

HORVÁTH-SZABÓ KATALIN

## Van-e köze a lélektannak a lélekhez? Spiritualitás és személyiség

A pszichológia tudománnyá válásának idején, a XIX. század utolsó harmadában a pszichológiában egyaránt jelen volt a psziché és a lélek. William James korszakalkotó munkáiban már középpontba került az én (*reflexiv self*),<sup>1</sup> a self elvesztése és a lélek munkálkodása az „unio mystica”-ban.<sup>2</sup> Művei alapján intenzívvé vált a lélekről való gondolkodás is. Ám a század közepén hegemoniára jutó behaviorizmusban a pszichológia nemcsak a lelket, de a pszichét is elveszítette.

A behaviorizmus uralmát megrengető kognitív forradalom, a humanisztikus megközelítés, az én-pszichológia megerősödése azonban a pszichét visszahozta a pszichológiába. A szociálpszichológiát és a személyiségpszichológiát is átható kognitív forradalom ráébresztette a pszichológusokat a behaviorizmus korlátaira és az ember részleges szabadságára, míg a humanisztikus pszichológia az ember belső erőire, az én által irányított növekedésre és az önaktualizációra hívta fel a figyelmet. Emellett hozzájárult az introspekció szerepének újraértékeléséhez, mivel újra hangsúlyossá tette a belső történések megfigyelését. Az én-pszichológia pedig az énről való gondolkodás átalakulását hozta magával. Hatására fokozatosan megerősödött az a szemlélet, hogy az én egy rejtett, de alapvető belső entitás, amelynek mélységei tartalmazzák a személy önmagára vonatkozó tapasztalatait, s azok egyaránt fontosak az individualitás és az élet minősége szempontjából.

Ezen irányzatokra támaszkodva bontakozott ki – szinte egy – időben a pozitív pszichológia és a „spirituális forradalom”. A pozitív pszichológia figyelmének középpontjába az egészségességgel, a boldogsággal, a teljes étellel összekapcsolódó pszichés funkciókat helyezte, köztük a hűséget, vallásosságot/spiritualitást, az éretnyeket és a reményt. A spirituális forradalom sodrásával a lélekről, illetve a lélek hatásairól való gondolkodás része lett a pszichológiának, elsősorban a valláspszichológiának, a klinikai pszichológiának, a személyiség- és a fejlődéslélektannak.

<sup>1</sup> WILLIAM JAMES: *The principles of psychology*, Harvard University Press, Cambridge, 1890.

<sup>2</sup> WILLIAM JAMES: *Varieties of religious experience*, Longmans, New York, 1902.

A lélek vizsgálata azonban kívül esik a pszichológia illetőségi körén, a lélek nem egyenlő az én-nel, a lélek valami olyasmi, ami az én mögött, felett van. Az utóbbi időben az én-pszichológiában megerősödött az én rendszerként és folyamatként való felfogása. Az én-rendszer az egyén önreflexív képessége révén jön létre, tartalmába pedig az én-élmény, az önismeret, az önértékelés, a céltudatos adaptáció és az énrre vonatkozó információk tárolása vonódik be.<sup>3</sup> Baumeister Patakihoz hasonlóan az én funkciói közül az önreflexiót és a szándékos, céltudatos cselekvést emeli ki, de hozzá teszi a másokkal való kapcsolatban levés működtetését is.<sup>4</sup> Az én és a lélek kapcsolatának kérdését szem előtt tartva fel kell figyelni arra a felismerésre, hogy az énnnek vannak olyan mély rétegei, amelyekről elmondható, hogy „imaginatív, intuitív, szellemi szféra. Ez a réteg sűrű homály a pszichológia számára.”<sup>5</sup>

A lélekről való teológiai gondolkodásban erősödik az az álláspont, hogy a lélek az egyén legmélyebb centruma. Az a hely, ahol az ember nyitottá válik a transzcendens dimenzióra, amelyben megtapasztalja a Végső Realitást.<sup>6</sup> Mások hozzátesszik, hogy a lélek belső szubsztancia, nézőpont és kapacitás. Kapacitás az élet és a világ speciális megtapasztalására, megadja a tapasztalatok szövetének, színének, tónusának jellegét, és mélységet ad azoknak.<sup>7</sup> Hardy szerint a lélek eleven test, amely mozgásban, fejlődésben, vágyakban jelenik meg.<sup>8</sup>

A fentiekben jól látható az én és a lélek közötti hasonlóság és elkülönülés is. Mindkét szubsztancia folyamatként, mozgásként, fejlődésben érthető meg. Mind-egyik sajátos, egyedi jellegű, tapasztalatokat tárol és értelmez, mindegyikben kiemelkedik az önreflexió fontossága. A lélek azonban nemcsak halhatatlan, szemben az én testhez kötöttségével, hanem mindig a transzcendens irányult-

<sup>3</sup> PATAKI FERENC: Az „eltűnt én” nyomában, *Magyar Pszichológiai Szemle* 63 (2008/3) 409–470.

<sup>4</sup> ROY F. BAUMEISTER: The self and society: Change, Problems and opportunities, in Richard D. Ashmore – Lee J. Jussim (eds.): *Self and identity*, Oxford University Press, Oxford, 1997, 191–217.

<sup>5</sup> PATAKI FERENC: Az „eltűnt én” nyomában, i. m. 454.

<sup>6</sup> EWERT COUSINS: States of consciousness. Charting the mystical path, in Fredrica R. Halligan – John J. Shea (eds.): *The fires of desire. Erotic energies and the spiritual quest*, Crossroads, New York, 1992, 126–145.

<sup>7</sup> JAMES J. MCKENNA: On being at both center and circumference. The role of personal discipline and collective wisdom in the recovery of soul, in Melvin E. Miller – Alan N. West (eds.): *Spirituality, Ethics, and Relationship in adulthood. Clinical and theoretical explorations*, Psychosocial Press, Madison, 2000, 257–282.

<sup>8</sup> GILBERT G. HARDY: *Transcendence and the sacred*, Osiris Publishing, Budapest, 1999.

ságban mutatkozik meg. A lélek legjelentősebb erőfeszítése túllépni a létezés felszínességén és megközelíteni a Legtökéletesebb Létezőt.<sup>9</sup> A lélek azonban a spiritualitáson keresztül hat az énrre, mozgásba hozza tapasztalatait, célba állítja törekvéseit, istenkeresésre motivál.

A spiritualitás egy lélekkel teli ösvényen való utazás, keresés legmélyebb énünk, énjeink felfedezésére, és amely kinyit bennünket a transzcendens irányába. A lélek nem ismerhető meg a pszichológia eszközeivel, de a spiritualitáson keresztül beemelhető a pszichológiába a lélek létezésének feltételezése és a lélek hatásainak felismerésére irányuló törekvés. Ma már egyre több pszichológus gondolja úgy, hogy a pszichológia csak akkor képes a személy egészlegességének megrajzolására, ha a lelket és a lélek hatásait, azaz a személy transzcendens irányulását, szellemi dimenzióját is figyelembe veszi és a „lélekkel teli énnel” is foglalkozik.

Az utóbbi 30 évben nemcsak a vallás-, hanem a személyiségpszichológiai szakirodalomban is erőteljes fejlődés mutatkozik a komplex személyiség megértését segítő egészlegesebb elméleti keretek kidolgozásában. Egyre többen vizsgálják a vallásosság és a spiritualitás helyét a személyiségstruktúrában, és fogalmaznak meg olyan személyiségkoncepciókat, amelyek helyet adnak a spiritualitásnak is.

#### A SPIRITUALITÁS HELYE KÜLÖNBÖZŐ SZEMÉLYISÉGMODELLEKBEN

A spiritualitás fogalmi meghatározásáról, különböző vallásos és nem vallásos formáiról már magyarul is olvasható elemzés.<sup>10</sup> A spiritualitás személyiségbeli helyét tárgyalva elsősorban a teisztikus spiritualitásról beszélünk, amelyben a transzcendens irányulás istenkeresésünkre utal, velünk született, fejlődő, kibomló jellegű.

Hagyományosan a pszichológia a személyiséget négy dimenzióban írta le: testi, kognitív, érzelmi/motivációs és kapcsolati dimenziók. Újabban azonban a pszichológia kezdi felfedezni és használni az embertudományokban, filozófiában meghonosodott háromrészes modellt, amely a test, a psziché és lélek dimenzióiban fogalmazza meg az embert. Ebben a psziché a kognitív, érzelmi/motivációs és kapcsolati területeket fogja össze, míg a lélek vagy szellemi dimenzió a spiritualitást, a transzcendens irányulást tartalmazza.

