

ARLETA CHOJNIAK

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza
Wydział Nauk Społecznych

Kategoria duchowości we współczesnej psychologii

The Category of Spirituality in Contemporary Psychology

W niniejszym artykule zostaną nakreślone wybrane koncepcje duchowości sformułowane na gruncie współczesnej psychologii. Podjęcie takiej problematyki wypłynęło z zaobserwowania, że od pewnego czasu wzrasta zainteresowanie psychologów akademickich funkcjonowaniem człowieka w płaszczyźnie duchowej. W nowym kontekście podejmuje się dyskusję: czy psychologia pozostanie „nauką bez duszy”, to znaczy nauką eliminującą z obszaru zainteresowań poznawczych sferę duchowości jednostki ludzkiej, metaforycznie określanej terminem *dusza*. Rozbrat psychologii naukowej z *duszą* jako kategorią metafizyczną był do niedawna niekwestionowalny¹. Wynikał z faktu, że za przedmiot tej dyscypliny uznano wyłącznie to, co można było zbadać metodami empirycznymi: początkowo metodą introspekcji, której walor naukowości został wraz z pojawieniem się behawioryzmu zakwestionowany na rzecz postępowania ekstraspekcyjnego. W związku z tym w miejsce *duszy* – dla oddania całokształtu wewnętrznych procesów i doświadczeń – zaczęto używać kategorii *psychiki*, a później *osobowości*.

Współcześnie odnotowuje się coraz więcej sygnałów (np. ze strony psychologii zdrowia, psychologii pozytywnej), że powyższe kategorie są niewystarczające dla opisu i wyjaśniania specyfiki ludzkiego funkcjonowania. Wcześniej, na potrzebę uwzględnienia duchowości w refleksji psychologicznej zwracali uwagę m.in. Jung i Frankl. Jednak ich propozycje nie zostały w kręgach akademickich uznane za koncepcje teoretyczne mogące stanowić składnik wiedzy naukowej. Niemniej, koncepcje tych uczonych zostały sformułowane ze względu na cel praktyczny i odzwierciedlają realne problemy, z którymi spotykają się w swej pracy psychoterapeuci. Na kwestię tę zwracali uwagę również Maslow, Rogers,

¹ Por. H. Drüe, *Dusza w psychologii naukowej*, w: *Duch i dusza*, pod redakcją P. Dybła, Warszawa 2001, s. 71-89.

Kępiński, współcześnie na przykład Griffith². Wymienieni terapeuci nie mieli możliwości odwołania się do naukowych koncepcji duchowości, w większości musieli tworzyć własne. Z mniejszą lub większą świadomością, że są to wstępne projekty, które wymagają dalszego opracowania i przekształcenia w teorie naukowe. Można przypuszczać, że właśnie ze strony psychoterapii wywierano największy nacisk na psychologię naukową, by włączyć do obszaru badań problematykę duchowości.

Wraz z uwzględnieniem w dyskursie naukowym kategorii duchowości zaczyna podejmować się kwestię odpowiedniości dotychczasowej metodologii psychologii – wprowadzonej przez behawioryzm. Zauważa się, że jest to tematyka o dużej wadze poznawczej, której nieobecność trzeba tłumaczyć naśladowaniem metod badawczych przyrodnictwa. Niektórzy badacze dostrzegają zatem potrzebę opracowania nowych metod charakterystycznych dla nauk humanistycznych³. Pozwoliłoby to na traktowanie psychologii jako dyscypliny humanistycznej. Inni (np. Heszen), próbują zastosować do duchowości postępowanie badawcze oparte na tradycyjnej metodologii.

