

Dmitrijus ŠKULIS

Mykolo Romerio universitetas

Malda psichologo žvilgsniu: literatūros apžvalga

SANTRAUKA. Šiuo straipsniu siekiama parodyti, kad malda gali būti (ir iš tikrųjų yra) psichologų tyrimo objektas. Visų pirma straipsnyje bandoma apibūdinti, kas yra malda, ir suprasti, kaip mokslininkai ją apibrėžia iš psichologijos perspektyvos. Toliau apžvelgiami moksliniai maldos tyrimai, pradedant F. Galtono 1872 m. atliktu tyrimu ir baigiant XXI amžiaus šiuolaikiniais empiriniais maldos psichologijos tyrinėjimais, daugiau dėmesio skiriant kontroversiškai maldos efektyvumo tyrimo sričiai. Straipsnyje taip pat aptariamas ryšys tarp maldos ir sveikatos, maldos svarba šeiminiuose santykiuose ir maldos išgyvenimas skirtingais raidos etapais. Galiausiai nurodomos maldos psichologijos tyrimų problemos ir ribotumai.

RAKTAŽODŽIAI: malda, maldos psichologija, religijos psichologija, religingumas.

Įvadas

Visuomenėje įprasta galvoti, kad malda yra religinis fenomenas, kuriuo domisi išimtinai teologai, dvasininkai, religijos filosofai arba religijotyriminkai. Kai savo aplinkoje žmonėms užsimenu, kad iš psichologinės perspektyvos domiuosi malda ir jos išgyvenimu, nemažai kas nustemba, nes žmonės įpratę apie maldą girdėti iš bažnyčios sakyklos arba skaityti apie ją religinėse knygose.

Maldos psichologija susidomėjau atsitiktinai. Mane, kaip psichologą, taip pat ir tikintį žmogų, religijų psichologija domino dar nuo pirmųjų studijų metų. Vis dėlto malda, mano supratimu, buvo tik religinis arba mistinis patyrimas, niekaip nesusijęs su psichologija. Tačiau vieną dieną teko perskaityti psichologo Davido Myerso¹ straipsnį apie maldos efektyvumo tyrimus. Visų pirma, tai kėlė nuostabą – autorių, pagal kurio knygas psichologijos studentai mokosi bendrosios ir socialinės

¹ David G. Myers, „Is prayer clinically effective?“ *Reformed Review* 53 (2) (1999).

psichologijos² (taip pat ir Lietuvoje), domisi šiuo religiniu patyrimu iš psichologijos mokslo pusės. Antra, autoriaus straipsniai mane nuvedė prie kitų maldos psichologijos tyrinėtojų ir jų mokslinių darbų. Galiausiai tai paragino ir mane patį pradėti domėtis maldos psichologijos tyrimais.

Kodėl apskritai psichologams reikia tirti maldą? Psichologai analizuoja žmonių elgesį, tad, jeigu koks nors elgesys ar jo išraiška yra būdinga nemažam žmonių kiekiui, natūralu, kad tai tampa jų tyrimo objektu. JAV, kur reguliariai meldžiasi 55 proc. bendros populiacijos, o 40 proc. agnostikų ir ateistų taip pat retkarčiais pasimeldžia³, psichologų susidomėjimas malda yra nemenkas. Tačiau Lietuvoje malda psichologus domina itin retai – netgi tarp baigiamųjų psichologijos studentų darbų man pavyko rasti tik du maldos tyrinėjimo pavyzdžius⁴. Išimtis – J. Butėnaitės 2019 m. apginta socialinių mokslų (psichologijos) daktaro disertacija apie vyresnio amžiaus Romos katalikų tikėjimą, joje nemažai dėmesio skiriama maldai ir jos išgyvenimui⁵. Viena iš tokio menko susidomėjimo malda priežasčių gali būti tai, jog tik 13 proc. Lietuvos gyventojų meldžiasi kasdien⁶. Taigi, suprantama, kad tokiu atveju šis išgyvenimas menkai domina Lietuvos mokslininkus, skirtingai nuo JAV, kur kasdien meldžiasi daugiau negu pusė gyventojų.

Apie maldos svarbą žmonių gyvenime liudija ir visuomenės reakcijos į pastarųjų metų įvykius. 2020 m. kovo mėnesį JAV atlikta apklausa parodė, jog 55 proc. amerikiečių meldėsi, kad koronaviruso pandemija pasibaigtų⁷. *Google* paieškos duomenų analizė parodė, kad domėjimasis malda pandemijos metu buvo išaugęs iki aukščiausio kada nors fiksuoto lygio. Remdamiesi apytiksliais matematiniais skaičiavimais, mokslininkai daro prielaidą, kad daugiau negu pusė suaugusiųjų pasaulyje meldėsi, jog koronaviruso pandemija baigtųsi. Šis didesnis susidomėjimas malda paieškos sistemoje buvo stebimas visuose žemynuose tarp visų religinių denominacijų⁸.

² David G. Myers, *Psichologija* (Kaunas: Poligrafija ir informatika, 2000); David G. Myers, *Socialinė psichologija* (Kaunas: Poligrafija ir informatika, 2007).

³ PEW Religious Landscape Study (Washington, D.C.: PEW Research Center, 2017), <http://www.pewforum.org/religious-landscape-study/>.

⁴ Irena Marazaitė, „Aš vaizdas maldos metu“ (bakalauro darbas, VU Filosofijos fakultetas, Klinikinės ir socialinės psichologijos katedra, 1995); Dmitrijus Škulis, „Malda išgyvenant artimo žmogaus netektį: subjektyvaus patyrimo analizė“ (magistro darbas, VU Filosofijos fakultetas, Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedra, 2011).

⁵ Joana Butėnaitė, „Vyresnio amžiaus Romos katalikų tikėjimas: tipai, raiška gyvenimo eigoje ir jo reikšmė psichologiniam atsparumui“ (daktaro disertacija, Mykolo Romerio universitetas, 2019).

⁶ Pew Research Center, *Two Decades After the Wall's Fall* (Washington, D.C.: Pew Global Attitudes Project, 2009), https://www.pewresearch.org/global/wp-content/uploads/sites/2/2009/11/Pew-Research-Center_Two-Decades-After-the-Walls-Fall-End-of-Communism-Cheered-But-Now-With-More-Reservations_2009.pdf.

⁷ —, *Most Americans Say Coronavirus Outbreak Has Impacted Their Lives* (2020), <https://www.pewresearch.org/social-trends/2020/03/30/most-americans-say-coronavirus-outbreak-has-impacted-their-lives/>.

⁸ Jeanet S. Bentzen, „In crisis, we pray: Religiosity and the COVID-19 pandemic“, *Journal of economic behavior & organization* 192 (2021), 541–583, doi:10.1016/j.jebo.2021.10.014.

Taigi galima sutarti, kad tam tikromis aplinkybėmis viena ar kita forma meldžiasi visi: judėjai, musulmonai, budistai, krikščionys, pagonys, netgi ateistai ir agnostikai. Malda yra universalus žmogaus išgyvenimas. Vienas iš ankstyvųjų maldos psichologijos tyrinėtojų – E. F. Bartholomew – teigė: „ten, kur yra žmonija, yra religija, o ten, kur yra religija, yra malda“⁹. Natūralu, kad toks universalus ir dažnai sutinkamas žmonių patyrimas domina ir psichologijos mokslo atstovus.

