

***PODSTAWOWE ZAGADNIENIA PSYCHOLOGII RELIGII*, RED. S. GŁAZ,  
WYDAWNICTWO WAM, KRAKÓW 2006, SS. 672.**

Przystępując do recenzji książki *Podstawowe zagadnienia psychologii religii*, pracy zbiorowej pod redakcją jezuitę, Stanisława Głaza, można stwierdzić, że w Polsce długo oczekiwano na tego rodzaju pozycję. Książka ta okaże się z pewnością wielce pożyteczną dla duszpasterzy, katechetów, teologów, psychologów, socjologów i przedstawicieli innych dyscyplin naukowych, zajmujących się w taki czy inny sposób fenomenem religijności człowieka. Z pewnością pozycja ta znajdzie też wielu czytelników wśród osób wierzących, pragnących pogłębić swoje rozumienie wiary i psychologię jej przeżywania. Może ona także być pomocną dla wielu osób niewierzących i poszukujących, gdyż ukazuje religię od strony psychologii jej doświad-

---

<sup>4</sup> Jan Paweł II, *Fides et Ratio*, 1.

czania, a jednocześnie prezentacja ta jest obiektywna, w sensie wolności od apriorycznego redukcjonizmu. I w takim znaczeniu jest to książka ze wszech miar godna zalecenia i nowa na polskim rynku wydawniczym<sup>5</sup>. Szczególnie cenny jest jej obiektywizm. Dotychczasowe bowiem opracowania tego tematu, dostępne w języku polskim, są pracami najczęściej obcych autorów i dodatkowo pisanymi z pozycji redukcjonistycznych<sup>6</sup>. Takie podejście (redukcjonistyczne) nie pozwala na właściwe ujęcie i zrozumienie badanego fenomenu religijności, co więcej, może wypaczyć, czy wręcz zupełnie zniekształcić jej obraz i znaczenie w życiu człowieka. Dlatego redaktor i jednocześnie jeden z autorów *Podstawowych zagadnień psychologii religii*, Stanisław Głaz, słusznie wskazuje na konsekwencje tak jednego (redukcjonistycznego) jak i drugiego (antyredukcjonistycznego, przyjmującego istnienie Transcendencji) podejścia, ze wskazaniem na trafność tego drugiego w następujących słowach: „Trzeba powiedzieć, że psychologia religii nie zajmuje się wprost problematyką istnienia czy nieistnienia rzeczywistości Transcendentnej. Bada jedynie wyobrażenia, obrazy, jakie poszczególne osoby mają o tej rzeczywistości. (...) Ale rodzi się pytanie, czy psycholog, zajmując się psychologią religii, jest usprawiedliwiony z pomijania kwestii istnienia Transcendencji. Świat przejawów życia religijnego człowieka, który jest przekonany o realności Transcendencji i przeświadczony o Jej obecności w jego życiu i otaczającym go świecie, może być przez psychologa negującego istnienie Transcendencji widziany i traktowany jako iluzje, złudzenia, urojenia, jako pewne symptomy patologii. Psycholog zaś przekonany o realności Transcendencji nie odważy się interpretować zjawisk życia religijnego człowieka w kategoriach patologii. Będzie on poszukiwał kryteriów pozwalających odróżnić symptomy patologii od autentycznej religijności” (s. 10). Wielkim więc i w pewnym sensie wyjątkowym w polskiej literaturze psychologicznej walorem omawianej książki jest jej obiektywne, antyredukcjonistyczne podejście do tajemnicy religijności człowieka i jego relacji do Transcendencji.

Książka jest owocem pracy 22 autorów, duchownych i świeckich, reprezentujących liczne polskie ośrodki akademickie (KUL, UJ,

---

<sup>5</sup> Wcześniej ukazała się praca S. Kuczkowskiego, *Psychologia religii*, Kraków 1991/1993. Nie była ona jednak tak wieloaspektowa, jak tu omawiana pozycja i mniej była oparta na dorobku polskiej psychologii religii.