A háromrészes modelleket áttekintve először Csirszka koncepciójával foglalkozunk. Ez hazánkban az egyetlen olyan ismert személyiségkoncepció volt, amely

<sup>9</sup> GILBERT G. HARDY: *Transcendence and the sacred*, i. m.

<sup>10</sup> HORVÁTH-SZABÓ KATALIN – HARMATTA JÁNOS – TOMCSÁNYI TEODÓRA: Teisztikus és humanisztikus spiritualitás, *Pszichoterápia* 18 (2009/3) 180–186.

a vallásos és a vallásos kliensekkel foglalkozó pszichológusok számára a szellemi dimenziót is bevonó személyiségmodellt kínált. Csirszka *Az emberi személyiség vázlat*a című munkájában<sup>11</sup> több pszichológiai iskola ismeretanyagát felhasználva, azokból egyéni szintézist létrehozva alkotta meg személyiségmodelljét, amely ontológiailag tagolt, centrálisan rétegzett, tartalmilag strukturált, amelyben az emberi személyiséget kapcsolati kontextusában és konkrét időben való létezésében ragadja meg. A dimenziók meghatározásában a hármas felosztást követi: biológiai alapokról, lélekről és szellemi dimenzióról beszél. A biológiai alap az emberi test, a szervezet, a lélek dimenziója az élménytartalmak, formák dinamikus struktúrája, funkcióját tekintve pedig az önmegvalósítás, az egyénre jellemző sajátos életstílus kimunkálása és a magatartás irányítása. A szellemi dimenzió tartalma a transzcendens kapacitás, az abszolút értékek és az Istennel való kapcsolat, funkciója pedig a szuverén állásfoglalás Isten mellett vagy ellen.

A modell centrális rétegzettsége rokon a későbbiekben ismertetésre kerülő Wong és McAdams modellek struktúrájával. Csirszka peremről, centrumról és a kettő között elhelyezkedő birtoklás zónájáról beszél. A perem a szerepszemélyiség vagy vonás szint, amely azoknak a tulajdonságoknak a helye, amelyek segítségével megnyilatkozunk. A perem a személyiség ruhájának/köpenyének is felfogható, amely takar, elrejt és véd. A birtoklás zónája jellegzetes karaktervonásait fogja össze (hajlamok és képességek, erények), míg a központ a személyiség mélye, amely az adott pillanatban meglévő valódi ént és én jövőbeli lehetőségeit hordozza. Ennek feladata az egyén egységének megalapozása és fenntartása. A tartalmi szervezethez az intellektus, érzelmek, motivációk, autonómia, önszabályozás témáit tartalmazza, míg a személy kapcsolati világa a horizontális (másik ember) és vertikális (Isten) kapcsolatok létesítésére és fenntartására irányul. A dimenziókhoz tartozó szükségleteket Csirszka szellemi és metafizikai szükségletként határozza meg, amelyek a „természetfeletti hatások befogadásának és a feléjük való irányulásnak a lelki alapjai és ekvivalensei”.<sup>12</sup>

Helminiak<sup>13</sup> Loengrin és Doran munkáira támaszkodva írta le háromrészes modelljét, amelyben 3 elkülönülő részt fogalmaz meg: test, psziché és lélek. A test Csirszkához hasonlóan a fizikai létforma, fiziológiai rendszer, időben és térben létezik, s az ember fiziológiai szükségleteinek kielégítését igényli. A psziché az emberi elme dimenziója, érzelmeket, képzeletet, emlékezetet, észlelést tartalmaz. E két

<sup>11</sup> CSIRSZKA JÁNOS: *Az emberi személyiség vázlat*a, Árbóc, Budapest, 1993.

<sup>12</sup> CSIRSZKA JÁNOS: *Az emberi személyiség vázlat*a, i. m. 80.

<sup>13</sup> DANIEL A. HELMINIAK: A scientific spirituality. The interference of psychology and theology, *International Journal of Psychology and Religion* 1996/6, 1–19.

dimenzióban az ember részben osztozik más fajokkal. Ez a dimenzió erősen meghatározza az ember habituális válaszait, viselkedését, személyiségének diszpozícióit. A jóllét, komfortérzés, kapcsolati kapacitás tartozik hozzá. A szellemi dimenzió ugyancsak az elme elkülönülő, de csak az emberre jellemző dimenziója, éntudatosság, élmény, csodálkozás, nyitottság és a tér, idő transzcendentálása kapcsolódik hozzá. Helminiak szerint a szellem önmagát a tudatosságban, értelmes megértésben, ésszerű ítéletekben és én-meghatározott döntésekben fejezi ki.

A humán elme Helminiak és mások<sup>14</sup> szerint tehát kettős összetételű: psziché és szellemi. E két összetevő azonban nagymértékben különbözik. Az elme „értelmező faktora”,<sup>15</sup> a szellem nem ezoterikus vagy tisztán metafizikus, hanem része a mindennapi tapasztalatnak.

Csirszka és Helminiak hasonló, de lényegi kérdésekben mégis különböző koncepciója a „lélekkel teli szelf”, az „én” és a lélek kapcsolatának kérdését veti fel. Helminiak a szellemi dimenziót vagy spiritualitást az emberhez köti, az elme értelmező faktoraként határozza meg, tisztán csak emberi jelenségnek tartja. A szellemi dimenzió tartalma pedig az én-pszichológia szerint az „én” tartalmainak tekinthető. Míg Csirszka számára a szellemi dimenzió Istenre, az istenivel való kapcsolatra utal.

A háromrészes személyiségkonceptiók közül talán a legismertebb és a spiritualitás személyiség szerkezeti helyét tekintve a legvilágosabb Wong modellje,<sup>16</sup> aki Frankl<sup>17</sup> noetikai dimenzióját és a dimenziók közötti átfedő és kölcsönkapcsolatba lépő területeket is meghatározva írta le háromrészes modelljét. Fizikai, pszichikai és spirituális dimenziókat fogalmaz meg, amelyben a fizikai a más modellekben biológiai nevezett funkciókat fogja össze. A pszichikai a lélektan központi témáit fogja össze (észlelés, gondolkodás, érzelm, motiváció), míg a spirituális a spirituális valóság tudatosítását, a transzcendenssel való kapcsolat keresését, az Istennel, a transzcendenssel való találkozást és az Isten megismerésére való törekvést tartalmazza. A fizikai és pszichikai dimenzió a pszichoszomatikus átfedő területben kapcsolódik össze, míg a pszichikai és a spirituális a noetikus dimenzióban találkozik. Wong minden egyes dimenzióhoz és átfedő területhez kapacitásokat, sajátos képességeket, szükségleteket és funkciókat rendel.

<sup>14</sup> VIKTOR FRANKL: *The will to meaning*, American Library, New York, 1969.

<sup>15</sup> DANIEL A. HELMINIAK: *A scientific spirituality. The interference of psychology and theology*, i. m. 8.

<sup>16</sup> PAUL T. WONG: Spirituality, meaning and successful aging, in Paul T. Wong – Prem S. Fry (eds.): *The human quest for meaning*, Erlbaum, London, 1998, 359–394.

<sup>17</sup> VIKTOR FRANKL: *The will to meaning*, i. m.

Témánk szempontjából igen jelentős a noetikus terület meghatározása. A noetikusban a spiritualitás a legmagasabb szintű értelmi működéssel kapcsolódik össze, és lehetővé teszi az ember számára az élet jelentésének keresését, a morális megértést, az öntranszcendencia értékeinek beépítését, a szenvedés iránti sajátos, abban értelmet találó attitűd kialakítását. Ez a spiritualitással kapcsolódó, azzal átfedésben lévő terület úgy is tekinthető, mint a spiritualitás kifejeződésének központja, amely egyedi, sajátos szint, személyeséget ad az egyén spiritualitásának. Azonban a területfelosztásból az is jól látható, hogy a noetikus területen kifejeződő spiritualitás Istentől függetlennek mutatkozik. Frankl<sup>18</sup> is azért alkotta meg ezt a fogalmat, hogy elkerülje a spiritualitásba akkor (1969) még beleértett vallásos konnotációt.

