

ZDROWIE PSYCHICZNE W ŻYCIU RELIGIJNYM PARAFII

Prawie do naszych czasów nikt nie interesował się zdrowiem psychicznym, ani jego korelacją z życiem religijnym. Duszpasterze w parafiach byli nieraz świadkami dziwnych zdarzeń w tej dziedzinie, ale przeciążeni pracą pozostawiali te sprawy medycynie. Nie było czasu na szukanie przyczyn tych schorzeń, ani na troskę o psychohigienę.

Medycyna zacieśniała się do strony somatycznej człowieka, jej badania miały charakter anatomiczno-fizjologiczny¹, opierały się najczęściej na empirycznym ustaleniu typicznego procesu zmian funkcjonalnych i morfologicznych w organizmie ludzkim celem niesienia cierpiącemu praktycznej pomocy. W diagnozie i terapii brany był pod uwagę tylko cierpiący organ pacjenta, a nie człowiek jako całość z duszą i ciałem.² Nie dostrzegano wyraźnie integracji duszy z ciałem, ani wzajemnego związku między czynnikami duchowymi i organicznymi. Uczeni nie uświadamiali sobie, że dusza i ciało tworzą jedną całość, a cokolwiek się dzieje w tej czy innej dziedzinie musi obejmować całą ludzką osobowość, nawet jej wiarę.³ W chorobie widziano proces organiczny, oderwany od całości pacjenta.⁴ Jej źródła szukano w mózgu, zaś w ostatnich dziesiątkach lat w systemie nerwowym.⁵ Pojęcie zdrowia, schorzeń i leczenia zacieśniane było do płaszczyzny somatycznej.⁶ W cierpieniach pacjenta widziano proces organiczny, który dokonuje się niezależnie od jego naturalnych i nadprzyrodzonych aspiracji. Istniało przekonanie, iż duch nie może chorować. W ciągu wieków wytworzyło się mniemanie, iż troska o ciało należy do

¹ Fr. X. Arnold, *Arzt und Seelsorger im Dienst am Kranken*, „Anima“ 3 (1962), s. 206.

² A. Niedermeyer, *Handbuch der speziellen Pastoralmedizin*, V. s. 70; Fr. Arnold, tamże, s. 207.

³ H. Dobbelsstein, *Neurose und Glaubenskrisen*, „Anima“ 1 (1958), s. 30.

⁴ L. M. Weber, *Gesundheit, Krankheit und Heilung in Verständniss der Theologie*, „Diakonia“ 3 (1966) s. 132—141.

⁵ T. Bilikiewicz, *Psychoterapia w praktyce ogólnolekarskiej*, W-wa, 1966, s. 25, 52.

⁶ Fr. X. Arnold, tamże, s. 207; A. Niedermeyer, s. 7—10.

medycyny, zaś dusza pojmowana odrębnie od ciała, jako byt niematerialny, miała być przedmiotem rozważań teologii. Duszpasterstwo miało się interesować tylko pracą w parafii nad zbawieniem duszy, a jakiegokolwiek cierpienia psychiczne wykraczały poza zadania tzw. *cura animarum*. W takiej sytuacji ani lekarze, ani duchowni nie myśleli o potrzebie zadań profilaktycznych przed schorzeniami psychicznymi. Co więcej, nie dostrzegali nawet żadnego związku między zaburzeniami psychicznymi i życiem religijnym jednostki. Do dziś — pisze prof. T. Bilikiewicz — wielu lekarzy nie docenia czynnika psychicznego, a psychiatria w naszym kraju nie jest uznawana za dyscyplinę podstawową.⁷

Dopiero w ostatnich latach uczeni zauważyli związek między stanem psychicznym a wiarą jednostek, dostrzegli wyraźny wpływ zaburzeń psychicznych na życie religijne.⁸ Po ostatniej wojnie A. Snoeck przekonywająco wskazał na potrzebę higieny psychicznej w życiu jednostki i społeczności.⁹ Jego myśli o relacjach między stanem psychicznym a wiarą jednostek rozwinął później B. Egenter, a w ostatnich latach B. Dobbelsstein.¹⁰ Psychiatra Han Fortmann w swojej książce ukazał stosunek schorzeń psychicznych do życia religijnego, sięgając do współczesnych przyczyn niedomagań życia duchowego w społeczności chrześcijańskiej.¹¹ Zagadnienie to powinno stać się dziś przedmiotem zainteresowania każdego duszpasterza w parafii.

ODKRYCIE JEDNOŚCI DUSZY I CIAŁA

Trzeba było wielu pokoleń i wielkich lekarzy, zanim dostrzeżono w człowieku integrację duszy z ciałem. Chociaż słowo „psyche“ do dziś różnie bywa rozumiane w języku lekarskim, to już większość współczesnych uczonych widzi w człowieku jeden, niepodzielny byt. Wielu lekarzy doszukuje się aktów psychicznych w mózgu lub systemie nerwowym, ale już dziś nie mają wątpliwości co do integracji duszy z ciałem, jako jednej, niepodzielnej całości.¹² Widzą to nawet ci, którzy boją się używać słowa „dusza“, by przypadkiem nie utożsamić tego pojęcia z wyobraże-

⁷ T. Bilikiewicz, tamże, s. 49; „...mocz i stolce traktowane są z poważaniem, zaburzenia psychiczne nigdy, bo panuje niewiedza u samych lekarzy“.

⁸ E. Jud, *Pastoralpsychologie ein Postulat der Zeitsseelsorge*, Wesentl. Seelsorge, Luzern, 1945.

⁹ *Der Christ und seine Gesundheit im Selbstverantwortung und Gemeinschaftsleben*, München, 1599, s. 10—12.

¹⁰ *Seelische Krisen und aertzliche Behandlung*, „Anima“ 3, 1964, s. 181.

¹¹ *Geistige Gesundheit und religiöses Leben*, Wien 1968.

¹² T. Bilikiewicz, dz. cyt., s. 20 tak pisze: „Człowiek jest jednością psychiczną i w mózgu dokonują się procesy psychofizjologiczne, które nigdy nie są ani czysto psychiczne, ani czysto somatyczne“.

niem metafizycznym. Opowiadają się raczej za słowem „psyche“, bo ta nazwa mniej uwydatnia aspekt duchowy i niematerialny.¹³

W. P. Hess, lekarz z Zurychu, laureat nagrody Nobla, dowiódł ścisłego związku między świadomością, afektami i odczuciami cielesnymi.¹⁴ W. Umbricht nie ma żadnej wątpliwości, że dusza ludzka jest całkiem inna niż u zwierzęcia: ona ożywia ciało, tworzy z nim jedną osobowość.¹⁵ W człowieku istnieje jedność, bo cielesne wydarzenia, pożyteczne czy szkodliwe prowadzą do odczuć duchowych i odwrotnie.¹⁶

Od tego odkrycia zmieniło się spojrzenie na zdrowie, chorobę i leczenie. W takim ujęciu sfera duchowa nie jest całkiem niezależna od biologicznej. Przeciwnie, między duchem i ciałem istnieje stałe, wzajemne oddziaływanie. Dolegliwości cielesne wypowiadają się w psychice człowieka, zaś przeżycia duchowe, zmartwienia i konflikty mogą wywoływać zmiany organiczne hamujące funkcje ciała. Dziś już — jak pisze Fr. X. Arnold — nie ujdzie uwagi lekarza, iż „często za ciężkimi cielesnymi schorzeniami stoją konflikty duchowe“.¹⁷ Codzienne doświadczenie wskazuje, jak często głębokie przeżycia i afekty wywołują zmiany organiczne, prowadzą do bólów głowy, bezsenności, a nawet hamują funkcje rozrodcze.¹⁸ I odwrotnie, uleczenie ciężkiej choroby albo udana operacja przynoszą ulgę duchową napędzając duszę radością. Skoro lekarz w żaden sposób nie odkryje przyczyny choroby w organizmie, może jej poszukiwać w sferze duchowej, choć nie będzie to zadanie łatwe ze względu na niedostrzegalność zmian, a czasem i wstydliwość pacjenta — jednak jest to konieczne, bo nauka powszechnie już przyjmuje jedność osobowości człowieka; coraz więcej pisze się o stosunkach psychosomatycznych jednostki ludzkiej i psychosomatycznej medycynie.¹⁹

Uczeni katoliccy w swych badaniach poszli jeszcze dalej. Widzą w człowieku coś więcej, niż osobowość z jej świadomym działaniem. W ich przekonaniu duszy nie stanowią same akty czy przeżycia, jej cechą istotną jest nie tylko niematerialność, lecz i nieśmiertelność. Dusza

¹³ T. Bilikiewicz, *Psychiatria kliniczna*, W-wa, 1969, s. 1 nie chce używać słowa „dusza“, aby „pojęcia tego nie utożsamiać z wyobrażeniami metafizycznymi i popularnymi, według których dusza byłaby istotą bezcielesną, żyjącą w ciele, lecz zdolną w pewnych warunkach żyć niezależnie od ciała“.

¹⁴ W. Umbricht, *Psychosomatische Medizin und christliche Lebensordnung*, „Anima“ 3 (1960), s. 265.

¹⁵ W. Umbricht, *Bibel und moderne Medizin*, „Anima“ 2 (1965), s. 204.