Šiame darbe norima parodyti, kad malda gali būti (ir iš tikrųjų yra) psichologų tyrimo objektas. Šiam tikslui keliami tokie uždaviniai: 1) apibrėžti maldą iš psichologijos mokslo perspektyvos ir parodyti maldos išgyvenimo daugiasluoksniškumą; 2) apžvelgti psichologų atliktus empirinius tyrimus, susijusius su maldos efektyvumu, jos raida, poveikiu sveikatai ir romantiniams santykiams; 3) aptarti maldos psichologijos mokslinių tyrimų problemas ir ribotumus. Darbe pasitelkiamas mokslinės literatūros analizės metodas.

Maldos apibrėžimas ir klasifikacija

Šventasis Raštas pateikia daugybę atvejų, kai žmonės meldėsi Dievui (pvz., Dan 6, 11; Ezd 10, 1; Jon 2, 2; Apd 16, 25), tačiau jame nerasime jokio maldos apibrėžimo – numanoma, kad malda tiesiog egzistuoja. Vis dėlto šiame darbe svarbu apibūdinti tai, kas analizuojama, todėl neįmanoma išvengti ir maldos apibrėžimo. Vienas iš teologinių Biblijos žodynų nurodo, kad malda yra „širdies pokalbis su Dievu. Jis ne visuomet išreiškiamas žodžiais; gali būti minties proveržis maldoje arba tiesiog atsidusimas. Svarbiausias yra vidinis ryšys su Dievu“¹⁰. Religijos psichologijos tyrėjas P. E. Johnsonas teigia, jog malda „yra autentiška vidinė bendravimo su Dievu patirtis“¹¹. A. Hodge'as, vienas iš ankstyviausių maldos psichologijos tyrėjų, tvirtina, kad malda „yra bendravimas su idealia būtybe (arba būtybėmis), kuri suvokiama kaip objektyviai esanti viršesnė, asmeniška ir atsiliepianti“¹². Vienas žymiausių maldos psichologijos tyrėjų, F. Heileris, teigia, jog melstis reiškia „kalbėti ir turėti santykį su Dievu“¹³, o malda yra „gyvas žmogaus bendravimas su Dievu“¹⁴. Bet, ko gero, geriausias, visa apimantis ir psichologų dažniausiai minimas yra W. Jameso daugiau negu prieš 100 metų pateiktas maldos apibrėžimas. Anot jo, malda yra „bet kokia žmogaus vidinio ryšio

⁹ Edward F. Bartholomew, *The Psychology of Prayer: A Study in the Philosophy of Religious Experience* (Burlington, Iowa: The Lutheran Literary Board, 1922), 6, <http://www.archive.org/details/psychologyofpray00bart>.

¹⁰ Болеслав Геце, *Библейский словарь* (Druckhaus Gummersbach, Wagener GmbH, 1997), 235.

¹¹ Paul E. Johnson, *Psychology of religion* (Nashville, TN: Abingdon Press, 1959), 79.

¹² Alexander J. Hodge, *Prayer and its Psychology: Thesis approved for the Degree of Doctor of Philosophy in the University of London* (London: Society for Promoting Christian Knowledge, 1931), 25, http://www.archive.org/details/MN40279ucmf_6.

¹³ Friedrich Heiler, *Prayer: A Study in the History and Psychology of Religion* (NY: Oxford University Press, 1932), 362, <http://www.archive.org/details/prayerastudyinth012715mbp>.

¹⁴ Ibid.

arba bendravimo su ta jėga, kurią jis pripažįsta dieviška, išraiška¹⁵, ir ji yra „religijos širdis ir esmė“¹⁶. Taigi, iš esmės visi straipsnyje minimi autoriai sutaria, jog malda yra ne monologas, kalbėjimas arba tam tikrų frazių atkartojimas; malda – tai ryšys, bendravimas, santykis.

Maldos psichologijos negalima atsieti nuo religijos psichologijos. Vienas iš religijos psichologijos pradininkų, W. Jamesas, XX amžiaus pradžioje parašė klasikinį veikalą „Religinio patyrimo įvairovė“¹⁷, kuriame gana daug dėmesio skyrė ir maldai. Tuo laikotarpiu psichologai buvo itin susidomėję malda, todėl pasirodė nemažai tyrėjų darbų, skirtų maldai ir jos psichologijai¹⁸.

Vieną žinomiausių to laikotarpio veikalų apie maldą ir jos psichologiją parašė vokiečių teologas F. Heileris¹⁹. Autorius pažvelgė į maldos fenomeną iš antropologijos, psichologijos ir religijos istorijos perspektyvos ir pateikė šešis maldos tipus:

1) *Primityvi malda*. Tai pati seniausia, archajiška malda. Pirmykštėse bendruomenėse žmonės turėjo labai konkrečių poreikių, kurie buvo susiję su įvairiomis gyvenimo aplinkybėmis ir pavojais: ligomis, badu, sausra, priešo antpuoliais – visa tai žmonėms kėlė nerimą, baimę, įtampą, sielvartą ir neapykantą. Šios gyvenimo aplinkybės, su tuo susiję išgyvenimai ir skatino žmones melstis – spontaniškai, laisvai, iš širdies.

2) *Ritualinė malda*. Laikui bėgant žmonės pradeda įsitikinti, kad malda yra veiksminga, tad ji netenka savo spontaniškumo ir tampa išmokta formuluote, kurią žmonės ima vartoti be ypatingo apmąstymo ir pamaldumo. Ši maldos forma neveikia nei žmogaus širdies, nei proto. Ji netenka asmeniškumo ir tampa apeigų dalimi. Šiuo atveju svarbesnis tampa ne maldos turinys, o jos forma.

¹⁵ William James, *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature* (New York, London, Bombay, Calcutta and Madras: Longmans, Green, and Co, 1902), 454, <https://www.gutenberg.org/files/621/621-h/621-h.html>.

¹⁶ Ibid.

¹⁷ Ibid.

¹⁸ Arthur A. Lindsay, *Soul-culture (practical psychology). Scientific prayer (religious suggestion). Religion (attitude toward spirit). Theology (conception of supreme power and intelligence)* (Seattle, Wash., Portland, OR: Lindsay publishing company, 1909), <http://www.archive.org/details/soulculturepract00lindrich>; Marcel Mauss, *On prayer*, translated by S. Leslie (New York: Durkheim Press, 1909 / 2003), <http://www.questia.com>; Anna L. Strong, *The Psychology of Prayer* (Chicago: The University of Chicago Press, 1909), <http://www.archive.org/details/psychologyofpra00stro>; Karl R. Stolz, *Auto-Suggestion in Private Prayer: A Study in the Psychology of Prayer* (Grand Forks, N.D., pref., 1911), http://www.archive.org/details/MN41685ucmf_1; George A. Coe, *The Psychology of religion* (Chicago, IL: The University of Chicago Press, 1916), <http://www.archive.org/details/psychologyrelig01coegoog>; Edward F. Bartholomew, *The Psychology of Prayer: A Study in the Philosophy of Religious Experience* (Burlington, Iowa: The Lutheran Literary Board, 1922), <http://www.archive.org/details/psychologyofpray00bart>; Marshall Dawson, *Prayer that Prevails: A Psychological Approach to the Practice of Personal and Public Prayer, with Examples* (NY: The Macmillan, 1924), http://www.archive.org/details/MN40290ucmf_6; William A. Brown, *The Life of Prayer in a World of Science* (New York: Charles Scribner's Sons, 1927), http://www.archive.org/details/MN40279ucmf_2; Hodge, *Prayer and its Psychology*; Heiler, *Prayer: A Study in the History*.

¹⁹ Heiler, *Prayer: A Study in the History*.