Ily módon a Wong-féle modellben a spirituális és a noetikus területek együtt lefedik a különböző spiritualitás-formákban megmutatkozó eltérő horizontális és vertikális irányulásokat, és lehetőséget adnak világosabb határok kijelölésére a vallásos és a nem vallásos spiritualitás között.<sup>19</sup>

A háromrészes modellekhez hasonló, de a pszichikai dimenziókat részletesebben tárgyalja Burke ún. egészes vagy holisztikus modellje, amelyet segítő szakemberek számára, a személyiség működésének mélyebb megértésére fogalmazott meg. Modelljében 3 helyett 5 személyiségdimenziót használ: testi, kognitív, érzelmi/motivációs, társas és spirituális dimenzió. Minden egyes dimenzióhoz életfeladatokat, kompetenciákat, szükségleteket rendel. A spiritualitáshoz feladatként a személyiség egységesítését és az élet értelmességének keresését rendel, míg kompetenciaként a Wong-féle dimenzióban is megtalálható, az Isten megismerésére, keresésére való kapacitást és az Emmons<sup>20</sup> által megfogalmazott, később ismertetésre kerülő spirituális intelligencia összetevőit jelöli meg.<sup>21</sup>

A személyiséget dimenziókra osztó modellek, amelyeket a fentiekben ismertettünk, különbözőségük ellenére, vagy azzal együtt nagyon fontos mondanivalót hordoznak. Markánsan kifejezik, hogy az ember csak a test, psziché és lélek egységében érthető meg, amelyek az ember elkülönülő, de egymástól nem független

<sup>18</sup> VIKTOR FRANKL: *The will to meaning*, i. m.

<sup>19</sup> HORVÁTH-SZABÓ KATALIN – HARMATTA JÁNOS – TOMCSÁNYI TEODÓRA: *Téisztikus és humanisztikus spiritualitás*, i. m.

<sup>20</sup> ROBERT A. EMMONS: Is spiritual intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern, *International Journal for Psychology and Religion* 10 (2000/1) 27–34.

<sup>21</sup> MARY THOMAS BURKE – JUDY MIRANTI: The spiritual and religious dimension of counseling, in Don C. Locke – Jane E. Myers – Edwin L. Herr (eds.): *The handbook of counseling*, Sage, London, 2001, 601–612.

dimenzióinak tekinthetők. A személyiség hármasságban való szemlélete már nemcsak elméleti kérdés, hanem a segítő szakemberek körében a kliensek, a segítettek mélyebb megértését szolgáló keret is. Ma már egyre inkább elfogadottá vált a bio-pszicho-szociális modellben való gondolkodás helyett a bio-pszichoszociális-spirituális modell használata (többek között Sperry<sup>22</sup>, Sulmasy<sup>23</sup>).

Másik fontos fejlemény a spiritualitás és az ötfaktoros személyiségmodell összekapcsolása és a spiritualitás 6. faktorként való megfogalmazása.<sup>24</sup> Az ötfaktoros modell<sup>25</sup> 5 alapvető és minden emberben valamilyen mértékben jelenlévő faktorba rendezi a személyiségvonásokat: barátságosság, lelkiismeretesség, élményekre való nyitottság, extraverzió, érzelmi stabilitás. A faktorok mindegyike kétpólusú, pozitív és negatív aspektusai vannak. Az extroverziót kivéve a faktorokban összefogott vonáscsoportok alacsony illetve magas pontértékeik szerint nyerik el értékességüket, és különülnek el negatív vagy pozitív jellegűvé. Napjainkban ennek a koncepciónak a legnagyobb a szakmán belüli elfogadottsága, és a koncepció alapján kidolgozott kérdőívet széleskörűen alkalmazzák.

Az e téren végzett vizsgálatok igazolni látszanak a spiritualitás dimenziójának a másik öttel való összekapcsolódását és markáns elkülönülését is.<sup>26</sup> Az utóbbi évtizedben számos kutatást végeztek a „nagy ötök” és a vallásosság/spiritualitás összefüggéseiről, amelyekről Saroglou és Jaspard,<sup>27</sup> valamint Piedmont<sup>28</sup> készített

<sup>22</sup> LEN SPERRY: Spirituality and psychiatry. Incorporating the spiritual dimension into clinical practice, *Psychiatric Annals* 30 (2000) 518–524.

<sup>23</sup> DANIEL P. SULMASY: A biopsychosocial-spiritual model for care of patients at the end of life, *Gerontologist* 42 (2002) 24–33.

<sup>24</sup> RALPH T. PIEDMONT: Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five factor model, *Journal of Personality* 67 (1999) 985–1013.

<sup>25</sup> PAUL T. COSTA – ROBERT R. MCCRAE: „Set like paster”? Evidence for stability of adult personality, in Todd F. Heatherton – Joel Lee Weinberger (eds.): *Can personality change?* APA, Washington D.C., 1994, 21–40.

<sup>26</sup> RALPH T. PIEDMONT: The role of personality in understanding religious and spiritual constructs, in Raymond F. Paloutzian – Crystal L. Park (eds.): *Handbook of psychology of religion and spirituality*, Guilford, New York, 2005, 253–273.

<sup>27</sup> VASSILIS SAROGLOU – JEAN-MARIE JASPARD: A valláspszichológia és a személyiség az ötfaktoros modell nézőpontjából, in Horváth-Szabó Katalin (szerk.): *Valláspszichológiai tanulmányok*, Akadémia, Budapest, 2003, 83–112.

<sup>28</sup> RALPH T. PIEDMONT: The role of personality in understanding religious and spiritual constructs, in Raymond F. Paloutzian – Crystal L. Park (eds.): *Handbook of psychology of religion and spirituality*, i. m.

összefoglalót. Ezek szerint a vallásosság és a spiritualitás a személyiségfaktorokkal való összefüggésekben hasonlóknak és különbözőnek is mutatkozik. Mindkét jelenség markánsan pozitív összefüggésben áll a barátságossággal, míg elkülönül a lelkiismeretesség és az élmények iránti nyitottság vonatkozásában. A vallásos emberek, függetlenül a felekezettől, életkortól, kultúrától, magas pontokat érnek el a barátságosság és a lelkiismeretesség faktoraiban, míg a spiritualitás mért értékei a barátságossággal és a nyitottsággal mutatnak kapcsolatot. A spiritualitás nem vallásos formáit is számon tartva fontos megjegyeznünk, hogy az élményekre való nyitottság gyakran babonás és ezoterikus jelenségekkel, valamint mágikus gondolkodással is összefüggést mutat.<sup>29</sup> Ezt igazolja Epstein<sup>30</sup> vizsgálata is, aki a konstruktív gondolkodást mérő kérdőívének ezoterikus alskála esetében szoros kapcsolatot talált a kereső vallásossággal. Reinert és Bloomingdale<sup>31</sup> pedig a spirituális nyitottság és a kereső vallásosság közötti kapcsolatot mutatta ki. Valószínűleg ezzel is magyarázható az új, nem vallásos spiritualitást megélők körében tapasztalható erős vonzódás a New Age-hez, az ezoterikához. Érdekes már itt is megjegyezni, hogy a hit érettségét mérő skálákban magas értékeket elérők, azaz az érett hittel rendelkezők mindhárom dimenzióban (barátságosság, lelkiismeretesség és nyitottság) magas értékeket érnek el. Ez a tény már utal arra, hogy az érett vallásosságban a spiritualitás és a vallás szétválaszthatatlanul összefonódik, és az elkötelezett vallásosság irányt és kifejezési módokat kínál a spiritualitás megéléséhez, a vallásos spiritualitás megvédi az embert az ezoterika és a New Age irányába való sodródástól.

A vonáseleméleti alapoottságú személyiségkonceptiók (Eysenck, Kelly és mások) hosszú ideig tartó hegemóniája után manapság, a vonáseleméleti megközelítés értékességének megtartása mellett, a személyiségpszichológusok körében újra felmerült a személyiség hierarchikus elrendeződésének gondolata. Az újabb hierarchikus elméletek közül témánkhoz legjobban McAdams modellje<sup>32</sup> illeszkedik, mivel ebben a spiritualitás helye és szerepe világosan kirajzolható.

<sup>29</sup> WILL E. SLATER – TODD W. HALL – KEITH J. EDWARDS: Measuring religion and spirituality. Where are we and where are we going?, *Journal of Psychology and Theology* 29 (2001/1) 4–21.

<sup>30</sup> SEYMOUR EPSTEIN: Integration of the cognitive and psychodynamic unconscious, *American Psychologist* 49 (1994/8) 709–724.

<sup>31</sup> DUANE F. REINERT – JOHN R. BLOOMINGDALE: Spiritual Experience, religious orientation, and self-reported behavior, *International Journal of Psychology and Religion* 10 (2000) 173–180.

<sup>32</sup> DAN P. MCADAMS: What do we know when we know the person? *Journal of Personality* 63 (1995) 365–396.



McAdams összefoglaló modelljében McClelland, Hogan és Cantor munkáira támaszkodva három személyiségszintet különböztet meg: diszpozicionális vonások, személyes törekvések és az identitás szintje.