¹⁶ W. Umbricht, *Die persönliche Verantwortung für die Gesundheit und moderne Lebensgewohnheiten*, „Anima“ 3 (1961), s. 177.

¹⁷ Tamże, s. 212; T. Bilikiewicz, *Psychoterapia*, tamże, s. 32.

¹⁸ W. Umbricht, *Psychosom. Medizin und christl. Lebensordnung*, „Anima“ 3 (1960), s. 265.

¹⁹ W. Umbricht, *Psychosomatische Medizin und christliche Lebensordnung*, „Anima“ 3 (1960), s. 265; H. Döbelstein, *Seelische Krisen und ärztliche Behandlung*, „Anima“ 3 (1964) s. 181.

człowieka została stworzona na obraz i podobieństwo Boże.²⁰ Jest to dusza istotnie inna, niż u zwierzęcia, bo obdarowana przez Stwórcę różnymi darami naturalnymi i nadprzyrodzonymi, przeznaczona do szczęścia wiecznego. Człowiek posiada wyznaczony cel swego życia, a drogę do tego celu ukazał mu Stwórca w swoich przykazaniach.²¹ Te przykazania nie są człowiekowi narzucone, lecz ontycznie związane z wyznaczonym celem. Jeśli człowiek postępuje w myśl ukazanego porządku, to tym samym rozwija się normalnie, jest zdrowy i zachowuje równowagę psychiczną. I przeciwnie, jeśli dokonuje bojkotu wskazań Stwórcy, wybiera inną drogę — to tym samym zdradza samego siebie.²² Tym samym naraża się na zachwianie integracji wewnętrznej, co ujawnia się w najrozmaitszych neurozach i psychozach.²³

W ten sposób lekarze katoliccy tworzą chrześcijańską antropologię, biorąc pod uwagę wszystko, czego Stwórca chciał od człowieka, który od Niego wyszedł i do Niego zmierza.

Wyżej starałem się wykazać jak psychozy i neurozy naruszają psychosomatyczną jedność osobowości człowieka. Odkrycie tej jedności z perspektywą sięgającą poza granice porządku naturalnego staje się podstawą do nowej definicji zdrowia, choroby i leczenia.

NOWA DEFINICJA ZDROWIA, CHOROBY I LECZENIA

Psychiatra H. Fortmann nazywa zdrowie pojęciem wieloznacznym.²⁴ Jest ono czymś więcej, niż wolnością od zmian organicznych i schorzeń systemu nerwowego, obejmuje całego człowieka, a więc nie tylko sferę

²⁰ Fr. v. Gagern, *Selbstverwirklichung und Neurose im Lichte der zehn Gebote*, „Anima“ 1 (1955) s. 15.

²¹ W. Umbricht, *Bibel und moderne Medizin*, „Anima“ 2 (1965), s. 204.

²² Fr. v. Gagern, tamże, s. 15; O. Loretz, *Mensch, als Ebenbild Gottes*, „Anima“ 2 (1964) s. 109; W. Umbricht, *Psychosom. Med.*, tamże, s. 271.

²³ H. Dobbstein, *Seelische Krisen und ärztliche Behandlung*, „Anima“ 3 (1964), s. 176; R. Siebeck usiłuje określić neurozę, jako obciążenie osoby, jednak odróżnienie neuroz od psychoz nie jest łatwe. Wiele związków pogranicznych w tych sprawach nie jest zbadanych. W neurozach uczeni widzą zaburzenia więcej związane z częściami organicznymi. Upatrują także stany nerwicowe, załamania nerwowe, niedomagania serca (G. Siegmund, *Des Menschen Herz als Gegenstand priesterlicher Sorge*, „Anima“ 3 (1962), s. 243). Psychozy są to jakies niedomagania więcej duchowe, psychogeniczne w rodzaju zaburzeń w przeżywaniu konfliktów, przy czym dużą rolę odgrywa psychopatyczna konstytucja i podatność ciała (*Handbuch der Pastoraltheologie*, s. 181). Do psychoz zalicza się zaburzenia cielesne ze specyficznym utrudnieniem w sferze duchowej (E. Gebattel, *Prolegomena einer medizin. Anthropologie*, Berlin, 1964, s. 18—46 i 72). Do psychoz należą lęki depresyjne. Ich dyspozycją jest poczucie małowartościowości, lub inne przeczulenia. Istnieją także psychozy geniuszów, więcej skłonnych do zaburzeń, niż inni ludzie. Ich duch jest znacznie bogatszy (H. Fortmann, s. 21). Należą do nich schorzenia psychosomatyczne w dziedzinie ustosunkowania do spraw metafizycznych, do środowiska i siebie.

²⁴ dz. cyt., s. 50.

ciała, ale także stan psychiczny, dobre samopoczucie jednostki. Ten ostatni, subiektywny moment, nie posiada decydującego znaczenia, bo są i schorzenia graniczne bez świadomości choroby, są także cierpienia bez zmian somatycznych.²⁵ Na zdrowie składa się wiele czynników. Obejmuje ono wolność od niebezpieczeństwa życia, od lęku i nędzy, możliwość osiągnięć zawodowych, radość z przeżywanej przyjaźni, dobre samopoczucie duchowe i socjalne. Jest ono nawet czymś więcej, jest wolnością od niebezpieczeństwa utraty zbawienia wiecznego, a tym samym od win oraz nieporządków w odniesieniu do Boga. Składają się na nie dobra cielesno-duchowe.²⁶

Jeśli spojrzymy na zdrowie od strony duchowej, przekonamy się, że również obejmuje ono porządek cielesno-psychicznego oblicza człowieka, a przede wszystkim pełną integrację jego osobowości. Będzie to właściwy stosunek duszy do ciała, a więc pełna autonomia organów i funkcji, pełna swoboda podporządkowania wszystkich popędów jednej całości, zdolność realizowania własnych możliwości i realistyczne nastawienie do otoczenia.²⁷

Zdrowie psychiczne tak dalece wiąże się z uczuciami i popędami, które chcą się wyłamać od rozkazów naszego rozumu i woli, ukrywając się często poza świadomością²⁸, że człowiekiem zdrowym nazywamy tego, u którego te uczucia i popędy poddają się kierownictwu ducha bez żadnej trudności.²⁹ Dolegliwości psychiczne obejmują także całą osobowość człowieka. Mogą to być konflikty między afektami i rozumem, zaburzenia afektywne w ustosunkowaniu do siebie samego i do społeczności w najrozmaitszych odcieniach i stopniach. Jeśli siła wewnętrzna popędów wymyka się kontroli umysłu i woli — to stają się one dynamizmami destruktywnymi, nieodpowiedzialnymi, co grozi wolności i godności człowieka; taki np. jest nałóg alkoholizmu paraliżujący wszelkie wysiłki dobrej woli. Jeżeli zachowanie wykracza poza normy wychowania, czy ukształtowania sumienia, to powstaje konflikt z własnym sumieniem³⁰, co przejawiać się może w napięciach i niepokojach, lękach i smutku, które trudno opanować. Jeśli H. Fortmann twierdzi, iż nawet ludzie zdrowi nie są całkiem wolni od pewnych zaburzeń w postaci mniejszych czy większych dolegliwości — to cóż mówić o tych, którzy noszą w sobie specjalne

²⁵ T. Bilikiewicz, *Psych. klin.*, s. 2; *Handbuch der Pastoralh.*, s. 181.

²⁶ W. Umbricht, *Die pers. Verantw., für die Gesundheit*, tamże, 17—20.

²⁷ H. Fortmann, dz. cyt. s. 15 — „Powinna być integracja, zgodność między duchem i popędami, a więc stan pełnej integracji między uczuciami i rozumem. Nie powinny nimi kierować uczucia.

²⁸ H. Fortmann, dz. cyt. s. 15.

²⁹ Por. ks. E. Ożóg, *Konflikty psychiczne i społeczne współczesnego człowieka*, AK, 368, s. 362; H. Fortmann, dz. cyt. 16—17.

³⁰ E. Ożóg, tamże, s. 368.

dyspozycje.³¹ Schorzenie może mieć różne wymiary, stopnie, mniejsze czy większe płaszczyzny. Współcześni lekarze najczęściej zatrzymują się przy życiu afektywnym, a więc formach ustosunkowania się do świata zewnętrznego, dlatego ich definicje zdrowia psychicznego tak bardzo różnią się od tych, które usiłują objąć szerszy zakres, sięgając do dziedziny metafizycznej, a więc i przeznaczenia człowieka.³² W tym ostatnim spojrzeniu lekarzy katolickich zaburzenia czy schorzenia psychiczne stanowią niedomagania całej ludzkiej osoby w odniesieniu do Boga, do środowiska i do siebie. Obejmują sferę duszy i ciała, świadomości i podświadomości, natury i nadnatury. Każdy z nas jest cudownym dziełem Bożym, istotą obdarzoną darami naturalnymi i nadprzyrodzonymi, dążącą do nieba. Czujemy się dobrze, kiedy przeżywamy w duszy pokój Boży, zadowolenie i szczęście jako znamię nowego, z Boga narodzonego dziecka Bożego, uszczęśliwionego łaską Ducha Św.

