



crkva u svijetu

# POGLEDI

## FRANKLOVA LOGOTERAPIJA

Živan Bezić

U psihoterapeutskim krugovima kruži riječi o »tri bečke psihijatrijske škole«. Prva bi škola bila Freudova psihoanaliza, druga bi bila Adlerova individualna psihologija, a treća je Franklova egzistencijalna analiza ili logoterapija.

Viktor E. Frankl, osnivač logoterapije, spada u najpoznatije suvremene psihoterapeute. Profesor je neurologije i psihijatrije na bečkom sveučilištu, a predaje logoterapiju kao posebnu znanstvenu disciplinu na američkom sveučilištu u San Diegu, USA. Napisao je više od 20 knjiga, koje su prevedene na 16 jezika i doživjele brojna izdanja. Tako je npr. njegova knjiga *Man's Search for Meaning* izašla u 51 izdanju, u više od 2 milijuna primjeraka i pet je puta proglašena »knjigom godine«.

Frankl je neumorni širitelj logoterapije i putuje, držeći predavanja, po svim kontinentima. Do sada je predavao na 172 sveučilišta. Izvrstan je govornik, sjajan polemičar, duhovit i ugodan sugovornik. Bavi se stalno psihoterapeutskom praksom i rado susreće ljude. Osnovao je čitav niz savjetovališta za mlade. Ima bezbrojne učenike i sljedbenike svuda po svijetu. Nedavno mu je kardinal König predao nagradu »kardinala Imtzer« za g. 1977.

V. E. Frankl je rođen u Beču 26. ožujka 1905. Doktorirao je iz medicine i filozofije, a postigao je i tri počasna doktorata. Zbog svoga židovskog porijekla rat je sproveo u njemačkim logorima Auschwitzu i Dachauu. Tamo su mu izginuli otac i majka, brat i žena. Tu je Viktor potpuno sazorio kao čovjek i kao psihoterapeut.

O njemu i njegovu djelu napisana je obilna literatura.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Njezin izbor je sačinio dr. Eugenio Fizzotti (v. dodatak knjige *Der Wille zum Sinn*, II izd. Huber, Wien 1978).

## DJELA I MISLI

Frankl je počeo rano pisati. Prije rata su to bili članci, studije i predavanja. Odmah iza rata je postao poznat po svome djelu *Jedan psiholog doživljuje koncentracioni logor*,<sup>2</sup> što je prevedeno i u nas pod naslovom *Zašto se niste ubili?*<sup>3</sup> Istodobno je izdao zapaženo djelo *Liječničko dušobrižništvo*, koje je doživjelo 9 izdanja.<sup>4</sup> Većina kasnijih knjiga su zbirke njegovih članaka i predavanja.

Neke od tih spomenut ćemo samo po naslovima:

*Existencijalna analiza i problemi vremena*,<sup>5</sup> *Vrijeme i odgovornost*,<sup>6</sup> *Psihoterapija u praksi*,<sup>7</sup> *Potsvjesni Bog*,<sup>8</sup> *Neuvjetovani čovjek*,<sup>9</sup> *Čovjek patnik*,<sup>10</sup> *Logos i opstojanje*,<sup>11</sup> *Patologija duha vremena*,<sup>12</sup> *Teorija i terapija neuroza*,<sup>13</sup> *Volja za smislom*,<sup>14</sup> *Čovjek u potrazi za smislom*,<sup>15</sup> *Antropološki temelji psihoterapije*,<sup>16</sup> *Patnja besmislena života*.<sup>17</sup>

Iz navedenih naslova lako se može nazreti tematika Franklovih studija. Ipak ćemo iznijeti pitanje neke njegove značajne misli.

Frankl je iskren i dubok humanist, stoga je čovjek njegova glavna preokupacija. Dok je u filozofiji vladao teocentrizam, veli on, u geografiji je vladao geocentrizam. Danas je obratno: u geografiji caruje heliocentrizam, ali stoga u filozofiji dominira antropocentrizam (*Der Wille zum Sinn*, II izd. str. 128, unaprijed kratica W). Iako ga stvari uvjetuju, čovjek nije stvar (o tome govori čitava knjiga *Der unbedingte Mensch*). Premda je sličan kompjuteru, on je daleko više nego kompjuter (W 38). Kad ga neki žele svesti na njegove niže dimenzije, dobiva se kriva slika čovjeka. Naprotiv: ljudska egzistencija je transcendencija (W 145). Čovjek se ne smije gledati jednostrano, samo s jednog vidika. Svestrano gledano, čovječanstvo je jedno. Kad smo se već popeli do monoteizma, moramo prihvatiti i monantropizam (W 150).

Čovjek se po Franklu može definirati kao »Bewusstsein und Verantwortlichkeit« (*Ärztliche Seelsorge*, str. 82, unaprijed AS). Svijest i savjest su njegove bitne komponente. Važno je ono što čovjek jest, a ne što

<sup>2</sup> *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager*. II izd. Wien 1946—1947.

<sup>3</sup> Izd. Biblioteke »Oko tri ujutro«, Zagreb 1978.

<sup>4</sup> *Ärztliche Seelsorge*. IX izd. Deuticke, Wien 1946—1975.

<sup>5</sup> *Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit*. Amandus, Wien 1947.

<sup>6</sup> *Zeit und Verantwortung*. Deuticke, Wien 1947.

<sup>7</sup> *Die Psychotherapie in der Praxis*. III izd. Deuticke, Wien 1947—1975.

<sup>8</sup> *Der unbewusste Gott*. IV izd. Kösel, München 1974—1977.

<sup>9</sup> *Der unbedingte Mensch*. Deuticke, Wien 1949.

<sup>10</sup> *Homo patiens*. Deuticke, Wien 1950.

<sup>11</sup> *Logos und Existenz*. Amandus, Wien 1951.

<sup>12</sup> *Pathologie des Zeitgeistes*. Deuticke, Wien 1955.

