17,3). Život u pravom smislu nije nešto što smo sami u sebi proizveli i

štiti neporecivo dostojanstvo ljudske osobe, njezin život i poziv te doprinos crkvenoj i društvenoj zajednici. Vraća osobu u središte u kojem se susreće s svojim Stvoriteljem i Otkupiteljem pa je osoba još svjesnija vlastite vrijednosti pred Bogom. U svjetlu istinskog vjerskog života nema bezizlaznih situacija jer on uključuje duboko pouzdanje u Božju providnost i vodstvo Duha Svetoga.[136] Vjera daje dubinu Božje ljubavi koja je protkana hrabrošću za djelovanje i život.[137]

7. Različite uloge teologije i psihologije u ozdravljenju čovjeka. Međusobna povezanost anksioznosti i krjeposti ufanja

7.1.Interdisciplinarnost crkvene pastoralne skrbi i psihoterapije

Religija i psihologija bave se istim predmetom proučavanja, ljudskom dušom; tumače ipak na različite načine pojam ljudske duše. Religija promatra čovjeka koji je religiozan, a psihologija promatra čovjeka u ovozemnoj perspektivi. Zadaća psihologije su čovjekove kognitivne, emocionalne, društvene i bihevioralne stvarnosti, dok se klinička psihologija bavi problemima i pomaže čovjeku. Psihologija se daleko šire bavi pozitivnim i zdravima, a samo jedan vid psihologije se bavi onim što je problematično. Religija ima elemente psihologije i filozofije i po primarnoj intenciji (namjeri), brine za duševno zdravlje i postaje psihoterapeutski djelotvorna. Psihoterapija se bavi duševnim liječenjem i oslobađanjem od psihičkih smetnji no ne pruža duševno ispunjenje. Religija ima cilj spasiti duševno zdravlje što znači izmirenje s Bogom i produbljivanje vjere u vječno. Stoga je više razloga zašto je duhovnost postala neophodna u radu psihologa budući da se sve veći broj ljudi pita koji je smisao života ako sve završava smrću, zatim

---

što potječe od nas samih: to je odnos. A život u cjelini odnos je s Onim koji je izvor života. Ako smo povezani s Onim koji ne umire, koji je sam Život i sama Ljubav, tada smo u životu. Tada "živimo". «BENEDIKT XVI., *Spe salvi – U nadi spašeni. Enciklika vrhovnog svećenika biskupima, prezbiterima i đakonima, zavjetovanim osobama i svim vjernicima laicima o kršćanskoj nadi* (30. XI. 2007.), Dokumenti 149, Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008., br. 27.

[136] Usp. N. VRANJEŠ, *Depresija-izazov za vjerničku praksu. Pastoralne mogućnosti i perspektive*, u: Riječki teološki časopis, Vol. 39, No. 1, lipanj, 2012., str. 103.-116.

[137]BENEDIKT XVI., *Deus caritas est – Bog je ljubav. Enciklika biskupima, prezbiterima i đakonima, posvećenim osobama i svim vjernicima laicima o kršćanskoj ljubavi* (25. XII. 2005.), Dokumenti 143, Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2006., br. 39: »Vjera, nada i ljubav idu zajedno. Nada se odjelotvoruje po kreposti strpljivosti, koja ne jenjava u dobru čak i pred prividnim neuspjehom, i poniznosti, koja prihvaća Božje otajstvo i uzda se u njega i kada tama zavlada posvud. Vjera nam pokazuje da je Bog dao svoga Sina za nas i daje nam pobjedonosnu sigurnost da je zaista istina: Bog je ljubav! Na taj način ona našu nestrpljivost i naše sumnje preobražava u sigurnu nadu da Bog drži svijet u svojim rukama i da usprkos svakoj tami on pobjeđuje, kako se to potresnim slikama jasno ističe na završetku *Otkrivenja*. Vjera, koja promatra Božju ljubav koja se objavila u probodenom Isusovom srcu na križu, rađa ljubav. Ljubav je svjetlo – koje uvijek iznova rasvjetljuje svijet obavijen tamom i daje nam hrabrosti potrebne za život i djelovanje. Ljubav je moguća i mi smo je sposobni prakticirati jer smo stvoreni na sliku Božju. Živjeti ljubav i tako omogućiti da Božje svjetlo uđe u svijet – to je poziv koji želim uputiti ovom enciklikom.«

je sve više razočaranih u formule sreće utemeljene na egoističnim pretenzijama (zahtjevima); opsjednutost ambicijama je dovela do otuđenja.[138]

Važnost duhovne dimenzije čovjeka obično najviše dolazi do izražaja kod teških životnih iskušenja, sučeljavanja s bolešću ili smrću. Provedena su mnoga znanstvena istraživanja kojima je zajednički zaključak da postoji povezanost razine duhovnosti s poboljšanjem simptoma različitih psihičkih (depresija, tjeskoba, ovisnosti, prevencija samoubojstva) i organskih poremećaja (kardiovaskularna oboljenja, dijabetes, reumatoidni artritis, i dr).[139]

Religija veliku pažnju daje *čišćenju* (katarzi), odnosno oslobađanju od svega što čovjeka duhovno smeta, sprječava i uznemiruje jer duboki strahovi i nesigurnosti su posljedice stanja koja slabe i ugrožavaju unutrašnje zdravlje. Sjedinjenje s Bogom koje daje religija je iskustvo uranjanja u kojem čovjek svoj odnos s Bogom doživljava neposredno i s njim se poistovjećuje. Zato se pitamo kako pastoralno pristupiti i pomoći vjernicima koji imaju neurotične simptome? Nije dovoljno ostati na ohrabrenju i poticaju da se uzdaju u Boga i praštanje već je jedna od uspješnih i psiholoških metoda smanjenja anksioznosti ispovijed gdje osoba prihvaća vlastite nedostatke i stanje onakvo kakvo je, a važan i ključan segment ispovijedi jest praštanje koje uključuje mogućnost promjene i preobrazbe pojedinca u odnosu na druge. Ispovijed može biti dobar korak ka povjerenju, normalnom odnosu s drugima, duhovnoj i duševnoj harmoniji, a volja i sposobnost oprostiti može biti jedna od pozitivnog karaktera zdravog psihičkog stanja. Osjećaj grešnosti, pesimizam i beznađe su stanja gdje uočavamo da nismo ništa poduzeli i to sprječava oprostiti zbog nedostataka i neuspjeha iz prošlosti. Terapeutska moć ispovijedi jest u vidu socijalizacije, odnosno, u tome da onaj tko je u stanju podijeliti patnju s nekim tko predstavlja prototip oca i autoritet i tko je u stanju čuti, a ne osuditi. Zato je zadovoljština i psihološki i teološki važna komponentna jer pojedinac dobije snagu oprostiti samom sebi, podigne mu se razina samopouzdanja te kognitivno i emocionalno prihvaća milost praštanja. Zadovoljština daje stabilnost pokorniku za „poljuljani" koncept osobnosti.

[138] Usp. S.VULETIĆ, *„Psihopatološki" tipovi nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta, ad usum privatum)*,str. 99.
[139] Đ. LJUBIČIĆ, *Duhovnost i psihijatrija, Što koristi čovjeku ako zadobije čitav svijet, a izgubi dušu*, Sveučilište u Rijeci, Medicinski fakultet Rijeka, 2009., str. 23.-24.

Crkva daje tradicionalnu poruku spasenja koja donosi nadu i smisao života u zajednici vjernika. Crkva budi vjeru, hrabri za nove korake, drži duhovnu i psihičku ravnotežu i teži za boljim ciljem, za pravednošću nesavršenog čovjeka, teži krjepostima, čišćoj savjesti, jača smisao i vjeru u samoga sebe. Zadatak svećenika je uputiti poruku nade i utjehe, umanjiti psihičku patnju molitvom jer je on izabran od Boga. Potrebno je znati slušati i suosjećati se s problemima, naći prikladne riječi utjehe, pokazivati empatiju, doći do defekta religioznog života vjernika i prikladno znati reći da vjera nije „neznanje" nego smisao predanja, potpunog povjerenja čovjeka u Boga koji je živ i prisutan, a ne dalek i odsutan. Svećenik ne treba glumiti psihoterapeuta budući da svatko od njih daje svoj doprinos za boljitak čovjeka. Pitamo se postoji li ijedna životna situacija i poteškoća koju religiozan čovjek ne može riješiti? „Ako je Bog s nama, tko je protiv nas?" (Rim 8, 31).[140]

7.2. Duhovni lijekovi i duhovna terapija

Duhovni lijekovi su sredstva koja nose u sebi duhovne agense[141]za otklanjanje duhovne bolesti. Kao što se lijekovima liječi tijelo, tako i na duhovnom području molitve i sakramenti su nositelji Božje milosti koja liječi. Razlikujemo četiri vrste lijekova na duhovnom području: riječ, molitva, metanoja (obraćenje) i sakramenti.