Jak zdrowia i choroby nie możemy zacieśnić tylko do strony somatycznej, oderwać ich od całości osoby, tak też konieczna jest zmiana pojęcia leczenia, musi ono objąć również całego człowieka. „Doświadczenia nowej medycyny — jak pisze L. M. Weber — wykazały, iż potraktowanie schorzeń w izolacji od całości prowadzi do błędów. Szukanie środków leczniczych jedynie w pastylkach chemicznych i nadużywanie tych środków może być szkodliwe.³⁴ Nie wystarczy także w niektórych wypadkach leczenie zaburzeń na płaszczyźnie czysto naturalnej. Od odkrycia jedności psychosomatycznej w człowieku otwarła się droga do leczenia całej osobowości pacjenta w jej odniesieniu do Boga, do środowiska i do siebie samego. Otwarła się droga do liczenia się z całą osobowością człowieka, z jego duszą nieśmiertelną i jej aspiracjami. Medycyna — jak podkreśla lekarz szwajcarski — jest człowiekowi potrzebna, ale ona sama nie wystarczy mu — potrzebna jest także Biblia.³⁵

WSPÓŁCZESNA FALA CIERPIEŃ DUCHOWYCH

Nie mam zamiaru dotykać klasycznych schorzeń psychicznych, ciągle omawianych w literaturze medycznej, wspomnę tylko dolegliwości zwią-

³¹ H. Fortmann, dz. cyt. s. 71.

³² Por. H. Dąbrowski, Miejsce psychoterapii w ruchu higieny psychicznej, Problemy psychoterapii, W-wa, 1966, s. 37; St. Cwynar, O zadaniach zdrowia psychicznego, W-wa 2, 1968. Tu widać owe zacieśnione definicje. Autor pisze: „Zdrowie psychiczne jest to zdolność do najbardziej celowego reagowania na zaistniałe sytuacje“. K. Dąbrowski: „...zdolność najbardziej prawidłowego procesu przemian psychicznych jednostki, zdolność do rozwoju w kierunku coraz wyższej hierarchii celów, aż do ideału osobowości“.

³³ H. Fortmann, dz. cyt. s. 72 oraz L. M. Weber Neue Gegebenheiten, Unveränderte Menschheitsfragen, Arzt und Christ, 11 (1965) s. 21.

³⁴ Gesundheit, Krankheit und Heilung im Verständniss der Theologie, „Diakonia“ 3 (1969), s. 142.

³⁵ W. Umbricht, Bibel und Medizin, tamże, s. 208.

zane z naszą epoką, z rozwojem duchowym współczesnego pokolenia, i to w ramach spostrzeżeń w życiu parafialnym. Występują one wszędzie w krajach o rozwiniętej cywilizacji, nie brak ich i w naszych warunkach — są to tzw. neurozy. O szerokim zasięgu tych cierpień dowiadujemy się ze współczesnej literatury. H. Dobbelstein pisze: „Neurozy należą do najczęstszych cierpień naszych czasów“.³⁶ Zanikają obecnie coraz więcej fale chorób infekcyjnych, a na ich miejsce pojawia się lawina dolegliwości psychosomatycznych.³⁷ Przychodzi ona w chwili, gdy już goją się urazy przeszłości i nauka opanowuje schorzenia biosfery. Niedomagania sfery psychicznej są mniej dostrzegalne od chorób ciała i dlatego trudniejsze do opanowania. Często lekarze nie widzą żadnych zmian organicznych, a jednak wielu ludzi nie sypia całymi tygodniami, odczuwają bóle głowy, lub zaburzenia w czynnościach serca. Są cierpienia duchowe, które nie grożą śmiercią, ale stają się klęską o zasięgu społecznym³⁸, wpływają na samopoczucie jednostki, zmniejszają jej zapał do pracy, a tym samym wydajność. W wielu krajach istnieje już gęsta sieć szpitali psychiatrycznych, ale i ich budowa nie nadąża za rozmiarami nowej klęski społecznej.³⁹

Te tak specyficzne dla naszej epoki cierpienia duchowe wpływają ujemnie na układ nerwowy. Z życia psychicznego jednostek wyrasta patogeneza stanów nerwowych i takich schorzeń somatycznych, jak choroby wieńcowe, zawały serca, skleroza naczyń, cukrzyca. Doświadczenia wykazały wyraźny wpływ długotrwałych lęków i napięć na działalność serca u tych osób, które pracują w ciągłym napięciu psychicznym.⁴⁰

Dziś mamy tak dużo przejawów dolegliwości psychicznych, że ani psychologia, ani psychiatria nie są w stanie dokładnie wyliczyć ich i sklasyfikować, są one ciągle przedmiotem badań. Nad lekkimi dolegliwościami tego rodzaju przechodzi się zwykle do porządku dziennego, w najlepszym

³⁶ Neurose und Glaubenskrisen, „Anima“ 2 (1958) s. 133.

³⁷ W. Umbricht, Bibel und Medizin, tamże, s. 206. Autor wskazuje na historyczną zmianę w chorobach naszej epoki. Cechują ją schorzenia neurotyczne i sercowe (s. 267). Połowa pacjentów cierpi na schorzenia duchowe. Nie pomagają nawet urządzenia socjalne w Szwecji oraz w USA. Tam tych cierpień jest dużo. Choroby te wiążą się z duchowym rozwojem ludzkości. Zdobywamy świat, a tracimy duszę.

³⁸ T. Bilikiewicz, dz. cyt. s. 39: „Szkieleto mędrca nie może sięgnąć do źródeł klęski społecznej nerwic. Mało kto dostrzega, a wielu nie chce widzieć rozmiarów tego zagadnienia, które rzutuje na miarę rozwoju cywilizacji“; W. Demal, Praktische Pastoralpsychologie, Wien, 1953, s. 311.

³⁹ W. Umbricht, Bibel und Medizin, tamże, s. 311.

⁴⁰ G. Siegmund, tamże, s. 239—244: „Ludzie stają się ofiarami zawodu, niepewności, niepokoju, gdyż to wszystko wpływa na obieg krwi. Autor podaje statystykę oraz zestawienie zawodów cierpiących na komplikacje serca. Na pierwszym miejscu stawia lekarzy (60%), na drugim bankierów, adwokatów, zaś na ostatnim (2%) rolników. Ci ludzie są ofiarami przeciążenia psychicznego, mocnych napięć psychicznych, nieregulowanego trybu życia, braku ruchu oraz nadużywania środków podniecających“.

razie aplikuje się środki uspokajające, nie bacząc na to, że niepozorne dolegliwości duchowe często czynią człowieka mniej lub więcej nienormalnym.

Jesteśmy bardzo często świadkami zaburzeń depresyjnych u ogromnej ilości ludzi, a więc psychozy o charakterze psychoorganicznym w różnych stopniach nasilenia. Spotykamy ją nawet u młodzieży w postaci pewnego przygnębienia.⁴¹

Cóż więc mówić o starszych, którzy często poddają się smutkom, martwią się drobiazgami, przejmują każdym niepowodzeniem, ulegają pesymizmowi. Nie widząc nadziei na lepszą przyszłość, oczekują od losu wszystkiego najgorszego dla siebie i swoich bliźnich, odczuwają poczucie małowartościowości, co powoli staje się podłożem do dalszych psychoz i anomalii.⁴² Tym ludziom nie jest łatwo podjąć decyzję, ich wysiłki umysłowe stają się coraz więcej uciążliwe, nierzadko wydaje im się, iż cierpią od innych, nikt im nie może dogodzić, zrażają się szybko do otoczenia, dręczą najbliższych.⁴³ Powoli poczucie małowartościowości może się wzmacniać aż do niechęci do życia, chcieliby to życie zakończyć, by się pozbyć napięć duchowych.⁴⁴ Jesteśmy świadkami, jak te niepozorne i lekceważone przeżycia duchowe stają się powodem tragedii. Im bardziej rozwija się cywilizacja, tym szybciej rośnie liczba samobójstw.⁴⁵

Jesteśmy także świadkami jakiegoś niepokoju wewnętrznego wśród dzisiejszych ludzi. Jest cała skala przeżyć lękowych od niepewności siebie, aż po strach i trwogę. Jednostki te ogarnia obawa o przyszłość, lęk przed otoczeniem. Jeśli kiedy, to dziś można mówić o podświadomym lęku na płaszczyźnie duchowej, społecznej, międzynarodowej, a nawet wyznaniowej. Jeszcze nie całkiem poszły w zapomnienie rany ostatniej wojny, a już w świadomości ludzi wytworzyły się skamieniałe struktury nieufności wzajemnej. Mimo woli człowiek pyta, co będzie dalej. Jak wiek siedemnasty nazywano wiekiem matematyki, osiemnasty wiekiem fizyki,

⁴¹ H. Dobbstein, Psychosen insbesondere Depressionen bei Jugendlichen, „Anima“ 1 (1961) oraz Zur Psychologie des verzweifelten Menschen, „Anima“ 2 (1958), s. 128.

⁴² Fl. Decurtins, Die seelische Depression in psychiatrischer Sicht, „Anima“ 2 (1958) s. 135.

⁴³ A. Niedermeyer, dz. cyt., s. 98.

⁴⁴ Fl. Decurtins, tamże, s. 136; T. Bilikiewicz, Psychiatria kliniczna, tamże, s. 122.