<sup>13</sup> *Theorie und Therapie der Neurosen*. IV izd. UNI-Taschenbücher, München 1956—1975.

<sup>14</sup> *Der Wille zum Sinn*. II izd. Huber, Bern 1978. — *The Will to Meaning*. V izd. New Amer. Library, N. York 1969—1976. Obe su knjige originali.

<sup>15</sup> *Man's Search for Meaning*. 51 izd. N. York 1963—1979.

<sup>16</sup> *Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie*. Huber, Bern 1975.

<sup>17</sup> *Das Leiden am sinnlosen Leben*. Herder, Freiburg 1977.

ima.<sup>18</sup> Na žalost, on je sposoban na zlo i dobro. Znade graditi u logorima plinske komore, ali znade i u njima junački umirati s pjesmom ili moltvom na ustima (W 88).

Frankl je iznio 10 svojih teza o osobi. Evo ih u zbijenom obliku: osoba je individuum, neuništiv. Svaka prava osoba je apsolutni novum, duhovne naravi, odgovorna za svoju sudbinu, duhovno orijentirana (nicht triebdeterminiert, sondern sinnorientiert, nicht luststrebend, sondern wertstrebend, W 114). Osoba je Ja-stvena a ne ono-stvena (iehaft, also nicht eshaft, ib.), jedinstvo duhovno-tjelesnoga. Ona je dinamična, nadilazi životinjski svijet i teži transcendenciji. Sve te misli može prihvatiti svaki kršćanin.

U čovjeku Frankl razlikuje tri sloja: tjelesnost, duševnost (das Seelische) i duhovnost (das Geistige), ali nigdje ne obrazlaže razlikovanje između duševnoga i duhovnoga. Samo napominje da se psihoanaliza bavi osvješćivanjem duševnoga, a logoterapija osvješćivanjem duhovnoga (AS 20).<sup>19</sup> Frankl žali što se čovjek često zatvara u svoju zemaljsku dimenziju. Što se čovjek više naturalizira, to se više denaturira, tvrdi on (W 86). »Prije se je čovjek smatrao stvorom na sliku svoga Stvoritelja, Boga. Kad je došlo doba strojeva, počeo se je smatrati stvoriteljem, i to na sliku svog stvora, mašine« (»Der Mensch auf der Suche nach Sinn. Herder, II izd., Freiburg 1972, str. 67, dalje M).

Čovjeka određuju tri faktora: 1. biološko nasljeđe (Anlage, biologisches Schicksal), 2. okolina i situacija (Lage, soziologisches Schicksal), 3. osobnost, slobodna volja (Psychologisches Schicksal, AS 63). Posljednji čimbenik je ipak najjači, čovjek se ne smije prepustiti sudbini: »Tko misli da je njegova sudbina zapečaćena nije u stanju da je pobijedi.«<sup>20</sup> I opet se ponavlja slična misao: »Čovjeka može njegova nutarnja snaga uzdici iznad njegove vanjske sudbine« (Zašto se niste ubili 67, unaprijed Z).

Frankl čvrsto vjeruje u slobodu volje (W 61). Premda svaki čovjek ima svoju sudbinu, sloboda je upravo sloboda prema sudbini (W 59), a sudbinom zovemo ono što izmiče našoj slobodi (W 61). Čovjekova sloboda je ograničena, ali on je slobodan da zauzme svoj stav prema toj ograničenosti (ib. 156). Sloboda se ne sastoji u tome što čovjek ne bi bio uopće ničim uvjetovan, nego što je sposoban zauzeti osobni stav prema svojoj uvjetovanosti. Kad su nakon jednog predavanja Franklu prigovorili kako on kao profesor dvaju znanstvenih predmeta može prihvatiti slobodu volje, Frankl je odgovorio: »Jer sam bio njezin svjedok u četiri logora. Tamo sam našao i svitje i svece« (ib. 156—157).

Nije neprijatelj ljudske slobode determinizam, nego pandeterminizam (W 157). Također i sociologizam koji želi čovjeku oduzeti osjećaj odgovor-

<sup>18</sup> »Geld hat man, Macht hat man, Ruhm hat man, Glück hat man; aber ein Mensch ist man«, (Der Wille zum Sinn, 88).

<sup>19</sup> Izgleda da bi duševni sloj čovjeka bio emotivni i voljni život, a duhovni onaj umni i vrijednosni.

<sup>20</sup> »Denn wer sein Schicksal für besiegelt hält, ist ausserstande es zu besiegen« (AS 64).

nosti. Uza sve svoje determiniranosti, u nama nalazimo toliko slobode da se možemo oduprijeti okolini (ib. 57). Slobodu nije dosta imati, njome se treba i služiti. Ona nije samo »factum«, nego još više »facultativum« (M 101).

Sloboda u čovjeku je samo pola istine, druga polovica je odgovornost. Stoga Frankl predlaže Amerikancima da, kao što su postavili kip Slobodi, tako neka postave i kip Odgovornosti (W 171). U svim svojim djelima Frankl uporno naglašuje kako je glavna svrha njegove logoterapije upravo odgoj za slobodu i odgovornost. Ono što smo u životu učinili — ističe on — prešlo je u vječnost, ovjekovječuje se. Na nama je odgovornost da ovjekovječimo samo dobro. Život nije rukopis koji moramo dešifrirati, nego protokol koji moramo ispisivati. A protokol se više ne da ispravljati (ib 52).

Frankl tvrdi da je čovjek svoje vlastito nebo ili svoj vlastiti pakao, prema tome kako izabere (W 54). Čovjek sam sebe stvara u svijetu, ali ne u čašu rođenja nego smrti (ib. 55). Lanac zla, koji nas sapinje, treba raskinuti. Ne valja se osvećivati poraženima, jer se kolektivna krivnja ne može ograničiti samo na jednu partiju ili jedan narod.<sup>21</sup> Krivnja je planetarna (ib. 100). Našim agresijama mi u svijetu ne mijenjamo ništa. Ako sebe promijenimo na bolje, nešto se je ipak promijenilo.