Można domniemywać także, że jedną z motywacji wprowadzenia duchowości do psychologii był wzrost zainteresowania tą problematyką w ramach innych dyscyplin humanistycznych⁴. Wydaje się, że koncepcje prezentowane w niniejszym artykule odzwierciedlają tendencje myślowe obserwowane współcześnie przez humanistykę. Podstawowy proces, na który zwraca się uwagę to odróżnianie zjawisk definiowanych jako duchowość od religijności⁵. Te pierwsze cechować ma wysokie zindywidualizowanie, nastawienie na osobiste doświadczenie i doznawanie, aktywne podejście do doktryn religijnych wyrażające się w próbie integracji idei z wielu wyznań. Religijności z kolei odpowiadałoby to, co zewnętrzne i powierzchowne, zinstytucjonalizowane, zrytualizowane oraz nastawione

² Por. I.L. Griffith, M.E. Griffith, *Odkrywanie duchowości w psychoterapii*, Kraków 2008.

³ Por. np. A. Maslow, *W stronę psychologii istnienia*, Warszawa 1986; C. Rogers, *Osoba a nauka*, w: *Materiały z historii psychologii*, pod redakcją K. Zamiary. (b.m.w.) 1995, s. 302-325; K. Zamiara, *Dynamika pojęć i programów psychologicznych. Szkice metodologiczne*, Poznań-Szczecin 1995; A. Gałdowa, *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*, Kraków 2000.

⁴ Por. np. *Fenomen duchowości*, red. A. Grzegorzczak, J. Sójka, R. Koschan, Poznań 2006; J. Mariański, *Nowe formy religijności i duchowości – od socjologii religii do socjologii duchowości?*, „Człowiek i Społeczeństwo”, T. XXIX: 2009, s. 149-179; A. Bielik-Robson, „Na pustyni”. *Kryptoteologie późnej ponowoczesności*, Kraków 2008.

⁵ Inny trend określić można mianem «makdonaldyzacji duchowości» (por. A. Sobolewska, *Mapy duchowe współczesności. Co nam zostało z Nowej Ery?*, Warszawa 2009, s. 20). Metaforycznie podkreśla się w ten sposób konsumpcyjne i komercyjne podejście do szeroko rozumianej sfery *sacrum* cechujące ponowoczesność. Wyrazem „duchowości postmodernistycznej” miałyby być także ideologia prozdrowotna, w ramach której dbanie o rozwój duchowy stanowi jeden z aspektów tzw. *well-being* (dobrostanu).

wione na zachowanie i przekazywanie doktryny⁶. W ramach ujęć socjologicznych można spotkać się z bardzo szerokim rozumieniem duchowości, do której zalicza się także:

[...] a) idee wyrażane przez psychoterapeutów, feministki, mniejszości seksualne, mniejszości etniczne, ruchy na rzecz sprawiedliwości i pokoju; b) idee uzdrawiania i integracji zaczerpnięte z medycyny komplementarnej i psychoterapii; c) świecką myśl (np. nauka) i troska o środowisko (np. ruchy ekologiczne), działalność na rzecz zwierząt, wegetarianizm pozareligijny; d) to co wspólne w różnych tradycjach religijnych, wyrażające się w doświadczeniach mistycznych, wychodzące poza oficjalne doktryny⁷.

Z kolei na gruncie psychologii duchowość próbuje się określać poprzez odwołanie się między innymi do takich subiektywnych doznań jak: a) świadomość i samoświadomość; b) mądrość; c) uczucia np. miłość czy niezadowolenie „duchowe” (tzn. niepłynące z doznań fizjologicznych); d) wrażliwość racjonalna, emocjonalna, percepcyjna; e) moralność; f) twórczość np. zdolność do transgresji; g) poczucie estetyczne; h) światopogląd; i) religijność; j) wiara⁸.

Przytoczone klasyfikacje fenomenów mogących stanowić wyraz duchowości wskazują na duży zakres terminologiczny. Sądzę, że pomocne w uściśleniu tego pojęcia byłoby odwołanie się do idei Frankla, mającej źródło w koncepcjach Brentana, Husserla, Schellera, Hartmanna, iż zjawiskiem konstytuującym duchowość jest transcendencja. Transcendencja rozumiana jako – (1) intencjonalne nakierowanie się na sensory i wartości, które to umożliwia – (2) „przekroczenie” dotychczasowego sposobu (mechanizmu) funkcjonowania jednostki. Wydaje się, że koncepcje zaprezentowane w niniejszym artykule zakładają takie rozumienie transcendencji. Niemniej, wiążą się z różnymi obszarami badawczymi w ramach psychologii: propozycja Anny Gałdowej kładzie nacisk na kwestię rozwoju osobowości, projekt Ireny Heszen koncentruje się na związkach duchowości ze zdrowiem psychosomatycznym, koncepcja Zohar i Marshall akcentuje neurologiczne podstawy duchowości.