I. A diszpozicionális vonás szint a „nagy ötök” szintje, manapság nem indokolatlanul mondhatnánk azt is, hogy a „nagy hatok” szintje, ha ebbe a spirituális dimenziót is beleértjük. A vonások viszonylagos kontextus-függetlenséggel rendelkeznek, genetikus gyökerűek, általában lineárisak és közvetlenül összehasonlíthatók. A vizsgálatok pedig ezek viszonylagos stabilitását igazolják, Costa és McCrae<sup>33</sup> szerint 30 éves kor körül megszilárdulnak és ellenállnak a változásoknak.

A vonások leírása, megfigyelése csak az első lépés a másik ember megismeréséhez, hiszen az ember megismerése nem a tulajdonságok, hanem a tulajdonságok mögötti belső élet megismerését is jelenti. A tulajdonságok szintjét többen szerepszintnek (Szentmártoni,<sup>34</sup> Tournier<sup>35</sup>) nevezik, míg Csirszka,<sup>36</sup> ahogy már láttuk, peremnek vagy a személyiséget védő, eltakaró köpenynek hívja. Az jól látható és megfigyelhető, ha valaki ellenséges, visszahúzódo vagy szívélyes velünk vagy másokkal, de viselkedését megérteni csak akkor tudjuk, ha ismerjük jelentős élettapasztalatait, a tapasztalatok értelmezésének módját, céljait, terveit. A „nagy ötök” ismerete nem ad információt a döntések hátteréről, a viselkedést meghatározó értékekről, mégis nagy a fontossága az egyének tipikus viselkedési mintáinak leírásában.

A vonás szint, ahogy láttuk, mutat ugyan összefüggést a vallásossággal és a spiritualitással (Saroglou és Jaspard,<sup>37</sup> Piedmont<sup>38</sup>), de nincs lényeges előrejelző hatása arra, hogy az egyén vallásos lesz-e vagy nem, illetve arra, hogy az egyén spiritualitását melyik formában éli meg. A vonások egyedi jellegének azonban

<sup>33</sup> PAUL T. COSTA – ROBERT R. MCCRAE: „Set like paster”? Evidence for stability of adult personality, in Todd F. Heatherton – Joel Lee Weinberger (eds.): *Can personality change?*, i. m.

<sup>34</sup> SZENTMÁRTONI MIHÁLY: *Lelkipásztori pszichológia*, Jel, Budapest, 1997.

<sup>35</sup> PAUL TOURNIER: *Személy-szerep*, Harmat, Budapest, 1998.

<sup>36</sup> CSIRSZKA JÁNOS: *Az emberi személyiség vázlata*, i. m.

<sup>37</sup> VASSILIS SAROGLOU – JEAN-MARIE JASPARD: A valláspszichológia és a személyiség az ötfaktoros modell nézőpontjából, in Horváth-Szabó Katalin (szerk.): *Valláspszichológiai tanulmányok*, i. m.

<sup>38</sup> RALPH T. PIEDMONT: The role of personality in understanding religious and spiritual constructs, in Raymond F. Paloutzian – Crystal L. Park (eds.): *Handbook of psychology of religion and spirituality*, i. m.

mégis fontos szerepe van a spiritualításban, mivel forrásai az annak kifejezésében megmutatkozó szerteágazó különbségeknek.<sup>39</sup>

II. A személyes tervek, törekvések kontextusba helyezett szintje, amely alkalmassá teszi az egyént arra, hogy fontos életfeladatok megoldásán és fontos életcélok elérésén dolgozzon. Ezen a szinten vizsgálhatók és elemezhetők a törekvések mellett azok az én-szabályozó mechanizmusok és struktúrák, amelyek az ember törekvéseit irányba helyezik és a célok elérésére motiválnak. Ez a szint kifejlődő jellegű, időben és térben kontextusba helyezetten változó. A személyes tervek és célok többnyire szándékosak és tudatosak, s átmenetileg ellentétben lehetnek egymással.<sup>40</sup> Costa és McCrae<sup>41</sup> szerint ez az egyénre jellemző alkalmazkodás szintje.

Alapvetően különbözik a vonás szinttől az állandóság és a változás, valamint a generikusság és a kifejlődő jelleg miatt. Különbségüket előszeretettel fejezik ki a birtoklás és a cselekvés terminusaiban. A vonásokat birtokoljuk, a tervek megvalósítása és a célok eléréseért való küzdelem pedig a cselekvésben mutatkozik meg.

Ezen a szinten a spiritualítás motivációként jelenik meg a célok és tervek kiformálásban, s erős motivációnak mutatkozik a célok eléréseért tett erőfeszítések fenntartásában,<sup>42</sup> a cél kiválasztásán keresztül pedig hozzájárul a spiritualítás kifejezési formáihoz.<sup>43</sup> Itt, ezen a szinten ragadható meg a moralitás spiritualításba involválódása is. A célok a spiritualításban a másik ember és a közjó irányába mozgósítanak, míg a célok eléréséhez választott utak és módok tekintetében a konstruktív és nem önző, nem önérdeket szolgáló választásokra motiválnak.

III. Az identitás szintjén az egyén megkonstruálja identitását, amelyen keresztül jelentést és értelmet ad életének. Az identitás formálódása McAdams<sup>44</sup> szerint narratív jellegű, olyan élet-történet egységekből áll, amelyek célt és értelmet adnak. Ezekben a „történetekben” az ember rekonstruálja a múltat, a megélt jelent és az előrevetített jövőt, sorba rendezi a vonásokat és törekvéseket, és mindezt koherens, étellel telített élet-mítoszba fogja össze. Ez a mítosz azon-

<sup>39</sup> JACK J. BAUER – DAN P. MCADAMS: Competence, relationess, and autonomy in life stories, *Psychological Inquiry* 11 (2000) 276–279.

<sup>40</sup> ROBERT A. EMMONS: *The psychology of Ultimate Concern*, Guilford, New York, 2003.

<sup>41</sup> PAUL T. COSTA – ROBERT R. MCCRAE: „Set like paster”? Evidence for stability of adult personality, in Todd F. Heatherton – Joel Lee Weinberger (eds.): *Can personality change?*, i. m.

<sup>42</sup> ROBERT A. EMMONS: *The psychology of Ultimate Concern*, i. m.

<sup>43</sup> MARTOS TAMÁS – KÉZDY ANIKÓ: A vallásosság szerepe a személyes célok rendszerében, in Horváth-Szabó Katalin (szerk.): *Vallásosság és személyiség*, PPKE BTK, Piliscsaba, 2007, 134–157.

<sup>44</sup> DAN P. MCADAMS: *The person*, Wiley and Sons, London, 2009.

ban nem szűkíthető le vonássá vagy személyes tervekké, ez egy belsővé tett folyamatos értelemadás. Az élettörténet élettörténeti események sora, elköteleződések, érzelmi tónusok, szimbolikus és metafizikus képzetek, törekvések, valamint képzetek az élet befejezéséről, halálról, halál utáni életről, az ember szerepéről, küldetéséről.

McAdams úgy véli, hogy az identitás maga az élettörténet, amelyet az emberek a késő serdülőkorban kezdenek el konstruálni, s amely az élettörténetekhez hasonlóan jó formát, koherenciát és konzekvenciákat feltételez.

A fejlődés során a történetek egyre realiztikusabbak, komplexebbek lesznek, és az énfajlódási állapot integratív vonatkoztatási keretként az egyéni élmények jelentését hordozzák.

A történetek jellegének meghatározásához McAdams Frye mitikus archetípusait és Elsbree osztályozási rendszerét használja, amelyből az előbbinek a történet-identitás érettségéhez nincs mondanivalója, inkább identitás-stílus jellemzi (komédia, irónia, románc, tragédia), míg Elsbree generikusnak tartott cselekvéseket von be, amelyek cselekvés-szekvenciaként minden kultúrában megvannak és minden ember számára érthetők, követhetők (otthonteremtés, utazás/zárándoklat, küzdelem és versengés, a szenvedés elviselése, a beteljesülés hajszolása).

Az identitás-narratívába ideológiai, mai kifejezéssel inkább világnézeti jellegű tartalmak, hitek, etikai, politikai meggyőződések is bevonódnak. A személyiség és a spiritualitás fejlődésének összekapcsolása tekintetében fontosak a történetek ideológia tartalmának kérdései. Erikson<sup>45</sup> szerint az identitás és az ideológia az érem két oldalát jelenti. Az identitását kereső serdülő igazságosságra, jóságra és a létezés értelmére vonatkozó kérdéseket tesz fel, azaz ismeretelméleti, etikai és ontológiai válaszokat keres. Hankiss<sup>46</sup> szerint az élettörténetek ontológiai tényeket fognak össze, míg Fowler<sup>47</sup> hitfejlődési elméletében az ideológiát „nehezéknak” vagy horgonynak tekinti, amely kirajzolva stabil marad és stabilitást ad.