Smisao zajednice se ostvaruje u individualitetu, a individualnosti u zajedništvu, ali ne u masi. Zajednica potiče na odgovornost, a masa rješava pojedinca odgovornosti (AS 56—57). Primjer krivo shvaćenog zajedništva su današnje »encounter groups«, jer one njeguju pseudo-susrete (W 221, 227). »Ono što nam stvarno treba manje je intimnost pod svaku cijenu, a više zaštita naše intimne sfere. Ono što nam treba to je odvažnost za samoću, stvaralačko oblikovanje samoće« (ib. 228).

Školovan u duhu psihoanalize Frankl nije mogao u današnjem vremenu mimoći i problem *sex a*. Po njegovu mišljenju spolnosti se posvećuje pretjerama pažnja. On razlikuje seksualnost od erotike. Prva označuje zaljubljenost u nečiju vanjštinu, tijelo. Druga je zaljubljenost prvenstveno u nečije duševne kvalitete (ali se ne isključuje ni tjelesne). Prava ljubav je simpatija prema osobi kao takvoj (AS 103). Dakle, ne simpatija u odnosu prema onome što drugi ima (tjelesne i duševne odlike), nego prema onome što netko jest. U pravoj ljubavi tjelesnost igra najmanju ulogu (AS 108). »Liebe kann nur sub specie aeternitatis erlebt werden« (ib. 113). Stoga je opravdana samo monogamija (114).

Frankl ne prihvaća Freudove tvrdnje o dječjoj spolnosti. Ova se javlja redovito u pubertetu, najprije neodređena (*Sexualdrang*), a poslije vezana na jednu osobu različita spola (*Sexualstreben*). S medicinskog stanovišta je štetno ako duševno i tjelesno nezreli stupaju u seksualne odnose. Kad su pak zreli, onda to nije više medicinski već etički problem (ib. 137). Apstitencija nije štetna za zdravlje (138). Sexualnu poučku ne valja davati kolektivno (139).

<sup>21</sup> Premda je bio žrtva nacizma, Frankl se zalaže za opraštanje.

<sup>22</sup> Napominjem usput: mjesto riječi »solatio« u natpisu, bilo bi pravilnije »solacio«.

U suvremenoj psihologiji prevladava redukcionizam. On obično kaže: to i to »nije ništa drugo nego«. A to je neka vrsta nihilizma. Pretjerani psihologizam hoće pak da sve hiperinterpretira, tj. traži iskone iskona, pa u svom pretjerivanju otkriva i ono čega u duši nema (W 13—15).

Nije opasnost što se u posljednje vrijeme znanost specijalizira, nego u tome što specijalisti hoće da generaliziraju (W 138). Neki pak liječnici neće da pomažu na srodnim područjima. Tako bi medicinari svih struka, a posebno psihijatri, trebali da budu dušobrižnici. Oni liječe u prvom redu tjelesne bolesti, ali i duševne patnje što su vezane uz svaku bolest. Oni moraju znati i tješiti ljude. Na zgradi bolnice Kaiser Joseph II u Beču stoji natpis »Saluti et solatio aegrorum«. <sup>22</sup> Frankl citira dra G. Bally: »Pacijenti su oni koji nas stavljaју pred zadatak da preuzmemo zadaću dušobrižnika« (ib. 82). Neki će liječnici možda primijetiti: mi nismo za to kompetentni. Frankl odgovara: kad se netko topi, moramo svi priskočiti u pomoć iako nismo diplomirali plivanje (ib. 83).

Liječnik se brine za imanenciju, ali mora ostaviti otvorena vrata transcendenociji (W 75).

Osnivač logoterapije vidi ozdravljenje čovječanstva u ostvarivanju životnih vrednota. Vrednote daju smisao našem životu. Frankl razlikuje tri kategorije vrednota: stvaralačke (schöpferische Werte), aktivno doživljavanje života (Erlebniswerte) i pasivno prilagođivanje zbilji (Einstellungswerte). Ove posljednje označuju kakav smo stav zauzeli prema svojoj sudbini (AS 33—35). Stoga postoje i tri izvora zadovoljstva: stvaralaštvo, služenje nekom idealu i odoljevanje kobima sudbine (W 50). Ako čovjek ne pozna nikakvih vrijednosti ili priznaje samo jednu pa je onda apsolutizira, onda zapada u očaj (Homo patiens, 87—88).

## EXISTENCIJALNA ANALIZA

Odmah smo na početku spomenuli da postoje tri psihijatrijska pravca nastala u Beču: psihoanaliza, individualna psihologija i egzistencijalna analiza. U njihovu opisivanju poslužimo se mislima samog Frankla. On ovako sažima bit triju bečkih škola. Psihoanaliza (Freud) bavi se s Ich kao da je ono Es, dakle spušta se u podsvijest. Individualna psihologija (Adler) bavi se s Es kao da je ono Ich i tako se zaustavlja u predsvijesti. Egzistencijalna analiza ostavlja svakome svoje: Es-u podsvijest i predsvijest, a Ich-u svijest i odgovornost (AS 204—5).

S obzirom na glavnu težnju koju pojedina škola ističe: psihoanalitičari potcrtavaju težnju za užitkom (Wille zur Lust), adlerovci težnju za važnošću i moću (Wille zur Macht), a Frankl i njegove pristaše potrebu smisla (Wille zum Sinn, W 123—4). Kao što postoji potisnuta seksualnost, tako postoji i potisnuta religioznost. Egzistencijalna analiza se ne bavi religioznošću kao takvom, ali ipak otkriva čovjeku horizonte transcendenције (ib. 127).

»Existenzanalyse« želi biti svestrana raščlamba životne problematike, a ne samo jednostrano gledanje na korijene i terapiju neuroze, kako to čine frejdovci i adlerovci. Za egzistencijalnu analizu ispred volje stoji osviješćena dužnost (Sollen), a za psihoanalizu stoji iza svjesne volje jed-

no besvjesno moraš (Müssen). Za ex. analizu postoji čovjek suočen s vrijednostima, a za psihoanalizu stoje iza čovjekovih leđa nagoni, Ono (das Es, M 101).

