

# Dih življenja

## Pomembnost duhovnega življenja za življenjsko zadovoljstvo oseb z motnjami v duševnem razvoju (1. del)



■ **Blaž Vozelj**, mag. prof. specialne in rehabilitacijske pedagogike, je učitelj za dodatno strokovno pomoč na OŠ dr. Slavka Gruma Zagorje ob Savi. Je avtor slikanice *Miklavž že ve* (Ognjišče), prilagojene bralcem z disleksijo, dejaven prostovoljec v društvu *Sožitje*, kot prostovoljec je v *Skupnosti L'arche* (Barka) v Španiji živel z osebami z motnjami v duševnem razvoju.

*Kaj je duhovnost in kako jo preučevati z znanstvenega vidika? Kakšne vplive ima na kakovost življenja oseb z motnjami v duševnem razvoju? Kako osebe z motnjami v duševnem razvoju sploh duhovno živijo? Kakšna je naloga strokovnjakov pri tem? To so osnovna vprašanja, na katera želimo odgovoriti preko razprave v tem in prihodnjem strokovnem članku, in sicer s pomočjo izsledkov lastnega znanstvenega raziskovanja v magistrskem delu *Vpliv duhovnega življenja na celovito kvaliteto življenja odraslih oseb z zmernimi motnjami v duševnem razvoju*. Tokrat predstavljamo konceptualni okvir duhovnosti in kvalitete življenja.*

### *Duhovnost je izključno človeška kvaliteta*

Pa začnimo na začetku: »V začetku je bila Beseda in Beseda je bila pri Bogu in Beseda je bila Bog« (Jn 1).

Duhovnost je težko zajeti v enotno definicijo, kar niti ni namen, saj bi s tem izgubila svoj pomen. Vse to kaže na kompleksnost, interaktivnost in multidimenzionalnost koncepta duhovnosti. Vsekakor je duhovnost pomembna, vpliva na naše življenje in si zasluži bolj zavestno samoizpraševanje in podrobnejše raziskovanje.

Pojem duhovnosti izhaja iz besede 'spiritus', kar pomeni dih življenja (Lepherd, 2013). Predstavlja edinstveno posameznikovo izkušnjo iskanja življenjskega smisla, svobodno iskanje možnosti, udeležanje življenjskih danosti in prevzemanje odgovornosti ob tem (Frankl, 2016). Duhovnost predstavlja način življenja (preko praznovanja, življenja v skupnosti, udeleževanja in sodelovanja pri dogodkih, pomoči bližnjemu v obliki altruizma) na podlagi duhovnih življenjskih smernic, vrednot, ki jim posameznik pri tem sledi. Duhovnost pomaga in nudi tudi oporo, upanje in tolažbo pri premagovanju različnih življenjskih težav (Skoberne, 2002), obenem pa predstavlja povezanost in odnos z nečim sve-

tim in drugimi ljudmi (Gaventa, 2016). Duhovnost nam omogoča verjeti, misliti in verovati, da obstaja nekaj večjega, višjega, kot sta sedanjí čas in prostor, kot je posameznik kot človek; to večje je izven njega samega. To je povezanost z Bogom in božjim (Liegeois, 2014). Duhovnost se udejanja vertikalno (kot povezanost z Bogom) in horizontalno (povezanost s seboj, drugimi, okoljem). Vse to potrjuje dejstvo, da so osebe z motnjami v duševnem razvoju kljub nižjim intelektualnim sposobnostim zmožne duhovnega življenja zlasti na področju odnosov. Ta delitev se navezuje na usmerjenost duhovnosti navznoter in navzven. Duhovnost lahko obravnavamo kot navznoter usmerjeno kvaliteto, ki je s svojimi vrednotami, smislom medsebojno odvisna z navzven usmerjeno, ki se manifestira v posameznikovem vedenjskem, odnosnem funkcioniranju (Lepherd, 2013). Govorimo torej o integraciji telesa, razuma in duha.

### *Religioznost izraža duhovnost*

Pomembno spoznanje za razumevanje duhovnosti je tudi pojem religioznost, ki se osredotoča na sistem obredov, nauk, zapovedi, dogm, doktrin in religijske orientiranosti (Underwood, 2008). Tako je treba razlikovati med duhovnostjo in religioznostjo. Glavna naloga religije pa je, je vedno bila in bo izražanje duhovnosti kot individualne, subjektivne osebne izkušnje, ki se osredotoča na dogajanje v posameznikovem srcu, duši (Zhang, Rusch, 2008). Stičišče duhovnosti in religioznosti je torej izražanje duhovnosti preko vere. Vera tako prepleta eno z drugim, drugo s prvim. Fowler (1981 v Prijatelj, 2007) vero vidi kot očitno posledico človekovega prizadevanja za iskanje življenjskega smisla. Vera se namreč začne v odnosu in človek tudi veruje v odnosu, hkrati pa vera daje spoznanje in uvid v razumevanje življenja, združuje razloge za življenje v skladu s prioritetaми in jih oblikuje v zamisel, ki predstavlja osnovo za posameznikovo delovanje. Tako vera predstavlja tudi pot, sredstvo pri odkrivanju