I. KONCEPCJA „ROZWOJU MOTYWOWANEGO WARTOŚCIAMI” AUTORSTWA ANNY GAŁDOWEJ

Ujęcie duchowości jednostki ludzkiej zaproponowane przez Gałdową stanowi próbę syntezy Jungowskiej koncepcji rozwoju osobowości z logoteorią Viktora E. Frankla oraz wybranymi ideami antropologii filozoficznej (m.in. Buber, Levinas, Scheller, św. Tomasz z Akwinu, Tischner, Węgrzecki).

⁶ Por. J. Mariański, dz. cyt., s. 172.

⁷ Tamże, s. 173.

⁸ Por. *Duchowy rozwój człowieka*, red. P. Socha, Kraków 2000, s. 16-17.

Gałdowa przyjmuje założenie, że człowiek stanowi całość psycho-fizyczno-duchową i że badając *rozwój w biegu ludzkiego życia* należy odnieść się do wszystkich wymiarów konstytuujących jednostkę⁹. Według badaczki dotychczasowy dorobek psychologii obejmuje zasadniczo funkcjonowanie jednostki w warstwie fizycznej i psychicznej, marginalizując refleksję o duchowości. Autorka podkreśla jednak, że sfera duchowa człowieka manifestuje się zawsze poprzez psychofizyczność, co zdaje się stanowić dla niej uzasadnienie podjęcia przez psychologię tej problematyki. Ponadto, dzięki uwzględnieniu wymiaru duchowego w psychologii, uzyskuje się inne spojrzenie na rozwój osobowości człowieka dorosłego. W tym też celu autorka przeprowadza analizę rozwoju „całości” – jaką jest jednostka ludzka – poprzez wyodrębnienie i dookreślenie rozwoju fizycznego, psychicznego i duchowego. Cechą wspólną dwóch pierwszych form rozwoju jest to, że doskonalenie odpowiadających im struktur i funkcji przebiega do określonego poziomu, po osiągnięciu którego następuje spadek sprawności. O specyfice rozwoju w płaszczyźnie duchowej świadczy zdaniem uczzonej fakt, iż nie jest możliwe wyznaczenie najwyższego poziomu funkcjonowania. Ma to wynikać z pewnej – choć ograniczonej, to jednak istotnej – autonomii wymiaru duchowego wobec psychofizyczności.

Autorka upatruje głównych czynników wyznaczających rozwój duchowy w sferze pozajednostkowej, składnikami której są – według niej – wartości obiektywne. Rozwój duchowy określa więc mianem „rozwoju motywowanego wartościami”¹⁰. Źródło przemian tkwi zatem w rzeczywistości ponadindywidualnej, stanowiącej obiektywny system odniesienia i wartościowania. Obiektywny status wartości nie wyraża się jedynie w niezależności od podmiotu poznającego. Gałdowa przyjmuje mocniejsze stanowisko, wedle którego atrybutem wartości jest uniwersalność ponadkulturowa:

*Ponad ludzkimi partykularnymi wartościowaniami same wartości pozostają stałe i niezmiennie, i w każdej epoce historycznej człowiek dążąc ku nim, pragnąc ich, dawał wyraz tej ogólnoludzkiej intuicji co do ich istnienia*¹¹.