McAdams koncepciójában a vallás/spiritualitás és a személyiség közötti jelentős összefüggésre mutat rá, amelyet érdemes szélesebb körű kutatásokkal is ellenőrizni. Valószínűnek tartja, hogy amikor az énfajlódási folyamat komplex és differenciált, akkor erősen személyes világnézeti „csomag” konstruálódik,

<sup>45</sup> ERIK H. ERIKSON: *Gyermekkor és társadalom*, Osiris, Budapest, 2002.

<sup>46</sup> HANKISS ÁGNES: „Én-ontológiák”. Az élettörténet mitológikus áthangolása, in Frank Tibor – Hoppál Mihály (szerk.): *Hiedelemrendszer és társadalmi tudat*, Telekommunikációs Kutató Központ, Budapest, 1981.

<sup>47</sup> JAMES W. FOWLER: *Stages of faith: The psychology of human development and quest for meaning*. Harper and Row, San Francisco, 1981.

míg alacsonyabb énefejlődési szinteken az élettörténet tartalma konvencionális és tekintélyszemélyek által vezetett elbeszélés. Lefordítva ezt a valláspszichológia nyelvére azt mondhatjuk, hogy az éretlen vallásos és spiritualitás szinteken, különösen a „kölcsonként vallásosságban” a tekintélyszemélyek erős hatással vannak annak jellegére, míg magasabb szinteken a vallás és a spiritualitás is személyessé válik. Ez utóbbira már tekintélyes bizonyíték áll rendelkezésre.<sup>48</sup>

McAdams másik fontos megállapítása szerint, amikor az ideológiai kérdések felnőttkorban jelennek meg, akkor krízist jeleznek, és azt állítja, hogy a felnőttkori identitáskrízis ideológiai természetű. A krízis-irodalomban ez úgy fogalmazódik meg, hogy minden felnőttkori identitáskrízis egyben spirituális krízis is.

A spiritualitás ehhez a szinthez integráló erőként és az értelemkeresési folyamaton keresztül kapcsolódik, valamint közvetlenül is bevonódik az identitásba, annak részeként, spirituális identitásként. Emellett befolyásolja az élettörténeti narratíva tónusát és kiformálja a narratív szövedék csomópontjait, hozzájárul az élet-mítosz koherenciájához.<sup>49</sup> Így a vallás és a spiritualitás ezen a szinten identitást adó és fenntartó rendszerként van jelen. A megtéréstörténetekben például jól látható a vallás és spiritualitás integráló szerepe is, amelyben a vallásosság integrálja, összerendezi, célba állítja és „talpig nehéz hűségbe bújtatja” a megtért embert és életét.

A McAdams-féle modell érvényessége szempontjából érdemesnek tűnik megvizsgálni a ma már széleskörűen elfogadott élethossziglani fejlődési koncepciónak a modellben való érvényesíthetőségét. McAdams véleménye szerint modelljében jól látható a koncepció érvényessége. A vonás szinten a fejlődés kevésbé látható, a vonások, ahogy korábban láttuk, 30 éves kor után megszilárdulnak, bebetonozódnak és csak nagyobb krízisek, traumák hatására változnak. Míg a személyes tervek, célok, motivációk szintjén a fejlődés, a normatív és váratlan krízisek jelentős élettörténeti, gyakran radikális változásokat okozhatnak. A fejlődés azonban legmarkánsabban az identitás szinten mutatkozik meg. Az identitás szint egészében egy folyamat, identitások, elköteleződések formálódása, értelemkeresés járja át. McAdams<sup>50</sup> feltételezését igazolják Blatny,<sup>51</sup> Saroglou és Munoz-Garcia<sup>52</sup>

<sup>48</sup> TODD W. HALL – KEITH J. EDWARDS: The initial development and factor analysis of the Spiritual Assessment Inventory, *Journal of Psychology and Theology* 24 (1996) 233–46.

<sup>49</sup> ROBERT A. EMMONS: *The psychology of Ultimate Concern*, i. m.

<sup>50</sup> DAN P. MCADAMS: *The person*, i. m.

<sup>51</sup> MAREK BLATNY: On personality stability and change. Main result of Brno longitudinal study on life-span development, *Ceskoslovenska psychologie. Special issues* 2007, 37–49.

<sup>52</sup> VASSILIS SAROGLOU – ANTONIO MUNOZ-GARCIA: Individual differences in religion and spirituality. An issue of personality traits and/or values, *Journal for The Scientific Study of Religion* 47 (2008/1) 83–1001.

vizsgálatai. Ezek arra utalnak, hogy a megtérés vagy a vallásvesztés a vonás szinten alig vagy egyáltalán nem hoz létre változásokat, ellenben a 2. és 3. szinten az értelemtalálásban, identitásban, célokban, felelősségvállalásban, a másik ember szükségletei iránti érzékenységben jelentős változások jönnek létre.

McAdams jól használható modelljével szemben néhányan kritikákat fogalmaznak meg. Sheldon<sup>53</sup> például a koncepció hiányainak kompenzálásaként azt még további három szinttel egészítette ki, 6 szintesre alakította McAdams háromszintű modelljét. Hozzátesz egy alapozó, alapvető személyiségszintet, amely a pszichológiai szükségleteket tartalmazza, mivel szerinte ezeknek erős motivációs és érzelmi implikációi vannak. Sheldon második szintje a szociális kapcsolati szint, amely annak hangsúlyozott figyelembevételét jelenti, hogy a személy szociális kapcsolati hálóba ágyazódik. Végül a harmadik a kulturális szint, amely az értékek, szükségletek, célok domináns kultúrával való összefüggéseinek figyelembevételét igényli.

Sheldon hozzátett szintjeinek figyelembevétele fontos a személyiség megértése szempontjából, de nem feltétlenül fontos ezeknek a személyiségkoncepció részeként való tételezése, hiszen a személyiség különböző kontextusokban való helyezése az eredeti modell alapján is lehetséges.

#### A SPIRITUALITÁS ÉS A SZEMÉLYISÉG FEJLŐDÉSÉNEK ÖSSZEKAPCSOLÓDÁSA

A teológusokat és pszichológusokat már régóta foglalkoztatja a vallásosság, a hit, újabban a spiritualitás veleszületett jellegének kérdése. Hiszen az emberiség kialakulásának hajnaláig követhető történelemben nem találunk olyan kultúrákat, amelyekben ne jelenne meg valamilyen formában a transzcendens világ létének sejte, tudata, keresése, elfogadása. Ugyanakkor a vallás velünk született jellegét annak kultúrába ágyazottsága és jelentős ismerettartalma miatt nehéz bizonyítani.

A gyermek spirituális fejlődését kutató Coles szerint a spiritualításban megnyilvánuló istenkeresés már gyermekkorban elkezdődik.<sup>54</sup> Rizzuto,<sup>55</sup> Pendleton

<sup>53</sup> KENNON M. SHELDON: Considering „the optimality of personality”. Goals, self-concordance, and multilevel personality integration, in Brian R. Little – Katariina Salmela-Aro – Susan D. Phillips (eds.): *Personal project pursuit*, L. Erlbaum, Mahva, N.J., 2007, 355–373.

<sup>54</sup> KENNETH I. PARGAMENT – ANETTE MAHONEY: Spirituality. Discovering and conserving the Sacred, in C. R. Snyder – Shane J. Lopez (eds.): *Handbook of positive psychology*, Oxford University Press, Oxford, 2002, 646–659.

<sup>55</sup> ANA-MARIE RIZZUTO: *The birth of the living God*, University Press, Chicago, 1979.

és munkatársai<sup>56</sup> súlyosan beteg, nem vallásosan nevelt gyermekek körében tapasztalták a vigasztaló, szerető Istenben való hit jelenlétét.

De a vallásosság gyökereit kutató Nuttin<sup>57</sup> transzcendens alapszükséglet vagy Fowler<sup>58</sup> hit fogalma, illetve Vergote<sup>59</sup> vallásos előszükséglet fogalma, Maslow<sup>60</sup> transzcendens iránti szükséglet fogalma már tartalmazza a spiritualitás veleszületett, fejlődő jellegét. Nuttin motivációs elméletében fogalmazta meg a transzcendens alapszükségletet, amely szerinte a vallásosság és az egzisztenciális értékek irányába mozdít, azaz benne foglaltatik az Istennel való kapcsolat keresése és az életre-halálra, értelemre vonatkozó kérdések sora. Fowler és Dell<sup>61</sup> a hitet velünk született, integráló, középpontba állító erőként fogalmazza meg, amely alapfolyamata a meggyőződésrendszernek, az értékeknek és a jelentésadásnak. Ez teszi alkalmassá az embert arra, hogy szembenézzen az emberi élet kihívásaival, halállal, szenvedéssel. Maslow a transzcendens iránti szükséglet létezésének felismeréséhez csak életének későbbi szakaszában jutott el, azóta azonban ez a felismerés nagy hatással van a spiritualitás iránti érdeklődés kialakulására.

