Univerzita – pomoc pri odkrývaní zmyslu života

Anton Fabian

Počas štúdia na vysokej škole si mladý človek kladie aj otázky o zmysle a význame života. Pamätám si na obdobia, keď sa mi život javil nezmyselný. Po rokoch štúdia a dozrievania som pochopil, že zmysel treba životu dať (nie špekulovaním, ale konaním) a že ho nemožno očakávať zvonku. Preto je odôvodnené zaoberať sa touto otázkou tak, aby počas štúdia na univerzite boli mladému človeku odkryté súvislosti zmyslu a významu života.

Štruktúra zmyslu života

S termínom „zmysel života“ sa pracuje vo vednom odbore psychológia, teológia, filozofia - axiolológia. Človek ako osoba je nasmerovaný na hľadanie zmyslu a na realizáciu cieľov a životných povinností, ktoré s tým korešpondujú. Štruktúra zmyslu života má tieto komponenty:

1) afirmáciu života;
2) akceptáciu seba;
3) uvedomovanie si cieľa;
4) pocit slobody;
5) hodnotenie budúcnosti;
6) postoj k smrti. [1]

Viktor E. Frankl - zmysel života

Frankl tvrdí, že základnou ľudskou potrebou je snaha o nájdenie zmyslu života. Nemožnosť uspokojenia potreby zmyslu života nazýva Frankl existenčnou frustráciou. Existenčná frustrácia vzniká vtedy, keď človek začína pochybovať o zmysle svojej existencie, keď je dovtedajší zmysel jeho bytia spochybnený, pretože stratil svoje opodstatnenie a človek nevie, čo má robiť ďalej, prípadne začína pochybovať o všetkých pravdách svojho života. Existenčná frustrácia sama osebe ešte nie je patologickým javom, no za určitých okolností sa môže stať patogénnym činiteľom a v dôsledku toho vyvolať neurózu alebo depresiu so samovražednými tendenciami. Neurózu, ktorá takto vznikla, nazval Frankl noogénnou neurózou. [2]

Integrálnosť ľudskej bytosti

Problematika zmyslu života úzko súvisí so spiritualitou človeka. Že ľudská bytosť je psycho-somatická jednotka, to vedeli lekári už v staroveku. Vedeli aj o vzájomných vplyvoch medzi telesným a duševným zdravím človeka. V ostatných storočiach s rozvojom vedy, techniky, pracovných možností, s pokrokom v bývaní, obliekaní, stravovaní, komunikovaní sa svet okolo nás natoľko zmenil, že pri definovaní ľudskej bytosti sa nemôže opomenúť vonkajší vplyv prostredia, teda že človek je aj bytosť sociálna. Definícia sa teda rozširuje: človek je jednota psycho-sociálno somatická.

K úplnosti treba však poukázať na ďalšiu skutočnosť. Vnútorný duchovný život človeka nie je len to, čím sa zaoberá psychológia (emócie, vôľa, poznávacie procesy, prežívanie, správanie, charakter, temperament atď.), ale existujú aj základné otázky ľudského bytia, ktoré majú filozoficko - teologický charakter a dotýkajú sa zmyslu života: kto som ? odkiaľ som vyšiel ? kam smeruje môj život ? aký zmysel má všetko čo sa deje so mnou a okolo mňa ? prečo je na svete utrpenie a zlo ? Odpovede na tieto otázky nachádza človek v spiritualite, v existenčnom vzťahu k transcendentu. Preto treba definíciu ľudského bytia

[1] CEKIERA, Cz.: *Ryzyko uzależnień.* Lublin 1994, s. 188.
[2] Porov. FRANKL, V.E.: *Neuvedomený Boh.* Psychoterapia a náboženstvo. Bratislava : Lúč 2005, s. 89.

rozšíriť a povedať, že človek je NOO - PSYCHO - SOMATICKO - SOCIÁLNA jednota (gr. νόος, noos = myseľ, zmysel, rozum, duch, rozvaha, bystrosť, srdce, zmýšľanie, myšlienka, mienka, prianie, zámer) [3] Teda reflexia nad integrálnosťou ľudského bytia vyžaduje aj zakomponovanie jeho spirituálnej nielen, psychickej, telesnej a sociálnej dimenzie života.