3) *Senovės graikų kultūros malda*. Senovės Graikijos kultūroje buvo įprasta melstis ne tik už savo individualius poreikius, susijusius su sveikata ir saugumu, bet ir už kultūrinės ir moralinės vertybes. Tai – tarsi aukštesnė primityvios maldos forma.

4) *Filosofinė malda*. Ji jau nėra naivi ir asmeniška, čia tampa svarbus rūpinimasis moralinėmis vertybėmis ir jų prašymas, taip pat atsidavimas dieviškai visatos tvarkai bei garbinimas. Filosofui malda apskritai nereikalinga – moralinės vertybės galimos ir be Dievo. Todėl čia vyrauja ne dialogas, o monologas. Asmeninis kreipimasis į Dievą tampa nesvarbus, ir malda tampa gyvenimo prasmės, tikslo ir moralės apmąstymais.

5) *Mistinė malda*. Jos tikslas – visiškas savęs ir pasaulio išsižadėjimas ir perėjimas į beribę santarvę su Dievu, kai žmogaus siela išnyksta begalinėje Dievo pilnatvėje. Ši malda turi kelias pakopas: žemiausias lygmuo yra prašymas, vėliau eina kontempliacija ir, galiausiai, aukščiausia pakopa yra visiškas susijungimas su Dievu.

6) *Pranašiška malda*. Tai, anot F. Heilerio, yra aukščiausia maldos forma. Ji remiasi nuostata, kad Dievas yra be galo asmeniškas, Jis išklauso žmonių širdies prašymus ir visuomet į juos atsako, tačiau Jam tinkamu ir žinomu laiku bei būdu. Kai Dievas yra asmeniškas, tuomet ir malda tampa itin asmeniška, spontaniška, neapribota jokios metodikos, formos, aplinkos arba liturgijos. Ji leidžia žmogui kreiptis į Aukščiausiąjį tiesiogiai be tarpininkų, be išmokytojų formuluočių ir išreikšti Jam save ir savo jausmus. Šalia prašymų, garbinimo ir padėkos gali būti mėginama siekti pakeisti Dievo valią, netgi reiškiamas nepasitenkinimas ir priekaištai, o galiausiai – didelis troškimas jausti Dievo artumą. Visa tai liudija maldą esant asmeninio, itin artimo santykio su Dievu išraišką. Tokį santykį turėjo apaštalai, Biblijos pranašai, tačiau F. Heileris labiausiai rėmėsi Naujųjų laikų epochos religinių lyderių (M. Liuterio, Dž. Bunjano, B. Paskalio, S. Kirkegoro, U. Cvinglio) maldos patyrimu. Pranašiška malda buvo būdinga ir mistikams (pvz., šv. Augustinui, šv. I. Lojolai, šv. Pranciškui Asyžiečiui), taip pat – judaizmo ir islamo religiniams veikėjams²⁰.

Po Antrojo pasaulinio karo mokslininkų dėmesys maldai sumažėjo, tačiau, besivystant psichologijos tyrimams, XX a. pabaigoje psichologai vėl ja susidomėjo ir pabandė klasifikuoti maldos tipus remdamiesi empiriniais tyrimais.

S. P. Lairdas su kolegomis²¹ rėmėsi ankstesnių autorių teorinėmis įžvalgomis ir atliko išsamų tyrimą, kuris padėjo išskirti šiuos maldos tipus: adoraciją, išpažintį, padėką, maldavimą ir kontempliaciją. Adoracija yra orientuota į Dievo šlovinimą, Jo išaukštinimą, neminint konkrečių poreikių; išpažinties metu žmogus išsako savo nusizengimus arba nusikaltimus; padėka išreiškiamas dėkingumas už tai, kas vyksta gyvenime; maldavimas yra prašymas, kad Dievas paveiktų savo ar kito asmens gyvenimo aplinkybes; kontempliacijos metu asmuo nuolankiai laukia dieviško apreiškimo, vedimo arba išminties.

²⁰ Ibid.

²¹ Steven P. Laird et al., „Measuring Private Prayer: Development, Validation, and Clinical Application of the Multidimensional Prayer Inventory“, *The International Journal for the Psychology of Religion* 14 (2004), 251–272; doi:10.1207/s15327582ijpr1404_2.

Maldos psichologijos tyrėjų K. L. Laddo ir B. J. Spilkos²² klasifikacija yra viena naujausių. Autoriai apžvelgė ankstesnes maldos klasifikacijas ir priėjo prie išvados, kad jos turi procedūrinių, metodologinių ir semantinių trūkumų, o daugiausia kritikos buvo dėl maldos klasifikacijos teorinio pagrindimo stokos. Todėl autoriai rėmėsi R. Fosterio²³ pasiūlytu teoriniu maldos modeliu, kuriame malda apibrėžiama kaip priemonė kognityviniams ryšiams formuoti. K. L. Laddas ir B. Spilka teigia, kad malda turi tris matmenis: orientuotą į vidų, orientuotą į išorę ir orientuotą į viršų. Malda, orientuota į vidų, atlieka savistabos vaidmenį – žmogus išsako Dievui savo vidinius išgyvenimus, nemalonius jausmus, tokia malda nuramina, suteikia palengvėjimą ir duoda viltį. Malda, orientuota į išorę, atlieka socialinį vaidmenį – sutvirtina tarpasmeninius santykius meldžiantis užtarimo malda vienam arba grupėje su kitais žmonėmis. Malda, orientuota į viršų, stiprina asmens santykį su Dievu – tai gali būti meditacinė, kontempliatyvioji malda, taip pat ir adoracija, Dievo garbinimas.

Svarbu paminėti M. M. Polomos ir G. H. Gallupo²⁴ maldos klasifikaciją, kuri, remiantis *Google Scholar* paieškos sistema, šiuo metu yra labiausiai cituojama. Autoriai išskiria 4 maldos formas: šnekamąją, prašomąją, apeiginę ir meditacinę. Dažniausiai naudojama yra šnekamoji malda, tai – kalbėjimas su Dievu savais žodžiais, kai žmogus prašo atleisti nuodėmes, pagalbos priimti sprendimą, dėkoja Dievui už palaiminimus, išsako Jam savo jausmus. Prašymo malda nukreipta į savo arba artimųjų materialinių poreikių patenkinimą. Apeiginė malda yra išmokta malda, ji kartojama iš atminties arba skaitoma iš knygos. Meditacinė malda autorių įvardijama kaip aukščiausia maldos forma, nes atspindi didelį artumą su Dievu, tai – laikas tyliai galvojant apie Dievą, Jo šlovinimas ir garbinimas, bandymas išgirsti Dievą ir Jo valią, taip pat – buvimas Jo akivaizdoje.

Taigi, maldos psichologijos tyrinėtojai jau seniai bandė tiek apibrėžti maldą, tiek ją klasifikuoti ir sukurti teorinį jos modelį. Ir jeigu anksčiau autoriai labiau rėmėsi istorija, antropologija ir savo stebėjimu, pastaruoju metu tyrėjai bando apibrėžti ir klasifikuoti maldą remdamiesi empiriniais tyrimais.

Maldos psichologijos tyrimų sritys: maldos efektyvumas

Šio straipsnio galimybės neleidžia giliau apžvelgti visų tyrimų sričių, kurios ilgai domino psichologus, todėl detaliau nagrinėjamas bus tas maldos aspektas, kuris tarp maldos tyrinėtojų sukėlė bene daugiausia diskusijų ir kontroversijų. Tai – maldos efektyvumo tyrimai.

²² Kevin L. Ladd ir Bernard Spilka, „Inward, Outward, and Upward: Cognitive Aspects of Prayer“, *Journal for the Scientific Study of Religion* 14 (2002), 475–484, doi:10.1111/1468-5906.00131.