Wartości obiektywne przejawiają się w określonych przedmiotach, nazwanych przez Gałdową „nosicielami wartości”. Różnorodność manifestowania się wartości w ich nosicielach ma wskazywać zdaniem autorki na ich „niewyczerpywanie się”. Z kolei z przeżywania przez jednostkę tego atrybutu wartości często wynika:

⁹ Por. A. Gałdowa, *Wprowadzenie*, w: *Klasyczne i współczesne koncepcje osobowości*, pod redakcją Anny Gałdowej, Kraków 1999, s. 9-36.

¹⁰ *Wartość* jest dla Gałdowej pojęciem pierwotnym, to znaczy że można tylko w przybliżeniu dookreślać jego sens, poprzez odniesienie do takich terminów jak *cenność* czy *dobro* (por. A. Gałdowa, *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*, Kraków 2000, s. 249).

¹¹ Tamże, s. 250.

zrozumienie, że swe absolutne spełnienie uzyskują one w bycie absolutnym [...] W ten sposób odnajduje człowiek podstawę bytową wartości, ich źródło i spełnienie w Bogu filozofów – Pierwszej Przyczynie wszystkiego, co istnieje – lub w Bogu wiary¹².

Gałdowa wskazuje, że oprócz takiego rozumienia podstawy bytowej wartości, możliwe jest także ujmowanie ich *na podobieństwo prawd matematyki, które istnieją niezależnie od tego, czy są odkrywane, czy nie¹³.*

Koncepcję rozwoju w płaszczyźnie duchowej autorka buduje na rozróżnieniu: potrzeby – wartości, które nanosi na dwie fazy indywiduacji zaproponowane przez Junga. Rozwój motywowany potrzebami miałby dotyczyć pierwszej fazy – trwającej mniej więcej do statystycznej połowy życia. Według twórcy psychologii analitycznej celem rozwojowym, który powinien zostać osiągnięty w tym stadium, jest przystosowanie się jednostki do środowiska zewnętrznego oraz zaspokojenie podstawowych potrzeb. W tym okresie jednostka może także realizować wartości wyższe. Gałdowa twierdzi jednak, że człowiek w pierwszej fazie kieruje się wartościami ze względu na zaspokajanie określonych potrzeb, takich jak np. potrzeba akceptacji ze strony otoczenia, samopotwierdzenia itp.

W drugim stadium indywiduacji następuje zmiana orientacji życiowej z przystosowania zewnętrznego na rozwój wewnętrzny. Polega on na dążeniu do samopoznania, które dokonuje się poprzez odróżnienie *persony* od *ego* oraz asymilację treści *cienia*¹⁴. Tym, co może inicjować tę fazę rozwoju, są najczęściej różnorodne wydarzenia kryzysowe oraz zakwestionowanie osiągniętego przystosowania i związanych z nim wartości utylitarnych i hedonistycznych. Autorka podkreśla, że jednostka podejmuje wysiłek rozwoju wewnętrznego tylko wtedy, gdy dana jest jej racja ze względu na którą ten rozwój jest sensowny:

Jedynie wartości duchowe mają moc nadawania sensu ludzkiemu życiu i to one, ich doświadczenie, mogą dostarczyć tej racji dla samopoznania i rozwoju¹⁵.

W drugiej fazie indywiduacji realizowanie wartości nie dokonuje się już ze względu na określone potrzeby, lecz staje się teraz celem samym w sobie¹⁶. Człowiek dystansuje się od motywacji związanej z potrzebami stopniowo, poprzez ich uzgadnianie z doświadczanymi wartościami. Badaczka dookreśla za Tischnerem, iż w doświadczaniu wartości zachodzą dwa momenty. Pierwszy, to tzw. doświadczenie agatologiczne, rozumiane jako sprzeciw wobec zastanej przez podmiot

¹² Tamże, s. 251.

¹³ Tamże.

¹⁴ Według Junga rozwój większości ludzi zachodzi w obrębie pierwszej fazy indywiduacji. Gałdowa zdaje się podzielać ten pogląd. Zatem w zasadzie trudno mówić o dwóch fazach – dwufazowość dotyczyłaby według Junga i Gałdowej tylko elitarnej grupy ludzi.

¹⁵ Tamże, s. 204.