Franklova analiza je analiza ljudskog bitka sa stanovišta odgovornosti. Specijalna ex. analiza je posebno razglabavanje duševnih bolesti u odnosu na odgovornost (AS 206). Po Franklu neuroze nastaju iz raznih razloga: fizičkih, psihičkih, ambijentalnih (socijalnih) i egzistencijalnih. Ove posljednje se liječe otkrivanjem nekog životnog zadatka (Lebensaufgabe, ib. 140—1). Pronaći uz pomoć liječnika svom življenju neki razumni cilj — to je logoterapija (ib. 149).

I samim nazivom svoje analize Frankl se je htio distancirati od Freuda. Dok se je psihoanaliza zaustavila na pretpsihološkim slojevima bića, Frankl hoće da psihoterapeutski raščlani čitavu ljudsku egzistenciju sa svim njezinim kompleksima i frustracijama. Stoga Frankl izrazu »egzistencijalni« daje trostruko značenje: 1) odnosi se na egzistenciju, tj. na specifično ljudski način opstojanja, 2) na smisao egzistencije i 3) na traženje konkretnog smisla osobne egzistencije, a to je volja za smislom (Z 90).

Uza sve poštovanje prema Freudovu djelu, Franklovo rasuđivanje je stalno u nekoj oporbi prema Freudu. Frankl a priori odbija Freudov pansexualizam i nikako ne dozvoljava da bi umjetnost i religija počivale na potisnutim seksualnim nagonima (AS 5). Temeljna suprotnost između dva Bečanina je u tome što stariji smatra da je pacijentovo traženje smisla znak bolesti, a za mlađega je ono siguran znak mentalnog zdravlja (M 117). Napose Frankl odbacuje Freudovo izjednačivanje očeve i Božje slike. Istraživanja dokazuju obratno (F. navodi primjere, W 160). Frankl se također ne slaže s abbé Grégoireom, opatom iz Cuernavace, što je psihoanalizom otjerao iz samostana 80% svojih redovnika (ib. 160). Odlučno odbija psihoanalitično mišljenje po kojemu bi religija bila iluzija, odnosno neuroza, a Bog samo »Vaterimago« (M 93).

S obzirom na psihoanalizu Frankl prihvća mišljenje C. Thompsona: »Ne vidim kako ona može imati mjesto u znanstvenom mišljenju.«<sup>23</sup> On na više mjesta konstatira kako psihoanaliza naglo gubi prestiž u znanstvenim krugovima (W 176). Najbolji dokaz za to je vladanje samih psihijatarâ: dok se je god. 1945. dao analizirati svaki psihijatar, g. 1960. je to učinio svaki sedmi, a 1969. samo svaki dvadeseti (M 30).

On uopće nije zadovoljan radom psihoanalitičara. Oni naime često pokazuju težnju da ovladaju dušom pacijenta i ne trpe drugačija shvaćanja (M 89). One terapeute koji nisu pristaše psihoanalize tretiraju natražnima. Pacijenti se na seansama rijetko prepuštaju »slobodnim« asocijacijama. Pričaju uglavnom ono što im sugerira i očekuje njihov analitičar. Ovaj pak među sjećanjima pacijenata bira pretežno ona koja odgovaraju njegovoj teoriji (ib. 90—91).

Glavni uzrok svih bolesti našeg vremena leži u tome što čovjek ne pozna svrhu i smisao svoga života (Sinnlosigkeit). Svako vrijeme ima

<sup>23</sup> »I do not see that it (tj. Freudova psihoanaliza) has a place in scientific thinking« (M 130, bilj. 56).

svoje neuroze. Ime naše suvremene neuroze jest osjećaj besmisla (Sinnlosigkeitsgefühl), što muči ljude (M 11). Besmisao je glavno izvorište suvremenih neuroza. Otkrivanje i sagledavanje smisla vraća ljudima volju i snagu za život. Frankl je mnogo puta našao potvrdu za svoju tvrdnju u izjavama spašenih samoubojica i kod svojih drugova u logorima (Z 78). Stoga on upozorava i stavlja zahtjev: moramo učiti, posebno očajnike, da nije važno što mi od života očekujemo, nego je naprotiv važno što od nas očekuje život (Z 74). Jer Život, svačiji individualni život napose, zaista ima smisla.

Pratilica besmisla je ubitačna duševna praznina (existentielles Vakuum, Leeregefühl, Mangel am Lebensinhalt, W 11). Noogene neuroze sačinjavaju 20% svih neuroza (ib. 12). Zbog svojih frustracija i životne praznine većina ljudi upada u erotizam, alkoholizam, drogiranje ili razne oblike agresija (M 16—19). Kad čovjek ne zna mrziti nešto, tada mrzi nekoga.<sup>24</sup> Duševna praznina budi u čovjeku »horor vacui« (ib. 70).

Katkad se egzistencijalni vakuum pokušava ublažiti pribjegavanjem redukcionizmu, ignoriranjem pune istine, depersonalizacijom i postvarenjem čovjeka.<sup>25</sup> Kad se reduciraju sve ili neke humane dimenzije čovječe naravi, što od čovjštva preostaje u čovjeku? Ako nismo »ništa drugo nego goli majmun«, čemu glumimo čovjeka? (W 167). Nikakvo čudo što je Frankl anketiranjem svojih studenata ustanovio kako ih u Austriji 40%, a u SAD 81% doživljuju egzistencijalnu prazninu. (ib. 140).

Neminovni plod praznina i frustracija jesu neuroze. Karakteristična neuroza našeg vremena je jurnjava za užicima. »Volja za užitkom« nastaje onda kad nestaje »volje za smislom«. Freud je mogao pronaći kod svojih pacijenata toliko težnje za užicima jer su to bili duševni bolesnici (W 19). Panerotizam je posljedica manjka životnog smisla (ib. 21). Uponna težnja za razonom je znak praznog života. Jednog ljeta su u Beču na ulicama pitali 1000 prolaznika o smislu života. Najmanje se za to pitanje zanimaju posjetioci Pratera (ib. 248).