²³ Richard J. Foster, *Prayer: Finding the heart's true home* (New York: Harper Collins, 1992).

²⁴ Margaret M. Poloma ir George H. Gallup, *Varieties of Prayer: A Survey Report* (Philadelphia, PA: Trinity Press, 1991).

Maldos tyrimų istorija apskritai ir prasidėjo maldos efektyvumo tyrimu. 1872 m. F. Galtonas²⁵ iškėlė hipotezę, kad Didžiosios Britanijos karališkos šeimos atstovai turėtų gyventi santykinai ilgiau nei kiti žmonės, nes Didžiosios Britanijos tikintieji nuolat už juos meldžiasi. Norėdamas patikrinti šią hipotezę, autorius palygino skirtingų šalies gyventojų grupių vidutinę gyvenimo trukmę. Paaiškėjo, jog Didžiosios Britanijos karaliai ir jų šeimų nariai vidutiniškai gyvena trumpiau nei kitų grupių atstovai, todėl F. Galtonas padarė išvadą, kad prašymo ir užtarimo maldos yra neveiksmingos.

Vėliau maldos efektyvumas nebuvo tiriamas, tik XX amžiaus antroje pusėje atsirado tyrimų, kuriais autoriai bandė įrodyti maldos efektyvumą. Žinomiausi yra R. C. Byrdo²⁶ ir W. S. Harriso su kolegomis²⁷ atlikti šios srities tyrimai. Jie parodė, jog intensyviosios terapijos skyrių pacientai, už kuriuos buvo melstasi užtarimo malda, jautėsi geriau nei tie, už kuriuos nebuvo meldžiamasi. Mokslininkai bandė tirti ir maldos efektyvumą augalams – R. N. Millerio²⁸ atliktas eksperimentas parodė, kad augalai, už kuriuos buvo meldžiamasi, augo 8 kartus greičiau negu kiti augalai.

Tiek šiame darbe paminėtieji, tiek kiti maldos efektyvumo tyrimai sulaukė daug kritinių pastabų dėl netinkamos metodikos pasirinkimo, šališko tyrimo rezultatų aiškinimo, buvo kvestionuojami teologiniai ir moraliniai maldos efektyvumo tyrimų aspektai²⁹. 2006 m. mokslininkai atliko 14-os užtarimo maldos tyrimų metaanalizę ir priėjo išvadą, kad „nėra moksliskai pastebimo užtarimo maldos efektyvumo <...>. Tolimesni tyrimai šioje srityje nerekomenduojami“³⁰. L. Dossey'as ir Davidas J. Huffordas³¹ pateikė 20 kritinių pastabų maldos eksperimentams (pvz., maldos negalima tirti, nes ji apima metafizinį ir transcendentinį aspektą; tyrėjai manipuliuoja tokiais tyrimais bandydami prastumti savo religinius įsitikinimus; malda yra antgamtinis reiškinys, todėl jos neįmanoma tirti moksliskai). Nepaisant to, šie autoriai labai vertina maldą ir jos patyrimą – jie teigia, jog „maldos efektyvumas neturi būti žeminamas ir niekinamas moksliniais tyrimais“³².

²⁵ Francis Galton, „Statistical inquiries into the efficacy of prayer“, *Fortnightly Review* 12 (1872), 125–135, in Leslie J. Francis ir Jeff Astley, *Psychological Perspectives on Prayer* (Herefordshire, UK: Gracewing, 2001).

²⁶ Randolph C. Byrd, „Positive therapeutic effects of intercessory prayer in a coronary care unit population“, *Southern Medical Journal* 81 (7) (1988), 826–829, doi: 10.1097/00007611-198807000-00005.

²⁷ William S. Harris et al., „A randomized, controlled trial of the effects of remote, intercessory prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit“, *Archives of Internal Medicine* 159 (19) (1999), 2273–2278, doi:10.1001/archinte.159.19.2273.

²⁸ Robert N. Miller, „The positive effect of prayer on plants“, *Psychic* 3 (5) (1972), 24–25, in Francis ir Astley, *Psychological Perspectives on Prayer*.

²⁹ Daniel P. Sulmasy, *The Rebirth of the Clinic: an Introduction to Spirituality in Health Care* (Washington, D.C.: Georgetown university Press, 2006).

³⁰ Kevin S. Masters, Glen I. Spielmans, Jason T. Goodson, „Are there demonstrable effects of distant intercessory prayer? A meta-analytic review“, *Annals of Behavioral Medicine* 32 (1) (2006), 25.

³¹ Larry Dossey ir David J. Hufford, „Are prayer experiments legitimate? Twenty criticisms“, *Explore* 1 (2) (2005), 109–117, doi:10.1016/j.explore.2004.12.004.

³² *Ibid.*, 115.

Psichologas D. Myersas dar 1999 metais pateikė krikščionišką požiūrį į užtarimo maldos efektyvumo tyrimus³³. Anot autoriaus, idėja tikrinti maldos efektyvumą yra artimesnė magijai, o ne bibliniam supratimui apie maldą, kai kreipiamasi į visagalį ir nepriklausomą Dievą. Jis nėra norų pildytojas ar pardavimo aparatas, kurio mygtukus žmonės spaudo melddamiesi. Mokslininkas, atlikdamas maldos efektyvumo tyrimą, niekaip negali kontroliuoti visų aplinkybių, pvz., už sergančius žmones gali melstis kas nors už tyrimo ribų (jų draugai, artimieji, bendruomenės nariai). Galų gale niekaip negalima patikrinti žmonių maldos nuoširdumo ir jų pačių tikėjimo malda. D. Myersas mini J. I. Parkerį, kuris savo knygoje „Evangelizacija ir Dievo suverenitetas“ teigia, kad malda tai „ne bandymas prispausti Dievą, bet veikiau nuolankus savo bejėgiškumo ir priklausomumo pripažinimas“³⁴.

Maldos tikrinimas neretam krikščioniui gali pasirodyti ir nesuderinamas su tikėjimu – Dievo valia nemanipuliuojama. Biblijoje yra ir neatsakytos maldos pavyzdžių – Elijo (1 Kar 19, 4), Pauliaus (2 Kor 12, 8–9), galiausiai į paties Jėzaus maldą Alyvų sode taip pat nebuvo atsakyta („Atitolink nuo manęs šitą taurę!“ – Mk 14, 36). Ar tai reikštų, kad malda nėra efektyvi? Beje, svarbu paminėti ir Jėzaus atsakymą į vieną iš Jo gundymų: „Negundyk Viešpaties, savo Dievo!“ (Lk 4, 12). Viename iš angliškų Biblijos vertimų šis atsakymas nurodytas dar konkrečiau: „Nebandyk (netestuok) Viešpaties savo Dievo“ (*You must not test the Lord your God*)³⁵. Čia svarbu prisiminti ir C. S. Lewisą, kuris dar XX a. pirmoje pusėje parašė, jog maldos efektyvumo empiriškai patikrinti neįmanoma – kitaip besimeldžiantis žmogus pradėtų jaustis magu. Jis teigia, kad „krikščionis veikiau turėtų tikėti, kad visa, kas atsitinka gyvenime, ir yra atsakymas į maldą – visos maldos yra išklausomos, bet ne visos yra išpildomos“³⁶.