Zdôvodnenie spirituality

Čím vážnejšie sa berie osobný duchovný život človeka, tým jasnejšie kontúry dostáva aj odpoveď na otázku po zmysle života. Čím povrchnejší je človek v spiritualite, tým väčšie je riziko, že bude pociťovať prázdnotu a nezmysel života. Termín spiritualita sa odvodzuje z latinského slova „spiritus“, čo znamená dýchanie alebo oživujúci, vitálny činiteľ v človeku. Dimenzia duchovnosti - spirituality sa v mnohých koncepciách života a zdravia človeka v 20. storočí opomínala, no história ľudstva (medicíny, filozofie a religionistiky), je plná odkazov na pojem duše a duchovnosti.

Obnovený záujem o spiritualitu v našej dobe pochádza z hlbokých potrieb autentičnosti, náboženskej dimenzie, interiority a slobody človeka. Tieto potreby nemôže konzumná spoločnosť uspokojiť. Priemyselná civilizácia nedodržala svoje sľuby: namiesto ponuky vytvoriť svet podľa miery človeka - kde by ľudia mohli bývať a žiť v spoločnom hľadaní dobra - dala nám ako mieru hodnôt výkonnosť, stádovitosť a manipuláciu s ľuďmi, úzkostlivú uzavretosť, hrozivú budúcnosť, vysušenie citov a ekologické znečistenie. [4] Dnešný človek preráža pancier, ktorý mu navliekla spoločnosť a dáva najavo radikálnejšie túžby svojho bytia : dáva za pravdu Bergsonovi, že je nutné poskytnúť modernému svetu „dušu - ako doplnok“, umožniť človeku, aby nebol svojimi vlastnými výplodmi zasa vyhnaný a aby skutočne našiel sám seba. Človek sa nechce cítiť „osamotený, nechránený, rozčarovaný.“ [5]

Empirický výskum

Súvislosti medzi spiritualitou, zmyslom života a zdravím mladého človeka skúmal Karol Mausch na univerzite v Štetíne na Pedagogickej fakulte v roku 2006/2007 na vzorke 683 osôb a chcel zistiť:

1. Aký je rozsah a intenzita psychosomatických problémov v skúmanej skupine študentov?
2. Aký je vzťah medzi úrovňami pociťovania zmyslu života, jeho zložkami a noopsychosomatickými poruchami u skúmaných študentov pedagogiky Štetínskej univerzity?
3. Aký je vzťah medzi hodnotením života skúmanými osobami a noopsychosomatickými poruchami?
4. Aké predmety nepokoja sa objavovali u osôb s noopsychosomatickými poruchami?
5. Akým spôsobom chápali chorobu a utrpenie jedinci s nízkou, priemernou a vysokou mierou noopsychosomatických porúch? [6]

Autor postavil hlavnú hypotézu takto: existuje štatisticky významná korelácia medzi úrovňou pociťovania zmyslu života a noopsychosomatickými poruchami, t. j. s nárastom pociťovania zmyslu života sa znižuje počet pociťovaných psychosomatických problémov.

Na dosiahnutie cieľa bola použitá dotazníková metóda, v ktorej je vymenovaných 38 druhov psychosomatických problémov. Štruktúra psychosomatických porúch prijatá v práci Mauscha obsahuje 1) konverzné poruchy – nevyriešené traumy z detstva, 2) fyzická bolesť,

[3] Porov. PRACH, V.: *Řecko-český slovník.* Praha : Springer 1942, s. 357.
[4] Porov. DE FIORES, S.: *Spiritualita soudobá.* Kostelní Vydří : Karmelit. nakladatelství 1999, s. 913.
[5] LANTERNARI, V.: *Folklore e dinamica culturale.* Neapol : Liguori 1976, s. 98.
[6] Porov. MAUSCH, K.: *Zdravie z aspektu sociálnej práce.* Interdisciplinárna empirická štúdia. Ružomberok : PFKU 2008, s. 89.