Grčevita čežnja za srećom čini čovjeka nesretnim, tvrdi Frankl (AS 126). Mjesto užitaka treba ljudima pružati vrednote (W 25). Utemeljitelj logoterapije hvali Junga što je neurozu definirao kao »bol duše koja nije našla svoj smisao« (M 44). On nikako ne prihvaća Lustprinzip kao smisao ljudskog života (AS 27). I sam užitak mora imati svoj dublji smisao. Stoga čovjek zapravo teži ne za srećom nego za njezinim temeljem (W 20). Kao što čitav život ima svoj konačni smisao, tako ga ima i svaki pojedini ljudski čin (AS 31).

Sve u svijetu ima svoj smisao, pa tako i bol, krivnja i smrt. Bol obogaćuje ljudski život. Apatija je najgore duševno stanje. Lustprinzip je samo konstrukt psihoanalize, a ne životna činjenica (AS 85—87). (S)trpljenje je herojski čin. I svaka bolest ima svoj smisao, ali pravi smisao

<sup>24</sup> Budućnost, srećom, nije mračna. Američki National Institute of Mental Health je 2 godine istraživao sklonosti mladeži u SAD. Rezultat: 78% ih želi »to find a meaning to my life«, a samo 16% traži novac (M 14).

<sup>25</sup> Frankl navodi primjere neurotičara i shizofrenika (AS 160—177).

bolesti ne leži gdje ga ljudi obično traže — ne u samoj bolesti, nego u načinu trpljenja. Važno je znati trpjeti (M 86). Čovjek nije samo homo sapiens, homo faber i sl. On je i homo patiens. Upadamo u neuroze zato što ne znamo trpjeti. Franklova je deviza — *pati aude!* (W 132). »Trpljenje prestaje biti trpljenjem u času kad dobije smisao, npr. smisao žrtve« (Z 97). Frankl to pokazuje na jednom primjeru. K njemu je došao na liječenje neutješivi liječnik kojem je umrla žena. F. ga upita: što bi se dogodilo s vašom ženom da ste vi prvi umrli? Pacijent: to bi za nju bilo užasno! F: Vidite, doktore, ona je od te patnje pošteđena, ali zato sada morate platiti cijenu vi. Liječnik je to shvatio i u tom času je njegova patnja dobila smisao. Frankl dodaje: u liječnikovoj sudbini se nije ništa promijenilo, ali se je promijenio (na bolje) njegov odnos prema sudbini (M 81, Z 96).

Ni smrt nije besmislena. Ona nas upozorava da smo ograničena i kratkotrajna bića te da svoje dužnosti moramo izvršavati odmah. Kad bi bili besmrtni, mi bi sve odgađali (AS 50). I život i smrt dobivaju smisao iz duhovnih, moralnih i estetskih izvora. Život nije, kako se to kaže u biologiji, homeostaza (ravnovjesje, stanje bez napetosti). Naprotiv je napetost, borba, moodinamika (Z 91).

## LOGOTERAPIJA

Existencijalna analiza čovječjih problema navela je Frankla na otkrivanje nove psihoterapeutske metode, koju je nazvao »logoterapija«. Riječ je sretno izabrana jer označuje bit metode: *liječenje* (grčki *therapia*)  *pomoću smisla* (*logos*). Polazeći od ispravne etiologije i teorije — existencijalna analiza — Frankl je došao do pravilne metode liječenja — logoterapije. Ipak, njemu nije namjera ukinuti niti obezvrijediti ostale terapeutske tehnike, nego ih samo nadopuniti.

Frankl je počeo propagirati svoju logoterapiju već od g. 1938. Do 1976. o njoj su napisane 43 doktorske disertacije. Dobro se afirmirala i u praksi. Za njom imaju potrebu najviše oni pacijenti koji pate od tjeskobe besmislenosti. To su većinom imućni ljudi kojima ništa drugo ne fali osim razlog življenja (W 241).

Psihoterapeut Frankl je osjetio potrebu logoterapije kad je upoznao štetnost psihoanalize, koja zanemaruje svijest i duhovnost. Logoterapija želi udovoljiti potrebama čovjeka (W 123). Ako je psihoanaliza svjetlovna ispovijed, logoterapija je dušobrižničko liječenje (AS 180). Uostalom, svaka je ispovijed dobra: »Priopćeni jad je podijeljeni jad.«<sup>26</sup>

Logoterapija otvara pacijentu horizonte smisla, oslobađa ga »za« nešto veliko (frei zu!), a ne samo »od« nečega negativnog. Ona ga odgaja u duhu osjećaja odgovornosti za sebe, za druge i čitav svijet. Logoterapeut time ne zamjenjuje svećenika niti nadomiješta vjeru. On samo proširuje njezine mogućnosti. Njemu je zadatak da budi u bolesnom čovjeku svijest o vlastitoj odgovornosti, a ne da pacijentovu odgovornost uzima na sebe (AS 185). Logoterapija je potrebna:

<sup>26</sup> »Mitgeteiltes Leid ist auch geteiltes Leid« (AS 181).



1. svima koji se nalaze u duševnim tjeskobama, 2. svima koji se muče smislom života, 3. svima koji se nalaze u teškim životnim krizama (ib. 192).

Vjera u smisao ima golemu terapijsku vrijednost. »Čovjek može preživjeti samo onda kad za nešto živi«, veli doslovce Frankl (W 34). Samo čovjek je sposoban postaviti pitanje o smislu svoje egzistencije, nikada životinja (ib. 41). Teško čovjeku koji ne pozna »dem einzigartigen Sinn seines einmaligen Seins« (AS 91). Nikada zanimanje samo po sebi ne čini čovjeka sretnim. Ono je samo šansa. Zaposlenje još ne daje životu sadržaj i smislenost. Neki se bacaju na rad samo da nečim ispune svoj besciljni život. Tako nastaje tzv. »Sonntagneurose« (AS 91 96). Odatle često i samoubilačke napasti.