Taigi empirinių tyrimų autoriai dažniausiai turi omenyje objektyvų maldos poveikį – ar poreikis, už kurį asmuo meldėsi, buvo išpildytas. Tačiau tai – ribotas požiūris į maldos išgyvenimą, jis neapima tų aspektų, kurie neišmatuojami arba tiesiog neprieinami maldos tyrėjams – Dievo valios, malonės, Jo dalyvavimo maldoje. Šiame darbe buvo apibrėžta, kad malda yra abipusis santykis, tačiau mokslininkas, tirdamas maldą, turi priėjimą tik prie vienos šių santykių pusės. Tad šiuo atveju svarbu tirti ne objektyvų, o subjektyvų maldos poveikį pačiam besimeldžiančiajam. Apie tai rašė religijos psichologijos tyrėjas Paulas E. Johnsonas. Jis nurodė, kad savo poreikių įvardijimas meldžiantis padeda šiuos poreikius išreikšti, įsisąmoninti ir per suvokiamą atleidimą suteikia palengvėjimo jausmą. Malda gali padėti sumažinti įtampą, suteikti ramybės, pasitikėjimo ir aiškumo. Malda gali teikti dvasinės energijos, o besimeldžiantysis gali išgyventi pakilią nuotaiką, netgi euforiją. Žmogus, kuris meldžiasi už kitus, tampa socialiai jautresnis tiems asmenims ir jų poreikiams, o susitikimas su Dievu

³³ David G. Myers, „Is prayer clinically effective?“ *Reformed Review* 53 (2) (1999).

³⁴ James I. Packer, *Evangelism and the Sovereignty of God* (InterVarsity Press, 2008), 15.

³⁵ Tyndale House Publishers, *Holy Bible: New Living Translation* (2nd ed. Wheaton Ill: Tyndale House, 2004).

³⁶ Clive S. Lewis, *Miracles* (New York: Macmillan, 1947), 215.

suteikia bendrystės jausmą ir padeda įveikti vienišumą. Be to, malda gali padėti pajusti džiaugsmą, dėkingumą Dievui, susitaikymą su tuo, ko žmogus negali pakeisti, taip pat motyvacijos nesustoti ir veikti toliau. Galiausiai tie, kurie meldžiasi, anot Paulo E. Johnsono, jaučia vidinį integralumą, kuris padeda pajusti vidinę pusiausvyrą ir ramybę³⁷.

Apie maldos poveikį besimeldžiančiajam rašo ir rusų psichologas F. Vasiliukas, akcentuodamas maldos patyrimą susidūrus su sunkiais išgyvenimais. Jis mano, kad maldos poveikis yra trejopas:

1) Sunkių išgyvenimų įsisąmoninimas – ateina per įvardijimą, priėmimą ir galiausiai atsiribojimą nuo jų.

2) Sunkių išgyvenimų išraiška – žmogus nuo monologo pereina prie dialogo, dingsta vienišumo jausmas.

3) Sunkių išgyvenimų įprasminimas – tiek pačių išgyvenimų, tiek paties žmogaus egzistencijos³⁸.

Maldos efektyvumo tyrimus savo knygoje apie maldos psichologiją puikiai apibendrino B. Spilka ir K. L. Laddas. Jie apžvelgė daugybę maldos efektyvumo tyrimų ir priėjo prie išvados, kad mokslininkai, užuot tyrinėję, kaip užtarimo malda veikia tam tikrų pacientų sveikatą, verčiau tirtų asmeninį maldos poveikį tam, kuris meldžiasi³⁹.

Kitos maldos psichologijos tyrimų sritys: maldos raida, malda ir sveikata, malda romantiniuose santykiuose

Šalia maldos efektyvumo tyrimų psichologus domina ir kiti maldos aspektai, kuriuos svarbu paminėti šiame darbe.

Raidos psichologija bendrojoje psichologijoje užima svarbią vietą, tad maldos psichologijos tyrėjams taip pat svarbi maldos raida – kaip ji vystosi įvairiais žmogaus raidos etapais (vaikystėje, paauglystėje, suaugusiame amžiuje). Diane Long su kolegomis⁴⁰, remdamasi atlikta studija, siūlo vaikų maldą skirstyti į 3 etapus. 5–7 m. vaikų maldos supratimas yra gana fragmentiškas ir neaiškus. 7–9 m. vaikų malda tampa konkretesnė, jie jau sugeba ją verbalizuoti, nors pati malda dar nėra vidinė ir asmeniška – labiau rutininė ir išorinė. Tik 9–12 m. vaikų malda tampa panašesnė į tikrą bendravimą su Dievu. Augant vaikui keičiasi ir maldos turinys – nuo prašymo išpildyti egocentriškus norus (prašant saldainių, žaislų) laipsniškai pereinama prie altruistinių ir etinių troškimų (taikos pasaulyje ir pan.).

³⁷ Paul E. Johnson, *Psychology of religion* (Nashville, TN: Abingdon Press, 1959), 121–123.

³⁸ Федор Е. Васильюк, *Переживание и молитва: опыт общепсихологического исследования* (Москва: Смысл, 2005).

³⁹ Bernard Spilka ir Kevin L. Ladd, *The psychology of prayer: A scientific approach* (Guilford Press, 2012), 160.

⁴⁰ Diane Long, David Elkind ir Bernard Spilka, „The child's conception of prayer“, *Journal for the Scientific Study of Religion* (1967), 101–109, doi:10.2307/1384202.

Ryšys tarp maldos ir sveikatos – dar viena prieštaringa maldos tyrimų sritis, kurią galima sieti su anksčiau aptartu maldos efektyvumu. Duomenys apie tai, kiek malda veikia besimeldžiančiojo sveikatą, yra prieštaringi, tokie tyrimai dažnai kritikuojami kaip neatitinkantys metodologijos ir moksliskumo reikalavimų. Tačiau abejonių nekelia tai, jog žmonės tikrai meldžiasi dėl savo sveikatos ir patys tiki maldos galia. Viename tyrime nustatyta, kad net 95,5 proc. nėščiųjų bent kelis kartus meldėsi už vaiką, kurio laukėsi, o 48,3 proc. tai darė kasdien⁴¹. Kito tyrimo duomenys parodė, kad 68,5 proc. vėžį išgyvenusių žmonių meldėsi dėl savo sveikatos⁴². P. O'Connor su kolegomis⁴³ atlikta didelio masto apklausa parodė, kad 47,2 proc. žmonių, kuriems daugiau kaip 40 m., meldėsi dėl savo sveikatos, iš jų 90 proc. tikėjo, kad malda tikrai pagerino jų sveikatą.

Kai kurie tyrimai rodo ir neigiamą ryšį tarp sveikatos ir maldos, t. y. žmonės, kurie daugiau meldžiasi, turi daugiau sveikatos problemų⁴⁴. Tokį ryšį galima paaiškinti labai paprastai – natūralu, kad tie, kurie turi daugiau sveikatos problemų, daugiau ir meldžiasi.

Atmetę antgamtinį maldos poveikį sveikatai ir koncentruodamiesi tik į tai, ką galima moksliskai išmatuoti ir paaiškinti, M. J. Breslinas ir Ch. A. Lewisas⁴⁵ aptaria šiuos maldos aspektus, galinčius daryti įtaką sveikatai: 1) malda gerina sveikatą dėl placebo efekto; 2) žmonės, kurie meldžiasi, dėl savo religinių įsitikinimų gyvena sveikesnį gyvenimą (pvz., gali nerūkyti, nevartoti alkoholio); 3) malda padeda atitraukti dėmesį nuo ligos; 4) malda veikia kaip psichologinės paramos priemonė, padedanti kūno imuninei sistemai; 5) malda skatina bendravimą ir socialinę paramą, o tai padeda efektyviau spręsti sveikatos sunkumus.