3) fyzické oslabenie 4) sexuálne poruchy, 5) neuroticko – depresívne poruchy, 6) poruchy tráviacej sústavy, 7) poruchy krvného obehu.

Skúmané osoby mali na výber tri možné odpovede, a to – že ten-ktorý druh psychosomatického problému sa objavuje „často“, „zriedkavo“ alebo „nikdy“. Výsledok získaný zosumarizovaním porúch predstavuje počet všetkých psychosomatických problémov, ktoré skúmaná osoba pociťuje.

Na základe uskutočneného výskumu možno konštatovať, že
24% osôb malo psychosomatické problémy malej intenzity,
64% skúmaných osôb malo problémy priemernej intenzity a
12% osôb malo problémy veľkej intenzity.

Štatistická analýza získaných výsledkov z uskutočneného výskumu dovoľuje tvrdiť, že súčasne s nárastom počtu psychosomatických problémov zvyšuje sa počet a intenzita neuroticko – depresívnych porúch, porúch tráviaceho systému, krvného obehu, sexuálnych porúch, konverzných porúch, fyzickej slabosti a problémov s bolesťou. [7]

V dnešnej civilizácii sa teda zväčšuje počet osôb, u ktorých poruchy a choroby majú ako pôvodný základ frustráciu pocitu zmyslu života, ktorý vedie k zablokovaniu pocitu existenčného naplnenia a následne k noogénnej neuróze, nadužívaniu psychoaktívnych látok, k depresii a noopsychosomatickým problémom [8]

Bolo dokázané, že zníženie úrovne akceptácie seba samého u skúmaných osôb bolo sprevádzané zvýšeným počtom noopsychosomatických a bolestivých, neuroticko – depresívnych problémov. Súčasne s nárastom počtu noopsychosomatických, konverzných, neuroticko – depresívnych problémov, problémov tráviaceho systému a krvného obehu u študentov, zväčšil sa počet osôb s negatívnym postojom k smrti.

Zvýšenie počtu noopsychosomatických problémov, problémov bolesti, pocitu fyzického oslabenia, porúch krvného obehu, tráviaceho systému, konverzných problémov, sexuálnych a neuroticko – depresívnych problémov bolo sprevádzané nárastom negatívneho hodnotenia života (smutný, ťažký).

Korelácia zmyslu života a noo-psycho-somatických porúch

Z uskutočnených štatistických spracovaní pomocou analýzy regresie, keď závislou premennou boli noopsychosomatické poruchy, vyplýva, že percentuálna hodnota R^2

---

[7] Karol Mausch konštatuje: V skupine osôb s vysokou intenzitou psychosomatických problémov 78% skúmaných osôb prejavovalo fyzické oslabenie („častý pocit ospalosti“, „strata telesnej váhy“, „rýchla fyzická únava“, „vyčerpanosť“). 77% skúmaných malo neuroticko – depresívne problémy („náchylnosť k plaču“, „ zhoršená nálada – depka“, „depresívne stavy“,, „poruchy spánku“, „stavy úzkosti“). 69% osôb uvádzalo fyzickú bolesť („bolesť krížov a chrbta“, „tlak v hlave“, „bolesti hlavy“, „bolesti v podbrušku“). 56% osôb malo problémy s krvným obehom („ silný tlkot srdca“, „bolesti a pichanie pri srdci“, „pichanie a bolesti v hrudi“, „dýchavičnosť“). 26% skúmaných uvádzalo sexuálne poruchy („ menšia sexuálna dráždivosť“, „zvýšená sexuálna dráždivosť“) 14% skúmaných malo problémy tráviaceho systému („tlak v bruchu“, „zvracanie“, „nevoľnosti“, „tučnenie- priberanie na váhe“, „strata chuti do jedla“, „náhly hlad“, „žalúdočné bolesti“). 5% skúmaných malo konverzné poruchy (napr. „mdloby“, „závraty hlavy“, „ťažkosti s kráčaním“, „poruchy rovnováhy“, „chvenie tela“).