Logoterapija ima visoko moralni i društveno korisni zadatak: ljude liječiti, vraćati im vjeru u život, u njima buditi smisao za odgovornost, osobito u odnosu na braću ljude. Frankl navodi primjer jednog svog kolege psihoanalitičara, koji je bio sveučilišni profesor u SAD. On je u sebi bio duboko nesretan i promicao je pred svojim studentima apsolutni nihilizam. Kao neurotik dolazi Franklu na liječenje. Izliječen logoterapijom, profesor smjesta zamoli Frankla da on ispravi i nastavi profesorova predavanja na sveučilištu (W 34).

Zašto je i kako moguće da se nekoga može liječiti logoterapijom? Zato što smisao postoji! Čitav svijet ima svoj objektivni smisao kao i svaka situacija u njemu. Radi se o tome da ga mi otkrijemo i pronademo (W 25). »Smisao svoje egzistencije mi ne izmišljamo, nego ga naprotiv otkrivamo« (Z 89). Čovjeku koji se tuži da ne zna cilja svom životu Frankl odgovara: baš zato ga moraš tražiti, to je tvoj životni zadatak (AS 44). Ni sama logoterapija ne daje smisao životu, ona nam pomaže u traženju (W 183).

Svako u životu ima svoj posebni poziv ili osobitu misiju, i svaki je može barem djelomice ostvariti. Logoterapija mu ulijeva svijest odgovornosti o toj misiji, ali pacijentu prepušta da sam odredi za što, čemu ili komu je odgovoran (Z 94). A smisao nije samo onaj apsolutni, beskonačni; svaki časak ima svoj vlastiti smisao (W 62). Logoterapija nije okrenuta prošlosti poput psihoanalize, ona gleda u budućnost, u njezinu žarištu stoji pretežno budućnost (Z 87).

»Logoterapija niti naučava niti propovijeda: strano joj je i logičko dokazivanje i moralno nagovaranje. Izražavajući se slikovito, uloga psihoterapeuta prije je uloga očnog specijalista nego li slikara: slikar nam pokušava pružiti sliku svijeta kako ga on vidi, a oftalmolog nas naprotiv nastoji osposobiti da vidimo svijet kakav on doista jest. Logoterapeutova se uloga sastoji u tome da proširi pacijentovo vidno polje — tako da mu čitav spektar smisla i vrijednosti postane vidljiv i svjestan. Logoterapija ne nameće pacijentu nikakvih sudova, jer se istina nameće zapravo sama po sebi i ne treba joj posrednika... Po logoterapiji možemo životni smisao naći na tri kolosjeka: ostvarujući neko djelo, doživljavajući neku vrijednost, trpeći« (Z 95).

Logoterapija je indicirana za noogene bolesti, kriminalitet i za slučajeve opijanja (droge, alkohol). U ta stanja se obično upada zbog egzistencijalne praznine (W 183). Frankl priznaje da logoterapija nije panaceum. Ne može se primijeniti na svaki slučaj, na svakog bolesnika ni od svakog liječnika (W 193). Ipak je nužno potrebna. Pastoralni psiholog P. E. Johnson naziva je »potrebom vremena«.

Frankl je uveo u psihoterapiju i jedan novi postupak, tzv. »paradoxe Intention«. Naime, u mnogim ljudima leži anticipirani strah. Unaprijed se boje da im se nešto ne dogodi, zbog čega se zaista i dogodi. Frankl to liječi »obratnom nakanom«, tj. traži od pacijenata da izričitom željom ili ironijom izaziva svoju fobiju. Tako se humorom na vlastiti račun uspijeva osloboditi prisile (W 186, Z 102).

Frankl je svoju logoterapiju najbolje iskušao u užasnim uvjetima nacističkih logora. Prilikom da prežive imali su samo oni koji su se nečemu nadali i imali pred očima neku zadaću ili smisao. »Jao onome koji više svom životu nije nalazio smisla, nikakva cilja, nikakve svrhe i prema tome — nikakva oslonca da nastavi živjeti« (Z 11, 73),  
Evo Franklova Creda: »Poruka logoterapije glasi: bezuvjetna vjera u bezuvjetnu smislenost života« (Z 10).

#### PRAVI SMISAO (NAD-SMISAO)

Smislenost nije samo racionalistička kategorija, ona je i pitanje vjere. »Logos je dublji od logike«, kaže Frankl (Z 101).

»Alles Sein ist Bezogen-sein« (AS 3). To važi i za čovjeka. Čovjek nije zato tu da sam sebe ispuni i ostvari (kako neki tvrde). Tek ako ispuni svoje zadatke, otkrije svoj smisao i ostvaruje vrednote, on ispunja i ostvaruje sama sebe. Bit ljudske egzistencije je u *samonadilaženju* (Selbst-Transzendenz). A samonadilaženje znači: biti usmjeren na nešto iznad sebe, što nije ja, ili biti usmjeren na drugo biće koje se ljubi (M 75). Međuosobni odnos je samo onda potpun ako je u njemu prisutan smisao. Samotranscendencija stoji u službi jedne stvari ili jedne osobe, a ta je utjelovljeni Logos (W 221).

Svaki ljudski smisao mora biti fundiran u objektivnom i vrhovnom Smislu, koji Frankl obično naziva Nad-smisao (Übersinn). No posljednji smisao svega je za ograničeno biće nedohvatljiv. Čovjek često ne shvaća ni sama sebe. Stoga se Franklu čini da je teško dokazati opstojnost Božju, premda u nju vjeruje. Bog naime nije objekt znanstvenih metoda (W 63). Za Frankla Bog postoji stoga što ga mi ljubimo. Dokaz iz ljubavi (Amo Deum, ergo Deus est!) smatra jednakovrijednim Descartesovu »cogito, ergo sum« (Der unbedingte Mensch. Deuticke, Wien 1949, str. 77. W 66).