<sup>6</sup> Mam tu na myśli głównie pracę D. M. Wulffa, *Psychologia religii klasyczna i współczesna*, tłum. z ang. P. Jabłoński, M. Sacha-Piekło, P. Socha, Warszawa 1999 i A. Favazzy, *Religia i psychologia*, tłum. z wł. B. Stokłosa, Warszawa 2006.

UKSW, UAM, Wyższa Szkoła Filozoficzno-Pedagogiczna „Ignatianum” w Krakowie, UŚ, UO, Akademia Pedagogiki Specjalnej w Warszawie, PWT we Wrocławiu), psychologów teoretyków i psychologów praktyków. Nie zaskakuje więc fakt, że, uwzględniając tak licznych autorów i ośrodki, jakie są reprezentowane, praca ukazuje dorobek i perspektywy psychologii religii w sposób wyczerpujący i wieloaspektowo.

Treść książki została podzielona na bloki tematyczne, w ramach których umieszczono artykuły poszczególnych autorów. W książce prezentowane są więc kolejno następujące zagadnienia: psychologia religii jako nauka, religijność jako temat badań psychologicznych, rozwój religijności człowieka w ciągu całego życia, struktura religijności, psychologiczna interpretacja form życia religijnego, znaczenie życia religijnego z perspektywy psychologii religii.

Już sama analiza tytułów bloków tematycznych potwierdza bogactwo treści. Książka jest kompendium wiedzy na temat psychologii religii w aspekcie występujących w niej teoretycznych koncepcji psychologii religii (zob. J. Szymołaon, *Koncepcje psychologii religii*), jak i ontogenezy religijności (zob. np. Cz. Walesa, *Rozwój religijności człowieka*) i struktury przeżywania religijności (zob. np. R. Jaworski, *Typologie religijności*). Niezwykle cenne jest ukazanie psychologicznego aspektu centralnych treści życia religijnego człowieka (zob. np. następujące artykuły: M. Wolicki, *Doświadczenie grzechu*; Tenże, *Doświadczenie łaski*; D. Krok, *Eucharystia*; K. Wojtasik, *Modlitwa*).

W części teoretycznej książki szczególnie godną bardziej szczegółowego przybliżenia wydaje mi się treść artykułu Cz. Walesy (s. 111-146). Autor, wychodząc od psychologicznej struktury religijności, na którą składają się: świadomość religijna, uczucia, decyzje, więź ze wspólnotą wierzących, praktyki religijne, moralność, doświadczenia religijne oraz formy wyznawania wiary, analizuje jej rozwój w kolejnych jego fazach. Warto zwrócić uwagę, że autor nie zamyka rozwoju religijności człowieka na osiągnięciu przez niego wieku dojrzałego. Przeciwnie, widzi rozwój człowieka jako dokonujący się w ciągu całego życia. W pierwszym okresie życia człowieka po urodzeniu, tzw. okresie przedreligijnym, poprzez doświadczenie synchronii z otoczeniem (zwłaszcza matką) i wzajemności relacji w dziecku kształtuje się gotowość na przyjęcie świata religii. Dziecko odczytuje ten świat jako apel, wezwanie, zwłaszcza gdy jego uwaga jest koncentrowana przez kochające je osoby na symbolach czy praktykach religijnych. Podkreślenie znaczenia tych bardzo wczesnych doświadczeń quasi-religijnych wydaje mi się bardzo cenne. Następnie

