

Skrit v srcu stvari**SKRIT V SRCU STVARI ... (Tagore) – etika in psihoterapija**

Shematični izvleček predavanja

Ključne besede: etika, etičnost, vest, antropologija, psihoterapija

Iščemo korenine in razsežnosti človekovega etičnega doživljanja in ravnanja. In sicer nasploh, posebej pa v psihoterapiji. Etično ravnanje je temeljna obveza vsake psihoterapije. Dejstvo, da Združeni narodi zadnja leta intenzivno delajo na *projektu svetovna etika*, pa govori, da je ta tema danes tudi širše družbeno v ospredju.

1. Človekov »rgan« za prepoznavanje etičnega vidika resničnosti in za motivacijo pri njegovem uresničevanju je vest v jedru ali v zadnji globini človekove zavesti.

Indijski nobelovec za literaturo Rabindranat Tagore poje v 81. pesmi nagrajene zbirke Darovanjke:

*... Skrit v srcu stvari, siliš seme v kali,
popke v cvet in zoreče rože v sadove ...*

Celotna pesem riše človekovo psihosocialno stanje pri iskanju uspelega življenja, miru in sreče. Ti verzi v središču pesmi se zdi, da so ključ do teh temeljnih življenjskih ciljev vsakega človeka. Govorijo o nečem močnem in pametnem v človeku, ki ustvarjalno poganja smiselni razvoj in sluti ali celo spoznava v objektivni stvarnosti vsaj tisti del njene strukture in zakonitosti, ki je zanj v tistem trenutku potrebna. Ta sila je skrita najgloblje v človekovem srcu, v njegovem osebnem jedru. Možno je, da je človek ne opazi in ne upošteva, da jo zasuje s kakim plazom, pod katerim živi neopazno, medtem ko njegovo seme, popki, cvetovi in sadovi zakrnevajo in propadajo. Naravno pa je – naravni razvoj sili posameznika in skupnost v to smer –, da človek to silo v srcu celostno sluti, dojema, razvija in krepi, da je kompas njegovemu doživljanju in moč njegovemu ravnanju.

Isto spoznanje, ki ga je pesnik Tagore zapisal v 20. stoletju, je v osnovnem judovskem nacionalnem in verskem zakonu formulirano že več kot tri tisoč let, od Judov pa ga je s Svetim pismom prevzela krščanska vera. Ta starodavni zapis poudarja, da človek lahko to zakonitost in temeljno silo v sebi prepozna in v svojem življenju uresničuje ter da je to njegovo človeško uresničenje, uspeh in sreča, nasprotje pa njegov življenjski polom. Dobesedno pravi:

... zapoved zate ni pretežka in ni oddaljena.

Ni na nebu, da bi mogel reči: »Kdo se bo za nas povzpel v nebesa, da nam jo prinese in jo da slišati, da jo bomo mogli izpolniti?«

Tudi ni onkraj morja, da bi mogel reči: »Kdo se bo za nas odpravil čez morje, da nam jo prinese in jo da slišati, da jo bomo mogli izpolniti?«

Kajti prav blizu tebe je beseda, v tvojih ustih in v tvojem srcu, da jo lahko izpolnjuješ.

Glej, danes sem položil predte življenje in srečo, smrt in nesrečo. (Sveto pismo 5 Mz 30, 11–15)

Slovenski jezik imenuje to človekovo zmožnost *vest*. Pojem vesti poznajo jeziki vseh kultur, kar pomeni, da ljudje od nekdaj doživljajo v sebi neko dejstvo, ki so ga naši predniki poimenovali z istim besednim korenem kot budno zavest, vedenje in vedênje.

Vest je torej človekova zmožnost, da prepozna, katero njegovo doživljanje in ravnanje je smiselno v določeni situaciji in katera življenjska usmeritev je smiselna, obenem pa je tudi ener-

getske naboje, da zmore v svoji človeški svobodi smiselno doživljati in ravnati.

Poudariti je treba, da je vest nasprotje nadjaza. Če pomeni nadjaz s socializacijo internalizirane družbene norme, ki delujejo v posameznikovem doživljanju in vedenju kot relativna neosebna prisila, je vest človekova najgloblja osebna zmožnost za iskanje, prepoznavanje in uresničevanje smiselne strukture resničnosti kot celote; ta celota resničnosti pa zajema smiselne sistemske zakonitosti človeške osebnosti, medčloveškega sožitja ter človeškega sožitja z naravo in celotno resničnostjo.