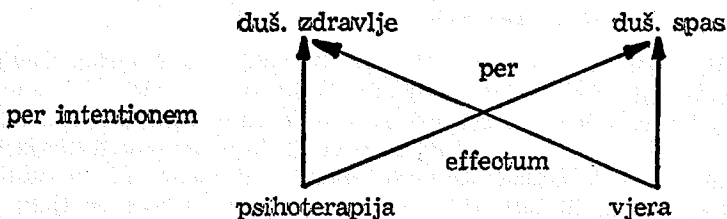
Boga se ne može provjeriti kao što se echosunderom može mjeriti dubina mora: »Dasein ist bodenlos« (W 69). A da nije Bog mrtav? Na to će Frankl: »Bog nije mrtav nego šutljiv. On je to uvijek i bio. 'Živi' Bog je 'sakriven' oduvijek. Ti ne smiješ očekivati da će se odazvati na tvoj poziv (ovdje Frankl zaboravlja na molitvu, moja op.)... Činjenica da do

tebe ne stiže nikakav odgovor dokaz je da je tvoj zov stigao na adresu, u beskraj.«<sup>27</sup>

Frankl se poziva na Einsteina tvrdeći da je problem smisla religiozni problem (W 118). No vrlo često je ta religioznost svjesno potisnuta, kao što postoje i potisnuti nagoni. Freud je poznavao podsvjesnu moralnost a Jung podsvjesnu religioznost, ali Freud je prvu postvario (ver-es-t), a Jung drugu depersonalizirao (ent-ich-t). »U stvari religioznost nije nikakav Collectivum, nego je naprotiv Personalissimum« (M 96—97).

Danas se mnogo govori o tzv. »dubinskoj« psihologiji, ali nama treba i »visinska« psihologija, koja će nam govoriti o smislu života (M 123). Posljednji smisao otkriva nam vjera. Ni jedna konfesija ne može propisati takvu vjeru, ona se bira slobodno. Nije u krizi religioznost nego konfesionalnost. Budućnost pripada osobnoj vjeri (ib. 125—6). Logoterapija se bavi zdravljem, a religija spasom duše. Stoga je ova na višem stupnju, u koji se prodire samo vjerom, ne znanjem (ib. 114).

Ima li kakve veze između vjere i neuroze? Najprije Frankl općenito tvrdi da se iz duševne bolesti pacijenta ne može zaključiti na bolest njegova svjetonazora (AS 12). Vjera po sebi nije nikada uzrok neurozi i redovito koristi zdravlju. Per intentionem svaka vjera teži duševnom spasu, a duševno zdravlje je cilj psihoterapije. Kao drugotni efekt (per effectum) psihoterapija može koristiti spasu, a vjera zdravlju duše. Frankl je to prikazao zorno:



Psihoterapija nije »sluškinja teologije«, kao ni obratno (M 74). Ipak religioznost nije garancija proti nekom neurotičkom ili psihotičkom oboljenju (M 132).

U traženju smisla čovjeka vodi njegova savjest. Ona je na neki način njegov »Sinn-Organ« (W 26). Kako smo vidjeli, zadaća je logoterapije da pomaže čovjeku u traženju smisla, ali on se može naći u vlastitoj savjesti. Frankl priznaje da je savjest ljudski fenomen — čak i previše ljudski — pa može i pogriješiti u izboru (M 119—120). Što onda ako pogriješi? Frankl ne ulazi u to pitanje. Ipak se njegovo rješenje nazire u slijedećoj misli: ljudi su zanemarili 10 zapovijedi Božjih, zato moraju ispuniti 10.000 drugih zapovijedi (W 27). A jasno ga je izrazio rečenicom: »Pravo otkriće čovjeka, inventio hominis, zbiva se in imitatione Dei.«<sup>28</sup>

<sup>27</sup> V. Frankl, *The Will to Meaning*. The World Publ. Comp. N. York 1969, st. 154. — Ova zgodna slika ipak ne odrazuje božansku stvarnost. Bog nije samo Beskraj, on je i Otac.

<sup>28</sup> V. Frankl, *Logos und Existenz*. Amandus Verlag, Wien 1957, str. 64.

Takvo rješenje je i dovelo Frankla na pojam liječničkog dušobrižništva. Duša se liječi (medicina) u vjeri i nadi vječnog spasa (religija). Stoga je liječničko dušobrižništvo »Grenzgebiet« između vjere i medicine, ali na žalost još uvijek »Niemandland und doch ein Land der Verheissung« (AS 193). Frankl želi da razgraničenje među njima ostane jasno: liječničko dušobrižništvo ne smije biti zamjena za religiju, no ako liječnik nje nema, nema što reći religioznom čovjeku. Problem je čovjek koji ne vjeruje (ib. 180—1).

## ZAKLJUČAK

Franklova logoterapija nije nikakav filozofski, religiozni ni psihološki sustav. Frankl ne pripada nikakvoj filozofskoj školi, pa, čini se, niti jednoj određenoj konfesiji. Poštuje stare pravce, ali traži i nove putove. On je eklektik. Ipak se opaža da se najviše nadahnjuje na spisima Maxa Schelera. Od psihoterapeuta poziva se na L. Binswängera (Daseinsanalyse). Freuda smatra učiteljem, ali je s njim u stalnoj polemici. Svoju psihološku školu ne smatra samostalnim sistemom, već nadopunom ostalih.

Frankl je i teoretičar i praktičar. U svojim djelima pristupa problemima terapije više kazuistički, tumačeći pojedine slučajeve, nego sistematski. Ipak je njegova psihoterapeutska metoda i filozofski i psihološki utemeljena te u sebi čini jednu zaokruženu i logičku cjelinu. Srž njegove poruke je: čovjek je duševno zdrav, ako zna zašto živi. On veli doslovce: »Čovjek je biće koje traži smisao, Logos. Pomoći ljudima u traženju smisla to je jedna od zadaća psihoterapije i glavna zadaća logoterapije« W (8).