[8] Empirické rozloženie interakcie medzi pocitom zmyslu života a noopsychosomatickými problémami ukázal existenciu priemernej štatistickej závislosti medzi týmito premennými (d-Hellwiga = 0.352).
Zároveň so znižovaním sa pocitu zmysluplnosti života sa zväčšuje počet a intenzita psychosomatických problémov: neuroticko – depresívnych porúch, porúch tráviaceho systému, obehu krvi, sexuálnych porúch, konverzných porúch, fyzickej slabosti a problémov s bolesťou.
Empirické rozloženie interakcií medzi pocitom slobody a úrovňami noopsychosomatických porúch ukázal existenciu priemernej štatistickej závislosti medzi týmito premennými (d-Hellwiga = 0.323).
Uskutočnený výskum dovoľuje konštatovať, že zároveň so znižovaním pocitu slobody prichádza nárast počtu problémov noopsychosomatických, konverzných a neuroticko – depresívnych. Porov. MAUSCH, K.: *Zdravie z aspektu sociálnej práce.* Interdisciplinárna empirická štúdia. Ružomberok : PFKU 2008, s. 129.

predstavuje 69%. Znamená to, že zmeny počtu noopsychosomatických porúch u skúmaných študentov sú skorelované s pocitom zmyslu života, akceptácie seba, poruchami krvného obehu, tráviacim systémom, s neuroticko – depresívnymi poruchami, sexuálnymi poruchami, fyzickou slabosťou, fyzickou bolesťou a s konverznými poruchami a vysvetľujú túto premennosť noopsychosomatických porúch vo veľmi vysokej miere - v 69%. [9]
Vysoký pocit zmysluplnosti života je podmienkou zachovania bio-psycho-noetickej rovnováhy, nevyhnutnou podmienkou na udržanie dobrého stavu psychického a fyzického zdravia , žičí aj pocitu šťastia a správnej sociálnej adaptácii.

Viacrozmernosť duchovnosti

Spomínaný výskum jasne poukazuje na potrebu prehlbovania spirituality počas univerzitného štúdia, keď si človek začína klásť otázky o zmysle života. Psychológovia náboženstva navrhujú hovoriť o duchovnosti na troch úrovniach:
a) duchovnosť ako vlastnosť, ktorá človeka odlišuje od iných
b) duchovnosť ako niečo odzrkadlené v osobných cieľoch a intenciách a
c) duchovnosť ako odzrkadlenie v špecifických emóciách a emocionálnych procesoch takých ako vďačnosť, strach, úcta, úžas (nad zázrakom), odpustenie. [10]

K písmenu a) treba dodať, že duchovnosť ako viacrozmerná skutočnosť odzrkadľuje sa v odlišnej ľudskej subjektívnej skúsenosti. Pľúca, žalúdok, koleno máme spoločné s inými ľuďmi. Ale odlišuje nás čosi vnútorné a osobné v myslení, cítení a prežívaní.

K písmenu b) treba doplniť, že na úrovni intencií je duchovnosť vnímaná ako motivujúca sila, ktorá vedie jedinca smerom k spersonalizovaným cieľom, k ich dosiahnutiu. Exupéry napísal: „Cenu má iba absolútno, a to pochádza z viery, horúcosti či túžby...Ak vnuknem svojim ľuďom lásku k moreplavbe a každý z nich bude tiahnuť tým smerom, kam ho povedie srdce, nebude trvať dlho a uvidíš ich ako sa postupne rozdelia podľa svojich tisícerých vlastností. Jeden bude tkať plachty, druhý sa rozmáchne sekerou a zrúbe strom v lese. Ďalší bude kuť klince, a najdú sa i takí, ktorí budú pozorovať hviezdy, aby sa naučili loď riadiť....Vybudovať loď neznamená tkať plachty, kuť klince, študovať hviezdy, ale prebudiť túžbu po mori...“ [11] Všetko totiž začína túžbou.