Med klasičnimi psihologi in psihoterapevti sta se vprašanju etičnosti ter načinom za doseganje etičnega doživljanja in ravnanja posvečala zlasti Carl G. Jung (1875-1961), ki je bil pozoren na metode duhovnega poglobljanja (te razvijajo in krepijo vest), in Viktor E. Frankl (1905-1997), ki je bil pozoren na eksistencialnost in sistemskost etičnega v stvarnosti in v človeku ter na vest kot etični organ v človekovi duhovni razsežnosti. Pri nas se je tem vprašanjem posvečal kot psiholog in antropolog Anton Trstenjak (1906-1996), ki je bil med drugim pozoren na antropološke povezave med človekovo etičnostjo in ustvarjalnostjo ter etičnostjo in srečo. O vesti je veliko pisal tudi evropsko uveljavljeni slovenski strokovnjak za etiko in moralo Alojzij Šuštar (1920-2007).

Polje etičnosti zarisujejo torej človekovo osebno spoznanje smiselnega v konkretni situaciji, svoboda odločitve za njegov sprejem ali zavrnitev ter zmožnost za udejanjenje svoje odločitve.

2. Na poti človekove etične uresničitve so tri nevarne pasti:

- človekova doživljajska etična otopelost, ki je ponavadi posledica nekega omamljanja zavesti;
- človekova kolektivistična pomasovljenost, ki je ponavadi povezana z družbeno manipulacijo in osebnostno nezrelostjo, in
- človekov individualistični subjektivizem, ki je ponavadi povezan z intelektualnim narcizmom.

Navidez se zdi, da sta omamna otopelost in utopljenost v masi ena skrajnost, ki se zelo loči od individualističnega in liberalističnega subjektivizma. Toda na pladnju kroga nam dosegljive stvarnosti se skrajnosti rade stikajo in tako je tudi pri pasteh na poti do človekove etičnosti. Vsem trem je skupno dvoje. Prvo: zanemarjajo človeško osebo kot tako (pri prvih dveh se utopi, pri tretji se poljubno napihuje balon jaza posameznika ob zanemarjanju njegove sistemske povezanosti z vsemi drugimi in z naravo). In drugo: nobena od pasti resno ne sprejema aksioma, da je vsa resničnost smiselna sistemska celota, ki se razvija, človek pa njen sestavni del, ki ima to prednost, da ta lahko zakonitosti sebe in ostale resničnosti do neke mere dojema in svobodno uresničuje (to je človekova osebna zasluga) ali pa ovira in poškoduje.

3. Pri iskanju in uresničevanju etične življenjske poti človeku pomagajo zlasti:

- razumsko poglobljanje v sistemske zakonitosti človeka, medčloveškega sožitja, narave in celotne stvarnosti;
- aktivno delo in sodelovanje v skupnosti ob upoštevanju izkušenj drugih ljudi, ki živijo sedaj ali so živeli v preteklosti (etično izročilo);
- človekove osebne dobre navade za zdravo življenje, za nenehno usklajevanje medčloveškega sožitja (zlasti komunikacijske navade) ter navade za redno kulturno in duhovno poglobljanje.

Etični varovalni dejavnik ni posamezna od teh treh, ampak vse tri skupaj. Etično doživljanje in ravnanje je vedno rezultat ravnotežja med človekovo aktivnostjo, njegovim duhovnim poglobljanjem in sožitjem z drugimi ljudmi (akcija, kontemplacija in občestvo).

Etičnost je najbolj čista oblika človekove ustvarjalnosti (Trstenjak), kajti samo pri etičnem ravnanju človek dejansko ustvarja iz nič nekaj povsem novega: samega sebe kot človeka (*projekt*

človek) in medčloveško sožitje (*projekt občestvo in skupnost*). Pri vsej ostali ustvarjalnosti človek le odkriva in preoblikuje nekaj, kar je že bilo. Etičnost je torej ustvarjanje v najbolj pristnem pomenu besede, in sicer lastne človekove osebe, sožitja med ljudmi ter z naravo in s celotno stvarnostjo; etičnost je življenjska pot človekove uresničitve.