Riječ jest ljudska i Božja te ona prenosi filozofske i etičke spoznaje te savjetuje i nosi milosnu snagu za čovjekovo spasenje. Božja riječ je objavljena, nadnaravno, a postoji i naravna ili prirodna koja je utkana u sva stvorenja jer je utjelovljena Božja riječ. Zato riječ može čovjeku posredovati u izlječenju duhovnih rana.

Molitvom komuniciramo s Bogom, ona je most do Boga i susret Boga i čovjeka te veza čovjekova i Božjega duha.

Metanoja je čovjekova spoznaja da je skrenuo s pravoga puta i ono jest njegova odluka da se vrati na pravi put. Metanoja je vježbanje u vrlinama i molitva za krjeposti. Metanoja uključuje spoznaju, odluku, post, bdijenje, askezu te milostinju.

Sakrament je vidljivi znak koji je ustanovio Isus Krist i u našoj Crkvi je sedam sakramenata: krštenje, potvrda, euharistija, ispovijed, bolesničko pomazanje, sveti red i ženidba. Sakramenti su djelotvorni izvori Božje milosti i duhovna snaga za čovjeka gdje

[140] Usp. S.VULETIĆ, *„Psihopatološki" oblici nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta ad usum privatum)*, str. 100.-104.
[141] Lat. *agens* djelotvornost, snaga.

se on susreće s Bogom. Krštenjem je čovjek pritjelovljen Kristu i Crkvi; potvrdom ima snagu za pobjedu nad grijehom; euharistijom ulazi u pashalni misterij i s Kristom prolazi smrt i uskrsnuće; pokorom se vraća u Božje sinovstvo, a u bolesničkom pomazanju liječi rane duha i tijela da spasonosno djeluje u svijetu. Svetim redom službenik je Krista kao glave Crkve na posvećenje vjernika te očitovanju ljubavi i sjedinjenju s Kristom i Crkvom. [142]

Na području antropološke terapije[143] pet je načina posredovanja milosne terapije:agape terapija (posredovanje tekstova Svetog pisma koji objavljuju Božju nježnost, vjernost, ljubav i praštanje. Nakon toga ide molitva za Božju ljubav i za povjerenje);

Pistis terapija jest molitva i meditativno usvajanje teksta Svetog pisma kojim se osobi posreduje povjerenje u Boga;

Eirene terapija vodi osobu pomirenju s Bogom i okolinom.

Dynamis terapija je molitva kojom se čovjek slobodno odriče grijeha i zla i to su molitve otklinjanja kojima se Crkva služi da oslobodi od zla.

Pneuma terapija je molitva za darove Duha Svetoga i njegove plodove koji su krjeposti i snaga protiv grijeha i poroka. [144]

U djelima svetog Pavla (usp. 1Kor 12, 12; 14, 15; 15, 35; 15, 44-50; Gal 4, 14; 5, 17; 6, 7; Ef 4, 4; Fil 3, 21)možemo uočiti upotrebu termina *pneuma* (duh), *psyche*(duša) i *soma* (tijelo) i upravo su područja proučavanja teologa, antropologa i psihologa. Interdisciplinarnom vezom i integrativnim pristupom može se nastojati pomoći čovjeku oboljelom na području religioznosti i kad se sam ispovjednik nađe pred takvom osobom. Terapeutski utjecaj religije ne znači suvišnost stručne terapije nego je potrebno razlikovati i reći da se duševni poremećaji ne liječe molitvom nego psihoterapijom. Gdje su naravni načini liječenja ne treba zanemariti Božje čudo jer molitva može pomoći čovjeku da popravi duševno raspoloženje i da svoje stanje gleda iz druge perspektive. [145]

Temelj i polazište duhovnosti jest inkarnacija Crkvi i Kristu krštenjem. Isus Krist kaže da je On trs, a mi loze (usp. Iv 15, 5) i da bismo shvatili to otajstvo, potrebno je ući u misterij Crkve kao Tijela Kristova. Elementi za to su naša jedinstvenost, prihvaćanje

[142] Usp. T. IVANČIĆ, *Dijagnoza duše i hagioterapija*, Teovizija, Zagreb, 2002., str. 197.-200.
[143]Milosna snaga koju je donio Isus Krist svojom smrću i uskrsnućem te izlijevanjem Duha Svetoga.
[144] Usp. T. IVANČIĆ, *Dijagnoza duše i hagioterapija*, str. 208.-212.
[145] Usp. M. SZENTMARTONI, *Psihologija duhovnog života*, FTI, Zagreb, 1990., str. 187.-188.

sebe, zauzetost za sebe i svijest da sudjelujemo i egzistiramo na Isusovom poslanju u vidu nesebične ljubavi na koju smo pozvani. Prvo, treba imati svijest o sudjelovanju u Kristovom poslanju. To znači da uzimamo ozbiljno zadaću koju je Krist povjerio, da budemo zadovoljni sobom, svojom funkcijom u Crkvi, Božjim izborom i pozivom. Valja nastojati rasti u Kristu i iskoristiti naravne i duhovne potencijale u čemu pomaže psihologija duhovnog života. Raditi na sebi znači da razmišljamo gdje se nalazimo trenutno u svome rastu, zatim što želimo biti i što treba poduzeti da se postigne ono željeno. Preporuka je ispit savjesti jer ono uključuje zahvalu za primljene darove, obogaćenje duhovnog života i zauzimanje stavova od kojih su pozitivni oni koji pomažu duhovno rasti: empatija ili suosjećanje, iskrenost, samopoštovanje, altruizam i suočavanje sa samim sobom i životnim poteškoćama. Empatijski nastrojena osoba uživa osjetilni svijet drugih, spremnost istražiti sebe i svoje osjećaje i doživljaje jer važno je preispitati sebe i svoja razmišljanja, kako se osjećamo, zašto se tako osjećamo i izreći sebi što točno osjećam. Prvi važan razlog ovome jest rasterećenje od čuvstvene napetosti i dakako rast u duhovnome životu jer razvijamo svijest o vlastitim iskustvima i osjećajima. Ovako dubinsko razumijevanje sebe pomaže i potiče biti na korist drugima. Iskrenost prema sebi znači svoje duševno stanje nazvati pravim imenom, a ne lagati samog sebe i tražiti isprike. Često smo npr. ljuti jer nam je ponos povrijeđen i tada treba istini pogledati u oči: ponos mi je povrijeđen. Iskrenost i život u istini nam pomaže živjeti „objema nogama“ na zemlji i u stvarnosti. Samopoštovanje proizlazi iz osjećaja za ljudske vrijednosti; jer nitko nije za sebe stvoren nego nas je Bog stvorio na sliku i priliku i prihvaćati sve iz Božje ruke da sam ovakav kakav jesam jest uspjeh. Odgovorni smo za svoje odluke i samopoštovanje i ljubav prema sebi proizlaze iz poznavanja sebe samoga. Čini nas zahvalnima Bogu za darove koje nam je dao i tu opet prihvaćamo Božju ljubav; suprotno tome jest iskrivljena slika o sebi, a ne poniznost, kada podcjenjujemo sebe i smatramo se manje važnima. Suočiti se sa samim sobom je sposobnost uočiti nesklad između onoga što stvarno jesmo i onoga što bismo željeli biti. Suočavanje nas oslobađa lažne sigurnosti koja nema temelja. „Istina će vas osloboditi“ (Iv 8, 32). To je kraljevski put da rastemo u Božjoj ljubavi i prisutnosti te uočimo da milost traži suradnju.[146]

[146] Usp. Isto, str. 38.-48.