K písmenu c) treba doplniť, že spiritualita má aj vzťahový, morálny a etický charakter. **Vďačnosť** je emocionálnou odpoveďou na obdarovanie. Niektoré z najhlbších zážitkov vďačnosti sa môžu opierať o náboženskú vieru a môžu byť spojené s uznávaním univerzálnych hodnôt, vrátane myšlienky, že život je dar.

Nie je veľa osôb, ktoré pochybujú o tom, že emócie hrôzy a úcty sú kľúčové pre duševné zážitky. Hrôza bola základným kameňom pre Rudolfa Otta v jeho klasických analýzach náboženských zážitkov. Podstatou náboženskej úcty, adorovania bol pre Otta všetko objímajúci pocit majestátu a tajomstva v sviatostiach. Ten pocit je zároveň fascinujúci i strašidelný. Toto **spojenie strachu a fascinácie** je charakteristickou vlastnosťou náboženskej bázne. [12]

Admirácia (obdiv) je dôležitou duševnou emóciou, ktorá nie je veľmi preskúmaná zo strany psychológov, ale má veľký význam v teológii a pre spiritualitu. **Odpustenie** nie je emócia sama osebe, ale môže byť považovaná za duševný proces, ktorý má emocionálno-regulačné vlastnosti.

---

[9] Porov. MAUSCH, K.: *Zdravie z aspektu sociálnej práce.* Interdisciplinárna empirická štúdia. Ružomberok : PFKU 2008, s. 133.
[10] Porov. CEKIERA, Cz.: *Ryzyko uzależnień,* Lublin 1994, s. 188.
[11] EXUPERY, A.: *Citadela.* Praha : Vyšehrad 1975, s. 149.
[12] Porov. OTTO, R.: *The Idea of the Holy.* Oxford University Press, 1923.

Rozdiel medzi nábožnosťou a spiritualitou

V kultúrnej tradícii sú pojmy „duchovnosť- spiritualita“ a „nábožnosť - religiozita“ blízkovýznamové. Poľský psychológ Socha poukazuje na to, že termín „duchovnosť“ je dnes viacvýznamový lebo zahrňuje nielen náboženské prejavy ako je meditácia, askéza, modlitba, cirkevná organizácia, vierouka a pod., ale aj schopnosť človeka ktorá sa vzťahuje k otvorenosti a rozvoju jeho bytia. [13] Ak si odmyslíme náboženské aspekty pri interpretácii duchovnosti, potom niektorí autori navrhujú, aby sa hovorilo aj o inom druhu duchovnosti. Aj N. J. Zinnbauer podobným spôsobom interpretuje rozdiely medzi týmito pojmami. „Nábožnosť“ spája s tým, čo je „úzke a inštitucionálne“ a duchovnosť s tým, čo je „osobné a subjektívne“. Čiže v minulosti sa duchovnosť a náboženstvo nerozlišovali, lebo boli ako spojené nádoby, v súčasnom jazyku sa tieto dva pojmy rozlišujú a fungujú bez vzájomnej súvislosti. Dollahite (1998) definoval náboženstvo ako „záväzok, spojenie ľudí vo viere, vrátane náuky a príbehov, ktoré povzbudzujú k hľadaniu sacrum a nabádajú k morálnemu životu.“ Náboženstvo je spojené s autoritatívnymi duchovnými tradíciami, ktoré transcendujú človeka a poukazujú na vyššiu existenciu, v ktorej má jedinec svoje korene. Náboženstvo – to sú viera, symboly, rituály, ktoré usmerňujú a riadia ľudský život. [14]