¹⁶ Por. tamże, s. 33.

sytuacji. Na nim ufundowane jest doświadczenie aksjologiczne, w którym jednostka poznaje określone wartości, co skutkuje motywacją do ich realizacji w sposób zindywidualizowany. Od Frankla przejmując natomiast pogląd o poznawczej funkcji *sumienia* w stosunku do wartości obiektywnych. Twórca logoterorii traktował tę formę duchowości jako „organ sensu” – sygnalizujący osobie ludzkiej, co jest wartością i jaki sens w konkretnej chwili powinien być zrealizowany¹⁷. Gałdowa bliżej nie precyzuje w jaki sposób *sumienie* uchwytuje wartości. Zwraca jedynie uwagę na rolę uczuć i intuicji w tym procesie.

Jednakże proces indywidualizacji ma też właściwe sobie skutki uboczne. Jednym z nich może być dysharmonia między nowym obrazem siebie a „starą” strukturą psychiczną, przejawiająca się np. zwiększonym poziomem lęku. Dotychczasowy obraz siebie oraz związane z nim projekcje to dla Gałdowej także zasadnicze czynniki antyrozwojowe drugiej fazy. Obraz *ja* (w tym własne potrzeby i dążenia) konstytuuje selektywność spostrzegania innych ludzi, zjawisk i przedmiotów, wyrażającą się m.in. w schematach poznawczych (np. stereotypach) i mechanizmach obronnych. Spośród tych ostatnich, mechanizm projekcji odgrywa rolę kluczową. Badaczka rozpatruje wymieniony proces poprzez pryzmat zjawiska „konfrontacji z *cieniem*” stanowiącego – według Junga – wstęp do asymilacji głębszych treści archetypowych. Sama jednakże nie rozwija wątku pozostałych archetypów. Projekcję związaną z *cieniem* rozumie przede wszystkim jako odrzucenie negatywnej strony *ego* i w konsekwencji rzutowanie jej na inne osoby, co najwymowniejszy wyraz uzyskuje w przypadku osobowości autorytarnych.

Wedle autorki, uświadomienie sobie treści *cienia* nie musi doprowadzić do wycofania projekcji. Istotna w tej kwestii jest akceptacja, że „to także ja”. W przeciwnym razie dochodzi do poszukiwania czynników odpowiedzialnych za ukształtowanie się takiej a nie innej konstrukcji psychicznej. Projekcja wiąże się wtedy z obwinianiem innych ludzi czy okoliczności życiowych i nieuznawaniem swego współdziałania. Inny przejaw projekcji blokującej rozwój duchowy, to obwinianie wyłącznie siebie. W pierwszej sytuacji przezwyciężenie mechanizmu obronnego może dokonać się przede wszystkim poprzez uświadomienie sobie własnej współodpowiedzialności i odniesienie krytycznych wydarzeń do kontekstu wartości¹⁸. W przypadku drugiej możliwości – neurotycznego obwiniania siebie – uczona nie wskazała działań o charakterze autoterapeutycznym.

Według Gałdowej, rozwój motywowany wartościami doprowadza zazwyczaj do pogłębionego rozumienia siebie, do *określenia właściwej, dojrzałej postawy wobec miłości, cierpienia, śmierci*¹⁹, przede wszystkim zaś istotnej zmiany jako-

¹⁷ V.E. Frankl, *Nieświadomy Bóg*, Warszawa 1978.

¹⁸ Por. A. Gałdowa, *Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego*, s. 211.

¹⁹ Tamże, s. 34.

ściowej ulegają relacje interpersonalne. Jedynym kryterium rozwoju duchowego z perspektywy zewnętrznej, są właśnie pozytywne przemiany w stosunkach międzyludzkich.

