

MALDA IŠGYVENANT ARTIMO ŽMOGAUS NETEKTĮ: SUBJEKTYVAUS PATYRIMO ANALIZĖ

Dmitrijus Škulis

Vilniaus universitetas

dmitrijus@skulis.lt

Kiekvienas, patyręs artimo žmogaus netektį, savaip bando tvarkytis su iškilusiais skausmingais išgyvenimais. Natūralu, jog tikintys žmonės tokiais atvejais paguoda bando rasti maldoje. Šiame pranešime pristatomas tyrimas, kurio tikslas – aprašyti tyrimo dalyvių maldos patyrimą, išgyvenant artimo žmogaus netektį. Tyrime iš viso dalyvavo 10 tyrimo dalyvių – krikščionių, praktikuojančių savo tikėjimą. 6 tyrimo dalyvių maldos patyrimo interviu tekstai buvo analizuojami psichologinės fenomenologinės analizės metodu (pagal A. Giorgi). Maldos patyrimas išgyvenant artimo žmogaus netektį tyrimo dalyviams apibūdinamas kaip abipusis bendravimas su Dievu įvairiais, dažnai neįprastais tyrimo dalyviui būdais. Jį skatina vienišumo, nesaugumo jausmai ir/arba tai yra natūrali ir įprasta tyrimo dalyviui reakcija į jo sunkius išgyvenimus. Šis bendravimas apima savo jausmų išreiškimą Dievui. Bendravimo su Dievu metu tyrimo dalyviai gauna palaikymo ir nusiramino. Galiausiai, netekties išgyvenimas maldos patyrimo metu įgauna naują prasmę.

Kiekvienas suaugęs žmogus yra patyręs vienokią ar kitokią netektį, ir kuo toliau žmogus gyvena, tuo tų netekčių daugėja. Netekties išgyvenimas yra sudėtingas ir individualus procesas, apimantis visas žmogaus gyvenimo sritis: fizinę, psichologinę, socialinę ir dvasinę. Šiame pranešime norima atkreipti dėmesį būtent į dvasinį netekties išgyvenimo aspektą, o konkrečiai – į maldos patyrimą. Paprastai, malda yra neatsiejama kiekvieno tikinčio žmogaus gyvenimo dalis, todėl natūralu, jog išgyvenantys netektį paguodą bando rasti ir maldoje.

Malda, anot W. James'o (1902), yra „bet kokia žmogaus vidinio ryšio arba bendravimo su ta jėga, kurią jis pripažįsta dievišką, išraiška“, ir ji yra „religijos širdis ir esmė“ (p. 454). Psichologai malda susidomėjo dar XIX amžiuje, pradedant F. Galton (1872) mėginimais ištirti maldos efektyvumą. Maldos poveikį bandė tirti ir kiti autoriai (Byrd, 1988; Harris ir kt., 1999), tačiau tokie tyrimai sulaukia daug kritikos dėl metodologijos, rezultatų interpretavimo, dėl moralinių bei teologinių tokių tyrimų aspektų. Kai yra kalbama apie maldos efektyvumą, dažniausiai turima omeny maldos objektyvus poveikis – ar poreikis, už kurį buvo meldžiamasi, buvo įgyvendintas. Tačiau šiame darbe svarbus ne objektyvus, o subjektyvus maldos poveikis – kaip maldos patyrimas įtakoja patį žmogų, kuris meldžiasi.

Tyrimų duomenys apie ryšį tarp maldos patyrimo ir netekties išgyvenimo yra pakankamai fragmentiški. Dažniausiai malda yra minima kaip religinio patyrimo dalis ir duomenys apie maldos patyrimą apsiriboja tik jos dažnumu. Iš tokio pobūdžio tyrimų aišku, jog žmonės, išgyvenantys netektį, neretai naudoja maldą kaip įveikos būdą. Maža to, tie, kurie naudoja maldą, įvardina, jog jiems malda padeda (pavyzdžiui, Frantz ir kt., 1996; Castle, Phillips, 2003). Tačiau tik kai kuriuose tyrimuose bandoma bent iš dalies suprasti, *kokiu būdu* malda padeda išgyventi netektį:

- ~ malda yra galimybė prašyti pagalbos sunkiausiais momentais, ji gali tarnauti kaip teigiamas atsiminimas apie tai, kaip praityje šeima meldavosi kartu (Anderson, Dimond, 1995);
- ~ malda gali suteikti nusiramino sukurdama ryšį su mirusiuoju per maldą už jį (Dutton, Zisook, 2005);
- ~ malda gali suteikti netekusiam jausmą, kad jie ką nors aktyviai daro dėl savęs ir dėl mirusiojo (Frantz ir kt., 1996);
- ~ supratimas, kad malda yra išklusoma, gali suteikti padrąsinimo ir džiaugsmo (Greeff ir Loubser, 2008).