A vallásosság és a spiritualitás kereső utakban kifejeződő fejlődő jellege mélyen gyökeredzik a keresztény hagyományban, a nagy misztikusok (Avilai Szent Teréz, Keresztes Szent János vagy Szent Ignác) életútja és a misztikus tapasztalatokról szóló műveik a spiritualitás fejlődésének tankönyvei, fejlesztésének útmutatói.

A vallásosság és a spiritualitás nem végpont, hanem aktív folyamat, amelybe előrehaladás, elakadás, megértés, tanulás, keresés vonódik be. Ma már a valláspszichológusok többsége a spiritualitás velünk született, egyetemes és fejlődő jellegét igazolja. Ez a tudás fejeződik ki az ismertetett személyiségkoncepciókban,

<sup>56</sup> SARA M. PENDLETON – KRISTINA S. CAVALLI – KENNETH I. PARGAMENT – SAMYA Z. NASR: Spirituality in children with cystic fibrosis. A Qualitative analysis, *Pediatrics* 109 (2002) 1–11.

<sup>57</sup> JOSEPH NUTTIN: Human motivation and time perspective, Manuscript University in Leuven, idézi Benkő Antal: Vallás- és erkölcsi fejlődés, in Horváth-Szabó Katalin: *Lélekvilág*, PPKE BTK, Piliscsaba, 1998, 11–74.

<sup>58</sup> JAMES W. FOWLER: *Stages of faith. The psychology of human development and quest for meaning*, Harper and Row, San Francisco, 1981.

<sup>59</sup> ANTOINE VERGOTE: *Valláslélektan*, SE, Párbeszéd–Dialógus, Budapest, 2001.

<sup>60</sup> ABRAHAM MASLOW: *A lét pszichológiája felé*, Ursus Libris, Budapest, 2003.

<sup>61</sup> JAMES W. FOWLER – MARY L. DELL: Stages of faith from infancy through adolescence. Reflections on three decade of faith development theory, in Eugene C. Roehlkepartain – Pamela E. King – Linda Wagener – Peter L. Benson (eds.): *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence*, Sage, London, 2006, 34–45.

amelyekben a spiritualitás önálló, de a többi dimenzióval kölcsönhatásban lévő dimenzióban fejeződik ki.

A vallás és a spiritualitás fontos dimenziói a teljes emberi fejlődésnek. A spiritualitás fejlődés lényegében a transzcendens iránti kapacitás fejlődésében ragadható meg.

Boyatzis<sup>62</sup> szerint a spiritualitás fejlődése bizonyos belső transzcendencia iránti képességek (befogadókészség, keresés, tudáskészlet) fejlődése, amelyek felhasználásával az én beágyazódik valami önmagánál nagyobbba, hogy transzcendentálja önmagát, saját fejlődése és a mások szolgálata iránti elköteleződésének erősödése érdekében.

Emmons és Crumpler<sup>63</sup> a spiritualitás fejlődését és a spirituális érést úgy tekintik, mint egy célirányos folyamatos törekvést, a végső nagy cél, az Istennel való kapcsolat kialakítására. Ez a szemlélet rokon a korai keresztény hagyományban található nézetekkel. Nagy Szent Gergely például úgy látja a spirituális életet, mint egy versenypályát, ahol a pályára lépők bekapcsolódnak a tökéletesedésért küzdő folyamatba. Hasonló ehhez Avilai Szent Teréz felfogása is, aki úgy tekint a spiritualitás fejlődésére, mint egy folyamatos küzdelemre a nagyobb mélységért és a belső létezőnk központjának eléréséért, amelynek minden egyes lépése egyben az Istennel való találkozáshoz visz közelebb.<sup>64</sup>

Kneezel és Emmons<sup>65</sup> több szerzőre utalva a spiritualitás fejlődésében a jelentés, a szándék és a mások életéhez való hozzájárulást, valamint az integrációnak a keresését hangsúlyozza, amelyben már a motivációk, gondolatok, cselekvések egy irányba, az én-transzcendentálásnak irányába hatnak.

A keresés, törekvés, folyamatos belső küzdelem mellett Emmons<sup>66</sup> a spiritualitáshoz rendelhető képességek fejlődését is hangsúlyozza. Ő vezette be az akkoriban még vitatott spirituális intelligencia fogalmát. Ma már az intelli-

<sup>62</sup> CHRIS J. BOYATZIS: Religious and spiritual development, in Raymond F. Paloutzian – Crystal L. Park (eds.): *Handbook of psychology of religion and spirituality*, Guilford, New York, 2005, 123–143.

<sup>63</sup> ROBERT A. EMMONS – CHERYL A. CRUMPLER: Religion and spirituality? The role of sanctification and the concept of God, *International Journal for the Psychology of Religion* 9 (1999) 17–24.

<sup>64</sup> AVILAI SZENT TERÉZ: *A tökéletesség útja, A belső várkastély*, Szent István Társulat, Budapest, 1979.

<sup>65</sup> TERESA T. KNEEZEL – ROBERT A. EMMONS: Personality and spiritual development, in Eugene C. Roehlkaptain – Pamela E. King – Linda Wagener – Peter L. Benson (eds.): *The handbook of spiritual development in childhood and adolescence*, i. m. 341–354.

<sup>66</sup> ROBERT A. EMMONS: Is spiritual intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of Ultimate Concern, *International Journal for the Psychology of Religion* 35 (2000) 78–98.

gencia-fajtrák körének folyamatos bővülése ezt a vitát elcsendesítette. A spirituális intelligenciában Emmons 5 alapvető képességet határozott meg:

- képesség a transzcendensre (keresésére, felismerésére, bizonyos szintű megismerésére),
- képesség a tudatosság egy magasabb állapotába jutásra,
- képesség a Szent létezésének tudatát a mindennapi eseményekbe, cselekvésekbe, kapcsolatokba bevonni,
- képesség a spiritualitásnak a problémamegoldásba, megküzdésbe, a változásokhoz való alkalmazkodásba való bevonására,
- képesség és elszántság az erényes viselkedésre, valamint az erényes karakter kimunkálására (hála, együttműködés, megbocsátás, bölcsesség stb.), azaz a spiritualitás gyümölcseinek érlelésére.

A fentiekből az első képességcsoport elsősorban a Szenttel való kapcsolatba lépésre utal, másodsorban pedig az én-transzcendenciára, amely a személy érdekeinek háttérbe szorítását, önfeláldozást és mások szolgálatát jelenti. De ide tartozhat a test-transzcendenciája, amely folyamatban az egyén a testtel való túlzott foglalkozás helyett más célokat és értékeket helyez előtérbe. Ide tartozik a korlátok, gyengeségek elfogadása és transzcendentálása, erőforrásként való használata.

A második képesség a misztikus élmények, az Istennel való találkozás, egyesülés megélésére, egy magasabb tudatossági szintre való kerülés alapjait jelenti.

A harmadik képességcsoport a mindennapi események, terek, kapcsolatok megszentelésének lehetőségét alapozza meg, és a mindennapi eseményekben a jelentőséggel és szándékkal telítettség felfedezésének képességére utal.

A negyedik képességcsoport a spiritualitás megküzdésbe való bevonás, a spirituális megküzdési stratégiák működtetésének képességét fogja össze.

Az ötödik pedig azokat a képességeket tartalmazza, amelyek a célokat, törekvéseket, kapcsolati viselkedéseket az ezek minőségét megszabó erények és moralitás keretébe helyezi. Ez a képesség a személy mérlegelési képességére és lelkiismereti működésére utal, amely által morális elvek szerinti döntések és célok formálódnak ki, míg ezek megvalósításában az erényeknek nevezett (önkontroll, bölcsesség, mértékletesség stb.) tulajdonságok segíthetik.

Összefoglalva a széleskörű irodalom központi kérdéseit azt mondhatjuk, hogy a spiritualitás fejlődésében három nagy terület változása, növekedése emelhető ki: önmagunk meghaladása, az öntranszcendencia erősödése, a másokkal, felebarátokkal való kapcsolat jellegének változásai és az Istennel való kapcsolat, találkozás alakulása.