Dar viena sritis, kuri domina maldos psichologijos tyrinėtojus – maldos vaidmuo romantiniuose santykiuose, santuokoje ir šeimoje. Tarp krikščionių populiarus pasakymas, kurį išgarsino airių kilmės JAV katalikų kunigas Patrickas Peytonas, CSC: „Šeima, kuri meldžiasi kartu, išlieka kartu“⁴⁶. Natūralu, jog psichologai bando

⁴¹ Jeffrey S. Levin, John S. Lyons ir David B. Larson, „Prayer and health during pregnancy: findings from the Galveston Low Birthweight Survey“, *Southern Medical Journal* 86 (9) (1993), 1022–1027, doi:10.1097/00007611-199309000-00010.

⁴² Louie E. Ross et al., „Prayer and self-reported health among cancer survivors in the United States, National Health Interview Survey, 2002“, *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 14 (8) (2008), 931–938, doi:10.1089/acm.2007.0788.

⁴³ Patrick J. O'Connor et al., „Characteristics of adults who use prayer as an alternative therapy“, *American Journal of Health Promotion* 19 (5) (2005), 369–375, doi:10.4278/0890-1171-19.5.369.

⁴⁴ Jean-Anne Sutherland, Margaret M. Poloma ir Brian F. Pendleton, „Religion, spirituality, and alternative health practices: The baby boomer and cold war cohorts“, *Journal of Religion and Health* 42 (4) (2003), 315–338; Janice B. Meisenhelder ir Emily N. Chandler, „Prayer and health outcomes in church lay leaders“, *Western Journal of Nursing Research* 22 (6) (2000), 706–716.

⁴⁵ Michael J. Breslin ir Christopher A. Lewis, „Theoretical models of the nature of prayer and health: A review“, *Mental Health, Religion & Culture* 11 (1) (2008), 9–21, doi:10.1080/13674670701491449.

⁴⁶ Richard Gribble, „Patrick Peyton, C.S.C., and the International Rosary Crusade, 1948–1959“, *U.S. Catholic Historian* 33 (4) (2015), 53–78, doi:10.1353/cht.2015.0029.

patikrinti, koki poveikį malda daro santykiams šeimoje. Ch. G. Ellisono su kolegomis⁴⁷ atlikta nacionalinė apklausa parodė nedidelį, bet reikšmingą teigiamą ryšį tarp įsitraukimo į religines praktikas (tarp jų ir į maldą) ir pasitenkinimo tarpusavio santykiais. M. H. Butlerio su kolegomis⁴⁸ atliktu tyrimu buvo siekiama nustatyti, kokia yra maldos įtaka sprendžiant konfliktus poroje. Autoriai teigia, kad kai kurios poros naudoja maldą prevenciškai – ji kasdieniame gyvenime padeda rečiau įsitraukti į konfliktus. Kitos poros maldą naudoja tam, kad užgesintų konfliktą, o kai kurioms poroms malda turi atkuriamąją funkciją – padeda susitaikyti ir atstatyti santykį po konflikto.

Taigi empiriniai tyrimai rodo, kad maldos išgyvenimas skiriasi įvairiais gyvenimo raidos etapais. Taip pat akivaizdu, kad žmonės meldžiasi dėl savo sveikatos ir tiki, jog malda veikia. Tačiau dėl metodologinių tyrimų trūkumų duomenis apie objektyvų maldos poveikį sveikatai reikia vertinti atsargiai. Galiausiai tyrimai rodo, kad maldos praktika romantiniuose santykiuose siejama su didesniu poros pasitenkinimu santykiais ir mažesniu konfliktiškumu juose.

Maldos psichologijos tyrimų problemos ir ribotumai

Jau anksčiau minėta, kad nemažai maldos psichologijos tyrimų stokoja metodologinio tikslumo, o autoriai, tyrinėdami maldą, taip bando apginti savo religinius įsitikinimus. B. Spilka ir K. Laddas⁴⁹ papildė šią nuomonę tuo, kad dauguma maldos psichologijos tyrinėtojų patys aktyviai praktikuoja savo tikėjimą (taip pat ir maldą), o tai gali daryti įtaką tyrimo procesui ir duomenų analizei bei jų interpretavimui – dėl to tyrėjas būna šališkas.

Kita maldos tyrimų problema yra itin glaudus maldos ryšys su religingumu ar dvasingumu. W. Jamesas rašė, kad malda yra „religijos širdis ir esmė“⁵⁰, F. Heileris teigė, kad malda yra „religijos centras, pamaldumo širdis“⁵¹ ir „spontaniškiausia ir asmeniškiausia religijos išraiška“⁵², o I. A. Iljino nuomone, „gyvas religingumas negalimas be maldos, nes religingumas yra sielos atsigręžimas į Dievą, ir kai tik šis atsigręžimas įvyksta, prasideda malda.“⁵³ Todėl nenuostabu, kad nemažai autorių tiria maldą tik

⁴⁷ Christopher G. Ellison, Amy M. Burdette ir W. Bradford Wilcox, „The couple that prays together: Race and ethnicity, religion, and relationship quality among working-age adults“, *Journal of Marriage and Family* 72 (4) (2010), 963–975, doi:10.1111/j.1741-3737.2010.00742.x.

⁴⁸ Mark H. Butler, Julie A. Stout ir Brandt C. Gardner, „Prayer as a conflict resolution ritual: Clinical implications of religious couples' report of relationship softening, healing perspective, and change responsibility“, *The American Journal of Family Therapy* 30 (1) (2002), 33, doi:10.1080/019261802753455624.

⁴⁹ Spilka ir Ladd, *The psychology of prayer*, 164.

⁵⁰ James, *The Varieties of Religious Experience*, 454.

⁵¹ Heiler, *Prayer: A Study in the History*, 362.

⁵² Ibid, 119.

⁵³ Иван А. Ильин, *Аксиомы религиозного опыта* (Т. 1–2. Москва: ООО «Парогъ», 1993), <http://www.sedmitza.ru/text/432257.html>.

religingumo ar dvasingumo kontekste arba kaip vieną iš religingumo išraiškų (kartu su, pvz., pamaldų lankymu, religinių knygų skaitymu). Tai redukuoja patį maldos patyrimą, todėl svarbu maldą tyrinėti atskirai, nepriklausomai nuo religinio konteksto.

Dar viena maldos psichologijos tyrimų problema susijusi su tuo, kad tyrimai dažnai neatspindi maldos kompleksiskumo ir daugiasluoksniškumo. B. Spilka ir K. L. Laddas⁵⁴, apžvelgę daugelį maldos psichologijos mokslinių tyrimų, teigia, kad labai dažnai malda mokslinėje literatūroje yra tiesiog minima, ir dažniausiai tiriamas tik vienas jos aspektas – maldos dažnumas. Šiame darbe jau minėta, kad malda yra daugialypis ir sudėtingas potyris, tačiau tyrimuose neretai ją bandoma supaprastinti ir redukuoti. Dar XX a. pradžioje JAV filosofas ir teologas Bordenas P. Bowne'as⁵⁵ pažymėjo, jog „maldos prigimtis ir funkcija yra tokie sudėtingi, kad, jei norime susidaryti adekvatų šio reiškinio vaizdą, turime pažvelgti į jį iš daugelio pusių“. Todėl tiriant maldą svarbu parinkti tokius instrumentus, kurie atspindėtų jos daugiasluoksniškumą. Pastaruoju metu tokios metodikos jau kuriamos⁵⁶, tačiau maldos tyrimų srityje trūksta kokybinių tyrimų, kurie leistų pažvelgti į maldą giliau ir asmeniškiau.