Duchovnosť je univerzálna; je ľudským prejavom, jej jadro je fenomenologické; je to naša schopnosť reagovať na posvätnosť; je charakteristická „mystickou energiou“; Je definovaná ako hlboký pocit spolupatričnosti, plnosti, spojenia a otvorenosti vo vzťahu k Nekonečnu, ako to, čo si odnášame z najvyšších a neosobných právd, ako cesta bytia a skúsenosti, ako vedomie transcendentna. Je charakterizovaná cez: ja, iných, prírodu, život a Najvyššieho - Boha. Duchovnosť– na rozdiel od náboženstva – predstavuje niečo spontánne, neformálne tvorivé, univerzálne; znamená to autentickú vnútornú skúsenosť a slobodu individuálnej expresívnosti, hľadania či dokonca náboženského experimentovania. [15]

Druhy spirituality

Na rozdiel od náboženskej koncepcie duchovnosti, iné druhy nie vždy majú vzťah k transcendentnu. Väčšina súčasných koncepcií duchovnosti rozlišuje:

a) náboženskú duchovnosť,
b) duchovnosť prírody,
c) humanistickú duchovnosť.

Prečo je viacero koncepcií špirituality, to zdôvodňuje G. Baum keď píše: „Ide o nové sebavedomie ľudstva, ktoré vzniklo pod určitým historickým tlakom a pod určitými duchovnými vplyvmi západného sveta. Toto sebavedomie plodí silné city solidarity s druhými, zvlášť s marginalizovanými a silný zmysel pre skutočnosť, že sme určení pre vyšší život...Som presvedčený, že náboženská skúsenosť o povolaní človeka je vo veľkej miere rozšírená a že je veľmi účinná v súčasnosti. Aj keď sa solidarita a všeobecné povolanie človeka nevykladajú v zmysle náboženskom, rozprávanie o nich v literatúre, filmoch, modernej hudbe prezrádza náboženský nádych...Nový zmysel pre vyššie povolanie človeka je hybnou silou skupín sociálnej činnosti, ktoré sa zasadzujú za zmeny v spoločnosti, za ekologickú záchranu prírody, za demografické hnutia, za liečebné skupiny, ktoré presadzujú oslobodenie a tvorivosť medzi ľuďmi, za vznik politických skupín, ktoré pripravujú najradikálnejšie zmeny spoločenského poriadku.“ [16]

---

[13] Porov. SOCHA P.: *Psychologia rozwoju duchowego*. In: P. Socha (red.) Duchowy rozwój człowieka, Kraków 2000.
[14] Porov. SOCHA P.: *Psychologia rozwoju duchowego*. In: P. Socha (red.) Duchowy rozwój człowieka, Kraków 2000.
[15] Porov. SOCHA P.: *Psychologia rozwoju duchowego*. In: P. Socha (red.) Duchowy rozwój człowieka, Kraków 2000.
[16] BAUM, G.: *La sopravvivenza del sacro.* In: Concilium 9, 1973, č. 1, s. 30-32.

Funkcie náboženskej duchovnosti

a) Duchovnosť i nábožnosť zosúladené s emocionálnou sférou v štruktúre osobnosti pomáhajú človeku pochopiť svet. Nábožnosť ako forma duchovnej sebarealizácie dopĺňa svetonázorovú základňu tým ľuďom, pre tých hľadisko prírodovedeckého vysvetľovania sveta nie je postačujúce, je neúplné, pokrivkáva, je pozbavené zmyslu. Ako to vyjadril A. Einstein: „Veda bez náboženstva pokrivkáva, zatiaľ čo náboženstvo bez vedy je slepé.“ [17] B. Russel vyjadril túto myšlienku podobne: „Často príliš dobre chápeme svet, ale príliš málo ho cítime“. [18]

b) Duchovný/náboženský postoj sa veľmi často prejavuje v krízových situáciách, pri pocite osamelosti, zrútení pocitu životnej stability, pri strate zmyslu života – po dosiahnutí vrcholu, vrcholu, na ktorom nič nie je, v situácii ohrozenia zdravia a života, ktoré trvá dlhší čas, napr. pri vážnej chorobe.