autor omawia specyfikę rozwoju religijności małego dziecka (2 i 3 rok życia), z decydującą tu rolą świadectwa rodziców, dziecka w okresie przedszkolnym (od 3, 5 do 6, 5 roku życia), z początkami interioryzacji, symbolizacji i intelektualizacji jego aktywności. To pozwala mu na ujmowanie, chociaż jeszcze bardzo infantylne, rzeczywistości jako pewnej całości. Jak stwierdza autor: „Nastawienie magiczne jest chyba najbardziej charakterystyczną cechą ujmowania rzeczywistości przez dzieci przedszkolne. Najbardziej istotna w dziecięcym nastawieniu magicznym jest: 1) wiara w siłę wyższą, 2) działającą według określonych reguł, 3) którą można się posługiwać, 4) ale trzeba znaleźć na nią sposób, 5) poprzez odpowiednie uczestniczenie i rytę” (s. 117). Tu znowu widoczna staje się rola rodziców w rozwoju religijności poprzez jej właściwe ukierunkowanie. Następnie autor omawia religijność dziecka w młodszym wieku szkolnym (7-11 lat) i podkreśla dominującą w niej otwartość i dyspozycyjność wobec Boga i wspólnoty wierzących. Dla religijności okresu dorastania (12-17 lat) charakterystyczne jest osiąganie autonomii religijnej (poczucie bycia odpowiedzialnym osobiście za swoje życie religijne. Od 16 roku życia pojawia się też, różnorodnie pojmowany (np. jako poszukiwanie „idealnego” Kościoła), idealizm. U młodzieży starszej (18-24 lata) pojawia się religijność autentyczna, oparta na „prawdziwości, oryginalności, szczerości, zgodności z wewnętrznymi ideałami i zasadami zachowań danej osoby” (s. 137). Autor ciekawie ujmuje różnice w religijności dziewcząt i chłopców. Religijność młodzieży żeńskiej jest bardziej emocjonalna, społeczna, skojarzeniowa, egzystencjalna, chłopców zaś bardziej intelektualna. Ponadto dziewczęta ujmują decyzje religijne w sposób bardziej całościowy, a zarazem konkretno-życiowy. Zaangażowanie w życie wspólnoty religijnej u kobiet opiera się na współzależności i przynależności, u mężczyzn zaś na poczuciu własnej kompetencji. Dostyc złożona jest kwestia praktyk religijnych: kobiety częściej uczestniczą w życiu religijnym, tym niemniej często głębsza jest motywacja uczestnictwa u mężczyzn. Dla kobiet częściej źródłem moralności jest więź z Bogiem i Kościołem. Mężczyźni natomiast częściej przeżywają poczucie winy, częściej ma ono u nich też charakter destrukcyjny. Omawiając religijność człowieka dorosłego, Cz. Walesa stwierdza, że we wczesnej dorosłości (25-40 lat) następuje zderzenie idealizmu z realiami życia. Pomocą w rozwoju religijnym może okazać się troska o wiarę własnych dzieci. Tu, może na skalę dość powszechną, potwierdza się prawdziwość stwierdzenia, że dzieci „niejednokrotnie przejawiały skuteczne i doniosłe posłannictwo religijne wobec osób dorosłych” (s. 145). Człowiek w średniej dorosłości (40-

60 lat) religijność realizuje poprzez zaangażowanie się w sprawy świata doczesnego motywowane religijnie, a więc o motywacji najczystszej, najgłębszej i najsilniejszej zarazem. Osoby starzejące się (od 60 roku życia), jeśli ich rozwój religijny przebiega właściwie, osiągają głęboki, oczyszczony wgląd w ostateczne spraw człowieka i odkrywają najgłębszy sens wiary.