Odnos našega ponašanja i duhovnoga života je u sebi vrlo složen budući da je teško razlučiti prolazi li se samo poteškoća kao što je duhovna suša u molitvi ili neka kušnja ili pak depresija. Onaj tko bi mogao pomoći u ovakvim problemima jest duhovnik u suradnji s liječnikom. Tako bi idealno bilo jer bi jedan liječnik upoznao katoličku vjeru, moral i duhovnost ili barem poštivao, dok bi duhovnik upoznao medicinu i psihologiju što bi pomoglo da daljnje bude djelomično sposoban procijeniti ljude u takvim poteškoćama. U različitim istraživanjima se pokazalo da je dojam pacijenata takav da njihova religijska iskustva i vjerska praksa imaju pozitivan utjecaj na njihov život. U jednome članku psihijatrijskog časopisa[147] bio je osvrt na kvalitativna istraživanja o privrženosti vjere i mentalnoga zdravlja obavljena tijekom proteklih deset godina 72% istraživanja utvrdilo dobru vezu između vjere i mentalnoga zdravlja pa se dovodi u pitanje ona Freudova tvrdnja po kojoj je religioznost po sebi neurotična. No, religijski segmenti postaju važni što je osoba izloženija stresu budući da molitva, vjerski obred ili čitanje Svetog pisma vode k blagom i bržem ozdravljenju ukoliko dođe do simptoma depresije. Osobe koje se srde na Boga lako upadaju u mrzovoljnost, a pogotovo one koje su izgubile vjeru ili im nedostaje potpora vjerske zajednice kojoj pripadaju. Podrazumijeva se da sam psiholog ili psihijatar ne mora dijeliti ista uvjerenja ili vjerovanja, ne mora biti teolog, ali je nesumnjivo pogreška izbjegavati pomoći nekome samo zato što je netko druge vjere budući da katkada nekritički prilaze pacijentima i smatraju da je uzrok problema upravo u religioznosti, a ne da je ona potencijalna snaga za čovjeka.

Kršćanska objava, svjesna uzroka depresije kao što su kemijska neravnoteža u mozgu, genetske predispozicije, traume te odnos s drugima, vidi uzrok u nečem dubljem, a to je pad naših praroditelja jer je Bogu u početku obdario čovjekovu narav i stvorio bića za od Ljubavi za ljubav. Upravo tako smo stvoreni za istinski ljubiti drugoga i darovati sebe i kroz sebedarje pronaći sami sebe. Razvrgnuti zajedništvo s Bogom čovjek dostigne svojom ohološću i neposlušnošću, a holistički pristup vidi izlaz uvažavanjem duhovnog života i povjerenjem u Boga jer je milost koju Bog daje po Duhu Isusa Krista djelotvorna; vidimo da ni nakon pada Bog nije dopustio da ljudski rod ostane u grijehu jer obećava otkupljenje i obećava da grijeh, zlo i smrt nemaju posljednju riječ u svijetu;

[147] D.B. LARSON, K. A. SHERRILL, J. S. LYONS, F. C. CRAIGIE JR., S. B. THIELMAN, M. A. GREENWOLD I S. S.LARSON, „Associations between dimensions of religious commitment and mental health reported in the *American Journal of Psychiatry and Archives of General Psychiatry:* 1978.-1989.“, *American Journal of Psychiatry*, 149 (1992), str. 55.-559.

Bog brine o onima koji su u tuzi, brine o onima koji su u tami depresije i otkriva svoj veliki uzvišeni plan kojim pobjeđuje sve što nije dobro. Bog vidi patnje svoga naroda te čuje Izraela u ropstvu (Izl 3, 7). I Stari zavjet neprestano govori o tome; prorok Jeremija je dobio teški zadatak i sve mu se na putu tog ispunjenja činilo uzaludnim. Iako zna da je zadaća od Boga, on se odaje svojoj gorčini i vapi jer izgleda da zlo provodi svoje.[148] U Starom zavjetu postoji tuga koju Bog daje jer ona potiče grješnika na kajanje. Postoji i tuga koja uništava, a ta tuga je posljedica grijeha. Stari zavjet ne poriče postojanje tjeskobe (usp. Ps 22; 34; 55; 89; 102;Jr31, 15, Izr 15, 13; 17, 22, 18, 14; Job 3, 20; 9, 15-18; 7, 1) i njih treba promatrati kao sastavnice života jer su dio pale ljudske naravi. Koliko god veliki vjernik bio, nikada neće biti pošteđen niti lišen tjeskobe ni tuge. Bog pak čini uvijek novo, On ima svoj plan i to je plan za budućnost koja je ispunjena nadom. [149]

Zdravlje se prepoznaje kao veliko dobro i koje omogućava obavljanje dužnosti u Crkvi i društvu. Bolest se uvijek veže s Kristovim činom spasenja jer je On došao i dao svjetlo neprolaznoga kraljevstva; poistovjetio se s bolesnicima i iskazao im skrb i pozornost i baš je ta njegova briga i poziv Crkvi temelj pastoralnog djelovanja za bolesnike; trpljenje se sjedinjuje s Kristovim otkupljenjem i uskrsnućem u perspektivi Božjega kraljevstva.[150] Sjedinjenje s Kristom nije moguće bez njegove muke na križu jer nam njegova kenoza[151] daje egzistencijalnu radost u svakom trenutku života. Ovdje nam Marija, Majka Isusova pokazuje put sjedinjenja i upravo je tu paradoks kršćanskog života: koračati kroz tugu, s Kristom i u Kristu, postajemo istinski blaženi ljudi. Krist je s nama u našoj boli i radosti, očaju i potištenosti, daje nam snagu u duhovnome životu i pokazuje da je njegova agonija na križu čovjekovo najprisnije jedinstvo s Bogom. [152]

---

[148] „Ti me zavede, o Gospode, i dadoh se zavesti (…) A sada sam svima ma podsmijeh iz dana u dan, svatko me ismijava (…) Doista riječ mi Gospodnja postade na ruglo i podsmijeh povazdan“ (Jr 12, 1; 20, 7-8; 14-18)

[149] Usp. A. KHERIATY i o. J. CIHAK, STD, *Pobijedite depresiju snagom vjere*, str. 64.-75.

[150] Usp. N. VRANJEŠ, *Pastoralna skrb Katoličke crkve za osobe oboljele od depresije*, u: Đ. LJUBIČIĆ i suradnici, *Depresija i duhovnost*, Sveučilište u Rijeci, Medicinski fakultet Rijeka, 2010., str. 218.

[151]Kenoza- kristološki pojam koji je ukorijenjen i biblijski zasnovan u Fil 2, 7. Kenoza označuje „oplijenu“ sebe samoga, koju je ostvario Sin Božji ušavši u ljudsku povijest do iskustva smrti na križu. Ona se sastoji u izboru vječnoga Sina Božjega da postane čovjekom i da živi kao drugi ljudi: u poniznosti ljudskoga položaja s njegovom baštinom ograničenja, patnje i smrti. Današnja teologija križa (posebno ona koju zastupaju J. Moltmann, E. Jungel i H. U. von Balthasar) pokušava istražiti dubine silaska Božjega Sina i najradikalniji izraz Božjeg suosjećanja ljubavi. (Enciklopedijski teološki rječnik: Sveto pismo, povijest, duhovnost, fundamentalna teologija, dogmatika, moral, ekumenizam, religije, KS, Zagreb, 2009., str. 485.)

[152] Usp. A. KHERIATY i o. J. CIHAK, STD, *Pobijedite depresiju snagom vjere*, str. 81.-82.