Šiam darbui svarbus ir S. Sharp (2010) tyrimas apie tai, kaip malda padeda įveikti sunkias emocijas. Ir nors autorius netyrė žmonių, kurie išgyvena netektį, jo tyrimas reikšmingas tuo, jog bando atsakyti į klausimą, *kaip* malda padeda išgyventi sunkias emocijas. Anot tyrėjo, malda:

- suteikia reikšmingą kitą, kuriam galima išreikšti savo pyktį ir frustracijas;
- suteikia teigiamą įvertinimą iš šalies, kuris leidžia palaikyti savivertę ir atitinkamai sumažinti liūdesio ir depresijos

jausmus;

- suteikia saugumo jausmą per suvokimą, kad Dievas yra visagalis ir gali apsaugoti žmogų;
- padeda atsiriboti nuo stimulų, kurie sukelia neigiamas emocijas;
- padeda atleisti (Sharp, 2010).

Šiame darbe verta paminėti ir F. Vasiliuk (Василюк, 2005), kuris savo studijoje apie maldą ir krizinius išgyvenimus teigia, jog malda turi trejopą poveikį išgyvenimui:

- 1) savo išgyvenimo įvardinimas maldoje padeda įsisąmoninti savo jausmus;
- 2) malda padeda išreikšti savo išgyvenimą, žmogus nelieka vienišas jame;
- 3) malda padeda įprasminti patį išgyvenimą, o be to, suteikia prasmę ir visam žmogaus gyvenimui, jo egzistencijai (Василюк, 2005).

Tikslas

Aprašyti maldos patyrimą, išgyvenant artimo žmogaus netektį.

Metodika

Tyrime dalyvavo 10 žmonių – tai buvo suaugę žmonės, krikščionys, praktikuojantys savo tikėjimą, kuriems po artimo žmogaus netekties praėjo bent 1 metai. Tyrimas buvo atliktas remiantis psichologiniu fenomenologiniu tyrimo metodu (pagal A. Giorgi). Pagal šį metodą yra analizuojama viena konkreti situacija, kurioje fenomenas buvo patiriamas. Tyrimo duomenis buvo surinkti pusiau struktūruoto interviu būdu, kuomet tyrimo dalyvis buvo prašomas atsakyti į vieną pagrindinį klausimą: „*Mintimis sugrįžkite į tą laikotarpį, kai išgyvenote artimo žmogaus netektį ir prisiminkite konkrečią situaciją, kai jūs meldėtės. Koks buvo jūsų maldos patyrimas?*“ Pokalbio metu buvo užduodami ir kiti patikslinantys klausimai, siekiant kuo tiksliau atskleisti maldos fenomeną. Interviu tekstas buvo analizuojamas etapais, remiantis A. Giorgi pasiūlytu psichologiniu fenomenologinės analizės metodu (Giorgi A., Giorgi B., 2008). Iš viso buvo padaryta 10 interviu, tačiau 4 tyrimo dalyvių interviu savo turiniu netiko pasirinktam metodui. Atlikus interviu medžiagos analizę, buvo gauti kiekvieno iš 6 tyrimo dalyvių situacinis ir galutinis bendras visų tyrimo dalyvių fenomeno apibrėžimai.

Rezultatai ir jų aptarimas

Atlikus tyrimo dalyvių interviu medžiagos analizę, buvo gautas toks tiriamo fenomeno galutinis apibrėžimas, kuris kartu apima ir šio tyrimo išvadas.