Foto: Stane Grandlič iz Skupnosti Barka

življenjskega smisla na področju duhovnosti. Posameznik potrebuje vero, da se je sposoben soočiti z iskanjem smisla življenja, da vztraja in upa na poti odkrivanja, obenem pa mu uresničen življenjski smisel odkrije nove možnosti vere in s tem iskanje novih smislov.

### Smisel življenja je bistvo duhovnosti

Proces iskanja smisla je nikoli končan proces, saj je življenje brez-pogojno smiselno. Posameznik nikoli ne neha iskati novih smislov v življenju, bodisi preko odnosov, dela, pa tudi trpljenja (Frankl, 2016). Smisel je namreč edinstven in spremenljiv, tako da ga v življenju nikoli ne zmanjka. Smisel življenja (v tem oziru del duhovnosti) je notranja privlačnostna sila (prav tam), ki posameznika vodi v življenju pri spoprijemanju s tem, kar mu življenje nakloni, naj bo to prijetno ali neprijetno. Smisel življenja je tako poglobljena človekova danost, ki se udejanja tako, da je posamezniku dana svoboda pri odkrivanju lastnih življenjskih nalog, ki jih z odgovornostjo izpolnjuje ter tako udejanja in doživlja smisel (prav tam). Še več, iskanje smisla življenja je človekovo poslanstvo. »Ne gre za to, kaj mi zahtevamo od življenja, temveč za to, kaj življenje zahteva od nas. Le v odgovoru na slednje najdemo življenjsko uteho in občutje smisla« (Musek, 2015: 57). S tem se povezuje tudi spoznanje Vanierja (2002), ki pravi, da je življenjski cilj v tem, da posameznik postane to, kar je, in ne, kar drugi želijo, da postane, oziroma da sploh ne želi postati nič. Posameznik torej mora imeti smisel v življenju, mora stremeti k nečemu, kar želi doseči, ob tem pa potrebuje vero v nekaj višjega, božjega, da mu to tudi uspe.

### Kvaliteta življenja kot optimalno zadovoljstvo in izpolnitev lastnega življenja

Koncept kvalitete življenja je kompleksen, multidimenzionalen koncept, ki pomembno vpliva na posameznikovo doživljanje življenja. Pri vsakem se lahko odraža na svojstven način, četudi obsega tako subjektivne kot objektivne dejavnike (Bratković, Rozman, 2007). Kvaliteta življenja zajema stopnjo zadovoljnega, izpolnjenega življenja, v katerem posameznik živi kar najbolje, kot lahko (Renwick, Raphael, Brown, 1999). Pomembna je zlasti individualna percepcija posameznika o lastni vlogi v življenju, v kontekstu kulturnega in vrednostnega okolja, v katerem živi, ter z lastnimi cilji in željami (Bratković, Rozman, 2007). Kvaliteta življenja je tako rezultat zadovoljitve osnovnih posameznikovih potreb in izpolnjevanja osnovnih dolžnosti v družbenem okolju (doma, v šoli, službi ...) (Schallock, Verdugo, 2002).

Tako je treba zagotavljati možnosti in pogoje za celostno razvijanje posameznikov, da bodo le-ti zares lahko občutili življenjsko zadovoljstvo, kar je v primeru oseb z motnjami v duševnem razvoju predvsem naloga strokovnjakov in družine. Zato je Renwick s sodelavci (1999 po Renwick, Brown in Nagler, 1996) razvil holistični koncept kvalitete življenja, usmerjen v osebo, znotraj katerega so določili tri glavna področja kvalitete življenja: *biti* (spoznavanje posameznika, kdo on sam je), *pripadati* (povezanost z okoljem), *postajati* (dosegati osebne cilje, želje). Znotraj področja *biti* je tudi duhovnost; to, kar posameznika definira kot individuum. To je bistveni vidik, ki ga opredeljuje kot duhovno bitje z lastnimi izkustvi in odnosi. Schallock in Verdugo (2002) sta duhovnost v svoji multidimenzionalni

delitvi kategorij kvalitete življenja opredelila kot del emocionalnega blagostanja, kar kaže na pomembnost doživljanja čustvenega vida pri udejanjanju duhovnosti, čeprav duhovnost poleg čustvene dimenzije zajema tudi vedenjsko delovanje, simbolno perspektivo, osebno življenjsko zgodbo, vero in vrednote ter socialno perspektivo (Liegeois, 2014). Raziskovalci (Renwick, Raphael, Brown, 1999) se strinjajo, da duhovni vidik posameznikove biti združuje življenjski vidik osebne duhovnosti, ki zajema:

- življenjska načela, smernice, po katerih oseba živi;
- občutek globlje povezanosti (doživljanje povezanosti s seboj, z drugimi, božjim, naravo, vesoljem);
- občutek pomena in smisla življenja;
- sodelovanje v obredih slavljenja življenja.