Az fentiekből jól látható elméleti érdeklődés ellenére a spiritualitás fejlődésére koncentrááló empirikus kutatásokat kevesen végeztek. Egyes összetevőit te-



kintve természetesen számos vizsgálatra lelhetünk. Sok adat van az istenkép és az istenkapcsolat fejlődéséről, sokan foglalkoznak a misztikus élményekkel, kiterjedt irodalma van a spiritualitás megküzdésbe való bevonódására és a megszentelés kérdéseire. Napjainkban a spiritualitás fejlődésének kutatási igénye felerősödött, de inkább a gyerekek és a serdülők körében vizsgálódnak, a felnőttkori fejlődés vizsgálata még mindig szűk körű.

A spiritualitás fejlődésének empirikus kutatása területén Genia<sup>67</sup> vizsgálata a legismertebb. Genia vizsgálatait saját maga által kimunkált eszközzel mérte (*Spiritual Experience Index*), amelyet két alapvető spiritualitás-összetevő működése szerint alakított ki. Ezek egyike a spirituális támogatás, a másik a spirituális nyitottság. Az előbbi a Magasabb Erőhöz való kapcsolódásból nyerhető erő- és energiatöbbletet tartalmazza, a második pedig a létezők közötti spirituális kapcsolat létrejöttéhez és átélhetőségéhez utal.

Fejlődési fázisai:

Egocentrikus vagy differenciálatlan fázis, amelyre a másokkal való kapcsolat hiánya vagy alacsony fejlettsége jellemző.

Dogmatikus jellegű spiritualitás, amely erős vallásos kötődéssel és hittartalmakhoz való ragaszkodással jár. Az ebben a fázisban lévő emberek erőteljesek a vallásgyakorlásban, és erősebben kötődnek a belső vallásos orientációhoz, mint az előző vagy a következő fázisban levők.

Átmeneti fázis, amely kétségekkel és kereséssel jár együtt, és erős összefüggést mutat a kereső vallásossággal.

Növekedésorientált fázis, amely a különbségek iránti nyitottsággal jellemezhető, emellett itt is erős a vallásgyakorlás, és nagy hangsúly esik Isten létének tudatosítására. Ez a fázis összefüggést mutat a belsőleges és a kereső vallásossággal egyaránt.

Jól látható, hogy Genia a spiritualitás fejlődését a vallásosság fejlődésével összefüggésben vizsgálta. Eszközének használhatóságát ugyan később többen igazolták,<sup>68</sup> de szükség lenne egy általánosabb spirituális fejlődést mérő eszköz kidolgozására is.

<sup>67</sup> VICKY GENIA: The Spiritual Experience Index. Revision and reformation, *Review of Religion Research* 39 (1997) 344–361.

<sup>68</sup> DUANE F. REINERT – JOHN R. BLOOMINGDALE: *Spiritual Experience, religious orientation, and self-reported behavior*, i. m.

SPIRITUÁLIS ÉRETTSÉG AZ ISMERTETETT SZEMÉLYISÉGGONCEPCIÓKBAN

A mai világban közismert személyiségek, szentek és szent életű emberek egyformák abban, hogy erős hitük van Valakiben vagy valamiben, és erős készte-tést éreznek arra, hogy jót tegyenek és szolgálják embertársaikat. Közösek abban is, hogy életüket egy fontos cél köré szervezték, és életútjuk egy önmagukat meghaladó cél irányába tartott vagy tart. Ők azok, akiket valószínűleg spirituálisan érett személyeknek tarthatunk. Életük menete fontos forrás lehet a spirituális érettség meghatározásához, de szigorú tudományos szempontból konkrét, mérhetőbb jellemzők meghatározása is követelmény.

A továbbiakban röviden áttekintjük a felvázolt személyiségkonceptiók keretében a személyiség és a spiritualitás érettségének összefüggéseit.

Csirszka szerint „az érettség az fejlettségi szint, amelyben az egyéniséggé alakult ember személyes funkcióit emberi szuverenitásával értelmesen, a valóság talaján és értékirányítottan képes gyakorolni”.<sup>69</sup> Az érettség azonban e koncepció szerint nem lezárt állapot, hanem további fejlődésre ösztönöz. A személyiség fejlődése egyben a spiritualitás, a szellemi dimenzió érését és fejlődését is jelenti.

Wong<sup>70</sup> a spiritualitást belső kapacitásként fogja fel, amely képessé teszi az embert Isten megismerésére és a vele való találkozásra. A spiritualításban inkább a folyamatos és élethossziglan tartó fejlődést hangsúlyozza, és nem beszél spirituális érettségről. Elgondolása szerint a spiritualitás azon kevés, növekedéssel jellemezhető területek egyike, amelyben a fejlődés élethossziglan tart. Ebbe a fejlődésbe bevonódik a tudatosság, a magasabb kognitív funkciók fejlődése, az élet értelemmel telítettségének tudatában való megerősödés, a moralitás és a spirituális intelligencia fejlődése is. Ily módon a fejlődés magasabb szintjein magasabb kognitív tudatossággal, gazdagabb, komplexebb Istenről való tudással rendelkezik, és kifejezettebb az a képessége, hogy Istennel mélyebb kapcsolatba lépjen.

Burke<sup>71</sup> személyiségkonceptióban az érettség meghatározásához jól illeszkedik Powell<sup>72</sup> összefoglalása, aki kitér az egyes dimenziók érettségére, ezen belül a spirituális érettségre is. Az érett spiritualitás fázisában az ember képes kap-

<sup>69</sup> CSIRSZKA JÁNOS: *Az emberi személyiség vázlatja*, i. m. 137.

<sup>70</sup> PAUL T. WONG: Spirituality, meaning and successful aging, in Paul T. Wong – Prem S. Fry (eds.): *The human quest for meaning*, i. m.

<sup>71</sup> MARY THOMAS BURKE – JUDY MIRANTI: The spiritual and religious dimension of counseling, in Don C. Locke – Jane E. Myers – Edwin L. Herr (eds.): *The handbook of counseling*, i. m.

<sup>72</sup> JOHN POWELL: *Miért félek attól, aki vagyok?* Vigilia, Budapest, 2001.

csolatba lépni, egyensúlyt teremteni a kapcsolódás és függetlenedés, az autonómia és az intimitás között, emellett kapcsolataiban nem birtokol, hanem szabadságot ad.

A McAdams-féle háromrészes modellben a személyiség érettségét kezdetben a három szint összhangjában találták meg. Ez az összhang konzisztenciát és koherenciát igényel az 1. és a 2., valamint a 2. és a 3. szint között. Az első két szint közötti összhang a boldogságot jelzi előre,<sup>73</sup> a személyes célok összhangja az énképpel és énidentitással jó érzéssel, elégedettséggel és az életben megtalált hely tudatával jár együtt. McAdams a három szint teljes összhangját tekinti az érettség jelének és az étellel való elégedettség feltételének. A teljes összhang azonban nem mindig jön létre. Érdemes elgondolkoznunk azon, vajon mit jelent az, ha a kettő vagy mindhárom terület között összhanghiány áll fenn? Jó-e, van-e valamiféle értelme, jó hatása is a hiánynak? Úgy tűnik, igen. A hiány átmeneti krízisnek tekinthető, amely változásra, keresésre indíthat. A megszentelt életet választó késői hivatású szerzetesek körében gyakran találkozunk a szintek közötti összhang hiányával. Sokan vannak olyanok, akik képességeik, érdeklődésük és személyiségjellemzőik alapján választottak pályát vagy hivatást. Sikeresek, jól ellátják munkájukat, de egy idő után elégedetlenné válnak. Hiányt élnek meg a célokat, terveket összefogó 2. és a személy mélyét érintő 3. szint, az identitás között. A hiány megélése kereséshez, megtéréshez, hivatásváltáshoz vezet. Azonban arra is figyelniünk kell, hogy a szintek közötti összhanghiány érzése „hamis istenekhez”, destruktív szektákba vagy hedonizmusba menekülésbe is vezethet.

A „nagy ötök”-modellben a személyiség érettsége az értékkel telített dimenziók (az extroverzió kivételével mindegyik) erősségében mutatkozik meg. A spirituális érettséget Piedmont Transzcendens Spirituális Skálájának mért eredményei mutathatják meg.<sup>74</sup> A szerző koncepciója szerint az összpont és az alskálák pontjai utalnak a személy spiritualitásának érettségére, illetve spiritualitásának jellegére. Piedmont mérőeszköze 3 alskálát fog össze. Az Univerzalitás (U), az Ima általi beteljesülés tapasztalata (IB) és a Kapcsolatban levés (K). Az U az élet egységes jellegében való hitet, az IB a transzcendens realitással való találkozás

<sup>73</sup> IAN MCGREGOR – DAN P. MCADAMS – BRIAN R. LITTLE: Personal projects, life-stories, and wellbeing. The benefits of acting and being true one's traits, Unpublished manuscript, idézi: Kennon M. Sheldon: Considering „the optimality of personality”. Goals, self-concordance, and multilevel personality integration, in Brian R. Little – Katariina Salmela-Aro – Susan D. Phillips (eds.): *Personal project pursuit*, i. m.