Maldos patyrimas, išgyvenant artimo žmogaus netektį, tyrimo dalyviams yra abipusis bendravimas su Dievu įvairiais, dažnai neįprastais tyrimo dalyviui būdais: per kalbėjimą, apmąstymą, religinių tekstų skaitymą ar jų prisiminimą, rašymą, religinius atvaizdus. Jį skatina vienišumo, nesaugumo jausmai ir/arba tai yra natūrali ir įprasta tyrimo dalyviui reakcija į jo sunkius išgyvenimus. Šis bendravimas apima savo jausmų išreiškimą Dievui:

~ *vienišumą, nesaugumą, baimės, kaltės ir kitus sunkius jausmus, kurie yra susiję su išgyvenama netektimi,*

~ *rūpestį dėl kitų artimų žmonių,*

~ *pyktį dėl netekties Dievui, ką maldos patyrimo metu keičia pyktis ant savęs ir kaltės jausmas.*

Šio bendravimo su Dievu metu tyrimo dalyviai gauna palaikymo ir nusiramino, o galiausiai, maldos patyrimo metu tyrimo dalyviams jų netekties išgyvenimas įgauna naują prasmę. Šis įprasminimas išgyvenamas:

~ *per visiškai naują Dievo suvokimą, kaip tą, kuris gali atstoti tą emocinį santykį su artimo žmogumi, kurio tyrimo dalyvis neteko,*

~ *per mirties įprasminimą pačiam mirusiam artimam žmogui,*

~ *per netekties išgyvenimo įprasminimą.*

Šioje pranešimo dalyje bus aptarti tik keli svarbiausi šio apibrėžimo aspektai. Tai, jog maldos patyrimas, išgyvenant artimo žmogaus netektį, yra abipusis bendravimas, reiškia, kad maldos metu informacijos perdavimas vyksta ne vien tik viena kryptimi nuo žmogaus link Dievo, bet ir atvirkščiai – nuo Dievo link žmogaus. Tai gali būti atsakymas iš Dievo per religinius tekstus, kuris žmogus skaito ar prisimena, per naujas išvalgas, Dievo ar pačios netekties naują suvokimą, galų gale, per nusiramimą ir palaikymą, kas irgi suvokiama, kaip atsakymas iš Dievo.

Iš to, jog netekties išgyvenime malda gali įgauti neįprastą formą, galima daryti prielaidą, kad ne tik pati malda įtakoja netekties išgyvenimą, bet ir pats netekties išgyvenimas gali keisti malda.

Maldos patyrimas kaip pykčio Dievui išraišką yra vienas svarbiausių šiame tyrime gautų maldos patyrimo aspektų. Apie pyktį Dievui labai minimaliai galima rasti netekčių psichologijos literatūroje, o tyrimuose apie netektį ir malda (ir netgi apie netektį ir tiesiog religingumą) apie tai apskritai net neužsimenama. Tuo tarpu mano tyrimo dalyviams pyktis ant Dievo buvo gana svarbus jų maldos patyrimo aspektas. Krikščioniškoje visuomenėje vyrauja nuomonė, kad pykti yra negerai – tai yra nuodėmė, o pyktis ant Dievo yra juo labiau vengiamas ir slopinamas. Tuo tarpu šis tyrimas jau svarbus tuo, jog parodė, kad žmonės pyksta ant Dievo, išgyvendami netektį, ir tai yra jų natūrali reakcija.

Tai, kad religiniai įsitikinimai padeda įprasminti netekties išgyvenimą, nėra naujas dalykas. Tačiau, tai, kad būtent pačioje maldoje įvyksta netekties įprasminimas, netiesiogiai mini tik F. Vasiliuk (Василиук, 2005). Tuo tarpu visi šio tyrimo dalyviai būtent maldoje vienaip ar kitaip įprasmino savo netekties išgyvenimą.

Taigi, šis tyrimas rodo, jog malda gali būti svarbi krikščionio netekties išgyvenime. Netgi galima daryti prielaidą apie jos terapinį poveikį netekties išgyvenimui. Malda yra bendravimo galimybė, ir šis bendravimas itin svarbus, kai žmogus jaučiasi vienišas ir neturi su kuo pasikalbėti. Malda – tai saugi galimybė išreikšti jausmus, susijusius su patirta netektimi. Ji suteikia žmogui palengvėjimą, nusiramimą ir palaikymą. Ir, galiausiai, ji padeda iš šalies pažvelgti į išgyventą netektį ir gali suteikti jai naują prasmę. Šie tyrimo duomenys turi praktinę vertę – tai gali būti naudinga dirbantiems pastoracinį darbą, arba bet kam, susiduriančiam su netekti išgyvenančiais žmonėmis.