Duhovnost je neodvisna, izpolnjena dimenzija človekovega bivanja in kot taka vseobsegajoča dimenzija, ki v svoji naravi združuje in povezuje vse dimenzije kvalitete življenja in je hkrati sestavni del vsake posebej (nekakšno vezivo). Poleg tega pa, glede na lastnosti, duhovnost ostale dimenzije tudi presega. Z ozirom na to predstavlja božjo dimenzijo realnosti (Liegeois, 2014).

### Namesto zaključka

Duhovnost je način življenja, ki predstavlja osebno življenjsko silo, ki nas žene naprej, utemeljena je na življenjskih vrednotah in trdno povezana z odnosi s seboj, z drugimi in božjim ter je usmerjena v odkrivanje smislov življenja. Je pomembna človeška kvaliteta, ki se je moramo bolje zavedati, razmišljati, se pogovarjati o njej in jo živeti. ◀

(V prihodnji številki revije *Vzgoja* bomo podrobneje predstavili področje oseb z zmernimi motnjami v duševnem razvoju in izsledki lastne raziskave na to temo.)

### Literatura

- Bratković, Daniela; Rozman, Bojana (2007): Čimbenici kvalitete življenja oseba s intelektualnim teškočama. V: *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 42(2), 101–112.
- Frankl, V. Emanuel (2016): *Preslišani krik po smislu: psihoterapija in humanizem*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.
- Gaventa, William (2016): Disability and spirituality: re-membering wholeness in services and supports. V: *Journal of Disability & Religion*, 20(4), 307–316. Pridobljeno 8. 8. 2017 na spletni strani: <http://dx.doi.org/10.1080/23312521.2016.1239155>.
- Lephed, Laurence (2013): Spirituality: Everyone has it, but what is it? V: *International Journal of Nursing practice*, 21, 566–574. Pridobljeno 8. 8. 2017 na spletni strani: <http://onlinelibrary.wiley.com.nukweb.nuk.uni-lj.si/doi/10.1111/ijn.12285/epdf>.
- Liegeois, Axel (2014): Quality of Life Without Spirituality? A Theological Reflection on the Quality of Life of Persons With Intellectual Disabilities. V: *Journal of Disability & Religion*, 18(4), 303–317. Pridobljeno 8. 8. 2017 na spletni strani: <http://dx.doi.org/10.1080/23312521.2014.966466>.
- Musek, Janek (2015): *Osebnost, vrednote in psihično blagostanje*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofska fakulteta.
- Prijatelj, Erika (2007): Struktura verovanja po J. W. Fowlerju. V: *Bogoslovni vestnik*, 67(4), 521–534.
- Renwick, R.; Raphael, D.; Brown, I. (1999): *Quality of life and life changes for adults with developmental disabilities in Ontario: Final report from the quality of life project*. Toronto: Center of Health promotion, University of Toronto.
- Schallock, Robert L.; Verdugo Alonso, Miguel Angel (2002): *Handbook on quality of life for human service practitioners*. Washington: American Association of Mental Retardation.
- Skoberne, Mihaela (2002): Duhovnost in duhovno zdravje. V: *Obzornik zdravstvene nege*, 36, 23–31.
- *Sveto pismo na internetu* (2016). Pridobljeno 8. 8. 2017 na spletni strani: <http://www.biblija.net/biblija.cgi?m=Jn+1&id13=1&pos=0&set=2&l=sl>.
- Underwood, Lynn G. (2008): A working model of health. V: *Journal of Religion, Disability & Health*, 3(3), 51–71. Pridobljeno 8. 8. 2017 na spletni strani: [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J095v03n03\\_05](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J095v03n03_05).
- Vanier, Jean (2002): *Vsak človek je sveta zgodba*. Celje: Mohorjeva družba.
- Zhang, DongDong; Rusch, Frank R. (2008): The Role of Spirituality in Living with Disabilities. V: *Journal of Religion, Disability & Health*, 9(1), 83–98. Pridobljeno 8. 8. 2017 na spletni strani: [http://dx.doi.org/10.1300/J095v09n01\\_06](http://dx.doi.org/10.1300/J095v09n01_06).