⁴⁵ Fr. Hołyst, Samobójstwa w Polsce i w niektórych państwach, „Zdrowie Psychiczne“, 2 (1968), s. 11—15. Jak podaje autor, najwięcej samobójstw mamy w większych miastach (Katowice, Łódź, Warszawa, Wrocław); Cz. Cekiera, Usiłowanie samobójstw w świetle inwentarza, „Zdrowie Psychiczne“ 1 (1968), s. 35. Autor pisze: „Większość samobójstw odbywa się pod wpływem zaburzeń depresyjnych. Najczęściej popełniają ją samotni. Nie mają dla kogo żyć“; Fl. Decurtins — wiąże samobójstwa z utratą kontaktu ze światem. W NRF na sto tysięcy mieszkańców przypada 40 samobójstw, na Węgrzech 25, w Austrii 22, we Francji 15, w Afryce 4, zaś wśród białych 17 (Handb. der Pastoralh., s. 215).

dziewiętnasty biologii, tak wiek dwudziesty nazywa się wiekiem lęku.⁴⁶ Te objawy jakiegoś podświadomego lęku świadczą o głębszych załamaniach, jakie się dokonują w psychice współczesnych ludzi. Wiążą się one z psychonerwicami, z depresjami, z zaburzeniami układu vegetatywnego i chorobami serca.⁴⁷ Długotrwałe napięcia lękowe nie przyczyniają się do zdrowia, ani do dobrego samopoczucia, są jednym z objawów psychopatologii.⁴⁸ Jakże często w codziennym życiu parafialnym spotykamy jednostki rozdrażnione, nadwrażliwe, niespokojne, byle drobiazgi wytrącają je z równowagi i prowadzą do wybuchów afektywnych. Czy to nie świadczy także o podłożu psychopatycznym? Pomijając cięższe schorzenia, widzimy ogromną skalę przeczuć, nadmiernej pobudliwości nerwowej i podniecenia psychicznego.

Zdarzają się także masowe napięcia w psychice wiernych niezadowolonych przez długie lata ze swojego proboszcza. Znoszone długo i tłumione przeżycia przykre w pewnych momentach przejawiają się w patologicznych reakcjach lęku przed powtórzeniem się tego, co było dawniej; ujawnia się to np. przy mianowaniu następcy. Lęk przed podobną przyszłością powoduje gwałtowny odruch za upatrzonym przez siebie kapłanem, dotychczasowa statyczna postawa wiernych zamienia się w dynamiczną, zdobywają się na heroiczne wprost wysiłki w drodze do celu, ulegają jakiejś psychozie o cechach fanatyzmu. Nie przemawiają do nich wówczas żadne argumenty, siła reakcji emocjonalnych może ich popchnąć nawet do czynów niepoczytalnych.

W naszych czasach coraz więcej mówi się o frustracjach i konfliktach, o zachwianiu równowagi między sferą instynktowo-afektywną a dziedziną rozumu, wolności oraz wyższych uczuć.⁴⁹ Coraz więcej zagrożona jest jedność i integralność. Człowiek współczesny cierpi rozdarcie w samym sobie między doczesnością i nadprzyrodzonością, skończonością i nieskończonością, ciałem i duszą, co tak szczegółowo omawia Konstytucja duszpasterska o Kościele w świecie współczesnym (nr 8, 10).

Tak też i w Kościele widzimy dziś więcej konfliktów i napięć, niż to miało miejsce dawniej. Być może, iż skutkiem uniformizmu te napięcia długo się gromadziły, dziś chcą znaleźć wentyl, by wydobyć się spod pokrywy.⁵⁰ Nie brak także innych psychoz w ustosunkowaniu się do Boga, na tle zawiedzionych nadziei, niewysłuchanych próśb itd.

⁴⁶ Fr. X. Horstein, *Die Angst des Menschen vor dem Fortschritt und die Haltung des Seelsorgers*, „Anima“ 3 (1964), s. 160—161.

⁴⁷ T. Bilikiewicz, *Psychoterapia kliniczna*, s. 123, 124, 188.

⁴⁸ H. Dobbelsstein, *Seelische Krisen und aerztl. Behandl.*, „Anima“ 3 (1964), s. 176; T. Bilikiewicz, tamże, s. 123.

⁴⁹ Cz. Strzeszewski, *Warunki równowagi duchowej człowieka współczesnego*, AK, 3 (1970), s. 351; ks. E. Ożóg, tamże, s. 362—368.

⁵⁰ *Mit Konflikten in der Kirche leben*, „Diakona“ 1 (1970), s. 1.

Zwróćmy uwagę tylko na kilka przyczyn właściwych naszej epoce, pomijając wszystkie podawane przez lekarzy obciążenia dziedziczne, czynniki zewnętrzne, czy też niehigieniczne warunki życia.

Źródłem dolegliwości psychicznych najczęściej bywa nie jedno czy dwa przeżycia, lecz cała historia życia ludzkiego.⁵¹ W tej przeszłości można szukać przyczyn późniejszych cierpień duchowych i organicznych. Wprawdzie duch nie może chorować sam w sobie, ale zaburzenia w podstawach materialnych mogą utrudniać działanie funkcji duchowych. Późniejsze obciążenia, jak pisze A. Gruber — mogą sięgać swymi korzeniami w przeszłość. Mogą być następstwem uszkodzeń mózgu, systemu nerwowego, przeciążenia, a także najrozmaitszych czynników podświadomych, poczucia winy, czy innych utrudnień w dynamice życiowej.

Źródłem cierpień mogą być także przyczyny psychogeniczne, a więc lęki, przykre przeżycia w dawniejszych latach. Lęk trwający przez dłuższy okres może się później wypowiadać w najrozmaitszych uczuleniach, np. lęk przeżywany w dzieciństwie może utrudnić normalny rozwój psychiczny. Ileż to razy oglądany szokujący wypadek śmierci daje się odczuć w późniejszych uczuleniach. Życie w ustawicznym lęku może spowodować późniejsze dewiacje psychiczne lub zahamować jego normalny rozwój. Na przykład, jeśli przełożony potraktuje brutalnie jakąś wrażliwą jednostkę, w jej psychice może powstać niezablźniona rana. Długotrwałe tłumienie lęków przed takim przełożonym spowodować może urazy patologiczne, trudne do przezwyciężenia. Często się zdarza, że jednostka przeżywa stany lękowe podświadomie w postaci napięć psychogennych, które oddziałują na funkcje organiczne. Pod wpływem lęku człowiek rumieni się czy blednie, zaczyna działać układ neuro-vegetatywny, przyspieszony bywa oddech, daje się odczuć kołatanie serca, drgawki i poty, a to z kolei przyczynić się może do komplikacji funkcji serca.⁵²

Pod wpływem czynników psychicznych powstają zmiany organiczne.⁵³ Ujemny wpływ mogą wywierać także ukrywane albo tłumione afekty, zwłaszcza zbyt silne przeżycie emocjonalne. Długotrwały gniew, chęć zemsty, niezdolność przebaczenia wrogowi stają się trucizną duchową dla

⁵¹ Sozialpsychische Belastungen der Jugendseelsorge, „Anima“ 3 (1960), s. 231; G. Trapp, Muhsal, Bewaltigung und unade, w „Arzt und Christ“ 2 (1957), s. 77.

⁵² G. Siegmund, tamże, s. 244. Np. aktorzy w Hollywood musieli żyć w ciągłej obawie przed występami. Ofiarowali dla tej pracy dni i nocy, ale 60% z nich cierpiało na komplikacje serca.

⁵³ T. Bilikiewicz, Psychoterapia, tamże, s. 30 pisze: „Często po ciężkich przeżyciach powstają objawy niewydolności krążenia, cukrzyca, stwardnienie naczyń wieńcowych. Zawał mięśnia sercowego występuje często u ludzi prowadzących nerwowy tryb życia, jak lekarze, handlowcy, maszyniści. Strach i stałe napięcie nerwowe powodują podwyższenie ciśnienia krwi. Może się podnieść poziom cukru i cholesterolu“.

samego człowieka⁵⁴, prowadzącą nie tylko do schorzeń serca. Pod wpływem takich doznań, jak rozczarowanie miłosne, nagła utrata zdrowia lub majątku, kłopoty finansowe u mężczyzn i konflikty miłosne u kobiet powstawały ciężkie depresje psychiczne.⁵⁵ Droga do powstania psycho-nerwic jest tym łatwiejsza, im więcej jest osłabiona siła duchowa człowieka (chorobą, bezsennością, ciężką czy jakimś urazowym przeżyciem).⁵⁶

Dalszym źródłem cierpień psychosomatycznych są działania czynników podświadomych, a więc ukrytych w podświadomości win, czy innych tajemnych przeżyć. Siły podświadome mogą oddziaływać z tego ukrycia na psychikę, stając się wrogiem zdrowia duchowego. Powoli dochodzi do tego, że człowiek nie może zapanować nad tą siłą i staje się ofiarą przymusu wewnętrznego⁵⁷, następuje wtedy pewnego rodzaju rozdwojenie. Walka o jedność wewnętrzną zostaje przegrana, jednostka nie jest już całkiem normalną.