II. PRÓBY EMPIRYCZNEJ WERYFIKACJI *DUCHOWOŚCI*

W ostatnich latach odnotować można wzrost badań empirycznych nad *duchowością* i powiązanych z nią kategoriami (por. np. operacjonalizację wartości przeprowadzoną przez K. Popielskiego)²⁰. Znaczące próby konceptualizacji i operacjonalizacji rozumienia duchowości zostały podjęte zwłaszcza w obszarze tzw. psychologii zdrowia. Wyniki niektórych badań pozwalają wnosić o istnieniu związku między omawianą kategorią a zdrowiem psychosomatycznym. Za taką korelacją przemawiają m.in. ustalenia Ireny Heszen, której stanowisko zostanie poniżej zaprezentowane.

Badaczka uznaje *duchowość* za konstrukt teoretyczny użyteczny w wyjaśnianiu pewnej sfery funkcjonowania jednostki ludzkiej, obejmującej zarówno obserwowalne zachowanie, jak i niepodlegające ekstraspekcji doświadczenie wewnętrzne. W warstwie przedmiotowej Heszen przyjmuje, iż *duchowość* stanowi atrybut dowolnej jednostki ludzkiej. Występuje w formie dyspozycji tzn. że przez dłuższy okres zachowanie o takim charakterze może się nie ujawnić. Istotą *duchowości* ujmuje jako transcendencję, która w aspekcie psychologicznym *polegałaby na aktywności wykraczającej poza aktualnie doświadczane ja czy jego aktualny obraz*²¹. Akty transcendencji ukierunkowane są na zewnętrzne przedmioty jak Istota Wyższa czy Energia, drugi człowiek, Uniwersum. Mogą także zachodzić w obrębie *ja* – wówczas ukierunkowane są na samorealizację, samodoskonalenie, rozwój osobisty itp.

Autorka twierdzi, że *duchowość* jednostki ludzkiej należałoby potraktować jako specyficzne zasoby o charakterze prozdrowotnym lub umożliwiające lepszą adaptację do stanu przewlekłej choroby. Przeprowadziła również szereg badań nad pacjentami chorymi onkologicznie, alkoholikami, chorymi na cukrzycę, których wyniki – jej zdaniem – wykazują, że *duchowość* może wpływać np. na obniżenie poziomu lęku i depresji, przypisywanie sobie większego wpływu na przebieg choroby, większy optymizm w rokowaniach itd.²².

²⁰ K. Popielski, *Psychologia egzystencji. Wartości w życiu*, Lublin 2009.

²¹ I. Heszen, E. Gruszczyńska, *Wymiar duchowy człowieka, jego znaczenie w psychologii zdrowia i jego pomiar*, „Przegląd Psychologiczny”, T. 47: 2004 nr 1, s. 15-31.

²² W celu empirycznej kontroli twierdzeń o duchowości, Heszen wraz z zespołem opracowała Kwestionariusz Samopisu zawierający trzy podskale: postawy religijne, wrażliwość etyczna i harmonia.

Należy stwierdzić, że Heszen skoncentrowała się przede wszystkim na jakości narzędzia operacjonalizującego kategorię *duchowości*, w mniejszym stopniu na rozwijaniu teoretycznej koncepcji dotyczącej tej kategorii. Co warto podkreślić, to fakt, że jej koncepcja akcentuje funkcjonalny aspekt *duchowości*. Dzięki *duchowości* jednostka rozwija bardziej adekwatne style radzenia sobie z wydarzeniami kryzysowymi. Inni badacze z nurtu tzw. psychologii pozytywnej (zapoczątkowanej w latach 90. przez Selligmana i Csikszentmihalyi'ego) traktują poczucie sensu życia, czy poczucie koherencji, nie tylko jako czynniki ułatwiające radzenie sobie ze stresogennymi sytuacjami, lecz także jako wyznaczniki wysokiej tzw. *jakości życia*²³. Niemniej zauważyć trzeba, że psychologia pozytywna w pierwszym rzędzie koncentruje się na poszukiwaniu czynników prozdrowotnych, tzw. salutogenetycznych. Zaburzających form *duchowości* nie poddano jeszcze szerszym badaniom empirycznym.