7.2.1. Uloga svećenika i zajednice vjernika

Svećenik je navjestitelj radosne vijesti i slavi sakramente i on uz crkvenu zajednicu i uz svoj poziv i službu jest pozvan biti dionik za ostvariti pastoral koji zahtijeva odgovornost i pokazuje brigu za braću i sestre koji trpe različite bolesti. Stoga, u slučaju depresije i anksioznosti, duhovni život i zauzetost same Crkve kao zajednice jest vrlo važna. Tu može biti osjećaj odbačenosti od Boga, nesigurnosti, beznadnosti, gubitak životnoga smisla. Jasno je da kršćanska vjera u svim svojim dimenzijama predstavlja poziv na radosnu vijest i zajedništvo s samim Bogom koji vraća smisao svakom besmislu i nadu svakom beznađu. Za psihičko zdravlje i napredak samih oboljelih, uključenost u zajednicu vjernika, sakramentalni i molitveni život jesu pozitivna i obećavajuća odrednica u napretku života svakoga čovjeka, ne samo onih najpotrebitijih već zaista svih ljudi. Vjeru ne treba instrumentalizirati, da ju se gleda kao filter kroz koji će se najbrže doći do cilja, već se vjeru traži zbog nečega drugog budući da nam ona treba biti smjernica k cilju. Vjera je stvarnost čije se dimenzije reflektiraju na sva područja života i duhovna treba biti primarna. Temelj zapovijedi ljubavi i poštovanje ljudskoga dostojanstva trebaju biti primarne u pastoralnom pristupu.[153]

U dubokim stanjima anksioznosti, molitva postane teška. Često se pada u napast ostaviti sve, odreći se molitve i prepustiti se stanju jer frustracija zna biti jaka da onemoća osobu da usmjeri svoje misli prema Bogu i onome što joj daje prisnost s Kristom. Zato je potrebno znati da je Bog u čovjekovoj duši objektivna činjenica i da ono ne ovisi o našem raspoloženju niti stanju. Osoba je sjedinjena s Kristom i njegov je ud bez obzira na stanje osjećaja i emocije. Tu činjenicu nitko ne može nijekati koliko god jaka muka i patnja bile. Ako se osoba odluči napraviti neki korak za svoj život, zatražiti pomoć ili donijeti odluku, to je hvalevrijedno i krjeposno djelo. Naši postupci su ključni za naše osjećaje, a osoba ne mora biti kriva za neki zao čin u toj mjeri kao što bi bila da su okolnosti drukčije. Depresija i anksioznost su teške kušnje i do kraja ne možemo razumjeti. Vjera nas vodi da se znamo nositi s tim i sjediniti s križem u svetosti.[154]

[153] Usp. N. VRANJEŠ, *Pastoralna skrb Katoličke crkve za osobe oboljele od depresije*, str. 221.-226.
[154] Usp. A. KHERIATY i o. J. CIHAK, STD, *Pobijedite depresiju snagom vjere*, str. 98.-100.

7.2.2. Moć molitve, ispovijedi i svete mise

Svatko od nas ima svoj vlastiti put i tako postoji proces ozdravljenja osobe ako je neka situacija ostavila neriješene interpersonalne konflikte ili zlostavljanja ili zanemarenosti u ranom djetinjstvu. Zaštititi se od anksioznosti nije čvrst karakter nego je pomoć da prebrodimo to stanje budući da se nije lako nositi sa sobom. Teološke krjeposti nas izravno vode Bogu, čine nas boljim i slobodnijim ljudima i čine naš život skladnijim. Taj sklad vidimo kod svetaca, ne nose masku jer imaju duhovni integritet. Tako dobrota i zdravlje nose jednu cjelovitost sa sobom i nalaze se u duhovnom skladu i poštenju.

Postoje dvije zamke koje treba izbjeći: prva je „mistično priželjkivanje“, odnosno, maštanje ili san o onome što bi bilo kad bi bilo. Možemo ih nazvati pobožnim željama jer trate vrijeme, a vode nas u napast da napustimo ono što je Bog namijenio za nas. Dolazimo do nezadovoljstva i otežavanja situacije u kojoj se nalazimo, sprječavaju nas u prihvaćanju samih sebe, ljudi oko nas i onoga što je Bog providio.

Druga zamka se zove „radoholizam“ ili pretjerana aktivnost od koje na kraju sagorimo i ona je česti uzrok depresijama i psihičkim padovima. Pustinjski oci nazivaju ovo *acedijom*ili duhovnom lijenošću koja vodi nezadovoljstvu i potištenosti budući da je pravo stanje takvo da se bježi od samog sebe i situacije u kojoj se nalazi. Sindrom izgaranja je oblik profesionalnog stresa i liječnici ga otkrivaju tijekom postavljenih dijagnoza kao što je anksioznost, glavobolja, strah, depresija, poremećaj sna, i dr. Tri glavna obilježja izgaranja su: emocionalna iscrpljenost, negativan ili ciničan stav prema kolegama ili klijentima te negativna procjena smisla i kvalitete vlastitog rada. Uzroci sindroma izgaranja su vezani uz područje međuljudskih odnosa i posljedice se očituju u tjelesnim i psihosomatskim tegobama. Glavni uzrok izgaranja leži u psihološkim osobinama pojedinca budući da su sklonije nezrele osobe, pretjerano odgovorne i ambiciozne osobe, neurotične i neuravnotežene, osobe koje imaju prevelika iščekivanja i to krajnje vodi frustracijama.[155] Kako se čovjek može nositi s osjećajem bespomoćnosti i beznađa u duhovnome smislu? Kako naći smisao i vratiti volju i osjećaj svrhe, nade i vjere? To je cjeloživotno nastojanje. U izgaranju je poremećaj nade i volje koja iscrpljuje sposobne i marljive ljude; isto tako kada je riječ o ljutnji i

[155] Usp. M. JAKŠIĆ, *Sindrom izgaranja na radnome mjestu. Burn out sindrom*, Biblioteka Diacovensia, uredili: V. Dugalić, I. Raguž i D. Tukara, Đakovo, 2014., str. 15.-16.

razočaranosti treba vidjeti dali je riječ o drugim ljudima ili treba mijenjati vlastito ponašanje. Svaka kriza je *kairos*[156], prilika za promjenu, suočavanje s nezadovoljnim stanjem i preuzimanjem odgovornosti za izaći iz situacije. Izgaranje je poziv da se dođe do nade, povjerenja u nepoznato i da se osoba okrene budućnosti, perspektivi i otkrivanju smisla. Prihvatiti stvarnost i promjenu je način da osoba preuzme u svoje ruke kvalitetu svog života, odnose s obitelji, svoj odnos prema poslu, Bogu, okruženju i nadasve odnos prema samome sebi.[157]

Vjera pomaže na svim razinama čovjekove egzistencije i tu čovjek shvaća da je on za život odgovoran Bogu. U vidu tjelesnosti vjera traži razboritost i brigu za svoje tjelesno zdravlje jer se pripremamo za život u punini vječnosti. Emocije pomažu u liječenju psihotrauma jer uvjerava čovjeka da je on od Boga ljubljen i bezuvjetno prihvaćen. Socijalna razina daje human odnos prema svim ljudima i društvu, da se živi u skladu onoga da smo svi braća i sestre. Tu se budi altruizam i autentičnost života vjere. I duhovna dimenzija daje čovjeku da nadiđe narav stvari i da može vjerovati, nadati se, spoznati, ljubiti i biti slobodan. Ugroženi transcendentni odnos s Bogom uspostavlja se autentičnom vjerom; terapijska dimenzija je kroz molitvu i čovjek koji vjeruje nije bespomoćan nego vjeruje u Božju svemoć.[158]

Zdrava religioznost je temeljena na slici o dobrom, svemoćnom i milosrdnom Bogu koji je u službi nama i našem psihičkom i duhovnom zdravlju. Analizom problematike psihopatoloških oblika te psihičkih oboljenja, pitamo se u kojoj mjeri Crkva može pomoći takvim vjernicima. Duhovno čišćenje je cilj svake psihoterapije kojom se dovodi do svijesti i rasterećenja psihe i u sklopu dušobrižničke prakse koje se očituju u asketskim vježbama, tu pripadaju: sakramenti, molitve, ispovijed, meditacija, duhovni razgovor, duhovne poruke, duhovno štivo, duhovne vježbe, itd.

Sakramenti očituju Božju prisutnost koja je iscjeliteljskog karaktera jer posvećuje i uzdiže ljudski duh; od početka je ljudima Isus Krist znak, otajstvo i sakrament susreta s Bogom koji spašava. Sakramenti su Božja objava i čudesno djelo

[156] Milosni trenutak.
[157] Usp. M. JAKŠIĆ, *Sindrom izgaranja na radnome mjestu. Burn out sindrom*, str. 139.-144.
[158] Usp. M. NIKIĆ, *Psihologija sugestije i snaga vjere*, u: M. JURČIĆ, M. NIKIĆ, H. VUKUŠIĆ, *Vjera i zdravlje. Zbornik radova s interdisciplinarnog, multikonfesionalnog i internacionalnog simpozija održanog 2. ožujka 2005. godine na FFDI u Zagrebu (I. dio); razni tekstovi na temu „Vjera i zdravlje" (II. dio*), zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2005., str. 9.-20.

spasenja; ljudi se po sakramentima posvećuju i pozvani su na ljubav koja vodi u vječni život s Bogom.