Bardzo ciekawym, mieszczącym się również w części teoretycznej książki, artykułem jest opracowanie F. Głoda pt. *Kryzys religijny* (s. 179-200). Autor zauważa, że współczesna cywilizacja zorientowana antropocentrycznie (człowiek widziany jako absolut), w pewnym sensie wywołuje kryzysy religijne. „Przyczyn zatem częściej powstających kryzysów religijnych należy upatrywać w sposobie myślenia i przeżywania współczesnego człowieka, charakteryzującego się racjonalizmem, indywidualizmem, konsumpcjonizmem i krytycyzmem” (s. 179). Przez kryzys w psychologii współczesnej rozumie się stan emocjonalnego stresu, dezintegrującego funkcjonowanie człowieka i zmuszającego go do stawienia czoła tej trudnej sytuacji. Tak rozumiany kryzys charakteryzuje się dynamiką, ujmowaną najczęściej w trzech fazach. W pierwszej fazie w reakcji na stres emocjonalny uruchomione zostają dobrze znane, już wypróbowane schematy reagowania. W następnej fazie, na skutek dalszego działania stresora i zawodności stosowanych technik zaradczych narasta napięcie emocjonalne i ujawniają się symptomy dezintegracji psychicznej (objawy nerwicy, brak samodzielności, duża podatność na pomoc innych). W trzeciej fazie następuje dalszy wzrost napięcia i w związku z tym mobilizacja wszystkich sił osobowości oraz społecznego wsparcia w celu rozwiązania kryzysu. W tej fazie rozstrzyga się, czy człowiek znajdzie nowe, twórcze rozwiązanie trudności, co psychicznie ubogaci go i wzmocni, czy też zrezygnuje z rozwiązywania swoich problemów (np. przez rezygnację z wiary w przypadku kryzysu religijnego). F. Głód przedstawia w swoim artykule także typologię kryzysów religijnych. Wymienia on kryzysy religijne wieku dorastania, kryzysy związane z niewłaściwym obrazem Boga, kryzysy wynikające z konfliktu między przyjętym systemem wartości i własnym postępowaniem (np. w przypadku osób, które rozwiódły się i weszły w nowe związki, sytuacja osób, które odmawiają stosowania się do nauki Kościoła w zakresie seksualności), kryzysy dotyczące praktyk religijnych (głównym symptomem jest tu doświadczanie osłabnięcia lub zaniku emocjonalnej więzi z Panem Bogiem), kryzysy dotyczące roli i posłannictwa religijnego (dotykają najczęściej osób duchownych i żyjących w zakonach), kryzysy religijne występujące u sceptyków, ate-

istów i ludzi walczących z religią. F. Głód stwierdza, że kryzys religijny nie musi oznaczać katastrofy, albowiem ich doświadczanie, „z jednej strony łączy się z pewnym zagrożeniem i z bolesnymi przeżyciami dla jednostki, jednak – z drugiej strony – w czasie ich trwania osoby przeżywające kryzys mają szansę wytworzyć nowe mechanizmy przezwyciężenia trudności, które prowadzą do bardziej bogatego życia religijnego” (s. 199). Bardzo cenne są też wskazówki autora dotyczące właściwego, twórczego przezwyciężania kryzysu religijnego. Ważny jest tu pewien realizm jego oceny (znajomość jego przyczyn, treści, poznanie siebie), postawa nadziei na jego przezwyciężenie, całościowe jego ujmowanie w kontekście całości swojego życia, a nie tylko w kontekście wiary i trudności z nią związanych. Ważna jest tu umiejętność wykorzystywania dotychczasowych sposobów radzenia sobie z kryzysami. Dużą pomocą jest korzystanie z doświadczenia innych osób, które przeżyły kryzys tego typu oraz szukanie pomocy innych ludzi. Kryzys może też człowiekowi pomóc w odkryciu na nowo sensu cierpienia i potrzeby ascezy, nigdy jednak nie podejmowanej na własną rękę. Konieczną jest wierność modlitwie oraz po chrześcijańsku rozumiana cierpliwość względem siebie i wciąż ożywiana ufność w Bożą opiekę.

Szczególnie cenny jest pewien rys praktyczny, czyli ukazanie pomocy psychologii religii w pewnych, nieraz trudnych, kwestiach. Bardzo interesujący wydaje się artykuł na temat zagadnienia sumienia skrupulatnego (W. Szewczyk, *Sumienie skrupulatne – analiza przypadku*) oraz znaczenia religijności w sytuacji doświadczania choroby czy innego cierpienia (M. Wandrasz, *Choroba i cierpienie a religijność*). Szczególnie ważne są też artykuły dotyczące pewnych zaburzeń psychicznych charakterystycznych dla współczesnego świata, gdy chodzi o ich liczebność i rolę religii w pomocy ludziom nimi dotkniętym. Przykładem niech będą interesujące i pomocne praktycznie artykuły M. Starzomskiej *Religijność i anoreksja – rola poradnictwa* i S. Ślaskiego *Religijność a używanie substancji psychoaktywnych*.