III. HIPOTEZA INTELIGENCJI DUCHOWEJ ZOHAR I MARSHALL

Ujęcie *duchowości* jako zespołu specyficznych zdolności określanych mianem «inteligencji» zaproponowali Zohar i Marshall. Autorzy ci twierdzą, że inteligencja duchowa stanowi wrodzoną własność mózgu²⁴. Opierając się na wynikach badań neurologicznych, neuropsychologicznych i antropologicznych przyjmują stanowisko, wedle którego stanowi ona trzecią – obok racjonalnej i emocjonalnej – formę inteligencji. Podstawę neurologiczną inteligencji racjonalnej stanowią szeregowo połączone szlaki nerwowe. Inteligencję emocjonalną wiążą autorzy z sieciami neuronowymi, w których zachodzi skojarzeniowe (równoległe) przetwarzanie informacji. Z kolei substratem fizjologicznym inteligencji duchowej miałyby być synchroniczne oscylacje neuronów (o częstotliwości ok. 40 Hz) oraz wzmożona czynność określonych ośrodków w płatach skroniowych²⁵. Według badaczy oscylacje neuronalne warunkują fenomen świadomości. Omawiane wzorce falowe (gamma) występują w mózgu w stanie czuwania oraz podczas fazy snu REM. Zanikają natomiast w śpiączce, podczas znieczulenia

²³ Por. np. I. Heszen, *Pozytywne emocje w negatywnych sytuacjach. Skąd się biorą i jak zmieniają radzenie sobie*, w: *Psychologia zdrowia. W poszukiwaniu pozytywnych inspiracji*, pod redakcją I. Heszen, J. Żylińskiej, Warszawa 2008, s. 139-150; I. Heszen, *Zasoby duchowe człowieka a zdrowie somatyczne*, w: *Zdrowie i choroba. Problemy teorii, diagnozy i praktyki*, pod redakcją J.M. Brzezińskiego, L. Cierpiałkowskiej, Gdańsk 2008, s. 96-118; I. Jelonkiewicz, K. Kosińska-Dec, *Jasna strona stresu młodzieży (emocje pozytywne w radzeniu sobie ze stresem)*, w: *Psychologia zdrowia. W poszukiwaniu pozytywnych inspiracji*, pod redakcją I. Heszen, J. Żylińskiej, Warszawa 2008; E. Trzebińska, *Lepsze zdrowie dzięki większemu szczęściu*, w: *Psychologia zdrowia. W poszukiwaniu pozytywnych inspiracji*, dz. cyt., s. 23-38.

²⁴ D. Zohar, I. Marshall, *Inteligencja duchowa*, Poznań 2001, s. 193.

²⁵ Badania nad oscylacjami nerwowymi zapoczątkował Wolf Singer w latach 90.

ogólnego oraz ulegają znacznej redukcji w fazie snu NREM. Zohar i Marshall twierdzą, że oscylacje o tak wysokiej częstotliwości umożliwiają scalenie informacji płynących z różnych aktów percepcji i umieszczenie ich w szerszym kontekście. Opisany proces stanowić ma – wedle badaczy – neurologiczną podstawę *inteligencji duchowej*:

[...] którą się posługujemy analizując i rozwiązując problemy sensu i wartości, przestrzegając własne działania i życie w szerszym, bogatszym, nadającym sens kontekście oraz oceniając, czy określony kierunek działania – droga życiowa – ma szczególne znaczenie²⁶.

Zohar i Marshall zwracają uwagę, że współczesna psychologia nie uwzględnia tego rodzaju inteligencji. Według nich inteligencja racjonalna i emocjonalna umożliwiają jednostce wyłącznie rozeznanie się w sytuacji i najlepszą do niej adaptację. Wyznaczają tym samym funkcjonowanie *w obrębie* określonych okoliczności. Dopiero dzięki duchowości jednostka ludzka może „przekroczyć” daną sytuację, przeinterpretować ją czy twórczo zmienić poprzez odniesienie do szerszego kontekstu sensów i wartości.