W obecnej epoce często dochodzi do takich wewnętrznych konfliktów. Stwórca obdarzył każdą jednostkę pewnymi talentami. Z pewnością miałyby ona dobre samopoczucie, gdyby je mogła swobodnie rozwijać. Niestety, w dzisiejszych warunkach nie zawsze jest to możliwe, zwłaszcza, w wielkich ośrodkach przemysłowych jednostka musi poddać się wpływowi środowiska. W dobie automatyzacji i specjalizacji zostaje ona podporządkowana wspólnemu mianownikowi, stając się sługą maszyny.⁵⁸ Wykonuje więc tylko zadania zlecone, traci świadomość swojej osobowości. Często przy tym musi tłumić swoje niechęci, jest bezsilna. Ile to razy budzące się szlachetne uczucia zostają stłumione i uznane za niedozwolone, zepchnięte do podświadomości, skąd później oddziałują, stając się niewidzialnym wrogiem zdrowia psychicznego. Ile buntu powodują takie czynniki, jak niesprawiedliwa metoda ocen, lęk spowodowany naciskiem ze strony nauczyciela, czy nawet przesadna ostrożność odnośnie do poczucia odpowiedzialności.⁵⁹ Ile konfliktów przeżywa człowiek, gdy musi się przystosować do nowego środowiska czy nowych ideologii. Dziś żyjemy w głęboko zmienionych warunkach, jesteśmy świadkami zmian w porządku społecznym, zmian psychologicznych, moralnych (KDK nr 5, 6, 7). A cóż mówić o innych tłumionych przeżyciach, o tajonych winach, lub odgrywaniu na zewnątrz zniechęconej roli wbrew własnym przekonaniom?

⁵⁴ Por. G. Siegmund, tamże, s. 242.

⁵⁵ H. Dobbstein, *Psychiatrie und Seelsorge*, Frb. Br, 1952, s. 165 — tenże; *Psychosen insbesondere Depressionen bei Jugendlichen*, tamże, s. 57.

⁵⁶ Fl. Decurtins, tamże, s. 139; *Handb. der Past. Th.*, tamże, s. 184.

⁵⁷ H. Fortmann, dz. cyt., s. 17; J. Goldbrunner, *Th. Anthropologie des Erwachsenen*, „Der Seelsorger“, 1 (1967), s. 14.

⁵⁸ W. Umbricht, *Bibel und moderne Medizin*, tamże, s. 267.

⁵⁹ S. Gertmann, *Ocena szkolna i problemy higieny psychicznej*, „Zdrowie Psychiczne“ 1 (1968), s. 11—14.

Przyczyną zaburzeń psychicznych mogą się stać także rozdwojenia na tle ustosunkowania się do Boga i Jego nakazów zawartych w przykazaniach. Jak w kosmosie istnieją prawa regulujące z najwyższą precyzją jego działanie, tak i ten mikrokosmos jakim jest żywy człowiek, jest uporządkowaną całością, uprzywilejowaną wśród stworzeń, o wewnętrznej jedności ducha, popędów i woli — świadomości i podświadomości. Stwórca uregulował tę skomplikowaną całość prawem naturalnym i pozytywnym w dziesięciu przykazaniach.⁶⁰ Związał te przykazania z egzystencją ludzi, z ich naturą, by mogli żyć jako istoty stworzone na obraz i podobieństwo Boże. Nie sam człowiek wypracował sobie normy dla ukierunkowania działalności popędów, lecz Bóg zaszczerpił w jego sercu tęsknotę do więzi ze swoim Stwórcą. On też obdarza szczęściem i zdrowiem tych, którzy zachowują przykazania. Stąd wierzącym łatwiej jest ułożyć swój stosunek do siebie i do drugich, bo wielką pomocą w sytuacjach konfliktowych jest dla nich religijny punkt widzenia. Wiara rozjaśnia im wszystko światłem o powołaniu człowieka. Co więcej, jednostki religijne znajdują pociechę nawet w samym sensie cierpienia.⁶¹ W. Umbricht przytacza szereg lekarzy, którzy na podstawie swego doświadczenia wykazali najmniejszą ilość zaburzeń funkcjonalnych u ludzi religijnych.⁶²

Jedną z częstych przyczyn załamań psychicznych jest osamotnienie jednostek, zwłaszcza w większych miastach. Anonimowość, brak życia personalnego nie przysparza zdrowia. Przeciwnie, może stać się przyczyną anomalii psychicznych. Jeśli człowiek utraci stosunki osobiste z bliźniemi tego samego zawodu, zwłaszcza w starszym wieku i żyje samotnie, może popaść w depresję. Już tak jest z woli Bożej, że człowiek potrzebuje obok siebie innych osób. Jest mu potrzebna nie tylko obecność fizyczna, lecz przede wszystkim wymiana myśli. Stwórca dał każdemu tęsknotę za przyjacielem, który by go rozumiał, wszyscy szukamy życzliwości, zrozumienia i pociechy. Zdarza się, iż pewne jednostki potrafią nawet udawać chorobę jedynie w tym celu, by doznać od drugich współczucia, jako namiastki miłości. Ciężkie przeżycia osamotnienia prowadzą do wyczerpania nerwowego. Zdarzają się jednostki zrażone do drugich, zacieśnione w osamotnieniu wyłącznie do egoistycznych myśli, albo nawet żyjące w nienormalnym lęku przed innymi. Takie osoby nastawiają się wrogo

⁶⁰ Fr. von Gagern, tamże, s. 15; W. Umbricht, Psychosomatische Medizin und christl. Lebensordnung, „Anima“ 3 (1960), s. 273.

⁶¹ H. Dobbstein, Zur Psychologie des verzweifelten Menschen, „Anima“ 2 (1958), s. 134.

⁶² W. Umbricht, Psychosomatische Medizin, tamże, s. 269; Fr. X. Arnold, Arzt und Seelsorger im Dienst am Kranken, „Anima“ (1962), s. 212. Autor cytuję wypowiedź psychiatry Kaudersa, iż najlepszą profilaktyką przeciw obciążeniom neurotycznym jest zdecydowanie religijne nastawienie.

do sąsiadów i duszpasterza, albo szukają zaspokojenia osobistych tęsknot w sektach.⁶³

Wśród okoliczności prowadzących do późniejszych niedomagań psychicznych znajdziemy także naruszenie równowagi między troską o duszę i o ciało. Bóg dał każdemu człowiekowi pociąg do dóbr materialnych, nieodzownych do życia, ale też dał mu pragnienie dóbr duchowych i wiecznych, czego wyrazem są różne religie. Jakże często zdarza się, że jednostka cały swój wysiłek koncentruje na sprawach doczesnych, ziemskich, z zaniedbaniem duchowego pragnienia królestwa Bożego. Taka osoba wiąże wszystkie swoje aspiracje z zawodem, techniką i polityką, zamyka się w małym kręgu wartości ziemskich, aż do patologicznej chciwości.⁶⁴ Jednostka tak zacieśniona w swoich dążeniach ziemskich nie myśli o zaspokojeniu głodu duchowego, który odżywa się w pragnieniach dóbr transcendentnych, wyczerpuje swoje siły w jednym tylko kierunku — zdobywa świat, lecz traci duszę.

Inną przyczyną cierpień psychicznych może być zakłócenie równowagi między pracą i wypoczynkiem. Pogoń za dochodami tak porywa ludzi, iż nigdy nie mają czasu na odpoczynek. Żyją w ustawicznym pośpiechu, biorą na siebie nadmiar obowiązków. Zacieśnieni do swej specjalności, niczym więcej się nie interesują. Zaniedbują niedzielę jako dzień odpoczynku fizycznego i psychicznego, brak im wolnej chwili na modlitwę, rozmyślanie i rozrywkę, fałszywy aktywizm nie pozwala na troskę o własne wnętrze. Tym samym naruszona zostaje zasada Stwórcy normująca pracę i wypoczynek. Bóg stworzył człowieka nie tylko do pracy lecz i do radości, wolności, do swojej służby. Niedziela ma służyć do odnowienia sił fizycznych, a także do rozwoju życia nadprzyrodzonego. Jak dowodzą uczeni, niedziela jest biologicznie konieczna dla normalnego życia duchowego, by człowiek mógł się oderwać od ziemi, dokonać korektury swych przyzwyczajeń i rozwijać życie duchowe. Ten dzień z woli Stwórcy odpowiada cielesno-duchowej naturze człowieka, oznacza dla niego pełną integrację.⁶⁵ Jeśli człowiek ciągle tłumi tendencję do odprężenia, to powoli może w nim powstać coś w rodzaju przymusu do zewnętrznego działania. Zachwiana zostaje równowaga między działaniem i odpoczynkiem, za którą przyjdzie złe samopoczucie. Nie będzie zaspokojenia potrzeb naturalnych i nadprzyrodzonych, a więc pełnej integracji. Ubóstwiana aktywność stanie się jedną z przyczyn chorobliwego przeciążenia. Ciągła rywalizacja dla zaspokojenia ambicji i lęk o wynik mogą prowadzić do

⁶³ Art. w „Der Seelsorger“ 10 (1964); Die seelischen Hintergründe der Sektenbewegung und Möglichkeiten der seels. Betreuung.

⁶⁴ Fr. v. Gegern, tamże, s. 27.