„Uvjeren sam, doista: ni smrt ni život, ni anđeli ni vlasti, ni sadašnjost ni budućnost, ni sile, ni dubina ni visina, ni ikoji drugi stvor neće nas moći rastaviti od ljubavi Božje u Kristu Isusu Gospodinu našem.“ (Rim 8, 38-39)

Molitva je sastavni dio život svakoga vjernika; ona je potreba, dužnost i čovjekov poziv jer smo potpuno ovisni o Bogu. Sinovski odnos s Bogom nas vodi da častimo Boga kao Oca jer nismo u stanju radi svoje ljudske ograničenosti svojim silama ostvariti sve dužnosti i postići spasenje pa nam je Božja pomoć jedina milost kojoj treba težiti.[159]

„Molitva je uzdignuće duše k Bogu ili traženje primjerenih dobara od Boga (sv. Ivan Damašćanski) “Odakle govorimo moleći? S visine naše oholosti i vlastite volje, ili „iz dubine“ (Ps 130, 1) ponizna i skrušena srca? Tko se ponizi, bit će uzvišen. Poniznost je temelj molitve. „Doista ne znamo što da molimo kako valja (…)“ (Rim 8, 26). Poniznost je nužno raspoloženje za primanje nezaslužena dara molitve: čovjek je prosjak Božji.[160]

Molitva je dijaloška, ona je vjerska, ona je dobra ako uključuje pobožnost, sabranost, pouzdanje i konačno potpuno predanje Bogu[161], osjećaj svetosti, strahopoštovanja. Molitvom smo sluge i suradnici Božje milosti i njome se ufamo u kraljevstvo Božje. Ona je put vjere u Božju providnost i opstojnost.[162]„Ištite i dat će vam se! Tražite i naći ćete! Kucajte i otvorit će vam se! Doista, tko god ište, prima; i tko traži, nalazi; i onomu koji kuca otvorit će se“ (Mt 7, 7-8).

Zrela religioznost jest integracija religije i čovjeka koji je u odnosu sa drugima i svijetom. Zrelost uključuje to da se ispravno shvati stvarnost, da je uključena sposobnost pozitivna prisnost s ljudima, ravnoteža psihičkih i duhovnih procesa te aktualizacija vlastitih potencija. Čovjek bi za svoju zrelost trebao savršeno ispuniti sve

[159] Usp. S. VULETIĆ, *„Psihopatološki“ oblici nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta ad usum privatum)*, str. 88.-91.
[160] KKC, br. 2559.
[161] „Kršćanska molitva je savezнички odnos Boga i čovjeka u Kristu. Ona je čin Boga i čovjeka; izvire iz Duha Svetoga i iz nas, sva je usmjerena Ocu, u jedinstvu s ljudskom voljom Sina Božjega koji je postao čovjekom.“ KKC, br. 2564.
[162] Usp. S. VULETIĆ, *„Psihopatološki“ oblici nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Scripta ad usum privatum)*,str. 91.

ove segmente, no najčešće jedan segment propati pa čovjek zapravo nikada ne može savršeno ispuniti što se od njega očekuje. Zrela religioznost je dinamička organizacija kognitivno afektivnih čimbenika koji imaju karakteristike dubine i uzvišenosti te visokosvjesni i artikulirani sustav vjerovanja očišćen od afektivnosti i djetinjih želja. Prikladan je i adekvatan da nađe smisao u svim životnim situacijama; no postoji dihotomija[163] na nekim područjima onoga što predstavlja funkciju zdravog religioznog stava: utilitarna funkcija je u svrsi prilagođavanja, odnosno upotreba religioznosti u svrhu prilagođavanja pa ta religioznost ne znači uglavnom ništa za život pojedinca nego ostaje na rubu osobnosti kao nužno zlo; obrambena funkcija je za očuvanje pozitivne slike o sebi koja izvana može biti ugrožena pa pojedinac bježi u religioznost kao svijet bez problema; utopija je bijeg u neku drugu stvarnost, stvarnost koja predstavlja religiju ljudima odvojenu od našega svijeta. Bježe kada se razočaraju u život, u ljude, u Boga. Gotovo svaki čovjek sebi u pojedinim periodima izgradi ovaj svijet i to kada dotakne granice. Religioznost ne smije ostati na toj razini jer ona tada nije zrela nego utopija kojom se Boga gleda kao mađioničara, molitvu kao čarobni štapić i svijet ružičaste boje; slijepa ortodoksija je religiozni fenomen razrješenja nutarnjeg konflikta i tjeskobe gdje čovjek nastupa slijepo i rigorozno, iracionalno čime se pokušava riješiti vlastite odgovornosti, religioznošću pokušava nadomjestiti nedostatak svog identiteta. [164]

7.3. Psihoterapija i ispovijed

Ispovijed je jedan od svetih sakramenata koje je ustanovio Isus Krist (usp. Iv 20, 22-23). Grijeh narušava odnos Boga i čovjeka, odnos s bližnjima, ruši norme i zapovijedi. Narušavanje tog reda izaziva nesigurnost i strah i to je osjećaj grijeha. Stari zavjet govori o grijehu i težnji dobrome;[165] Katekizam katoličke crkve[166] detaljno govori o grijehu i kaže kako je ispovijed potreba čovjeka da se oslobodi i uspostavi narušeni mir i red; duhovni učinci su: pomirenje s Bogom, otpuštanje vječne kazne zaslužene smrtnim grijesima, otpuštanje vremenitih kazni, mir i spokoj savjesti, duhovna utjeha, povećanje duhovnih snaga za borbu.

[163] Podijeljenost na dva jednaka nepreklapajuća dijela.
[164] Usp. S. VULETIĆ, *„Psihopatološki" oblici nezrele i moralno skrupulozne religioznosti* (Scripta ad usum privatum), str. 96.-97.
[165] „Smiluj mi se, Bože, po milosrđu svome" (Ps 51 (50)); „Tko prizna, oprošteni su mu grijesi" (Ps 32 (31)); „jer ću oprostiti bezakonje njihovo i grijeha se njihovog neću više spominjati" (Jr 31, 34).
[166] KKC, br. 1422.-1470.

Psihoterapija se primjenjuje planski i jasno i ona je sredstvo kojim se prilazi pacijentu od evidentne činjenice da je svaka duševna i tjelesna bolest praćena emocijama koje se trebaju razumjeti i prihvatiti empatijski. Svaka psihoterapija ima svoju osnovu po kojoj se odvija i već sama anamneza pacijenta ima naznake za učinkovitost. Njome se liječe neurotski i drugi psihički poremećaji i prvotno je važno željeti i htjeti osloboditi se tegoba koji muče. Treba ići naprijed unatoč otporima pa je stoga svjestan i racionalan pristup nešto bez čega psihoterapija ne može. Cilj je ublažiti simptome ili potpuno izliječiti, dok je psihoanalizom, tj. psihoanalitičkom tehnikom (kao i ostalim metodama i pristupima u psihoterapiji) kroz konfrontaciju, klarifikaciju, interpretaciju i proradu te razumijevanje rekonstrukcija ličnosti. Cilj je postići psihičko blagostanje pa je važno nikada ne odustajati od sebe i terapija već ići do kraja da se izliječe.[167]