Literatūra

- Anderson K. L., Dimond M. F. The experience of bereavement in older adults. *Journal of Advanced Nursing*, 1995, vol. 22 (2), p. 308-315 [žiūrėta 2010 m. balandžio 6 d.]. Prieiga per internetą: EBSCOhost Academic Search Premier
- Byrd R. C. Positive therapeutic effects of intercessory prayer in a coronary care unit population. *Southern Medical Journal*, 1988, vol. 81 (7), p. 826-829 / Francis L. J., Astley J. *Psychological Perspectives on Prayer*. Herefordshire, UK: Gracewing, 2001.
- Castle J., Phillips W. Grief rituals: aspects that facilitate adjustment to bereavement. *Journal of Loss & Trauma*, 2003, vol. 8(1), p. 41-71 [žiūrėta 2010 m. balandžio 6 d.]. Prieiga per internetą: EBSCOhost Academic Search Complete
- Dutton, Y. C., Zisook, S. Adaptation to bereavement. *Death Studies*, 2005, vol. 29, p. 877-903. [žiūrėta 2010 m. balandžio 6 d.]. Prieiga per internetą: EBSCOhost MasterFILE Premier
- Frantz T. T., Trolley B. C., Jholl M. P. Religious Aspects of Bereavement. *Pastoral Psychology*, 1996, vol. 44(3), p. 151-163 [žiūrėta 2010 m. vasario 15 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.springerlink.com/content/7554341401121255/>
- Galton, F. Statistical inquiries into the efficacy of prayer. *Fortnightly Review*. 1872, vol. 12, p. 125-135 / Francis L. J., Astley J. *Psychological Perspectives on Prayer*. Herefordshire, UK: Gracewing, 2001.
- Giorgi A., Giorgi B. *Phenomenology*. / Smith J. A. (ed.) *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (2nd ed.). London: Sage pub., 2008, p. 26-52.
- Greeff A., Loubser K. Spirituality as a resiliency quality in Xhosa-speaking families in South Africa. *Journal of Religion and Health*, 2008, vol. 47(3), p. 288-301. [žiūrėta 2010 m. balandžio 21 d.]. Prieiga per internetą: EBSCOhost Academic Search Complete
- Harris W. S., Gowda M., Kolb J. W., Strychacz C. P., Vacek J. L., Jones P. G., Forker A., O'Keefe J. H., McCallister B. D. A randomized, controlled trial of the effects of remote, intercessory prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit. *Archives of Internal Medicine*, 1999, vol. 159(19), p. 2273-2278 / Francis L. J., Astley J. *Psychological Perspectives on Prayer*. Herefordshire, UK: Gracewing, 2001.
- James W. *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature, Being the Clifford Lectures on Natural Religion delivered at Edinburgh in 1901-1902*, London & Bombay: Longmans, Green, and Co, 1902 [žiūrėta 2011 m. sausio 5 d.]. Prieiga per internetą: Google books
- Sharp S. How Does Prayer Help Manage Emotions? *Social Psychology Quarterly*, 2010, vol. 73(4), p. 417-437.
- Василиук Ф. Е. Переживание и молитва: опыт общепсихологического исследования. Москва: Смысл, 2005.

PRAYER OF THE BEREAVED: ANALYSIS OF SUBJECTIVE EXPERIENCE.

Dmitrijus Škulis

Vilnius University

dmitrijus@skulis.lt

Anyone, who suffers a loss of someone close, tries to deal with his painful feelings in his own way. Believers try to find comfort in prayer. This report is based on a research, whose goal is to describe participants' prayer experience during bereavement. There were 10 participants in this study – all of them born again Christian. Interview data of 6 participants' was analyzed according to A. Giorgi psychological phenomenological method. Prayer experience of the bereaved participants is described as intercourse with God frequently in unusual for the participant way. This experience is motivated by loneliness, insecurity and/or this is a natural participant's reaction to the trials. This intercourse embraces expression of person's feelings. Participants obtain support and comfort during this intercourse, and finally, they find a new meaning for their bereavement.