<sup>74</sup> RALPH T. PIEDMONT: *Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five factor model*, i. m.

örömét és elégedettség érzését tartalmazza, a K pedig a közösséghez való tartozás és a másokkal való kapcsolatban levés érzését méri. Piedmont vizsgálatában az U és K az Extroverzióval, a Nyitottsággal és a Barátságossággal volt kapcsolatban, míg az Imameghallgatás a Barátságossággal és a Lelkiismeretességgel. Slater és munkatársai<sup>75</sup> a fenti eredményekből azt a következtetést vonják le, hogy az U és a K inkább a humanisztikus, azaz emberközpontú spiritualitást méri, míg az IB a vallásos spiritualitás mérőeszközének tekinthető.

Az érett spiritualitásról azonban többet tudhatunk meg, ha a spiritualitás összefüggéseit nemcsak a „nagy ötök” összefoglaló faktoraival mérjük, hanem azok különböző arculataival is. Minden egyes faktor 6 ún. arculatot (*facet*) tartalmaz. Ezek egymással összefüggő személyiségjellemzők, de egy adott személyiségen belül különböző erősséggel lehetnek jelen. Témánk szempontjából 3 faktornak és azok arculatainak van szerepe: a Barátságosságnak, a Lelkiismeretességnek és a Nyitottságnak. A temperamentumhoz erősebben kötődő Extraverzió és Neuroticitás kevés jelentőséggel bír a spiritualitás és a vallásosság szempontjából, hiszen kevés magyarázóereje van a vallásosság és a spiritualitás egyéni jellemzőinek meghatározásában.<sup>76</sup>

Az egyes faktorok arculatainak bemutatásánál a „nagy ötök” kidolgozója, Costa és McCrae<sup>77</sup> mellett elsősorban McAdamsra<sup>78</sup> támaszkodunk, aki számos vizsgálat eredménye alapján írta le az egyes faktorokban magas illetve alacsony értéket elért személyek jellemzőit.

A Lelkiismeretesség faktorának arculatai: rendszerető, keményen dolgozó, kitartó, felelősségteljes, megbízható, fegyelmezett. A skálán magas pontszámot elérők személyisége koherens, hatékony, szereti a rendet, gondos, rendszerben gondolkodó, célkövető. Képes kemény döntések meghozatalára, és akkor is keményen dolgozni választott feladatán, amikor a dolgok rosszul mennek. Az alacsony pontértéket elérők viszont zavarosak, kiszámíthatatlanok, extravagánsak vagy színtelenek (se savuk, se borsuk). Kevésbé tartják be a normákat és a morális szabályokat. Képtelenek valamiért kiállni, nehézséget okoz számukra az el-

<sup>75</sup> WILL E. SLATER – TODD W. HALL – KEITH J. EDWARDS: *Measuring religion and spirituality. Where are we and where are we going?*, i. m.

<sup>76</sup> WILL E. SLATER – TODD W. HALL – KEITH J. EDWARDS: *Measuring religion and spirituality. Where are we and where are we going?*, i. m.

<sup>77</sup> PAUL T. COSTA – ROBERT R. MCCRAE: „Set like paster”? Evidence for stability of adult personality, in Todd F. Heatherton – Joel Lee Weinberger (eds.): *Can personality change?* i. m.

<sup>78</sup> DAN P. MCADAMS: *The person*, i. m.

köteleződés. A Lelkiismeretesség faktor szoros összefüggést mutat a jó közérzettel, az élet minőségével és az élet hosszúságával is.

A Barátságosság arculatai: bizalom, őszinteség, szerénység, megbocsátásra való készség, együttérzés, gondoskodás, kedvesség. A skálán magas pontot elérők nemcsak barátságos és kedves emberek, hanem jók is. Jelentős emberi minőség bennük az empátia, együttműködés, gondoskodás, önzetlenség, segítőkészség. Míg az alacsony pontot elérők durvák, manipulatívak, megbízhatatlanok, gyakran viselkednek sértően. Nem képesek együttműködni.

A Nyitottság faktor arculatai: fantázia, élménykeresés, esztétikai érzék, nyitottság új eszmékre, cselekvésekre, értékekre. A skálán magas pontot elérők gazdag, eleven és feldolgozott fantáziavilággal rendelkeznek, különösen érzékenyek az élet esztétikai dimenziójára, valamint gazdag érzelmi életük van. Széleskörű aktivitásokba vonódnak be, számos, gyakran egymásnak ellentmondó eszmét fogadnak el, komplexek, differenciált értékrendszerrel rendelkeznek. McAdams summázata szerint mások és önmaguk szerint is imaginatív, kreatív, széles érdeklődésű, nem tradicionális személyek. Míg az alacsony pontokat elérők konvencionálisak, földhözragadtak, konformisták, szűk érdeklődésűek.

Magyarázatot kíván azonban a nyitottság és a spiritualitás/vallásosság kapcsolatának ellentmondásos jellege. A leírás szerint első megközelítésben a nyitottság igen pozitív személyiségjellemzőnek tűnik. A vallásossággal való összefüggésének hiánya viszont megerősíti a vallásos emberekről kialakult sztereotípiákat (tradicionális, jámbor, dogmatikus stb.). Közelebbről szemlélve azonban a nyitottság árnyoldalaira is lelhetünk. Az új elvek és új élmények, új értékek iránti nyitottság nemcsak az értékek, az életet irányító elvek stabilitásának, horgonyjellegének hiányával jár, hanem az eltérő tudatállapotokra, hipnózisra való érzékenységre, kognitív torzulásokra is hajlamosít. McAdams<sup>79</sup> abszorpciónak nevezi ezt az élményekben, újdonságkeresésben való elmerülést. Korábban már láttuk, hogy a nyitottság összekapcsolódik a mágikus gondolkodással, az ezoterikával és a kétes jelenségekben való hittel.<sup>80</sup> Ezek a jelenségek egyben magyarázatot adnak a vallásosság és a nyitottság hiányzó, illetve esetenként negatív kapcsolatára is.

A spiritualitás és a nyitottság kapcsolatát az arculatok szintjén vizsgálva és a vallásosság fejlődésének figyelembevételével érthetjük meg mélyebben. A vallásos spiritualitás és az elkötelezett mély vallásosság a lelkiismeretességben és a barátságosságban meglévő értékekhez, a meggyőződésekhez, a célba tartó cselekvésekhez

<sup>79</sup> DAN P. MCADAMS: *The person*, i. m.

<sup>80</sup> SEYMOUR EPSTEIN: *Integration of the cognitive and psychodynamic unconscious*, i. m.

való ragaszkodás megtartása mellett kapcsolódik a fantáziához, az élmények iránti nyitottsághoz, az imaginációhoz, azaz nem kapcsolódik az új elvekhez, eszmékhez. Míg a kereső, kételyekkel teli, kevésbé érett vallásos orientáció és a nem vallásos spiritualitás nemcsak az élmények iránti nyitottsággal, hanem az új elvek iránti nyitottsággal is összefüggésben áll.<sup>81</sup> A megtalált életcél, hitrendszer, a „tudom, hogy mit hiszek és kinek hiszek” biztonsága keretet ad az élet élésének, és elégséges magyarázóelvet kínál a világ és önmagunk szemléletéhez.

A spiritualitás fejlődésére és érettségére vonatkozó elméleti koncepciók és empirikus vizsgálatok egyaránt arra utalnak, hogy a spiritualitás és a személyiség fejlődése az egyes dimenziók fejlődési röppályáinak összekapcsolódásában alakul. Így a spiritualitás személyiségen belüli helyének megrajzolása, a spiritualitás pszichés funkciókkal való összefüggéseinek vizsgálata hozzájárulhat a spiritualitás emberformáló szerepének megértéséhez, és ezen keresztül egy fontos útra lephetünk a lélek működésének mélyebb megértéséhez is.

<sup>81</sup> BART DURIEZ – BART SOENENS – WIM BEYERS: Personality, identity, styles and religiosity. An integrative study among late adolescence in Flanders, *Journal of Personality* 72 (2004) 877–910.