Indikacije za psihoterapiju su psihički poremećaji neurotske naravi (anksioznost i dr.), ljudi koji se liječe od alkohola, droga, koji boluju od psihosomatskih bolesti, osobe s različitim poremećajima osobnosti, i dr. Za ispovijed je pak učinjeni grijeh, bio laki ili teški. Neurotske tegobe i sve psihičke poteškoće lakše ili teže naravi su za psihoterapiju, a grijeh vodi ispovijedi. U ispovijedi se pristupa nakon ispita savjesti (grijeh mišlju, riječju, djelom i propustom), a na psihoterapiju se odlučuje nakon svijesti da bi ona pomogla u tegobi koja muči; odlazi se u više seansi gdje je intenzivna komunikacija između pacijenta i psihoterapeuta. Osnovni učinak je oslobođenje ili ublažavanje svih simptoma nekog poremećaja. Ispovijeđu se mirimo s Bogom i Crkvom. Stoga, ni psihoterapija ne zamjenjuje ispovijed niti ispovijed zamjenjuje psihoterapiju jer kad bi to i htjeli, mogli bismo poći od ideje da svećenik poziva na molitvu koja ima psihoterapijske naznake, a opet bi se time negirala potreba i važnost psihoterapije. Ta tema zahtjeva još više znanja, prostora i vremena. [168]

Upoznati sebe je jedan od ciljeva psihoterapije i za krštene osobe najvažnije je spoznati istinu i to uz pomoć božanske objave. To nam daje udioništvo s Isusom Kristom jer je On jedini Božji sin po naravi. Prva Ivanova poslanica kaže da nam je darovana ljubav Očeva i da smo djeca Božja (1 Iv 3, 1). Ta milost nam ne daje tek tako

[167]Usp. V. JUKIĆ, *Je li danas psihoterapija zamjena za ispovijed?*, u: M. JURČIĆ, M. NIKIĆ, H. VUKUŠIĆ, *Vjera i zdravlje. Zbornik radova s interdisciplinarnog, multikonfesionalnog i internacionalnog simpozija održanog 2. ožujka 2005. godine na FFDI u Zagrebu (I. dio); Razni tekstovi na temu „Vjera i zdravlje" (II. dio)*, zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2005., str. 334.-336.
[168] Usp. Isto, str. 338.-342.

sinovski položaj; ne ogrće nas milost kristovski samo izvana već posvetna milost krštenja i svih sakramenata nas jača molitvom i djelima koja ozdravljaju, obnavljaju i uzdižu čovjeka iznutra. Bog je naš Otac i to najdoslovnije jer nam je blizu, bliži nego što smo sami sebi i to je temeljna Istina našeg života. Tu svijest treba njegovati budući da to nismo sposobni kada dođu psihičke poteškoće jer duša to nije u stanju. Njegovati nadu je zahtjevan zadatak, ona je performativna i znači da djeluje na čovjeka i mijenja njegov život; čini život malim jer oslanjajući se na Boga, naš život je malen. Ako zapadnemo u preuzetnost, gubimo nadu jer pogrešno idemo k cilju; tu se provuče samodopadnost i oholost. Konačna pobjeda pripada Kristu jer ju je On već ostvario na križu. „Zaista, zaista, kažem vam: vi ćete plakati i jaukati, a svijet će se veseliti. Vi ćete se žalostiti, ali žalost će se vaša okrenuti u radost“ (Iv 16, 20); „U svijetu imate muku, ali hrabri budite- ja sam pobijedio svijet!“ (Iv 16, 33).[169]

7.4. Ufanje je nutarnje bdijenje, spasenje i obećanje Duha

Duh Sveti u srcu vjernika opravdava krjepost ufanja, on je branitelj o kojem govori poslanica Rimljanima: „Svi koji vodi Duh Božji sinovi su Božji. Ta ne primiste duh robovanja da se opet bojite, nego primiste Duha posinstva u kojem kličemo: Abba! Oče! Sam Duh susvjedok je s našim duhom da smo djeca Božja; ako pak djeca, onda i baštinici, baštinici Božji, a subaštinici Kristovi, kada doista s njime zajedno trpimo, da se zajedno s njime i proslavimo. Duh pritječe u pomoć našoj slabosti jer mi ne znamo što da molimo kako treba, ali sam Duh posreduje za nas neizrecivim uzdasima.“ (8, 14-17. 26-27). Tužitelj pokušava oklevetati čovjeka pred Bogom i želi obeshrabriti u nadi, poljuljati nam vjeru i pouzdanje u Boga, odvesti nas u beznađe i očaj. Stoga nas Duh Sveti uvjerava u očinstvo i savezništvo s Bogom. Duh Sveti nas oslobađa od tjeskobe svojim prijateljskim prisustvom i intimom u koju ulazi s nama. Kristova milost oduzima izgovor grijehu i zlu jer ne ograničava čovjeka već čini sve s njim i surađuje budući da „Bog u svemu na dobro surađuje s onima koji ga ljube, s onima koji su odlukom njegovom pozvani“ (Rim 8, 28); on u svojoj dobrohotnosti izvodi u nama „htjeti i djelovati“ (Fil 2, 13). Duh, izlijevajući Božju ljubav u nas i naša srca (usp. Rim 5, 5) čini da nadiđemo zlo i odemo u dobro, da iz ropstva grijeha prijeđemo u stanje milosti i slobodu. Nada nije pasivno i statično čuvanje dobara nego unutarnje bdijenje i bujanje duha koje nas angažira; polet nade čuva od sebičnosti i vodi k radosti ljubav.[170] Nada se

[169] Usp. A. KHERIATY i o. J. CIHAK, *Pobijedite depresiju snagom vjere*, str. 211.-228.
[170] KKC, br. 1818.

ne skriva nego očituje u „iskorištavanju sadašnjega vremena“, u različitim oblicima svjetovnog života, u neprekidnom obraćanju i borbi „protiv vladara ovoga tamnoga svijeta, protiv duhovnih sila zloće.“[171]

Duh koji nas vodi je duh obećanja (obećanje: Dj 2, 39). On daje slobodu i autentičan kršćanski život, pomaže nam u teretima i nepodnošljivosti ropstva te upućuje kako težiti sinovstvu Božjem. Iščekivanje nove zemlje nipošto ne smije oslabiti nego dapače razbuditi u nama brigu za izgradnjom ove zemlje[172] jer kršćanska eshatologija nije samo transcendentalna nego i imanentna, anticipacija budućeg vremena. Potpuno spasenje počinje se ostvarivati već ovdje na zemlji jer se kršćanin ne nada samo „onostranosti“ već i „ovostranosti“. Svijet kojem se nadamo bit će preobrazba i konačno oslobođenje (usp. Rim 8, 19 ss; 2Pt 3, 13). Sve što je u raspadljivosti, obući će neraspadljivost. „Sam Duh susvjedok je s našim duhom da smo djeca Božja; ako pak djeca, onda i baštinici, baštinici Božji, a subaštinici Kristovi, kada doista s njime zajedno trpimo, da se zajedno s njime i proslavimo“ (Rim 8, 16).[173]

Soteriološki je ufanje protkano kroz Kristovu pobjedu nad smrću, Božje samodarivanje i Božju supatnju. Pobjeda nad smrću jest Kristovo uskrsnuće i ono je svijetlo nove, neiskušane dimenzije života pa u svaku jednadžbu patnje i smrti treba unijeti poznanicu objavljenoga uskrsnuća, a ne nepoznanicu. Jer i najstrašniji oblici patnje i trpljenja moraju uključivati novost uskrsnuća i nastavak života nakon smrti ako kršćanski vjerujemo. Božje samodarivanje je put žrtve, put dara. To je darivanje Boga u osobi Isusa Krista, što je apsolutno radikalno jer ne ide samo do krajnjih granica već i preko njih. Tako se Bog povezao s čovjekom sve do samog hipostatskog sjedinjenja pa je otvorena objektivna mogućnost ucjepljenja po zajedništvu ljudske naravi u intimu zajedništva života s Ocem po Sinu u Duhu Svetome. Božja supatnja je jedini istinski odgovor na svaki oblik trpljenja, i to u osobnoj ponudi zajedništva Kristu koji pati; pouzdanju i predanju Patniku nad patnicima, u dopuštanju da Bog bude s čovjekom u najtežim trenucima. Ta božanska solidarnost ne uklanja križ, nego ga preobražava kao i samu smrt u otajstvo i misterij i to na način koji samo Bog zna što je snaga Božjega Duha ljubavi; to je paradoksalnost kršćanskog shvaćanja patnje i bolesti budući da kršćanstvo tu ljubav sintetizira u znaku križa koji ima ujedno četverostruki simbol:

[171] LG 35.
[172] GS 39.
[173] Usp. A. TAMARUT, *Smijem biti slab,* str. 208.-210.