c) Kresťanská spiritualita znamená nielen určitý životný štýl, odpozorovaný na Ježišovi z Nazareta, nielen prirodzenú vlastnosť človeka, ale aj prácu Ducha Božieho vo veriaom jedincovi. Podľa K. Wojtylu je duchovnosť integrujúcou silou, *compositum humanum* (odhaľuje jednotu zložitosti jedinca a tiež dovoľuje integráciu jedinca v čine), ako aj princípom transcendencie. Transcendencia podľa Wojtylu „odhaľuje duchovnosť človeka“ najmä v krízach, ťažkostiach, bolesti, utrpení a smrti. [19]

Záver

Vedecké výskumy poukazujú na to, že väčšie náboženské zaangažovanie praje menšiemu počtu chorôb a rýchlejšiemu procesu uzdravovania sa. Ostáva nejasné, ktoré špecifické nábožensko - duchovné činitele posilňujú alebo oslabujú zdravie. Nebolo veľa výskumov, ktoré sa venovali tomu, ako sa duchovné činitele líšia od náboženských v pôsobení na zdravie. Avšak povaha a objasnenie týchto závislostí sa potvrdzujú vo výskumoch spájajúcich náboženské zaangažovanie sa so smrteľnými nádorovými ochoreniami. Poruchy zdravia a psychosomatické problémy môžu mať, okrem bio-sociálnych, aj noetické príčiny. Preto sa hovorí o noo-psycho-somatických problémoch.

Ulrich Giesekus, nemecký psychoterapeut upozorňuje na vplyv kresťanskej viery na dĺžku života. V časopise Neues Leben píše: „ Priemerná dĺžka života ľudí, ktorí praktizujú svoju vieru bez vonkajšieho tlaku a strachu, je 84 rokov. Naproti tomu ľudia s „neurotickou vierou“ sa dožijú iba 64 rokov. Ich viera je poznačená strachom z Boha a pekla. Ateisti a indiferentní kresťania, pre ktorých viera nemá význam v každodennom živote sa dožívajú v priemere 73 rokov. Zo štatistického pohľadu žijú najkratšie „neurotickí ateisti“, ktorí sú zatrpknutí a nenávidia Boha. Dosahujú vek asi 63 rokov. Podľa údajov Gieseka stovky prieskumov od roku 1950 v Nemecku jedoznačne dokázali: „Veriaci ľudia sú zdravší, šťastnejší, žijú dlhšie a majú menej medziľudských rozporov ako priemer obyvateľstva. Dôvod spočíva predovšetkým v tom, že kresťania prežívajú svoju vieru ako „prameň života v Božej ochrane“. Vedecké výsledky by mali viesť k záveru, že bohoslužby by mala hradiť zdravotná poisťovňa - také sú zdravé!“ [20]

---

[17] EMMONS, R.A.: *Spirituality: recent Progress*. In: M. Csikszentmihalyi, I.S. Csikszentmihalyi, A life worth living, Oxford 2006.

[18] GREWAL, D. D. - SALOVEY, P.: *Benefits of emotional intelligence*. In: M. Csikszentmihalyi, I.S. Csikszentmihalyi, A life worth living, Oxford 2006.

[19] WOJTYLA, K.: *Osoba i czyn oraz inne studia antropologiczne*. Lublin 1994, s.228.

[20] GIESEKUS, U.: *Bohoslužby sú také zdravé, že by ich mali hradiť poisťovne.* In: Život Cirkvi, č. 45, 7. septembra 2003, s. 2.