Osnivač logoterapije reagira ljudski i *kršćanski ispravno* na sve goruće probleme današnjeg čovjeka. Premda se nikada ne poziva izričito na kršćanska načela, on očito po njima rezonira i uvijek se nalazi na kršćanskoj liniji. Nije samo potkovani filozof, odličan psiholog i uspješan psihoterapeut, nego jednako tako i valjan moralist. Njegovi moralni principi su uvijek u skladu s crkvenom naukom. Franklov stav odobravaju i mnogi filozofi (G. Marcel), psiholozi (Maslow, Allport) i psihoterapeuti (Harrington, Görres, Gerz, Petrikowitch, Rogers, Fabry),<sup>29</sup> a njegove postavke potvrđuju brojni eksperimentalni i klinički podaci (E. S. Lukas, Crumbaugh, Lipowski, Maholick).

Doduše, nije se moguće složiti sa svakom Franklovom misli i izjavom. Tako npr. s njegovom tvrdnjom da nije moguće općenito odrediti smisao ljudskog života, nego da on varira od čovjeka do čovjeka (Z 74).<sup>30</sup> Nije prihvatljivo ni njegovo mišljenje da se smisao života neprestano mijenja te da stoga opći životni smisao nije toliko važan koliko specifični (ib. 93, 95). Pogotovo se ne bismo mogli složiti s Franklovim mišljenjem da se opstojnost Božja ne može znanstveno dokazati (po svoj prilici on uzima riječ znanstveno u smislu empirički). Izgleda da je za njega važnija *fides qua* nego *fides quae* (W 70). Možda bi se u njegovim broj-

<sup>29</sup> J. B. Fabry, *Das Ringen um Sinn*. Paracelsus V. Stuttgart 1973.

nim spisima mogla naći i po koja kontradikcija (kao kad npr. tvrdi da mnogi ljudi upadaju u egzistencijalni vakuum, a da opet svi vjeruju u neki smisao, čak i samoubojice (M 116).

Simpatičan je nepokolebivi humanizam Viktora Frankla. On voli čovjeka, zabrinut je za nj i vjeruje u njegovu budućnost. Protivnik je dehumaniziranih sustava kao što su materijalizam, redukcionizam, sociologizam, biologizam, behaviorizam i freudizam. On u čovjeku traži i pronalazi njegovu duhovnu bit. Nikolaj Petrilowitch je dobro opazio da je s logoterapijom uspješno započela rehumanizacija psihoterapije.

Frankl je tolerantan čovjek: »Ja poštujem tuđu vjeru — izjavljuje — ne zato što je prihvaćam, nego što moram poštivati čovjeka sama (W 80). On visoko cijeni religiju,<sup>31</sup> smatra da je ona u psihoterapiji »ein unenhörtes Positivum« (W 74). Ne želi apsolutizirati pojedine konfesije kao što ne apsolutizira ni svoju egzistencijalnu analizu koja »treba Apsolutno stoga da relativno može ostati relativno« (W 72).

Na vjerskom području je Frankl dosljedni ekumenist. Često se poziva na svoju židovsku baštinu (navodi bibliju i rabinsku predaju), ali je nigdje i nikada ne zagovara. Prema kršćanstvu i svećeničkoj službi ima potpuno pozitivan odnos, ali ne zastupa interese ni jedne vjerske zajednice. On je sasvim tolerantan i prema nevjernicima. Ističe da njegova logoterapija nije religiozna nego sekularna metoda liječenja, za vjernike i nevjernike.

Premda je za Frankla Bog posljednji smisao života, on svoju terapiju nije nazvao Theo-therapie, nego Logotherapie, jer i nevjernik treba i traži neki smisao. »Bog je naime pretpostavka, a ne tema egzistencijalne analize i logoterapije.«<sup>32</sup>

Iako se Frankl u svojim izlaganjima i primjenama često opetuje, sve se njegove knjige — pune iskustva i životne mudrosti, pisane staloženim i književno dotjeranim stilom, vrcave aforizmima i zgodnim usporedbama — rado čitaju. A što je najvažnije: njegova logoterapija je spasonosna psihoterapija.

<sup>30</sup> Možda je razlog u tome što F. razlikuje smisao od Nadsmisla. Ovdje je valjda riječ o prvome.

<sup>31</sup> Evo jedne zanimljive definicije: »Religioznost je doživljaj fragmentarnosti i relativnosti na jednoj Apsolutnoj Podlozi« (W 73).

<sup>32</sup> U. Böschmeyer, *Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie*. De Gruyter, Berlin 1977, str. 99.

## FRANKL'S LOGOTHERAPIE

### *Zusammenfassung*

Viktor E. Frankl, berühmte Professor für Neurologie und Psychiatrie in Österreich und USA, Begründer ist der Existenzanalyse — sogenannter »Dritten Wiener Richtung der Psychotherapie«. Er ist ausgezeichneter Theoretiker und Praktiker, Autor der vielen Vorträgen und Bücher, voller der Lebensweisheit.

Unzufrieden mit den Mängeln der Psychoanalyse von Freud und Individualpsychologie von Adler, Frankl legt seine Existenzanalyse vor als Heilmittel gegen die zeitgenössischen Neurosen. Viele Leute kranken an verschiedene Psychopathien wegen Existenzvakuumms und Sinnlosigkeitsgefühls. Deshalb Frankl stellt eine neue Psychotherapie »vom Geistigen her« aus — Logotherapie.

Alles in allem, das Grundthema des Franklschen Werkes lautet: »Der Mensch ist ein Wesen auf der Suche nach einem Sinn, nach dem Logos, und dem Menschen Beistand zu leisten in der Sinnfindung ist eine Aufgabe der Psychotherapie — ist die Aufgabe einer Logotherapie«.  
(W 8).