4. Etika psihoterapije

Najprej *ne škoditi!*

Eden od pogojev, da psihoterapevtova pomoč ne škodi, je to, da terapevt človeka v stiski v resnici *spoštuje*. To pomeni, da ga jemlje resno z vsemi njegovimi potrebami, zmožnostmi in možnostmi. Če ima terapevt stališče premoči namesto pomoči – najsi bo nezavedno ali zavestno – klientu vedno škodi. Ko pa ga doživlja, da ima svoje enkratno življenje s svojimi težavami, stiskami, dosežki, zmožnostmi in možnostmi, da ga – kot vsak človek – »v nečem prekaša in se v tem od njega uči«, ga bo spontano spoštoval in upošteval vse njegove konkretnosti, ki terapijo ovirajo in podpirajo.

Poleg tega, da psihoterapevt (in vsakdo, ki poklicno dela z ljudmi in za ljudi) ne škodi človeku, ki pride k njemu po pomoč v svoji človeški stiski, mu mora tudi *nekaj dati*.

Ljudje, ki prihajajo v svoji stiski po pomoč k psihoterapevtu, so kot bi bili zaprti v jalovo temo – samega sebe, druge ljudi, svet in celotno stvarnost doživljajo kot v temi, brez svetlobe realnih izhodov na prsto pot. Človekova stiska je sicer velika energija, toda v kaotični temi brezizhodnosti ga tišči in pohablja. Ko pa v svoji temi najde razpoko, skozi katero sije svetloba, ga prav ta energija stiske požene, da začne ustvarjalno doživlja sebe, druge ljudi, svet in celotno stvarnost in tudi tako ravnati. V tem primeru postane človekova stiska glavna energija, da gre na svetlo in hodi odprto, na planem svojo smiselno življenjsko potovanje. Psihoterapevtski pogovor in drugi psihoterapevtski metodični posegi včasih človeku *posvétijo* na pot iz njegove jalove zaprtosti. V tem primeru gre za uspešno psihoterapijo. Včasih to ne uspe. Toda tudi v tem primeru je etično poslanstvo psihoterapevta isto: da človeku *posveti* dobro besedo. Posvetiti (človeku dobro besedo) in posvétiti (z lučjo prave besede) nista tako različni besedi, kot se zdi! S tem, ko se psihoterapevt *posveti* človeku s svojo dobro besedo v primerih, ko prava terapija (ozdravljenje) trenutno ne uspe, opravlja nič manj pomembno paliativno strokovno pomoč človeku v trenutno nerešljivi življenjski težavi.

Dobra beseda je najboljša postrežba, je rad dejal Trstenjak. Z njo je psihoterapevt človeku v stiski za nekaj trenutkov človek (*Človek je človeku človek po besedi – Trstenjak*). Če upoštevamo, da imajo človekova duhovnost, umetnost, etičnost in doživljanje sreče skupno korenino, to je strmenje nad čudovitim v sebi, v drugih in v sožitju z ljudmi (družba), v naravi in v celotni stvarnosti, potem lahko rečemo, da dobra psihoterapevtska beseda v vsakem primeru budi človeka iz temnega spanja in morečih sanj v svet, ki je poleg bolnega, krivičnega in krutega tudi čudovit.

To je etika psihoterapije.

Tagore začne svojo 81. Darovanjko z verzom, ki lepo naslika človeka v stiski:
Marsikakšen prazen dan sem jokal za zgubljenim časom.

In nadaljuje s temeljnim etičnim spoznanjem o smiselnosti vsega:

A nikoli ni zgubljen, o gospod.

Ti si vzel vsak trenutek mojega življenja v svoje roke.

Skrit v srcu stvari, siliš seme v kali,

popke v cvet in zoreče rože v sadove.

Konča pa z verzi, ki so nam bili vodilo za razmišljanje o psihoterapevtski etiki ali o pristnem

psihoterapevtskem poslanstvu (kot istemu rečemo običajno):

*Utrujen sem spal na jalovi postelji
in si mislil, da je vsega dela konec.
Zjutraj sem se zbudil
in našel na vrtu vse polno cvetočih čudežev.*