realni simbol vjere, paradoksalni simbol, socijalni simbol i antropološki simbol.[174]„Bog, koji je uzeo ljudski križ, ulazi u najdublje zajedništvo s čovjekom, da bi čovjek, prigrlivši vlastiti križ (to jest samoga sebe i bližnjega), ušao u domovinu prijateljstva s Bogom.“[175]

Svaki kršćanski govor o patnji i smrti je oslonjen na objavu Božje kenoze i ogrnut je plaštem vjere, ufanja i ljubavi o čemu svjedoči i sv. Pavao: „Uvjeren sam doista: ni smrt ni život, ni anđeli ni vlasti, ni sadašnjost ni budućnost, ni sile, ni dubina ni visina ni ikoji drugi stvor neće nas moći rastaviti od ljubavi Božje u Kristu Isusu Gospodinu našemu.“ (Rim 8, 38-39)

[174] Usp. A. MATELJAN, *Bolest i patnja-usud ili otajstvo?*, u: M. JURČIĆ, M. NIKIĆ, H. VUKUŠIĆ, *Vjera i zdravlje. Zbornik radova s interdisciplinarnog, multikonfesionalnog i internacionalnog simpozija održanog 2. ožujka 2005. godine na FFDI u Zagrebu (I. dio); Razni tekstovi na temu „Vjera i zdravlje“ (II. dio),*zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2005., str. 365.-366.
[175] Usp. KKC, br. 460.

Zaključak

Prvotna namjera rada je prikazati kako i zašto danas čovjek može posustati u religioznom smislu. Što ga može pokolebati i odvesti u sumnju postojanja Boga i krjeposti te što ga čini krhkim bićem i koliko je sposoban pomoći samome sebi ne bi li bio netko tko je svjestan svoga postojanja kao savezništva s Bogom i okolinom? Apostrofiran je poremećaj anksioznosti koji je učestao u suvremenom vremenu krize i stresa koji na svim dimenzijama ljudske osobe utječe na zdravlje. Iz svega navedenog slijedi zaključak kako vjerski život ne uzrokuje psihičke neuroze nego čovjek kanalizira osobne smetnje u vjeru i ona na taj način postaje izričito očitovanje neurotičnog ponašanja. Takvim apsorbiranjem neuroza u vjeru komplementarnost krjeposti dolazi u pitanje budući da su one neupitno i nedvojbeno povezane stvarnosti. Ufanje vodi vjeri, vjera vodi ufanju, a povrh svega je ljubav. Rasvijetljen je odnos anksioznosti i straha i samog ufanja i prikazano kako čovjek svoj religiozni odnos, koji za njega treba imati primarnu važnost budući da je u relaciji s Stvoriteljem, razvija ili ne razvija, koliko posustane u vjeri kada se suočava s poteškoćama i bolestima i ustraje li u povjerenju da je Bog doista tu. Čovjek postaje religiozan kada prihvati religiju kao osobnu inicijativu i ta inicijativa ne ide samo logikom razuma jer vjera nadilazi razum i to je po naravi vrlo kompleksna cjelovitost koja formira čovjekovu osobnost i putanju kojom ide. Imati na umu da je Bog onaj koji poziva i koji želi suradništvo s nama jest okosnica i sigurnost za čovjeka, imati svijest o svome poslanju i identitetu. Za eklatantan primjer je naveden jedan od biblijskih velikana praotac Abraham kao čovjek kojeg je Bog pozvao i stavio na kušnju. Abraham je povjerovao i bio spreman žrtvovati onoga kojeg najviše voli, sina Izaka. On je zato uzoriti primjer i očitovanje kako sve što postoji, postoji samo u Bogu. Njegovo žrtvovanje sina paradoks je silne Božje ljubavi koja kroz smrt daje život. Iz toga je univerzalna pouka ljudima kako i danas svaka poteškoća, problematika ili nesreća koja zatekne čovjeka, ne bi trebala obeshrabriti, nego vjerovati da bilo koji nesklad u čovjekovom životu Bog okreće na dobro.

Djelovanje u navedenim situacijama za teologe i članove crkvenog zajedništva predstavlja evangelizacijski izazov i iziskuje od nas poziv na onu nadu koja se oslanja na Božja obećanja. Nada je biti Abrahamova djeca u punom smislu, osloniti se na Riječ koja je neslomljiva i sigurna i koja je konačna pobjeda nad smrtnom šutnjom i grijehom. Iz nje se rađa zadaća Crkvi naviještati evanđelje Života osvijetljeno vječnim Svjetlom Isusa Krista, Onoga koji je Put, Istina i Život. U hijerarhiji crkvenog zajedništva,

svećenik je pozvan biti glasnikom i pastirom svoga stada jer je on prvotni svjedok nade; „svjestan da svaka osoba na svoj način traži ljubav koja bi je ponijela iznad tijesnih granica njezine slabosti, sebičnosti i, nadasve, same smrti, proglašava da je Isus Krist odgovor na sve te tjeskobe.“[176] Zajednica je poveznica svećeništva i kršćanskog ufanja, u službi jedinstvene Isusove želje izrečene u velikosvećeničkoj molitvi: „da svi budu jedno kao što si ti Oče, u meni i ja u tebi“ (Iv 17, 21). To jedinstvo ima svoj identitet i izvorište u Presvetom Trojstvu u kojem raste i klija u odnosima i potrebi ljubiti drugoga onom ljubavlju koju razlikujemo od obične dobrohotnosti jer ljubimo altruistično i nesebično, ljubimo bogoliko i empatijski zbog dobra nekoga i zbog jedinog Izvora koji je sve stvorio na svoju sliku. Subjekt i objekt kršćanske nade je Isus Krist, novi Adam u kojem je započelo novo nebo i nova zemlja i onaj u kojem je konačno savršenstvo i u kojem se sve dovršava (usp. Otk 21, 5-6).

Naglašen je i govor o grijesima i poremećajima koji su protivni ufanju te različite uloge teologije i psihologije kao dvije zasebne discipline koje su na vidljiv način povezane u smislu prilaženja čovjeku i pokušaja pomoći metodama koje su im priklonjene. Prvotno treba identificirati, prići oprezno i strpljivo jer imati problem ne znači i biti s mentalnim poremećajem. Površni i hladni odnosi u kojem nastaju silna otuđenja jedni od drugih, u kojem je sve više napuštenosti i osamljenosti traže od nas biti širokogrudni graditelji, duboko ukorijenjeni u Kristu i sakramentima, ponajprije euharistiji i ispovijedi kojima participiramo na eshatološkoj nadi, iščekujući slavni dolazak Gospodina Isusa Krista. Vjera, nada i ljubav su ono ljekovito što kršćanstvo nudi. One su uporište i zalog vječnosti da bismo živeći po njima, živjeli u napetosti između „već da“ i „još ne“ težili punini koja vodi beskonačnosti, a ne destrukciji osobnosti i rezignaciji.

[176]Direktorij za službu i život prezbitera, br. 35.

Literatura

Knjige:

ALBISSETI, Valerio, *Životno putovanje*, Biblioteka Oko tri ujutro, Zagreb, 2002.

BEGIĆ, Dražen, *Psihopatologija*, Medicinska naklada, Zagreb, 2011.

CESSARIO, Romanus, *Kreposti*, Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2007.

ĆORIĆ, Šimun Šito, *Psihologija religioznosti*, „Naklada Slap", Jastrebarsko, 1998.

HAMBLY, Kenneth, *Kako svladati napetost*, Založba Mladinska knjiga, Ljubljana-Zagreb, 1991.

IVANČIĆ, Tomislav, *Dijagnoza duše i hagioterapija*, Teovizija, Zagreb, 2002.

JAKŠIĆ, Maja, *Sindrom izgaranja na radnome mjestu. Burn out sindrom*, Biblioteka Diacovensia, uredili: V. Dugalić, I. Raguž, i D. Tukara, Đakovo, 2014.

KHERIATY, Aaron, CIHAK, o. John, *Pobijedite depresiju snagom vjere*, Verbum, Split, 2014.

LJUBIČIĆ, Đulijano, *Duhovnost i psihijatrija. Što koristi čovjeku ako zadobije čitav svijet, a izgubi dušu,* Sveučilište u Rijeci, Medicinski fakultet Rijeka, 2009.