Maldos psichologijos tyrimo problemų ir ribotumų dažnai kyla dėl to, kad autoriai nesiremia vienokiu ar kitokiu maldos psichologijos teoriniu modeliu. Ir jeigu XX a. empiriškai patvirtintų teorinių modelių trūko, pastaruoju metu buvo nemažai bandymų aprašyti maldos psichologijos teoriją remiantis empiriniais duomenimis⁵⁷. Vis dėlto maldos psichologijos tyrimų autoriai retai kada atsigręžia į šiuos modelius, o tai daro jų tyrimus fragmentiškus ir nenuoseklius.

Išvados

Šiame darbe aptarta, jog malda jau 150 metų traukia psichologų dėmesį ir tas dėmesys vis didėja. Jos tyrėjai dar praėjusiame amžiuje iš psichologinės perspektyvos apibrėžė, kas yra malda, bandė ją klasifikuoti ir analizuoti. Iš pradžių mokslininkai labiau rėmėsi istorija, antropologija, savo išvalgomis, o nuo XX a. antros pusės maldos analizei buvo pasitelkti empiriniai tyrimai. Tiek teoriniai modeliai, tiek empiriniai duomenys rodo, kad malda yra daugiasluoksnis reiškinys, todėl siekiant ją ištirti svarbu pasirinkti tokius instrumentus, kurie parodytų maldos kompleksiskumą. Tiek asmeninės, tiek užtarimo maldos efektyvumas visuomet traukė psichologų dėmesį, ir empiriniai tyrimai dažniausiai parodo šį efektyvumą, tačiau tokius tyrimus reikia vertinti atsargiai,

⁵⁴ Spilka ir Ladd, *The psychology of prayer*, 39–41.

⁵⁵ Borden Parker Bowne, *The Essence of Religion* (Houghton Mifflin, 1910), 57.

⁵⁶ Steven P. Laird et al., „Measuring Private Prayer: Development, Validation, and Clinical Application of the Multidimensional Prayer Inventory“, *The International Journal for the Psychology of Religion* 14 (2004), 251–272, doi:10.1207/s15327582ijpr1404_2; Butler, Stout ir Gardner, „Prayer as a conflict resolution ritual“.

⁵⁷ Spilka ir Ladd, *The psychology of prayer*, 168–176.

nes jie ne visada atitinka etinius ir metodologinius mokslo kriterijus. Todėl maldos psichologijos tyrėjams yra prasmingiau tirti subjektyvų maldos poveikį besimeldžiančiam, o ne tikrinti, kiek malda yra objektyviai efektyvi. Šiuo atžvilgiu autoriai sutaria, kad malda gali turėti terapinį poveikį besimeldžiančiam – gali padėti išsąmoninti, išreikšti ir įprasminti savo išgyvenimus, taip pat gali stiprinti tarpusavio žmonių ryšius arba veikti kaip placebo. Nepaisant visų maldos tyrimų problemų ir ribotumų, jau dabar ši psichologijos tyrimų sritis užima svarbią vietą religijų psichologijos moksle ir susidomėjimas ja vis didėja.

LITERATŪRA IR ŠALTINIAI

1. Bartholomew, Edward F. *The Psychology of Prayer: A Study in the Philosophy of Religious Experience*. Burlington, Iowa: The Lutheran Literary Board, 1922. <http://www.archive.org/details/psychologyofpray00bart>.
2. Bentzen, Jeanet S. „In crisis, we pray: Religiosity and the COVID-19 pandemic“. *Journal of economic behavior & organization* 192 (2021): 541–583. doi:10.1016/j.jebo.2021.10.014.
3. Biblija arba Šventasis Raštas. Ekumeninis leidimas. Vilnius: Lietuvos Biblijos draugija, 1999.
4. Byrd, Randolph C. „Positive therapeutic effects of intercessory prayer in a coronary care unit population“. *Southern Medical Journal* 81 (7) (1988): 6–829. doi: 10.1097/00007611-198807000-00005.
5. Bowne, Borden P. *The Essence of Religion*. Houghton Mifflin, 1910.
6. Breslin, Michael J. ir Christopher A. Lewis „Theoretical models of the nature of prayer and health: A review“. *Mental Health, Religion & Culture* 11 (1) (2008): 9–21. doi:10.1080/13674670701491449.
7. Brown, William A. *The Life of Prayer in a World of Science*. New York: Charles Scribner's Sons, 1927. http://www.archive.org/details/MN40279ucmf_2.
8. Butėnaitė, Joana. „Vyresnio amžiaus Romos katalikų tikėjimas: tipai, raiška gyvenimo eigoje ir jo reikšmė psichologiniam atsparumui“. Daktaro disertacija, Mykolo Romerio universitetas, 2019.
9. Butler, Mark H., Julie A. Stout ir Brandt C. Gardner. „Prayer as a conflict resolution ritual: Clinical implications of religious couples' report of relationship softening, healing perspective, and change responsibility“. *The American Journal of Family Therapy* 30 (1) (2002): 19–37. doi: 10.1080/019261802753455624.
10. Coe, George A. *The Psychology of religion*. Chicago, IL: The University of Chicago Press, 1916. <http://www.archive.org/details/psychologyrelig01coegoog>.
11. Dawson, Marshall. *Prayer that Prevails: A Psychological Approach to the Practice of Personal and Public Prayer, with Examples*. NY: The Macmillan, 1924. http://www.archive.org/details/MN40290ucmf_6.
12. Dossey, Larry ir David J. Hufford. „Are prayer experiments legitimate? Twenty criticisms“. *Explore* 1 (2) (2005): 109–117. doi:10.1016/j.explore.2004.12.004.
13. Ellison, Christopher G., Amy M. Burdette ir W. Bradford Wilcox. „The couple that prays together: Race and ethnicity, religion, and relationship quality among working-age adults“. *Journal of Marriage and Family* 72 (4) (2010): 963–975, doi:10.1111/j.1741-3737.2010.00742.x.
14. Foster, Richard J. *Prayer: Finding the heart's true home*. New York: Harper Collins, 1992.
15. Galton, Francis. „Statistical inquiries into the efficacy of prayer“. *Fortnightly Review* 12 (1872): 125–135. In Francis, Leslie J. ir Astley, Jeff. *Psychological Perspectives on Prayer*. Herefordshire, UK: Gracewing, 2001.