⁶⁵ W. Umbrecht, Die persönliche Verantwortung für die Gesundheit, „Anima“ 3, (1961), s. 180.

wyczerpania nerwowego. Nie tyle bowiem zawód, ile nieuregulowany tryb życia i sposób pojmowania zadań decyduje o zdrowiu.⁶⁶

Oprócz tych przyczyn związanych z życiem jednostki są jeszcze inne źródła niedomagań zdrowia psychicznego na tle ustosunkowania środowiska do jednostki i jednostki do środowiska społecznego. W tej dziedzinie jest dziś najwięcej napięć i konfliktów, począwszy od współżycia w małżeństwie. Najczęstszą przyczyną bezsenności i nerwowości — jak pisze W. Umbricht — są konflikty małżeńskie, cierpienia międzyludzkie i kłopoty finansowe.⁶⁷ Zawody i rozczarowania, kłótnie i tłumione afekty stają się źródłem niezliczonych neuroz. Takie nastawienia małżonków, jak egoizm, czy nierealny idealizm powodują nieporozumienia. Ileż urazów i rozczarowań rodzi się na tle współżycia seksualnego oraz wzajemnego niezrozumienia. Cóż dopiero mówić o niezliczonych trudnościach współżycia z najbliższą rodziną i sąsiadami.

Już rodzice przez powodowanie zbytniego lęku w latach dziecięcych mogą się przyczynić do późniejszych zaburzeń lub zahamować normalny rozwój psychiczny. Wzajemne zawiści między przełożonymi i pracownikami, krzywdy i oszczerstwa raniące godność ludzką nierzadko przerażają się w zaburzenia nerwicowe. Ile to razy jednostki muszą działać pod wpływem moralnym otoczenia, albo ukrywać swoje poglądy. Masowa sugestia, natrętna motywacja, to również przyczyny niepokoju. Tym łatwiej o anomalie, im mniej odporne są jednostki. Faktem jest, iż określona konstytucja cielesna i duchowa, w której są dyspozycje do odchyień od normy, sprzyja stanom depresyjno-maniakalnym.⁶⁸ Sprzyjają także zaburzeniom uczulenia w pewnych formach rozwojowych, np. w wieku dojrzewania.

Mógłby je spowodować także duszpasterz w parafii, gdyby wywoływał ustawiczne napięcia u wiernych, albo wprowadzał atmosferę lęku, bo to przyczyniłoby się do powstania różnych psychoz. Lęk wypędziłby z ich duszy miłość, a także możliwość nawiązywania osobistego kontaktu z Bogiem. Dobrze prowadzona działalność duszpasterska staje się oddziaływaniem profilaktycznym przeciw schorzeniom, zaś dziwaczne nastawienie moralno-ascetyczne może spowodować błędną wiarę albo chorobliwy rozwój sumienia.⁶⁹ I tak bez końca można wyliczać źródła dolegliwości psychicznych, nie wyłączając samych lekarzy, bo i oni mogą się stać przyczyną hipochondrycznych, urojonych cierpień.⁷⁰

⁶⁶ G. Siegmund, tamże, s. 244.

⁶⁷ W. Umbricht, *Die persönliche Verantwortung*, tamże, s. 178.

⁶⁸ Fl. Decurtins, tamże, s. 136.

⁶⁹ A. Belli, *Ekklesiogene Neurosen*, „Diakona“ 1 (1966), s. 115. Autor widzi konieczność uwolnienia Kościoła od neurotyzujących mechanizmów. Do tych samych wniosków dochodzi H. Fortmann.

⁷⁰ T. Bilikiewicz, *Psychoterapia*, tamże, s. 90.

Dziś nie ulega już wątpliwości, że istnieje ścisły związek między zdrowiem psychicznym i życiem religijnym jednostki. U człowieka normalnego życie religijne rozwija się prawidłowo. Daje się to zauważyć w codziennym ustosunkowaniu do Boga oraz w praktycznym postępowaniu. Widać to także w przejawach wiary — jest ona zdrowa, bez większych komplikacji. Człowiek wolny od zaburzeń życia uczuciowego dąży prawidłowo do doskonałości⁷¹, może także z pełną odpowiedzialnością spełniać swoje obowiązki. Ale i u normalnych, zdrowych ludzi nie obejdzie się bez walki o jedność wewnętrzną, a to skutkiem zakłócenia równowagi po grzechu pierworodnym. Bez pomocy łaski Bożej niełatwo jest utrzymać równowagę między rozumem i uczuciami, duchem i popędami.

Psychopatie nie sprzyjają życiu religijnemu, hamują je, degenerują, prowadzą do chorej wiary, czy pseudoreligii. Związek neurozy z kryzysami wiary dziś już nie ulega żadnej wątpliwości, opiera się on przecież na jedności osoby⁷² — psychoza wpływa na człowieka, a więc i na jego wiarę. Zresztą i w Piśmie św. żąda św. Paweł zdrowej nauki i zdrowej wiary (Tyt. 2, 2). Anomalie psychiczne prowadzą do niezdrowej wiary w postaci dziwacznych nastawień. Te nastawienia mogą być także wynikiem innych przyczyn, a ilustracją ich są chociażby współczesne karykatury katolicyzmu w krajach zachodnich.⁷³ Faktem jest jednak, że psychozy mogą zniekształcić wiarę w takim stopniu, w jakim wpływają na całą osobowość jednostki. Religijność każdego człowieka nosi na sobie pieczęć jego własnej osobowości, w myśl przysłowia: *Quidquid recipitur ad modum recipientis recipitur*. Chora, albo lękliwa osobowość posiada zwyczajnie chorą, lękliwą wiarę. Te lęki mogą spowodować dewiacje w wierze w formie przesadnego legalizmu, skłaniającego do rygorystycznego zachowania drobiazgów, czy też w postaci supernaturalizmu, jako patentowanego sposobu rozwiązania wszystkich problemów, czy wreszcie maksymalizmu w rzeczach wiary aż do objawień prywatnych włącznie.⁷⁴ Cięższe schorzenia psychiczne mogą powodować kryzysy w wierze, mogą także zmniejszać odpowiedzialność tych osób przez Bogiem i przed ludź-

⁷¹ J. Bernhard, *Heiligkeit und Krankheit, Geist und Leben*, s. 172.

⁷² H. Dobbelstein, tamże, „Anima“ 1 (1958), s. 30; H. Fortmann, dz. cyt. 15.

⁷³ A. Görres, *Pathologie des kath. Christentums, Handb. der Pastoraltheologie*, II/I, Freib. 1966, s. 277—343. Autor pisze o fałszywym nastawieniu Kościoła i fałszywym katolicyzmie. A oto jego charakterystyczne przejawy: fideizm, kryzys zaufania, patologia sumienia, antykościelne nastroje. Byłe drobiazg staje się powodem załamania wiary. Widzą w niej przeszkodę do wolności, do posiadania bogactw. Wytworzył się katolicyzm empiryczny, który wybiera z wiary to, co mu się w niej podoba. W duszach wytworzyły się patologiczne reakcje przeciw słowu Bożemu i obowiązkom, jakie nakłada wiara.

⁷⁴ A. Belli, tamże, s. 115.

mi.⁷⁵ Psychopaci zajmujący odpowiedzialne stanowiska mogą stać się szkodnikami i wielkim nieszczęściem.⁷⁶

Dolegliwości psychiczne mogą także osłabiać miłość tych osób ku Bogu, zniechęcać je do życia religijnego, albo doprowadzić do takiego zgorzknienia, że człowiek nie tylko nie doznaje radości z życia religijnego, ale widzi je w ciemnych kolorach. W takim stanie łatwo się rozczarowuje, zamyka w sobie, albo nawet staje się przeciwnikiem religii. Mogą się wytworzyć u takiego osobnika natrętne myśli, czy inne urojenia. Jest to możliwe szczególnie wtedy, gdy zmniejsza się siła oporu duchowego po osłabieniu bezsennością czy innym wyczerpaniu nerwowym.⁷⁷

Ileż to razy podświadome, przykre przeżycia z duszpasterzem w okresie dzieciństwa ujawniają się później w postaci urazów, a tym samym stają się jedną z głębszych przyczyn zaniechania praktyk religijnych i ucieczki od Sakramentów św.⁷⁸

WPLYW ŻYCIA RELIGIJNEGO NA ZDROWIE PSYCHICZNE

Na pierwszy rzut oka mogłoby się wydawać, że religia nie posiada żadnego wpływu na zdrowie psychiczne człowieka. Sceptyk — jak pisze H. Fortmann — wskazałby wielu ateistów, którzy czują się dobrze, żyją w szczęśliwym małżeństwie, nie odczuwają żadnych dolegliwości. I odwrotnie, mógłby wskazać przedwczesną śmierć wielu świętych, bezsilność religii wobec ludzkich cierpień, a także wiele innych sugestii o ujemnym wpływie życia religijnego na zdrowie.⁷⁹

Kiedy jednak sięgniemy głębiej, łatwo dostrzeżemy płytkość tych zarzutów. To, co one głoszą, odnosi się do pseudoreligii, która rzeczywiście może przynieść szkodę zdrowiu psychicznemu. Gdyby np. ktoś fałszywie przedstawiał pewne prawdy, albo wzbudzał lęk we wrażliwych duszach dziecięcych, malując obraz piekła według własnej wyobraźni, mógłby wywołać jakieś reakcje neurotyczne.⁸⁰ Przy odpowiednim układzie nie jest to groźne, bo wiara mówi równocześnie o miłosierdziu i o łasce Bożej. Takie zrozumienie nie przynosi szkody, lecz przeciwnie — usuwa rozbiecie

⁷⁵ A. Niedermeyer, dz. cyt., s. 82; H. Dobbstein, *Neuroze und Glaubenskrisen*, „Anima“ 1 (1958), s. 30; Fl. Decurtins, tamże, s. 135.