PALLARDY, Pierre, *Pobijediti umor, stres, potištenost i zaštiti svoje srce,* Biblioteka Oko tri ujutro, Zagreb, 2007.

POZAIĆ, Valentin, *Strah. Naš životni pratilac*, Filozofsko-teološki institut družbe Isusove u Zagrebu, Zagreb, 1995.

RAGUŽ, Ivica, *Sretni u nadi*, hilp, Zagreb, 2013.

RATZINGER, Joseph, *O vjeri, nadi i ljubavi*, Verbum, Split, 2007.

SZENTMARTONI, Mihaly, *Psihologija duhovnoga života,* Filozofsko-teološki institut družbe Isusove u Zagrebu, Zagreb, 1990.

ŠIPIĆ, Šimun, *Otkupljeni čovjek,* pregled *kršćanske etike. 3. svezak, bogoliki život*, Makarska, 1979.

TAMARUT, Anton, *Smijem biti slab,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2006.

ŽIVKOVIĆ, Andrija, *Kršćanske kreposti*, Zagreb, 1942.

Članci:

BEZIĆ, Živan, *Što je nada?,* u: CuS, 26 (1), 1991., str. 48.-55.

DODIG, Goran, *Anksiozna stanja i antidepresivi*, u: Medicus, 2002. Vol. 11, No. 2.

FUČEK, Ivan, *Krepostan čovjek- domet i zadatak,* u: CuS, 14 (3), 1979., str. 239-240.

GREGUREK, Rudolf, RAŽIĆ PAVIČIĆ, Andrea i GREGUREK ml., Rudolf, *Anksioznost: psihodinamski i neurobiološki dijalog,* u: Socijalna psihijatrija, Vol. 45 (2017.), br. 2, str. 117.-124.

LUJIĆ, Božo, *Abraham unutar „oblaka svjedoka" vjere (Heb 11, 8-19),* u: Bogoslovska smotra, Vol. 76, No. 3, 2007., str. 733.-754.

MAMIĆ, Josip, *Uloga nade u ostvarivanju Božje prisutnosti. Biti u prisutnosti-zov nade,* u: Bogoslovska smotra, 78 (4), 2008., str. 807.-821.

ORUČ, Ljiljana, MEMIĆ, Amra, KAPUR, Lejla, KREHIĆ, Jasmina, *Biološka osnova anksioznih poremećaja,* u: Medix, 2007., god. XIII., br. 71., str. 79.-83.

SINDIK, Joško, *„Problemski" pristup u razumijevanju ličnosti,* u: Metodički ogledi, 13 (2006.), br. 2, str. 63.-74.

ŠTRKALJ IVEZIĆ, Slađana, FOLNEGOVIĆ ŠMALC, Vera, MIMICA, Ninoslav, *Dijagnosticiranje anksioznih poremećaja,* u: Medix, 2007., god. XIII., broj 71.

ŠTRKALJ IVEZIĆ, Slađana, VUKOVIĆ, Anka, *Priručnik za pacijente. Program za samopomoć kod anksioznih poremećaja.*

TOMIĆ, Marko, *Pojam elpis u poslanicama Efežanima i Kološanima*, u: Bogoslovska smotra, Vol. 64, No. 1, 1995., str. 211.-218.

VRANJEŠ, Nikola, *Depresija-izazov za vjerničku praksu. Pastoralne mogućnosti i perspektive,* u: Riječki teološki časopis, Vol. 39, No. 1, 2012., str. 103.-116.

Dokumenti i crkveni izvori:

DENZINGER, Heinrich- HÜNERMANN, Peter, *Zbirka sažetaka, vjerovanja, definicija i izjava o ćudoređu,* UPT, Đakovo, 2002.

DRUGI VATIKANSKI SABOR, Apostolicam actuositatem, Dekret o apostolatu laika, u: *Dokumenti,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008.

DRUGI VATIKANSKI SABOR, Dei verbum, Dogmatska konstitucija o božanskoj objavi, u: *Dokumenti,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008.

DRUGI VATIKANSKI SABOR, Gaudium et spes. Pastoralna konstitucija o Crkvi u suvremenom svijetu, u: *Dokumenti,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008.

DRUGI VATIKANSKI SABOR, Lumen gentium, Dogmatska konstitucija o Crkvi, u: *Dokumenti,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008.

DRUGI VATIKANSKI SABOR, Sacrosanctum concilium, Konstitucija o svetoj liturgiji, u: *Dokumenti,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008.

DRUGI VATIKANSKI SABOR, Unitatis redintegratio, Dekret o ekumenizmu, u: *Dokumenti,* Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2008.

Enciklopedijski teološki rječnik: Sveto pismo, povijest, duhovnost, fundamentalna teologija, dogmatika, moral, ekumenizam, religije, uredio Aldo Starić, Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2009.

Jeruzalemska Biblija, Stari i Novi zavjet s uvodima i bilješkama iz „La Bible de Jérusalem", A. REBIĆ, J. FUĆAK, B. DUDA (ur.), Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2011.

Katekizam Katoličke Crkve, Hrvatska biskupska konferencija – Glas Koncila, Zagreb, 1994.

Kongregacija za kler, *Direktorij za službu i život prezbitera (D-161*), Kršćanska sadašnjost, Zagreb, 2013., br. 35.

Zbornici:

FISICHELLA, Salvatore, *Nada pak ne postiđuje*, u: *Kršćanska nada na početku novoga stoljeća*, Zbornik radova znanstvenoga skupa, priredili: N. A. ANČIĆ i N. BIŽACA, Split, 2001., str. 63.-76.

JUKIĆ, Vlado, *Je li danas psihoterapija zamjena za ispovijed?,* u: M. JURČIĆ, M. NIKIĆ, H. VUKUŠIĆ, *Vjera i zdravlje. Zbornik radova s interdisciplinarnog, multikonfesionalnog i internacionalnog simpozija održanog 2. ožujka 2005. godine na FFDI u Zagrebu (I. dio); Razni tekstovi na temu „Vjera i zdravlje" (II. dio),* zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2005., str. 333.-342.

MATELJAN, Ante, *Bolest i patnja-usud ili otajstvo?* u: M. JURČIĆ, M. NIKIĆ, H. VUKUŠIĆ, *Vjera i zdravlje. Zbornik radova s interdisciplinarnog, multikonfesionalnog i internacionalnog simpozija održanog 2. ožujka 2005. godine na FFDI u Zagrebu (I. dio); Razni tekstovi na temu „Vjera i zdravlje" (II. dio),* zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2005., str. 365.-366.

NIKIĆ, Mijo, *Psihologija sugestije i snaga vjere*, u: M. JURČIĆ, M. NIKIĆ, H. VUKUŠIĆ, *Vjera i zdravlje. Zbornik radova s interdisciplinarnog, multikonfesionalnog i internacionalnog simpozija održanog 2. ožujka 2005. godine na FFDI u Zagrebu (I. dio); razni tekstovi na temu „Vjera i zdravlje" (II. dio*), zaklada biskup Josip Lang, Zagreb, 2005., str. 9.-20.

ŠARČEVIĆ, Ivan, *Kršćanski razlog nade- odgovor na čovjekovo traženje smisla života,* u: *Kršćanska nada na početku novog stoljeća,* Zbornik radova znanstvenoga skupa, priredili: N. A. ANČIĆ i N. BIŽACA, Split, 2001., str. 99.-118.

VRANJEŠ, Nikola, *Pastoralna skrb Katoličke crkve za osobe oboljele od depresije,* u: Đ. LJUBIČIĆ i suradnici, *Depresija i duhovnost*, Sveučilište u Rijeci, Medicinski fakultet Rijeka, 2010.

Internet stranice:

http://hrcak.srce.hr/

http://www.klinicka-psihologija.hr/1.html

http://www.zg-nadbiskupija.hr/dokumenti/rijec-svetog-oca/nada-protiv-svake-nade-usp-rim-4-16-25

https://www.bitno.net/obitelj/dvije-vrste-samoce-ona-koja-nas-priblizava-bogu-i-ona-koja-nas-izolira/

Službena skripta:

VULETIĆ, Suzana*, „Psihopatološki" tipovi nezrele i moralno skrupulozne religioznosti (Skripta, ad usum privatum),* Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku, Katolički bogoslovni fakultet u Đakovu, Ak. God. 2012./2013.