16. Gribble, Richard. „Patrick Peyton, C.S.C., and the International Rosary Crusade, 1948–1959“, *U.S. Catholic Historian* 33 (4) (2015): 53–78. doi:10.1353/cht.2015.0029.
17. Harris, William S., Manohar Gowda, Jerry W. Kolb ir Ben D. McCalliste. „A randomized, controlled trial of the effects of remote, intercessory prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit“. *Archives of Internal Medicine* 159 (19) (1999): 2273–2278, doi:10.1001/archinte.159.19.2273.
18. Heiler, Friedrich. *Prayer: A Study in the History and Psychology of Religion*. NY: Oxford University Press, 1932. <http://www.archive.org/details/prayerastudyinth012715mbp>.
19. Hodge, Alexander J. *Prayer and its Psychology: Thesis approved for the Degree of Doctor of Philosophy in the University of London*. London: Society for Promoting Christian Knowledge, 1931. http://www.archive.org/details/MN40279ucmf_6.
20. James, William. *The Varieties of Religious Experience: A Study in Human Nature*. New York, London, Bombay, Calcutta and Madras: Longmans, Green, and Co, 1902. <https://www.gutenberg.org/files/621/621-h/621-h.html>.
21. Johnson, Paul E. *Psychology of religion*. Nashville, TN: Abingdon Press, 1959.
22. Ladd, Kevin L. ir Bernard Spilka. „Inward, Outward, and Upward: Cognitive Aspects of Prayer“. *Journal for the Scientific Study of Religion* 14 (2002): 475–484. doi:10.1111/1468-5906.00131.
23. Laird, Steven P., C. R. Snyder, Michael A. Rapoff ir Sam Green. „Measuring Private Prayer: Development, Validation, and Clinical Application of the Multidimensional Prayer Inventory“. *The International Journal for the Psychology of Religion* 14 (2004): 251–272. doi:10.1207/s15327582ijpr1404_2.
24. Levin, Jeffrey S., John S. Lyons ir David B. Larson. „Prayer and health during pregnancy: findings from the Galveston Low Birthweight Survey“. *Southern Medical Journal* 86 (9) (1993): 1022–1027. doi:10.1097/00007611-199309000-00010.
25. Lewis, Clive. S. *Miracles*. New York: Macmillan, 1947.
26. Lindsay, Arthur A. *Soul-culture (practical psychology). Scientific prayer (religious suggestion). Religion (attitude toward spirit). Theology (conception of supreme power and intelligence)*. Seattle, Wash., Portland, OR: Lindsay publishing company, 1909. <http://www.archive.org/details/soulculturepract00lindrich>.
27. Long, Diane, David Elkind ir Bernard Spilka. „The child’s conception of prayer“. *Journal for the scientific Study of Religion* (1967): 101–109. doi:10.2307/1384202.
28. Marazaitė, Irena. „Aš vaizdas maldos metu“. Bakalauro darbas, VU Filosofijos fakultetas, Klinikinės ir socialinės psichologijos katedra, 1995.
29. Masters, Kevin S., Glen I. Spielmans, Jason T. Goodson. „Are there demonstrable effects of distant intercessory prayer? A meta-analytic review“. *Annals of Behavioral Medicine* 32 (1) (2006): 21–26.
30. Mauss, Marcel. *On prayer*. Translated by S. Leslie. New York: Durkheim Press, 1909 / 2003. <http://www.questia.com>.
31. Meisenhelder, Janice B. ir Emily N. Chandler. „Prayer and health outcomes in church lay leaders“. *Western Journal of Nursing Research* 22 (6) (2000): 706–716.
32. Miller, Robert N. „The positive effect of prayer on plants“. *Psychic* 3 (5) (1972), 24–25. In Francis, Leslie J. ir Jeff Astley. *Psychological Perspectives on Prayer*. Herefordshire, UK: Gracewing, 2001.
33. Myers, David G. „Is prayer clinically effective?“ *Reformed Review* 53 (2) (1999): 93–102.
34. —. *Psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika, 2000.
35. —. *Socialinė psichologija*. Kaunas: Poligrafija ir informatika, 2007.
36. O’Connor, Patrick J., Nicolaas P. Pronk, Agnes Tan ir Robin R. Whitebird. „Characteristics of adults who use prayer as an alternative therapy“. *American Journal of Health Promotion* 19 (5) (2005): 369–375. doi:10.4278/0890-1171-19.5.369.

37. Packer, James I. *Evangelism and the Sovereignty of God*. InterVarsity Press, 2008.
38. Pew Research Center. *Most Americans Say Coronavirus Outbreak Has Impacted Their Lives*, 2020. <https://www.pewresearch.org/social-trends/2020/03/30/most-americans-say-coronavirus-outbreak-has-impacted-their-lives/>.
39. —. *Religious Landscape Study*. Washington, D.C.: PEW Research Center, 2017. <http://www.pewforum.org/religious-landscape-study/>.
40. —. *Two Decades After the Wall's Fall*. Washington, D.C.: Pew Global Attitudes Project, 2009. https://www.pewresearch.org/global/wp-content/uploads/sites/2/2009/11/Pew-Research-Center_Two-Decades-After-the-Walls-Fall-End-of-Communism-Cheered-But-Now-With-More-Reservations_2009.pdf.
41. Poloma, Margaret M., George H. Gallup. *Varieties of Prayer: A Survey Report*. Philadelphia, PA: Trinity Press, 1991.
42. Ross, Louie E., Ingrid J. Hall, Temeika L. Fairley ir Daniel L. Howard. „Prayer and self-reported health among cancer survivors in the United States, National Health Interview Survey, 2002“. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 14 (8) (2008): 931–938. doi10.1089/acm.2007.0788.
43. Spilka, Bernard ir Kevin L. Ladd. *The psychology of prayer: A scientific approach*. Guilford Press, 2012.
44. Stolz, Karl R. *Auto-Suggestion in Private Prayer: A Study in the Psychology of Prayer*. Grand Forks, N.D., pref., 1911. http://www.archive.org/details/MN41685ucmf_1.
45. Strong, Anna L. *The Psychology of Prayer*. Chicago: The University of Chicago Press, 1909. <http://www.archive.org/details/psychologyofpra00stro>.
46. Sulmasy, Daniel P. *The Rebirth of the Clinic: an Introduction to Spirituality in Health Care*. Washington, D.C.: Georgetown university Press, 2006.
47. Sutherland, Jean-Anne, Margaret M. Poloma ir Brian F. Pendleton. „Religion, spirituality, and alternative health practices: The baby boomer and cold war cohorts“. *Journal of Religion and Health* 42 (4) (2003): 315–338.
48. Škulis, Dmitrijus. „Malda išgyvenant artimo žmogaus netektį: subjektyvaus patyrimo analizė“. Magistro darbas, VU Filosofijos fakultetas, Klinikinės ir organizacinės psichologijos katedra, 2011.
49. Tyndale House Publishers. *Holy Bible: New Living Translation*. 2nd ed. Wheaton Ill: Tyndale House, 2004.
50. Василюк Федор Е. *Переживание и молитва: опыт общепсихологического исследования*. Москва: Смысл, 2005.
51. Геце, Болеслав. *Библейский словарь*. Druckhaus Gummersbach, Wagener GmbH, 1997.
52. Ильин, Иван А. *Аксиомы религиозного опыта*. Т. 1–2. Москва: ООО «Парогъ», 1993. <http://www.sedmitza.ru/text/432257.html>.

Gauta: 2022 09 12

Parengta: 2023 01 26

Dmitrijus ŠKULIS

PRAYER FROM THE PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE: A REVIEW OF THE LITERATURE

S u m m a r y

The aim of this article is to show that the prayer can be (and actually is) the topic of psychological researches. First of all, the article tries to characterize the prayer and then the understanding of scientific definition from a psychological perspective is given. Further the scientific researches on prayer are reviewed, starting with the study of F. Galton in 1872 up to the 21st century's modern empirical researches on the psychology of prayer, spotlighting the controversial investigations area on the efficacy of prayer. In addition, the relationship between prayer and health is discussed, the importance of prayer in family relationships is revealed and prayer experiences at different stages of development are considered. Finally, the problems and limitations of researches on the psychology of prayer are referred.

KEYWORDS: prayer, psychology of prayer, psychology of religion, religiosity.

Dmitrijus ŠKULIS – Mykolo Romerio universiteto psichologijos mokslo krypties doktorantas, VA *Caritas* priklausomų asmenų bendruomenės „Aš Esu“ psichologas. Pagrindinės mokslinių interesų kryptys: maldos psichologija, religijos psichologija, fenomenologiniai tyrimai. El. paštas dmitrijus@skulis.lt.

Dmitrijus ŠKULIS – PhD student of psychology in Mykolas Romeris University, psychologist in VA *Caritas* community of people with addictions „I Am“. Main fields of research: psychology of prayer, psychology of religion, phenomenological research. E-mail dmitrijus@skulis.lt.