W. Szewczyk stwierdza w swoim artykule, że osoba z sumieniem skrupulatnym „przeżywa koszmar dokuczliwych, natrętnych myśli i uczuć, które często stają się dla niej udręką zatruwającą radość jej życia i utrudniającą praktykowanie normalnego życia religijnego” (s. 490). Zaburzenie to należy ujmować jako przejaw zaburzeń osobowości, klasyfikowanych w diagnostyce jako „zaburzenie obsesyjno-kompulsywne”. Autor zwraca uwagę na to, że należy rozróżnić skrupuły młodych (związane często z rozwojem moralno-religijnym; przy właściwej pomocy możliwe do usunięcia), skrupuły świętych (epizo-

dy, doświadczenia duchowe) i skrupuły chorych (stan trwających nie-raz przez całe życie skrupułów, nieprawidłowy). Autor, opisując konkretny przypadek sumienia skrupulatnego, występującego u Sylwii, której pomagał, wskazuje na szereg psychologicznych technik mogących pomóc osobom z tym zaburzeniem, takich jak blokowanie, zmiana przedmiotu uwagi, opóźnienie, ekspozycja rzeczywista lub w wyobraźni. Ogólnie mówiąc, pomoc psychologiczna sprowadza się do działań redukujących napięcie emocjonalne (nieadekwatne, paraliżujące poczucie winy) i działań „upewniających”. Bardzo cenne są końcowe stwierdzenia autora: „Czy skrupulatom można naprawdę pomóc? I tak, i nie. Tak – ponieważ można się ze skrupułów wyrwać, zminimalizować je albo nauczyć je znosić i z nimi żyć. A nie, dlatego że trudno jest zmienić osobowość, zwłaszcza w zakresie zaburzeń nabytych w dzieciństwie i opartych na skomplikowanej, nadwrażliwej psychice. Cierpienie beznadziejne i trudne można u skrupulata w znacznym stopniu zamienić na cierpienie przeżywane z sensem. Do tego u skrupulata potrzeba pracy, wytrwałości, zaufania. Ale do tego potrzeba również u terapeuty, spowiednika, kierownika duchowego – cierpliwości, pokory i ufności” (s. 500).

Autorka artykułu o anoreksji, M. Starzomska, stawia bardzo ciekawe pytania na temat anoreksji psychicznej oraz kwestii istnienia tzw. anoreksji religijnej (część psychiatrów gotowa jest widzieć u niektórych świętych, np. św. Katarzyny ze Sieny objawy jadłowstrętu psychicznego o przyczynach religijnych). W diagnostyce psychiatrycznej wyróżnia się cztery kryteria diagnozy anoreksji (odmowa utrzymywania wagi ciała powyżej minimum wagi normalnej dla danego wieku i wzrostu, silny lęk przed przybraniem na wadze, występujący nawet w sytuacji niedowagi, zaburzenie sposobu doświadczania wagi, rozmiaru i kształtu ciała, zanik cykli menstruacyjnych u kobiet a u mężczyzn zanik libido). Anoreksja, choć trudna do określenia, jest niebezpieczna, gdyż 8-18% jej przypadków kończy się śmiercią z powodu wyniszczenia organizmu.

Dalej autorka podejmuje dyskusję ze zwolennikami identyfikacji dzisiejszej anoreksji psychicznej z postawą postu i wyrzeczenia się niektórych świętych ze średniowiecza. Zwolennicy utożsamiania anoreksji z postawami średniowiecznej ascezy niektórych świętych twierdzą, że różni te dwie formy zachowania tylko tzw. „wyzwalacz” jadłowstrętu; kiedyś był to kult Boga, dzisiaj jest to kult ciała. Znaczenie jednak, zdaniem tych autorów, tych „wyzwalaczy” jest takie samo. Jak zauważa Starzomska, „badacze zaobserwowali, że media, a zwłaszcza reklamy oraz strony internetowe dotyczące jedzenia, używają bardzo