⁷⁶ H. Fortmann, dz. cyt., s. 13. Autor wskazuje na działalność Hitlera. Podobne następstwa mogą przyjść pod wpływem nauczyciela, ojca, przełożonego, a nawet duszpasterza, jeśli są psychopatami.

⁷⁷ Fl. Decurtins, tamże, s. 138.

⁷⁸ P. Fank, *Tiefere Ursachen der Sakramentenflucht*, „Der Seelsorger“ 1 (1955), s. 21.

⁷⁹ Fl. Decurtins, *Die seelische Depression in psychiatrischer Sicht*, „Anima“ 2 (1958), s. 138; Fr. Horstein, *Seelische und geistige Krisen und Seelsorge*, „Anima“ 3 (1964), s. 169.

⁸⁰ H. Fortmann, dz. cyt., s. 27, 35, 42, 44, 60.

wewnętrzne. Wiara niweczy chorobliwe lęki, rozbicie wewnętrzne, formuje jedność wewnętrzną człowieka, a tym samym pomaga do zdrowia. Według C. G. Junga religia pomaga do uleczenia cierpień duchowych. Chrześcijanin nie potrzebuje się niczego obawiać, wiedząc, że dobroć Boża udzieli mu pomocy. Wskazują na to nasze codzienne obserwacje życia w parafii. Tu najlepiej można dostrzec, jak wiele sił czerpią wierni codziennie z religii, jak ogromną pociechę znajdują w niej podczas niebezpiecznej choroby. Choć w ciężkiej chorobie widzą dzwonek alarmowy przed śmiercią — nie załamują się, przeciwnie za św. Augustynem mogą powiedzieć: zbliża się przejście do wielkiej miłości, bo dopełnieniem choroby jest nieśmiertelność.⁸¹

Co więcej, religia zaspokaja także aspiracje człowieka do nadprzyrodzoności — wiedzie go więc do pełnej integracji. Jak chora wiara może prowadzić do neurotycznych udręk, tak życie z wiary wpływa leczniczo na ducha ludzkiego. Psychiatra H. Dobbstein wyraźnie to stwierdza.⁸² Dlatego Pismo św. stawia nam przed oczy uzdrowienie całego człowieka przez usunięcie schorzeń grzechowych i przywrócenie najwyższej integracji wewnętrznej. Chrystus występował przeciw pseudoreligii faryzeuszów ujawniającej się w postaci niezdrowego legalizmu. Wypędzał złe duchy, które pozbawiały ludzi jedności, wolności i pełnej autonomii (Łk. 7, 22). Również św. Paweł wspomina o zdrowej wierze, o Duchu Św., który niesie wierzącym wolność, nadzieję i pokój. Jak wówczas po wypędzeniu złych duchów wracała wolność wewnętrzna, tak i dziś po usunięciu grzechów przychodzi ulga duchowa, a nieraz znikają także związane z tym cierpienia duchowe. Jak wcześniejsze zachowanie Szawła wykazuje przejawy niezdrowe, jest fanatyczne i zbyt legalistyczne — tak późniejsze nawrócenie przynosi mu pełną integrację. Na dodatni wpływ religii wskazują też same wyrażenia biblijne. Jasno z nich wynika, że dzięki łasce Bożej przychodzi: nowe narodzenie, odnowienie, usprawiedliwienie, ponowne zmartwychwstanie. W duszy wierzącego wzrasta wewnętrzne wzmocnienie, radość i szczęście jako znamiona nowego, z Boga narodzonego człowieka.⁸³ Wnioski współczesnych psychiatrów wskazują na błogosławiony wpływ religii na zdrowie psychiczne.

NOWE ZADANIA PARAFII WOBEC ZDROWIA PSYCHICZNEGO WIERNYCH

W epoce konfliktów, napięć i dolegliwości duchowych przed duszpafterzem parafialnym otwierają się nowe zadania zarówno w dziedzinie psychohigieny, jak i opieki nad cierpiącymi. Są to zadania nowe, gdyż

⁸¹ Sermo 277, 5—5, In ps. 55, 6.

⁸² H. Dobbstein, *Neurose*, tamże, s. 30—32.

⁸³ Por. J 3, 3; 2 Kor 5, 17; 2 Kor 3, 17; Ef 4, 15.

do tego czasu wszyscy uznawali za chorobę tylko cierpienia ciała. Nikt nie zwracał uwagi na aspekt psychosomatyczny pewnych zjawisk. Nikt nie zdawał sobie sprawy z tego, jak te duchowe cierpienia trują współczesnych ludzi, jak ich prowadzą do przedwczesnej śmierci. Czasem traktowano wewnętrzną rozterkę cierpiących z uśmiechem, uznawano ich za symulujących chorobę. Wielu duszpasterzy nie rozumiało pilnej potrzeby higieny psychicznej wiernych, a przecież posiadają oni wiele możliwości zapobiegania tym cierpieniom oraz opieki nad tego rodzaju chorymi.

Jednym z zadań jest akcja profilaktyczno-wychowawcza dla uchronienia wiernych przed zaburzeniami psychosomatycznymi. Jej początkiem jest uświadamianie, jakie są przyczyny i następstwa zaburzeń psychicznych. Dlaczego wierni nie mieliby wiedzieć, co sądzą współcześni lekarze o wartości wypoczynku niedzielnego, o potrzebie ciszy, medytacji, rozmowy z Bogiem w niedzielę. Dlaczego duszpasterz w parafii miałby pominąć wypowiedzi uczonych o wartości przykazań Bożych dla ich zdrowia? Dzisiejszy brak miłości między ludźmi, wzajemne nienawiści i spory są niemniej niebezpieczne, niż trucizna w środkach chemicznych. Dlatego wierni powinni zdobyć wiadomości o różnych mechanizmach neurotyzujących oraz o środkach zapobiegawczych. Trzeba im otwierać oczy, jak zgubne są napięcia w rodzinach, lęk, przymus. Chorzy najczęściej szukają lekarstw w pastylkach, a tymczasem najlepszym środkiem jest wzajemna miłość, której żadne lekarstwo nie zastąpi w cierpieniach duchowych. Obok świeckiej terapii istnieje jeszcze skuteczniejsza w codziennej praktyce terapia biblijna. Ta ostatnia jest czymś więcej niż zwykłą terapią, należy do innego porządku.⁸⁴ Współcześni psychiatrzy teraz dopiero zaczynają doceniać jej wartość.

Dalszym wnioskiem płynącym z obecnego rozważania jest staranie, by duszpasterstwo tworzyło w parafii atmosferę rodzinną. W myśl dekretów soborowych wielką rolę mają do spełnienia wspólnoty parafialne i wewnątrzparafialne. Wtedy jednostki łatwiej będą mogły doznawać życzliwości ze strony środowiska, a tym samym odsunięte zostanie niebezpieczeństwo osamotnienia i anonimowości. Urzeczywistnienie braterstwa w parafii to najlepsza obrona przeciw anomaliiom psychicznym, a tym samym przeciw kryzysom wiary.

Ponadto parafia powinna wychowywać wiernych do życia zdecydowanie religijnego, a więc do osobistych modlitw, spotkań z Chrystusem w życiu sakramentalnym, bo kto się trzyma wiary — jak pisze A. Niedermeyer — i posiada świadomość dziecięstwa Bożego, ten jest najlepiej zabezpieczony przed psychozami.⁸⁵

⁸⁴ Por. H. Fortmann, dz. cyt., s. 77; W. Umbricht, *Bibel und Med.*, s. 268.

⁸⁵ Dz. cyt., s. 83.

Duszpasterstwo parafialne musi przypominać grupom, by chroniły jednostki przed zgorzknieniem. Jak przy wykolejeniu oddziałują czynniki grupowe, tak i przy zabezpieczeniu przed anomaliami wielką rolę odgrywa nastawienie środowiska. Jeśli dziś lekarze dostrzegają potrzebę wychowania całego społeczeństwa, a w szczególny sposób domagają się wychowania personelu w szpitalach, to jakże wielki udział może tu mieć duszpasterstwo parafialne; przecież nie mniej od ciała potrzeba troski o zdrowie duchowe wiernych.

Jeszcze inne horyzonty pracy otwierają się pośród tych, którzy już żyją w depresji psychicznej czy innych cierpieniach duchowych. W ramach akcji charytatywnej parafia może łagodzić niepokoje, uwrażliwienia i codzienne zmartwienia wielkiej ilości wiernych. Droga do tego celu prowadzi przez ciągłe budzenie ufności w Opatrzność Bożą i miłosierdzie Boże. W ten sposób przenosi się wiernych w inny świat i odrywa od przykrych przeżyć. Spowiednik w konfesjonale wczuwa się we wszystkie osobiste bóle penitenta, tam też łatwo poznaje, gdzie leżą korzenie przygnębienia. I poza konfesjonalem należy budzić radość w duszach przygnębionych. Już samo wysłuchanie skarg przynosi ulgę cierpiącym. Jakże często wierni przychodzą jedynie w tym celu, by wypowiedzieć swoje smutki, na nic więcej nie czekając. Doznana życzliwość rozluźnia napięcia.⁸⁶ Zależnie od poznanych przyczyn duszpasterz zaleca cierpiącym środki naturalne; sen, rozrywkę, kształcenie się, przejmuje też na siebie niektóre decyzje, uwalniając chorych od napięć.