Formułując hipotezę *inteligencji duchowej*, autorzy oparli się głównie na badaniach Llinasa, który sam wyciąga tak daleko idących wniosków. Według niego oscylacje neuronalne wiążą się jedynie ze scalaniem poznawczym różnorodnych informacji sensorycznych. Uczony ten podkreśla jednak, że *[...] system, o którym tu mówimy, nie jest biernym mechanizmem, wprawianym w ruch przez bodźce sensoryczne, ale żywym mózgiem, w którym ciągle coś się dzieje. Ten aktywny mózg chce uwewnętrznić i włączyć do swojej własnej aktywności obrazy świata zewnętrznego – zawsze jednak w kontekście własnego stanu i swojej wewnętrznej aktywności elektrycznej²⁷.*

Zohar i Marshall odnoszą się również do badań Ramachandrana, który doznania świadome – w tym dostrzeganie *znaczenia* zjawisk – wiąże z aktywnością płątów skroniowych. Eksperymenty przeprowadzane nad osobami zdrowymi i chorymi na padaczkę skroniową wykazały, że stymulowanie określonych ośrodków w płątach skroniowych powoduje m.in.: doświadczenie jakości, dostrzeganie wartości i znaczenia we wszystkim, co się wokół osoby badanej dzieje, żywe przekonania o prawdzie i fałszu, poczucie omnipotencji lub wszechwiedzy²⁸. Podsumowując wyniki powyższych badań, Zohar i Marshall wyciągają

²⁶ D. Zohar, I. Marshall, dz. cyt., s. 14.

²⁷ R. Llinas, *Ja z wiru*, w: *Formy aktywności umysłu. Ujęcie kognitywistyczne*, pod redakcją A. Klawitera, Warszawa 2008, s. 377.

²⁸ Por. V.S. Ramachandran, W. Hirstein, *Trzy prawa jakości: co mówi nam neurologia o biologicznej funkcji świadomości, jakości i własnego Ja*, w: *Formy aktywności umysłu. Ujęcie kognitywistyczne*, dz. cyt., s. 357-358.

wniosek, że [...] *świadomość – i wymiar transcendentny – zostały wbudowane w strukturę mózgu*²⁹.

Reasumując, w niniejszym artykule zostały zaprezentowane wybrane ujęcia duchowości sformułowane na gruncie współczesnej psychologii. Podkreślić należy, że omówione koncepcje stanowią jedynie próbę konceptualizacji duchowości. Wskazują na potrzebę opracowania koncepcji teoretycznej dotyczącej funkcjonowania jednostki w płaszczyźnie duchowej. Sygnalizują także, że dotychczasowe naukowe kategorie *psychiki* czy *osobowości* nie są wystarczające do opisu i wyjaśniania ludzkiego funkcjonowania w całej jego złożoności. Inny problem, który wymaga rozpatrzenia to kwestia: na ile tradycyjna metodologia psychologii jest odpowiednia dla badania duchowości. Coraz częściej wysuwany jest bowiem postulat wypracowania w ramach psychologii metod typowych dla nauk humanistycznych. Konkludując, problematyka duchowości – wstępnie poruszona w niniejszym artykule – wymaga pogłębionej refleksji teoretycznej i metodologicznej oraz uwzględnienia wyników tej refleksji przez psychologię.

SUMMARY

Nowadays it is noted that some traditional psychological categories are inadequate to explain the specificity of human activity. For example the concept of personality seems to be insufficient to express how people function. Spirituality is one of the categories which could describe the form of a person's inner experience determined by cultural meanings and values. The main aim of this paper is to consider some new psychological conceptions that include the spiritual dimension of a human. The author analyzes three approaches. The first one, proposed by Anna Galdowa, emphasizes spiritual development. The project of Irena Heszen focuses on the connection between spirituality and psychosomatic health. The third conception, developed by Zohar and Marshall, considers spiritual intelligence and indicates the neurological substrate of spirituality.

Key words:

psychological category of spirituality, value-oriented development, spirituality and psychosomatic health, spiritual intelligence

²⁹ D. Zohar, I. Marshall, dz. cyt., s. 87.