często moralnych i religijnych odniesień. Badacze analizowali język oraz obrazy pojawiające się w kilku reprezentatywnych reklamach dotyczących jedzenia i okazało się, że najczęściej używane słowa w tych reklamach to: «pokusa», «chylący się ku upadkowi», «niebo» i «czystość». Zatem takie reklamy łączyły jedzenie albo z grzechem, albo z niebem, co niewątpliwie kieruje uwagę odbiorcy tych reklam na wartości moralne obecne w religiach. Badacze podkreślają, że zwłaszcza reklamy identyfikujące jedzenie z grzechem mogą u wrażliwych jednostek zapoczątkowywać anoreksję jako metodę uniknięcia grzechu” (s. 550). Ponadto autorzy ci podkreślają wspólny anorektyczkom i świętym perfekcjonizm, dążenie do doskonałości, przekraczanie granic przeciętności. Te obserwacje skłaniają część psychiatrów i psychologów do utożsamiania pojęcia anoreksji z pewnymi formami ascezy średniowiecznej i mówienia o anoreksji religijnej. Takie podejście należy jednak skrytykować i odrzucić. Przede wszystkim zbyt łatwo utożsamia się współczesne używanie pojęć „ascetyzm”, „post” z ich znaczeniem religijnym, a przecież zachodzą tu diametralne różnice wpływające na motywację. Ponadto dążenie do perfekcjonizmu anorektyczek ma charakter „totalny”, odrzucający jakąkolwiek słabość, czy niedoskonałość w jakiegokolwiek sferze. Ponadto jest to perfekcjonizm liczenia tylko na siebie, a przez to zbyt rygorystyczny, karzący siebie w przypadku każdej słabości i nierealistyczny. Zupełnie inaczej wygląda dążenie do perfekcjonizmu świętych. Oparte jest ono na ufności w Bożą miłość, realistycznym ocenianiu siebie jako grzesznika, a więc kogoś niedoskonałego, cechuje się akceptacją niedoskonałości czy braków w pewnych sferach (np. intelektualnej itp.), oznacza ćwiczenie się w cnocie chrześcijańskiej cierpliwości względem siebie. Dlatego Starzomska trafnie stwierdza, że w „biografiach głodujących świętych nie ma ani słowa wprost o samorealizacji, a wręcz przeciwnie, porusza ich pokora, która nie jest zniekształcona przez zaniżone poczucie wartości, ale jest podbudowana ufnością w Miłosierdzie Boże i sens połączenia z Bogiem” (s. 552). Bardzo ciekawe są też wskazówki autorki na temat religijnego aspektu pomocy osobom cierpiącym na anoreksję. Przede wszystkim należy u takich osób budować religijność opartą na ufności do Boga i Jego Miłości, zmniejszać lęk współwystępujący u tych osób z religijnością. Ponadto należy wzmacniać w ich życiu rolę wartości duchowych, bezpośrednio związanych z wiarą (dominujących w życiu „głodujących” świętych). Osoby cierpiące na anoreksję swoim cierpieniem potwierdzają bowiem bezsens życia opartego tylko i wyłącznie na wartościach fizycznych i materialnych. Osoby „z anoreksją są żywym symbolem tego chaosu wartości.

Chociaż jeszcze do niedawna krytykowano okres średniowiecza, podkreślając jego „ciemnotę”, jednak wydaje się, że ówczesny post czy ascezę trudno porównywać ze współczesnymi, tyleż magicznymi, co i bezsensownymi wysiłkami osób z anoreksją” (s. 561).

Prezentacja omawianej książki jest siłą rzeczy, zważywszy na bogactwo jej treści i objętość, wybiórcza i ograniczona. Już to jednak wystarczy, by książkę tę ze wszech miar polecać wszystkim zainteresowanym zagadnieniem religijności w wymiarze psychologicznym. Książka jest cenną pozycją tak ze względu na wielość aspektów ujmowania problematyki religijności, głębię i wnikliwość prezentacji omawianego materiału, polskich autorów reprezentujących liczne polskie ośrodki akademickie i, co szczególnie istotne, antyredukcyjno-styczne podejście do religii, bardzo rzadko obecne w psychologii religii.

**Ks. BRONISŁAW GRULKOWSKI**  
GDAŃSKIE SEMINARIUM DUCHOWNE