Duszpasterstwo parafialne zdolne jest stworzyć atmosferę miłości wokół cierpiących, a ta przywróci im dobre samopoczucie. W trudniejszych przypadkach duszpasterz skierować może chorego do lekarza. Żadne jednak zalecone środki chemiczne nie zastąpią ludzkiego serca, prawdziwego humanitaryzmu, na który cierpiący najbardziej czekają. Jak psychoterapia świecka może się posługiwać metodami psychoanalitycznymi, czy wstrząsami — tak duszpasterstwo dokonuje tych wstrząsów przez miłość. Nieraz samo życzliwe spotkanie przyczynia się do uleczenia. Dlatego H. Fortmann dowodzi, iż Kościół musi być dziś matką przez miłość, która posiada w sobie moc leczącą. Duszpasterze mają się dziś wystrzeżać wszelkiego despotyzmu i takich metod, które powodują napięcia nerwowe; powinni lać wino i oliwę na otwarte rany dzisiejszych ludzi. Jak z jednej strony powinniśmy szukać pomocy w źródłach nadprzyrodzonych, tak też nakazem chwili jest wczuwać się w subiektywne przeżycia ludzi, jak oni mogą w konkretnych warunkach urzeczywistniać

⁸⁶ G. Frei, *Die Seelenführung verzweifelter und depressiver Poenitenten*, „Anima“ 2 (1958), s. 153; F. Boeckle, *Die Behandlung der Glaubenschwierigkeiten im Beichtstuhl*, „Anima“ 1 (1958), s. 6, 89; dz. cyt., s. 75, 86.

objektywny porządek. W osobistym kontakcie najlepiej wejść w warunki życia, podyktowane współczesnymi przemianami.

Opieka parafialna nie może się zajmować stroną biologiczną, ani leczeniem systemu nerwowego w celu usunięcia mechanizmów blokujących wolność człowieka, bo to należy do właściwej psychoterapii. Może jednak zapoznać się z zagadnieniami na pograniczu psychiatrii i psychoterapii. Może także wyjaśniać trudności, budzić optymizm, usuwać wątpliwości itd. Jeszcze więcej będzie jej zależeć na tym, by cierpiący rozumiał sens życia i przy pomocy łaski Bożej przeżywał radość dziecka Bożego.

ZUSAMMENFASSUNG

Bis in die letzte Zeit beinahe interessierte sich niemand für die Relation des psychischen Befindens im Verhältnis zum religiösen Leben des Einzelwesens. Die nur somatisch bedingte Heilkunde zog nicht den integralen Menschen mit Leib und Seele in Betracht. In Krankheiten beobachtete man einen (rein) organischen Vorgang, unabhängig von der Persönlichkeit, vom natürlichen und übernatürlichen Streben des Patienten. Erst in der letzten Zeit nahm die Wissenschaft den Zusammenhang zwischen dem seelischen Zustand der Gläubigen und ihrem Glauben wahr. Die Erfindung der vollständigen Integration der Seele und des Leibes in ein unteilbares Dasein änderte die Ansicht über die Gesundheit, die Krankheit und die Heilung. Die Ärzte stellten eine gegenseitige Einwirkung zwischen Geist und Leib. Heute nimmt man schon allgemein die Tatsache an, dass Geisteserlebnisse, Gram und Konflikte organische Veränderungen bewirken können. Es entstand eine psycho-somatische Heilkunde.

Die katholischen Wissenschaftler sind in ihren Forschungen noch weiter fortgeschritten. Sie stellen fest, dass pure Akte oder Erlebnisse keine Seele bilden. Sie ist vom Schöpfer mit natürlichen und übernatürlichen Gaben ausgestaltet und zum ewigen Glück bestimmt. Gott selbst zeigte in seinen Geboten dem Menschen den Weg zu diesem Ziel. Der Boykott dieser Hinweise führt zur Erschütterung der inneren Integration und so zu verschiedenen psychischen Krankheiten. Die katholischen Wissenschaftler sind davon überzeugt, dass die Begriffe der Gesundheit, Krankheit und Heilung nicht nur den in das Gefühlsleben beschränkten leiblich-psychischen Zustand umfassen, sondern sich auch auf das metaphysische Gebiet mitsamt der Vorherbestimmung des Menschen erstrecken. In dieser Auffassung bedeuten die psychischen Krankheiten die Unpässlichkeit der ganzen Menschenperson in bezug auf Gott, die Umwelt und sich selbst. Sie umfassen den Bereich des Leibes und der Seele, des Bewusst — und Unterbewusstseins, der Natur und Übernatur. Blühende Gesundheit bedeutet nicht nur frei sein von irgendeiner leiblich-psychischen Krankheit aber besonders den Frieden Gottes, das Glück und die Zufriedenheit des Kindes Gottes, beglückt mit der Gnade des Heiligen Geistes. Die Heilkunde ist dem Menschen notwendig, sie allein aber genügt ihm nicht.

Heute sind wir Zeugen vieler psychosomatischem Krankheiten unter der Spannungs, Furcht — und psychischen Depressionsgestalt. Diese Krankheiten wurzeln tief in der Vergangenheit des Einzelwesenlebens. Sie sind das Endergebnis der langwierig erlebten Fürchte der unterdrückten Affekte, der allzu sehr emotionalen Erlebnisse und der Konflikte. Oft sind sie eine Konsequenz der Einwirkung der unterbewussten Elemente und unterdrückten Triebe. Sie können auch eine Aufeinander-

folge der Spaltung auf dem Grund des Verhältnisses zu Gott und seinen das Leben des nach dem Ebenbilde Gottes geschaffenen Menschen regulierenden Massnahmen. Die unreligiöse Einstellung des Menschen zu Gott, sich selbst und anderen wird die Ursache der psychischen Belastungen. Die zeitgenössische Welle der psychischen Krankheiten kann ihren Ursprung in der Unterdrückung der natürlichen Sehnsucht nach dem Zusammenleben mit den Mitmenschen haben und so sich in ihren eigenen egoistischen Zielen verengern. Sie kann auch aus der Verletzung des Gleichgewichtes zwischen der Seelen — und Körpersorge erfolgen. Es geschieht dann wenn jemand die natürliche Sehnsucht nach den transzendenten Gütern bekämpft. Den Ursprung der Unpässlichkeit können wir auch in der Gleichgewichtsstörung zwischen der Arbeit und der Erholung suchen, sowie in Verhalten des Familien — und Gesellschafts — als auch Arbeitskreises zum Einzelwesen.

In der letzten Zeit beobachtet man, dass die psychischen Leiden auch einen Einfluss auf das religiöse Leben ausüben. Die Psychopatien hemmen das religiöse Leben, entarten es. Oft sind sie die Ursachen des kranken Glaubens oder Pseudoreligion. Die Psychosen beeinflussen den ganzen Menschen, daher auch seinen Glauben. Eine kranke Person hat einen kranken Glauben, was sich in der Form der übertriebenen Gesetzesachtung, des Supernaturalismus oder in der höchst übertriebenen Forderung der Glaubensartikeln offenbart. Die Psychopatien können zur Glaubens — und Liebeskrise zu Gott führen. Und umgekehrt das gut verstandene religiöse Leben übt einen guten Einfluss auf das psychische Leben aus. Jeder Mensch muss nach der Erbsünde für die innere Einheit kämpfen. Dieser Kampf trägt den Sieg dank der Gnade Gottes davon. Der Glaube behebt die innere Spaltung, die kränklichen Fürchte, bringt den Trost mit, führt zur vollen inneren Menschenteintegration. Dank der Gnade werden die Sündenkrankheiten beseitigt. In die Seele kehrt die Freude und das Glück ein, nun die höchste Integration.

In dieser Situation tauchen vor der Pfarrseelsorge neue Aufgaben auf. Nicht nur organische Krankheiten, sondern auch die Psychohygiene werden von ihr in Betracht gezogen. Ausser der jeweils um die Kranken angewandten Sorge, muss die Pfarrgemeinde prophylaktisch-erzieherische Handlung durch die Aufklärung über die Ursachen und Aufeinanderfolgen der psychischen Störungen unternehmen. Sie soll die von Ärzten über den Wert der Gottesgebote, verschiedene neurotische Mechanismen und vorbeugende in der bibel-psychoterapischen Form Geistesmittel kundgegebenen Meinungen ausnützen. Die erworbenen Kenntnisse vom Wert der heilwirkenden Liebe werden zum Erwecken der brüderlichen Atmosphäre beitragen. Die Pfarrgemeinde sorgt für die, die schon in der psychischen Depression oder anderen Geistesqualen leben. Sie erweckt Freude in den niedergeschlagenen Seelen und weist auch auf neurotisch — Psychosen vorbeugende Elemente hin. Besondere Aufmerksamkeit lenkt sie auf ihre eigene Handlung, um nie eine angstvolle Atmosphäre oder Geweltherrschaft zu gründen, sondern den Gläubigen liebevoll zu dienen.